



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي  
جامعة الموصل  
كلية التربية الأساسية  
قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة

**التقويم المعياري لعدد من الاختبارات البدنية المهارية والفسولوجية  
كدالة للتنبؤ بإنجاز المسافات القصيرة بالسباحة الحرة للمتقدمين**

**رامي رياض عزيز**

رسالة ماجستير

التربية البدنية وعلوم الرياضة

بإشراف

الأستاذ المساعد الدكتور

**أحمد هشام أحمد**

١٤٤٦ هـ ----- ٢٠٢٤ م

## ملخص الرسالة

### التقويم المعياري لعدد من الاختبارات البدنية المهارية والفسولوجية كدالة للتنبؤ بإنجاز المسافات القصيرة بالسباحة الحرة للمتقدمين

المشرف  
أ.م.د. أحمد هشام أحمد  
٢٠٢٤م

الباحث  
رامي رياض عزيز  
١٤٤٦هـ

#### يهدف البحث الحالي الى:

- وضع درجات ومستويات معيارية للاختبارات البدنية - المهارية والفسولوجية المشمولة في البحث للسباحين المتقدمين.
- التعرف على الإنجاز في سباقات المسافات القصيرة (٥٠م، ١٠٠م) والمتغيرات البدنية - المهارية والفسولوجية للسباحين المتقدمين بالسباحة الحرة.
- التعرف على نسبة مساهمة الاختبارات البدنية المهارية والاختبارات الفسولوجية بإنجاز المسافات القصيرة (٥٠م، ١٠٠م) للسباحة الحرة للمتقدمين.
- وضع معادلات تنبؤية لإنجاز المسافات القصيرة (٥٠م، ١٠٠م) للسباحة الحرة للمتقدمين بدلالة الاختبارات البدنية المهارية والاختبارات الفسولوجية.
- واستخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوبين المسحي والارتباطي لملائمتها وطبيعة البحث الحالي ، اشتمل مجتمع البحث على السباحين المتقدمين بالسباحة الحرة في بعض اندية محافظة بغداد والمشاركين في مسابقات الاتحاد العراقي المركزي للسباحة للموسم التنافسي ٢٠٢٣/٢٠٢٤، والبالغ عددهم (٥٠) سباحاً متقدماً يمثلون (٦) اندية وهي اندية (الجيش، والشرطة، والاعظمية، والجنسية، والسلام، والكاظمية).

واستخدم الباحث الطريقة العمدية في اختيار عينة البحث لتحقيق أهدافه، اذ قام بإجراء الاختبارات البدنية المهارية والاختبارات الفسولوجية على (٤٠) سباحاً فقط واستبعد (١٠) سباحين لتغييرهم عن اجراء الاختبارات او عدم اكمال جميع الاختبارات المشمولة في البحث، وبذلك نسبة عينة البحث (٨٠٪) من المجتمع الكلي للبحث، فضلاً عن تطبيق الاختبارات على سباحي نادي الشهيد اباد شيت والفتوة في مدينة الموصل كعينة للتجربة الاستطلاعية والثبات والبالغ عددهم (١٢) سباحاً، واستخدم الباحث الوسائل الإحصائية الاتية (النسبة المئوية - الوسط الحسابي - الانحراف المعياري - معامل

الارتباط البسيط (بيرسون) - معامل الالتواء - الدرجة المعيارية المعدلة (6-8) - تحليل الانحدار البسيط. - تحليل الانحدار المتعدد - معامل الاختلاف - المنوال - الدرجة المعيارية الزائفة).

وتوصل الباحث الى مجموعة من الاستنتاجات كان من أهمها :

- تأثير صفة القوة المميزة بالسرعة لعضلات الذراعين من الحركة بالإنجاز في سباحة (50م) حرة للسباحين المتقدمين.
- تأثير صفة القوة المميزة بالسرعة لعضلات الرجلين من الحركة بالإنجاز في سباحة (50م) حرة للسباحين المتقدمين.
- تأثير صفة المطاولة الخاصة بالذراعين من الحركة بإنجاز سباحة (50م و 100م) حرة للسباحين المتقدمين.
- تأثير صفة المطاولة الخاصة بالرجلين من الحركة بإنجاز سباحة (50م و 100م) حرة للسباحين المتقدمين.
- تأثير صفة القدرة اللاهوائية بإنجاز سباحة (100م) حرة للسباحين المتقدمين.

