

تصميم برنامج تأهيلي للمتقدمين لدورات الإنقاذ في حمامات**السباحة و تأثيره علي المستوي الفني****أ.م.د/ حسني حسن علي عاشور**

استاذ مساعد بقسم الرياضات المائية كلية التربية الرياضية جامعة المنيا

د/ محمد حمدي خفاجي محسب

مدرس بقسم الرياضات المائية كلية التربية الرياضية جامعة المنيا

الباحث /أحمد صلاح عبدالله

باحث بقسم الرياضات المائية كلية التربية الرياضية جامعة المنيا

مقدمة البحث :

تعتبر سباحة الإنقاذ أحد فروع الرياضات المائية التي لابد وأن يكتسبها طلاب وخريجي كليات التربية الرياضية ، وكذلك القائمين علي حمامات السباحة والشواطئ المفتوحة ، و تجر الإشارة الي الدور الهام الذي يقوم به الإتحاد المصري للغوص والإنقاذ في هذا الصدد عن طريق عقد العديد من الندوات و الدورات المعنية بإعداد و تأهيل المنقذين وذلك وفقا لمعايير البرامج الموضوعية من قبل الإتحاد الدولي للغوص والإنقاذ (ILS).

و نظرا لأهمية السلامة والأمان في اماكن مزاولة الأنشطة المائية فمنذ القرنين الثامن عشر والتاسع عشر ، تم تشكيل عدد من المنظمات المنقذة للحياة لمساعدة المحتاجين إلى الإنقاذ . وشملت هذه المؤسسات مانتشابيج توت ردينغ فان درينكيلجن في أمستردام (١٧٦٧) ، والمؤسسة الملكية الوطنية لقوارب النجاة (RNLI) في إنجلترا (١٨٢٤) والجمعية الملكية لإنقاذ الحياة (RLSS) في إنجلترا (١٨٩١) وفي نهاية القرن التاسع عشر ، كانت العديد من المنظمات الوطنية المنقذة للحياة تعمل معًا ولكن بطريقة غير رسمية من خلال تبادل التقنيات والخبرات المختلفة المنقذة للحياة .

ويعود تاريخ الأنشطة الدولية المنظمة للإنقاذ إلى عام ١٨٧٨ عندما تم استضافة المؤتمر العالمي الأول في مرسيليا بجنوب فرنسا . وفي العقود التي تلت ذلك ، كان هناك العديد من الإنجازات الوطنية المستقلة البارزة في إنقاذ الحياة. وسرعان ما تم الاعتراف بالحاجة إلى منتدى دولي لتبادل الأفكار . أدى ذلك أولاً إلى إنشاء الاتحاد الدولي للعبة Sauvetaqe Aquatique (FIS) ثم تشكيل منظمة إنقاذ الحياة العالمية (WLS) لاحقاً . ثم إنشاء كلتا المنظميتين لتعزيز أهداف إنقاذ الحياة في المياه الراكدة وركوب الأمواج في جميع أنحاء العالم . وقد اندمجت FIS و WLS في عام ١٩٩٣ في الاتحاد الدولي لإنقاذ الأرواح . (ILS) عندما تم تشكيل ILS ، وبهدف إنقاذ الحياة في جميع أنحاء العالم . اندمجت FIS و WLS في عام ١٩٩٣ في الاتحاد الدولي لإنقاذ الأرواح . (ILS) عندما و عند تشكيل ILS ، تم تصميم ميثاق بين FIS و WLS و ILS. (١٠)

و منذ تأسيس الاتحاد الدولي للغوص و الإنقاذ كانت اول مهامه إصدار قوانين ولوائح موحدة لجميع الارشادات والعلامات والرموز التي تستخدم في عمليات الانقاذ وتنظيم كيفية المحافظة على سلامة الافراد الذين يرتادون اماكن السباحة سواء حمامات سباحة وبحيرات وسواحل بحار وانهار و كذلك القوانين المتعلقة بالبطولات والفعاليات المختلفة. (١٠)

و نظرا لاهمية مهنة الإنقاذ تعقد العديد من الفعاليات بين الحين والآخر متمثلة في دورات تأهيلية وورش عمل لاعداد وتدريب وتأهيل الافراد الذين يقومون بعمليات الانقاذ اضافة الى ادخال وسائل حديثة للانقاذ. حيث يعرف الغريق علي انه الشخص الذي يقع داخل الماء ، وبمرور الوقت يفقد الوعي ويدخل الماء للرئتين بدل الاوكسجين . ان اشد حالات الغرق عندما يصاب الفرد بالأرهاق واليأس وابتلع كميات من المياه ثم ينهار نفسياً وبدنياً ، و من هنا فإن عملية الانقاذ هي

مهمة انسانية و واجب اخلاقي بالاضافة الي كونها رياضة مدرجة في الاتحاد الدولي للغوص و الانقاذ وواجب اخلاقي على كل من يجيد السباحة ويصادف امامه غريق يصارع الماء بين الحياة والموت. (٣: ٢٤٨.٢٤٧)

و تجدر الاشارة الي ان اجراءات الانقاذ تبدأ عند سماع اول اشارة استغاثة او مشاهدة علامات توحى بأحتمالية حصول حالة غرق وتتضمن هذه العملية مراحل عدة حسب الظروف المحيطة بالفرد والمكان الذي يحدث به الغرق، وتتأثر ايضاً بمدي اهلية المنفذ.

قد اكد عادل النموري وعبد الحميد ابن عبدالله (٢٠٠٨م) علي دور المنقذ الرئيسي في المحافظة علي ارواح رواد اماكن السباحة حيث اهتمت مؤسسات الدول المتقدمة بإنقاء المنقذين بعد اختبارات مقننة ومعايير صارمة ، ومنها مؤسسة الصليب الاحمر الامريكي (ARC) وجمعية الشبان المسيحيين (YMCA) والاتحاد الدولي للانقاذ (ILS) حيث واهتمت هذه المؤسسات ايضاً بتدريب وصقل المنقذين وكذلك تنظيم البطولات الخاصة بها في محاولة لزيادة دافعتهم علي الاستمرار في التدريب . (٥ : ١)

و يؤكد محمد محروس محمد (٢٠١٠) علي الاهتمام بالكفاءة المهارية للقائمين بعملية الانقاذ بمعناها البسيط حيث تعني قدرة فرد الانقاذ التوظيف الامثل لمهارات الانقاذ في انقاذ من يتعرضون للغرق و كذلك الحد من ظاهرة الغرق التي قد تحدث داخل حمامات السباحة (٨ : ١٧)

قد اشار عادل النموري وعبد الحميد ابن عبدالله (٢٠٠٨م) الي ما يحظي به المنقذ في المجتمعات العربية و الدولية بالاهتمام الكبير من قبل المؤسسات المعنية بالامن والسلامة

كذلك من قبل الباحثين في مجال التربية الرياضية من حيث الاختيار والتأهيل والنهوض بمستوياتهم . (٥ : ١).

لذا تشكلت رؤية للباحث نحو مدي اهمية تصميم برنامج تأهيلي لأعداد افراد مؤهلين لمهنة الإنقاذ تهدف الي الإرتقاء بكفاءة المتقدمين لمهنة الانقاذ البدنية و المهارية .

