جامعة الموصل
كلية التربية البدنية وعلوم
الرياضة

بناء اختبارات (بدنية – مهارية) بالسباحة الحرة للمتقدمين

أحمد مؤيد حسين ال زبير

أطروحة دكتوراه

التربية البدنية وعلوم الرياضة / قياس وتقويم

بإشراف

الأستاذ الدكتور

مكي محمود حسين الراوي

١٤٤٠هـ ٢٠١٩م

ملخص البحث

بناء اختبارات (بدنية – مهارية) بالسباحة الحرة للمتقدمين

الباحث **المشرف**

احمد مؤيد حسين علي ال زبير **أ. د. مكي محمود حسين الراوي**

١٤٤٠هـ **٢٠١٩م**

تكمن اهمية البحث الحالي في بناء اختبارات (بدنية – مهارية) للسباحة الحرة داخل الماء للسباحين المتقدمين في المنطقتين الوسطى والشمالية يمكن الاعتماد عليها مستقبلاً كوسائل لقياس وتقويم الصفات البدنية للسباحين داخل الماء، وتعد الأولى من نوعها على مستوى العراق في قياس الصفات البدنية داخل الماء للسباحين المتقدمين في فعالية السباحة الحرة داخل الماء.

وانطلاقاً من ان الاختبار الجيد هو الذي يشابه الظروف الحقيقية للاداء ونظراً لطبيعة فعالية السباحة الحرة التي يتداخل فيها بشكل كبير الاداء البدني مع الاداء المهاري، ونظراً لافتقار اللعبة الى الاختبارات الموضوعية داخل الماء، من هنا برزت مشكلة البحث في قلة وجود هكذا اختبارات (بدنية – مهارية) يمكن ان تساهم في اثراء المكتبة الرياضية للسباحة من حيث عملية القياس والتقويم لتكون خطوة جادة تمثل عمقاً علمياً يفتح افاق جديدة في فعالية السباحة الحرة في العراق.

ويهدف البحث الحالي إلى:

- بناء اختبارات (بدنية – مهارية) في فعالية السباحة الحرة للسباحين المتقدمين في المنطقتين الوسطى والشمالية في العراق.
- وضع درجات ومستويات معيارية للاختبارات (البدنية – المهارية) بالسباحة الحرة المصممة في البحث.

وكانت مجالات البحث:

- **المجال البشري:** سباحو المنطقتين الوسطى والشمالية في العراق المتقدمين بالسباحة الحرة للموسم التنافسي ٢٠١٧/٢٠١٨.

- **المجال الزماني:** ابتداءً من ٢٠١٨/٢/٢٨ ولغاية ٢٠١٨/١١/١٠.
- **المجال المكاني:** مسبح الشعب الأولمبي المغلق في محافظة بغداد، ومسبح جامعة الموصل في الموصل، ومسبح ئارين في اربيل، ومسبح نادي غاز الشمال في كركوك، ومسبح ازادي في السليمانية في العراق.

واستخدم الباحث المنهج الوصفي، بالاسلوب المسحي لملائمته وطبيعة البحث الحالي.

اشتمل مجتمع البحث على السباحين المتقدمين بالسباحة الحرة في بعض اندية محافظات بغداد والسليمانية وكركوك واربيل والموصل (المنطقتين الوسطى والشمالية) في العراق والمشاركين في مسابقات الاتحاد العراقي المركزي للسباحة للموسم التنافسي ٢٠١٨/٢٠١٧، والبالغ عددهم (١٥٧) سباحاً متقدماً يمثلون (١٩) نادياً وهي اندية (الجيش، والشرطة، والاعظمية، والجنسية، وغاز الشمال، والسلام، والكاظمية، والطارمية، والفتوة، والشهيد اياد شيت، وسولاف، والتون كوبري، والطوز، والعلم، والسليمانية، ودوكان، وبيشمركة السليمانية، وبيشمركة اربيل، وهندرين).

