

٢٠٢٢



المحاضرة الثانية

تاريخ رياضة السباحة الأولمبية



أ.د. مازن هادي كزار ابراهيم الطائي

Mazin.kzar@mustaqbal-college.edu.iq

م.د. وليد خالد عبد الهادي الماشطة

Waleed.Khalid@mustaqbal-college.edu.iq

كلية المستقبل الجامعة / قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة



تاريخ مزاولة رياضة السباحة

السباحة من اقدم الوان الرياضة، تشير التنقيبات التي اجريت على الاثار القديمة الموجودة في بقاع العالم ومنها النقوش الضئيلة و البروز الموجودة على الاثار البابلية والرسوم الموجودة على جدران اثار الحضارة الاشورية بان الانسان قد عرف السباحة وزاولها منذ بدايات وجوده على الارض وكما في الصورة ، والتي تعد من اقدم الرسوم واشهرها وهي تصور الانسان سابحا وذلك قبل اكثر من (٦٠٠٠) سنة ، فضلا عن النقوش الموجودة على جدران حصان طروادة قبل (٥٠٠٠) سنة، والرسوم الموجودة في المعبد القديم في اليونان التي تصور مشاهد للسباحة والغطس تحت الماء والتي يعود تاريخها الى اكثر من (٢٥٠٠) سنة.



حيث يرجع تاريخ ممارسة الفراعنة للسباحة الى ٩٠٠٠ سنة قبل الميلاد، من حيث ثبت ممارسة القدماء المصريين للسباحة من خلال اثار معابد بني حسن وأبي سنبل، وقد ذكرت السباحة منذ عام ٢٠٠٠ ق.م. في ملحمة جلجامش، والإلياذة، والأوديسا، وفي الكتاب المقدس، وفي عام ١٥٣٨ كتب البروفسور الألماني نيكولاس فينمان أول كتاب عن السباحة، حيث ظهرت الرموز المرسومة امامك والتي تعني كلمة سباحة في اللغة الهيروغليفية (لغة قدماء المصريين) ولقد مارسها المصريون القدماء في نهر النيل وعلى شواطئ البحرين الاحمر والابيض وعلموها لأولادهم بطرق مبسطة لا تختلف كثيراً عن طرق التعليم اليوم بما فيها مساعدات الطفو المعروفة.

كما عرفها اليونانيون القدماء (الاغريق)، ومارستها شعوب الحضارة الرومانية القديمة ويقال أن يوليوس قيصر القائد الروماني الشهير سباحاً ماهراً، كما استخدم الحثيين السباحة في الفرار من جيش رمسيس الثاني الذي كان يطاردهم في موقعة قادش عند احد انهار سوريا وهناك دلائل على أن السباحة كانت فيما يبدو أحد المهارات الحربية للجيش خلال العصور الوسطى حيث تكثر الموانع المائية في أوروبا.

ان معرفة الانسان لمهارة السباحة تعزى لأسباب كثيرة منها الهروب من الحيوانات المفترسة و الكوارث الطبيعية كالزلازل والبراكين، او لأغراض الصيد لإدامة بقاءه على الحياة ، ومن ثم للتسلية والترفيه، لذلك يمكن ان نستنتج بأن الانسان قد عرف السباحة منذ آلاف السنين وتعد من النشاطات البدنية الاولى التي زولها الانسان، سواء في وادي الرافدين او وادي النيل او في العصور الرومانية.

وبمرور الزمن اصبحت رياضة السباحة من الفعاليات المهمة التي عملت معظم الدول المتطورة على تبنيها لما لها من تأثيرات صحية وعلاجية وترفيهية ونفسية على الانسان ، فضلا عن انها احدى الممارسات التي تربط بين شعوب العالم واطهار قوتها وبشكل سلمي من خلال البطولات العالمية والدورات الاولمبية لما تشمله من فعاليات متعددة والتي يمكن من خلالها الحصول على اكبر عدد من الالوسمة. وعلى اساس ذلك فقد دخلت فعاليات السباحة ضمن الالعاب الاولمبية في العصر الحديث عام (١٨٩٦) بفعالية (١٠٠م و ٥٠٠ م و ١٢٠٠ م) سباحة حرة وللرجال فقط، حيث فاز السباح (Alfred Hajos) من هنكاريا في سباق (١٢٠٠م) بعد قطع المسافة في جو بارد في سواحل البحر المتوسط.