أهمية البحث :

تعتبر مهنة الإنقاذ من الوظائف الهامة كونها من الاعمدة الاساسية في مجال السباحة وخصوصاً الترويحية ، وكما نرى من انتشار حمامات السباحة في الاندية ومراكز الشباب بشكل كبير وخصوصاً في المدن الجديدة ، الأمر الذي أدى الي الاحتياج الي المنقذين بشكل اكثر من اي وقت سبق، وهذا إقتضي بدوره تدريس مقرر الانقاذ في بعض كليات التربية الرياضية كمقرر منفصل وهذا يؤكد اهمية هذه المهنة . و لذا اهتم الباحث بالمحددات التالية :-

- ١- برامج الصقل للمتقدمين لمهنة الانقاذ لرفع الكفاءة المهارية لديهم قبل التقدم لدورات الإنقاذ.
- ٢- التدريبات المساعدة بالادوات لرفع مستوى المتقدمين للتأهيل لدورات الإنقاذ .
- ٣- الوصول بالصفات المهارية الي الحالة المثلي للإشتراك في دورات الانقاذ .
- ٤ - نشر الوعي لدي المتقدمين للتأهيل لدورات الإنقاذ نحو تنمية و تطوير الصفات المهارية .

هدف البحث

١. تصميم برنامج تأهيلي لتأهيل المتقدمين لدورات الإنقاذ .
٢. تحسين المستوى المهاري لتأهيل المتقدمين لدورات الانقاذ .

٣. تأهيل المتقدمين لدورات الإنقاذ للتعامل مع كافة مهام و أدوات الإنقاذ.

٤. نشر الوعي لتأهيل المتقدمين لدورات الإنقاذ نحو آليات الحفاظ علي المستوى المهاري تجاه متطلبات مهنة الانقاذ .

فروض البحث

١. توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي في المستوى المهاري لدي المتقدمين لدورات الإنقاذ لصالح القياس البعدي.
٢. تحقيق نسبة تحسن مقبولة في المستوى البدني و المهاري لتأهيل المتقدمين لدورات الإنقاذ.

الدراسات السابقة :

١. دراسة محمد محروس محمد عباس (٢٠١٠) بعنوان " برنامج تدريبي لرفع الكفاءة البدنية والمهارية لدى القائمين بالإنقاذ بحمامات السباحة " و الهدف من الدراسة ستخدم برنامج تدريبي لرفع الكفاءة البدنية والمهارية لدى القائمين بالإنقاذ بحمامات السباحة و قد استخدم الباحث البرنامج التجريبي و كانت الدراسة علي عينة قوامها عينة قوامها (٤١) منفذ و كانت اهم النتائج أن البرنامج التدريبي أثر إيجابياً على عينة البحث حيث ظهر تحسن فى قياسات البحث البعدية بمقارنتها بقياسات البحث القبليه . (٨)

٢. عادل حسنين النمورى وعبد الحميد عبدالله الأمير (٢٠٠٨) بعنوان " تأثير برنامج مقترح لتحسين بعض الصفات البدنية والمهارية الخاصة لمنقذى أحواض السباحة " و الهدف من الدراسة تحسين بعض الصفات البدنية والمهارية لمنقذى أحواض السباحة قد استخدم الباحث البرنامج التجريبي قد استخدم الباحث البرنامج التجريبي و كانت الدراسة علي عينة

قوامها (١٠) منقذين بجامعة الملك فهد للبترول والمعادن بالمملكة العربية السعودية و كانت اهم النتائج فاعلية البرنامج فى تحسين قياسات كلاً من مدى الحركة والقوة العضلية والتحمل والسرعة وتحسن فى قياس مهارات الإنقاذ (٥)

٣. أشرف محمد زين الدين (١٩٩٩) بعنوان دراسة للإرتقاء بالمتطلبات الأساسية الخاصة بفرد الإنقاذ فى جمهورية مصر العربية و الهدف من الدراسة إرساء قوائم بالمتطلبات الأساسية الخاصة بنشاط فرد الإنقاذ فى مصر و تقويم المتطلبات المهارية الأساسية لدى فرد الإنقاذ فى مصر بإستخدام الإختبارات المناسبة قد استخدم الباحث البرنامج وصفي و كانت الدراسة علي عينة قوامها ٢٩٠ منقذ من مختلف شواطئ الساحل الشمالى والإسكندرية والبحر الأحمر كما تم اختيار عدد من الإختبارات المهارية التى طبقت فى كأس العالم سنة ١٩٩٦ بولاية ميامى بالولايات المتحدة الأمريكية واشترك فيها (١٨٠) فرد إنقاذ يمثلون (١٤) دولة وعددها (٧) اختبارات و كانت اهم النتائج - يوجد انخفاض ملحوظ فى مستوى الأداء الفنى والإنجاز الرقمى للعينة المصرية مقارنة بالنتائج التى حققتها العينة الأجنبية - عدم اشتراك العينة المصرية فى أى دورة محلية أو إقليمية أو دولية - يرجع انخفاض مستوى فرد الإنقاذ لتغيب الأبحاث والدراسات العلمية (١)

٤. **saborit GA** (٢٠١٠) بعنوان الإستجابة الفسيولوجية لمنقذى الشواطئ فى محاكاة الإنقاذ مع الأمواج و الهدف من الدراسة دراسة الإستجابة الفسيولوجية من ١٤ منقذ فى محاكاة للأمواج بطول ١.٧م فى حمام سباحة قد استخدم الباحث البرنامج التجريبي و أظهرت النتائج التى تم التوصل إليها معدل Vo_{2max} 3.4 ± 0.8 لتر /دقيقة بدون معدات و 3.3 ± 0.8 لتر /دقيقة مع المعدات ، وعلاوة على ذلك فإن الوقت اللازم للسباحة

نحو الضحية دون معدات انخفض بنسبة ٧.٧ ث في حين انخفض الوقت اللازم للسباحة نحو الضحية بالأدوات المذكورة بنسبة ١٠.٨ ث ، وتشير هذه النتائج إلى أن الإنقاذ المائي يحتاج إلى مطالب فسيولوجية كبيرة من المنقذ ، كما أنها توفر بيانات هامة عن نوع من مستويات التدريب و الكفاءة المطلوبة للأفراد الراغبين في الانضمام للمنقذين ، وأن المعدات المستخدمة حالياً لها تأثير سلبي على السباحة للإنقاذ ، و تظهر الدراسة أن عمليات الإنقاذ بالشاطئ تحتاج مطالب فسيولوجية عالية جداً من رجال الإنقاذ ، مما يؤكد الحاجة إلى إجراء اختبارات صعبة للإلتحاق بفرق الإنقاذ ، والأدوات المساعدة تساعد في تقليل وقت الإنقاذ و تقلل التأخير في الوصول إلى الضحية (٩)

٥. محمد علي (٢٠١١) بعنوان تأثير برنامج تدريبي علي الكفاءة البدنية والاداء الفني لمنقذي السباحة و الهدف من الدراسة التعرف علي تأثير برنامج تدريبي علي الكفاءة البدنية والاداء الفني لمنقذي السباحة قد استخدم الباحث البرنامج التجريبي و كانت الدراسة علي عينة قوامها (٢٠) منقذ من المتقدمين للحصول علي دورة اعداد وتاهيل المنقذين من منطقة بورسعيد للغوص والانقاذ و كانت اهم النتائج ان ظهر تحسن واضح في مستوى الكفاءة البدنية ومهارات الانقاذ للمجموعة التجريبية نتيجة للبرنامج التدريبي المقترح .(٧)

