

أسباب تدني مستوى رياضة الجمباز في ليبيا من وجهة نظر الإداريين بالاتحادات الرياضية لرياضة الجمباز

د. وليد علي المرغني

د. فدوي كامل فرحات الصيد

الأيمل:

/

تاريخ الاستلام / 2023/9/10

تاريخ القبول 2023/11/5

الكلمات الدالة : رياضة الجمباز – الاتحادات الرياضية

ملخص البحث

يهدف البحث الي التعرف علي أسباب تدني رياضة الجمباز في ليبيا من وجهة نظر المسؤولين في الاتحاد الرئيسي والفرعي للجمباز في الليبي. واستخدم الباحثان المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي وذلك لملائمته وطبيعة البحث ، علي عينة تم اختيارها بالطريقة العمدية من الإداريين في الاتحاد الليبي للجمباز والاتحادات الفرعية والبالغ عددهم (20) اداري ، واستخدم الباحثان في جمع بيانات هذا البحث المقابلة الشخصية واستمارة الاستبيان المكونة من خمسة وعشرون عبارة لمعرفة اسباب تدني مستوى رياضة الجمباز في ليبيا وتوصل الباحثان الي اهم النتائج التالية : عدم وجود الدعم الكافي لنشاطات الاتحاد الرياضية الخاصة برياضة الجمباز . قد يكون هناك نقص في المنشآت الرياضية المتخصصة والمعدات اللازمة لممارسة رياضة الجمباز . هذا يعني أن الرياضيين ليس لديهم الفرصة المناسبة للتدريب وتطوير مهاراتهم بشكل كافٍ.

1- عدم وجود الحافز للرياضيين علي العطاء وتطوير المستوى . قد ينتج التدني في رياضة الجمباز عن انخفاض الثقة والرغبة لدى الرياضيين في ممارستها. قد يشعرون بالإحباط من عدم وجود فرص كافية للتطور والنجاح في هذا المجال.

الاستشهاد :

جمال السوندي يخلف / أسباب تدني مستوى رياضة السباحة في ليبيا من وجهة نظر المسؤولين في اتحاد السباحة الليبي 2023 : مجلة العلوم الرياضية والمرتبطة المجلد الرابع العدد 34 يوليو 2023 .

المقدمة ومشكلة البحث :-

تعتبر رياضة الجمباز من الرياضات الفردية المثيرة والتي تتطلب مهارات عالية في المرونة والتوازن والتنسيق. ومع ذلك، تواجه رياضة الجمباز في ليبيا تحديات عديدة تؤثر على نموها وانتشارها في البلاد. يجب أن نسلط الضوء على هذه التحديات ونبحث عن سبل التطوير الممكنة لتعزيز هذه الرياضة الرائعة في ليبيا

رياضة الجمباز في ليبيا من أقدم الرياضات حيث أنها عاصرت أجيالا كثيرة الا أنها كانت مختلفة من قبل الي اخر فقد دخلت الي ليبيا عن طريق المدارس منذ سنة 1954 وتم تأسيس اول اتحاد للرياضة 1970 مع اتحاد رفع الانتقال واستقل اتحاد الجمباز بعد تغير ثلاث مجالس ادارية للاتحاد في سنة 1971 وتم تشكيل اتحادات فرعية سنة 1974 تم توقف هذه الرياضة الي ان تم تجديد الاتحاد في 1997 .

(الاتحاد الليبي للجمباز)

اصبحت رياضة الجمباز من الرياضات المهمة في الدول المتقدمة والدول النامية ومنها الدول العربية ، ويرجع هذا الاهتمام الي ان هذه الرياضة تعتمد في المقام الاول علي القدرات البدنية والمهارية للاعب والذي يتطلب الي اعداد اللاعب لسنوات طويلة للوصول الاهداف المنشودة .

