



جمهورية العراق  
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي  
جامعة القادسية  
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

## علاقة الأنجاز بدلالة الشغل في أداء مسكة الرمي من فوق الصدر بالتحميل من الأرض في المصارعة الرومانية

بحث وصفي مقدم من قبل الطالب :  
( علي حسن شبل )

الى اللجنة العلمية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة – جامعة  
القادسية – وهو جزء من متطلبات نيل شهادة البكالوريوس .

بإشراف

د . حيدر مهدي

٢٠١٧ م

١٤٣٨ هـ

بسم الله الرحمن الرحيم

يَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا إِذَا قِيلَ لَكُمْ تَفَسَّحُوا فِي الْمَجَالِسِ فَافْسَحُوا  
يَفْسَحِ اللَّهُ لَكُمْ وَإِذَا قِيلَ انشُزُوا فَانشُزُوا يَرَفَعُ اللَّهُ الَّذِينَ ءَامَنُوا  
مِنْكُمْ وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرٌ ﴿١١﴾

صدق الله العلي العظيم

سورة المجادلة

# الإهداء

الى :

- الوالدين
- الأخوة والأخوات
- الأصدقاء
- الأحباء
- الأساتذة

# الشكر والتقدير

الحمد لله الذي جعل الحمد مفتاحاً لذكره ، وخلق الأشياء ناطقة بشكره ،  
والصلاة و السلام على أشرف الخلق سيدنا محمد وعلى آله الطيبين  
الطاهرين .

يطيب لي ان أتقدم بوافر الشكر و الامتنان الى الأستاذ المشرف على  
بحثي ( حيدر مهدي ) والى جميع اساتذتي في كلية التربية البدنية و  
علوم الرياضة .

كما أتقدم بالشكر و الامتنان الى كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة  
جامعة القادسية لفضلها التعليمي وإتاحة الفرصة لإكمال دراستي فيها.

المحتويات	
الصفحة	الموضوع
	العنوان
أ	الآية القرآنية
ب	الاهداء
ج	الشكروالتقدير
د - هـ	المحتويات
١	الفصل الأول
٢	١-التعريف بالبحث
٣-٢	١-١ المقدمة و أهمية البحث
٣	١-٢ مشكلة البحث
٤	١-٣ أهداف البحث
٤	١-٤ فروض البحث
٤	١-٥ مجالات البحث
٤	١-٥-١ المجال البشري
٤	١-٥-٢ المجال المكاني
٤	١-٥-٣ المجال الزمني
٥	الفصل الثاني
٦	٢-الدراسات النظرية
٨-٦	٢-١ الشغل
١٠-٨	٢-٢ المصارعة
١٢-١١	٢-٣ اهم مسكات الرمي في المصارعة الرومانية
١٢	٢-٣-١ المسكات المستخدمة في البحث
١٢	٢-٣-١-١ مسكات الرمي من وضع التحميل الأرضي
١٣-١٢	٢-٣-١-٢ المراحل الفنية لمسكة الرمي من فوق الصدر بالتحميل من الأرض

١٤	الفصل الثالث
١٥	٣- منهج البحث و اجراءاته الميدانية
١٥	٣-١ منهج البحث
١٥-١٦	٣-٢ عينة البحث
١٦	٣-٣ الوسائل والأدوات والأجهزة المستخدمة
١٧	٣-٣-١ الوسائل البحثية
١٧	٣-٣-٢ الأدوات والأجهزة المستخدمة بالبحث
١٨	٣-٤ إجراءات البحث الميدانية
١٨	٣-٥ وضع الكاميرات اثناء التصوير و تحليل المهارات الحركية
١٩	٣-٦ الوسائل الاحصائية
٢٠	الفصل الرابع
٢١	٤- عرض النتائج و تحليلها و مناقشتها
٢١-٢٣	٤-١ عرض تحليل ومناقشة نتائج علاقة الشغل العمودي بمسكات الرمي بالتحميل من الأرض
٢٤	الفصل الخامس
٢٥	٥- الاستنتاجات والتوصيات
٢٥	٥-١ الاستنتاجات
٢٥	٥-٢ التوصيات
٢٦	المصادر العربية والأجنبية
٢٧-٢٨	المصادر العربية
٢٩	المصادر الأجنبية

