قائمة المرفقات

مرفق (١) استمارة موافقة أولياء أمور

مرفق (٢) استطلاع رأي حول معايير انتقاء البراعم " الأنثروبومترية و البدنية و المهارية " في رياضة السباحة بمحافظة الدقهلية

مرفق (٣) استمارة تسجيل القياسات

مرفق (٤) القياسات و الاختبارات المستخدمة في البحث

مرفق (٥) القياسات الأنثروبومترية المستخدمة في البحث

مرفق (٦) القياسات البدنية المستخدمة في البحث

مرفق (٧) القياسات المهارية المستخدمة في البحث

مرفق (٨) بيان بأسماء السادة الخبراء

مرفق (٩) بيان بأسماء المساعدين

مرفق(١)

استمارة موافقة أولياء أمور

السيد الأستاذ ولي أمر السباح / .....

بعد التحية ،،،،

الرجاء من سيادتكم التكرم بالموافقة على إجراء دراسة على نجلكم حيث أني أقوم بإجراء بحث ماجستير بكلية التربية الرياضية جامعة المنصورة بعنوان " معايير انتقاء البراعم في السباحة بمحافظة الدقهلية " ، و ذلك بهدف محاولة الوقوف على أهم المعايير التي يمكن من خلالها انتقاء البراعم في رياضة السباحة ، و الذي يمكن أن يسهم في رفع مستوى اللعبة عن طريق اكتشاف المواهب الصغير و الاهتمام بها .

ولسيادتكم جزيل الشكر

الباحث

موافقة ولي الأمر

الاسم/

التوقيع/

مرفق (٢)

جامعـــة المنصـــورة
كليـة التربيـة الرياضـية
قسـم التـدريب الرياضـي

استطلاع رأي الخبراء

حول معايير انتقاء البراعم " الأنثروبومترية و البدنية و المهارية "
في رياضة السباحة بمحافظة الدقهلية

إعداد
أحمد سلامة عبد الوهاب
مدرب سباحة

الأستاذ الدكتور
محمد شوقي السبـــاعي كشك
الأستاذ بقســـم التـــدريب الرياضـــي
ووكيل الكلية لشئون الدراسات العليا و البحوث
كلية التربية الرياضية جامعة المنصورة

الدكتور
حسام الدين فاروق حسين
المدرس بقسـم التدريب الرياضي
كلية التربية الرياضية
جامعة المنصورة

بسم الله الرحمن الرحيم

السيد الأستاذ الدكتور / .....

تحية طيبة ... وبعد ،،،

يقوم الباحث أحمد سلامة عبد الوهاب السيد بإجراء دراسة موضعها :

" معايير انتقاء البراعم في رياضة السباحة بمحافظة الدقهلية "

ولما كان هذا البحث يتطلب الاستعانة بخبرات سيادتكم العلمية والميدانية، لـذا فـإن الباحث يتشرف بمساهمتكم وفكركم البناء حول تحديـد أهـم القياسـات الأنثروبومتريـة و الاختبارات البدنية و المهارية الخاصة بانتقاء البراعم في رياضة السباحة سن (٩) سـنوات والتي تعد كأساس لمحددات و معايير و الانتقاء الخاصة بهذه المرحلة السنية.

و لا يسع الباحث إلا أن يتقدم بوافر الشكر لتفضل سيادتكم بالمساهمة لبناءة و إبداء الرأي الذي يثري البحث و ينير الطريق للباحث.

و نشكر لسيادتكم حسن تعاونكم ،،،

الباحث

أسلوب التعامل مع الاستمارة

يرجى من سيادتكم إبداء الرأي في تحديد أفضل الاختبارات التي تصلح لقياس متغيرات البحث المختلفة، وذلك بوضع علامة (✓) أمام الاختبار أو القياس الذي ترونه سيادتكم مناسباً لقياس الصفة التي وضع من أجلها و إضافة ما ترون سيادتكم من اختبارات لقياس هذا المتغير.

أولاً :القياسات الأنثروبومترية:

١.

القياس	نعم	لا
وزن الجسم		

اقتراحات أخرى ترون إضافتها:

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

٢.

القياس	الغرض	نعم	لا
معامل بروك	رقم يحصل علية بعد طرح الوزن + ١٠٠ من الطول الكلي للجسم و كلما كان هذا الرقم مرتفع دل على مؤشر إيجابي للانتقاء		

اقتراحات أخرى ترون إضافتها:

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

٣. الأطوال:

م	القياس	نعم	لا
١	الطول الكلي للجسم		
٢	طول الذراع		
٣	طول العضد		
٤	طول الساعد		
٥	طول الكف		
٦	طول الرجل		
٧	طول الفخذ		
٨	طول الساق		
٩	طول الجذع		

اقتراحات أخرى ترون إضافتها:

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

القياس	الغرض	نعم	لا
العلاقة بين طول الذراع و الطول الكلي للجسم	كلما زاد طول الذراع بالنسبة للطول الكلي للجسم كان مؤشر إيجابي للانتقاء		

اقتراحات أخرى ترون إضافتها:

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

٥- العروض:

م	القياس	نعم	لا
١	عرض كف اليدين مفتوحين		
٢	عرض الكتفين		
٣	عرض الصدر		
٤	عرض الحوض		
٥	عرض الكف		
٦	عرض القدم		

اقتراحات أخرى ترون إضافتها:

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

ثانياً : الاختبارات البدنية

م	المكون	الاختبارات التي تقيس المكون	نعم	لا
١	القدرة العضلية للرجلين	اختبار الوثب العمودي لسارجنت اختبار الوثب العمودي المعدل اختبار الوثب العريض من الثبات		
	القدرة العضلية للذراعين	اختبار دفع كرة طبية زنة ٣ كجم باليدين اختبار رمي كرة هوكي لأبعد مسافة ممكنة اختبار الانبطاح المائل العالي (مقعد) و الدفع بالذراعين		
	القدرة العضلية للبطن	اختبار الجلوس من الرقود (٢٠) ث		

اختبارات أخرى ترون إضافتها:

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

م	المكون		الاختبارات التي تقيس المكون	نعم	لا
٢	المرونة	أ- مرونة الكتفين	١- اختبار مرونة مفصلي الكتفين من الوضع العمودي ٢- اختبار مرونة مفصلي الكتفين من الوضع الأفقي ٣- اختبار ملخة الكتفين (العصا)		
		ب- مرونة القدمين	١- اختبار مرونة القدمين من وضع (الانبساط) ٢- اختبار مرونة القدمين من وضع (الانقباض)		
		جـ - مرونة العمود الفقري	١- اختبار مدى مرونة الجذع و الرقبة ٢- اختبار مرونة دوران الجذع على الجانبين ٣- اختبار ثني الجذع للأمام من الوقوف ٤- اختبار ثني الجذع للأمام من وضع الجلوس الطويل		

اختبارات أخرى ترون إضافتها:

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

م	المكون	الاختبارات التي تقيس المكون	نعم	لا
٣	التحمل العضلي	اختبار الانبطاح المائل من الوقوف اختبار الجلوس من الرقود ثني الركبتين اختبار التعلق من وضع نصف ثني الذراعين (البقاء لأطول فترة ممكنة) اختبار التعلق من وضع مد الذراعين اختبار رفع الجذع من الانبطاح (بنين ، بنات)		

اختبارات أخرى ترون إضافتها:

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

ثالثاً: الاختبارات المهارية:

م	الاختبار	نعم	لا
١	اختبار كتم النفس داخل الماء		
٢	اختبار الطفو الأفقي على البطن		
٣	اختبار الانزلاق على البطن		
٤	اختبار قياس مسافة قفزة البداية		
٥	اختبار السباحة بالرجلين فقط لمسافة ٢٠ متر		
٦	اختبار السباحة بسرعة مسافة ٢٠م		
٧	اختبار ضربات ذراع (يمين – يسار) ٢٥ متر		
٨	اختبار السباحة كاملة لأطول مسافة		
٩	اختبار ضربات الرجلين لأطول مسافة		
١٠	اختبار حركات الذراعين لأطول مسافة		
١١	اختبار السباحة زحفا بأقصى سرعة و بدون تنفس لأطول مسافة		
١٢	اختبار الوقوف في الماء لمدة دقيقة		

اختبارات أخرى ترون إضافتها:

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

مرفق (٣)

استمارة تسجيل القياسات

استمارة بيانات انتقاء البراعم الموهوبين في السباحة من سن٩ سنوات

بيانات عامة:

الاسـم : ..... تاريخ الميلاد: ١٩٩م
النادي : ..... الفرقة : ..... المدرب : .....

أولاً: المقاييس الجسمية :

١ـ الوزن

القياس الأول	القياس الثاني	القياس الثلث
كجم	كجم	كجم

٢ـ الأطوال

الطول الكلي للجسم	طول الذراع	طول الرجل	طول القدم	طول الجذع
سـم	سـم	سـم	سـم	سـم

٣ـ معامل بروك = الطول الكلي للجسم ( ) - {الوزن ( ) + ١٠٠} =

٦ـ العروض

عرض الصدر	عرض الحوض	عرض الكف	عرض القدم
سـم	سـم	سـم	سـم

ثانياً: القياسات البدنية :

١ـ القدرة العضلية:

	الاختبار	المحاولة الأولى		المحاولة الثانية	
للرجلين	١ـاختبار الوثب العمودي المعدل	مشطين	وثب	مشطين	وثب

	الاختبار	المحاولة الأولى	المحاولة الثانية	المحاولة الثالثة
للذراعين	اختبار دفع كرة طبية زنة ٣ كجم باليدين	متر	متر	متر

٢ـ المرونة:

أـ مرونة الكتفين	١ـ اختبار مرونة مفصلي الكتفين من الوضع العمودي	سـم
	٢ـ اختبار مرونة مفصلي الكتفين من الوضع الأفقي	سـم
بـ مرونة القدمين	١ـ اختبار مرونة القدمين من وضع الانبساط (الكب)	درجة
	٢ـ اختبار مرونة القدمين من وضع الانقباض (البطح)	درجة
جـ- مرونة العمود الفقري	١ـ اختبار مدى مرونة الجذع و الرقبة	سـم
	٢ـ اختبار ثني الجذع أماما من الوقوف	سـم

٣ـ التحمل العضلي:

الاختبار	أقصى عدد مرات يمكن أداءه
اختبار الانبطاح المائل من الوقوف (بنين ، بنات)	

ثالثاً: الاختبارات المهارية (السباحة) :