ولاياتي ذلك عن طريق التدريب المنتظم والمستمر فقط ولكن يعتمد ايضا علي ادارة سليمة تتضمن التخطيط والتنفيذ التي تحتل مكانة كبيرة بجانب التدريب ، من هنا تتفق الاراء علي ان الوصول الس اعلي المستويات يتطلب اسهام جميع العاملين بالاتحادات الرياضية من لاعبين ومدربين واداريين وحكام وحتى اولياء الامور ومن الطبيعي قد يواجه احد اطراف من عراقل وصعوبات تاتتاء التخطيط والتنفيذ .

وقد أظهرت البطولات العربية والافريقية المتعددة مدى تأخر المستوى الليبي لرياضة الجمباز حتي أصبحت القاعدة أن نحتل المراكز المتأخرة ويصبح الاستثناء هو الحصول علي أحد المراكز المتقدمة دون تخطيط أو إعداد. ومن هذا المنطلق وجب علينا دراسة اسباب تدني مستوى اللاعبين وايجاد الحلول للنهوض والرقى بهذه الرياضة وبالتالي سوف تكون هذه الدراسة مؤشرا عاما لحل المشكلات التي تواجه رياضة الجمباز في ليبيا مما قد يضع المسؤولين والاداريين علي هذه الرياضة ان يعيدوا النظر في التخطيط وترتيب المهام لصالح هذه الرياضة .

وعلى الرغم من الصعوبات التي تواجهها رياضة الجمباز في ليبيا، إلا أنه يمكن اتخاذ خطوات لتطويرها وتعزيزها. قد تشمل هذه الخطوات زيادة التمويل المخصص للرياضة، وتوفير الدعم والمساعدة للمدربين والمدربات المتخصصين في الجمباز، وتعزيز التوعية والترويج لفوائد وأهمية ممارسة الجمباز، وتوفير بيئة آمنة ومستقرة لممارسة الرياضة. بالإضافة إلى ذلك، يمكن تعزيز التعاون مع الاتحادات الرياضية الدولية والمنظمات الرياضية الدولية لتقديم الدعم والتدريب والفرص المتاحة في مجال الجمباز. يمكن أيضًا تنظيم المسابقات والبطولات المحلية والإقليمية لتشجيع اللاعبين وتعزيز المنافسة. وباختصار، تعاني رياضة الجمباز في ليبيا من تحديات عديدة تؤثر على تطورها وانتشارها، ولكن باستراتيجيات مناسبة والتزام بتعزيزها وتطويرها، يمكن تحسين وضع الجمباز في ليبيا وتوفير فرص أفضل للشباب المهتمين بهذه الرياضة. ومن هنا اوضح الباحثان مشكلة البحث في معرفة اسباب تدني رياضة الجمباز في ليبيا من وجهة نظر الادارين والقائمين علي اتخاذ القرار في الاتحادات الليبية لرياضة الجمباز .

هدف البحث :

- التعرف على أسباب تدني رياضة الجمباز في ليبيا من وجهة نظر المسؤولين في الاتحاد الرئيسي والفرعي للجمباز في الليبي.

تساؤلات البحث :

- ماهي أسباب تدني رياضة الجمباز في ليبيا من وجهة نظر المسؤولين في الاتحاد الرئيسي والفرعي للجمباز في الليبي؟

الدراسات السابقة

دراسة : اعراب محمد كروم 2012 بعنوان : اسباب تدني الرياضة المدرسية في الوسط المدرسي

هدفت الدراسة إلى التعرف على الأسباب الرئيسية التي أدت إلى تدني أداء الفرق المدرسية في الوسط المدرسي، ولهذا الغرض قمنا بصياغة الفرض المتمثل في الأسباب الرئيسية التي أدت إلى تدني أداء الفرق المدرسية في الوسط المدرسي هي على الترتيب نقص الإمكانيات، والتنسيق الإداري، وقلة الاهتمام. وهذا للإجابة على السؤال المطروح المتمثل في ما هي الأسباب التي أدت إلى تدني أداء الفرق المدرسية في الوسط المدرسي؟. ولهذا قمنا باستخدام المنهج الوصفي نوع الدراسة مسحية، تم من خلالها تطبيق أداة دراسة متمثلة في استمارة استبائيية، طبقت على مجموعة من أساتذة التربية البدنية والرياضية عددهم 140 أستاذ من الجهة الغربية للجزائر من المرحلة المتوسطة والثانوية تم اختيارهم بشكل عشوائي. وبعد تحليل النتائج تم