٦. محمد لطفي ، اشرف زين ، عبدالعزيز محمد (٢٠٠٦) بعنوان الاداء البصري الفاعل في تطوير رؤية منقذ الحياة علي المياه و الهدف من الدراسة التعرف علي امكانية استغلال التدريب البصري في زيادة فاعلية رؤية منقذ الحياة علي المياه قد استخدم الباحث البرنامج التجريبي و كانت الدراسة علي عينة قوامها (٣٠) منقذا تم تقسيمهم الي مجموعتين احدهما تجريبية والاخرى ضابطة قوام كل منهم (١٥) منقذا و كانت اهم النتائج ان

المهارات البصرية هامة لتحقيق متطلبات الانقاذ الجيد ، وان تدريب العين علي المهارات البصرية يزيد من معدل انتباه منقذ الحياه علي المياه ، كما ان التدريب البصري علي مهارات الرؤية ادي الي انخفاض معدل الرمش في مقابل زياده مدة دوام فتح العين خلال رمشة واحدة ، كما ان منقذ الحياه علي المياه " الشواطئ " يحتاج الي مرونة تركيز بصري لامكانية رؤية الحدث عن الشاطئ من مسافات متباينة ، عمق ادراك بصري للحكم علي مسافة بعد الحدث عن الشاطئ ، ابصار متحرك لرؤية وتتبع الحدث عن الشاطئ " استغاثة - استماع".(٦)

٧. حسين توني (١٩٩٨) بعنوان تأثير برنامج تدريبي للسباحة علي زمن الاداء لافراد وحده الانقاذ النهري بمدينة المنيا " و الهدف من الدراسة تصميم برنامج تدريبي مقترح ومعرفة تأثيره علي زمن الاداء وبعض المتغيرات البدنية والفسولوجية لافراد وحده الانقاذ النهري بالمنيا قد استخدم الباحث البرنامج التجريبي ضابطة مجموعة واحدة وذلك علي عينة بلغت العينة ١٠٩ منقذ و كانت اهم النتائج ظهور تحسين واضح في المتغيرات البدانية والفسولوجية واختبارات زمن الاداء بين القياسين القبلي والبعدي للعينة قيد البحث(٢)

التعليق علي الدراسات السابقة

من تحليل الدراسات السابقة من حيث الهدف و العينة و النتائج و الاستخلاصات و التوصيات يتضح الحاجة الماسة لرفع مستوي الاداء المهاري للمنقذين من خلال البرنامج التأهيلية و ذلك حرصا علي سلامة رواد اماكن مزاوله الانشطة المائية سواء في حمامات السباحة أو المياه المفتوحة وذلك عن طريق التأهيل و التدريب لاعداد جيل من المنقذين يتمتعون بمستوي عال من

الكفاءة الذي ينعكس اثره الايجابي علي اجراءات الامن و السلامة في اماكن مزاوله الانشطة المائية .

أولاً : منهج البحث :

استخدم الباحث المنهج التجريبي نظراً لملاءمته لطبيعة البحث الحالي باستخدام التصميم التجريبي لمجموعة واحدة بإتباع القياس القبلي والبعدي .

ثانياً : مجتمع وعينة البحث :

يتمثل مجتمع البحث من طلاب جامعة المنيا حيث اختار الباحث عينة عمدية قوامها (١٠٥) من طلاب كلية التربية الرياضية ممن يجيدون السباحة و لديهم القدرة والإستعداد للتأهل لدورات الإنقاذ ، حيث تبدر الإشارة انه قد تم استبعاد كل من لم يكمل البرنامج التأهيلي و من كان مستواه المهاري لا يسمح لإكمال البرنامج التأهيلي .

اعتدالية توزيع عينة البحث:

للتحقق من إعتدالية توزيع أفراد عينة البحث تم اجراء المعاملات الاحصائية التالية:
المتوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري والالتواء وذلك علي ليصل حجم عينة البحث الاساسية الي (٢٧) طالباً بالإضافة الي (١٠) عينة استطلاعية وذلك في المتغيرات الأساسية (السن، الطول، الوزن) وكذلك في المتغيرات المهارية قيد البحث ، والجدول رقم (١) يوضح ذلك:

جدول (١)

المتوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري ومعامل الالتواء لعينة البحث في المتغيرات الأساسية والإختبارات البدنية وبعض مهارات الإنقاذ قيد البحث لمتدربي دورات الإنقاذ (ن = ٣٧)

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	الالتواء
المتغيرات الأساسية					
السن	عام	١٨,٩	١٩,٠	١,١٨٨	٠,٢٥٣
الطول	سم	١٧٣,٤	١٧٤,٠	٤,٢٨٢	٠,٤٢٠
الوزن	كجم	٦٦,٦	٦٥,٠	٦,٨٧٩	٠,١٧٤
١٠٠م سباحة بدون توقف	درجة	٦,٨	٧,٠	٠,٧٤٣	٠,٨٠٨
٢١م سباحة تحت الماء	درجة	٦,٧	٧,٠	٠,٦٢١	١,٤٥٠
٢١م سباحة الظهر بدون ذراعين	درجة	٦,٦	٦,٨	٠,٥٠٩	١,١٧٩
٢١م سباحة الجانبيين	درجة	٦,٥	٦,٧	٠,٧٤٣	٠,٨٠٧
٢١م سباحة إنقاذ ونزول عمودي	درجة	٦,٤	٦,٥	١,٠٠٣	٠,٢٩٩
إنقاذ الدمية	درجة	٦,١	٦,٠	٠,٨٠٤	٠,٣٧٣
سحب الزميل والتعامل خارج الماء CPR	درجة	٦,٣	٦,٥	٠,٧٣٣	٠,٨١٩
المسكات خارج الماء	درجة	٦,٢	٦,٠	٠,٥٦٦	١,٠٦٠

يتضح من جدول (١) أن معاملات الالتواء للعينة قيد البحث في متغيرات السن والطول والوزن و إختبارات مهارات الإنقاذ قيد البحث والخاصة بمتدربي دورات الإنقاذ (عينة البحث) تراوحت ما بين (٠,١٧٤ ، ١,٦٠٤) أي أنها انحصرت ما بين (٣±) مما يدل على اعتدالية توزيع عينة البحث لوجود قيم الالتواء داخل المنحنى الإعتدالي.

ثالثا : البرنامج التأهيلي**- المجال الزمني و المكاني للبرنامج:**

طبق البرنامج التأهيلي بحمام سباحة جامعة المنيا في الفترة من ٢٤/١١/٢٠٢٠م حتى ٥/١/٢٠٢١م لمدة (٦) اسابيع تحتوي علي (٢٤) وحدة بواقع (٤) وحدات اسبوعية متوسط الوحدة (٦٠) دقيقة و الملحق رقم (١) يوضح نماذج الوحدات المستخدمة .

قام الباحث بتصميم البرنامج التأهيلي بناء علي الأسس العلمية التالية :

١. تحقيق الأهداف المرجوة من البرنامج التأهيلي .
٢. التكيف بين الأحمال التأهيلية من حيث الشدة والحجم والكثافة والتكيف للوصول إلى المستوى الرقمي .
٣. المرونة في تطبيق البرنامج لتحقيق الأهداف والاستمرارية والشمولية في تطبيق التمرينات التي تعمل على تطوير وتحسين المستوى المهاري .
٤. أن يتناسب البرنامج التأهيلي مع الإمكانيات المتوفرة .
٥. وضوح التعليمات التي يتم من خلالها العمل .
٦. ملائمة البرنامج للمرحلة السنية قيد البحث .

