

القوة القصوى وعلاقتها بأداء بعض مسكات الرمي (الخطف) من فوق الصدر في المصارعة الرومانية

م.م.حسين مناتي ساجت الحجامي

ملخص البحث

تعد القوة بشكل عام من أهم الصفات البدنية في لعبة المصارعة ، والعامل الرئيس فيها فاللاعبون يحتاجونها عند تطبيقهم للمهارات (المسكات) إلى قوة تمكنهم من أداء المسكات بالشكل الصحيح ، وتعد القوة القصوى واحدة من الصفات البدنية التي تلعب الدور البارز في مسكات الرمي (الخطف) من فوق الصدر ، عليه فأن تطوير هذا العنصر يعد مطلباً ضرورياً بالنسبة للمصارعين للوصول إلى أفضل الانجازات .

وفي ضوء ما سبق وضع الباحث هدف البحث الرئيس في التعرف على العلاقة بين القوة القصوى وأداء بعض مسكات الخطف بالمصارعة الرومانية.

ولتحقيق ذلك الهدف أستعمل الباحث المنهج الوصفي (بالأسلوب المسحي) لملائمته وطبيعة المشكلة . فيما تمثلت عينة البحث بلاعبي المصارعة الرومانية فئة المتقدمين المنتمين إلى نادي بابل الرياضي - فضلاً عن وسائل جمع البيانات . وبعد سلسلة الإجراءات الميدانية المتمثلة في تحديد اختبار

(القوة القصوى) والتأكد من صلاحيته لقياس متغير البحث ، والمباشرة بأجراء التجربة الرئيسة ، توصل الباحث إلى : وجود علاقة قوية ايجابية بين القوى القصوى وأداء بعض مسكات الرمي (الخطف) بالمصارعة الرومانية.

Research extract

Maximum force and its relationship with performance of some shooting muscat (kidnapping) from above the chest in wrestling

M. m. Hussein manayt sachet

Karbala University/college of physical education

The force is generally one of the most important physical qualities, wrestling game, where players working President, when you apply the skills they need (grabs) to enable them to perform properly grabs, horse power is one of the physical qualities that play a prominent role in muscat firing (kidnapping) from above the chest, the development of this component is an essential requirement for the wrestlers to reach better achievements.

In the light of the above graphic to search President to learn the relationship between maximum power and performance of some Romanian muscat kidnapping with the struggle.

To achieve this goal I use descriptive approach researcher (scanning method) of the OSI and the nature of the problem. With search tools were wrestling players category applicants belonging to the Sports-Club Babylon as well as means of data collection. After a series of field actions in determining test (horsepower) and ascertain the validity of the measurement variable search, direct experiment Chairperson, researcher: a strong relationship between maximum power and performance of some shooting muscat (kidnapping) Romanian with the struggle

1- التعريف بالبحث

1-1 المقدمة وأهمية البحث

تعد الصفات البدنية أحد الركائز المهمة والتي لها تأثير وفعالية في تطوير مختلف الرياضات , فضلا عن الأداء المهاري الذي يلعب دورا مهما وفعالاً في تحسين النشاط البدني في مجال الأنشطة الرياضية , لذا فإن هذه الصفات مهمة جدا في تطوير إمكانيات الرياضي لا سيما في لعبة المصارعة نحو تحقيق أفضل الإنجازات .

إن المسكات وعملية تدريبها ومستوى التعقيد فيها يتطلب قدرات بدنية وحركية فضلاً عن القدرات الذهنية التي تتلاءم ومستوى صعوبة المسكة، ومن هنا كان اهتمام المعنيين بمجال التدريب الرياضي كبير جداً على الصعيدين العملي والنظري. وكثرة أساليب التدريب المستخدمة التي لها الأثر الكبير في تطوير الرياضيين نحو أفضل إنجازات .

تعد مسكات الرمي (الخطف) من فوق الصدر في المصارعة الرومانية من المسكات الأساسية والمهمة في هذه الرياضة، لأن القانون يمنح جراً أدائها أعلى درجات التقط، إذ أن (القانون) يمنع استخدام الرجلين في عملية الصراع وهذان العاملان أديا إلى إعطاء أهمية للقوة القصوى بشكل خاص لدى المصارعين في مواجهة الخصم والتغلب عليه. لذا يسعى المدربون الناجحون في إيجاد كل السبل التي تؤدي إلى الوصول للتدريبات الجيدة من أجل تحقيق أفضل الانجازات في هذه الرياضة بغية تحقيق النقاط بشكل سليم أثناء النزال .

ومن هنا تكمن أهمية البحث في إيجاد العلاقة بين القوة القصوى وبعض مسكات الخطف من فوق الصدر في المصارعة الرومانية , للتمكن من إيجاد الوسائل والبرامج التدريبية التي تعمل على تطوير ذلك .

