



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

قال تعالى :

﴿ وَقُلْ رَبِّ زِدْنِي عِلْمًا ﴾

صدق الله العظيم
سورة طه ١١٤

إهداء

الي روح جدي وجدتي رحمهم الله

الي ابي وامي أغلى مما املك

الي اخواني واخواتي: سماح، مدحت، محمد، سليمان،

نصر، الفت، موسي

الي روح الشهيد جميل وليد ابومصطفى وكل الشهداء

الي كل اصدقائي واحبتي في فلسطين والسودان

الي وطني الحبيب فلسطين والي وطني الثاني السودان

الي كل من وقف وساعدني في نجاح هذا البحث

والي الأخ العزيز/ الطيب فضل السيد حمد

الشكر و العرفان

يسجد الباحث لله رب العالمين حمداً وشكراً لما منحه من صبر
لاتمام هذه الدراسة.

ويتقدم الباحث بجزيل الشكر وعظيم الإمتنان لجامعة السودان
للعلوم والتكنولوجيا ممثلة في كليتي الدراسات العليا والتربية
البدنية والرياضة لإتا حتهما لي فرصة الدراسة.

ويجد الباحث نفسه ممتناً عظيماً للإمتنان للدكتورة سهير احمد
محمد أحمد لقبولها اولاً مبدأ الإشراف علي الدراسة ثم صبرها
وتوجيهاتها للباحث طيلة فترة الدراسة.

ويمتد الشكر لجميع الأساتذة والزملاء بكلية التربية البدنية
والرياضة ويخص منهم الدكتور/ عبدالناصر عابدين
والاستاذ/ مصطفى كرم الله والأخ/ أيمن أبوشميلة.

والشكر يمتد إلي جميع أفراد الشعب السوداني المضياف علي
حسن الضيافة والكرم وللاتحاد السوداني للسباحة لما قدموه
من معلومات قيمة أفادت الباحث.

والشكر من قبل ومن بعد لله رب العالمين

الباحث

مستخلص

يهدف هذا البحث الي التعرف علي الصعوبات التي تواجه سباحي المسافات القصيرة بولاية الخرطوم من إحرارز البطولات القومية في السودان.

أستخدم الباحث المنهج الوصفي وأستخدم الإستبانة أداة رئيسية لجمع البيانات، أختار الباحث عينة البحث بطريقة عشوائية من المدربين بولاية الخرطوم، بلغ عددهم (٤٧) مدرب وبعد إجراء التحليل للبيانات السابقة توصلت الدراسة إلي النتائج التالية:

- ١- عدم توفير المسابح بمواصفات قانونية.
 - ٢- العمل علي مساعدة المدربين للالتحاق بدورات تدريبية وحل مشكلات المدربين.
 - ٣- عدم توفير الرعاية الصحية للاعبين
 - ٤- عدم وجود عدد كافٍ من المدربين المؤهلين علمياً .
- ومن التوصيات التي توصلت إليها الدراسة:
- ضرورة توفير المسابح والأدوات بمواصفات قانونية.
 - تأهيل اللاعبين والمدربين من جميع النواحي وخاصة الأقتصادية والعلاجية.
 - العمل علي إيجاد كوادرادارية جيدة وقادرة علي العطاء في إتحاد السباحة وكل الأندية.
 - ضرورة توفير الدعم المادي وتخصيص ميزانية لرياضة السباحة.
 - الأنفتاح علي الرياضات العربية والأفريقية والأوربية والأستفادة من الخبرات المتوفرة في مجال السباحة.

ABSTRACT

This research aims to recognize the disabilities which face the short distance swimmers to win the national championship in Sudan Khartoum state.

The researcher used the descriptive curriculum and the questionnaire as an aid for collecting data, he chose the research sample by a random method from the trainers in Khartoum state and they are 47.