محتوى البرنامج التأهيلي:

يحتوي البرنامج التأهيلي على :

. تمرينات مهارية تحتوي علي مقاومات باستخدام بعض ادوات الانقاذ و تمارين خاصة بالسباحات المستخدمة في عمليات الانقاذ مثل سباحة الجانبيين و سباحة الظهر و سباحة كرة الماء .

خطة البرنامج التأهيلي المقترح:-

يحتوي البرنامج التأهيلي علي ٣ مراحل بحجم (١٤٤٠ دقيقة) تمرينات مهارية تتناسب مع خطة البرنامج التأهيلي والملحق رقم ٢ يوضح عدد الوحدات اليومية في الأسبوع وكذلك زمن الوحدة اليومية ومكونات البرنامج من تمارين ملحق ١.

مراحل البرنامج التأهيلي :

- مرحلة التأهيل الاولي بواقع ٣٨٥ دقيقة موزعة علي اسبوعين بواقع ٨ وحدات
 - مرحلة التأهيل الاساسي بواقع ٧٩٠ دقيقة موزعة علي ٤ اسابيع بواقع ١٢ وحدة
 - مرحلة التأهيل الختامي بواقع ٢٦٥ دقيقة موزعة علي اسبوع واحد بواقع ٤ وحدات
- و الملحق رقم ١ يوضح خطة البرنامج التأهيلي وعدد الوحدات اليومية في الأسبوع وكذلك زمن الوحدة اليومية ومكونات البرنامج من تمارين ارضية و مائية و مدي تناسبها مع اهداف البرنامج من المستوى المهاري و الاختبارات المستخدمة للتقييم خلال التنفيذ للبرنامج .

- طرق التدريب المستخدمة في البرنامج :

- . التدريب الفترى منخفض الشدة .
- . تدريب تنوع السرعة .

الخطوات التنفيذية للبحث :

ملء استمارات جمع البيانات (ملحق ٢) :

- . استمارة تسجيل البيانات الشخصية للمجموعة التجريبية و الاستطلاعية التي تحتوى على (الاسم . السن . الطول . الوزن) و وكذلك المهارية قيد البحث.
- و قد استعان الباحث ببعض الزملاء من الباحثين بكلية التربية الرياضية . جامعة المنيا وقد تم تزويدهم بشرح وافر للاختبارات وتعليماتها وشروط تنفيذها وترتيب أدائها .

الدراسة الاستطلاعية :

- قام الباحث بإجراء الدراسة الاستطلاعية علي عينة قوامها (١٠) خارج العينة الاساسية وذلك بتاريخ ٢٠٢٠/١١/١٧م حتى ٢٠٢٠/١١/٢٢م بغرض التعرف على المدة المناسبة للبرنامج التأهيلي المقترح لعينة البحث ، والتعرف على صحة الأدوات المستخدمة وكذلك لتجربة بعض التدريبات المقترحة ومعرفة مدى مناسبة التمارين لقدرات أفراد العينة وقد أسفرت الدراسة الاستطلاعية عن تحديد

وتقنين التمرينات المختلفة المستخدمة في البرنامج التأهيلي ، كما أكدت على صحة الأدوات المستخدمة وملاءمتها للبحث.

القياسات القبلية :

أجريت القياسات القبلية لمتغيرات البحث للمجموعتين التجريبيتين في الفترة من الاحد الموافق ٢٢/١١/٢٠٢٠م إلى يوم الثلاثاء الموافق ٢٤/١١/٢٠٢٠م وذلك بمجمع حمام السباحة الخاصة بجامعة المنيا.

تنفيذ البرنامج :

استغرق تنفيذ البرنامج التدريبي المقترح ٦ اسابيع في الفترة من الثلاثاء الموافق ٢٤/١١/٢٠٢٠م حتى يوم الثلاثاء الموافق ٥/١/٢٠٢١م بواقع ٤ وحدات أسبوعيا .

القياس البعدى :

قام الباحث بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج بإجراء القياسات البعدية للمجموعة التجريبية في يوم الثلاثاء ٥/١/٢٠٢١م للاختبارات (البدنية المهارية) وبنفس الشروط التي اتبعت في القياس القبلي .

رابعا : وسائل جمع البيانات

لجمع البيانات استخدمت الباحث ما يلي :

- الأجهزة والأدوات
- الاختبارات
- البرنامج التأهيلي

١- الأجهزة والأدوات:

١- جهاز الريستاميتير لقياس الطول بالسنتيمتر

٢- ميزان طبي لقياس الوزن بالكيلوجرام

٣- ساعة إيقاف وشريط قياس

٤- حمام سباحة

٥- أدوات إنقاذ

٦- أدوات مساعدة

٢- الاختبارات:

تم الاستعانة بالاختبارات المهارية المعتمدة باستمرار الاتحاد المصري للغوص و الانقاذ المعنية باختبارات المتقدمين لدورات الانقاذ :

١. الاختبارات المهارية: ملحق (٢)

- ١٠٠م سباحة دون توقف.
- ١٠٠م مهارات الانقاذ.
- ٢١م سباحة تحت الماء.
- ٢١م سباحة الظهر بدون ذراعين.
- ٢١م سباحة الجانبين.
- ٢١م سباحة إنقاذ ونزول عمودي
- إنقاذ الدمية.
- سحب الزميل والتعامل خارج الماء CPR.
- المسكات خارج الماء

خامسا : المعاملات العلمية للاختبارات البدنية والمهارية قيد البحث:

قام الباحث بإجراء المعاملات العلمية للاختبارات المهارية قيد البحث على عينة من نفس مجتمع البحث ومن خارج العينة الأصلية بلغ قوامها (١٠) عشرة متدربين على النحو التالي :

أ- الصدق:

لحساب صدق الاختبارات المهارية استخدم الباحث صدق التمايز وذلك بتطبيق الاختبارات على مجموعتين من مجتمع البحث ومن خارج عينته الأصلية إحداها مجموعة مميزة والأخرى مجموعة غير مميزة قوام كل منها (٥) خمسة متدربين والجدول (٢) يوضح ذلك.

