



مقارنة الضغط المسلط وفق اقسام مسكة (الخطف) من الصراع الارضي وزن 63 كغم للمتقدمين

م. ثائر مزاحم كاظم

الكلية التربوية المفتوحة – مركز الديوانية الدراسي

thaermz818@gmail.com

المستخلص

يهدف البحث الى التعرف على فروق الضغط المسلط في اقصى قوة بمسكة الخطف بين القدمين من وضع الجلوس للمصارعين المتقدمين واستخدم الباحث المنهج الوصفي المقارن وحدد مجتمع بحثه مصارعو نادي الرافيدين الرياضي للمتقدمين عددهم (4) مصارعين فئة 63 كغم للموسم 2026 كونهم يمثلون الفئة المستهدفة من الناحية الوزنية والمهارية والبدنية وقد اعطي لكل مصارع (4) محاولة حتى اكون عدد المحاولات (16) محاولة وتم استبعاد (6) محاولة لعدم وجود انسيابية وتم اجزاء اختبار للاداء الفني للمسكة باستخدام منظومة (Dynafoot3) للقدمين وبعد تحليل القيم الرقمية للضغط المسلط على القدمين اثناء الاداء استنتج الباحث ان هذه الدراسة اظهرت بيانات وارقام جديدة في مسكة الخطف من الصراع الارضي يمكن ان تفتح افقا جديدة لخدمة وتطوير لعبة المصارعة الرومانية ذات الاداء الفني المعقد.

كلمات مفتاحية : الضغط المسلط ، مسكة (الخطف) ، الصراع الأرضي

Comparison of pressure applied according to grip sections (snatch) in ground wrestling at 63 kg weight class for advanced competitors.

L. Thaer Muzahim Kadhim

Open Education College – Diwaniyah Study Center

thaermz818@gmail.com

Abstract

This research aims to identify the differences in pressure exerted on the maximum force of the snatch hold between the feet from a seated position for advanced wrestlers. The researcher used a descriptive-comparative approach and defined the research population as (4) advanced wrestlers from Al-Rafidain Sports Club, 63 kg category, for the 2026 season, as they represent the target



group in terms of weight, skill, and physical condition. Each wrestler was given (4) attempts, for a total of (16) attempts. (6) attempts were excluded due to lack of fluidity. The technical performance of the hold was tested using the Dynafoot3 system for both feet. After analyzing the numerical values of the pressure exerted on the feet during the performance, the researcher concluded that this study revealed new data and figures regarding the snatch hold in ground wrestling, which could open new horizons for serving and developing the complex technical performance of Greco-Roman wrestling.

Keywords: Pressure applied, capture (abduction), ground conflict

1- المقدمة واهمية البحث:

تعد رياضة المصارعة من بين الالعاب و الرياضات الأكثر انتشارا في دول العالم لما تحتله من شعبية واسعة و اهتمام كبير بين كافة الفئات العمرية ، وتظهر أهميتها لما يكتسبه للإنسان منها من فوائد بدنية ونفسية وصحية فضلاً عما تحتله من مكانة مميزة من بين الالعاب الفردية .

ان المصارعة الرومانية من الالعاب الاولمبية التي تتطلب مهارات وقدرات بدنية عالية لممارستها وذلك لطبيعة المنافسة وما تحمله من متغيرات في طول زمن النزال بين المتنافسين لذلك اصبحت بيئة خصبة للكثير من الباحثين والمختصين في دراستها وحل مشاكلها لاسيما في الجوانب الميكانيكية التي تهتم بدراسة الحركات وتحليلها نوعا وكما ودراسة الاسباب الرئيسية المسببة للحركة.

ان مسكة الخطف في المصارعة الرومانية تعد من اهم المسكات شيوعا لأهميتها في حسم اغلب النزالات او حصد العدد الكبير من النقاط اذ تحتاج الى سرعة وقوة في الاداء اضافة الى التكنيك الجيد ليكونا عامل حسم في التغلب على المنافس باقتصادية بالمجهود.

