

## مقارنة مستوى الأداء في بعض مهارات السباحة الحرة بين الجنسين في مرحلة الطفولة المتوسطة (10-12 سنة)

A Comparative Study of Performance Level in Selected Freestyle Swimming Skills Between Genders in Middle Childhood (Ages 10-12)

ستاوي محمد جمال الدين<sup>1</sup>، عبو سفيان<sup>2</sup> ، ركاش جمال<sup>3</sup>

<sup>1,2</sup>جامعة العلوم والتكنولوجيا محمد بوضياف وهران،<sup>3</sup>جامعة الجزائر 03 – الجزائر.

<sup>3</sup> [rekkachedjamel@gmail.com](mailto:rekkachedjamel@gmail.com) ، <sup>2</sup> [soufianeabbou16@gmail.com](mailto:soufianeabbou16@gmail.com) ، <sup>1</sup> [setaoutidjamel1976@gmail.com](mailto:setaoutidjamel1976@gmail.com)

### معلومات عن البحث:

نارخ الاستلام: 2025/07/01

نارخ القبول: 2025/09/08

نارخ النشر: 2025/12/01

<https://doi.org/10.5281/zenodo.17400548>

### كلمات المفتاحية:

سباحة الحرة، الأداء المهاري، مرحلة الطفولة المتوسطة

الباحث المنسق: عبو سفيان  
الإيميل: [setaoutidjamel1976@gmail.com](mailto:setaoutidjamel1976@gmail.com)

### ملخص:

هدفت هذه الدراسة إلى استقصاء الفروق بين الأطفال الذكور والإثاث في بعض المهارات الأساسية للسباحة الحرة. تكونت العينة من 20 طفلاً (10 ذكور و 10 إناث) تراوح أعمارهم بين 10 و 12 سنة. واعتمد الباحث المنهج الوصفي المقارن. خضع المشاركون لاختبارات معيارية قبليه وبعدها شملت عمل النرامين، عمل الرجلين، والسباحة الحرة لمسافة 25 متراً، ثم خللت البيانات بواسطة برنامج SPSS. أظهرت النتائج تحسيناً ملحوظاً لكلا الجنسين في جميع المهارات بعد فترة التدريب، مما يدل على فعالية الحصص الاعتيادية في تنمية الأداء. غير أن التحليل البعدى كشف استمرار تفوق الذكور دلالةً إحصائية في المهارات الثلاث جميعها: عمل النرامين، عمل الرجلين، وسباحة 25 متراً، مما يشير إلى تأثير بعض العوامل البدنية والوظيفية في سرعة التطور. يُعزى هذا التفوق إلى عوامل مثل قوة العضلات السفلية، وبنية الجسم، وسرعة التكيف الحرفي. وُنوصي بالدراسة بتضمين تدريبات تقوية، وتشجيع الثقة المائية، ومراقبة التقدم لضبط الشدة وفق الحاجة دائمًا.

### Keywords :

Freestyle swimming, skill performance, middle childhood

### Abstract

This study explored gender differences in fundamental freestyle swimming skills among 20 children (10 boys and 10 girls) aged 10–12. Using a descriptive comparative method, participants completed pre- and post-tests assessing arm movements, leg movements, and 25-meter freestyle swimming. Results showed significant improvement in both groups after training. However, post-test analysis revealed that boys outperformed girls in all three skills, likely due to physical factors such as muscle strength and faster motor adaptation. The study recommends incorporating strength training, fostering water confidence, and adjusting intensity based on individual progress.

## ١ - مقدمة:

تعد السباحة من الرياضات التي ترفع الكفاءة والقدرة الصحية والبدنية والعلمية للفرد (خرفي رضا توفيق . إسماعيل بوسيف . واضح أحمد الأمين .. 2023) و السباحة من الأنشطة البدنية الشاملة التي تسهم في تنمية العديد من القدرات الحركية لدى الأطفال، مثل التوازن، التنسيق العضلي، والتحمل (Bompa, T. O., & Buzzichelli, C., 2019) كما أن تعلم مهارات السباحة الأساسية في سن مبكرة يعتبر ضرورياً لتعزيز الأمان المائي واللياقة البدنية العامة، لا سيما في الفئة العمرية من 10 إلى 12 سنة، التي تشهد نمواً سريعاً في الجهاز العصبي والعضلي، مما يجعلها مرحلة مثالية لاكتساب المهارات المعقّدة (Gallahue, D. L., Ozmun, J. C., 2012) ويلاحظ في الممارسة التربوية والرياضية وجود فروق محتملة في سرعة تعلم المهارات بين الذكور والإناث، وهو ما يعود إلى تباينات في النمو البيولوجي ومستوى النضج الحركي (Malina, R. M., Bouchard, C., & Bar-Or, O., 2004) وقد أظهرت دراسات سابقة أن الذكور قد يتميزون في بعض المهارات التي تتطلب قوة وتناسقاً عضلياً، بينما قد تظهر الإناث تميزاً في الحركات التي تتطلب مرنة أو دقة حركية، خاصة في المراحل الأولى من التعلم (Thomas, J. R., Nelson, J. K., & Silverman, S. J., 2015).