وفيما يخص عدد الدول المشاركة في فعاليات السباحة فقد ارتفع عددها من (٣) دولة في اولمبياد (١٨٩٦- اثينا) حيث كان عهد المتسابقين (١٢) سباحا الى (١٦٤) دولة من اصل (١٩٧) اتحاد وطني للسباحة، و(١٥٣٢) سباحا في اولمبياد (٢٠٠٨ - بكين). ان العدد الكبير من المشاركين في فعاليات السباحة يأتي من خلال عدد الالوسمة المخصصة لفعاليتها وبالغة (٤٦) ميدالية ذهبية ومثلها فضية وبرونزية (١٣٨ ميدالية) وهي تعد اكبر عدد من الالوسمة بعد فعاليات العاب القوى، وهي موزعة على (٣٢) ميدالية لفعاليات السباحة الاولمبية للرجال والنساء، و(٨) ميداليات لفعاليات القفز الى الماء للرجال والنساء، و(٢) ميداليتين للسباحة الايقاعية للنساء، و(٢) ميداليتين لكرة الماء، و(٢) ميداليتين لمارثون السباحة.

تاريخ السباحة في العراق

ارتبط ظهور السباحة في العراق بتأسيس اللجنة الاولمبية العراقية في عام ١٩٤٨م حيث تشكل الاتحاد العراقي المركزي للسباحة بصورة رسمية كأحد الاتحادات التي ساهمت بشكل ملفت للنظر في تحقيق الانجازات الرياضية سواء على المستوى العربي أو على المستوى القاري و العالمي و ظهرت أسماء ارتقت إلى الشهرة العالمية و المشاركات في سباقات دولية و تحقيق نتائج لازالت محط افتخار و استذكار و يشار لها ألآن كأحد الانجازات المهمة للرياضة العراقية بصورة عامة .

أن الغرض من تشكيل اللجنة الاولمبية هو إعطاء صفة رسمية و هوية للرياضة العراقية و الاشتراك في الدورات الاولمبية التي كانت تجري حيث لم يشترك فيها الاتحاد السباحة المركزي لافتقاره لكثير من مقومات المشاركة و خاصة تكاليف المشاركات الخارجية و الإعداد مع العلم أن هناك سباحين كانوا قادرين على الاشتراك بفعالية كبيرة.



و تم تشكيل أول اتحاد رسمي للسباحة الاولمبية في عام ١٩٥٦م برئاسة علي محسن حيث كان مركز الاتحاد في كلية الفنون الجميلة و التي اعتبرت المركز الرئيسي للتدريب لوجود مسبح بقياسات ٣٣*١٥م في هذه الكلية و بإشراف وزارة التربية (وزارة المعارف آنذاك) ، هذا بالإضافة إلى وجود مناطق للتدريب على ضفاف نهر دجلة يشرف عليها

الاتحاد المركزي للسباحة في ذلك الوقت في مناطق الاعظمية و الكاظمية و العطيفية و كراة مريم و الكراة الشرقية ، و كان السباحين من الطلبة في المدارس القريبة من مناطق التدريب و بإشراف مختصين من أمثال (إسماعيل حمودي ،فائق جبار ،جعفر محمد صالح) .و هناك أيضا المؤسسة العسكرية التي كانت تهتم بالسباحة من خلال مديرية التدريب البدني حيث تنظم سباقات السباحة الاولمبية و الغطس و كرة الماء لفرق الجيش المختلفة ، و في عام ١٩٦٥م تم تنظيم أول مهرجان للسباحة الاولمبية على مسبح بقياسات ٥٠*٢١م و هو مسبح بغداد التابع إلى مؤسسة السباحة آنذاك و الذي بلغ عدد المشاركين فيه ٦٠٠٠ مشارك و حظي بمشاهدة جماهيرية واسعة و في عام ١٩٦٧م افتتح مسبح الشعب الاولمبي المفتوح وقياسات ٥٠*٢١م و أصبح المركز التدريبي للاتحاد المركزي العراقي للسباحة ، و في عام ١٩٨٣م افتتح مسبح الشعب المغلق (القادسية آنذاك) ليصبح واحد من معالم العاصمة بغداد و المركز الرسمي لاتحاد السباحة العراقي و لحد ألآن .