1-2 مشكلة البحث

يختلف المصارعون في قدراتهم البدنية والمهارية وما يقدمونه أثناء النزالات وتلعب القدرات البدنية والمهارية الفردية دوراً فعالاً في الحصول على المراكز المتقدمة وتأثير هذه القدرات على الأداء النهائي أثناء المنافسات في المصارعة الرومانية , وقد لاحظ الباحث كونه من المعنيين بالتدريب في رياضة المصارعة أن هناك ضعف في إبراز العلاقة بين الصفات البدنية والمهارات الأساسية لذلك كانت مشكلة البحث في بيان العلاقة بين القوة القصوى وبين مسكات الرمي (الخطف) في فوق الصدر في المصارعة الرومانية.

3-1 أهداف البحث

يهدف البحث إلى معرفة العلاقة بين القوة القسوى وأداء بعض مسكات الرمي (الخطف) من فوق الصدر في المصارعة الرومانية.

4-1 فروض البحث

هناك علاقة ايجابية بين القوة القسوى وأداء بعض مسكات الرمي (الخطف) من فوق الصدر في المصارعة الرومانية.

5-1 مجالات البحث

1-5-1 المجال البشري :- تمثل مجتمع البحث في لاعبي نادي بابل الرياضي للمتقدمين للمصارعة الرومانية البالغ عددهم 20 مصارع.

2-5-1 المجال المكاني :- قاعة المصارعة في نادي بابل الرياضي.

3-5-1 المجال الزمني :- الفترة من 10/2 ولغاية 11/12 /2011

6-1 المصطلحات المستخدمة في البحث

- القوة القسوى: "هي أقصى قوة يستطيع الجهاز العضلي العصبي إنتاجها في حالة أقصى انقباض إرادي ويعتبر العامل الحاسم في فعاليات الرياضة التي على مقاومة عالية جدا". (1)
- المصارعة الرومانية: "نوع من الأنواع الأساسية لمصارعة الهواة وتمارس على المستوى الدولي والاولمبي والهدف الأساس للدفاع يكمن في طرح المنافس أرضا بمساس الكتفين، ويتم التنافس بين المصارعين باستخدام المكان من فوق الحزام فقط وهي أول نوع ادخل ضمن الاولمبياد". (2)

(1) عبدا لله حسين اللامي : الأسس العلمية للتدريب الرياضي, بغداد .دار الكتب والوثائق , ط1, 2004, ص73.

(2) حمدان رحيم الكبيسي, دراسة بعض المحددات الأساسية التخصصية كمؤشر للانتقاء في رياضة المصارعة الرومانية, جامعة بغداد, مجلة التربية الرياضية, 1999, ص51.

2- الدراسات النظرية والسابقة

1-2 الدراسات النظرية

1-1-2 القوة القسوى وأهميتها في لعبة المصارعة

تعد القوة القسوى من الصفات المهمة في لعبة المصارعة لما لها من الأهمية الكبيرة في أداء المسكات المختلفة سواء كانت من الوقوف أو من الجلوس ، ولتطوير لعبة المصارعة توجب على لاعب المصارعة ألحاجه الماسة لتنمية هذه القوة .

تعرف القوة القسوى على أنها " أقصى قوة ينتجها الجهاز العصبي العضلي في حالة الانقباض الإرادي ، أو أنها أهم الصفات البدنية الضرورية لأنواع الأنشطة الرياضية التي تستوجب التغلب على المقاومات مثل المصارعة" (1) وعرفها (بسطويسي احمد) بأنها " القوة المبذولة عند العمل العضلي الإرادي القسوى الثابت " (2) ، ويرى (قاسم حسن حسين) القوة القسوى بأنها " اكبر قوة تتمكن العضلة من إنتاجها عند الانقباض الإرادي " (3) وأشار لها (مفتي إبراهيم حماد) حيث قال إن القوة القسوى هي " أقصى قوة يمكن للعضلة أو المجموعه العضلية من إنتاجها خلال الانقباض الإرادي " (4) .

أن القوة القسوى ضرورية للغاية في إخراج طاقه لازمه للتمرينات البدنية والتنظيم الرياضي المرتبط بالتغلب على المقاومات الكبيرة ، وتعتبر واحدة من الصفات الضرورية الملازمة للمصارع ولا يمكن الاستغناء عنها وكثيرا ما يحتاجها المصارع إثناء الصراع وخاصة في الأوضاع التي يكون فيها الصراع يؤدي مسكه لإنهاء الجولة .

-
- 1- محمد حسن علاوي : علم التدريب الرياضي ، ط3 ، ألقاهه ، دار المعارف ، 1994 ، ص98 .
 - 2- بسطويسي احمد : أسس ونظريات التدريب الرياضي ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1990 ، ص113 .
 - 3- قاسم حسن حسين : : أسس التدريب الرياضي ، عمان ، دار الفكر للنشر ، 1998 ، ص110 .
 - 4- مفتي إبراهيم حماد : التدريب الرياضي تخطيط وتطبيق وقياده ، مصر ، دار الفكر العربي ، 2001 ص169 .