وقد أجريت عدة دراسات في هذا الخصوص حيث أجرى الزعبي (2015) دراسة هدفت إلى مقارنة فاعلية برنامج تعليمي في تحسين بعض المهارات الأساسية في السباحة الحرة لدى تلاميذ الصف السادس الأساسي. استخدم الباحث المنهج شبه التجريبي، وبلغت عينة الدراسة 30 تلميذاً (15 في المجموعة الضابطة و15 في التجريبية). تم تطبيق اختبارات قبلية وبعدية على مهارات الذراعين، الرجلين، والسباحة الكاملة لمسافة 25 متراً. أظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائياً لصالح المجموعة التجريبية، ما يشير إلى فاعلية البرنامج التعليمي المقترن في تحسين الأداء الفني. (الزعبي أحمد محمد، 2015)

قام خليفة (2018) بدراسة هدفت إلى التعرف على الفروق في تعلم مهارات السباحة الأساسية بين الذكور والإناث من تلاميذ المرحلة المتوسطة. اعتمد الباحث المنهج الوصفي المقارن، وتكونت العينة من 40 تلميذاً (20 ذكراً و20 أنثى) من تلقوا حصص سباحة مدرسية منتظمة. توصلت النتائج إلى وجود فروق بسيطة غير دالة إحصائياً بين الجنسين في الأداء الفني، مما يدل على أن الجنس لا يؤثر بشكل كبير في تعلم المهارات الأساسية للسباحة عند هذه الفئة العمرية. (خليفة عبد الرحمن، 2018)

كما تعد رياضة السباحة واحدة من الفعاليات الأولبية التي شهدت تطويرا فائقا في مطلع الألفية الثانية ، إلا أن المتعلم يواجه العديد من الصعوبات عند تعلم رياضة السباحة أهمها التنسيق العضلي العصبي ، وكذلك التوافق في أداء الحركات في الماء (د.قاسي بشير، 2010). و ممارسة السباحة تثير اكتشاف وسط جديد هو الوسط المائي، الذي يدفع الطفل إلى التفاعل داخل فضاءات جديدة تتطلب منه آليات تكيف مكانية وحركية واسعة النطاق الأساسية في السباحة، مثل عمل الذراعين والرجلين وقطع مسافة معينة، يتاثر بعده عوامل، من بينها الفروق الفردية بين المتعلمين، وعلى وجه الخصوص الاختلاف بين الجنسين (الرفاعي محمد فتحي، 2007) وتعتبر المرحلة العمرية من (10 إلى 12 سنة) مرحلة نمو متسارع تشمل تطور القدرات البدنية والعصبية، وهو ما يجعل الأطفال أكثر قابلية لاكتساب المهارات الحركية، لكنها في الوقت ذاته مرحلة تظهر فيها الفروقات بين الذكور والإإناث من حيث القوة والمرنة ومستوى النضج الحركي (الخطيب عبد المجيد، 2014). وقد أظهرت نتائج بعض الدراسات العربية أن الذكور قد يتتفوقون في بعض المهارات التي تتطلب قوة بدنية أكبر، بينما قد تتميز الإناث في المهارات التي تعتمد على الرشاقة أو المرنة، حتى وإن خضعوا لنفس ظروف التدريب (المنصوري خالد محمد، 2016) وعلى الرغم من أهمية هذا الموضوع، إلا أن هناك نقصاً في الأبحاث التي تناولت بوضوح الفروق بين الذكور والإإناث في تعلم المهارات الأساسية في السباحة ضمن هذه المرحلة العمرية، خصوصاً في البيانات التربوية العربية. ومن هنا تنطلق مشكلة البحث في التساؤل الآتي: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإإناث (10-12 سنة) في تعلم مهارة عمل الذراعين، مهارة عمل الرجلين، ومهارة السباحة لمسافة 25 متراً؟