المشاركات العراقية في السباحة الدولية

يذكر تاريخ السباحة مشاركات واسعة للسباحين العراقيين ارتقت في العديد من المرات الى العالمية و تحقيق الانجازات التي نفتقر لها الان ، و ابتدأت عام ١٩٥٧م في الدورة العربية في مدينة بيروت حيث اشترك العراق بعدد من السباحين بلغ ٩ سباحا و رغم ان الوفد العراقي انسحب في تلك الدورة . و في عام ١٩٦٥م في الدورة العربية الرابعة اشترك العراق بفعالية السباحة حيث بلغ عددهم ١٢ سباحا و حصل منتخب كرة الماء على المداالية البرونزية

و في عام ١٩٧٤م شارك العراق بدورة طهران الاسبوية و بعدد من السباحين بلغ ٧ سباحين حيث تم تسجيل اول رقم عراقي اقل من الدقيقة للسباح صبيح محمد بدن (٥٧ثا) ١٠٠م حرة . و في عام ١٩٧٧م شارك العراق بدورة الخليج العربي بوفد كبير و حقق ٤ اوسمة ذهبية و ٣ اوسمة فضية و ٦ اوسمة برونزية . وفي عام ١٩٧٨م اشترك العراق بالدورة الاسبوية في تايلند ، و يذكر التاريخ اول مشاركة لسباحة عراقية على المستوى الاسبوي هي يسرى غازي ، و استمرت المشاركات في مختلف الدورات و البطولات العربية و الاقليمية و القارية و الدولية لتصل الى محطة دورة الالعاب العربية في عام ١٩٨٥م في المغرب و التي حقق فيها البطل العراقي عبد الرضا محبيس الوسام الفضي في سباق ١٠٠م على الظهر و يعد افضل انجاز للسباحة العراقية ، كذلك مشاركة اول سباحة عراقية في الدورات العربية هي زينة ضياء المنشئ.

اغراض السباحة قديماً وحديثاً

١. الغرض العسكري : نتيجة لنشوء الحضارات قرب مصادر المياه كالأنهار والبحار والمحيطات فقد تركز تفكير الحكام والملوك على اهمية رفع كفاءة القوات العسكرية والمواطن وذلك من خلال التركيز على ممارسة الرياضة كالمصارعة والملاكمة والسباحة لما لها من تأثير على رفع القدرة القتالية والقوة البدنية للمقاتل، فضلا عن فوائدها من ناحية القدرة على الحركة في البر والبحر للتجارة والاستكشاف والدفاع عن الوطن. وهذا ما دلت عليه الرسوم والرقع الطينية التي وجدت على جدران الكهوف والمعابد والاثار والتي تمثل بناء السفن الحربية في حضارتي وادي الرافدين ووادي النيل والحضارات الرومانية والاعريقية والفينيقية والتي بينت مدى اهتمامهم بتعلم السباحة وممارستها واعتبارها جزء من كمال الفرد بدنيا ، وظهر من خلال كتب التأريخ بان الاغريق كانوا يعتبرون انفسهم جنود اقوياء لانهم كانوا يجيدون السباحة وكان هذا سببا في تغلبهم في المناورات بينهم وبين الزوارق البحرية التابعة للفرس حيث تحطمت جميع زوارق الفرس بسبب عدم قابليتهم على السباحة ، فيما كان الاغريق يجيدونها

بمهارة، ويصرح التاريخ بان السباحة قد تبنت اولاً من قبل الدول التي كانت قريبه او واقعة على الانهار او البحيرات ، حيث كان الاعتقاد السائد حينها هو اما ان تتعلم السباحة كواسطة للعيش والحياة او تختار عدم تعلمها وتبقى مملوكاً.

٢. الغرض الديني : من خلال دراسة كتب التأريخ وبضمنها كتاب الانجيل الذي اشار الى التبرك بالماء كواسطة

للطهارة (Cleansing)، وقد اظهرت الكتابات القديمة انشاء احواض للسباحة داخل القاعات وخارجها للنساء والرجال وبمختلف الاحجام لا جراء المنافسات واقامة الطقوس الدينية وبحضور جمع كبير من الجمهور للتشجيع والاستمتاع بالمسابقات، وهذا ما نلاحظه في الوقت الحاضر بوجود عقائد لدى بعض الاديان (الصائبة) حيث تقام طقوس دينية ومهرجانات على ضفاف الانهار لغرض الطهارة والزواج، فضلا عن ان احدى تعاليم الدين الاسلامي اكد على تعلم مهارة السباحة، وذلك بهدف بناء الفرد المؤمن القوي لخدمة المجتمع والدفاع عن الوطن .