2-1-2 المهارات (المسكات) في المصارعة الرومانية

أن تحقيق النتائج الرياضية في المنافسات المهمة يقتضي من المصارع ان يكون بمستوى عال من الأداء الفني والخططي ليصبح قادرا على تسجيل النقط الفنية سواء كان ذلك بطريقة الهجوم المباشر أو بطريقة الدفاع لإحباط محاولة الخصم في تسجيل أي تقدم فني بطريقة الهجوم المضاد الذي يتطلب من المصارع استثمار لوضع الخصم وإفشال محاولته الهجومية مع الاستفادة من الظروف للقيام بهجوم مضاد يكون فيه غير قادر على اتخاذ الإجراءات الدفاعية ضده أو بطريقة إتباع أسلوب الهجوم المركب الذي يعتمد أساسا على الخبرات والقدرات التخطيطية لتغطية المسكة المراد تطبيقها بصورة رئيسة بمسكات ثانوية لتضليل الخصم وتشتيت انتباهه واصطناع الظروف والأوضاع الأكثر ملائمة لتنفيذ المسكة الفنية⁽¹⁾. والمهارات الفنية الخاصة بالمصارعة الرومانية يمكن تجزئتها إلى قسمين⁽²⁾:

1. المهارات الفنية المؤداة من الوقوف

أ- المسكة الفنية المؤداة من الهجوم المباشر (ومنها مسكات الرمي (الخطف) من فوق الصدر).

ب- المسكات والمهارات الدفاعية لإحباط محاولات الخصم الهجومية.

ج- المسكات المضادة لهجوم الخصم، (ومنها مسكات الرمي (الخطف) من فوق الصدر).

2. المهارات الفنية المؤداة من وضع الصراع الأرضي

أ- المسكة الفنية المؤداة من الهجوم المباشر من اللعب الأرضي.

ب- المهارات الفنية التي يقوم بها المصارع أرضا ضد الخصم.

ج- المسكات الفنية المضادة في الصراع الأرضي لهجوم الخصم.

د- أسلوب تركيب المسكات في اللعب الأرضي.

(1) عبد علي نصيف (وآخرون): المصارعة الرومانية بين النظرية والتطبيق. (الموصل، مطابع التعليم العالي، 1990)، ص 67.

(2) احمد فرحان علي : علاقة القوة المميزة بالسرعة في أداء بعض مسكات الرمي (الخطف) من فوق الصدر في المصارعة الإغريقية الرومانية (بحث منشور , جامعه بابل , مجلة كلية التربية الرياضية , 2007) ص 43.

2-1-3 أهمية مسكات الرمي (الخطف) في المصارعه الرومانية

يعتبر تنفيذ المسكات الهدف الأساسي في المنافسة , أما الجوانب الأخرى سواء كانت البدنية أم الخطئية فإنها تخدم هذا الهدف , فهي أساس تفوقه على الخصم وفي كثير من الأحيان تحدد إمكانياته, فعند كل مصارع متقدم تتراكم في ميدان خبراته كثير من الحركات والمسكات الفنية التي يتقنها ويستخدمها بنجاح أثناء المنافسة .

ومما لاشك فيه أن الإعداد التكنيكي المتنوع والشامل يعتبر واحد من أهم متطلبات المستوى في لعبه المصارعة , ومن اجل التنفيذ الناجح والمجدي لمسكة ما أثناء الصراع ليس كافيا أن يستوعب الأداء الفني للمسكة وإنما من الضروري أن يمتلك في جعبته خزينا وافرا من المعلومات النظرية التي ينص عليها قانون اللعبة .

كما أن تضيف المسكات من الناحية العملية واختيار تنفيذها يساهم في ترجيح المصارع بتحقيق الفوز منافسيه , حيث لكل منها أهميتها وأدائها في لحظة معينة من الصراع وتقييمها حسب مانص عليه القانون الدولي للمصارعه , كما نالت أهمية كبيرة في التعديل الأخير لقانون المصارعة وصنفت ضمن مايسمى بالمسكات ذات التكنيك العاليي وخصصت لها (5) نقاط للمصارع الذي ينفذها بصورة صحيحة وهو أعلى تقدير في تقييم المسكات .⁽¹⁾

مما تقدم يتضح لنا أهمية فاعلية أداء هذه المسكات في إمكانية تسجيل اكبر عدد من النقاط وإنهاء المنافسة في حالة عدم لمس الكتفين , وخاصة إذا ما علمنا بان القانون الدولي باللعبة يحدد الفوز بالجولة عند أداء هذه المسكة بشكلها الفني العاليي .

(1) القانون الدولي للمصارعة : (ترجمة), عادل إبراهيم مصطفى , مصطفى احمد عبد العظيم , القاهرة , 1993, ص71.

دراسة : احمد فرحان علي التميمي⁽¹⁾

العنوان: اثر منهج تدريبي في تنمية القوة السريعة وأداء بعض مسكات الرمي (الخطف) في المصارعة الرومانية ().

هدفت الدراسة إلى معرفة المنهج التدريبي المعد من قبل الباحث في تنمية القوة السريعة وعلاقتها بأداء بعض مسكات الخطف من فوق الصدر في المصارعة الرومانية، وقد شملت العينة على لاعبو المصارعة الحرة الشباب ممن هم بأعمار (18-19) سنة في بغداد والبالغ عددهم الكلي (40) مصارع.

2 - 2 - 1 مناقشة الدراسة السابقة .