2- منهج البحث: تم استخدام المنهج الوصفي المقارن حيث يعرف المنهج الوصفي المقارن بأنه أحد الأساليب المنهجية في البحث العلمي، يهدف إلى دراسة أوجه التشابه والاختلاف بين مجموعتين أو أكثر من الأفراد أو الظواهر حول متغيرات محددة، دون أن يتدخل الباحث في ضبط أو توجيه المتغيرات، وذلك بغرض تفسير الفروق وتحليلها استناداً إلى عوامل محتملة. (عبيادات ذوقان ، وعده عبد الرحمن ، وعبد الحق كايد، 2004)

3- مجتمع البحث: تمثل في مجموع سباحي نادي EBS بمسبح ميلود هافي وهران و البالغ عددهم 70 سباح.

4-عينة البحث:

تم اختيار عينة بحث بطريقة قصبة (10 ذكور و 10 إناث شهرين مترين 12 شهراً)

العنينة (ذكور، إناث)	العمر	الوزن	الطول
20	(12_10) سنوات	38-33 كغم	140-130 سم

5- اجراءات البحث :

تم إخضاع أفراد العينة من الذكور والإناث لبطارية اختبارات قبلية في بعض المهارات الأساسية في السباحة، شملت: عمل الذراعين، وعمل الرجلين، والسباحة على مسافة 25 م، وذلك في ظروف متماثلة وبمعايير موحدة لضمان صدق القياس وثباته. وبعد انقضاء فترة من الحصص الاعتيادية (4 أشهر) من دون تطبيق أي برنامج تدريسي تجريبي خاص ، أعيد تطبيق الاختبارات نفسها.

6- الاختبارات المطبقة :

6-1- اختبار تقييم مهارة ضربات الرجلين في 15 م:

أ- الأدوات المستخدمة: لوح الطفو ، شريط متري.

ب- مواصفات الأداء: يقوم المتعلم بالوقوف في المنطقة الضحلة للمسبح وعند سماع الإشارة يقوم بالانطلاق و القيام بضربات الأرجل لقطع مسافة 15 م .

ج - التقييم : نقوم بحساب عدد الضربات لمسافة المقطوعة لدى المتعلم .

6-2- اختبار مهارة الضرب بالذراعين .

أ- الأدوات المستخدمة: لوح الطفو ، ميقاتي.

ب- مواصفات الأداء: يطلب من السباح السباحة لمسافة محددة باستخدام الذراعين فقط، مع وضع لوحه الطفو لثبيت الأرجل ومنع حركتها.

ج- أسلوب التقييم : يتم منح المتعلم درجة على 10 أو 20 وفق شبكة تقييم فنية، أو يتم تسجيل الزمن المستغرق لقطع المسافة.

6-3- اختبار مهارة السباحة الحرة لمسافة 25 متراً

أ- الأدوات المستخدمة: لوح الطفو ، ميقاتي

ب- مواصفات الأداء: يطلب من السباح أن يسبح 25 متراً سباحة حرة

ج- أسلوب التقييم : يمكن تقييم الأداء بإحدى الطريقتين أو كليهما:

التقييم الزمني: يحسب الوقت الذي يستغرقه السباح لقطع المسافة (بالثواني)، باستخدام ساعة توقيت رقمية.

التقييم الفني: يتم استخدام بطاقة ملاحظة فنية تشمل عدة مؤشرات، مثل: وضع الجسم في الماء، التنساق بين حركتي الذراعين والرجلين، طريقة التنفس، الدخول والخروج من الماء، الإيقاع العام للسباحة ويتم منح درجة إجمالية من 20 أو من 10 حسب النموذج المستخدم. (محمود عبد الحميد شوقي، 2006).

