

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	الكلية
-	القسم
Swimming	المادة باللغة الانجليزية
السباحة	المادة باللغة العربية
الاولى	المرحلة الدراسية
م. عثمان ادهام علي	اسم التدريسي
The International Swimming Rules, Types of Aquatic Swimming Games	عنوان المحاضرة باللغة الانجليزية
القانون الدولي للسباحة، انواع الالعاب المائية للسباحة	عنوان المحاضرة باللغة العربية
١٥	رقم المحاضرة
	المصادر والمراجع

محتوى المحاضرة



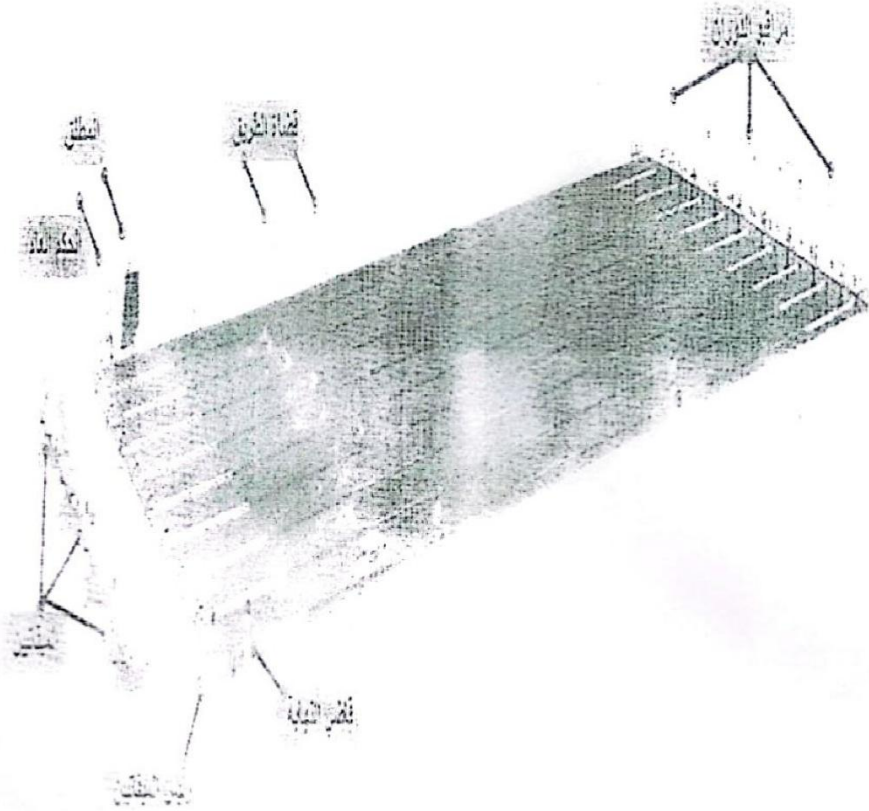
أنواع الألعاب المائية للسباحة :

كرة الماء :

لعبة جماعية تتم في حوض السباحة ، يتبارى فيها فريقين في كل منهما سبعة لاعبين وأربع لاعبين احتياط ، ويسمح للاعب أثناء سير المباراة استخدام يد واحدة فقط في امتلاك الكرة وتمريضها وتصويبها ما عدا الحارس الذي يسمح له باستخدام اليدين معاً ، والفريق الفائز هو الذي يسجل أكبر عدد من الأهداف في مرمى الخصم ، وتتطلب هذه اللعبة إتقان جميع أنواع السباحة وذلك مطلوب لأداء الأوضاع المختلفة وعمل حركات النمويه والخداع وهي من أعنف الرياضات ، وتحتاج الى قوة ، سرعة ، تحمل وحسن التصرف ، تطورت كرة الماء في أوروبا والولايات المتحدة فوضعت الأحكام في اسكتلندا في أواخر القرن التاسع عشر ، ثم انتشرت في بريطانيا ومنها الى باقي البلدان الأوروبية وأصبحت رياضة رسمية في الألعاب الأولمبية بدءاً من سنة ١٩٠٠ .