م	الاختبار	النتيجة
١	اختبار كتم التنفس داخل الماء	ث
٢	اختبار زمن الطفو	ث
٣	اختبار الانزلاق الأمامي	بالمتر
٤	معدل الشدات	ث
٥	اختبار السباحة بالرجلين فقط لمسافة ٢٠ متر	ث
٦	اختبار السباحة بسرعة مسافة ٢٠م	ث

مرفق (٤)

القياسات و الاختبارات المستخدمة في البحث

المتغيرات			أدوات القياس	وحدة القياس
القياسات الأنثروبومترية		الوزن	ميزان طبي	كجم
	الأطوال	الطول	رستاميتر	سم
		طول الذراع	شريط قياس	سم
		طول الرجل	شريط قياس	سم
		طول الجذع	شريط قياس	سم
		معامل بروك	درجة	
	الأعراض	عرض الصدر	بلفوميتر	سم
		عرض الحوض	بلفوميتر	سم
		عرض الكف	بلفوميتر	سم
		عرض القدم	بلفوميتر	سم
القياسات البدنية		قدرة عضلية للرجلين	حزام أبلاكوف	سم
		قدرة عضلية للذراعين	كرة طبية ٣كجم	متر
		مرونة الكتفين (الوضع العمودي)	مسطرة (١) متر مدرجة سم	سم
		مرونة الكتفين (الوضع الأفقى)		سم
		مرونة قدمين انبساط (كب)	جينوميتر	درجة
		مرونة قدمين انقباض (بطح)		درجة
		مرونة جذع ورقبة	مسطرة (١) متر مدرجة سم	سم
		مرونة ثنى الجذع اماما اسفل	مسطرة ٣٠سم – كرسي	سم
		اختبار التحمل العضلى	عدة	عدد
القياسات المهارية		كتم النفس داخل الماء	ساعة إيقاف	ث
		زمن الطفو	ساعة إيقاف	ث
		الانزلاق الأمامي	شريط قياس	متر
		معدل الشدات	ساعة إيقاف	ث
		السباحة بالرجلين فقط ٢٠م	ساعة إيقاف	ث
		السباحة بسرعة ٢٠م	ساعة إيقاف	ث

مرفق (٥)

القياسات الأنثروبومترية المستخدمة في البحث

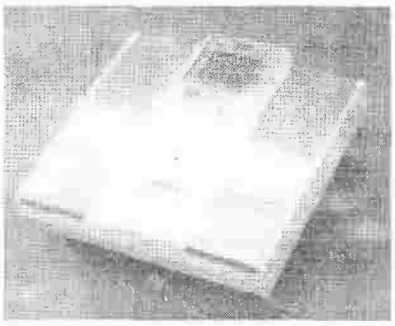
أولاً : وزن الجسم Body Weight

الأدوات والأجهزة اللازمة:

- ميزان طبي معاير
- يتحرر المفحوص من ملابسه قدر الإمكان ، بمعنى أن يرتدى أخف ملابس ممكنة(مايو).

طريقة القياس :

- تؤخذ ثلاث قراءات للوزن (يتم تكرار القياس ثلاث مرات متتالية) ثم يسجل متوسط القراءات الثلاثة.
- يحتاج تقدير الوزن إلى محكم واحد يقوم بحساب النتائج وتسجيلها .



(١٧: ٩٤)

ثانياً : قياسات الأطوال Stature Height.

١ - الطول الكلي للجسم

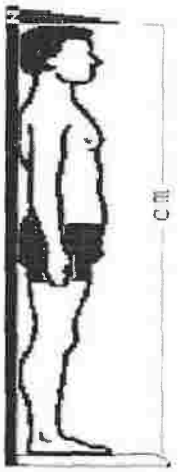
الأدوات اللازمة :

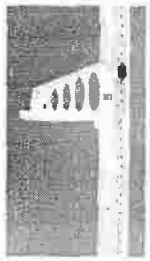
- جهاز استاديومتر

الوضع الرئيسي للمفحوص :

- يقف المفحوص معتدل القامة أمام جهاز الاستاديومتر بحيث يكون العقبان متلاصقان ، ويكون الردفان والظهر (وبخاصة عظام اللوحين) والعقبان ملاصقة للقائم الرأس Vertical Boardلجهاز الاستاديومتر.
- يتخذ المفحوص الوقفة الصحيحة بدون تصلب أو توتر في عضلات الذراعين والكتفين ، وبخاصة العضلات شبه المنحرفة المربعة ، Trapezius وأن يكون الذراعان على جانبي الجسم ، ويكون الرأس في وضع متعامد مع الجسم والنظر للأمام ووزن الجسم موزعا على القدمين.

طريقة القياس :



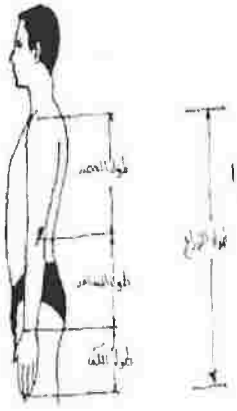


- بعد أن يتأكد المحكم (القائم بالقياس) أن المفحوص قد اتخذ الوقفة الصحيحة أمام جهاز الاستاديومتر يقوم بتحريك لوحة الرأس الأفقية Head Board في جهاز الاستاديومتر لأسفل حتى تضغط على أعلى نقطة في الجمجمة (قمة الرأس The Vertex) ، ويمكن المحكم (القائم بالقياس) أن يحرك رأس المفحوص للأمام وللخلف بيديه حتى يلاحظ أن لوحة الرأس الأفقية قد وصلت إلى الوضع الأفقي لها (أن تكون موازية للأرض وعمودية على القائم الرأسي) ، ويعد هذا الإجراء ضرورياً للتأكد من الوقفة الصحيحة للمفحوص .

- يطلب المحكم (القائم بالقياس) من المفحوص أن يأخذ شهيقاً عميقاً مع الاحتفاظ بجميع الشروط الخاصة بهذه الوقفة ، وعلى المفحوص عندما يأخذ الشهيق أن يمد قامته لأعلى بحيث لا تكون أية انحناءات في العمود الفقري وبخاصة في منطقة الظهر والكتفين.

- وبعد أن يستقر وضع اللوحة الأفقية فوق رأس المفحوص يسمح له بالزفير ، ثم تؤخذ قراءات اللوحة بعد ذلك وتسجل بالسنتيمترات لأقرب ٠,١ سم.

- يجب أن يكون جهاز القياس في وضع متعامد مع الأرض ، وأن يكون معايراً بدقة ، كما يجب التأكد من سلامته عند استخدامه في كل مرة ، كما يلزم توحيد شروط القياس وشروط الوقفة الصحيحة بالنسبة لكل المفحوصين. (١٧ : ٩٤، ٩٥)

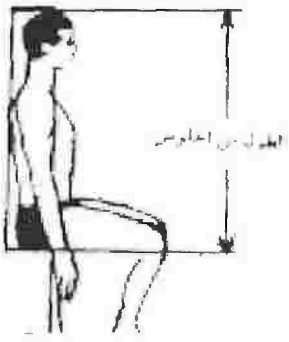


٢ـ طول الذراع :

يستخدم شريط القياس (بالسنتيمتر أو البوصة) لقياس طول الذراع الوحشية للنتوء الاخرومي حتى نهاية الإصبع الوسطو هو مفرود.

(٢٩: ٦٤)

٣- طول الجذع من الجلوس.



الأدوات والأجهزة المستخدمة:

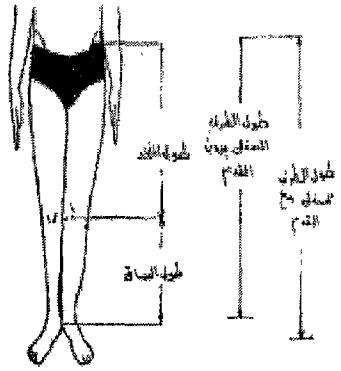
- منضدة ، وبرجل منزلق (أنثروبومتر) .Sliding Caliper.

طريقة القياس :

- يقوم بالقياس محكمان اثنان ، وقد يكتفي في بعض الحالات محكم واحد .
- يتطلب قياس الطول من الجلوس منضدة قياس ومحكم وبرجل منزلق (أنثروبوميتر)، ويشترط في المنضدة أن تكون مرتفعة عن الأرض بحيث إذا جلس عليها المفحوص تكون قدماه غير ملامستين للأرض.
- يجلس المفحوص على المنضدة بحيث تكون القدمان معلقتان في الهواء ، والكفان على الفخذين , والركبتان في وضع زاوية قائمة .
- يكون الجذع في وضع عمودي على المنضدة والنظر للأمام والرأس على خط واحد مع الجذع.
- يبدأ القياس بأن يقوم أحد المحكمين (القائم بالقياس) بالاحتفاظ برأس المفحوص عمودياً على الجسم وتوجيه نظره للأمام وذلك عن طريق التحكم في وضع الرأس من خلال العمل باليدين أسفل منطقة الأذنين .
- يقوم المحكم الثاني بوضع جهاز الأنثروبومتري في وضع رأسي على المنضدة خلف المفحوص مباشرة عند الخط الأوسط للظهر.
- يقوم المحكم الثاني بأخذ القياس عن طريق تحريك لوحة الرأس Heat Board حتى تصبح فوق أعلى نقطة في قمة الجمجمة Vertex, حينئذ يطلب من المفحوص أن يأخذ شهيقاً عميقاً بحيث لا يقوم بعملية الزفير إلا بعد أن ينتهي المحكم من قراءة الدرجة.
- يؤخذ القياس لأقرب ١,٠سم . (١٧: ٩٦)

٤- الطول الكلي للرجل:

يتم قياس الطول الكلي للرجل باستخدام شريط القياس من المدور الكبير للرأس العليا لعظم الفخذ حتى الأرض . (٢٩: ٦٥)



ثالثاً : معامل بروك

- الطول الكلي للجسم – (الوزن + ١٠٠) = رقم ... و كلما كان هذا الرقم مرتفع دل على مؤشر إيجابي للانتقاء. (٥٨: ٥١٧)

رابعاً: العروض.

١- اتساع (عرض) الصدر Chest Breadth:

الأدوات اللازمة:

- برجل منفرج .