## 7- التحليل الإحصائي للتساؤل الأول: هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية ما بين الذكور والإإناث في مهارة عمل الذراعين ؟

الجدول رقم (01) مقارنة بين التنساق بين الذكور والإناث في الاختبارات القبلية مهارة الذراعين

عدد افراد العينة	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)
ذكور	10	9.70	2.830	0,529	0,476	1,760	18
إناث	10	7.70	2.213				0,095

بما أن القيمة الإحتمالية (sig) ل  $F = 0.476$  أكبر من (0.05) ، فإن التباين متساوي للمجموعتين ( Equal variance assumed ) ، وقيمة "ت" (T-test)  $= 1.760$  و عند درجة حرية = (18) و القيمة الإحتمالية (sig) ل  $T = 0.095$  وهي أكبر من (0.05) و عليه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في تعلم مهارة الذراعين بين الذكور والإناث في الاختبارات القبلية .

الجدول رقم (02) مقارنة بين التنساق بين الذكور والإناث في الاختبارات المقدمة مهارة الذراعين

عدد افراد العينة	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)
ذكور	10	12.70	2.213	0.402	0.534	2.407	18
إناث	10	10.60	1.646				0.027

بما أن القيمة الإحتمالية (sig) ل  $F = 0.402$  أكبر من 0.05 فإن التباين متساوي للمجموعتين ( Equal variance assumed ) ، وقيمة "ت" (T-test)  $= 2.407$  و عند درجة حرية = (18) و

والقيمة الإحتمالية (sig) ل  $T = 0.027$  وهي أصغر من  $0.05$  وعليه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في تعلم مهارة الذراعين بين الذكور والإناث لصالح الذكور.

الجدول رقم (03) الفروقات بين الاختبار القبلي والبعدي (ذكور) مهارة عمل الذراعين

	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الارتباط	القيمة الاحتمالية sig
مهارة عمل الذراعين قبلي (ذكور)	9.70	2.830	0.871	0.000
مهارة عمل الذراعين بعدي (ذكور)	12.70	2.214		

يمثل الجدول رقم (03) دلالة الفروق بين الاختبار القبلي والبعدي لمهارة عمل الذراعين (ذكور)، حيث بلغت القيمة الإحتمالية  $sig = 0.000$  وهي أصغر من مستوى الدلالة ( $0.05$ ) ، لذلك يمكن القول بأنه يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط الاختبارين القبلي والبعدي لمهارة عمل الذراعين.

الجدول رقم (04) الفروقات بين الاختبار القبلي والبعدي (إناث) مهارة عمل الذراعين

	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الارتباط	القيمة الاحتمالية sig
مهارة عمل الذراعين قبلي (إناث)	7.70	2.214	0.756	0.011
مهارة عمل الذراعين بعدي (إناث)	10.60	1.647		

يمثل الجدول رقم (04) دلالة الفروق بين الاختبار القبلي والبعدي لمهارة عمل الذراعين (إناث) ، حيث بلغت القيمة الإحتمالية  $sig = 0.011$  وهي أصغر من مستوى الدلالة ( $0.05$ ) ، لذلك يمكن القول بأنه يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط الاختبارين القبلي والبعدي لصالح الاختبار.

8- التحليل الإحصائي للتساؤل الثاني ( هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية ما بين الذكور والإناث في مهارة عمل الرجلين ) :

الجدول رقم (05) شئون التحقيقات بين العينتين (الذكور والإناث) في الاختبارات الفعلية مهارة الرجلين

الجنس	عدد افراد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)
ذكور	10	9.00	1.247	0.007	0.534	1.742	17.815	0.099
إناث	10	7.60	1.578					

بما أن القيمة الإحتمالية (sig)  $F = 0.534$  أكبر من (0.05) فإن التباين متساوي للمجموعتين ، وقيمة "ت" (T-test)  $= 1.742$  و عند درجة حرية = (18) و القيمة الإحتمالية  $= 0.099$  و هي أكبر من (0.05) و عليه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في تعلم مهارة الرجلين بين الذكور والإناث (حركات الرجلين تبادلية و تقوم بأداء الدفع القوي والسرعة داخل الماء) (وليد غانم ذنون .. 2011).

**الجدول رقم (06) شين التجارب بين العينتين (الذكور والإناث) في الاختبارات البعدية مهارة الرجلين.**

الجنس	عدد افراد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)
ذكور	10	11.50	1.581		1.027	0.324	2.201	18
إناث	10	10.20	1.751					0.041

بما أن القيمة الإحتمالية (sig)  $F = 0.324$  أكبر من (0.05) فإن التباين متساوي للمجموعتين ، وبلغت قيمة "ت" (T-test)  $= 1.742$  و عند درجة حرية = (18) و القيمة الإحتمالية  $= 0.041$  و هي أصغر من (0.05) و عليه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في تعلم مهارة الرجلين بين الذكور والإناث في الاختبارات البعدية لصالح الذكور.