**After the previous data interpretation
The study came out with the following :-**

- 1- It causes permanent problems of financial abilities, no swimmers with all characteristics available**
- 2- The most important management problems were:
To work for helping the trainers to join to training work and solving their problems**
- 3- For players, the problems are: no health care available for them.**
- 4- The most important trainers problems are
No sufficient number of a scientific qualified trainers .**

The study recommendations :-

- The () and equipment with all characteristics must be available**
- The trainers qualification**
- To work for finding qualified managers who are able to work perfectly in the swimming unit .**
- The importance of finding the financial support and make special fund for swimming sport.**
- The globalization among the Arab, African and European experience which is available in the swimming sector.**

فهرس الموضوعات

الصفحة	الموضوع
أ	البسمة
ب	الآية
ج	الإهداء
د	الشكر والعرفان
هـ	ملخص البحث
و	ABSTRACT
ز - ي	فهرس الموضوعات
ك - م	فهرس الجداول
ن - س	فهرس الأشكال
الفصل الأول : خطة البحث	
٢	١-١ المقدمة
٣	٢-١ مشكلة البحث
٤	٣-١ أهمية البحث
٤	٤-١ أهداف البحث
٤	٥-١ تساؤلات البحث
٥	٦-١ حدود البحث
٥	٧-١ إجراءات البحث
٥	١-٧-١ مجتمع البحث
٥	٢-٧-١ العينة
٥	٣-٧-١ أدوات جمع البيانات
٥	٨-١ المعالجات الإحصائية
٥	٩-١ مصطلحات البحث
الفصل الثاني: الإطار النظري	
المبحث الأول : التطور التاريخي لرياضة السباحة	
٧	١-١-٢ مدخل
٧	٢-١-٢ السباحة في العصور الأولى

٨	٣-١-٢ السباحة في العصور الوسطي
٨	٤-١-٢ السباحة في العصر الإسلامي
٩	٥-١-٢ عصر الإقطاع
٩	٦-١-٢ عصر النهضة
٩	٧-١-٢ عصر الاستكشاف والاستعمار
١٠	٨-١-٢ السباحة في العصر الحديث
١١	٩-١-٢ تاريخ السباحة في السودان
١١	١٠-١-٢ النشاطات الداخلية لإتحاد السباحة
١٢	١١-١-٢ تمويل نشاط الإتحاد
١٢	١٢-١-٢ المعوقات التي تواجه إتحاد السباحة في السودان
المبحث الثاني : الانتقاء في السباحة	
١٣	١-٢-٢ السباحة
١٣	٢-٢-٢ أهداف انتقاء الناشئين
١٣	٣-٢-٢ مراحل الانتقاء في السباحة
١٤	٤-٢-٢ نموذج هاره لانتقاء الناشئين
١٥	٥-٢-٢ مظاهر النمو لدي لاعبي المنتخب السباحة (الشباب)
١٥	١-٥-٢-٢ النمو البدني والحركي
١٥	٢-٥-٢-٢ النمو العقلي
١٦	٣-٥-٢-٢ النمو الانفعالي
١٦	٤-٥-٢-٢ النمو الاجتماعي
١٧	٦-٢-٢ أهمية تعليم السباحة
١٧	٧-٢-٢ فوائد السباحة
١٧	١-٧-٢-٢ الأمن والسلامة
١٧	٢-٧-٢-٢ التربية الحركية
١٧	٣-٧-٢-٢ اللياقة البدنية
١٧	٤-٧-٢-٢ المزايا الاجتماعية والنفسية والعقلية
١٨	٥-٧-٢-٢ الإعداد المهني
١٨	٦-٧-٢-٢ مزايا أخرى