# الفصل الاول

١-التعريف بالبحث

١-١ المقدمة واهمية البحث

١-٢ مشكلة البحث

١-٣ اهداف البحث

١-٤ فروض البحث

١-٥ مجالات البحث

١-٥-١ المجال البشري

١-٥-٢ المجال المكاني

١-٥-٣ المجال الزماني

## ١-التعريف بالبحث :

### ١-١ المقدمة واهمية البحث :

ان التطور السريع في تحقيق المستويات الرياضية العالية في شتى المجالات الرياضية سواء في الالعاب الجماعية او الفردية يسير متواكبا مع تكنولوجيا علوم التدريب الرياضي حيث طال تطور هذه العلوم جميع الالعاب الرياضية ومنها لعبة المصارعة التي تعد من الالعاب التي تطورت خلال العقود الماضية بشكل كبير من حيث الاداء الفني والخططي والتي حققت مستويات متقدمة على المستوى العربي والدولي ، وقد بلغ حجم الاهتمام بهذه اللعبة ببعض الدول مرتبة عالية لارتباطها بصفات القوة والرجولة والقيم الاخرى ونتيجة للتطور العلمي الذي فتح آفاقا جيدة لمختلف العلوم الرياضية ومنها علم البيوميكانيك والتحليل الحركي الرياضي والتحليل ثلاثي الابعاد . ومن المؤكد ان تقدم العلوم يبحث بشكل متطور عن افضل الوسائل والاساليب الحديثة التي تؤثر بشكل ايجابي على تطور الاداء المهاري والفني للرياضيين وتعزز انجازاتهم في الالعاب الرياضية ولاسيما لعبة المصارعة التي تعتمد على متطلبات خاصة في الاداء المهاري اذ تعتبر واحدة من الالعاب الرياضية ذات الاتجاهات المتعددة في اداء حركاتها والتي تحتاج الى آلية عالية الدقة في تحليل تلك المهارات في مساراتها الحركية ، وايضا لها متطلبات بدنية خاصة مثل القوة بانواعها وسرعة الاداء ومسافات الرمي والتي لها الاثر البارز لاداء المهارات الحركية اضافة الى انها لعبة اوزان حيث انها محددة بفئات وزنية للاعبين .

وايضا للعبة المصارعة متطلبات مهارية لان فيها مهارات صعبة الاداء مثل مسكات الرمي والتي تنص المادة ٤١ من القانون الدولي<sup>(١)</sup> ، ان لها بالمقابل تقييم عالي من النقاط يصل الى خمس او ثلاث نقاط فنية على الاقل في حالة نجاحها اوحتى ممكن حصول اللاعب المؤدي على نقطة واحدة في حالة نجاح المسكة بدون حدوث حالة الخطر ، والتي لها الدور البارز في حسم الجولة في حالة نجاحها . لذلك ينظر اليها على انها المفتاح الالهم للفوزبالنزال من هنا تاتي اهمية البحث في ايجاد علاقة بين الشغل العمودي المنجز ونجاح اداء مسكات الرمي من فوق الصدر بالتحميل من الارض للتوصل الى اهم النقاط التي تجعل اداء هذا النوع من المسكات الفنية اسهل نسبيا ويكون المصارع اكثر رغبة واصرار على اداء مسكات الرمي لحسم النزالات المهمة وبالتالي لا يكون من الصعب ادائها من قبل المصارعين .

## ٢-١ مشكلة البحث :

ان التطور الكبير في لعبة المصارعة ادى الى البحث عن ادق التفاصيل التي من الممكن ان تشكل الفارق في تسجيل اعلى عدد ممكن من النقاط لذلك ومن خلال خبرة الباحث الميدانية وبالاعتماد على المصادر والمراجع واللقاءات مع المختصين لاحظ الباحث قلة اداء مسكات الرمي من قبل المصارعين خصوصا في النزالات المهمة رغم اهميتها الكبيرة في حسم الجولة وبالتالي النزال نظرا لحصوله عند ادائها بنجاح الى خمس نقاط او ثلاث نقاط على اقل تقدير. لذا ارتى الباحث البحث في علاقة بيوميكانيكية مدروسة باعتماد الشغل المنجز للوقوف على اهم نقاط القوة واعتمادها كمبادئ تدريبية للاساليب الحديثة ان تحققت .

---

(1) Rul Book& Guide to Wrestling FREESTYLE,GRECO-

### ١-٣ اهداف البحث :

• قياس الشغل العمودي المنجز في اثناء الاداء المهاري لمسكات الرمي

بالتحميل من الارض في المصارعة الرومانية .

• التعرف على العلاقة بين الشغل العمودي والاداء المهاري لمسكات

الرمي بالتحميل من الارض لدى عينة البحث .

### ١-٤ فرض الباحث :-

• وجود علاقة ذات دلالة احصائية بين الشغل العمودي المتحقق واداء

مسكات الرمي بالتحميل من الارض في المصارعة الرومانية لفئة

الشباب .

### ١-٥ مجالات البحث :-

١-٥-١ المجال البشري : مصارعي نادي الديوانية لفئة الشباب في المصارعة الرومانية .

١-٥-٢ المجال المكاني : قاعة نادي الديوانية الرياضي .