وتعد أداء مسكة الخطف من الصراع الأرضي وسيلة جيدة للتغلب على المنافس حيث يمكن من خلالها الحصول على نقاط الفوز وبالتالي إنهاء النزال بالتفوق الفني أي بفارق (10) وبالتالي الفوز بالنزال

ومن هنا جاءت اهمية البحث في دراسة المتغيرات البايوميكانيكية للضغط المسلط وفق اقسام مسكة الخطف بالمصارعة الرومانية من وضع الصراع الارضي من اجل الحصول على اداء فني يمتاز بمسار حركي صحيح وانسيابية عالية وبأقل جهد ممكن لفئة المتقدمين.

2- مشكلة البحث :



ان عمليه بناء المناهج التدريبية في الأندية الرياضية لا تعتمد على الوسائل والأجهزة الحديثة في تطوير الصفات البدنية وكذلك المهارية لهذا يعتقد الباحث ان ادخال الاجهزة والوسائل الحديث تساهم في بناء المناهج بشكل علمي ومدرّس في سبيل تطوير اداء المصارعين لهذا ارتأى الباحث الخوض في هذه الدراسة من خلال التعرف على مقادير الضغط المسلط للقدمين اثناء اداء مسكه الخطف من الصراع الارضي لتقنين الاحمال للتدريبية من قبل المختصين .

3- اهداف البحث :

1- التعرف على مقادير الضغط المسلط في اقصى قوة بمسكة الخطف بين القدمين من وضع الصراع الارضي للمصارعين المتقدمين

2- التعرف على فروق الضغط المسلط في اقصى قوة بمسكة الخطف بين القدمين من وضع الصراع الارضي للمصارعين المتقدمين

4- فرض البحث :

1- هناك فروق معنوية لمقادير الضغط المسلط في اقصى قوة بمسكة الخطف بين القدمين من وضع الصراع الارضي للمصارعين المتقدمين

5- مجالات البحث :

المجال البشري : مصارعو في نادي الرافيدين الرياضي فئة المتقدمين 63 كغم في محافظة القادسية

المجال الزماني : الفترة من 12 / 1 / 2026 الى 12 / 4 / 2026

المجال المكاني : قاعة نادي الرافيدين الرياضي للمصارعة الرومانية في محافظة القادسية

6- منهج البحث:

أستعمل الباحث المنهج الوصفي بأسلوب الدراسات العلمية المقارنة ويعرف المنهج الوصفي بأنه " واقع الحوادث وتقرير وقائعها الحاضرة بالتحليل والتقويم من اجل استنباط الاستنتاجات المهمة لتصحيح هذا الواقع أو تحديثه أو استحداث معرفة جديدة "(1).

7- مجتمع البحث:

حدد الباحث مجتمع البحث وهم مصارعو نادي الرافيدين الرياضي للمتقدمين عددهم (4) مصارعين فئة 63 كغم للموسم 2026 كونهم يمثلون الفئة المستهدفة من الناحية الوزنية والمهارية والبدنية وقد اعطي

(1) احمد زيدان حمدان : البحث العلمي كنظام , عمان , دار الفكر العربي , 1989 , ص 80 .



لكل مصارع (4) محاولة حتى تكون عدد المحاولات (16) محاولة وتم استبعاد (6) محاولة لعدم وجود انسيابية في الواجب الحركي في اداء المسكة والذي يسبب خلل في البيانات الرقمية ولا يغطي تصور واضح عن مقادير الضغط المسلط اثناء الاداء الحركي وتعرف العينة" بانها مجموعة من الوحدات او المشاهدات التي يتم اتخاذها من مجتمع البحث بطرق مختلفة يطلق عليها اسم طرق المعاينة" (1)

8- إجراءات البحث الميدانية :

أولاً: اختبار الاداء الفني لمسكة الخطف من فوق الصدر من الجلوس" (2) :

قام الباحث بأجراء الاختبار لمسكة الخطف الارضي على العينة المبحوثة حيث تم تقسم درجات هذا الاختبار الى (10) درجات بأستمارة تقييم خاصة من قبل المحكمين .