١٨	٨-٢-٢ أنواع السباحة
٢٠	٩-٢-٢ التعليم والتعلم في رياضة السباحة
٢٠	١-٩-٢-٢ تعليم السباحة
٢٢	٢-٩-٢-٢ التعلم الأساسي في السباحة
٢٢	٣-٩-٢-٢ التدريب في رياضة السباحة
٢٢	١٠-٢-٢ مبادئ التدريب
٢٣	١-١٠-٢-٢ خصوصية التدريب
٢٤	٢-١٠-٢-٢ التحميل الزائد
٢٥	٣-١٠-٢-٢ التقدم التدريجي
٢٦	٤-١٠-٢-٢ مبدأ التكيف
٢٦	١١-٢-٢ التخطيط في ضوء مراحل شدة التدريب
٢٧	١٢-٢-٢ طريقة الحمل المستمر
٢٧	١٣-٢-٢ طريقة التدريب اللاهوائي والهوائي
٢٧	١-١٣-٢-٢ العمل اللاهوائي
٢٨	٢-١٣-٢-٢ العمل الهوائي
المبحث الثالث : أهمية المنافسة الرياضية	
٢٩	٣-٢ المنافسة في المجال الرياضي
٢٩	١-٣-٢ تعرف المنافسات الرياضية
٢٩	٢-٣-٢ أهمية المنافسة في المجال الرياضي
٣٠	٣-٣-٢ أنواع السباحة التنافسية
٣٢	٤-٣-٢ المسافات القصيرة
٣٢	١-٤-٣-٢ مسافة السباق لطرق السباحة (المسافات القصيرة)
٣٢	٢-٤-٣-٢ مكان الممارسة
٣٢	٣-٤-٣-٢ شكل الممارسة
المبحث الرابع: الدراسات السابقة والمتشابهة	
٣٣	٤-٢ الدراسات المتشابهة
٣٣	٢-٤-٢ دراسة الفاتح الطاهر السيد ٢٠١٠م: (ماجستير)
٣٣	٣-٤-٢ دراسة محمد الفاتح احمد اسماعيل ٢٠١٠م: (ماجستير)

٣٤	٤-٤-٢ دراسة مروان كمال عجور ٢٠٠٧م: (ماجستير)
٣٤	٥-٤-٢ دراسة مضوي محمد مضوي ٢٠٠٤م (ماجستير)
٣٥	٦-٤-٢ دراسة سهير احمد محمد ٢٠٠٣م (ماجستير)
٣٦	٧-٤-٢ دراسة هنادي محمد عبيد ٢٠٠٢م (ماجستير)
٣٦	٨-٤-٢ دراسة كمال سليمان علي ١٩٨٩م (ماجستير)
٣٧	٩-٤-٢ دراسة سعد احمد منصور ١٩٨٦م (ماجستير)
٣٧	١٠-٤-٢ دراسة لطفي توفيق ١٩٨٠م (ماجستير)
٣٨	١١-٤-٢ دراسة نادية مرضى ١٩٨٧م (ماجستير)
٣٨	١٢-٤-٢ التعليق على الدراسات السابقة
٣٩	١٣-٤-٢ الاستفادة من الدراسات السابقة

الفصل الثالث : إجراءات البحث

٤٠	١-٣ منهج البحث
٤٠	١-١-٣ تعريف المنهج العلمي
٤٠	٢-٣ مجتمع البحث
٤٠	٣-٣ عينة البحث
٤٣	٤-٣ أداة البحث
٤٣	١-٤-٣ تصميم الاستبانة
٤٤	٢-٤-٣ الصدق الظاهري للأداة
٤٤	٣-٤-٣ ثبات الأداة
٤٥	٤-٤-٣ صدق الاداة
٤٦	٥-٤-٣ صدق الإتساق الداخلي
٥١	٦-٤-٣ صدق البناء
٥٢	٥-٣ المعالجة الإحصائية
الفصل الرابع : عرض ومناقشة وتفسير النتائج	
٥٤	١-٤ عرض ومناقشة النتائج
١٠١	٢-٤ تفسير النتائج

الفصل الخامس : الاستنتاجات والتوصيات وخلاصة البحث

١١٦	١-٥ الاستنتاجات
١١٦	٢-٥ التوصيات
١١٧	٣-٥ خلاصة الدراسة
١٢٣-١٢٠	٤-٥ المراجع
- ١٢٥ ١٣٧	الملاحق