اما عينة البحث فقد تم اختيارهم بالطريقة العمدية لتحقيق اهداف البحث والبالغ عددهم (٩٦) سباحاً، مثلوا عينتا البناء للاختبارات والمعايير، اذ بلغت نسبة عينة البحث (٦١.١٤%) من المجتمع الكلي للبحث.

واستخدم الباحث الوسائل التالية للوصول الى نتائج البحث:

- الاستبيان: اذ قام الباحث بعرض استبيان الاختبارات بصورتها الاولية والبالغة عددها (٢٣) اختباراً على السادة الخبراء والمختصين واستخراج الصدق الظاهري للاختبارات.
- من هذه العملية نتج رفض (٨) اختبارات وقبول (١٥) اختبار، وبعد تنفيذ التجارب الاستطلاعية تم رفض اختبارين اثنين اخرين ليتبقى فقط (١٣) اختبار.
- وقام الباحث بعمل المقابلات الشخصية مع خبراء التدريب الرياضي وخبراء السباحة لغرض التعرف على اهم الصفات البدنية التي من الممكن قياسها داخل الماء وكذلك كيفية توزيع الاختيارات على الايام.

- واستخرج الباحث صدق الاختبارات عن طريق حساب صدق التكوين الفرضي (التمييزي) وصدق المحتوى (المضمون) والصدق الذاتي، واستخرج ثبات الاختبارات عن طريق تطبيق الاختبارات واعادة تطبيقها على عينة الثبات البالغة (٢٠) سباحاً.

استخدم الباحث الوسائل الاحصائية الآتية:

- النسبة المئوية، الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، قانون (ت) لمتوسطين غير مرتبطين ومتساويين بالعدد، معامل الارتباط البسيط (بيرسون)، اختبار حسن المطابقة ($كا^{٢}$)، معامل الالتواء، الدرجة المعيارية المعدلة (δ-6).

وفي ضوء الدراسة التي قام بها الباحث تمكن من التوصل الى الاستنتاجات الآتية:

- نتيجة لاتباع الوسائل العلمية الخاصة ببناء الاختبارات، تم التوصل الى عدد من الاختبارات البدنية – المهارية داخل الماء للسباحين المتقدمين في المنطقتين الوسطى والشمالية في العراق، تتمتع بالأسس العلمية الجيدة من صدق وثبات وموضوعية وتوزيع طبيعي مناسب وعددها (١٣) اختباراً، وهذه الاختبارات هي:
- القوة الانفجارية للرجلين للانسياب داخل الماء.
- القوة المميزة بالسرعة لضربات الذراعين من الثبات داخل الماء (١٠ ثوانٍ).
- القوة المميزة بالسرعة لضربات الذراعين من الحركة داخل الماء (١٠ ثوانٍ).
- القوة المميزة بالسرعة لضربات الرجلين من الثبات داخل الماء (١٠ ثوانٍ).
- القوة المميزة بالسرعة لضربات الرجلين من الحركة داخل الماء (١٠ ثوانٍ).
- القوة المميزة بالسرعة للسباحة داخل الماء (١٠ ثوانٍ).
- المطاولة الخاصة للسباح (٢٠٠م) داخل الماء للمسافات المتوسطة.
- المطاولة الخاصة لضربات الذراعين من الثبات (٦٠) ثانية داخل الماء، للمسافات القصيرة والمتوسطة.
- المطاولة الخاصة لضربات الذراعين من الحركة (١٠٠م) داخل الماء للمسافات القصيرة والمتوسطة.

- المطاولة الخاصة لضربات الرجلين من الثبات (٥٠) ثانية داخل الماء للمسافات القصيرة والمتوسطة.
- المطاولة الخاصة لضربات الرجلين من الحركة (٧٥م) داخل الماء للمسافات القصيرة والمتوسطة.
- السرعة الانتقالية للسباح (١٥م) داخل الماء.
- مطاولة الجهازين الدوري والتنفسي لسباحة (٤) دقائق داخل الماء.
- تم التوصل الى جداول الدرجات والمستويات المعيارية للاختبارات البدنية – المهارية بالسباحة الحرة داخل الماء للسباحين المتقدمين.
- اغلب سباحو المنطقتين الوسطى والشمالية كانوا بمستوى معياري مقبول ومتوسط وجيد في جميع الاختبارات البدنية – المهارية المصممة في البحث.