١-٥-٣ المجال الزمني ٢٥/١٢/٢٠١٦ ولغاية ١٦/٤/٢٠١٧

# الفصل الثاني

٢- الدراسات النظرية

١-٢ الشغل

٢-٢ المصارعة

٢-٣ اهم مسكات الرمي في المصارعة الرومانية

١-٣-٢ المسكات المستخدمة في البحث

١-٣-٢-١ مسكات الرمي من وضع التحميل

الارضى

٢-٣-١-٢ المراحل الفنية لمسكة الرمي من فوق

الصدر بالتحميل من الارض

## ٢- الدراسات النظرية :

### ١-٢ الشغل :

ان من المصطلحات الميكانيكية التي يتم دراستها اثناء تاثير القوى لاحداث حركة معينة هو الشغل ، " لواثرت قوة معينة وتحرك بفعل تاثير تلك القوة فانها تكون قد انجزت شغلا ، " (١)

ويستخدم مصطلح الشغل عادة في سياقات الكلام مختلفة ومتعددة ، فعلى سبيل المثال فان الشخص الذي يجلس في غرفة مفرغة من الهواء ويتحدث فانه ينجز شغلا او قديكون الشغل هو الجهد المبذول خلال عمليات الامتحان او التفكير . وعليه فان الشغل من الناحية الميكانيكية هو القوة المسلطة ضد مقاومة معينة مضروب في المسافة المزاح اليها الجسم .

حيث لو ان قوة خارجية سلطت على جسم معين واكسبته حركة معينة ، فان هذا الجسم قد امتلك قيمة متحققة من الشغل المنفذ يعادل بقيمته حاصل ضرب القوة المسلطة  $\times$  المسافة التي تحرك اليها هذا الجسم اما اذا سلطت قوة على جسم ولم تتولد حركة معينة كان يكون السبب الاحتكاك العالي او وزن الجسم العالي فانه في هذه الحالة لا يوجد شغل متولد او ناتج لحين حدوث حركة في هذا الجسم . (٢)

فلو اثرنا في جسم بقوة معينة وقطع نتيجة تاثير هذه القوة مسافة معينة فان القوة تكون قد انجزت شغلا معيناً ، اما اذا كانت المسافة المقطوعة نتيجة تاثير تلك القوة اكبر فان الشغل يكون اكبر . (٣)

---

(١) سمير مسلط الهاشمي ، البايوميكانيك الرياضي ، ط٢ ، الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ،

(2) Hall J. Susan ,basic Biomechanics, 2<sup>nd</sup>,ed.mcgraw hill patlisher,1995,p.385.

(٣) سمير مسلط الهاشمي ، مصدر سبق ذكره .

وللشغل عدة انواع منها :-

١- في حالة تحرك الجسم بصورة مستقيمة نتيجة تأثير قوة مسافة معينة فان

$$\text{الشغل} = \text{القوة} \times \text{الازاحة}$$

٢- في حالة الجسم الساقط من الاعلى باتجاه الارض فان مقدار الشغل المبذول بفعل تأثير قوة الجذب الارضي التي هي ( وزن الجسم ) فان الشغل

$$\text{الشغل} = \text{الوزن} \times \text{المسافة العمودية ( الارتفاع )}$$

٣- في حالة حركة الجسم من نقطة الى اخرى بفعل تأثير قوة لا ينطق خط عملها على مسار الازاحة بل تكون بزاوية معينة فان مقدار الشغل المنجز يساوي مقدار القوة  $\times$  المسافة التي تحركها الجسم مضروبا في جيب تمام الزاوية بين القوة وخط المسافة .

٤- في حالة حدوث حركة للجسم بفعل تأثير القوة في سطح مائل وليس في سطح مستوي فان الشغل في هذه الحالة يساوي

$$\text{الشغل} = \text{وزن الجسم} \times \text{المسافة المقطوعة على السطح المائل} \times \text{جا الزاوية}$$

في حالة الانقباض العضلي لاية مجموعة عضلية فانها ستحدث حركة على الجزء الذي ستعمل عليه هذه المجموعة العضلية وبالتالي فان هنالك شغل منجز لهذا الجزء نتيجة القوة العضلية والمسافة التي تحرك اليها جزء الجسم وقد يكون شغل سلبي او ايجابي حسب طبيعة الحركة او الانقباض العضلي .

ومثال على الشغل الايجابي هو رفع ثقل معين لاعلى والشغل السلبي هو

حركة الدبني بالثقل ( القرفصاء بالثقل ) اثناء الهبوط .<sup>(1)</sup>

---

(1) Chapman E, Arthar, Biomechanical Analysis of fundamental Human Mvements , human Kinetic , 2008 , p 4 .

ان كل شغل يتطلب طاقة لانجازة وتأثير هذه الطاقة من خلال الغذاء اليومي الذي تتناوله ، ويذهب بالتالي الى العضلات التي يمكنها من تنفيذ الانقباض وعندها تتحول الطاقة الكيميائية الى الطاقة حركية ميكانيكية تحرك من خلالها العظام لاجزاء الجسم وتكون قيمة هذا الشغل المنجز مساويا للقوة المنتجة من هذه العضلة مضروبا في المسافة .