فهرس الجداول

رقم الجدول	الجدول	الصفحة
(١)	جدول يوضح الميداليات المحرزة لسباحي ولاية الخرطوم في عامي ٢٠٠٠ و ٢٠٠٧	٣
(٢)	جدول يوضح الميداليات المحرزة لسباحي ولاية الخرطوم في عام ١٩٩٨م	٤
(٣)	جدول يوضح التخطيط في ضوء مراحل شدة التدريب	٢٦
(٤)	جدول يوضح المؤهل الأكاديمي	٤١
(٥)	جدول يوضح عدد سنوات الخبرة	٤٢
(٦)	جدول يوضح عدد محاور الدراسة	٤٤
(٧)	جدول يوضح معاملات الثبات وصدق الاستبيان لكل محور وكذلك للاستبانة ككل.	٤٦
(٨)	جدول يوضح معامل ارتباط كل فقرة من فقرات المحور الأول (محور الامكانيات المادية) مع الدرجة الكلية للمحور	٤٧
(٩)	جدول يوضح معامل ارتباط كل فقرة من فقرات المحور الثاني (محور الالعيبين) مع الدرجة الكلية للمحور	٤٨
(١٠)	جدول يوضح معامل ارتباط كل فقرة من فقرات المحور الثالث (محور الناحية الإدارية) مع الدرجة الكلية للمحور	٤٩
(١١)	جدول يوضح معامل ارتباط كل فقرة من فقرات المحور الرابع (محور المدربين) مع الدرجة الكلية للمحور	٥٠
(١٢)	جدول يوضح مصفوفة معاملات الارتباط بين المحور والدرجة الكلية للأستبانة:	٥١
(١٣)	جدول يوضح تتوفر المسابح بمواصفات قانونية	٥٤
(١٤)	جدول يوضح الميزانية المخصصة تفي احتياجات النشاط	٥٥
(١٥)	جدول يوضح هنالك حوافز مالية للاعبين و المدربين	٥٦
(١٦)	جدول يوضح تتوافر الميزانية اللازمة لأقامة المعسكرات الداخلية والخارجية	٥٧
(١٧)	جدول يوضح يتوفر للاعبين صالة جمانزيوم مغلقة للتدريب	٥٨
(١٨)	جدول يوضح توجد رعاية صحية متكاملة للاعب	٥٩
(١٩)	جدول يوضح تتناسب التغذية مع احتياجات اللاعبين	٦٠
(٢٠)	جدول يوضح يوجد احتياطي مالي لمقابلة احتياجات اللاعبين الضرورية والطارئة	٦١
(٢١)	جدول يوضح توفير الأدوات اللازمة لتعليم رياضة السباحة يؤدي إلي فعاليتها	٦٢

٦٣	جدول يوضح هناك إهتمام من الدولة برياضة السباحة وتخصيص لها ميزانية	(٢٢)
٦٥	جدول يوضح قيمة اختبار مربع كاي والأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لكل فقرة من فقرات المحور الأول (محور الإمكانيات المادية)	(٢٣)
٦٦	جدول يوضح روح التنافس لبعض اللاعبين ضعيفة جداً	(٢٤)
٦٧	جدول يوضح الوعي الرياضي قليل لدى السباحين	(٢٥)
٦٨	جدول يوضح عدم مصداقية في التصنيف للمراحل السنوية	(٢٦)
٦٩	جدول يوضح يشعر اللاعبون بالإطمئنان علي مستقبلهم طيلة فترة ممارستهم للسباحة	(٢٧)
٧٠	جدول يوضح جدول البطولات القومية يتناسب مع العام الدراسي	(٢٨)
٧١	جدول يوضح عدم اطاعة اللاعب للوامر والتوجيهات من المدرب أو الاداري	(٢٩)
٧٢	جدول يوضح يحظي اللاعب بالاهتمام الصحي	(٣٠)
٧٣	جدول يوضح هناك بعض السلوكيات في الوسط تؤثر في الاداء	(٣١)
٧٤	جدول يوضح توجد روابط اجتماعية بين اللاعبين	(٣٢)
٧٥	جدول يوضح هناك علاقة وطيدة بين المدرب واللاعب	(٣٣)
٧٦	جدول يوضح قيمة اختبار مربع كاي والأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لكل فقرة من فقرات المحور الثاني (محور الاعبين)	(٣٤)
٧٧	جدول يوضح توجد خطة سنوية إدارية للفريق	(٣٥)
٧٩	جدول يوضح تقوم الادارة بمساعدة المدربين بالالتحاق بدورات تدريبية داخلية وخارجية	(٣٦)
٨٠	جدول يوضح يوجد تنسيق بين الجهاز الإداري والجهاز الفني	(٣٧)
٨١	جدول يوضح تساهم الإدارة في وضع حلول لمشكلات الجهاز الفني واللاعبين	(٣٨)
٨٢	جدول يوضح تتم متابعة التقارير الواردة من الجهاز الفني	(٣٩)
٨٣	جدول يوضح هناك تقويم لأداء العاملين مع الفريق	(٤٠)
٨٤	جدول يوضح إدارى الفريق ملم بالنواحي الفنية للفريق	(٤١)
٨٥	جدول يوضح يعالج الإدارى مشكلات اللاعبين والمدربين في الوقت المناسب	(٤٢)
٨٦	جدول يوضح الإدارة لها إلمام بالجوانب العلمية للإدارة	(٤٣)
٨٧	جدول يوضح مهام عمل المدرب واضح للإدارة واللاعبين	(٤٤)
٨٨	جدول يوضح قيمة اختبار مربع كاي والأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لكل فقرة من فقرات المحور الثالث (محور الناحية الإدارية) :	(٤٥)
٨٩	جدول يوضح المدربون لهم القدرة على التخطيط والتقويم في التدريب الرياضي	(٤٦)