التوصل إلى أن الممارسة الرياضية المدرسية لا ترقى اليم اهو منوط بها وهذا لعدة أسباب منها ما هو إداري ومنها ما هو تنظيمي، ومنها ما هو تشريعي.

- دراسة جمال سوندي يخلف 2023 بعنوان : أسباب تدني مستوى رياضة السباحة في ليبيا من وجهة نظرالمسؤولين في اتحاد السباح الليبي وتهدف الي التعرف علي أسباب تدني مستوى رياضة السباحة في ليبيا من وجهة نظر المسؤولين في اتحاد السباحة الليبي.واستخدم الباحث المنهج الوصفي لملائمة لطبيعة البحث علي عينة قوامها (10) ادارين في الاتحاد الليبي للسباحة واسفرت اهم النتائج الي : عدم وجود الاهتمام الكافي برياضه السباحة من قبل الدولة .
- عدم الوعي بفوائد السباحة و اهميتها .
- عدم وجود الدعم الكافي لنشاطات الاتحاد .
- عدم وجود الحافز للرياضيين علي العطاء وتطوير المستوى .
- قلة وجود الاحواض المغلقة و المفتوحة .

إجراءات البحث :

منهج البحث :

استخدم الباحثان المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي وذلك لملائمته وطبيعة البحث .

عينة البحث :

تم اختيار عينة البحث بالطريقة عمدية من الإداريين في الاتحاد الليبي للجمباز والاتحادات الفرعية والبالغ عددهم (2) اداري يعملون بالاتحادات الرياضية .

أدوات البحث :

استخدم الباحثان الادوات التالية :

1- الاستبيان.

تم اعداد استيماة استبيان وتكونت من (25) عبارة وقام الباحثان باجراء المعاملات العلمية للتحقق من صدق وثبات استيماة الاستبيان .

2- المقابلة الشخصية.

قائمة الباحثان باجراء عدة مقابلات مع الاعبين وحكام ومدربين وطرح مجموعة من الاسئلة لتحديد عبارات الاستبيان للوصول به الي الصورة النهائية للاستيماة . مرفق رقم (1)

مجالات البحث :

1- المجال المكاني : الاتحاد العام الليبي للجمباز – الاتحادات الفرعية الليبية للجمباز .

2- المجال البشري : الإداريين في الاتحاد الليبي للجمباز .

3- المجال الزمني : 2023.

صدق استيماة الاستبيان

وقد جرى التحقق من صدق الاستبيان عن طريق الاعتماد على الصدق الظاهري وهذا من خلال عرضه على 5 خبراء، ثم قام الباحثان بعد ذلك بأخذ مختلف الملاحظات التي قدمها الخبراء واستبعاد مختلف الاسئلة التي لا تتوافق مع البحث وتعديل ما اوصى به الخبراء ، إلى غاية الوصول الى الصيغة النهائية للاستبيان.

- لقياس صدق العبارات استخدم الباحثان (الاتساق الداخلي) للعبارات وتراوحت ما بين (0.57 الي 0.968) مما يؤكد ان استيماة الاستبيان تتمتع بمعامل صدق عالية .والجدول رقم (1) يوضح ذلك :