الشغل هو القوة  $\times$  المسافة المنجزة وهو يساوي التغير في الطاقة الحركية التي يمتلكها الجسم . ويمكن حساب الشغل المنجز من لحظة اوطئ نقطة لجزء معين لحين وصولها الى اعلى نقطة في جزء الحركة الثاني .<sup>(1)</sup>

## ٢-٢ المصارعة The Wrestling

تعد رياضة المصارعة احد الانشطة التي حظيت بالاهتمام على مر العصور ، و التي مارسها الانسان في تحديه لقوى الطبيعة و الكائنات المتعايشة معه ، و قد بدأت بطبيعة الحال باساليب ارتجالية و ردود فعل عصبية ثم اصبحت رياضة و فن .

وليس من السهل تحديد الموطن الاول الذي نشأت فيه اللعبة بشكل واضح ، لكن من خلال الحضارات الاصلية القديمة وهي قليلة العدد في تاريخ الانسان وفي مقدمتها حضارة وادي الرافدين ، و حضارة وادي النيل ، و حضارة الشرق الاقصى ( الحضارة الصينية )<sup>(٢)</sup> .

---

(١) صريح عبدالكريم ، تطبيقات البيوميكانيك في التدريب الرياضي والاداء الحركي ، ط١ ، دار دجلة للطباعة، الاردن ، ٢٠١٠ ، ص ٩٢ .

(٢) عبد علي نصيف : التدريب في المصارعة ، ط٢ ، الموصل : دارالكتب للطباعة والنشر، ١٩٨٧، ص ٧ .

"وقدشجع الدين الاسلامي على مزاولة المصارعة اذ ثبت ان الرسول محمد (صلى الله عليه وآله وسلم) مارس المصارعة بنفسه ، فقد صرع ركانه بن عبد يزيد ، كما صرع غيره ، كما استخدمها رسول الله (صلى الله عليه وآله وسلم) في اختبار بعض فتیان الصحابة للاحاقهم بجيش المسلمين .

والمصارعة رياضة قوية تعمل على تقوية ابدان المسلمين ، وتنمية مهاراتهم الدفاعية والقتالية فضلا عن تنمية القدرات العقلية والنفسية ، فهي تعتمد على القوة والخداع معا في التغلب على المنافس ، وكانت المصارعة القديمة تعتمد على احكام القبض على المنافس وطرحه ارضا او اجباره على اتخاذ وضع بدني يعجز معه عن المقاومة" (١)

والمصارعة المعاصرة يعرفها " بتروف Petrove ١٩٨٦ : بانها مناظرة بين مصارعين وفقا للقوانين الموضوعية ، وفيها يحاول كل مصارع السيطرة على حركة منافسه ، وذلك من خلال المهارات الفنية ، و الحركات المركبة ، والقدرات الخططية ، وكل ما يمتلكه المصارع من امكانيات بدنية و نفسية" (٢)

---

(1) امين انور الخولي ؛ الرياضة والحضارة الاسلامية ، دراسة تحليلية فلسفية للمؤسسة الرياضية الاسلامية ، دارالفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٩٥ ، ص ٢٩٤ .

(2) Petrove R: Freestyle and Greco-Roman Wrestling, published by Fila,1998,p17 .

ومن اهم انواع المصارعة تقديما وشهرة واعترافا بها على الصعيد العالمي هي المصارعة الرومانية والمصارعة الحرة ، وللمصارعة اهمية كبيرة لدى الشباب وذلك لارتباطها بمستوى عال من التحدي لقدرات الشباب فيما بينهم ، والتي تتمثل في طبيعة النزالات الفردية ، اذ يعتمد المصارع على قدراته فقط في مواجهة منافسه بشكل مباشر لغرض تحقيق الفوز.

" والمصارعة تحقق النمو المتزن لاجزاء الجسم ، وتكسب ممارسيها القدرة على استخدام جميع عضلات الجسم واجهزته بكفاءة تامة اذ تعمل المصارعة على تطوير عناصر اللياقة البدنية وتحسين كفاءة الاجهزة الفسيولوجية ، وذلك من خلال الجهد المبذول عند تنفيذ المهارات الهجومية والدفاعية ومهارات الهجوم المضاد، اذ يتطلب التمهيد لهذه المهارات المعقدة وتنفيذها مع منافس متساوي الوزن ان يبذل المصارع جهودا بدنية كبيرة ، واذا قاوم المنافس بصورة ايجابية وبكل امكانياته ، فلا بد من تعبئة كل القدرات والكفاءات الخاصة بالحالة التدريبية للمصارع ".<sup>(١)</sup>

لذا يعد الاعداد البدني والوظيفي الجيد للمصارعين من الجوانب المهمة التي تجعل المصارع يواجه هذه الابعاء الهجومية والدفاعية والخطية ، وكذلك التكيف الوظيفي لكل اجهزة واعضاء الجسم لمثل هذه الجهود للتصارع .