بعد الاطلاع على الدراسة السابقة التي تناولت اثر استخدام المنهج التدريبي لتنمية القوة السريعة وعلاقتها والأداء المهاري لبعض مسكات الرمي (الخطف) في المصارعة الرومانية. والنظر الدقيق فيها ومناقشتها بغية معرفة أوجه التشابه والاختلاف فيما بينها من جهة ومدى الاتفاق والاختلاف بينها وبين البحث الحالي من جهة أخرى تبين الآتي :-

- 1- الدراسة السابقة كانت تجريبية ، واشتمل التصميم التجريبي لها على مجموعتين لغرض المقارنة بينهما .
- 2- تباينت هذه الدراسة من حيث الوسائل الإحصائية المستخدمة في تحليل النتائج .
- 3- اتفقت الدراسات على أن للصفات البدنية الخاصة أهمية كبيرة في مسكات الرمي (الخطف) من فوق الصدر في المصارعة .
- 4- اختلفت العينة المستخدمة في الدراسة السابقة عن الدراسة الحالية كونها كانت تبحث في المصارعة الرومانية بينما الدراسة السابقة كانت تخص المصارعة الحرة .
- 5- استخدم الباحث أفراد العينة من المصارعين المتقدمين بينما الدراسة السابقة كانت تبحث في المصارعين الشباب (18 - 19) سنه.

(1) احمد فرحان علي حسين التميمي: اثر منهج تدريبي في تنمية القوة السريعة وأداء بعض مسكات الرمي (الخطف) في المصارعة الرومانية. (رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة بابل، 1999).

3- منهج البحث وإجراءاته الميدانية

1-3 منهج البحث

استخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي والعلاقات الارتباطية لملائمته وطبيعة المشكلة.

2-3 مجتمع البحث وعينته

تحدد مجتمع البحث بلاعبين نادي بابل الرياضي فئة المتقدمين في المصارعة الرومانية والبالغ عددهم (20) مصارعاً، وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية البسيطة وتمثلت بـ(16) مصارع وبنسبة مئوية مقدارها (80%) من مجتمع البحث .

3-3 الأدوات والأجهزة المستخدمة في البحث

- المراجع العربية والأجنبية.
- القياسات والاختبارات.
- الملاحظة والتجريب.
- استمارة جمع المعلومات.
- جهاز الديناموميتر.
- حاسبة يدوية.
- ساعات توقيت عدد 2.
- بار حديدي مع أثقال مختلفة الأوزان.
- مصاطب دبني وبنج بريس.

3-4 الاختبارات المستخدمة في البحث :

3-4-1 الاختبارات البدنية :

أولاً : اختبار سحب الثقل إلى الصدر من وضع الانبطاح على مسطبة بشدة 100% (1)

الهدف من الاختبار : قياس القوة القصوى لعضلات الذراعين.

الأجهزة والأدوات : مصطبة , بار مع أثقال حديد

(1) حمدان رحيم الكبيسي : التعلم والتدريب الرياضي في المصارعة , بغداد , دار أجامعه للطباعة والنشر والترجمة , 2008, ص174.

طريقة الأداء :

- يتخذ المختبر وضع الانبطاح على المصطبة بمد ذراعيه باتجاه بار الأثقال الموجود على الأرض .
- يمسك البار ويبدأ بسحبه إلى الأعلى باتجاه الصدر بثني الذراعين .
- طريقة التسجيل : درجة المختبر أعلى مقدار من الوزن بالكيلو غرام يتم سحبه إلى الأعلى لمرة واحدة , تمنح محاولتان وتسجل الأفضل .

ثانيا : اختبار الدبني بأقصى وزن لمرة واحدة .⁽¹⁾

- الغرض من الاختبار: قياس القوة القصوى لعضلات الرجلين .
- الأدوات المستخدمة : حمالة دبني - بار حديد - أقراص حديد بأوزان مختلفة .
- وصف الأداء: من وضع الوقوف والبار الحديد بأقصى وزن على الكتفين - ثني ومد الرجلين بصورة كاملة (دبني) لمرة واحدة .
- شروط الاختبار : يعطى لكل لاعب محاولة واحدة فقط .
- طريقة التسجيل : حساب أقصى وزن ممكن يرفعه اللاعب المختبر خلال مرة واحدة .
- ثالثا : اختبار قوة عضلات الظهر (جهاز الديناموميتر).⁽²⁾
- الغرض من الاختبار : قياس القوة القصوى لعضلات الظهر
- الأدوات المستخدمة : جهاز الديناموميتر .

(1) محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان : اختبارات الأداء الحركي , ط 3 , القاهرة , دار الفكر العربي , 1994 , ص213 .

(2) احمد نصر الدين السيد : فسيولوجيا الرياضة , ط 1 , القاهرة , دار الفكر العربي , 2003, ص74

- وصف الأداء : يقف المختبر على قاعدة الجهاز بحيث يكون الديناموميتر بين قدميه ويتم تعديل طول سلسلة الجهاز حسب طول كل شخص بحيث تكون الرجلان على كامل امتدادها دون انثناء فيهما , ويميل المختبر بجذعه قليلا للإمام بواسطة ثني مفصل الحوض بحيث يصنع الجذع مع الخط الراسي للجسم زاوية 30 درجة .