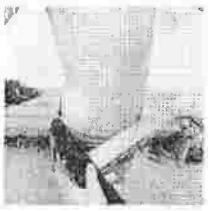
الوضع الرئيسي للمفحوص :

يتخذ المفحوص وضع الوقوف على القدمين بحيث تكون المسافة بين القدمين باتساع الصدر وتكون الذراعان ممدودتين على جانبي الجسم وبعيدتين عنه قليلاً وإلى الخلف حتى تمكن المحكم من استخدام البرجل المنزلق عند القيام بعملية القياس.

طريقة القياس :

- يتخذ المحكم وضع الوقوف في مواجهة المفحوص مباشرة ، ثم يقوم بتحسس الضلع السادس (Rib VI)على كلا الجانبين (الأيمن والأيسر) ، وعندما يتمكن من تحديدهما فإنه يقوم بوضع طرفي الرجل المنزلق على نقطتين خارجيتين تقعان على الضلعين عند الخط الأوسط المنصف للجذع Midaxillary بحيث يقوم بتثبيت طرفي البرجل فوق هاتين النقطتين باستخدام أصابع يده ، وذلك حتى لا تنزلق أطراف البرجل في داخل المسافات بين الضلوع Intercostals spaces .
- وعندما يصل المحكم إلى هذا الوضع ويتأكد من وجود كل طرفي من طرفي البرجل المنزلق فوق أعلى نقطة خارجية تقع على الضلع السادس ، حينئذ يطلب من المفحوص أن يقوم بحبس النفس بعد عملية الشهيق وبعد أن يعطيه إشارة البدء بذلك يقوم بقراءة البرجل المنزلق بسرعة ، ويمكنه أخذ هذه القراءة أكثر من مرة ثم يقوم بعد ذلك بتسجيل النتائج لأقرب ٠,١ سم. (١٧ : ١٠٤، ١٠٥)

٢- عرض الحوض



الأدوات اللازمة للقياس:

- جهاز البرجل المنزلق من الحجم الكبير له أذرع مستقيمة وطويلة .

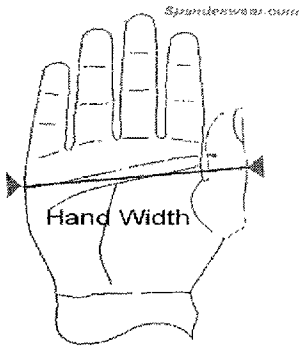
الوضع الرئيسي للمفحوص :

يقف المفحوص على سطح أفقي مستوي بحيث تكون المسافة بين القدمين حوالي ٥ سم لمنع حدوث أي ميل أو تأرجح للجسم . ويقوم المفحوص بتربيع الذراعين على الصدر حتى تكون

بعيدة عن منطقة القياس (الحوض) حتى يتمكن المحكم من ملاحظة العرفين الحرقفيين The ilia crests للمفحوص.

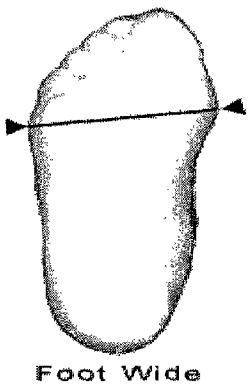
طريقة القياس :

- اتساع (عرض) الحوض هو عبارة عن المسافة بين أقصى نقطتين وحشيتين على الحدين العلويين للعرفين الحرقفيين لعظمى الحرقفة Iliac bones الأيمن والأيسر .
- ولتعيين العلامات الأنثروبومترية السطحية للنقطتين الحرقفيتين يقف المحكم خلف المفحوص حتى يمكنه التحسس أماكن هذه النقطة ، ويتم ذلك بأن يقوم المحكم بالتحسس بأصابعه الحافة البعيدة العلوية للعظم الحرقفى Ilium, وقد يتطلب ذلك استخدام إصبعي الإبهام والسبابة في إبعاد طبقة الأنسجة إلى أسفل وإلى الداخل , وعندما يتمكن المحكم من تحديد هذه النقطة يقوم بعمل علامة بالقلم على السطح الخارجي للجلد وبالمثل يتم وضع العلامة الأنثروبومترية على الجانب الأخر للمفحوص.
- بعد تحديد العلامات الأنثروبومترية على السطح الخارجي لجسم المفحوص ، يقوم المحكم بوضع ذراعي البرجل المنزلق فوق العلامتين مع ضغطهما برفق فوق الأنسجة أسفل العلامتين حتى يشعر بالعظم الحرقفى للمفحوص . ولإنجاز هذه المهمة بدقة وكفاية يجب على المحكم أن يحرك ذراعي البرجل لأسفل لتصنع زاوية ٤٥ مع المستوى الأفقي ، بمعنى خفض مقدمة ذراعي الجهاز لأسفل بمقدار ٢ – ٣ سم من قمتي العظمتين الحرقفيتين .
- تسجل نتائج القياس بالسنتيمترات لأقرب ٠,١سم . (١٧: ١١٦)



٣- عرض الكف:

تقياس المسافة من نهاية العقدة الخارجية لاصبع الابهام و كلية اليد من الجهة الانسية ، بجهاز (بلفوميتر). (٥٠: ٥٨)



٤- عرض القدم:

تقاس المسافة من السطح الانسي للطرف الأمامي للمشط الأول (الابهام) حتى السطح الوحشي للطرف الأمامي للمشط الخامس (الخنصر) ، بجهاز (بلفوميتر) . (٥٠: ٥٩)

مرفق (٦)

القياسات البدنية المستخدمة في البحث

أولاً: القدرة العضلية

أ- القدرة العضلية للرجلين:

الاختبار المعدل للوثب العمودي (باستخدام حزام أبلاكوف)

هدف الاختبار :

قياس القوة الانفجارية للرجلين.

طريقة الأداء :

- يقف المختبر في دائرة مرسومة على الأرض بقطر ٥٠ سم دون أي انثناء في الركبتين.
- يرتدي المختبر الحزام و يثبته بإحكام بحيث تثبت القطعة المعدنية بين القدمين .
- يرفع المختبر العقبين عن الأرض ، و يتم تحديد القراءة الأولى بالسم عند منتصف القطعة المعدنية.
- يهبط المختبر بالعقبين على الأرض ، و يتم إرجاع شريط القياس ليكون مشدوداً قبل بداية الوثب.
- يقوم المختبر بتشبيك ذراعيه أسفل خلف الظهر و ثني ركبتيه.
- يدفع المختبر الأرض بقدميه بقوة معاً للوصول لأقصى ارتفاع .
- يتم قراءة و تسجيل مسافة الوثبة على شريط القياس بعد الوثبة مباشرة.

شروط الاختبار :

- الدفع بالقدمين يتم معاً و بأقصى سرعة.
- ضرورة هبوط المختبر داخل الدائرة المرسومة.
- يعطى للمختبر (٢) محاولتين بفاصل زمني ٥ دقائق.
- تؤخذ القياسات لأقرب ١سم.

إدارة الاختبار :

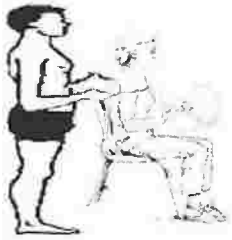
- مسجل يقوم بالنداء على أسماء المختبرين و تسجيل النتائج.
- مراقب يقوم بملاحظة الأداء و حساب مسافة الوثبة.

حساب النتائج:

- المسافة التي يحققها المختبر هي الفارق بين القراءتين على شريط القياس ، الأولى و هو في الوضع الابتدائي من الوقوف على المشطين ، و الثانية بعد امتداد الرجلين و الوثب علياً بأقصى سرعة مقربة لأقرب ١ سم. (٦٥: ٦ ،٧)

ب- القدرة العضلية للذراعين:

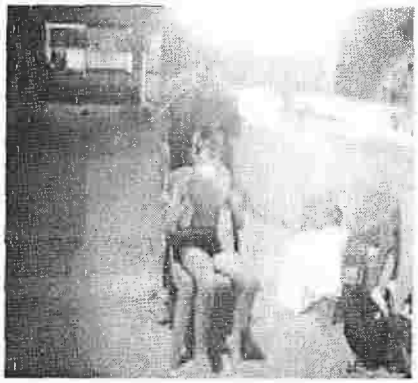
اختبار دفع كرة طبية زنة ٣ كجم باليدين Tow Hand Medicine Ball Push Test



غرض الاختبار :

قياس القدرة العضلية للذراعين و الكتفين.

مستوى السن:



من مرحلة ما قبل البلوغ و حتى المرحلة الجامعية.

الأدوات :

كرسي بمسند – حبل – كرة طبية وزنها ٣ كجم – شريط قياس.

وصف الأداء :

- يجلس المختبر على كرسي مثبتاً ظهره بحبل عن طريق زميل و ممسكاً بالكرة الطبية باليدين.
- يتم دفع الكرة باليدين بأقصى قوة للأمام و لأعلى لأبعد مسافة ممكنة.

حساب الدرجات :

- يتم قياس المسافة من الحافة الأمامية للكرسي إلى أقرب نقطة تتركها الكرة على الأرض .
- يعطي للمختبر ثلاث محاولات تحتسب نتيجة أفضلها.

(٣٦ : مرفق ٦ صـ٦)

ثانياً: المرونة:

أ- مرونة الكتفين:

١- اختبار مرونة مصلي الكتفين من الوضع العمودي.

هدف الاختبار :

قياس مرونة مفصلي الكتفين من الوضع العمودي.

الأجهزة و الأدوات :

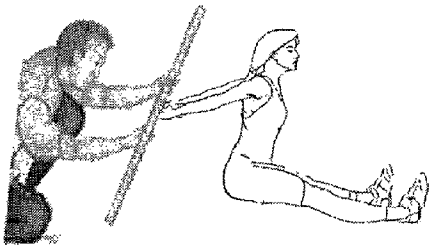
مسطرة مدرجة بالسنتيمترات.

مواصفات الأداء:

- يجلس السباح منتصب الظهر بحيث تكون الركبتان على كامل امتدادها.
- ترفع الذراعان من جانب الجذع إلى أقصى مدى للخلف و لأعلى.
- يجب على السباح الاحتفاظ بالمرفقين مستقيمين.
- يجب عدم انخفاض الذراعين عند تحريكهما للخلف.
- يقوم السباح بمحاولة تقريب الذراعين إلى بعضهما بقدر الإمكان.

التسجيل :

يسجل من خلال مسطرة مدرجة بالسنتيمترات قياس المسافة بين الإصبعين الاوسطين لكلتا اليدين. (٣٠ : ٢٣٧)



٢- اختبار مرونة مفصلي الكتفين من الوضع الأفقي :

هدف الاختبار :

قياس مرونة مفصلي الكتفين من الوضع الأفقي.