جدول رقم (1) يبين صدق الاتساق الداخلي لاستيماة الاستبيان

المجال الفقرة	الاسباب	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الارتباط
1	قلة عدد الصالات الرياضية المخصصة لرياضة الجمباز	3.00	0.00	0.743
2	وجود عدد اندية مسجلين بالاتحاد الليبي لرياضة الجمباز	2.80	0.62	0.168
3	قلة الأجهزة والأدوات المساعدة في التدريب	2.85	0.49	.577**
4	قلة دعم الدولة للاتحاد الليبي للجمباز	2.75	0.64	.707**
5	قلة دعم الشركات الراعية للرياضة	2.65	0.75	.800**
6	وجود ميزانية منتظمة للاتحاد	2.50	0.83	.916**
7	عدد المدربين المؤهلين غير كافي	2.70	0.73	.728**
8	عدم وجود الكوادر الفنية (حكام ، لجان مسؤولة)	2.50	0.76	.943**
9	قلة المشاركات الخارجية للرياضيين	2.60	0.75	.867**
10	قلة الدورات المتقدمة لمدرّبين الجمباز	2.45	0.89	.918**
11	عدد الاتحادات الفرعية غير كافي	2.20	0.95	.950**
12	قلة الدورات المتقدمة لحكام الجمباز	2.45	0.89	.918**
13	تغذية الرياضيين الغير جيدة	2.15	0.99	.922**
14	عدم وجود الزي المناسب للاعبين الجمباز	2.30	0.92	.960**
15	عدم العناية الدقيقة بالرياضيين (الوقاية من الامراض)	1.95	1.00	.833**
16	عدم اجراء الفحوصات الطبية الدورية	1.10	0.45	0.203
17	عدم وجود صالات رياضية خاصة بالبطولات والمنافسات الرياضية	2.10	1.02	.887**

18	عدم ارتداء الملابس الخاصة بالرياضة	1.90	0.97	.819**
19	عدم الانتظام في التدريب	1.80	0.95	.754**
20	عدم اختيار الرياضيين الناشئين بشكل جيد	2.25	0.91	.968**
21	عدم استخدام الاسس العلمية في الاختيار والانتقاء	2.25	0.97	.940**
22	المنافسات المحلية غير كافية	2.50	0.89	.870**
23	اسلوب حياة الرياضيين خارج التدريب	2.35	0.93	.942**
24	المستوي الثقافي والاجتماعي للعائلة للرياضيين	2.00	1.03	.843**
25	الاستقرار والراحة والمستقبل المهني	2.25	0.97	.940**

ثبات استيماة الاستبيان

- لقياس مدى ثبات الاستبيان استخدم الباحثان (معادلة ألفا كرونباخ) للتأكد من ثبات أداة البحث على عينة استطلاعية مكونة من 5 اداريين من خارج العينة الاساسية وبلغت معامل الثبات للاستيماة الاستبيان المكونة من (25 عبارة) بمعامل ثبات مرتفع بلغ (0.978) لاجمالي فقرات الاستيماة ، وهذا يدل على ان الاستبيان يتمتع بدرجة عالية من الثبات يمكن الاعتماد عليه في التطبيق الميداني للبحث .

المعالجات الاحصائية

تمت معالجة تحليل البيانات المتحصل عليها بواسطة الحزمة الاحصائية (SPSS) النسخة 25، وذلك باستخدام الأساليب الإحصائية التالية:

(المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، النسبة المئوية، معامل ارتباط بيرسون، معامل الثبات ألفا كرونباخ، اختبار ك مربع).

عرض ومناقشة النتائج :

أولاً: عرض النتائج: للإجابة عن تساؤلات البحث تم حساب التكرارات والنسب المئوية لعينة البحث.