- شروط الاختبار : يعطى لكل لاعب محاولتين وتسجل له أفضل قراءة .

3-4-2 الاختبارات المهارية المستخدمة في البحث

قام الباحث بإجراء الاختبارات المهارية على عينة البحث وهي تطبيق ثلاث مسكات مختارة وهي (مسكة الرمي من فوق الصدر الى الخلف بمسك الذراعين معا) و(مسكة الرمي من فوق الصدر إلى الخلف بتطويق الذراع والرأس), و(مسكة الخطف إلى الخلف من فوق الصدر بتطويق الجذع من تحت الإبطين), تم تقسيم المسكة على ثلاثة أقسام وحدد لكل قسم درجات كالاتي القسم الابتدائي (التحضيرى) (3) درجات, والقسم الرئيس (5) درجات, والوضع الختامي (النهائى) (2) درجات, ينظر ملحق (1) حيث يقوم المصارع بأداء محاولتين للمسكة المراد تطبيقها وتسجل أحسن محاولة وتقيم المسكة المنفذة. وقد اعتمد الباحث خبراء ومختصين لتقييم أداء المسكات ينظر ملحق (2).

3-5 التجربة الاستطلاعية

تم إجراء التجربة الاستطلاعية بتاريخ 2011/10/4 على عينة مكونة من (4) لاعبين شباب خارج عينة البحث وضمن مجتمع البحث وكان الهدف منها هو:

1. اختبار مدى ملائمة الاختبارات البدنية والمهارية للعينة.
2. معرفة الوقت المستغرق عند أداء الاختبار.
3. تدريب الفريق المساعد* على كيفية إجراء الاختبارات.

* تكون فريق العمل المساعد من الذوات:

آ- السيد علي مطر (حكم دولي).

ب- السيد قاسم مهدي شميران رئيس اتحاد المصارعة / بابل.

ج- السيد علي نعمة علي (مدرب).

3 - 5 - 1 صدق الاختبار:

الصدق (هو أن يقيس الاختبار أو المقياس ما أعد لقياسه)⁽¹⁾ وقد اعتمد الباحث في استخراج صدق الاختبارات في دراسته على الصدق الظاهري، حيث اكتفى الباحث بعرض الاختبارات المرشحة على مجموعة من الخبراء والمختصين الوارد ذكرهم في ملحق(2)، وقد اتفق الخبراء على صدق الاختبارات في تحقيق الغرض الذي وضعت من أجله، وبهذا أثبت الباحث صدق اختباره.

3-5-2 ثبات الاختبار:

يقصد بثبات الاختبار " هو إعطاء النتائج نفسها إذا ما أعيد التطبيق على العينة نفسها في مدتين مختلفتين وفي ظروف متشابهة"⁽²⁾ وقد استخدم الباحث طريقة إعادة الاختبار لإيجاد معامل ثبات الاختبار إذ طبق الاختبارات على (4) مصارعين ثم أعاد تطبيق الاختبارات عليهم بعد مدة زمنية قدرها ثلاثة أيام في 7 / 10 / 2011 وبالظروف نفسها ومن نتائجها قام الباحث بإيجاد معاملات الثبات للاختبارات ودلالاتها الإحصائية وكما هو مبين في الجدول (1).

3-5-3 موضوعية الاختبار:

الموضوعية تعني " استقرار النتائج عن الحكم الذاتي للمقوم فلو قام أكثر من محكم بإعطاء الدرجة للاختبار نفسه فيجب أن تكون نتائج التقويم مقارنة"⁽³⁾، وعليه فقد تم إجراء الاختبارات على العينة الاستطلاعية، وأشارت نتائجها عن طريق قيام المحكمين لغرض إعطاء تقويم حقيقي للاختبارات عينة البحث وكان الهدف من ذلك معرفة موضوعية الاختبار إذ تم تطبيق معامل (ارتباط بيرسون) على نتائج أفراد العينة لكل من المحكمين المذكور أسمائهم في الملحق (3) وقد دلت النتائج على أن هذه المعاملات ولجميع الاختبارات كانت عالية جدا مما يدل على أن هذه الاختبارات تتمتع بموضوعية عالية كما هو مبين في الجدول (1).

الجدول (1)

(1) عودة أحمد: القاييس والتقويم في العملية التدريسية، ط1، الأردن. دار الأمل للنشر والتوزيع، 1999، ص330.

(2) رمزية الغريب: التقويم والقياس النفسي والتربوي، القاهرة، مطبوعة الأنجلو المصرية، 1970، ص653.

(3) زكريا محمد الظاهر: مبادئ القياس والتقويم في التربية، عمان مكتبة دار الثقافة، 1991، ص21.