الأجهزة و الأدوات :

مسطرة مدرجة بالسنتيمترات.

مواصفات الأداء:

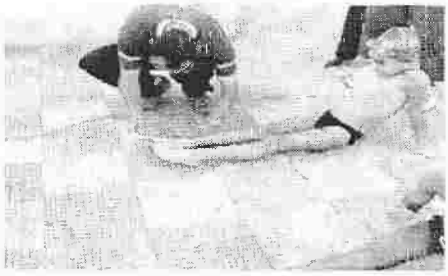
- يرقد السباح على البطن حيث الذقن ملامسة للأرض و مسك بعصا صغيرة باتساع الكتفين و الذراعين على كل امتدادهما.
- يحاول السباح رفع العصا الممسك بها لأقصى ارتفاع بدون ثني المرفقين أو الرسغ.
- يراعى عند الأداء عدم رفع الذقن عن الأرض.

التسجيل :

تقاس مرونة مفصلي الكتفين وفقاً لأقصى مسافة يستطيع أن يصل إليها بعيداً عن الأرض. (٣٠ : ٢٣٨)

ب- مرونة القدمين :

١- اختبار مرونة القدمين من وضع الانبساط (الكب).



هدف الاختبار :

قياس مرونة مفصلي القدمين من وضع الانبساط.

الأجهزة و الأدوات : جينوميتر

مواصفات الأداء:

- يجلس السباح على الأرض متخذاً وضع الجلوس طولاً بحيث تكون القدمان متلاصقان و الركبتان مفرودتان ويثبت الكعبين على صفر° في منتصف المنقلة.
- يحاول السباح بسط القدمين للأمام محاولاً لمس الأرض بالإصبعين الكبيرين بدون تدوير الأرجل و الكعب للداخل.
- تحديد الدرجة الذي وصل إليها السباح عن طريق الإصبعين الكبيرين.

التسجيل :

تقدر درجة المرونة بحساب المسافة التي تحركت فيها القدمين من صفر° حتى أقصى درجة وصل إليها السباح عن طريق الإصبعين الكبيرين في اتجاه البسط للأمام و كلما زادت الدرجة دل ذلك على زيادة المرونة. و ذلك بواسطة جهاز الجينوميتر

(٣٠: ٢٣٩)

٢- اختبار مرونة القدمين من وضع الانقباض (البطح)

هدف الاختبار :

قياس مرونة مفصلي القدمين من وضع الانقباض.

الأجهزة و الأدوات : جينوميتر.

مواصفات الأداء:

أ) يجلس السباح على الأرض متخذاً وضع الجلوس طولاً بحيث يكون القدمان متلاصقان و الركبتان مفرودتان ويثبت الكعبين على صفر° في منتصف المنقلة.

ب) يحاول السباح ثني القدمين نحو الساق محتفظاً بثبات الكعبين على صفر°.

ج) تحديد الدرجة الذي وصل إليها السباح عن طريق الإصبعين الكبيرين.

التسجيل :

تقدر درجة المرونة بحساب المسافة التي تحركت فيها القدمين من صفر° حتى أقصى درجة وصل إليها السباح عن طريق الإصبعين الكبيرين في اتجاه القبض للخلف و كلما زادت الدرجة دل ذلك على زيادة المرونة. و ذلك بواسطة جهاز الجينوميتر .

(٣٠: ٢٤٠)

ج- مرونة العمود الفقري :

١- اختبار مدى مرونة الجذع و الرقبة: (جونسون و نيلسون ١٩٨٦)

(Jonson and Nelson 1986)

الغرض من الاختبار :

قياس مرونة لجذع و الرقبة.

مستوى السن :

من ٦ سنوات حتى الجامعة.

الأدوات :

بساط ، مسطرة أو شريط قياس بالبوصة.

معامل صدق الاختبار : الصدق المنطقي.

معامل ثبات الاختبار : بطريقة إعادة الاختبار بلغ ٠,٩٠

معامل الموضوعية للاختبار : بلغ ٠,٩٩

وصف الأداء :

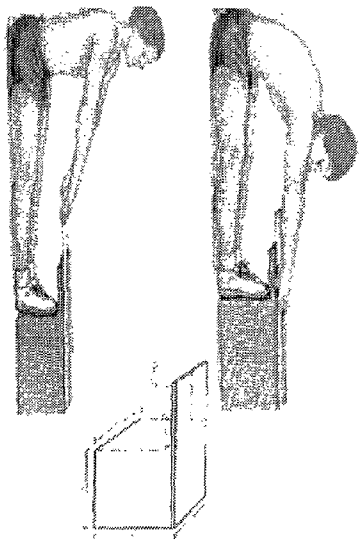
- ينبطح المختبر على البطن مع وضع اليدين خلفاً الراحتين على المقعدة ، يتم تثبيت الوسط بواسطة زميل.
- توضع المسطرة أو المتر عمودية أمام رأس المختبر.
- يرفع الجذع و الرقبة ببطء لأقصى مدى و يتم القياس و تسجيل القراءة في محاذاة طرف الأنف .
- تسجل القراءات لأقرب ١/٤ بوصة.
- تسجل المسافة بالبوصة من مستوى البساط حتى طرف الأنف.
- القراءة تكون من أعلى إلى أسفل حيث يكون (الصفر أعلى درجة).
- تسجل أفضل القراءات لأفضل محاولة من ثلاث محاولات.

تقديرات الأداء	مدى مرونة الجذع و الرقبة
	للذكور
فرق المتوسط	من ٦ حتى صفر
متوسط	من ٨ حتى ٦,٢٥
أقل من المتوسط	من ٨,٢٥ و أعلى
	الإناث
فرق المتوسط	من ٥,٧٥ حتى صفر
متوسط	من ٧,٧٥ حتى ٦
أقل من المتوسط	من ٨ و أعلى

(٥٧ : ٢٧٣ ، ٢٧٤)

٢- اختبار ثني الجذع من الوقوف :

(Scott and French Standing Bending Reach Test)



غرض الاختبار:

قياس مدى مرونة الجذع و الفخذ في حركات الثني للأمام من وضع الوقوف .

مستوى السن و الجنس:

من سن ٦ سنوات فأكثر و يصلح للبنين و البنات.

تقويم الاختبار:

- حصلت بولي Poley علة معامل ثبات لهذا الاختبار بلغ ٠,٩٣ ، و ذلك عندما قامت بتطبيق الاختبار و إعادة تطبيقه على عينة تتكون من ٦٣ طالبة من طالبات جامعة أيوه Lowa.
- كما حصل ماجنسون Magnusson على معامل ثبات للاختبار بلغ ٠,٧٠ و ٠,٨٤ ، و ذلك عندما قام بتطبيق الاختبار عل عينتين منفصلتين من التلاميذ ، الأولى من الصف الأول الابتدائي ، و الثانية من الصف السادس.
- كما حصل بوكستون Buxton على معامل ثبات للاختبار بلغ ٠,٩٥ ، و ذلك عندما قام بتطبيق الاختبار و إعادة تطبيقه على عينة من التلاميذ من سن ٦ - ٩سنوات.
- للاختبار صدق منطقي أقره معظم علماء القياس في التربية الرياضية.

الأدوات اللازمة:

- مقياس مدرج من الخشب أو (مسطرة) طولها حوالي ٢٠ سم ، مقسمة بخطوط إلى وحدات كل وحدة تساوي ١ سم ، و بفضل أن تكون حدود هذا التدريج في مدى ١٠ سم.
- مقعد أو كرسي أو منضدة مسطحة تتحمل وزن المختبر بدون حدوث أي اهتزاز.

الإجراءات :

- يثبت المقياس (المسطرة) بحافة المقعد أو المنضدة بحيث يكون منتصف المقياس أعلى حافة المقعد أو المنضدة و النصف الآخر أسفل الحافة .
- يلاحظ أن نقطة التدريج (صفر) تكون في مستوى حافة المقعد ، على أن تكون انحرافات الدرجات التي تقع في النصف العلوي بالسالب و التي تقع في النصف السفلي بالموجب.

وصف الأداء :

- يتخذ المختبر وضع الوقوف على حافة المقعد أو المنضدة بحيث تكون القدمان ملامستان لجانبي المقياس .
- يقوم المختبر بثني الجذع أماماً أسفل بحيث تصبح الأصابع أمام المقياس ، و من هذا الوضع يحاول المختبر ثني الجذع لأقصى مدى ممكن بقوة و ببطء ، مع ملاحظة أن تكون أصابع اليدين في مستوى واحد و أن تتحرك لأسفل موازية للمقياس .

تعليمات الاختبار :

- يؤدي الاختبار بدون تصلب في عضلات الذراعين و الجذع و الرقبة.
- يؤدي الاختبار من وضع فرد الركبتين.
- يكون ثني الجذع لأسفل ببطء و بقوة و محاولة تحقيق أقصي مدى ممكن من الثني لأسفل.
- من الأفضل إعطاء المختبر محاولتين أو ثلاثة كوسيلة للإحماء و التدريب على الاختبار قبل القياس ، مع ملاحظة أن يتم ذلك قبل الصعود على المنضدة .
- يجب على المختبر توجيه نظرة إلى أسفل المقياس .
- تبين أن ثني الجذع لأسفل بقوة و سرعة يحقق نتائج أفضل ، إلا أن هذا الأسلوب في الأداء يقلل من ثبات و موضوعية الدرجات نظراً لصعوبة حساب الدرجة ، و لهذا يشترط في حساب الدرجة أن يحتفظ المختبر بوضعه النهائي مدة تتراوح من ٢ – ٣ ثانية .

إدارة الاختبار :

- محكم : و يقوم بمراقبة الأداء و حساب الدرجات ، و عليه أن يقوم بالتنبيه على المختبر بعدم ثني الركبتين ، و أن يتحقق من ذلك أثناء الأداء ، كما يجب أن يكون مستعداً لمساعدة المختبر إذا فقد توازنه أثناء ثني الجذع.
- مسجل : و يقوم بالنداء على المختبرين و تسجيل النتائج.