-الهدف من الاختبار : تقييم الاداء الفني لمسكة الخطف من الصراع الارضي.

-أدوات الاختبار: بساط مصارعة , صافرة

-وصف الاداء: يقوم المصارع عنده سماع صافرة الحكم بأداء المسكة كاملة وبصورة سريعة.

التسجيل: يتم تقييم المسكة من قبل المحكمين وحسب اقسام المسكة وتعطى درجات من (10) درجات وحسب الاقسام الخاصة بالمسكة.

ثانياً: التصوير الفيديوي:

استعمل الباحث التصوير الفيديوي من خلاله يتم دراسة المسارات الحركية والتغيرات البيوميكانيكية وتحقيق الملاحظات العلمية والتقنية حيث تم استخدام كامرات تصوير فديوية عدد(2) بسرعة(60) صورته / ثا, من الامام والجانب الايمن للمصارع حتى تكون الابعاد كالاتي

- الكاميرا الامامية (1) وعلى بعد (5) م وارتفاع (1) م.

- الكاميرا الجانبية (2) على يمين المصارع وعلى بعد (5) متر وارتفاع (1) م.

للتحقق من التالي:

- التحليل الحركي للمتغير سرعة اداء مراحل المسكة الخطف في الصراع الارضي.

- التحليل باستخدام برنامج (Kinovea) للتحليل الحركي.

(1) محمد نصر الدين رضوان : الاحصاء اللابارمترى , القاهرة , دار الفكر للطباعة والنشر , 1988 , ص48 .

(2) ¹ احمد شمس الدين مولود: منهج تدريبي على وفق الصفات البدنية للمصارعين العالمين النخبة واثرها في الاداء الفني لبعض مسكات الخطف ومؤشرات دالة (القوة – الزمن) للمنتخب الوطني بالمصارعة الرومانية للشباب , اطروحة دكتوراه , جامعة القادسية , كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة , 2016 .



كان تصوير على قاعة نادي الرافدين الرياضي للمصارعة في محافظة القادسية حيث باشر الباحث وفريق العمل بإجراءات للاختبارات والتحليل الحركي بالاعتماد على الخبراء والمختصين في لعبة المصارعة الرومانية والتحليل الحركي من خلال هذه الإجراءات يستطيع الباحث الحصول على المتغيرات و البيانات الرقمية لدراسته والتحليل للوصول إلى هدف البحث .

ثالثاً: استخراج الضغط المسلط :

تم تحديد الضغط المسلط لأداء مسكة الخطف من الصراع الارضي وتسجل القياسات للمتغيرات وفقاً لقراءات منظومة (Dynafoot3) والاخذ بالقراءات والبيانات حسب المعلومات التي تم تزويد المنظومة بها عن اللاعب تزودنا المنظومة تعطي رسوم بيانية تبين كمية الضغط المسلط على القدمين من خلال جهاز منظومة

(Dyna foot3) مقاس بالكيلوغرام لرجل اليمين ورجل اليسار اثناء اداء مراحل مسكة الخطف من الصراع الارضي اذا ان المحور العمودي يمثل الضغط والمحور الافقي يمثل الزمن .

رابعاً: التجربة الرئيسية:

أجرى الباحث تجربته الرئيسية لعينة البحث من مصارعو نادي الرافدين الرياضي للمتقدمين يوم الثلاثاء الموافق 2026/2/3م في تمام الساعة الثالثة عصرا في قاعة المصارعة بنادي الرافدين الرياضي حيث قام بتجميع اللاعبين وادراج اسمائهم وتسجيل كل المعلومات الخاصة بكل مصارع من عينة البحث , أجرى اللاعبين عملية الاحماء وبعدها تم تشغيل جهاز منظومة (Dyna foot3) لغرض تقييم الاداء وكذلك نصب وتشغيل الكاميرات لغرض التصوير مع ملاحظة ترتيب مواقع الاجهزة والادوات المستخدمة بما ينسجم مع متطلبات الاختبار