وبناءً على النتائج المستخلصة من البحث الحالي، يوصي الباحث بما يأتي:

- اعتماد الاختبارات المصممة والتي قام الباحث ببنائها في البحث الحالي عند تقويم وقياس الصفات البدنية – المهارية بالسباحة الحرة (المدروسة في البحث) للسباحين المتقدمين في المنطقتين الوسطى والشمالية في العراق من قبل المدربين.
- الاعتماد على الجداول الخاصة بالدرجات والمستويات المعيارية عند تقويم السباحين المتقدمين في الصفات البدنية – المهارية بالسباحة الحرة داخل الماء من قبل المدربين.
- الاستفادة من الاختبارات البدنية – المهارية بالسباحة الحرة داخل الماء عند بناء البرامج التدريبية من قبل السادة المدربين والباحثين، وكذلك عند انتقاء السباحين المتقدمين.
- تزويد مدربي السباحة الحرة في اندية العراق بنتائج البحث الحالي بنسخة من الاختبارات البدنية – المهارية بالسباحة الحرة، وكذلك بالدرجات والمستويات المعيارية المستخرجة وذلك لغرض اعتمادها من قبلهم في اختيار وانتقاء السباحين وتقويم العملية التدريبية الخاصة بهم.

University of Mosul

College of physical education &

Sports sciences

Build Tests (physical- skill) in Free Swimming for Applicants'

Ahmed Moayad Hussein Al- Zubair

A thesis of

Educational sports/ measurement and assessment

Supervised by

Prof. Dr.

Makki Mahmoud Hussein Al-Rawi

2019 A.D. **1440 A.H.**

ABSTRACT

Build Tests (physical- skill) in Free Swimming for Applicants'

The Researcher
Ahmed Moayad Hussain Ali
Al – Zubair
1440 H.

The Supervisor
Dr. Makki Mahmoud Hussein
Al – Rawi
2019 A.D.

The importance of the current research in building tests (physical-skill) for free in-water swimming for applicants swimmers in the center and northern regions that can be relied upon in the future as a means of measuring and assessing the physical qualities of swimmers in the water, which is considered as the first of its kind in Iraq, in measuring the physical qualities of the applicants swimmers in the water for the efficiency of free swim in the water.

And as the good test resembles the real conditions of performance , and because of the nature of free swimming efficiency, which depends so mostly on both physical and skill performance, and given the game lacks objective tests inside water, hence the problem of searching for lack of such tests (physical-skill) can contribute to enriching the sports library for swimming in measurement and evaluation to be a serious step that represents a scientific depth in starting a new scope in the effectiveness of free swimming in Iraq.

The research aims to :

-Building tests (physical-skill) in the effectiveness of free swimming for applicants swimmers in the center and northern regions of Iraq .

- Using standardized scores and levels of (physical-skill) tests for free swimming which is designed in the research.

The research's fields :

- Human field: The applicants swimmers in both Central and Northern regions of Iraq for free swimming of competitive season 2017/2018.

- Time domain: From 28/2/2018 to 10/11/2018.

- Space domain: Al-Shaab Olympic Indoor Swimming Pool in Baghdad Governorate, Mosul University Swimming Pool in Mosul, Areen Swimming Pool in Erbil, Al Shimal Gas Club Swimming Pool in Kirkuk, and Azadi Swimming Pool in Sulaimaniya in Iraq.

The researcher used the descriptive approach, which goes with the nature of the research.