الغطس :

عبارة عن قفزة من ارتفاع معين يؤدي فيها حركات فنية تشابه حركات الجمناز قبل وصول اللاعب للماء ، فذلك يحتاج الى قدرة فائقة للتحكم في الجسم والى قوة وإرادة قوية ، والقفز نوعان : (القفز من سلم متحرك ، والقفز من سلم ثابت) ، ويختلف ارتفاع السلم عند أداء القفزات في المنافسات ويسجل المتنافس نقطة عند تنفيذ أنواع الحركة المطلوبة بدءاً من الانطلاق من لوحة القفز مروراً بالارتفاع في الهواء حتى دخول الماء ، ساهم السويديون والألمان في شهرة الغطس في القرنين السابع عشر والثامن عشر وأصبح رياضة تنافسية ، وأدخل الغطس في منافسات الألعاب الأولمبية في دورة ١٩٠٤ بسانت لويس في الولايات المتحدة وأصبح منافسة رسمية بدءاً من دورة ١٩٠٨ .



شكل يوضح

أماكن وقوف الحكام على حوض السباحة

القانون الدولي للسباحة وعدد حكام السباحة :

تتميز رياضة السباحة بعدد الحكام المسؤولين عن حوض المسابقة حيث يبلغ في البطولات الاولمبية لعدد يصل (٥٠) حكماً يوزعون حسب الواجبات لكل واحد منهم وكالتالي في الألعاب الاولمبية وبطولات العالم يقوم اتحاد (fina) بتعيين الحد الأدنى من الأعداد التالية من الحكام :

١	الحكم العام	١
٢	قضاة طريق	٤
٣	رئيس مراقبي دوران	٢ واحد من كل جانب للحوض
٤	مطلق	٢
٥	مراقب دوران	١ واحد عند نهاية لكل حارة
٦	رئيس التسجيل	١
٧	مخرج الارسلات	٢
٨	مذيع	١

يحتوي قانون السباحة على عدة مواد عددها (١٢) مادة قانونية توضح كل مادة مسؤوليات وواجبات كل من الوارد ذكرهم أعلاه ، كذلك الأخطاء القانونية للمسابقات وكيفية الحكم عليها ، ونكتفي عن ذكر التفاصيل من خلال توضيح الصورة لكيفية وقوف الحكام في بطولات السباحة الاولمبية .

السباحة المتزامنة :

في هذا النوع تمارس المتنافسات حركات متشابهة تتميز بالتناغم والتنسيق في التوقيت ، ويكون الاستعراض ثنائياً أو جماعياً ، وفي هذه المنافسة لا يسمح للمتنافسات الارتكاز على أرضية الحوض ، هذه الرياضة هي إحدى الرياضات التي تمارس من قبل النساء فقط ، وقد ظهرت السباحة المتزامنة كرياضة استعراضية في الألعاب الاولمبية بين دورتي ١٩٤٨ و ١٩٦٨ ثم ظهرت كرياضة أساسية في دورة لوس انجلوس سنة ١٩٨٤ .

السباحة الطويلة :

وفي هذا النوع تمارس السباحة لمسافات طويلة خارج أحواض السباحة ولمسافات تصل الى عدة كيلومترات ، إن السباقات الطويلة سبقت السباقات القصيرة تاريخياً وتمارس في المياه المفتوحة كالأنهار والبحيرات والبحار ، حيث تحدد منطقة بداية ونهاية للسباق وتشمل عدد كبير من السباحين خلال المنافسة ، ولهذا النوع من السباحة تنظيماته وقانونه وطرقه التحكيمية الخاصة ، ولها خط سير محدد ، وأشهر هذه السباقات هي :

١. سباق المانش (فرنسا - انكلترا) مسافته (٢٣) كلم .
٢. سباق كابري - نابولي (إيطاليا) مسافته (٣٠) كلم .
٣. سباق النيل الدولي (حلوان - القاهرة) كصر مسافته (٥٧) كلم .