9- الوسائل الإحصائية:

استخدم الباحث الحقيبة الإحصائية SPSS



10- عرض النتائج ومناقشتها :

الجدول (1)

يبين مناطق القدم في مرحلة اقصى قوة للقدم الأولى -القمة- (كغم)

ت	المناطق	القدم	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة
1	الابهام	الأولى	9.564	1.448	17.473	0.000
		الثانية	0.000	0.000		
2	الاصبعان الثاني والثالث	الأولى	12.396	1.302	25.198	0.000
		الثانية	0.000	0.000		
3	الاصبعان الرابع والخامس	الأولى	10.462	0.779	35.538	0.000
		الثانية	0.000	0.000		
4	الوسط الانسي	الأولى	6.867	0.597	30.429	0.000
		الثانية	0.000	0.000		
5	الوسط الوحشي	الأولى	11.391	0.807	37.329	0.000
		الثانية	0.000	0.000		
6	الكعب الانسي	الأولى	11.365	1.152	26.104	0.000
		الثانية	0.000	0.000		
7	الكعب الوحشي	الأولى	11.051	1.152	25.391	0.000

الجدول (2)



يبين مناطق القدم في مرحلة اقصى قوة للقدم الثانية -القمة- (كغم)

ت	المناطق	القدم	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة
1	الابهام	الأولى	5.165	4.044	-3.333	0.006
		الثانية	10.385	0.902		
2	الاصبعان الثاني والثالث	الأولى	6.818	5.329	-2.128	0.055
		الثانية	11.214	1.218		
3	الاصبعان الرابع والخامس	الأولى	6.246	3.834	-0.416	0.685
		الثانية	6.862	0.828		
4	الوسط الانسي	الأولى	3.035	3.144	-6.518	0.000
		الثانية	12.863	2.456		
5	الوسط الوحشي	الأولى	5.795	4.251	-2.853	0.015
		الثانية	11.238	2.722		
6	الكعب الانسي	الأولى	6.077	4.361	-3.099	0.009
		الثانية	11.998	2.557		
7	الكعب الوحشي	الأولى	6.545	4.293	-1.294	0.220
		الثانية	8.817	1.779		

يوضح الجدول (1 , 2) وجود فروقاً معنوية في مرحلة اقصى قوة القدم الاولى بالأرض وحسب مناطق القدم السبعة بين القدمين (الاولى - الثانية) ان عدم وجود فروقاً بينهما يعزوه الباحث الى تماس القدمين على البساط كان موزعاً على المناطق السبعة للقدم بشكل متقارباً ومتساوياً , وهي مرحلة النقل اي انتقال المصارع الى جانب اللاعب المنافس لعملية لتثبيت القدمين ثم بعده تأتي مرحلة الرفع اي رفع المنافس الى الاعلى فتكون فيه مقادير القوة قليلة فيما يغلب طابع السرعة على الاداء فكلما انتقل المصارع بسرعة



كبيرة الى جانب اللاعب المنافس كانت عملية تثبيت القدمين في المكان الصحيح وبتالي ينعكس على نجاح المسكة " فالسرعة هي القابلية الحركية المهمة جدا في الفصل بين النجاح والفشل لكثير من الالعب والفعاليات الرياضية الممارسة (الملاكمة , المصارعة , المبارزة وفعاليات الاركاض القصيرة في العاب القوى وغيرها)⁽¹⁾. ولهذا تكون مقادير القوة متقاربة نوعا ما بين القدمين الاولى والثانية.