يبين ثبات موضوعية الاختبارات البدنية والمهارية المستخدمة في البحث

معامل الموضوعية	معامل الثبات	الاختبارات
الاختبارات البدنية		
0.955	0.910	اختبار سحب الثقل الى الصدر من وضع الانبطاح على مسطبة بشدة %100
0.894	0.873	اختبار الدبني بأقصى وزن لمرة واحدة
0.973	0.924	اختبار قوة عضلات الظهر (جهاز الديناموميتر)
الاختبارات المهارية		
0.968	0.937	مسكة الرمي من فوق الصدر الى الخلف بمسك الذراعين معا
0.963	0.915	مسكة الرمي من فوق الصدر الى الخلف بتطويق الذراع والرأس
0.913	0.897	مسكة الخطف الى الخلف من فوق الصدر بتطويق الجذع من تحت الإبطين

6-3 إجراءات البحث

قام الباحث بأجراء الاختبارات البدنية الخاصة بالقوة القصوى بتاريخ 2011/10/12 وبعد إعطاء العينة راحة ثلاثة أيام تم إجراء الاختبارات المهارية لنفس العينة وقد راعى الباحث إجراء التجربة في نفس الوقت وتحت نفس الظروف.

7-3 الوسائل الإحصائية

من اجل معالجة البيانات وفق ما يخدم موضوع البحث والإجراءات التي سارت عليها خطوات البحث فقد استخدم الباحثان القوانين الإحصائية التالية:

مج س

$$1- \text{ (الوسط الحسابي) } (س -) = \dots\dots\dots (1)$$

ن

$$\text{مج (س - س -) }^2$$

$$2- \text{ (الانحراف المعياري) } ع = \dots\dots\dots (2)$$

$$ن - 1$$

$$3- \text{ معامل الارتباط البسيط (بيرسون).} \dots\dots\dots (3)$$

$$\text{مج س ص - } \frac{\text{مج س} \times \text{مج ص}}{ن}$$

ن

= ر

$$\sqrt{\frac{[\text{مج ص}^2 - \frac{(\text{مج ص})^2}{ن}] \times [\text{مج س}^2 - \frac{(\text{مج س})^2}{ن}]}{ن}}$$

- (1) محمد نصر الدين رضوان : الإحصاء الاستدلالي في علوم التربية البدنية والرياضية ، ط1، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 2003، ص91.
 (2) قيس ناجي عبد الجبار ، شامل كامل محمد : مبادئ الإحصاء في التربية الرياضية، بغداد، مطبعة التعليم العالي ، 1988، ص96.
 (3) دلال القاضي (وآخرون): الإحصاء للإداريين والاقتصاديين، عمان، دار الحامد للنشر والتوزيع، 2005، ص 50.

4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

يروم الباحث في هذا الباب الى عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها وفق الأسس العلمية الصحيحة بالاستناد للمدلولات التي توصل إليها الباحث بالاستعانة بالجدولين (2, 3) الذي يشيران بشكل واضح الى نتائج الاختبارات المهارية والبدنية.

الجدول (2)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لاختبارات البحث

الاختبارات البدنية	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري
اختبار سحب الثقل	25,25	1,19
اختبار الدبني	24,21	1,18
اختبار قوة عضلات الظهر	27,12	1,58
الاختبارات المهارية	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري
مسكة الخطف أ	36,62	3,34
مسكة الخطف ب	36,06	2,88
مسكة الخطف ج	36,12	3,11

الجدول (3)

يبين قيمة معامل الارتباط بين المتغيرات المبحوثة وقيمة (t) المحسوبة والجدولية

مسكة الخطف ج		مسكة الخطف ب		مسكة الخطف أ		الاختبارات المهارية
قيمة المحسوبة (t)	معامل الارتباط	قيمة المحسوبة (t)	معامل الارتباط	قيمة المحسوبة(*) (t)	معامل الارتباط	
7,82	0.90	5,38	0.82	4,84	0.79	الاختبارات البدنية اختبار سحب الثقل
6,11	0.85	5,64	0.83	6,30	0.86	اختبار الدبني
5,64	0.83	4,70	0.78	5,22	0.81	اختبار قوة عضلات الظهر
(*) إن قيمة (t) الجدولية عند درجة حرية (14) ومستوى دلالة (0,05) هي (2,14)						

من خلال الجدول (2) تبين لنا أن الوسط الحسابي لاختبار (اختبار سحب الثقل) (25.25) وبانحراف معياري (1.91) بينما كان (اختبار الدبني بأقصى وزن لمرة واحدة) بوسط حسابي (24.21) وبانحراف (1.18) وكان (اختبار قوة عضلات الظهر) بوسط (27.12) وبانحراف (1.58).

أما الاختبارات المهارية فكان الوسط الحسابي لمهارة (مسكة الرمي من فوق الظهر بتطويق الرأس والذراع - أ-) (36.62) وبانحراف معياري قدره (3.34) أما مهارة (مسكة الرمي من فوق الكتف بلف الذراع - ب-) فقد كان وسطها (36.06) وبانحراف (2.88) في حين كانت مهارة (مسكة الخطف الى الخلف من فوق الصدر بتطويق الجذع من تحت الابطين - ج-) بوسط حسابي (36.12) وانحراف قدره (3.11).