**الجدول رقم (07) الفروقات بين الاختبار القبلي والبعدي (ذكور) مهارة عمل الرجلين.**

	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الارتباط	القيمة الاحتمالية sig
مهارة عمل الرجلين قبلي (ذكور)	9.00	1.247	0.732	0.016
مهارة عمل الذراعين بعدي (ذكور)	11.50	1.581		

يمثل الجدول رقم (07) دلالة الفروق بين الاختبار القبلي والبعدي لمهارة عمل الرجلين (ذكور) ، حيث بلغت القيمة الإحتمالية  $sig = 0.016$  و هي أصغر من مستوى الدلالة (0.05) ، لذلك يمكن القول بأنه يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط الاختبارين القبلي والبعدي لصالح الاختبار البعدى .

الجداول رقم (08) الفروقات بين الاختبار القبلي والبعدي (اناث) مهارة عمل الرجلين:

	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الارتباط	القيمة الاحتمالية sig
مهارة عمل الرجلين قبلي (اناث)	7.60	1.247	0.837	0.000
مهارة عمل النراعنين بعدي(اناث)	10.20	1.581		

يمثل الجدول رقم (08) دلالة الفروق بين الاختبار القبلي و البعدي لمهارة عمل الرجلين ( اناث ) ، حيث بلغت القيمة الإحتمالية  $= \text{sig} = 0.000$  و هي أصغر من مستوى الدلالة (0.05) ، لذلك يمكن القول بأنه يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط الاختبارين القبلي و البعدي لصالح الإختبار البعدي .

9- التحليل الإحصائي للتساؤل الثالث ( هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية ما بين الذكور والإإناث في مهارة السباحة الحرة 25 م ) :

الجداول رقم (09) بين التجفيفتين العينتين (الذكور والإناث) في الاختبارات القبلية مهارة السباحة الحرة 25 م

الجنس	عدد افراد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)
ذكور	10	16.20	2.741	0.265	0.613	1.133	18	0.272
إناث	10	14.90	2.378					

بما أن القيمة الإحتمالية (sig) ل  $F = 0.265$  أكبر من (0.05) فإن التباين متساوي للمجموعتين ( Equal variance assumed ) ، و قيمة "ت" (T-test) = 1.133 و عند درجة حرية = 18) والقيمة الإحتمالية (sig) ل  $T = 0.272$  وهي أكبر من (0.05) و عليه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين تعلم مهارة السباحة الحرة 25 م بين الذكور والإإناث.

الجداول رقم (10) بين التجفيفتين العينتين (الذكور والإناث) في الاختبارات البعدية مهارة السباحة الحرة 25 م

الجنس	عدد افراد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)
ذكور	10	12.70	2.213	0.402	0.534	2.407	18	0.027
إناث	10	10.60	1.646					

بما أن القيمة الإحتمالية (sig) ل  $F = 0.402$  أكبر من (0.05) فإن التباين متساوي للمجموعتين ( Equal variance assumed ) ، و قيمة "ت" (T-test) = 2.407 و بدرجة حرية

(18) و القيمة الإحتمالية (sig) ل  $T = 0.027$  وهي أصغر من (0.05) و عليه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في تعلم مهارة السباحة الحرة 25 م بين الذكور والإناث لصالح الذكور .

الجيش وشقيقه (11) الفروع تشرين الاختبار القتلى والبعض (فكتور) مهارة السباحة الحرة (25م):

	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الارتباط	القيمة الاحتمالية sig
مهارة السباحة الحرة(25م) قبلي (ذكور)	11.70	2.627	0.920	0.000
مهارة السباحة الحرة(25م) بعدى(ذكور)	16.20	2.741		

يمثل الجدول رقم (11) دلالة الفروق بين الاختبار القبلي والبعدي لمهارة السباحة الحرة(25م) (ذكور) ، حيث بلغت القيمة الإحتمالية  $sig = 0.000$  وهي أصغر من مستوى الدلالة (0.05) ، لذلك يمكن القول بأنه يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط الاختبارين القبلي والبعدي لصالح الاختبار البعدي .