جدول (2)

يوضح الوسط الحسابي والانحراف المعياري والوزن النسبي لعينة البحث لمعرفة أسباب تدني مستوى رياضة الجمباز في ليبيا من وجهة نظر الإداريين في اتحاد الليبي للجمباز

ن=20

المجال الفقرة	الاسباب	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوزن النسبي	الرتبة	الرأي السائد
1	قلة عدد الصالات الرياضية المخصصة لرياضة الجمباز	3.00	0.00	100%	1	نعم
2	وجود عدد اندية مسجلين بالاتحاد الليبي لرياضة الجمباز	2.80	0.62	93%	3	نعم
3	قلة الأجهزة والأدوات المساعدة في التدريب	2.85	0.49	95%	2	نعم
4	قلة دعم الدولة للاتحاد الليبي للجمباز	2.75	0.64	92%	4	نعم
5	قلة دعم الشركات الراعية للرياضة	2.65	0.75	88%	6	نعم
6	وجود ميزانية منتظمة للاتحاد	2.50	0.83	83%	9	نعم
7	عدد المدربين المؤهلين غير كافي	2.70	0.73	90%	5	نعم
8	عدم وجود الكوادر الفنية (حكام ، لجان مسؤولية)	2.50	0.76	83%	8	نعم
9	قلة المشاركات الخارجية للرياضيين	2.60	0.75	87%	7	نعم
10	قلة الدورات المتقدمة لمدربين الجمباز	2.45	0.89	82%	11	نعم
11	عدد الاتحادات الفرعية غير كافي	2.20	0.95	73%	18	الا حد ما
12	قلة الدورات المتقدمة لحكام الجمباز	2.45	0.89	82%	12	نعم
13	تغذية الرياضيين الغير جيدة	2.15	0.99	72%	19	الا حد ما
14	عدم وجود الزي المناسب للاعبين الجمباز	2.30	0.92	77%	14	نعم

15	عدم العناية الدقيقة بالرياضيين (الوقاية من الامراض)	1.95	1.00	65%	22	الا حد ما
16	عدم اجراء الفحوصات الطبية الدورية	1.10	0.45	37%	25	لا
17	عدم وجود صالات رياضية خاصة بالبطولات والمنافسات الرياضية	2.10	1.02	70%	20	الا حد ما
18	عدم ارتداء الملابس الخاصة بالرياضة	1.90	0.97	63%	23	الا حد ما
19	عدم الانتظام في التدريب	1.80	0.95	60%	24	الا حد ما
20	عدم اختيار الرياضيين الناشئين بشكل جيد	2.25	0.91	75%	15	الا حد ما
21	عدم استخدام الاسس العلمية في الاختيار والانتقاء	2.25	0.97	75%	16	الا حد ما
22	المنافسات المحلية غير كافية	2.50	0.89	83%	10	نعم
23	اسلوب حياة الرياضيين خارج التدريب	2.35	0.93	78%	13	نعم
24	المستوي الثقافي والاجتماعي للعائلة للرياضيين	2.00	1.03	67%	21	الا حد ما
25	الاستقرار والراحة والمستقبل المهني	2.25	0.97	75%	17	الا حد ما
	المجموع	2.33	0.68	78%	/	نعم

يتضح من الجدول (2) ان الوزن النسبي لعبارات استمارة الاستبيان تتراوح ما بين 37% لبس 100%

والمجموع الكلي تراوح 78% لرائ السائد نعم .

ثانيا : مناقشة النتائج :

يتضح من الجدول (1) الخاص بحساب لتكرارات والوزن النسبي للموافقين وغير الموافقين لمعرفة اسباب تدني مستوي رياضة الجمار في ليبيا من وجهة نظر الاداريين في الاتحادات الرياضية للعبة ان الفقرات الاكثر نسبة كانت (3) فقرات بنسبة (100%) من أصل (25) فقرة وكانت هذه الفقرات هي قلة عدد الصالات الرياضية المخصصة لرياضة الجمار هي الاساس في اللعبة لنشر النشاط و المزولة والرفع من المستوي وكذلك كانت الفترة الثانية والتي تؤكد علي قلة الأجهزة والأدوات المساعدة في التدريب لتؤكد علي أهمية جودة التدريب باستخدام الاجهزة والادوات المساعدة للوصول للاداء المثالي والتي جاءت بنسبة (95%) والترتيب