وبعد احتساب معامل الارتباط (r) بين الاختبارات البدنية والمهارية كانت قيم معامل الارتباط لاختبار (اختبار سحب الثقل) مع مهارة الخطف (أ) بمقدار (0.79) وكانت لنفس الاختبار ولمهارة الخطف (ب) بمقدار (0.82) في حين كانت مع مهارة الخطف (ج) بمقدار (0.90) مما يدل على ارتباط ايجابي وقوي في نفس الوقت. وكانت معامل الارتباط لاختبار (الدبني بأقصى وزن لمرة واحدة) (0.86), (0.83)

(0.85) مع مهارة الخطف (أ، ب، ج) على التوالي مما يؤكد ايجابية العلاقة وقوتها. اما اختبار (قوة عضلات الظهر) فقد كان معامل الارتباط مقداره (0.81 و 0.78 و 0.83) مع اختبارات مهارة الخطف (أ، ب، ج) على التوالي وهو أيضا يؤكد قوة وايجابية العلاقة.

يمكننا أن نخلص مما سبق ومن خلال استعراض نتائج البحث جدول (1) الى ان قيم معامل الارتباط بين

(اختبار سحب الثقل الى الصدر من وضع الانبطاح على مسطبة) واختبار المهارات (أ، ب، ج) فقد سجلت قيما عالية لمعامل الارتباط وقوية بسبب استناد المهارة على القوة القصوى للذراعين أثناء رفعه الى الخلف من فوق الصدر للاعب المهاجم "إذ تعتبر القوة القصوى هي العامل الحاسم في الفعاليات الرياضية التي تعتمد على مقاومة عالية جدا". (1)

وعند الرجوع إلى الجدول (1) نجد ان معامل الارتباط بين (اختبار الدبني بأقصى وزن لمرة واحدة) كانت قيم معامل الارتباط عالية أيضا والسبب في ذلك يعود الى اشتراك عضلات الرجلين للمصارع ومساهمتهما الفعالة في التغلب على مقاومة الخصم وإفقاذه الاتزان والتلويح به ورفعته الى الأعلى مما يعزوه الباحث الى ان للقوة القصوى وخصوصا لعضلات الرجلين أهميه خاصة في مسكات الخطف "إذ تعتبر واحدة من الصفات الضرورية الملازمة للمصارعين ولا يمكن الاستغناء عنها في الكثير من المسكات ومنها مسكات الخطف في المصارعة إذ تقرر فوز احد المتنافسين على من له زيادة في اكتسابها" (2) .

ويبين لنا من الجدول السابق إن قيم معامل الارتباط (اختبار قوة عضلات الظهر) فقد كانت عالية مع اختبارات المهارات (أ، ب، ج) ويعزو الباحث ذلك إلى اشتراك عضلات الظهر بشكل كبير في هذه المسكات وخصوصا أثناء رفع الخصم وعملية الخطف للخلف عندما يبدأ المهاجم بعملية التقوس ليتسنى للمهاجم أداء ألمسكه بدقه وجمالية أكثر " إذ ترتبط عضلات الظهر ارتباطا مباشرا في مهارة التقوس التي تكون أساسيه في بعض مسكات الخطف أضافه إلى ذلك فانه يساعد المصارع على تخطيه المواقف الحرجة" (3) للتمكن من أداء المهارة بشكلها الصحيح والحصول على النقاط الخمس التي ينص عليها قانون المصارعة وإنهاء الجولة.

(1) عبد الله حسين اللامي : مصدر سبق ذكره , 2004, ص 73.

(2) حمدان رحيم الكبيسي : مصدر سبق ذكره , 2008, ص 154.

(3) حمدان رحيم الكبيسي: مصدر سبق ذكره, 2008, ص 71.

1-5 الاستنتاجات : تم التوصل الى الاستنتاجات الآتية .

1. للقوة القصوى لعضلات الذراعين أهمية كبيرة في أداء المهارات .
2. للقوة القصوى لعضلات الرجلين تأثير كبير في أداء المهارات.
3. تؤثر القوة القصوى لعضلات الظهر بشكل فاعل في أداء المهارات.

2-5 التوصيات

في ضوء الاستنتاجات يوصي الباحث بالاتي:

1. اعتماد الاختبارات البدنية كأساس لبناء مناهج تدريبية تطور الأداء المهاري في المصارعة الرومانية.
2. التركيز على تضمين المناهج الخاصة بالمصارعة على وحدات تدريبية الهدف منها تطوير القوة القصوى من اجل تحسين أداء مسكات الرمي (الخطف) في المصارعة الرومانية.