(١) تومنيان .ك.ص:المصارعة الرياضية،ترجمة غسان محمصاوق ، علي بن صالح الهرهوري ، دارالكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل ، ١٩٨٨ ، ص ١٢-١٣ .

## ٢-٣ اهم مسكات الرمي في المصارعة الرومانية :

ان تحقيق النتائج الرياضية في المنافسات المهمة يقتضي من المصارع ان يكون بمستوى عال من الاداء الفني والخططي ليصبح قادرا على تسجيل النقاط الفنية سواء كان ذلك بطريقة الهجوم المباشر او بطريقة الدفاع لاحباط محاولة الخصم .

ويعتبر النجاح باداء مسكات الرمي من فوق الصدر هو افضل اداء ممكن ان يقدمه المصارع المهاجم وكذلك يعتبر الشكل الافضل للاداء الفني وذلك من عدة جوانب اهمها من حيث صعوبة الحركة المؤداة من قبل اللاعب والتي قيمت باعلى الدرجات من قبل الاتحاد الدولي للمصارعة بحيث "اعطيت اعلى تقييم للمسكات بعدد خمس او ثلاث نقاط باقل تقدير في حالة النجاح بادائها وايضا تم تمييزها بنقطة واحدة في حالة نجاح ادائها مع عدم مواجهة ظهر المنافس للباساط اثناء الاداء " (١)

والمهارات الفنية الخاصة بالمصارعة الاغريقية الرومانية يمكن تجزئتها الى قسمين : (٢)

١- المهارات الفنية المؤداة من الوقوف :

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

من فوق الصدر).

ب- المسكات والمهارات الدفاعية لاحباط محاولات الخصم الهجومية .

---

(1) Rule Book& Guide to Wrestling FREESTYLE, GRECO-ROMAN, WOMENS, and BEACH WRESTLING 2010 Edition p 38-41

(٢) عبدعلي نصيف(وآخرون)؛ المصارعة الرومانية بين النظرية والتطبيق.(الموصل، مطابع التعليم العالي ١٩٩٠، ص ٧٢ .

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

د- المسكات الفنية المركبة .

٢- المهارات الفنية المؤداة من وضع الخاك .

٢-٣-١ المسكات المستخدمة في البحث :

٢-٣-١-١ مسكات الرمي من وضع التحميل الارضي :

مسكات الرمي بالتحميل من الارض : وهي ما يهمننا في البحث وهي المسكات التي يقوم اللاعب بها من حمل المنافس من الارض وهوفي وضعية الجلوس او الانبطاح والوصول به بارتفاع الى اعلى نقطة وبعد ذلك يقوم بعملية الرمي الى الخلف او الجانب للحصول ايضا على ثلاث او خمس نقاط وطبعاً تختلف آلية المسك عند الرمي حسب وضعية اللاعب وحسب وضع المنافس .

٢-٣-١-٢ المراحل الفنية لمسكة الرمي من فوق الصدر بالتحميل من الارض :

## ١- القسم التحضيري :

من وضع الوقوف والمنافس بوضعية الجلوس او الانبطاح يطوق اللاعب المؤدي جذع المنافس بكتا اليدين وهوفي وضعية الانثناء فوق المنافس والركبتين بزاوية ٩٠ درجة تقريبا ثم يثني في مستوى ركبتيه تقريبا ليقوس الى الخلف بالظهر ويبدأ برفع المنافس .

## ٢- القسم الرئيسي :

يواصل المهاجم مد الجذع والاطراف السفلى ليرفع المنافس عاليا الى اعلى نقطة ثم يبدأ بتقويس الظهر الى الخلف حتى يصبح المنافس فوق الصدر ثم يرميه الى الخلف .<sup>(١)</sup>

## ٣- القسم النهائي :

يمد المهاجم كلا رجليه مقوسا الى الخلف ليستقر على رجل واحدة ثم عند ملامسة منافسه البساط يستدير ليكون فوقه ويحكم السيطرة عليه في وضع الخطر.<sup>(٢)</sup>

---

(١) حمدان رحيم الكبيسي ؛ تأثير التحمل الخاص في أداء بعض مسكات الرمي (الخطف) للمصارعين ،  
أطروحة دكتوراه ، غير منشورة،كلية التربية الرياضية،جامعة بغداد، ١٩٩٤ ، ص ٥٨ .

(2) Ion,Corneanu(and others) ;Th technical Evolution of modern wrestling  
,FILLA,Roma,1986,p-51 .