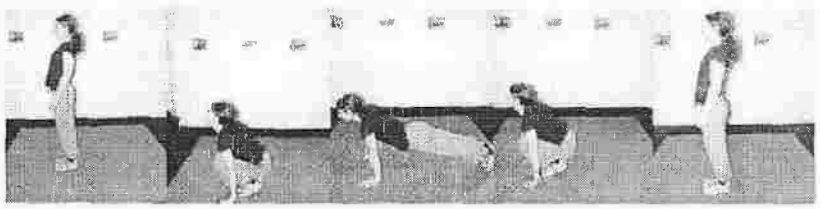
حساب الدرجات :

درجة المختبر هي : أقصى نقطة على المقياس يصل إليها المختبر من وضع ثني الجذع أماماً أسفل .

(٦٢ : ٣٤١ - ٣٤٤)

ثالثاً: التحمل العضلي:

اختبار الانبطاح المائل من الوقوف:Burpee (Squat Thrust) Boys & Girls



الغرض من الاختبار :

قياس الجلد العضلي العام للجسم (للجنسين).

مواصفات الأداء :

في هذا الاختبار يمر المختبر بالأوضاع التالية .

١- الوقوف.

٢- ثني الركبتين كاملاً مع وضع كفي اليدين على الأرض (سلاميات الأصابع للأمام و الكفان باتساع الصدر).

٣- قذف الرجلين خلفاً للوصول إلى وضع الانبطاح المائل.

٤- قذف الرجلين أماماً للوصول للوضع (٢) رقود القرفصاء.

٥- الوقوف .

يكرر الأداء إلى أكبر عدد ممكن من المرات .

الشروط:

١- يجب ضمان وصول المختبر إلى نهاية كل وضع من الأوضاع المذكورة في المواصفات بحيث يراعى الأتي:

أ- في وضع الوقوف تكون الركبتان مفرودتين تماماً ، و الجسم مستقيم و عمودي على الأرض.

ب-في وضع القرفصاء تكون الركبتان مثنيتين تماماً و الكفان على الأرض باتساع الصدر.

ج-في وضع الانبطاح المائل يكون الجسم مفروداً تماماً.

٢- يجب عدم التوقف خلال أداء الاختبار.

٣- إذا أنهى المختبر الاختبار دون أن يصل إلى وضع الوقوف تلغى المحاولة التي بدأها المختبر و لم تستكمل.

٤- الأداء إلى أقصى عدد ممكن من المرات.

التسجيل :

يسجل للمختبر عدد المحاولات الصحيحة التي قام لها.

(٦٧ : ٣١٣، ٣١٤)

مرفق (٧)

القياسات المهارية المستخدمة في البحث

١- اختبار كتم النفس :

الغرض من الاختبار :

قياس المقدرة على البقاء أطول فترة تحت الماء.

الإجراءات :

يقف المختبر في الماء و عند سماع الإشارة يتم ثني الجذع أماً أسفل و وضع الرأس في الماء أطول فترة ممكنة.

الأدوات :

ساعة إيقاف – صفارة – حمام سباحة – كراسة تسجيل .

التسجيل :

يتم حساب الزمن من لحظة وضع الرأس في الماء حتى خروجها من الماء .
(٣٧: ٤)

٢- اختبار زمن الطفو:

الغرض من الاختبار :

قياس زمن بقاء الجسم في وضع الطفو الأفقي في الماء.

الإجراءات :

يقف المختبر و ظهره مواجه لحائط الحمام و عند سماع الإشارة يأخذ شهيقاً عميقاً ويدفع حائط الحمام لينزلق في الماء متخذاً وضع الطفو الأفقي مع مد الذراعين عالياً و الرأس بينهما و يترك الجسم ينزلق.

الأدوات :

ساعة إيقاف – صفارة – حمام سباحة – كراسة تسجيل.

التسجيل :

يتم التسجيل بحساب الثواني التي قطعها منذ اتخاذ وضع الطفو و ثبات الجسم حتى لحظة سقوط الرجلين و الوقوف على أرض الحوض. (٣٧ : ٤)

٣- اختبار الانزلاق الأمامي :

الغرض من الاختبار :

قياس المسافة المقطوعة منذ دفع لحائط و حتى و الوقوف في الماء.

الإجراءات :

الماء في مستوى الصدر ، و الذراعين أماماً و عند سماع إشارة البدء وضع الوجه في الماء و الدفع للوصول إلى وضع الطفو الأمامي مع الانزلاق لأبعد مسافة ثم العودة إلى وضع الوقوف.

الأدوات :

حمام سباحة – صفارة – كراسة تسجيل – شريط قياس.

التسجيل :

تقاس المسافة المقطوعة بالمتر من مكان البداية حتى آخر مكان و قف عليه المختبر.

(٩٢ : مرفق ٣ صـــ٢٦)

٤- اختبار قياس معدل الشدات كمؤشر لمستوى الأداء المهاري :

الهدف من الاختبار :

معدل الشدات .

الأدوات المستخدمة:

حمام سباحة قانوني ــ ساعة إيقاف .

طريقة الأداء :

يبدأ السباح في سباحة ٥٠ م بأقصى سرعة بدون غطسة البدء وقياس الزمن. يتم قياس زمن ٣ دورات كاملة في المسافة الوسطي لحوض السباحة ويحتسب زمن الثلاث دورات عند دخول أصابع الذراع اليمنى الماء و إيقاف الزمن عند دخول الذراع اليمنى الماء في المرة الرابعة .

طريقة الحساب :

- **الزمن المحسوب لـــ٣ شدات بالذراع = /ثانية**
- **تحويل زمن الـــ٣ شدات إلى معدل الشدات في الدقيقة عن طريق المعادلة التالية:**

$$\text{معدل الشدات في الدقيقة} = \frac{٦٠}{\text{زمن ٣ شدات}} \times ٣ = \text{دورة /دقيقة}$$

- **تحويل الزمن إلى معدل سرعة من خلال معرفة زمن ٥٠م وعن طريق المعادلة التالية:**

$$\text{معدل السرعة} = \frac{\text{المسافة}}{\text{الزمن}} = \text{متر / ثانية}$$

- **تحويل معدل الشدات في الدقيقة إلى عدد الشدات في الثانية عن طريق:**

$$\text{معدل الثنائية في الثانية} = \frac{\text{معدل الثنائية في الدقيقة}}{٦٠} = \text{دورة / ثانية}$$

(٧٢: ١٤٨-١٤٩)

٥- اختبار ضربات الرجلين لسباحة الزحف على البطن بسرعة مسافة ٣٠ متر

الغرض من الاختبار:

تحديد سرعة السباحة بالرجلين فقط.

شروط الاختبار :

يسبح البرعم بالرجلين و يمسك لوحة الطفو بذراعيه و بدون أن يحرك أي جزء غير رجليه. .

الأدوات المستخدمة :

ساعة إيقاف ، أوراق و أقلام للتسجيل ، لوح ضربات رجلين.

تسجيل الاختبار :

يتم تسجيل الاختبار بقياس الزمن الذي يحققه البرعم بالرجلين فقـط ، و إذا حرك ذراعيه يلغى الاختبار. (١١ : ٢٦٣)

٦- اختبار سباحة الزحف على البطن بسرعة مسافة ٣٠ متراً:

الغرض من الاختبار: قياس السرعة القصوى للبراعم.

شروط الاختبار : يسبح البرعم المسافة المقررة في الاختبار بدون توقف أو راحة .

الأدوات المستخدمة :

ساعة إيقاف ، أوراق و أقلام للتسجيل.

تسجيل الاختبار :

يلاحظ في الاختبار الزمن الذي قطعة البرعم في المسافة المقررة. (١١ : ٢٦٢)

مرفق (٨)

بيان بأسماء السادة الخبراء

بيان بأسماء السادة الخبراء من أعضاء هيئة التدريس المتخصصين في مجال السباحة

م	الاسم	الدرجة العلمية	محل الوظيفة
١	محمد فتحي الكرداني	أستاذ	أستاذ بكلية التربية الرياضية أبو قير – جامعة الإسكندرية
٢	نبيلة لبيب محمود	أستاذ	أستاذ بكلية التربية الرياضية بنات بالجزيرة – جامعة حلوان
٣	محمود حسن	أستاذ	أستاذ بكلية التربية الرياضية بنين بالهرم – جامعة حلوان
٤	مصطفى كاظم	أستاذ	أستاذ بكلية التربية الرياضية بنين بالهرم – جامعة حلوان
٥	محمود نبيل ناصف	أستاذ	أستاذ بكلية التربية الرياضية بنين بالهرم – جامعة حلوان
٦	سامي محمد الشربيني	أستاذ	أستاذ بكلية التربية الرياضية أبو قير – جامعة الإسكندرية
٧	متولي مختار حسن متولي بهايم	أستاذ	أستاذ بكلية التربية الرياضية أبو قير – جامعة الإسكندرية
٨	جمال عبد الحليم نصر الجمل	أستاذ	أستاذ بكلية التربية الرياضية – جامعة طنطا
٩	نادية رسمي	أستاذ	أستاذ بكلية تربية الرياضية بنات بالجزيرة – جامعة حلوان
١٠	محمد على القط	أستاذ	أستاذ بكلية التربية الرياضية بنين – جامعة الزقازيق
١١	طارق محمد ندا السيد	أستاذ	أستاذ بكلية التربية الرياضية بنين – جامعة الزقازيق
١٢	عادل فوزي جمال	أستاذ	أستاذ بكلية التربية الرياضية بنين بالهرم – جامعة حلوان
١٣	حسين دري أباظة	أستاذ	أستاذ بكلية التربية الرياضية بنين – جامعة الزقازيق
١٤	سمير عبد الحميد على حامد	أستاذ	أستاذ بكلية التربية الرياضية أبو قير – جامعة الإسكندرية
١٥	إيهاب سيد إسماعيل	أستاذ	أستاذ بكلية التربية الرياضية – جامعة طنطا
١٦	مجدي منصور	أستاذ مساعد	أستاذ مساعد بكلية التربية الرياضية بنين بالهرم – جامعة حلوان
١٧	محمد مصدق محمود	أستاذ مساعد	أستاذ مساعد بكلية التربية الرياضية بنين بالهرم – جامعة حلوان
١٨	أشرف عدلي إبراهيم بخيت	أستاذ مساعد	أستاذ مساعد بكلية التربية الرياضية أبو قير – جامعة الإسكندرية
١٩	حسين على عبد السلام	أستاذ مساعد	أستاذ مساعد بكلية التربية الرياضية أبو قير – جامعة الإسكندرية
٢٠	عادل محمد سيد زين الدين	أستاذ مساعد	أستاذ مساعد بكلية التربية الرياضية أبو قير – جامعة الإسكندرية
٢١	حاتم حسين عبد العزيز الدريني	أستاذ مساعد	أستاذ مساعد بكلية التربية الرياضية – جامعة طنطا
٢٢	مصطفى محمد مرسي	مدرس	مدرس بكلية التربية الرياضية بنين بالهرم – جامعة حلوان
٢٣	أشرف محمد سيد	مدرس	مدرس بكلية التربية الرياضية أبو قير – جامعة الإسكندرية
٢٤	محمد فتحي يوسف البحراوي	مدرس	مدرس بكلية التربية الرياضية – جامعة المنصورة

* تم الترتيب حسب الدرجة العلمية .