وأوصى الباحث ما يأتي :

- اعتماد مدربي السباحة على نتائج الدراسة الحالية خلال التدريبات وتطوير الصفات البدنية والمهارية والفسيوولوجية التي لها تأثير مباشر في الإنجاز في سباحة المسافات القصيرة (50م، 100م) حرة.
- تزويد المدربين بنتائج الدراسة الحالية لكي يعملوا على تطوير الإنجاز في السباحة للمسافات القصيرة ومعالجة الخلل وتطوير الصفات البدنية المهارية والفسيوولوجية لدى السباحين المتقدمين.
- اجراء دراسات وبحوث أخرى على فئات السباحة الأخرى (المتوسطة والطويلة) ومعرفة نسبة تأثيرها بالصفات البدنية المهارية المدروسة في البحث الحالي فضلاً عن الصفات الفسيولوجية لما لها من تأثير مباشر في الإنجاز.

## Abstract

### **Standard evaluation of a number of physical skill and physiological tests as a function of predicting the achievement of short distances in freestyle swimming for applicants**

The current research aims to:

- Set standard grades and levels for the physical - skill and physiological tests included in the research for advanced swimmers.
- Identify the achievement in short-distance races (50m, 100m) and the physical - skill and physiological variables of advanced swimmers in freestyle swimming.
- Identify the percentage of contribution of physical skill tests and physiological tests to the achievement of short distances (50m, 100m) for freestyle swimming for applicants.
- Set predictive equations for the achievement of short distances (50m, 100m) for freestyle swimming for applicants in terms of physical skill tests and physiological tests.

The researcher used the descriptive approach with the survey and correlation methods for their suitability and the nature of the current research. The research community included advanced freestyle swimmers in some clubs in Baghdad Governorate and participants in the Iraqi Central Swimming Federation competitions for the competitive season 2023/2024, numbering (50) advanced swimmers representing (6) clubs, which are the clubs (Army, Police, Al-Adhamiya, Nationality, Peace, and Al-Kadhimiya). The comprehensive inventory method was used in selecting the research sample to achieve its objectives, as he conducted physical and skill tests and physiological tests on (40) swimmers only and excluded (10) swimmers for their absence from conducting the tests or not completing all the tests included in the research, thus the percentage of the research sample was (80%) of the total research community, in addition to applying the tests to the swimmers of the Martyr Iyad Sheet and Al-Futowa Club in the city of Mosul as a sample for the exploratory and stable experiment, numbering (12) swimmers, and the researcher used the following statistical methods (percentage - arithmetic mean - standard deviation - simple correlation coefficient (Pearson) - skewness coefficient - modified standard degree ( $6-\delta$ ) - simple regression analysis. - multiple regression analysis). The researcher reached a set of conclusions, the most important of which were:

- The effect of the characteristic strength characteristic of the speed of the arm muscles from movement on the achievement in swimming (50 m) freestyle for advanced swimmers.
- The effect of the characteristic of the strength of the speed of

the leg muscles from the movement on the achievement in swimming (50 m) freestyle for advanced swimmers.

- The effect of the characteristic of the endurance of the arms from the movement on the achievement of swimming (50 m and 100 m) freestyle for advanced swimmers.
- The effect of the characteristic of the endurance of the legs from the movement on the achievement of swimming (50 m and 100 m) freestyle for advanced swimmers.
- The effect of the characteristic of anaerobic capacity on the achievement of swimming (100 m) freestyle for advanced swimmers.

The researcher recommended the following:

- Swimming coaches should rely on the results of the current study during training and develop the physical, skill and physiological qualities that have a direct impact on the achievement in swimming short distances (5 m, 100 m) freestyle.
- Providing coaches with the results of the current study so that they can work on developing the achievement in swimming for short distances and addressing the defect and developing the physical, skill and physiological qualities of advanced swimmers.
- Conducting other studies and research on other swimming categories (medium and long) and determining the percentage of their influence on the physical and skill characteristics studied in the current research, in addition to the physiological characteristics, due to their direct impact on achievement.

**Ministry of Haier Education  
University of Mosul  
College of Basic Education  
Dept. of Physical Education  
& Sport Science**



**Standard evaluation of a number of physical skill  
and physiological tests as a function of predicting  
the achievement of short distances in freestyle  
swimming for applicants**

**A Thesis Submitted By  
Ramy Riad Aziz**

**A Master Thesis  
Physical Education / Sport Sciences**

**Supervised by  
Assistant Prof Dr.  
Ahmed Hesham Al - Hilaly**

---

**2024 A.D.**

**1446 A.H.**