# الفصل الثالث

٣- منهج البحث واجراءاته الميدانية

٣-١ منهج البحث

٣-٢ عينة البحث

٣-٣ الوسائل والادوات والاجهزة المستخدمة

٣-٣-١ الوسائل البحثية

٣-٣-٢ الادوات والاجهزة المستخدمة بالبحث

### ٣-٤ اجراءات البحث الميدانية

٣-٥ وضع الكاميرات اثناء التصوير وتحليل المهارات الحركية

### ٣-٦ الوسائل الاحصائية

٣- منهج البحث واجراءاته الميدانية :

٣-١ منهج البحث :

البحث هو "الوسيلة لتعميم الظاهرة كحقيقة عامة ، فهو بذلك أداة العلم والطريق الذي يسلكه السائرون نحو الحقيقة" (١)

وبناءً على ذلك استخدم الباحث المنهج الوصفي وتحديدًا شكل خاص من اشكاله وهو (العلاقات الارتباطية المتبادلة).

اذ تبنى العلاقة على استيعاب الحقائق في جوانب كثيرة وتعطي معلومات وصفية تلقي الضوء على مشكلة البحث .

٣-٢ عينة البحث :

ان طبيعة المشكلة التي يراد دراستها أدت الى اختيار العينة وهم لاعبي نادي الديوانية لفئة الشباب في المصارعة الرومانية والبالغ عددهم ٨ لاعبين.

تجانس العينة :

عمد الباحث الى اجراء تجانس للعينة البالغ عددها ٨ لاعبين من حيث

وزن كتلة الجسم للمنافس والطول والعمر الزمني والعمر التدريبي والشغل والجدول (١) يبين تجانس عينة البحث .

(١) احمد بدر. أصول البحث العلمي ومناهجه: (الكويت ، وكالة المطبوعات ، ١٩٧٩ )، ص ٧ .

### جدول (١)

يبين تجانس عينة البحث

المعامل الالتواء	الوسيط	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	وحدة القياس	المعالجات الإحصائية المتغيرات
٠,٠٢	٧٥	٩,٩٦	٧٥,٥	كيلو غرام	وزن كتلة الجسم للمنافس
٠,٥٠-	١٦٧,٥	٤,٠٣	١٦٦,٣٨	سم	الطول
٠,١٤	٢٢٦,٥	٨,٨٦	٢٢٧,٣٨	الشهر	العمر الزمني
٠,٥٣	٤٠,٥	٥,٥٣	٤٢	الشهر	العمر التدريبي
٠,٥٥	٥٣٦	١٣٣,٣٧	٥٦١,٢٥	جول	الشغل

### ٣-٣ الوسائل والأدوات والأجهزة المستخدمة :-

يتعين على الباحث التوصل الى حل مشكلته توفير الوسائل والأدوات والأجهزة الخاصة ببحثه ، وبشكل مناسب لضمان نجاح بحثه لان " أدوات البحث هي الوسيلة التي يستطيع بها الباحث حل مشكلته مهما كانت تلك الأدوات والبيانات ، والعينات ، والأجهزة " (١).

---

(١) وجيه محجوب : طرائق البحث العلمي ومناهجه ، ط ٢، الموصل، دارالكتب للطباعة والنشر، ١٩٨٨، ص ١٣٣.

### ٣-٣-١ الوسائل البحثية :-

- المصادر والمراجع العربية والاجنبية .
- الاختبارات والقياسات .
- استمارة تسجيل البيانات .
- التحليل بالحاسوب .
- الملاحظة .
- المقابلات الشخصية\* .

### ٣-٣-٢ الادوات والاجهزة المستخدمة بالبحث :-

- بساط مصارعة عدد ١ .
- شريط قياس معدني .
- اعمدة معدنية(حواجز).

- جهاز حاسوب نوع لابتوب عدد ٢ .
- مقياس رسم بطول (١) م .
- ميزان طبي عدد ١ .
- كاميرا فيديو عدد ٢ .

\* أسماء السادة الخبراء في المقابلة الشخصية :

- ١- ا.م عامر موسى جامعة القادسية كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.
- ٢- م.م غزوان كريم جامعة القادسية كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.

### ٣-٤ إجراءات البحث الميدانية :

لغرض تحقيق اهداف البحث عمد الباحث الى اتباع الخطوات التالية

:

- ١- تحديد متغيرات البحث وذلك بالاعتماد على بعض المصادر والمراجع العلمية ، فضلا عن خبرة الباحث الشخصية في مجال رياضة المصارعة ، اذ تم تحديد متغيري الشغل العمودي والاداء المهاري لمسكات الرمي من فوق الصدر بالتحميل من الارض كمتغيرات للبحث .
- ٢- تحديد عينة البحث .
- ٣- اجراء التجربة الاستطلاعية والتأكد من كفاءة الفريق المساعد .
- ٤- اجراء التجربة الرئيسية .
- ٥- عمد الباحث الى استخراج الشغل العمودي بدلالة حاصل ضرب القوة المبذولة  $\times$  المسافة التي قطعها الجسم اثناء الرفع وحسب القانون ( الشغل = القوة  $\times$  المسافة ) وبما ان القوة = الكتلة  $\times$  التعجيل الارضي .