١٢) الفروع والشروع (اثاث) مهارات السباحة المرة (25م) شئ الجش وللشروع (12) الاختبار الشفهي والبغوي (اثاث) مهارات السباحة المرة (25م)

	المتوسط الحسابي	الانحراف المعيارى	معامل الارتباط	القيمة الاحتمالية sig
مهارة السباحة الحرة(25م) قبلى (إناث)	10.30	1.767	0.722	0.018
مهارة السباحة الحرة(25م) بعدي(إناث)	14.90	2.378		

يمثل الجدول رقم (12) دلالة الفروق بين الاختبار القبلي والبعدي لمهارة السباحة الحرة (25م) (اناث) ، حيث بلغت القيمة الإحتمالية  $sig = 0.018$  وهي أصغر من مستوى الدلالة (0.05) ، لذلك يمكن القول بأنه يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط الاختبارين القبلي والبعدي لصالح الاختبار البعدي .

-10-

يمكن القول إن التدريب أثر إيجابيا على الجميع، إلا أن حجم التحسن كان أكبر لدى الذكور، وهو ما قد يعزى إلى عوامل تتعلق بالفارق في البنية العضلية أو التكيف الحركي. لذلك، يوصى عند تخطيط برامج تعليم السباحة للأطفال في الفئة العمرية (10-12 سنة)

## مقارنة مستوى الأداء في بعض مهارات السباحة الحرة بين الجنسين في مرحلة الطفولة المتوسطة (10-12 سنة)

بمراقبة الفروق الفردية بين الجنسين، وتكثيف شدة وتنوع التدريبات، خاصة لدى الإناث، لضمان تكافؤ فرص التعلم وتحقيق الأهداف التعليمية بكفاءة.

تبين من النتائج أن كلا الجنسين استفاد من البرنامج التدريسي، حيث سجل كل من الذكور والإإناث تحسنا في تعلم مهارة عمل الرجلين بين القياسين القبلي والبعدي. إلا أن الذكور أظهروا تفوقا دالا إحصائيا في الاختبار البعدي، مما يعني أن معدل اكتسابهم لهذه المهارة كان. هذا الفارق يمكن تفسيره بعوامل بدنية (مثل قوة العضلات السفلية لدى الذكور في هذه المرحلة العمرية)، أو باختلاف الاستجابة للتدريب.

تشير النتائج الإحصائية إلى أن الجنس ليس عاملا حاسما دائما في تحديد مستوى تعلم مهارة السباحة الحرة لمسافة 25 مترا، بل يعتمد التأثير على سياق القياس الزمني وظروف العينة.. حيث أظهرت نتائج اختبار T بين الذكور والإإناث في أحد القياسات عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية ( $sig = 0.272$ ) ، ما يشير إلى تكافؤ في مستوى الأداء بين الجنسين في تلك المرحلة.

في المقابل، أظهرت نتائج اختبار آخر وجود فروق دالة إحصائيا ( $sig = 0.027$ ) لصالح الذكور، مما يدل على تفوقهم في تعلم المهارة، وهو ما قد يعزى إلى عوامل بدنية أو نفسية أو اجتماعية داعمة لديهم.

أما على مستوى التحليل داخل كل مجموعة، فقد أظهرت نتائج الجدولين (11) و(12) وجود فروق دالة إحصائيا بين الاختبارين القبلي والبعدي، سواء لدى الذكور ( $sig = 0.000$ ) أو الإناث ( $sig = 0.018$ )، وجميعها لصالح القياس البعدي، ما يؤكد أن التدريب كان فعالا في تحسين أداء الجميع، بغض النظر عن الجنس.

في الوقت الحالي، تجرى مراقبة التدريب على عدة مستويات (الطاقة، والميكانيكية الحيوية، والنفسية)، لكن من أجل التحكم الحقيقي في مدى ملاءمة الحلول المعتمدة في التدريب أو أثناء المنافسة مع الأداء، من الضروري تحديد الأنماط المورفولوجية النموذجية بوضوح حسب أسلوب السباحة (Labar Riad, 2021).

## 11- خلاصة:

- 1- اعتماد تقييمات مستمرة قبلية وبعدية للمستوى المهاري.
- 2- تشجيع إشراك الإناث في برامج السباحة في سن مبكرة.
- 3- إعطاء وزن تدريسي متوازن بين تعليم المهارات الجزئية (مثل الذراعين والرجلين) والمهارات الكلية (السباحة الحرة 25م) .
- 4- مراقبة التقدم بانتظام واستخدام اختبارات قصيرة المدى.