The research community included swimmers applying for free swimming in some clubs in Baghdad, Sulaimaniya, Kirkuk, Arbil, Mosul (the central and northern regions) in Iraq, and those who participate in the competitions of the Central Iraqi Swimming Federation for the competitive season 2017/2018. Their total number (157) applied swimmers represents (19) clubs, which are clubs (Al-Jaysh, Al-shurta, Al-A,dhamiya, Al-jenseya, Al-shemal gas, Al-salam, Al-Kadhimiyah, Al-Tarmiya, Al-fotowa, martyr Iyad Shit, Sulaf, Alton Cobri, Altos, Alalam, Sulaimaniya, Dokan, Al-Sulaimaniya Peshmerga, Arbil Peshmerga, , and Hendrin).

The research sample was chosen in a deliberate way to achieve the aims of the research of 96 swimmers, representing the build samples for tests and standards, as the research sample (61.14%) of the total research community

The researcher used the following means to access the search results:

- Questionnaire: The researcher presented the test questionnaire as preliminary, which is (23) tests to the experts and specialists and obtained real aims of the tests.

- Of this process, (8) tests were refused and accepted (15) tests, and after conducting the survey experiments two other tests were rejected to remain only (13) tests.
- The researcher has conducted interviews with sports training experts and swimming experts to identify the most important physical characteristics that can be measured in water and how choices are distributed over the days.
- The researcher extracted the reality of the tests by calculating the reality of the (discriminatory) sub configuration, the content (content) and self-veracity, and extracted the stability of the tests by applying the tests and applying them to the stability sample of (20) swimmers.

The researcher used the following statistical methods:

- Percentage, arithmetic mean, standard deviation, (T) test of two unrelated and equal numbers, simple correlation coefficient (Pearson), Chi square , Coefficient Of skewness, modulated standard score (6-δ) .

In the light of the study gained by the researcher, he was able to reach the following conclusions:

- As a result of the following scientific ways for the build tests, a number of physical-skill tests have been conducted in the water for the applicants' swimmers in the central and northern regions of Iraq, which have good scientific bases of sincerity, consistency, objectivity and appropriate natural distribution of 13 tests, they are :

-The explosive power of the legs flows into the water.

- The distinct force of the arms strokes from holding in the water (10 seconds).
- The distinct force of the arm strokes of the movement in the water (10 seconds).

-The distinct force speed of the legs' hit from holding in the water (10 seconds).

-The distinct force speed of the legs' hit from the movement in the water (10 seconds).

-The distinct force speed for swimming in the water (10 seconds).

-Remaining the swimmer inside the water (200m) for intermediate distance.

-The private continuous of arms' hits from holding (60) seconds in water, for short and intermediate distance.

-The private continuous of arm's from movement (100m) in water for short and intermediate distance.

-The private continuous for the legs' hits from holding (50) seconds in water for the short and intermediate distance.

-The private continuous for the legs' hits from movements (75 m) in the water for the short and intermediate distance.

- The transitional speed of the swimmer (15m) inside the water.

- The rotation of the circulatory and respiratory devices for swimming (4) minutes in the water.

-Gaining schedule, scores and normative level of physical-skill tests in free swim in the water for applicants swimmers.

- Most of the Central and Northern Area swimmers were of an acceptable, average and good standard in all physical-skill tests designed for research.

Based on the findings from the current research, the researcher recommends the following:

-Adopting the designed tests which be built by the researcher in the current research when assessing and measuring the physical and skill characteristics of free -swimming (studied in the research) for the applicants' swimmers in the central and northern regions of Iraq by the trainers.

-Relying on scales for degrees and standard levels when assessing applicants' swimmers in physical-skill characteristics for a free swim in the water by the trainers.

-To take advantage of the physical-skill tests for free swimming in the water when training programs are built by the instructors and researchers, as well as when selecting applicants swimmers.

- Provide the free swimming coaches in Iraq's clubs with the results of the current research with a copy of the physical-skill tests for free swimming, as well as the degrees and the normative level extracted in order to apply in selecting swimmers and evaluating their training process.