٣. الغرض الترويحي والعلاجي : منذ العصر القديم وحتى وقتنا الحاضر، لا زال الغرض الترويحي العامل

الرئيسي في مزاوله السباحة ، وكما ذكر سيدنا عمر ابن الخطاب رضا الله عنه قال (علموا أولادكم السباحة والرماية وركوب الخيل) ومن هذا الحديث الشريف تضح لنا ان السباحة ركن اساسي في الحياة وذلك لإزالة التعب البدني والضغط النفسي ورفع كفاءة الجسم بشكل عام . وقد اشارت كثير من الدراسات بتأثير العلاج المائي على كثير من الحالات المرضية التي تصيب الفرد ، وبالأخص امراض المفاصل والفقرات ، والامراض النفسية مثل الكآبة والانطواء، فضلا عن استخدامها كعلاج للشد العصبي والنفسي الذي يلاقيه الانسان جراء العمل الروتيني اليومي وان قضاء وقت بسيط من الزمن في الماء سيتيح للفرد الابتعاد عن المشاكل اليومية وتمنحه بعض من التأمل والاسترخاء والراحة النفسية خلال مزاوله السباحة.

٤. غرض المنافسات : لقد تعددت استخدامات ممارسة النشاط البدني بمرور الزمن من المحافظة على الحياة

وادامة الصحة وللتروييح والعلاج والى ان وصلت ال مرحلة مهمة هي التنافس بين الانسان واخيه الانسان ، وذلك من خلال اقامة السباقات والمهرجانات لغرض التنافس بين الشباب وكانت على مستويات محلية ومن ثم بين المدن وتطورت الى ما هي عليه الان . ويرجع تأريخ اقامة هذه البطولات الى عام (٧٧٦ ق.م) في سهول

اثينا تخليدا لذكرى احد الجنود اليونانيين واسمه (Pheidippides) الذي قام بالمشي والهرولة والركض من ارض المعركة ماثون (عام ٤٩٠ ق.م) ولغاية سهول مدينة اثينا التي تبعد مسافة (٤٢,١٩٦ كم) لا يصل خبر انتصار اليونانيين على الفرس . وقد استمرت اقامة هذه البطولات لسنوات طويلة ثم توقفت بسبب الحروب التي نشبت بين الشعوب حينها ، ثم استعادة للظهور في عصرنا الحاضر من قبل راعي الرياضة(دي كوبرتن) بعد جهود كبيرة لا حياؤها والتي تكلفت بإقامة اول دورة في اثينا عام (١٨٩٦ م) ولا زالت مستمرة كل اربعة سنوات ولحد الان .

وفيما يخص المنافسات، وبعد ان ازدادت شعبية السباحة التنافسية في القرن التاسع والعشرين، اصبح هدف السباحين تحسين الأوقات التي تم تسجيلها في الفعاليات المعينة. وقد اعتبر في حينه ان السباحين الذين لم يحصلوا على المراكز الاولى في سلم الدرجات في البطولات الوطنية والعالمية هم الأحسن وذلك بسبب مهاراتهم التكنيكية. وعلى ذلك فالسباح الذي يخضع لعدد من المراحل التدريبية الشاقة من العمل يصبح مؤهلا من المشاركة في البطولات في الفعالية التي تدرّب عليها، وهذا الجزء النهائي من التدريب أطلق عليه تقليل الحجم ليتمكن السباح من أداء أفضل مستوى. وعند التقرب من نهاية المرحلة هذه وقبل المنافسة يقوم السباح بحلق الشعر من جميع اجزاء الجسم من اجل تقليل قوى الجر حيث يصبح الجسم خالي من الشعر (أملس) وأكثر شعورا بالماء.

أصبحت فعالية السباحة إحدى فعاليات الدورات الاولمبية الصيفية، حيث شارك فيها كلا الجنسين في (١٦) فعالية لكل منهما. واصبحت تقام في حوض طوله (٥٠ م) او ما يطلق عليه اسم (حوض المجرى الطويل - Long course pool). ويتقادم الدورات الاولمبية والعالمية قام الاتحاد الدولي للسباحة (International Swimming Federation) بتحديد(٤٠) فعالية تم الاعتراف بـ (٣٢) منها بشكل رسمي.