جدول (٢)

دلالة الفروق بين المجموعتين المميزة وغير المميزة في الاختبارات المهارية

قيد البحث (ن=١ ن=٢ = ٥)

المتغير	وحدة القياس	المجموعة المميزة		الغير مميزة		قيمة (ت)
		١ م	١ ع	٢ م	٢ ع	
١٠٠ م سباحة بدون توقف	درجة	٧,٥	٠,١٧٢	٦,٥	٠,٢٦٧	٦,٢٩٧
٢١ م سباحة تحت الماء	درجة	٧,٧	٠,٢٤١	٦,٥	٠,٣٠٢	٦,٢١٢
٢١ م سباحة الظهر بدون ذراعين	درجة	٧,٨	٠,٢٦٩	٦,٥	٠,٤٦٤	٤,٨٤٨
٢١ م سباحة الجانبيين	درجة	٧,٧	٠,٤٩٢	٦,٢	٠,٢٧٧	٥,٣١٣
٢١ م سباحة إنقاذ ونزول عمودي	درجة	٧,٥	٠,٣٠٦	٦,٠	٠,٢٣٩	٦,٦٠٥
إنقاذ الدمية	درجة	٧,٠	٠,٤٩٩	٥,٩	٠,١٩١	٥,٨٤٤
سحب الزميل والتعامل خارج الماء CPR	درجة	٧,٣	٠,١٣١	٦,٠	٠,٢٨٣	٦,٥٤٦
المسكات خارج الماء	درجة	٧,١	٠,٣٤٧	٦,٠	٠,١٣٣	٦,٦٥٤

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٢.٣٠٦

يتضح من الجدول السابق (٢) ما يلي:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة المميزة والمجموعة غير المميزة في الاختبارات المهارية ولصالح المجموعة المميزة حيث إن قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ مما يدل على قدرة الاختبارات على التمييز بين المجموعات المختلفة وهذا يؤكد صدقها.

ب- الثبات:

تم تطبيق الاختبارات وإعادة تطبيقها على عينة قوامها (١٠) عشرة متدربين وهي عينة مماثلة لعينة البحث ومن غير العينة الأصلية بفارق زمني قدره (٣) ثلاثة أيام وتم إيجاد معاملات الارتباط بين التطبيقين الأول وإعادة كما هو موضح في جدول (٣) .

جدول (٣)

معاملات الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني في الاختبارات المهارية قيد البحث

المهارة	وحدة القياس	التطبيق الأول		إعادة التطبيق		معامل الارتباط
		١ م	١ ع	٢ م	٢ ع	
١٠٠ م سباحة بدون توقف	درجة	٦,٨	٠,٢٣٣	٦,٩	٠,٣٣٥	٠,٨٨٧
٢١ م سباحة تحت الماء	درجة	٦,٧	٠,٤٥١	٦,٥	٠,٥١٠	٠,٨٩١
٢١ م سباحة الظهر بدون ذراعين	درجة	٦,٦	٠,٣٦٧	٦,٥	٠,٤٨٨	١,٠١٣
٢١ م سباحة الجانبين	درجة	٦,٥	٠,٢٧٨	٦,٦	٠,٣٥٧	٠,٩٩٧
٢١ م سباحة إنقاذ ونزول عمودي	درجة	٦,٤	٠,٣٠٦	٦,٥	٠,٣٦٥	٠,٩٥٢
إنقاذ الدمية	درجة	٦,١	٠,٥٨٣	٥,٩	٠,٢٠٩	١,١١٧
سحب الزميل والتعامل خارج الماء CPR	درجة	٦,٣	٠,٤٩٠	٦,٢	٠,٣٧٦	٠,٩٠٨
المسكات خارج الماء	درجة	٦,٢	٠,٣٧٢	٦,١	٠,٢٧٥	٠,٨٨٣

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٠.٥٤٩

يتضح من الجدول السابق (٣) ما يلي:

- تراوحت معاملات الارتباط للاختبارات المهارية قيد البحث بين (٠.٨٨٣ ، ١.١١٧) وهي معاملات ارتباط دالة إحصائياً مما يدل على ثبات تلك الاختبارات.

سادساً: المعالجات الإحصائية:

قام الباحث بمعالجة البيانات الخاصة بنتائج البحث إحصائياً باستخدام البرنامج الإحصائي SPSS v٢٢ ومن خلال المعاملات الإحصائية التالية:

- المتوسط الحسابي.
- الانحراف المعياري

- معامل الالتواء .
 - اختبار (ت) لدلالة الفروق .
 - معامل الارتباط
 - نسبة التحسن .
- ✓ وقد ارتضى الباحث بنسبة دلالة احصائي عند مستوى (٠.٠٥)
- ✓ و قد ارتضى الباحث بنسبة تحسن مقبولة عند قيمة (٢٠%)

عرض النتائج ومناقشتها:

أولاً: عرض النتائج:

يستعرض الباحث نتائج البحث وفقاً للترتيب التالي:

١. دلالة الفروق بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمتدربين أفراد العينة في مستوى أداء مهارات الإنقاذ قيد البحث.
٢. نسب تحسن المتدربين أفراد العينة في مستوى القدرات البدنية ومهارات الإنقاذ قيد البحث.

جدول (٤)

دلالة الفروق بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمتدربين أفراد العينة

في مستوى أداء بعض مهارات الإنقاذ (قيد البحث) (ن = ٢٧)

المتغير	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة (ت)
		١ م	١ ع	٢ م	٢ ع	
١٠٠ م سباحة بدون توقف	درجة	٦.٩	٠.٨١٨	٧.٩	٠.٨٠١	٦.٠٠١
٢١ م سباحة تحت الماء	درجة	٦.٦	٠.٩٣٤	٧.٧	٠.٧٧٥	٦.٥٧٥
٢١ م سباحة الظهر بدون زراعين	درجة	٦.٥	٠.٨٤٩	٧.٩	٠.٦٦٢	٨.٨٣٢
٢١ م سباحة الجانبين	درجة	٦.٦	١.٠١٣	٨.٠	٠.٧٠٦	٧.٥٣١
٢١ م سباحة إنقاذ ونزول عمودي	درجة	٦.٢	٠.٩٤٩	٨.٠	٠.٦٧٩	١٠.٦٠٥
إنقاذ الدمية	درجة	٥.٩	٠.٩٠٧	٨.٠	٠.٨٣٢	٩.٨٤٧
سحب الزميل والتعامل خارج الماء CPR	درجة	٦.١	٠.٩٣٤	٧.٨	٠.٩٦٢	٦.٦٨٣
المسكات خارج الماء	درجة	٦.٢	٠.٦٩٨	٨.٠	٠.٧٣٤	٩.٤٨٤

قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (٢٦) في اتجاه واحد ومستوى ٠.٠٥ = ١.٧٠٣

يتضح من جدول (٤) ما يلي:

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات القياس القبلي والقياس البعدي لأفراد العينة من المتدربين في جميع مهارات الإنقاذ قيد البحث حيث أن قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ .

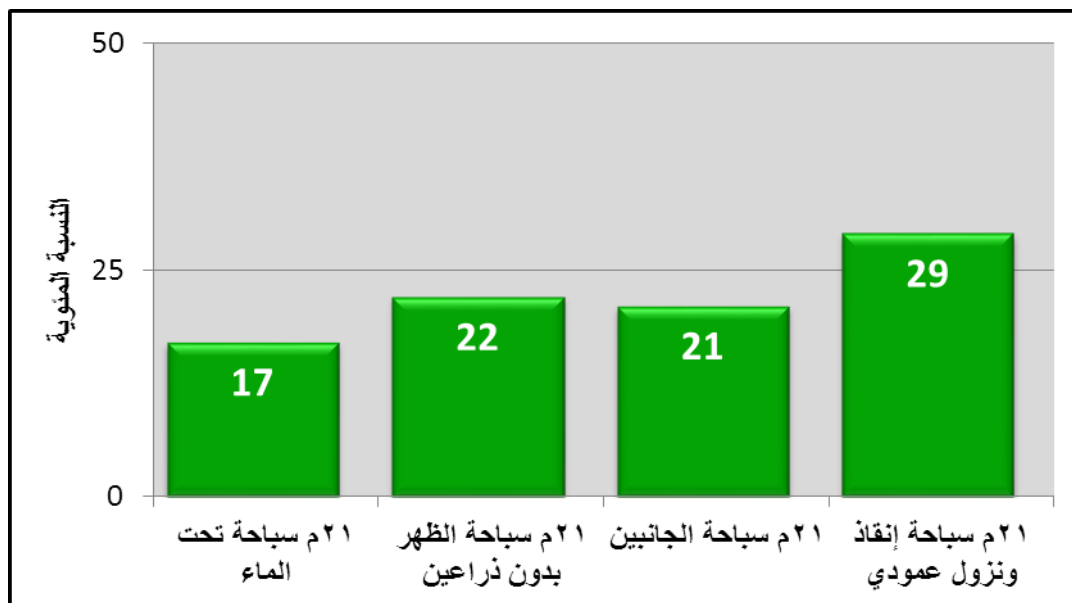
جدول (٥)