## المصادر والمراجع

1. الخطيب عبد المجيد. (2014). *فيسيولوجيا النمو والتطور البدني عند الأطفال*. عمان: دار المسيرة.
2. الرفاعي محمد فتحي. (2007). *الأسس العلمية لتعليم السباحة والتدريب عليها*. عمان: دار الفكر.
3. الزعبي أحمد محمد. (2015). أثر برنامج تعليمي باستخدام أسلوب التعلم التعاوني في تحسين بعض المهارات الأساسية في السباحة الحرة. *مجلة علوم الرياضة والنشاط البدني*, 05(02), 113-128.
4. المنصوري خالد محمد. (2016). الفروق في تعلم المهارات الأساسية في السباحة بين الذكور والإإناث من تلاميذ المرحلة الابتدائية . *مجلة دراسات تربوية ونفسية*, 38(02), 77-94.
5. خرفي رضا توفيق . إسماعيل بوسيف . واضح أحمد الأمين . (2023). فاعلية أسلوب الجمعية الأمريكية لتدريب السباحة في تطوير تحمل السرعة و زمن انجاز 400م حرة لسباحي فئة أقل من 17 سنة. *مجلة العلوم والتكنولوجيا للنشاطات البدنية والرياضية*, 20(02), 307-322.
6. خليفة عبد الرحمن. (2018). دراسة مقارنة لبعض المهارات الأساسية في السباحة بين الجنسين لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة . *مجلة دراسات التربية البدنية والرياضية*, 10(01), 75-88.

مقارنة مستوى الأداء في بعض مهارات السباحة الحرة بين الجنسين  
في مرحلة الطفولة المتوسطة (10-12 سنة)

7. د.قاسمي بشير. (2010). تأثير بعض أساليب التغذية الراجعة باستعمال الفيديو في تعلم بعض مهارات السباحة الحرة عند المبتدئين سن 6-9 سنوات. *مجلة العلوم والتكنولوجيا للنشاطات البدنية والرياضية*, 07(07), 98-78.
8. رقيق مданی ، سبع بو عبد الله ، قبلي عبد القادر. (2018). تحليل العلاقة بين بعض المتغيرات الكينيماتيكية للبدء في السباحة الحرة. *مجلة العلوم والتكنولوجيا للنشاطات البدنية والرياضية*, 15(03), 132-140.
9. عبيادات ذوقان ، وعدس عبد الرحمن ، وعد الحق كايد. (2004). *البحث العلمي: مفاهيمه وأدواته وأساليبه* (الإصدار 05). عمان: دار الفكر.
10. محمود عبد الحميد شوقي. (2006). *دليل اختبارات السباحة* (الإصدار 01). القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
11. وليد غانم ذنون . (2011). تحليل بعض المتغيرات البايكينيماتيكية وبناء اختبار لمهارة سباحة الصدر بالكرة في كرة الماء. *مجلة العلوم والتكنولوجيا للنشاطات البدنية والرياضية*, 08(08), 153-170.
12. Bompa, T. O., & Buzzichelli, C. (2019). *Periodization: Theory and methodology of training. Human Kinetics*. (6TH).
13. Gallahue, D. L., Ozmun, J. C., & Goodway, J. D. (2012). *Understanding motor development: Infants, children, adolescents, adults* (éd. 7th ed). McGraw-Hil.
14. Labar Riad . (2021). *Profil Morphologique Des Jeunes Nageurs Algériens (13-15 Ans) Selon Le Style De Nage*. *مجلة العلوم والتكنولوجيا للنشاطات البدنية والرياضية*, 18(1), 424-438.
15. Mahiddine Djamel Salim . (2011). *Profil (biométrique, Physique Et Hydrodynamique) Prédictif, Pour La Détection De Jeunes Talents En Natation Cas Du 25m Crawl*. *مجلة العلوم والتكنولوجيا للنشاطات البدنية والرياضية*, 8(8), 47-59.
16. Malina, R. M., Bouchard, C., & Bar-Or, O. ((2004). *Growth, maturation, and physical activity* (éd. 2nd ed.). Human Kinetics.
17. Thomas, J. R., Nelson, J. K., & Silverman, S. J. (2015). *Research methods in physical activity* (éd. 7th ed). Human Kinetics.