٩٠	جدول: يوضح عمل المدرب يتطلب الصبر وحسن التصرف السريع	(٤٧)
٩١	جدول يوضح تخصيص المدربين على حسب الفئات العمرية	(٤٨)
٩٢	جدول يوضح يوجد عدد كافٍ من المدربين المؤهلين علمياً وتربوياً	(٤٩)
٩٣	جدول يوضح المدربون لهم القدرة على اكتشاف الأخطاء وعلاجها	(٥٠)
٩٤	جدول يوضح المدربون لهم القدرة على أداء النموذج بشكل صحيح	(٥١)
٩٥	جدول يوضح المدربون لديهم القدرة على استخدام طرق التدريب المناسبة	(٥٢)
٩٦	جدول يوضح بعض المدربين ينقصهم الجانب النظري للتدريب	(٥٣)
٩٧	جدول يوضح المدربون يلتزمون بالمظهر الجيد والقذوة الحسنة داخل وخارج المسبح	(٥٤)
٩٨	جدول يوضح المدربون لديهم الرغبة في الالتحاق بدورات سباحة داخلية وخارجية	(٥٥)
١٠٠	جدول يوضح قيمة اختبار مربع كأي والأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لكل فقرة من فقرات المحور الرابع (محور المدربين)	(٥٦)