نسب تحسن السباحين أفراد العينة في مستوى أداء بعض مهارات الإنقاذ (قيد البحث)

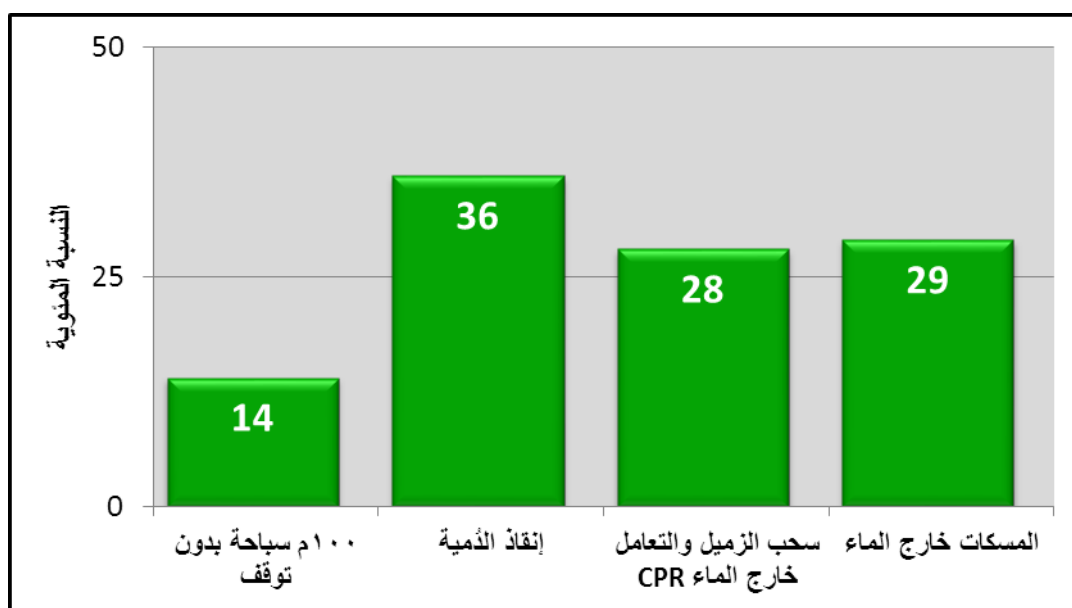
المهارات	وحدة القياس	متوسط الدرجات			نسبة التحسن
		٢م	١م	م ^١ - م ^٢	
١٠٠م سباحة بدون توقف	درجة	٧.٩	٦.٩	١.٠	١٤ %
٢١م سباحة تحت الماء	درجة	٧.٧	٦.٦	١.١	١٧ %
٢١م سباحة الظهر بدون ذراعين	درجة	٧.٩	٦.٥	١.٤	٢٢ %
٢١م سباحة الجانبين	درجة	٨.٠	٦.٦	١.٤	٢١ %
٢١م سباحة إنقاذ ونزول عمودي	درجة	٨.٠	٦.٢	١.٨	٢٩ %
إنقاذ الدمية	درجة	٨.٠	٥.٩	٢.١	٣٦ %
سحب الزميل والتعامل خارج الماء CPR	درجة	٧.٨	٦.١	١.٧	٢٨ %
المسكات خارج الماء	درجة	٨.٠	٦.٢	١.٨	٢٩ %

يتضح من جدول رقم (٥) ما يلي:

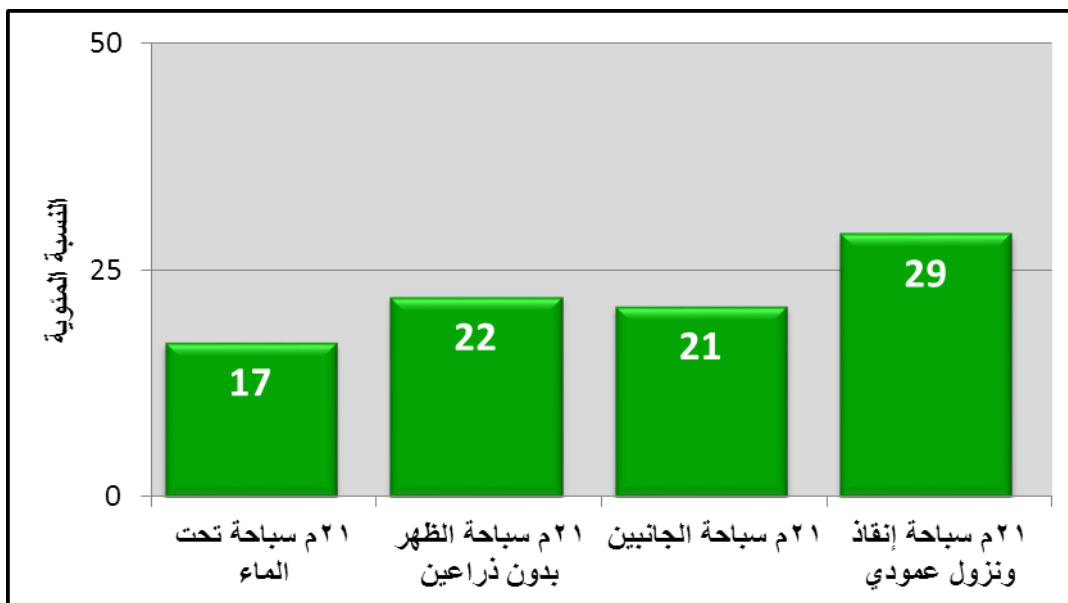
- تحسنت درجات قياسات المتدربين في مهارات الإنقاذ (قيد البحث) بدرجة جيدة، حيث تراوحت نسب التحسن بين (١٤ % ، ٣٦ %).