مرفق (٩)

بيان بأسماء المساعدين

م	الاسم	الدرجة العلمية	الوظيفة و محل العمل
١	وائل صابر	ماجستير في التربية الرياضية	مدرب سباحة بإستاد المنصورة الرياضي
٢	أحمد حمدي	بكالوريوس التربية الرياضية	مدرب سباحة بإستاد المنصورة الرياضي
٣	عبد الحميد حماد	بكالوريوس التربية الرياضية	مدرب سباحة بإستاد المنصورة الرياضي
٤	هاني السيد على	بكالوريوس التربية الرياضية	مدرب لياقة بدنية بإستاد المنصورة الرياضي
٥	مصطفى عقل	بكالوريوس التربية الرياضية	مدرب سباحة بنادي جزيرة الورد الرياضي
٦	إسلام عبد الباسط	بكالوريوس التربية الرياضية	مدرب سباحة بنادي جزيرة الورد الرياضي
٧	أحمد مبارك	بكالوريوس التربية الرياضية	مدرب سباحة بنادي جزيرة الورد الرياضي

الملخصـــات

ملخص البحث باللغة العربية

مستخلص البحث باللغة العربية

مستخلص البحث باللغة الإنجليزية

ملخص البحث باللغة الإنجليزية

جامعة المنصورة
كلية التربية الرياضية
قسم التدريب الرياضي

معايير انتقاء البراعم في رياضة السباحة بمحافظة الدقهلية

بحث مقدم

ضمن متطلبات الحصول على درجة الماجستير

إعداد
أحمد سلامة عبد الوهاب

إشراف
أ.د / محمد شوقي السباعي كشك
م.د / حسام الدين فاروق حسين

ملخص البحث

مقدمة البحث:

أصبحت عملية الانتقاء في المجال الرياضي تخضع لمعايير و مقاييس دقيقة لضمان حسن الانتقاء ، فلقد تعددت الآراء و اختلفت حول كيفية الانتقاء ومعاييره ، و التنبؤ بما يمكن أن يحققه من نتائج و السن المناسب و المتطلبات البدنية التي يجب توافرها لكي يصل اللاعب إلى المستويات العالية و الدور الكبير التي تقوم به المقاييس الأنثروبومترية و الاختبارات البدنية و المهارية التي يجب الاعتماد عليها في عملية الاختيار و المراحل التي يجب أن يمر بها حتى يصل إلى المستويات المطلوبة .

و يعتبر وضع معايير و محددات انتقاء البراعم كبداية الممارسة للأنشطة الرياضية المختلفة من أولى خطوات التفوق للوصول إلى البطولة في هذه النشطة ، و لذلك اتجهت البحوث العلمية في مجال الرياضة إلى دراسة تلك المحددات التي تساعد على اكتشاف الاستعدادات البدنية و الجسمية طبقاً للمراحل السنية المختلفة حيث يتم توجيه البراعم لأنوع الرياضة التي تتلائم مع استعداداته و قدراته المتميزة و لذلك يمكن عن طريق الانتقاء التنبؤ بمدى تأثير عاملي النمو و التدريب الرياضي على تطوير و تحسين تلك القدرات بفاعلية لتحقيق أفضل الإنجازات في مجال النشاط الرياضي المختار ، إذ يؤدي اكتشاف البرعم الموهوب في بداية ممارسة النشاط الرياضي التخصصي إلى الاقتصاد في كثير من الوقت و الجهد و المال ، فالبراعم الواعدين يجب رعايتهم من جميع النواحي البدنية و الصحية و الاجتماعية و النفسية على اعتبار أنهم ثروة قومية يجب الحفاظ عليها فهم النواة للفرق القومية.

و لقد اهتمت معظم الدراسات التي أجريت في الانتقاء بالنسبة لرياضة السباحة لدراسة أهم المواصفات التي يجب أن تكون متوفرة بالنسبة للسباحين في مختلف الأعمار دون التطرق للمرحلة السنية ٨ سنوات ، على الرغم من أهمية هذه المرحلة السنية ، و هذا ما أشار إليه **أبو العلا عبد الفتاح ، أحمد الروبي**(١٩٨٦) على أن الدراسات و البحوث الخاصة بالانتقاء قد أدت إلى التوصل إلى كثير من المعلومات حول عملية الانتقاء و حل كثير من المشكلات إلا أنها على الرغم مما أحرزته من تقدم في السنوات الأخيرة إلا أنها لا تزال مشكلة لم تحسم بعد.

مشكلة البحث:

إن الرياضيين الموهوبين في المجالات المختلفة للنشاط الرياضي ثروة لابد من اكتشافها ورعايتها فقد ظلت عملية اكتشاف هؤلاء الأفراد في المجال الرياضي لفترة طويلة تخضع للصدفة العابرة و غيرها من الأساليب غير المقننة ، بينما تتبع الدول المتقدمة في المجال الرياضي طرق وأساليب تمكنها من تحقيق الإنجازات العالية والتي من بينها استخدام الأساليب المختلفة للانتقاء وبغرض اكتشاف الأفراد ذوي القدرات البدنية و المهارية العالية في مجال الرياضة التخصصية.

ومن خلال عمل الباحث في مجال تدريب السباحة لفرق البراعم وجد أن عملية الانتقاء للأطفال خرجي مدارس السباحة والذين يتم توجيههم إلى المرحلة الأولى من فرق البراعم تكون عشوائية وغير واضحة الأسس والقواعد حيث تعتمد على ملاحظة المدرب لطريقة أداء سباحة الزحف على البطن فقط ، مع الإغفال التام لاستخدام أبسط أنواع الاختبارات والمقاييس الأولية ، (أنثروبومترية – بدنية – مهارية).

وقد قام الباحث بإجراء دراسة استطلاعية على عينة صغيرة من المدربين استخدم بها المقابلة الشخصية اتضح له منها اعتماد معظم المدربين على اختيار درجة الأداء المهاري لنوع السباحة للناشئ كعنصر أساسي للانتقاء والتصعيد من مدرسة السباحة إلى فرق البراعم ، فضلاً عن عدم وجود معيار ثابت للانتقاء يمكن الاعتماد علية عند التصعيد مع استخدام اختبارات سهلة و مقننة تتناسب مع هذه المرحلة السنية الصغيرة. وبالبحث المرجعي لكافة الأبحاث والدراسات في مجال رياضة السباحة في حدود علم الباحث وجد عدم تطرق الأبحاث لموضوع معايير انتقاء البراعم في رياضة السباحة سن (٩) سنوات الصاعدين من مدرسة السباحة والذي كثر عددهم في الآونة الأخيرة ، وبهذا فقد نشأت الفكرة في تصميم بطارية اختبارات تضم مجموعة من القياسات الأنثروبومترية ، البدنية ، المهارية يمكن من خلالها وضع معايير تساعد على انتقاء السباحين البراعم سن (٩) سنوات و الذي سوف يتم تصعيدهم من مدرسة السباحة إلى فرق البراعم.

هدف البحث:

- يهدف البحث إلى التعرف على أهم المعايير الأنثروبومترية و البدنية و المهارية المحددة لانتقاء البراعم في رياضة السباحة .
- تصميم بطارية اختبارات لانتقاء البراعم.

تساؤل البحث:

ما هي أهم المعايير و المحددات الأنثروبومترية و البدنية و المهارية المحددة لانتقاء البراعم في رياضة السباحة ؟

إجراءات البحث:

١- منهج البحث :

استخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي و ذلك لملائمة لطبيعة هذه الدراسة.

٢- عينة البحث :

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من فريق البراعم مواليد ١٩٩٨م في كل من ستاد المنصورة الرياضي و نادي جزيرة الورد الرياضي و هي الأندية الممثلة لرياضة السباحة بمحافظة الدقهلية ، و قوامها (١٠٣) برعم تم أخذ موافقة أولياء أمورهم لإجراء الدراسة مرفق (٩)، وتم الاستعانة بعدد (١٥) برعم لأجراء الدراسة الاستطلاعية ، كما تم استبعاد عدد (٤) براعم لغيابهم أثناء إجراء القياسات ، ليصبح بذلك عدد الدراسة الأساسية (٨٤) برعم و يشير الجدول (٣) إلى توصيف عينة البحث .

اختبارات البحث:

جدول (١)

القياسات و الاختبارات المستخدمة في البحث

المتغيرات			أدوات القياس	وحدة القياس
القياسات الأنثروبومترية		الوزن	ميزان طبي	كجم
	الأطوال	الطول	رستاميتر	سم
		طول الذراع	شريط قياس	سم
		طول الرجل	شريط قياس	سم
		طول الجذع	شريط قياس	سم
		معامل بروك	درجة	
	العروض	عرض الصدر	بلفوميتر	سم
		عرض الحوض	بلفوميتر	سم
		عرض الكف	بلفوميتر	سم
		عرض القدم	بلفوميتر	سم
القياسات البدنية		قدرة عضلية للرجلين	حزام أبلاكوف	سم
		قدرة عضلية للذراعين	كرة طبية ٣كجم	متر
		مرونة الكتفين (الوضع العمودي)	مسطرة (١) متر مدرجة سم	سم
		مرونة الكتفين (الوضع الأفقي)		سم
		مرونة قدمين انبساط (كب)	جينوميتر	درجة
		مرونة قدمين انقباض (بطح)		درجة
		مرونة جذع ورقبة	مسطرة (١) متر مدرجة سم	سم
		مرونة ثني الجذع اماما اسفل	مسطرة ٣٠سم – كرسي	سم
		اختبار التحمل العضلي	عدة	عدد
القياسات المهارية		كتم النفس داخل الماء	ساعة إيقاف	ث
		زمن الطفو	ساعة إيقاف	ث
		الانزلاق الأمامي	شريط قياس	متر
		معدل الشدات	ساعة إيقاف	ث
		السباحة بالرجلين فقط ٢٠م	ساعة إيقاف	ث
		السباحة بسرعة ٢٠م	ساعة إيقاف	ث

المعالجات الإحصائية:

بعد جمع البيانات و تسجيل القياسات المختلفة للمتغيرات التي استخدمت في هذا البحث تم إجراء المعالجات الإحصائية المناسبة لتحقيق الأهداف باستخدام القوانين الإحصائية و كذلك الحاسب الآلي باستخدام البرنامج الإحصائي " Excel " التابع للحزمة البرمجية الموثقة " Microsoft Office " و البرنامج الإحصائي للحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية الذي يرمز له بالرمز " SPSS " و تم حساب :

- المتوسط الحسابي Mean
- الوسيط Median
- الانحراف المعياري Standard Deviation
- معامل الالتواء Skewness
- معامل التفلطح Kurtosis
- اختبار دلالة الفروق (ت) للقياسات المستقبلية Independent Samples T Test
- معمل الارتباط البسيط (بيرسون) Correlation (Pearson)
- التحليل العاملي باستخدام التدوير المتعامد Factor Analysis
- المستويات المعيارية percentile

و قد تم التحليل العاملي باستخدام التدوير المتعامد لمصفوفة معاملات الارتباط باستخدام طريقة المكونات الأساسية لهوتلنج Hotteling .