المصادر

- احمد فرحان علي : علاقة القوة المميزة بالسرعة في أداء بعض مسكات الرمي (الخطف) من فوق الصدر للمصارعة الإغريقية الرومانية (بحث منشور, جامعه بابل مجلة كلية التربية الرياضية , 2007).
- احمد فرحان علي حسين التميمي؛ اثر منهج تدريبي في تنمية القوة السريعة وأداء بعض مسكات الرمي (الخطف) في المصارعة الرومانية. (رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة بابل، 1999).
- احمد نصر الدين السيد : فسيولوجيا الرياضة ، ط1 ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 2003.
- القانون الدولي للمصارعة : (ترجمة)، عادل إبراهيم مصطفى ، مصطفى احمد عبد العظيم ، القاهرة ، 1993.
- بسطويسي احمد : أسس ونظريات التدريب الرياضي ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1990 .
- حمدان رحيم الكبيسي : التعلم والتدريب الرياضي في المصارعة ، بغداد ، دار أجامعه للطباعة والنشر والترجمة ، 2008.
- حمدان رحيم الكبيسي، دراسة بعض المحددات الأساسية التخصصية كمؤشر للانتقاء في رياضة المصارعة الرومانية. (بحث منشور ,جامعة بغداد، مجلة التربية الرياضية، 1999).
- دلال القاضي (وآخرون): الإحصاء للإداريين والاقتصاديين، عمان، دار الحامد للنشر والتوزيع، 2005.
- رمزية الغريب: التقويم والقياس النفسي والتربوي، القاهرة: مطبوعة الأنجلو المصرية 1970.
- زكريا محمد الظاهر : مبادئ القياس والتقويم في التربية، عمان مكتبة دار الثقافة 1991.
- عبد الله حسين اللامي : الأسس العلمية للتدريب الرياضي، بغداد .دار الكتب والوثائق ، ط1، 2004.
- عبد علي نصيف (وآخرون): المصارعة الرومانية بين النظرية والتطبيق،الموصل، مطابع التعليم العالي، 1990.
- عودة أحمد: القياس والتقويم في العملية التدريسية، ط1، الأردن: دار الأمل للنشر والتوزيع، 1999.
- قاسم حسن حسين : أسس التدريب الرياضي ، عمان ، دار الفكر للنشر ، 1998.
- قيس ناجي عبد الجبار ، شامل كامل محمد : مبادئ الإحصاء في التربية الرياضية،بغداد، مطبعة التعليم العالي ، 1988.
- محمد نصر الدين رضوان : الإحصاء الاستدلالي في علوم التربية البدنية والرياضية ، ط1، القاهرة ،دار الفكر العربي ، 2003.
- محمد حسن علاوي : علم التدريب الرياضي ، ط3 ، ألقاهره ، دار المعارف ، 1994.
- محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان : اختبارات الأداء الحركي ، ط 3 القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1994 .
- مفتي إبراهيم حماد : التدريب الرياضي تخطيط وتطبيق وقياده ، مصر ، دار الفكر العربي ، 2001.

ملحق (1)

استمارة تقويم (مسكات الخطف) المستخدمة في البحث

اسم المصارع

مسكة الخطف إلى الخلف من فوق الصدر بتطويق الجذع من تحت الإبطين		مسكة الرمي من فوق الصدر إلى الخلف بتطويق الذراع والرأس		مسكة الرمي من فوق الصدر إلى الخلف بمسك الذراعين معا		المسكات
محاولة (2)	محاولة (1)	محاولة (2)	محاولة (1)	محاولة (2)	محاولة (1)	أقسام المسكة
						الوضع الابتدائي (3) درجات
						القسم الرئيسي للحركة (5) درجات
						الوضع النهائي (2) درجات
						مجموع الدرجات
						الدرجة النهائية

توقيع الحكم

الاسم:

توقيع الحكم

الاسم:

توقيع الحكم

الاسم :

ملحق (2)

أسماء الخبراء والمختصين والحكام الدوليين الذين أعتدهم الباحث في دراسته

ت	اللقب العلمي	الاسم الكامل	التخصص	مكان العمل
1	ا.د.	حمدان رحيم رجا الكبيسي	تعلم حركي / مصارعة	كلية التربية الرياضية جامعة بغداد
2	ا.د.	لؤي ساطع محمد	التدريب الرياضي مصارعة	كلية التربية الأساسية الجامعة المستنصرية
3	ا.م.د.	احمد فرحان علي التميمي	التدريب الرياضي مصارعة	كلية التربية الرياضية جامعة بغداد
4	ا.م.د.	كمال جلال ناصر	تعلم حركي ملاكمة	كلية التربية الرياضية جامعة بغداد
5	ا.م.د.	معد سلمان إبراهيم	التدريب الرياضي مصارعة	كلية التربية الأساسية الجامعة المستنصرية
6	ا. م. د.	عدي طارق حسن	التدريب الرياضي مصارعة	كلية التربية الرياضية جامعة بغداد
7	/	علي محمد صيوان	حكم دولي	الاتحاد العراقي المركزي للمصارعة
8	/	علي قاسم كاطع	حكم دولي	الاتحاد العراقي المركزي للمصارعة
9	/	ليبيب جمال عبد الحميد	حكم دولي	الاتحاد العراقي المركزي للمصارعة

الملحق (3)

يبين أسماء الحكام الذي أعتدهم الباحث في عملية تقييم أداء المسكات

ت	الاسم	مكان العمل
1	علي محمد صيوان (حكم دولي)	الاتحاد العراقي المركزي للمصارعة
2	علي قاسم كاطع (حكم دولي)	الاتحاد العراقي المركزي للمصارعة
3	ليبيب جمال عبد الحميد (حكم دولي)	الاتحاد العراقي المركزي للمصارعة