الثالث جاءت عبارة وجود عدد اندية مسجلين بالاتحاد الليبي لرياضة الجمناز بنسبة (93 %) ويرجع ذلك لقلة عدد الاندية الرياضية التابعة للاتحاد الليبي لرياضة الجمناز مما يؤثر علي مستوى مشاركة الرياضيين في مختلف الانشطة الرياضية المتعلقة برياضة الجمناز . وجاءت عبارة عدم اجراء الفحوصات الطبية الدورية في المرتبة الاخيرة بنسبة (37 %) وجاءت عبارة عدم ارتداء الملابس الخاصة بالرياضة بنسبة (63 %) و عدم الانتظام في التدريب (60 %) ويرجع تفاوت الوزن النسبي بين عبارات استيماة الاستبيان بين نعم و الي حد ما ولا ان ضعف البنية الرياضية التحتية قد تكون هناك نقص في الدعم والاهتمام بالرياضة ، مما يؤثر على فرص المشاركة الرياضية للاعبين والتحفيز لممارستها. وكذلك قلة الأنشطة الرياضية المنظمة: قد يكون هناك نقص في الفعاليات والأنشطة الرياضية المنظمة في المجتمع المحلي، مما يقلل من الفرص المتاحة للأفراد لممارسة الرياضة والمشاركة في التحديات الرياضية.و قد يواجه الأندية الرياضية والرواد الرياضيون صعوبة في فهم والامتثال للقوانين والتنظيمات المتعلقة بالرياضة، مما يعيق تنظيم وتطوير الأنشطة الرياضية بشكل فعال. وكذلك ضعف التسويق الرياضي: قد يكون هناك نقص في التسويق والترويج للأحداث الرياضية والفرق، مما يؤثر على جذب الجماهير وزيادة الاهتمام بالرياضة. قلة الدورات الرياضية المنظمة: قد يكون هناك نقص في الدورات الرياضية المنظمة والبطولات المستمرة، مما يقلل من الفرص المتاحة للرياضيين للمنافسة وتطوير مهاراتهم.

ويري الباحثان ان لتعزيز ممارسة الرياضة في ليبيا، يمكن اتخاذ بعض الإجراءات مثل تعزيز التمويل الرياضي، وتحسين البنية التحتية الرياضية، وتوفير برامج توعية رياضية في المدارس والمجتمعات المحلية، وتنظيم المزيد

من الأحداث والبطولات الرياضية المحلية والدولية. كما يمكن تعزيز التعاون بين الحكومة والمؤسسات الرياضية والمجتمع المحلي لتعزيز الرياضة وتشجيع المشاركة الرياضية.

الاستنتاج و التوصيات :-

اولا : الاستنتاجات

من خلال النتائج التى توصل اليها الباحثان :

- عدم الاهتمام الكافي برياضه الجمناز من قبل الدولة .
- عدم وجود الدعم الكافي لنشاطات الاتحاد الرياضية الخاصة برياضة الجمناز . قد يكون هناك نقص في المنشآت الرياضية المتخصصة والمعدات اللازمة لممارسة رياضة الجمناز . هذا يعني أن الرياضيين ليس لديهم الفرصة المناسبة للتدرب وتطوير مهاراتهم بشكل كافٍ.
- عدم وجود الحافز للرياضيين علي العطاء وتطوير المستوى . قد ينتج التدني في رياضة الجمناز عن انخفاض الثقة والرغبة لدى الرياضيين في ممارستها . قد يشعرون بالإحباط من عدم وجود فرص كافية للتطور والنجاح في هذا المجال.
- قلة الدعم المادي من الدولة مما يؤثر بالسلب علي رياضة الجمناز : نقص الدعم المالي : قد يكون هناك نقص في الدعم المالي والرعاية لرياضة الجمناز في ليبيا . هذا يؤثر على قدرة الرياضيين على السفر والمشاركة في المسابقات الدولية، وتطوير برامج التدريب وتوفير المعدات اللازمة.
- قلة المراكز والاندية الرياضية الخاصة برياضة الجمناز في ليبيا .