الشغل = الكتلة × التعجيل الارضي × المسافة

اذ ان الكتلة تمثل كتلة اللاعب المرفوع والمسافة هي المسار الذي قطعه الجسم من لحظة بداية الحركة لغاية انتهاء الواجب الحركي .

٣-٥ وضع الكاميرات اثناء التصوير وتحليل المهارات الحركية :

يتم وضع الكاميرات حول البساط بابعاد متساوية بحيث تغطي اغلب اجزاء البساط التي من الممكن حدوث المهارات المطلوبة وتكون على ارتفاع (١,٢٠ م) وبعد (٨,٥ م) عن مركز البساط وتكون العدسة موجهة بصورة مستقيمة على مركز البساط ، حيث كانت الكاميرات من نفس النوع من حيث الصنع .

٣-٦ الوسائل الاحصائية :-

تم استخراج قيمة الشغل العمودي عن طريق قانون الشغل = الكتلة × المسافة × التعجيل الارضي .

واستعمل الباحث الوسائل الاحصائية المناسبة لمعالجة نتائج البحث باستخدام الحقيبة الاحصائية للعلوم الاجتماعية (spss) واستخراج ما يأتي :

(( الوسط الحسابي ، الانحراف المعياري ،معامل الارتباط البسيط (بيرسون، معامل الاغتراب)).

# الفصل الرابع

٤- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

٤-١ عرض تحليل ومناقشة نتائج علاقة الشغل العمودي بمسكات الرمي بالتحميل من الأرض

٤- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها :

٤-١ عرض تحليل ومناقشة نتائج علاقة الشغل العمودي بمسكات الرمي بالتحميل من الارض :

## الجدول (٢)

يوضح الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للشغل العمودي وقيمة الاداء المهاري للمسكات

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	وحدة القياس	المعالجات الإحصائية المتغيرات
١٥١,٨٦٨	٥٠٩,٢٧٧	الجول	الشغل العمودي
١,٠٣٥	١,٧٥٠	النقاط	الأداء المهاري

من خلال عرض الجدول (٢) يتوضح لنا بان المتوسط الحسابي للشغل العمودي بلغ (٥٠٩,٢٧٧) وبانحراف معياري (١٥١,٨٦٨) ، فيما بلغ المتوسط الحسابي للأداء المهاري (١,٧٥٠) وبانحراف معياري (١,٠٣٥).

### الجدول (٣)

يوضح الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ر) المحسوبة ومستوى الخطأ

دلالة الارتباط	مستوى الخطأ	معامل الاغتراب	درجة الحرية	قيمة	الوسائل الإحصائية
				معامل الارتباط (ر) المحسوبة	المتغيرات
غير معنوي					الشغل العمودي

	٠,٠٦٣	٠,٧٣٤	٦	٠,٦٨٠-	الأداء المهاري
قيمة (ر) الجدولية (٠,٧٠) عند مستوى الدلالة (٠,٠٥) و امام درجة حرية (٦).					

من خلال عرض الجدول (٣) يتضح لنا ان قيمة معامل الارتباط (بيرسون) المحسوبة بلغت (٠,٦٨٠-) وبنسبة خطأ (٠,٠٦٣) تحت مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية (٦) وبمعامل اغتراب بلغ (٠,٧٣٤) وبما ان قيمة معامل الارتباط (ر) المحسوبة اقل من قيمة معامل الارتباط (ر) الجدولية هذا يدل على عدم وجود دلالة ارتباط بين الشغل العمودي والاداء المهاري.

ويعزو الباحث عدم وجود الدلالة المعنوية الى طبيعة اداء المسكات في لعبة المصارعة فانها تعتمد على القوة بحيث تنوعت اداء هذه المسكات بطول وقصر مسافة الرفع ولكل حالة لها ايجابياتها وسلبياتها حيث ان اللاعب صاحب القوة القصى الكبيرة يتمكن من رفع المنافس الى اعلى نقطة مكتسبا بذلك مسافة عمودية كبيرة تساعده على امكانية توجيه ظهر المنافس الى منطقة

الخطر ولكن ايضا اذا كان اللاعب المؤدي عليه المسكة ذو امكانية عالية قد يتمكن من استغلال الوقت الطويل نسبيا لاداء حركات من شأنها المساعدة على افشال المسكة .

