

## تقديم

بقلم الأستاذ الدكتور عصام أحمد سالم

رئيس جامعة الإسكندرية

إن إيماني العميق بأهمية الرياضة في بناء شخصية وأجسام الشباب - لا يقل عن إهتمامي بالعلم والمعامل - لذا حرصت - من موقع المسئولية - على دعم وتشجيع كل ألوان الأنشطة الرياضية داخل هذه الجامعة العريقة وتطوير المنشآت الرياضية وحمائمات السباحة حتى توفر لشباب الجامعة وللمجتمع المحيط البيئة المناسبة لممارسة الأنشطة في ظروف صحية تساعد على نموهم البدني والفكري والإجتماعي ...

ولا أستطيع أن أخفي سعادتي مع كل مؤلف يصدر عن أحد أبناء هذه الجامعة العريقة، فهو محصلة جهد وفكر يهدف إلى المعرفة والتطوير - وتزداد هذه السعادة عندما يتناول مؤلف أحد المجالات الهامة مثل الرياضة.

وأعتقد أن هذا المؤلف «إنجازات حديثة في تدريب السباحة وتخطيط البرامج» قد تضمن عدد من الموضوعات الهامة التي تساعد على تطوير هذه الرياضة المهمة. وكلني أمل أن يحرص العاملون في هذا المجال على الاستفادة ومحاولة التطبيق ... من أجل تطوير الرياضة المصرية.

ولا يسعني إلا أن أرجو أن يكون هذا الكتاب قد أصاب قدراً معقولاً من التوفيق في رؤية ومسعاها.

أ.د. عصام أحمد سالم

رئيس جامعة الإسكندرية

obeikandi.com

## تصدير

دفعنى هذا السيل المنهمر من المعلومات من المراكز العلمية فى الدول المتقدمة، وكذلك الإجهادات التى يقوم بها شباب الباحثين فى مصر إلى إعداد هذا الكتاب فى محاولة للتطوير والتغيير ... من أجل رفع شأن هذه الرياضة فى مصر والدول العربية بالأسلوب العلمى السليم. فالعلم هو أساس كل شئ فى الحياة. فهو الذى يقود الحياه بكل ما فيها بعد الخالق عز وجل.

وفى هذا الكتاب - اتجاهات حديثة فى تدريب السباحة وتخطيط البرامج - سعت إلى التحليل وأستنباط بعض التعميمات من آراء العلماء البارزين أجنبى ومصريين. فمصر لديها من الخبراء والعلماء فى مجال التدريب، وتدريب السباحة ... وغيرها أساتذتى - من هم أعمق فكراً وعلماً ... ولكن زامر الحى لا يطرب ... لعن الله عقده الأجنبى ونقص الإمكانيات.

ولكى تجمع هذه المادة فى مؤلف موجز سهل الفهم - أتخذنا فى بعض المواضع موقفاً أرشادياً صريحاً، وربما نكون قد بالغنا فى تبسيط بعض الموضوعات. وحاولنا أيضاً أستنتاج وإيضاح أكبر قدر ممكن من الأمور الغامضة فى هذا المجال الصعب، والذى ما زال يبدو للبعض أمراً سهلاً! حتى وصلنا على ما نحن عليه الآن فى الدورات الأقليمية والأولمبية.

وربما كان محتوماً على أى كتاب يحاول معالجه مثل هذه الموضوعات المتسعة المعقدة أن يعانى كثيراً من أوجه النقص. فإنى أمل أن يغفر لى القارئ العزيز - على أمل أن أقوم مستقبلاً بتلافى ذلك.

وأود أن أقدم شكرى العميق لأستاذ الدكتور عصام أحمد سالم رئيس جامعة الإسكندرية - على تشجيعه ودفعه المستمر من أجل تطوير المستوى الرياضى فى مصر من خلال كليات التربية الرياضية وفكر أساتذتها، وبكل الإعزاز أتقدم للأستاذ الدكتور سالم محمد سالم عميد كلية العلوم جامعة الاسكندرية بكل الشكر والتقدير على تشجيعه المستمر لأنتاجى العلمى ومؤلفاتى.

كما أقدم تقديري للأستاذ الدكتور عصام عبد الخالق عميد كلية التربية  
الرياضية - جامعة الاسكندرية - وأستاذ التدريب على دعمه المستمر للعمل  
العلمي في المجال الرياضي.

ولا يسعني إلا أن أقدم شكرى لأسره دار المعارف بالأسكندرية والأستاذ  
عصمت على عمر وكيل إدارة النشر الجامعي على ما بذلوه من جهد لإخراج  
هذا الكتاب في صورته الحالية.

ولكن كنا عاجزون عن شكر الجميع فعند الله خير الجزاء أنه نعم المولى ونعم  
النصير.

الأسكندرية ١٩٩٦

أ.د. عصام حلمي