ثانيا : التوصيات :-

من أجل تحسين وتطوير رياضة الجمباز في ليبيا، يجب التركيز على تطوير البنية التحتية، وتوفير التدريب المتخصص والتأهيل، وزيادة الدعم المالي والرعاية، ورفع الوعي والاهتمام بالرياضة، وتوفير الفرص الدولية للرياضيين الليبيين.

- تطوير البنية التحتية: يجب تعزيز البنية التحتية لرياضة الجمباز في ليبيا، وذلك من خلال بناء مرافق رياضية متخصصة ومجهزة بالمعدات اللازمة. ينبغي أن تتوفر قاعات تدريب ومراكز للتأهيل والتدريب البدني، بالإضافة إلى استخدام تكنولوجيا حديثة في تطوير مرافق الجمباز.
- تدريب المدربين: يجب تطوير برامج تدريبية متخصصة للمدربين في مجال الجمباز، وذلك لتحسين مهاراتهم ومعرفتهم بأحدث التقنيات والتدريبات. يمكن تنظيم ورش عمل ودورات تدريبية بالتعاون مع الاتحادات الدولية والخبراء المحليين والدوليين في رياضة الجمباز.
- 3- دعم الرياضيين الشباب: يجب توفير برامج دعم وتطوير للرياضيين الشباب الموهوبين في مجال الجمباز. يمكن تنظيم مسابقات وبطولات محلية وإقليمية للشباب، وتوفير منح ومساعدات للرياضيين المتميزين لتمكينهم من التدريب والمشاركة في المسابقات الدولية.
- 4- التعاون مع الاتحادات الدولية: ينبغي تعزيز التعاون مع الاتحادات الدولية للجمباز والاستفادة من خبراتهم ومعرفتهم في تطوير رياضة الجمباز في ليبيا. يمكن تنظيم ورش عمل ومعسكرات تدريبية بمشاركة الخبراء الدوليين لنقل المعرفة وتحسين المستوى الفني للرياضة.

- 10-تشجيع المشاركة والمسابقات: يجب تنظيم مسابقات محلية وإقليمية ووطنية بانتظام لتشجيع المشاركة وتطوير المواهب في رياضة الجمباز. يمكن أيضًا تشجيع الرياضيين على المشاركة في المسابقات الدولية وتمثيل ليبيا على المستوى العالمي.

المراجع :-

- 1- ابراهيم رحومة زايد ، محمد مفتاح الوسيح ، اكرم السيد أبراهيم (1985) السباحة لشعب التربية الرياضية بمعاهد المعلمين و المعلمات الدار العربية للكتب ص 12،13.
- 2- ابراهيم سلامة (2000) المدخل التطبيقي للقيام في اللياقة البدنية ، منشأة المعارف.
- 3- ابو العلا أحمد عبد الفتاح (1994) : تدريب السباحة المستويات العليا ، دار الفكر العربي.
- 4- أسامة كامل راتب (1999) : تعليم السباحة ، دارا الفكر العربي ص19.
- 5- الامام الرازي (1973 م) : مختار الصحاح ، دار المعرفة ص112.
- 6- عادل عبد البصير (1999 م) التدريب الرياض و التكامل بين النظرية والتطبيقية ، مركز الكتاب للنشر.
- 7- عصام الامين حليم (1998) : استراتيجية تدريب الناشئين في السباحة ، الطبعة الاولى منشأة المعارف
- 8- عصام الدين عبد الخالق مصطفى (2005م) التدريب الرياضي (نظريات - تطبيقات) منشأة المعارف.

9- علي فهمت البيك (1990م) تحديد بعض المواصفات المورفولوجيا لسباحه المسافات

القصيرة جامعه الحلوان.

10- عمار عباس ابو زيد (2008) سلسلة الاتجاهات الحديثة في التدريب الرياضة منشاة

المعارف بالإسكندرية.