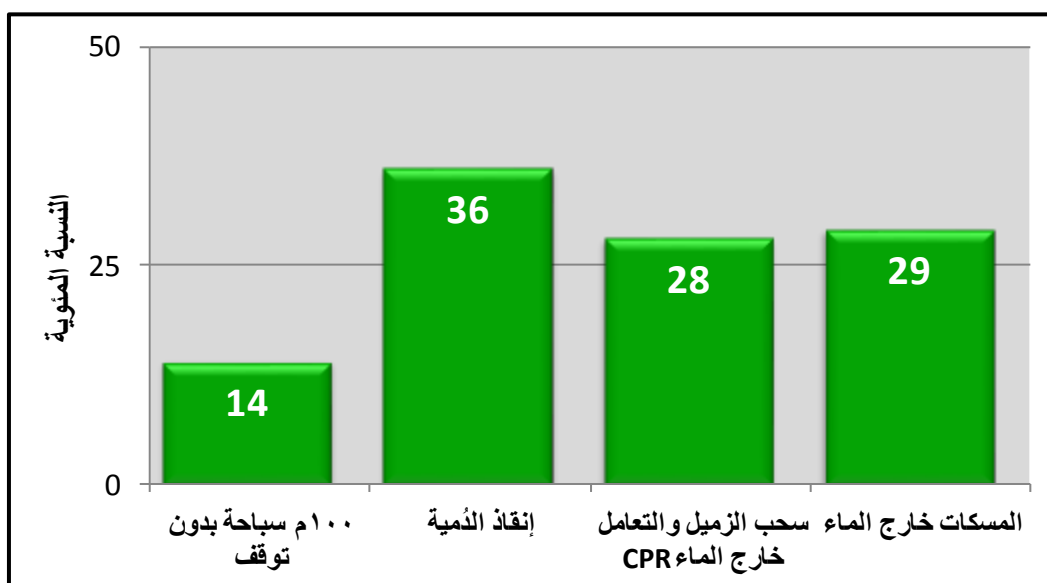
شكل (١- أ) نسب تحسن بعض مهارات الإنقاذ (١٠٠ م مهارات إنقاذ)



شكل (٢- ب) نسب تحسن بعض مهارات الإنقاذ



شكل (٢- أ) نسب تحسن بعض مهارات الإنقاذ (١٠٠ م مهارات إنقاذ)



شكل (٣- ب) نسب تحسن بعض مهارات الانقاذ

تفسير و مناقشة النتائج :

في ضوء نتائج التحليل الإحصائي، وفي حدود القياسات المستخدمة، ومن خلال هدف البحث استطاع الباحث مناقشة النتائج كما يلي :

يتضح من نتائج الجدولين (٤) و (٥) :

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات القياس القبلي والقياس البعدي لأفراد العينة من المتدربين في جميع مهارات الإنقاذ قيد البحث حيث أن قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ ، حيث بلغت قيمتي "ت" المحسوبة (٦.٠٠١) و (١٠.٦٠٥) .
- تحسنت درجات قياسات المتدربين في مهارات الإنقاذ (قيد البحث) بدرجة جيدة، حيث تراوحت نسب التحسن بين (١٤ % ، ٣٦ %).

ومن خلال ذلك اتضح ان :-

إن أعلى اختبار استجابة له العينة كان اختبار ٢٥م سباحة إنقاذ ونزول عمودي سباحة وحصل علي نسبة (١٠.٦٠٥) قيمة "ت" وهذا يدل علي ان نسبة تحسن العينة اتضحت في ذلك الاختبار بنسبة مئوية (٢٩%)، ثم تلي النتيجة السابقة اختبار إنقاذ الدمية حيث حصل علي نسبة (٩.٨٤٧) قيمة "ت" وهو الترتيب الثاني له بنسبة تحسن مئوية (٣٦%) . ثم تلي النتيجة السابقة اختبار المسكات خارج الماء حيث حصل علي نسبة (٩.٤١٤) قيمة "ت" وهو الترتيب الثالث له بنسبة تحسن مئوية (٢٩%) . ثم تلي النتيجة السابقة اختبار ٢٥م سباحة الظهر بدون ذراعين حيث حصل علي نسبة (٨.٨٣٢) قيمة "ت" وهو الترتيب الرابع له بنسبة تحسن مئوية (٢٢%) . ثم تلي النتيجة السابقة اختبار ٢٥م سباحة الجانبين حيث حصل علي نسبة (٧.٥٣١)

قيمة "ت" وهو الترتيب الخامس له بنسبة تحسن مئوية (٢١٪) . ثم تلي النتيجة السابقة إختبار سحب الزميل والتعامل خارج الماء **CPR** حيث حصل علي نسبة (٦.٦١٣) قيمة "ت" وهو الترتيب السادس له بنسبة تحسن مئوية (٢٨٪) . ثم تلي النتيجة السابقة إختبار ٢٥م سباحة تحت الماء حيث حصل علي نسبة (٦.٥٧٥) قيمة "ت" وهو الترتيب السابع له بنسبة تحسن مئوية (١٧٪) . ثم تلي النتيجة السابقة إختبار ١٠٠م سباحة بدون توقف (شكل سباحة) حيث حصل علي نسبة (٦.٠٠١) قيمة "ت" وهو الترتيب الثامن له بنسبة تحسن مئوية (١٤٪) .

يري الباحث ان تلك النتيجة ترجع الي محتوى البرنامج بما يشمله من تمارينات تهدف الي تنمية اللياقة البدنية لكي تكون خلفية للاعداد لتنمية المهارات الخاصة بالانقاذ والذي يستمر علي مدار البرنامج لذلك فان التمارينات المهارية يجب ان تؤدي بصورة يومية لكي تساهم في تحسين المتغيرات البدنية والمستوي المهاري لعينة البحث و تتفق هذه النتائج مع ما اشار اليه **أشرف محمد زين الدين (١٩٩٩)(١)**.

و يري الباحث ان هذا التقدم يرجع الي البرنامج التأهيلي المستخدم قيد البحث علي القدرات البدنية الخاصة بمنفذي الغرقي وبالتالي يؤثر علي المستوي المهاري حيث ان تطوير مستوي القدرات البدنية يلعب دورا مهما عند اكتساب المهارات الحركية ومن ناحية اخري فان درجة اتقان المهارات الحركية والتي تعبر عن الاساس المركب لمستويات تعمل علي تطوير القدرات البدنية حيث يؤدي التدريب الهادف الي تغير الاشتراطات الخارجية للمهارات والي تحديد كمية ونوعية القدرات البدنية لدي المنفذ وعلي هذا فتتشرك القدرات البدنية والمهارات الحركية في تحقيق المستوي المتطور أثناء الممارسة الرياضية وبالتالي تؤدي الي تطوير القدرات الديناميكية للتكنيك مع ضرورة محاكات مسارها الزمني مع أجزاء الحركة المؤداة ، وهذا يتفق مع ما أشار اليه " **محمد علي**

(٢٠١١) " كما يؤكد علي ان الاعداد البدني يرتبط ارتباطا وثيقا بالاعداد المهاري كما يوجد علاقة

طردية بينهما . (٧)

ويؤكد " وولر تيبون (٢٠١١) " علي أهمية خضوع افراد الانقاذ لبرامج منتظمة ، فقد ظهرت

نتائجها تحسن واضح في زمن اداء فرد الانقاذ للمهارات والمتطلبات المختلفة لعملية الانقاذ ،

وبالتالي فقد حدث تحسن ملحوظ في المستوى الذي حققه فرد الانقاذ في القياسات البعدية للدراسات

المرتبطة .

كما تشير دراسة "مجدي ابو عزام " (٢٠٠٥) ان الاهتمام الجيد بالقدرات البدنية و المستوى

المهاري له تأثير جيد في تحسين المتغيرات الفسيولوجية و التي بدورها ترفع من فاعلية عملية

الانقاذ .