أهم النتائج:

في حدود عينة البحث و القياسات و الاختبارات المستخدمة و في ضوء الأهداف ، و من خلال النتائج التي توصل إليها الباحث من التحليل الإحصائي أمكن الباحث صيغة الاستنتاجات التالية :

تم قبول عدد (١٣) اختبار استوفت جميع الشروط و هي:

القياسات الأنثروبومترية : و كان عدد القياسات المستخلصة و المرشحة بعد التدوير (٧)

الاختبارات البدنية : و كان عدد الاختبارات المستخلصة و المرشحة بعد التدوير (٣)

الاختبارات المهارية : و كان عدد الاختبارات المستخلصة و المرشحة بعد التدوير (٣)

وحدات البطارية المستخلصة:

جدول (٢)
وحدات البطارية المستخلصة

المحدد	م	اسم الاختبار	قيم التشبع
القياسات الأنثروبومترية	الأول	معامل بروك	٠,٩١٣*
	الثاني	طول الرجل	٠,٨٤٥*
	الثالث	الطول الكلي	٠,٧١٣*
	الرابع	طول الذراع	٠,٥٩١*
	الخامس	عرض الحوض	٠,٨١٢*
	السادس	عرض الصدر	٠,٦٨٥*
	السابع	الوزن الكلي	-٠,٧٩٦*
الاختبارات البدنية	الثامن	مرونة الكتفين (الوضع الأفقي)	٠,٧٦٤
	التاسع	مرونة قدمين انبساط (كب)	٠,٦٤٢
	العاشر	قدرة عضلية للرجلين	٠,٧٢٦
الاختبارات المهارية	الحادي عشر	السباحة بالرجلين فقط ٢٠م	٠,٩٤١*
	الثاني عشر	السباحة بسرعة ٢٠م	٠,٩٣٢*
	الثالث عشر	معدل الشدات	٠,٥٢٩*

كما تم استخلاص المعايير التي يمكن من خلالها انتقاء البراعم سن (٨) سنوات في السباحة و هي :

١) المعايير المستخلصة من المحور الأنثروبومتري:

١- معامل بروك:

حيث كانت أقل قيمة أحرزها السباحين هي (-١٥,٥) و أعلى قيمة هـي (١٢) ، و وجُد أنه كلما ذادت قيمة معامل بروك ، كان ذلك مؤشر جيد في عملية الانتقاء.

٢- عرض الحوض :

حيث كانت أقل قيمة أحرزها السباحين هي (١٩سم) و أعلى قيمة هي (٢٨,٥سم) ، و وجُد أنه كلما قلت الدرجة الناتجة من قياس عرض الحوض ، كان ذلك مؤشر جيد فـي عملية الانتقاء.

٣- الوزن الكلي للجسم :

حيث كانت أقل قيمة أحرزها السباحين هي (٢٢كجم) و أعلى قيمة هي (٥٥,٥كجم) ، و وجُد أنه كلما قلت الدرجة الناتجة من قياس وزن الجسم ، كان ذلك مؤشر جيـد فـي عملية الانتقاء.

٤- عرض الصدر:

حيث كانت أقل قيمة أحرزها السباحين هي (١٨سم) و أعلى قيمة هي (٣٣,٥سم) ، و وجُد أنه كلما ذادت الدرجة الناتجة من قياس عرض الصدر ، كان ذلك مؤشر جيد في عملية الانتقاء.

٥- طول الرجل :

حيث كانت أقل قيمة أحرزها السباحين هي (٥٣,٥سم) و أعلى قيمة هي (٨٩سم) ، و وجُد أنه كلما ذادت الدرجة الناتجة من قياس طول الرجل ، كان ذلك مؤشر جيد في عملية الانتقاء.

٦- الطول الكلي للجسم :

حيث كانت أقل قيمة أحرزها السباحين هي (١٢٠,٥سم) و أعلى قيمة هي (١٤٩,٥سم) ، و وجُد أنه كلما ذادت الدرجة الناتجة من قياس الطول الكلي للجسم ، كان ذلك مؤشر جيد في عملية الانتقاء.

٧- طول الذراع :

حيث كانت أقل قيمة أحرزها السباحين هي (٥٠,٥سم) و أعلى قيمة هي (٦٦سم) ، و وجُد أنه كلما ذادت الدرجة الناتجة من قياس طول الذراع ، كان ذلك مؤشر جيد في عملية الانتقاء.

٢) المعايير المستخلصة من المحور البدني :

١- مرونة مفصلي الكتفين من الوضع الأفقي :

حيث كانت أقل قيمة أحرزها السباحين هي (صفر سم) و أعلى قيمة هي (٥٨سم) ، و وجُد أنه كلما قلت الدرجة الناتجة عن اختبار مرونة الكتفين (الوضع الأفقي) ، كان ذلك مؤشر جيد في عملية الانتقاء.

٢- الاختبار المعدل للوثب العمودي (باستخدام حزام أبلاكوف):

حيث كانت أقل قيمة أحرزها السباحين هي (١٠ سم) و أعلى قيمة هي (٣٣سم) ، و وجُد أنه كلما ذادت الدرجة الناتجة من الاختبار المعدل للوثب العمودي (باستخدام حزام أبلاكوف) ، كان ذلك مؤشر جيد في عملية الانتقاء.

٣- مرونة مفصلي القدمين من وضع الانبساط (كب) و الانقباض (بطح) :

حيث كانت أقل قيمة أحرزها السباحين هي (١٠٠ درجة) و أعلى قيمة هي (١٦٥درجة) ، و وجُد أنه كلما ذادت الدرجة الناتجة من قياس مرونة مفصلي القدمين من وضع الانبساط (كب) ، كان ذلك مؤشر جيد في عملية الانتقاء.

٣) المعايير المستخلصة من المحور المهاري :

١- اختبار السباحة بالرجلين فقط لمسافة ٢٠م :

حيث كانت أقل قيمة أحرزها السباحين هي (١٧,٠٩ ثانية) و أعلى قيمة هي (٣١,٨٤ ثانية) ، و وجُد أنه كلما قلت الدرجة الناتجة من اختبار السباحة بالرجلين فقط لمسافة ٢٠م ، كان ذلك مؤشر جيد في عملية الانتقاء.

٢- اختبار السباحة بسرعة لمسافة ٢٠م :

حيث كانت أقل قيمة أحرزها السباحين هي (١٤,٣٣ ثانية) و أعلى قيمة هي (٢٩,٣٥ ثانية) ، و وجُد أنه كلما قلت الدرجة الناتجة من اختبار السباحة بسرعة لمسافة ٢٠م ، كان ذلك مؤشر جيد في عملية الانتقاء.

٣- اختبار قياس معدل الشدات :

حيث كانت أقل قيمة أحرزها السباحين هي (٢٠ دورة/دقيقة) و أعلى قيمة هي (٦٤,٣ دورة/دقيقة) ، و وجُد أنه كلما قلت الدرجة الناتجة من اختبار قياس معدل الشدات ، كان ذلك مؤشر جيد في عملية الانتقاء.

ثانياً: التوصيات :

اعتماداً على ما ورد من بيانات و معلومات في سياق هذا البحث و انطلاقاً مما تشـــير إليـــه الاستخلاصات المستمدة من التحليل الإحصائي يتقدم الباحث بالتوصيات التالية:

- استخدام البطارية المستخلصة عند انتقاء البراعم المتخرجين من مدارس السباحة و ذلـــك من خلال :

أولاً : أهمية إجراء المقاييس الأنثروبومترية بصفة دورية و التنبؤ بمدى تقدم السباح البرعم و ذلك عن طريق الاسترشاد بالعوامل الأنثروبومترية التي خلصت بها الدراسة.

ثانياً : أهمية إجراء الاختبارات البدنية بصفة دورية و التنبؤ بمدى تقدم السباح البرعم و ذلك عن طريق الاسترشاد بالمعايير البدنية التي خلصت بها الدراسة.

ثالثاً : أهمية إجراء الاختبارات المهارية بصفة دورية و التنبؤ بمدى تقدم السباح البـــرعم و ذلك عن طريق الاسترشاد بالمعايير المهارية التي خلصت بها الدراسة.

- العمل على تعميم النتائج المستخلصة في البحث على الأندية المصرية ، و ذلك عن طريق الاتحاد المصري للسباحة بغرض الاستفادة منها عند انتقاء البراعم.
- يتم إعادة بناء البطارية كل عامين نظراً لعملية النمو و طفراته و ظروف التدريب .
- إجراء المزيد من البحوث المماثلة على مراحل سنية مختلفة و ذلك بهدف الاستفادة مـــن النتائج في انتقاء أفضل العناصر في رياضة السباحة.