اما الجدول (7) فتظهر لنا فروقا معنوية في مناطق القدم السبعة للقدمين جميعها (الاولى الثانية) في مرحلة (اقصى قوة للقدم الاولى في التماس) وهذا أمر طبيعي كون هذه المرحلة تسجل القدم الاولى اقصى في التماس على حساب القدم الثانية موزعة على مناطق القدم السبعة وتكون اعلى قوة سجلت في منطقة (الاصبعان الثاني والثالث) وهي اعلى قيمة ولصالح القدم الاولى ثم تليها منطقة (الاصبعان الرابع والخامس) وايضا لصالح القدم الاولى وبعدها باقي مناطق القدم وحسب طبيعة المرحلة في مسكة الخطف من الصراع الارضي مما يدل على ان تركيز اعلى قوة تسجلها القدم الاولى للمصارع هي في مقدمة القدم في منطقة مشط القدم نتيجة القصور الذاتي للمنافس .

" فكلما كان الجسم ثابتا زاد قصوره الذاتي اما اذا تحرك قل قصوره الذاتي اي ان القوة المؤثرة على تغيير حالة الجسم من الثبات كبيرة لان مقاومة الجسم لتغيير حالته كبيرة "⁽²⁾ .

ويعزوه الباحث الى عدم وجود الفروق في بعض المناطق الى ان التوزيع يكون غير متساوي على المناطق السبعة للقدم وهي مرحلة اقصى قوة أي انتقال المصارع الى جانب اللاعب المنافس والتهيو لعملية لتثبيت القدمين ثم رفع المنافس الى الاعلى فتكون فيه مقادير القوة قليلة ومتقاربة نوعا ما بين القدمين الاولى والثانية وتغلب على الأداء صفة السرعة فكلما كان انتقال المصارع سريعا ساعد على إنجاح المسكة بشكل كبيرة فالمصارع الذي يمتلك اداء سريع يكون قادرا على تطبيق المسكات بشكل أفضل وأيضا يكون قادرا على إفشال مسكات المنافس المضادة كون يكون له رد فعل سريع وهذا ما يحتاجه المصارعة الجيد "فالسرعة هي القدرة على اداء الحركات تحت الشروط الموضوعية في اقل زمن ممكن لذا يتوقف مستوى السرعة في الاداء على مستوى ومواصفات الاداء الحركي بصورة كبيرة (التكنيك)"⁽³⁾.

كذلك منطقة الكعب الوحشي لم تظهر فرقا معنويا يعزوها الباحث الى مقاومة المنافس ومحاولة المصارع الذي يقوم بأداء المسكة التغلب على القصور الذاتي للمنافس إذ "إن المقاومة التي يواجهها المصارع من

(1) محمد رضا المدامعة: التطبيق الميداني للنظريات وطرائق التدريب الرياضي, جامعة بغداد , ط2 , 2008, ص547.

(2) حسين مردان عمر : مواضيع في البايوميكانيك, ط1 مطبعة جامعة كركوك, كركوك , 2019, ص168.

(3) حسين علي العلي وعامر فاخر شغاتي : استراتيجيات طرائق البحث العلمي للحركات الرياضية , بغداد , مكتب النور للطباعة والاستنساخ , 2010 , ص249 .



المنافس كبيرة نسبياً نظراً لأن المصارعين متساويان في الوزن وبالتالي يشترط تنفيذ الحركات بسرعة عالية لإخلال توازن المنافس⁽¹⁾, فكلما كان الجسم ثابتاً ازداد قصوره الذاتي حيث يكون هناك ميلان قليل في القدم الثانية الى جهة القدم الاولى مما يزيد العبء على هذه المنطقة ومن ثم تكون القوة اكبر حتى يتم التغلب على مقاومة المنافس وهي بداية لمرحلة رفع المنافس الى الاعلى حيث كلما زاد مقدار الدفع النهائي كلما زاد معدل القوة الذي يؤثر بالنتيجة على مساحة ما تحت المنحنى لأنها تتناسب طردياً مع معدل القوة عند زيادة قوة الدفع النهائي⁽²⁾.