فهرس الأشكال

الصفحة	الشكل	رقم الشكل
٤١	شكل يوضح المؤهل الأكاديمي	١
٤٢	شكل يوضح عدد سنوات الخبرة	٢
٥٥	قانونية بمواصفات المسابح شكل يوضح تتوفر	٣
٥٦	شكل يوضح الميزانية المخصصة تفي احتياجات النشاط	٤
٥٧	شكل يوضح هنالك حوافز مالية للاعبين و المدربين	٥
٥٨	شكل يوضح تتوافر الميزانية اللازمة لإقامة المعسكرات الداخلية والخارجية	٦
٥٩	شكل يوضح يتوفر للاعبين صالة جمبازيوم مغلقة للتدريب	٧
٦٠	شكل يوضح توجد رعاية صحية متكاملة للاعب	٨
٦١	شكل يوضح تتناسب التغذية مع احتياجات اللاعبين	٩
٦٢	شكل يوضح يوجد احتياطي مالي لمقابلة احتياجات اللاعبين الضرورية والطارئة	١٠
٦٣	شكل يوضح توفير الأدوات اللازمة لتعليم رياضة السباحة يؤدي إلي فعاليتها	١١
٦٤	شكل يوضح هناك اهتمام من الدولة برياضة السباحة وتخصيص لها ميزانية	١٢
٦٦	شكل يوضح روح التنافس لبعض اللاعبين ضعيفة جداً	١٣
٦٧	شكل يوضح الوعي الرياضي قليل لدى السباحين	١٤
٦٨	شكل يوضح عدم مصداقية في التصنيف للمراحل السنوية	١٥
٦٩	شكل يوضح يشعر اللاعبون بالاطمئنان علي مستقبلهم طيلة فترة ممارستهم للسباحة	١٦
٧٠	شكل يوضح جدول البطولات القومية يتناسب مع العام الدراسي	١٧
٧١	شكل يوضح عدم إطاعة اللاعب للأوامر والتوجيهات من المدرب أو الإداري	١٨
٧٢	شكل يوضح يحظي اللاعب بالاهتمام الصحي	١٩
٧٣	شكل يوضح هناك بعض السلوكيات في الوسط تؤثر في الأداء	٢٠
٧٤	شكل يوضح توجد روابط اجتماعية بين اللاعبين	٢١
٧٥	شكل يوضح هناك علاقة وطيدة بين المدرب واللاعب	٢٢
٧٨	شكل يوضح توجد خطة سنوية إدارية للفريق	٢٣
٨٠	شكل يوضح تقوم الإدارة بمساعدة المدربين بالالتحاق بدورات تدريبية داخلية وخارجية	٢٤
٨١	شكل يوضح يوجد تنسيق بين الجهاز الإداري والجهاز الفني	٢٥
٨٢	شكل يوضح تساهم الإدارة في وضع حلول لمشكلات الجهاز الفني واللاعبين	٢٦

٨٣	شكل يوضح تتم متابعة التقارير الواردة من الجهاز الفني	٢٧
٨٤	شكل يوضح هناك تقويم لأداء العاملين مع الفريق	٢٨
٨٥	شكل يوضح إداري الفريق ملم بالنواحي الفنية للفريق	٢٩
٨٥	شكل يوضح يعالج الإداري مشكلات اللاعبين والمدربين في الوقت المناسب	٣٠
٨٦	شكل يوضح الإدارة لها إمام بالجوانب العلمية للإدارة	٣١
٨٧	شكل يوضح مهام عمل المدرب واضح للإدارة واللاعبين	٣٢
٩٠	شكل يوضح المدربون لهم القدرة على التخطيط والتقويم في التدريب الرياضي	٣٣
٩١	شكل يوضح عمل المدرب يتطلب الصبر وحسن التصرف السريع	٣٤
٩٢	شكل يوضح تخصيص المدربين على حسب الفئات العمرية	٣٥
٩٣	شكل يوضح يوجد عدد كافٍ من المدربين المؤهلين علمياً وتربوياً	٣٦
٩٤	شكل: يوضح المدربون لهم القدرة على اكتشاف الأخطاء وعلاجها	٣٧
٩٥	شكل يوضح المدربون لهم القدرة على أداء النموذج بشكل صحيح	٣٨
٩٦	شكل يوضح المدربون لديهم القدرة على استخدام طرق التدريب المناسبة	٣٩
٩٧	شكل يوضح بعض المدربين ينقصهم الجانب النظري للتدريب	٤٠
٩٨	شكل يوضح المدربون يلتزمون بالمظهر الجيد والقوة الحسنة داخل وخارج المسبح	٤١
٩٩	شكل يوضح المدربون لديهم الرغبة في الالتحاق بدورات سباحة داخلية وخارجية	٤٢



بسم الله الرحمن الرحيم

جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا

كلية الدراسات العليا

التربية البدنية والرياضة

الصعوبات التي تواجه سباحي المسافات القصيره
بولاية الخرطوم من إحرار البطولات
القومية في السودان

**The difficulties faced by short-distance swimmers in
Khartoum state of winning of national
championships in Sudan**

بحث تكميلي لنيل درجة الماجستير في التربية البدنية
و الرياضة

إعداد الدارس:

محمود سالم موسى أبو مصطفى

إشراف:

د. سهير أحمد محمد أحمد

١٤٣٢ هـ - ٢٠١١ م