الاستنتاجات والتوصيات

توصل الباحث إلى مجموعة من الاستنتاجات في ضوء أهداف البحث وفروضه وفي حدود عينة البحث وإجراءات هذا البحث ومن خلال مناقشة وتفسير النتائج أمكن الباحث استنتاج ما يلي :

١- يتضح من نتائج جدول (٤) البرنامج التأهيلي المستخدم كان له تأثير ايجابي في تحسين المستوى المهاري حيث توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) بين متوسطي درجات القياسين القبلي والبعدي في الإختبارات المهارية قيد البحث لصالح متوسط درجات القياس البعدي، حيث بلغت قيمتي "ت" المحسوبة (٦.٠٠١) (١٠.٦٠٥)

٢- يتضح من نتائج جدول (٥) ان البرنامج التأهيلي المستخدم كان له تأثير ايجابي في رفع نسب تحسن القياسات البعدية لمهارات الانقاذ بدرجة جيدة حيث ان نسبة التحسن في اختبار ١٠٠م سباحة بدون توقف (شكل سباحة) (١٤%) ، و نسبة التحسن في اختبار ٢٥م سباحة تحت الماء (١٧%) ، و نسبة التحسن في اختبار ٢٥م سباحة الظهر بدون ذراعين (٢٢%) ، و نسبة التحسن في اختبار ٢٥م سباحة الجانبين (٢١%) ، و نسبة التحسن في اختبار ٢٥م سباحة إنقاذ ونزول عمودي (٢٩%) ، و نسبة التحسن في اختبار إنقاذ الدمية (٣٦%) ، و نسبة التحسن في اختبار سحب الزميل والتعامل خارج الماء CPR (٢٨%) ، و نسبة التحسن في اختبار المسكات خارج الماء (٢٩%)

ثانيا التوصيات :

في حدود نتائج البحث وانطلاقا من الاستنتاجات التي تم التوصل اليها الباحث فانه يوصي بما يلي
:-

- ١- ضرورة الاعداد الجيد و الصقل الصارم للمتدربين خلال دورات الانقاذ .
- ٢- ضرورة وضع برامج تأهيلية نضمن تحقيق مستوي جيد من الاداء المهاري .
- ٣- دعوة القائمين على ادارة حمامات السباحة و الشواطئ للاهتمام بالانتقاء الجيد للمنقذين .
- ٤- أهمية تثقيف وتذكير المنقذين بالتقنيات السلمية لمراقبة حوض السباحة والشواطئ ، والنظر في التغيرات البيئية في حمامات السباحة والشواطئ العامة التي قد تزيد من عنصر السلامة .
- ٥- وضع اختبارات ذهنية و نفسية تقيس سرعة البديهة و حسن التصرف .
- ٦- الاهتمام بتطبيق التمرينات التخصصية المقترحة قيد البحث .

قائمة المراجع

أولاً : المراجع العربية

١. اشرف محمد سيد زين الدين : دراسة للارتقاء بالمتطلبات الاساسية الخاصة بفرد الانقاذ بجمهورية مصر العربية " رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية بنين ، جامعة الاسكندرية ، ١٩٩٩ م .
٢. حسين عبد الكريم توني : تاثير برنامج تدريبي للسباحة علي زمن الاداء لافراد وحده الانقاذ النهري بمدينة المنيا ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا ، ١٩٩٨ م .
٣. دريد مجيد حميد الحمداني : الأسس و المفاهيم الحديثة في تعليم و تدريب السباحة ، دار الكتاب و الوثائق ببغداد ، ٢٠١٦ .
٤. زكريا أنور عبد الغنى أبو زيد :تصميم بروفيل للمنقذ على أحواض السباحة فى جمهورية مصر العربية ،رسالة ماجستير غيى منشورة ، كلية التربية الرياضية بنين ،جامعة اسيوط .(٢٠١١)
٥. عادل حسنين النمورى ، عبد الحميد بن عبد الله الأمير : " تأثير برنامج مقترح لتحسين بعض الصفات البدنية والمهارية الخاصة لمنقذي أحواض السباحة " ، بحث منشور ، المؤتمر الدولي الأول للتربية البدنية والرياضة والصحة ، كلية التربية الرياضية بقسم التربية البدنية والرياضة ، كلية التربية الأساسية ، جامعة الكويت ، من ١-٣ إبريل ٢٠٠٨ م .
٦. عبدالعزيز محمد : الاداء البصري الفاعل في تطوير رؤية منقذ الحياة علي المياه بحث مشترك منشوركلية التربية الرياضية للبنين بالهرم - جامعة حلوان - العدد السابع والأربعون (٢٠٠٦)

٧. محمد علي : تاثير برنامج تدريبي علي الكفاءة البدنية والاداء الفني لمنقذي السباحة رسالة ماجستير جامعة بورسعيد - كلية التربية الرياضية ببورسعيد - التدريب الرياضي جامعة بورسعيد (٢٠١١)
٨. محمد محروس محمد عباس : برنامج تدريبي لرفع الكفاءة البدنية والمهارية لدي القائمين بالانقاذ بحمامات السباحة . رسالة ماجستير غير منشورة كلية التربية الرياضية جامعة طنطا ٢٠١٠م.

ثانياً : المراجع الأجنبية

٩-Saborit JA , Soto Mdel V, Diez VG, Sanclement MA,Hernandez PN , Rodriguez JE, Rodriguez LS. (٢٠١٠) : (Physiological response of beach lifeguards in arecue simulation With surf).

ثالثاً : مراجع شبكة الانترنت

١٠ - <https://www.ilsf.org/about/history/>

ملخص البحث

تصميم برنامج تأهيلي للمتقدمين لدورات الإنقاذ في حمامات السباحة و تأثيره على المستوى الفني

يهدف البحث الحالي الى تصميم برنامج تأهيلي لتأهيل المتقدمين لدورات الإنقاذ وحسين المستوى المهاري لتأهيل المتقدمين لدورات الانقاذ . واستخدم الباحثون المنهج التجريبي نظراً لملاءمته لطبيعة البحث الحالي باستخدام التصميم التجريبي لمجموعة واحدة بإتباع القياس القبلي والبعدي ويتمثل مجتمع البحث من طلاب جامعة المنيا حيث اختار الباحث عينة عمدية قوامها (١٠٥) من طلاب كلية التربية الرياضية ممن يجيدون السباحة و لديهم القدرة والإستعداد للتأهل لدورات الإنقاذ وأشارت اهم النتائج الى أن البرنامج التأهيلي المستخدم كان له تأثير ايجابي في تحسين المستوى المهاري حيث توجد فروق دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠٥) بين متوسطي درجات القياسين القبلي والبعدي في الإختبارات المهارية قيد البحث لصالح متوسط درجات القياس البعدي، حيث بلغت قيمتي "ت" المحسوبة (٦.٠٠١) (١٠.٦٠٥) ويوصى الباحثون بضرورة الاعداد الجيد و الصقل الصارم للمتدربين خلال دورات الانقاذ .

Research Summary

Designing a qualification program for applicants for rescue courses in swimming pools and its impact on the technical level

The current body aims to design a rehabilitation program to qualify applicants for rescue courses and improve the skill level to qualify applicants for rescue courses. The researchers used the experimental method due to its relevance to the nature of the current research using the experimental design for one group by following the tribal and remote measurements. The research community is represented by the students of Minya University, where the researcher chose a deliberate sample of (١٠٥) students from the Faculty of Physical Education who are good at swimming and have the ability and willingness to qualify for rescue courses.