Mansoura university
Faculty of Sports Education
Department of physical training

Norms of Swimming Junior's Selection in Dakahlia Governorate

Submitted by

Ahmed Salama Abd El Wahab
Trainer in Ministry of Education Pool - Mansoura

Among The Requirements of Attain M.A Degree in Physical Education

Supervisor

Prof .Dr
Mohammed Shawky Elsebaey Keshk
Professor in Sports Training
Department Permanent Affairs for High Studies and Researches Faculty of physical Education Mansoura University

Dr.
Hossam Edl-Dein Farouk Hussein
Teacher in Sports Training Department
Faculty of Physical Education
Mansoura University

1429 – 2008

Mansoura university
Faculty of Sports Education
Department of physical training

Norms of Swimming Junior's Selection in Dakahlia Governorate

Submitted by

Ahmed Salama Abd El Wahab
Trainer in Ministry of Education Pool - Mansoura

Among The Requirements of Attain M.A Degree in Physical Education

Supervisor

Prof.Dr
Mohammed Shawky Elsebaey Keshk
Professor in Sports Training
Department Permanent Affairs for High Studies and Researches Faculty of physical Education Mansoura University

Dr.
Hossam Edl-Dein Farouk Hussein
Teacher in Sports Training Department
Faculty of Physical Education
Mansoura University

1429 – 2008

Mansoura University
Faculty of sports education
Sports training department

Norms of Swimming Junior's Selection in Dakahlia Governorate

Under supervision

Dr : Mohamed Shawky Elsebaey Keshk

Dr : Hosam Eldin Farouk

Prepared by

Ahmad Salama Abd el wahab

Research Summary

Introduction:

The operation of selection in the sport field become under take to criterions and precise measures to ensure good criterion , The opinions are multiplicity and different about how selection and criterion's and prediction about results can be achieved , proper age and physical requirement that must existence to reach the player highest levels and the big role that carrying out anthropometric measures, physical and skill testes that must real on in the operation choose and stages that must path to reach purposed level

set up norms and limitation selection junior's as beginning to exercise difference sports activities , that is the first steps excellence to reach championship in this activity , So Science research direct in sport filed to study this norms , that help to discovery physical and body preparations according to .

different age stages , thus direct Junior's to kinds of sport that fit with excellent preparations and abilities , so according to the method of selection can predict with the effect growth and sports Training Factors to development this abilities to achieve the better effect calculations in the sports activity field was selected discovery cadet to lent in the beginning of practice private physical activity lead to economy in more time , money and effort , thus :- junior's talent must care from all direction as physically Healthy ,socially and mentally as consider that is national wealth must keep it because it is the basis of national team .

Most researches in selection according to swimming sport to study the important descriptions that must available in swimmers in different ages , but didn't study this selection in (8age) , Although the importance of this stage and this stage is reference by **(Abi elalla abd el ftah , Ahmed elroby 1986)** that this studies and private research of selection leads to more information about selection operation and solve more problems, although the progress has done but the problem still existence .

Research Problem :-

Talent Athletes in any field of sport activity wealth must discover and care , as along time the process of discovering the Athlete related to accident , but the developed countries in sport field follow methods to reach high achievements to discovered peoples have high physical and skill abilities in the field of special sport

Through the work of researcher in swimming field in junior's teams existence that process of selection children's

Who graduates from swimming schools and guidance to first stages in junior's teams happen by unclear rules that depend on coach observation to the performance of crawl swimming only and neglect the simplicity kind of tests as height, weight and wide .

Researcher doing pilot study on small sample of coaches by using interview which clear that most of the couches depend on choose technical performance to the kind of swimming as basic element of selection from school swimming to junior's teams ,beside it there is no fixed norms of selection can be dependable on to selection and using easy and standardized tests proper with this age stage previous studies didn't investigate this problem ,so the researcher think to

design test battery include anthrop ,physical and technical measures help to select cadet swimmer (9 age years) for first stage of training .

The research aim

1-The research aims to know The important norms and limitation anthropometric , physical and technical performance to junior's in swimming

2-design a test battery to select juniors

the research question are :

what is the important norms and limitation anthropometric , physical and technical to select junior's in swimming ?

the research procedure :

1 – research method :

the research using descriptive method because this is way suit the nature of the research

2 – research sample :

research sample chosen by purpose method from junior's teams born at (1998 – 1999) in Mansoura stadium and Gazirat el ward club and these stadium represent swimming in Dakahlia governorate . the teams represent (103) junior's and take (15) cadet to do pilot study and (4) cadet were exclusion ,thus the basic study become (84) junior's

Table (1)
Measurement used in study

Variables			Measure tools	Measure unit
Anthropometric Measures	Lengths	Weight	Medical balance	K.G
		Length	Aestametre	C.M
		Arm length	Measure tape	C.M
		Trunk length	Measure tape	C.M
		Brock factor	Measure tape	C.M
	wide		Degree	
			Peluomrter	C.M
		Breast width	Peluomrter	C.M
		Hard width	Peluomrter	C.M
		Foot width	peluomrter	C.M
		Belvic width		
Physical Measures	Legs muscle power		Ablacov belt	c.m
	Arm muscle power		Medicine ball 3	metre
	Shoulder Flexibility (vertical position)		k.g	
				c.m
	Shoulder flexibility (horizontal position)		Rule 1 meter	
	Foot flexibility extension			degree
	Foot flexibility flexion			degree
	Trunk and neck flexibility		Genometer	c.m
	Flexibility of trunk bent		Rule 1 metre	c.m
	Muscular endurance test		Rule 3d metre	number
			Number	
Skill Measures	Breath hold under water		Stop watch	Second
	Floating time		Stop watch	Second
	Front glide		Measure tape	Meter
	Pull rate		Stop watch	Second
	Swimming by legs		Stop watch	Second
	Swimming speed20.m		Stop watch	second

Statically treatment

After data collection and register different measurements of variables that using in this research and doing proper statistical treatment to achieve aims by using Excel program , Microsoft program and SPSS calculating program .

- Arismetic mean
- Medium
- Standard deviation
- Skew ness
- Kurtosis
- Independent samples Test
- Correlation (pearson)
- Factor Anaysis
- Percentile

- **Important results :**

Through the sample, research measurements , testes and aims, through the results that researcher take from statistical analysis ,the researcher concluded that :

- anthropmetric measure number of abstracted measures were (7) after rotation

- physical testes – number of abstracted testes were (3) after rotation

- Technical testes – number of abstracted testes were (3) after rotation

Table (2)
Abstracted battery unites

Limitation	Factor	Test name	Saturation value
Anthropometric measures	First	Brock factor	913
	Second	Leg length	845
	Third	Total length	713
	Fourth	Arm length	591
	Fifth	Belvic width	812
	Sixth	Breast width	685
	Seven	Total weight	796
Physical tests	Eight	Shoulder flexibility (horizontal position)	764
	Nine	Foot flexibility extension	642
	ten	Legs mused power	726
Technical tests	Eleven	Swimming by legs	941
	Twelve	Swimming speed 20 m	932
	Thirteen	stroke rate	529

Table (3)
Range of abstracted research variables

factor	Test name	range		Measure unit
		From	to	
First	Brock factor	15.5	12	Degree
Second	Leg length	53,5	89	c.m
Third	Total length	120,5	149.5	c.m
Fourth	Arm length	26	66	c.m
Fifth	Belvic width	19	28.5	c.m
Sixth	Breast width	18	33.5	c.m
Seven	Total weight	22	55.5	k.g
Eight	Shoulder flexibility (horizontal	0	58	c.m
Nine	position)	100	165	
Ten	Foot flexibility extrntion	10	33	c.m
Eleven	Leg muscale power	17.09	31,84	second
Twelve	Swimming by legs	14,33	29,35	second
Thirteen	Swimming speed 20m	20	64,300	second
	Pull rate			

The conclusion of the research tell us that:

1-brock factor

the lower value is (15.5) and the higher value is (12) and as brock factor increased as the goodness of the selection

2-Belvic width

the lower value is (19cm) and the higher value is (28.5cm) and as belvec width decrease as goodness of the selection

3-total weight

the lower value is (22kg) and the higher value is (55.5kg) and as total weight decreased as the goodness of the selection

4-breast width

the lower value is (18cm) and the higher value is (33.5cm) and as breast width increased as the goodness of the selection

5-leg length

the lower value is (53.5cm) and the higher value is (89) and as leg length increased as the goodness of the selection

6-arm length

the lower value is (50.5cm) and the higher value is (66cm) and as arm length increased as the goodness of the selection

Norm abstracted from the Physical tests:

1- Shoulder flexibility (horizontal position)
the lower value is (0cm) and the higher value is (58cm) and as Shoulder flexibility (horizontal position) decreased as the goodness of the selection

2- Legs muscle power by Ablacov belt
the lower value is (10cm) and the higher value is (33cm) and as Legs muscle power by Ablacov belt increased as the goodness of the selection

3- Foot flexibility extension Foot flexibility flexion
the lower value is (100cm) and the higher value is (165cm) and as Foot flexibility extension Foot flexibility flexion increased as the goodness of the selection

Norm abstracted from the Technical tests:

1- Swimming Crowl with legs only for 20m with maximum speed
the lower value is (17.09sec) and the higher value is (31.84sec) and as Swimming Crowl with legs only for 20m with maximum speed increased as the goodness of the selection

2- Swimming Crowl for 20m with maximum speed
the lower value is (14.33sec) and the higher value is (29.35sec) and as Swimming Crowl for 20m with maximum speed increased as the goodness of the selection

3- stroke rate
the lower value is (20cyc/min) and the higher value is (64.3cyc/min) and as stroke rate decreased as the goodness of the selection

recommendations :

Through results the researcher recommend the follow :

- using abstracted battery when selection junior's who graduated from swimming schools.
    1. the Anthropometric tests must be done periodically to predict the advancement of the swimmer by using the Anthropometric victors that abstracted from the research
    2. the Physical tests must be done periodically to predict the advancement of the swimmer by using the Physical victors that abstracted from the research

3. the Technical tests must be done periodically to predict the advancement of the swimmer by using the Technical victors that abstracted from the research

- Generalize the abstracted results in researches in Egyptian clubs through Egyptian swimming federation

- Rebuild battery after two years according to growth process.

- Doing more similar researches in different age stages to select the best team

The research abstract

The research aims to recognize the norms of selection junior's in swimming sport from (9) years the research include swimming junior's from (1998 year) the number was (84) cadet the important results was select (7) measure of anthropometric direct as (weight , body length , leg length , arm length , breast width , pelvic width , Brock factor) and select (3) testes of physical direct as (shoulder flexibility vertical, foot flexibility extension ,and select (3) testes of technical direct as (swimming by legs only 20 m , swimming speed 20 m , pull rate) the researcher recommend using abstracted battery when selected junior's in swimming sport , and the researcher recommend using the abstracted battery during the selection of juniors of swimming sport.