11- الاستنتاجات :

- 1- مقادير القوة للقدم الثانية اكبر من القدم الأولى في مرحلة القمة والتخلص اثناء أداء المسكة مقارنة بالقدم الأولى
- 2- في مرحلة اقصى قوة للقدم الأولى في التماس تكون مناطق القدم الاولى السبعة جميعها اكبر قيمة من مقادير القوة للقدم الثانية في ذات المناطق نفسها .
- 3- في مرحلة اقصى قوة للقدم الثانية في التماس تكون جميع مناطق القدم الثانية اكبر قيمة من مقادير القوة للقدم الاولى ماعدا منطقة الكعب الوحشي لم يظهر فرق كبير بينهما .
- 4- في مرحلة اقصى قوة للقدم الأولى -القمة- تكون مقادير القوة لمناطق القدم السبعة جميعها أكبر من القدم الثانية .

12- التوصيات :

- 1- ضرورة وضع مناهج تدريبية على وفق المتغيرات البيوميكانيكية والقيم التي ظهرت من خلال استعمال جهاز منظومة (Dyna foot3) التي تخدم مسكة الخطف من وضع الصراع الارضي .
- 2- أظهرت هذه الدراسة بيانات وارقام جديدة في مسكة الخطف من وضع الصراع الارضي يمكن ان تفتح افاقاً جديدة لخدمة وتطوير لعبة المصارعة الرومانية ذات الاداء الفني المعقد.
- 3- اعتماد نتائج الدراسة لدى الاتحاد المركزي للعبة والعمل على معالجة نقاط الضعف لدى المصارعين العراقيين للارتقاء بالمصارع العراقي إلى أفضل انجاز.

(1) لؤي ساطع محمد جواد : التدريب بالأوزان المتغيرة وتأثيرها في تطوير القوة الخاصة لأداء بعض مسكات المصارعة , اطروحة دكتوراه منشورة, جامعة بغداد , 2005 , ص 40 .
(2) علي محمد حاكم خصائص دالة(القوة- الزمن) للقفز العمودي والجانبى وعلاقتها بأهم المتغيرات البايوكينماتيكية لمهارة حائط الصد بالكرة الطائرة , رسالة ماجستير غير منشورة , جامعة القادسية , كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة , 2019 , ص68 .



المصادر:

- ١- احمد زيدان حمدان : البحث العلمي كنظام, عمان , دار الفكر العربي , 1989
- ٢- احمد شمس الدين مولود: منهج تدريبي على وفق الصفات البدنية للمصارعين العالمين النخبة واثرها في الاداء الفني لبعض مسكات الخطف ومؤشرات دالة (القوة – الزمن) للمنتخب الوطني بالمصارعة الرومانية للشباب , اطروحة دكتوراه , جامعة القادسية , كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة , 2016 .
- ٣- حسين علي العلي وعامر فاخر شغاتي : استراتيجيات طرائق البحث العلمي للحركات الرياضية , بغداد , مكتب النور للطباعة والاستنساخ , 2010
- ٤- حسين مردان عمر : مواضيع في البايوميكانيك, ط1 مطبعة جامعة كركوك, كركوك , 2019
- ٥- علي محمد حاكم خصائص دالة(القوة- الزمن) للقفز العمودي والجانبى وعلاقتها بأهم المتغيرات البايوكينماتيكية لمهارة حائط الصد بالكرة الطائرة , رسالة ماجستير غير منشورة , جامعة القادسية , كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
- ٦- لؤي ساطع محمد جواد : التدريب بالأوزان المتغيرة وتأثيرها في تطوير القوة الخاصة لأداء بعض مسكات المصارعة , اطروحة دكتوراه منشورة, جامعة بغداد , 2005
- ٧- محمد رضا المدامغة: التطبيق الميداني النظريات وطرائق التدريب الرياضي, جامعة بغداد , ط2 , 2008 ,
- ٨- محمد نصر الدين رضوان : الاحصاء اللابارمترى , القاهرة , دار الفكر للطباعة والنشر , 1988