وكذلك يميل بعض اللاعبين من ذوي القوة القصى الاقل نسبيا الى رفع المنافس الى مسافة قليلة ومن ثم المباشرة بالجزء الرئيسي منها لمواجهة ظهر المنافس لمنطقة الخطر ليستغل عنصر المفاجأة نقص القوة القصى وكثيرا ما تتم هذه العملية بنجاح ولكن ايضا من الممكن عدم نجاح المسكة بسبب عدم الحصول على مسافة رفع كافية وبالتالي من الممكن عدم نجاح هذه المسكة .

اي ان نجاح مسكة الرمي من فوق الصدر بالتحميل من الارض قد لا يعتمد بالضرورة على مسافة الرفع لوجود ارتباط اعلى بالقوة القصوى والامكانيات الفردية والتكنيكية للاعب المؤدي للمسكة وذلك ما اعطى ضعف الدلالة المعنوية للشغل المنجز باداء مسكات الرمي من فوق الصدر بالتحميل من الارض .

" ان التكنيك يعتبر نظاما خاصا لحركات تؤدي بأن واحد او بالتعاقب مستندا على تنظيم مجدي للعلاقة بين القوى الخارجية المؤثرة على الرياضي . ان هذه القوى يجب ان تستثمر بشكل كامل للوصول الى النتائج الرياضية " (1)

---

(1) Die vervollkommnung der sportlichen Technik, In : Theorik und praxis der koerperkultur , 1973,Beiheft.

# الفصل الخامس

٥- الاستنتاجات والتوصيات

٥-١ الاستنتاجات

## ٥-٢ التوصيات

٥- الاستنتاجات و التوصيات :-

٥-١ الاستنتاجات :-

- ١- ان مسافة رفع المنافس عند تأدية مسكة الرمي من فوق الصدر لا تؤدي بالضرورة الى نجاح هذه المسكة على أكمل وجه .
- ٢- ان القوة القصوى ذات أهمية كبيرة لأداء مسكات الرمي من فوق الصدر بالتحميل من الارض .
- ٣- ان لنجاح أداء مسكات الرمي من فوق الصدر بالتحميل من الارض تتطلب امكانيات مهارية عالية لنجاحها .

## ٢-٥ التوصيات :-

- ١- التأكيد على المدربين على ضرورة ضبط الأداء المهاري مسكات الرمي من فوق الصدر .
- ٢- ضرورة تأكيد المدربين على التوافق مع اسلوب اللعب لتأدية مسكة الرمي من فوق الصدر وتحسين الاسلوب بزيادة القوة القصوى والخبرات .
- ٣- دراسة متغيرات ميكانيكية أخرى لمعرفة مدى علاقتها بأداء هذا النوع من المسكات المهمة .
- ٤- ضرورة تأهيل المدربين بدراسة علم البيوميكانيك ووسائله المختلفة لامكانية تطوير الأداء الحركي .
- ٥- اجراء أبحاث مشابهة على المهارات الفنية في رياضة المصارعة ولفئات العمرية المختلفة .

# المصادر العربية

# والأجنبية

## المصادر العربية

- ١- احمد بدر، أصول البحث العلمي ومناهجه ، الكويت ، وكالة المطبوعات ، ١٩٧٩ .
- ٢- أمين أنور الخولي ، الرياضة والحضارة الاسلامية ، دراسة تحليلية فلسفية للمؤسسة الرياضية الاسلامية ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٩٥ .
- ٣- القانون الدولي للمصارعة ٢٠١٠ .
- ٤- تومنيان ،ك،ص: المصارعة الرياضية ، ترجمة غسان محمد صادق

،علي بن صالح الهرهوري ، دارالكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل  
١٩٨٨ .

٥- حمدان رحيم الكبيسي ، تأثيرالتحمل الخاص في أداء بعض مسكات  
الرمي (الخطف) للمصارعين ، أطروحة دكتوراه ، غيرمنشورة ، كلية  
التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، ١٩٩٤ .

٦- سميرمسلم الهاشمي ، البايوميكانيك الرياضي ، ط٢ ، الموصل ، دار  
الكتب للطباعة والنشر ، ١٩٩٩ .

٧- صريح عبدالكريم ، تطبيقات البيوميكانيك في التدريب الرياضي  
والأداء الحركي ، ط١ ، دار دجلة للطباعة ، الأردن ، ٢٠١٠ .

٨- عبدعلي نصيف ، التدريب في المصارعة ، ط٢ ، الموصل ،  
دارالكتب للطباعة والنشر، ١٩٨٧ .

٩- عبدعلي نصيف (وآخرون)، المصارعة الرومانية بين النظرية  
والتطبيق،الموصل، مطابع التعليم العالي ، ١٩٩٠ .

١٠- وجيه محجوب ، طرائق البحث العلمي و مناهجه ، ط٢ ، الموصل ،  
دارالكتب للطباعة والنشر، ١٩٨٨ .

# المصادر الأجنبية

1. Chapman E. Arthar , Biomechanical Analysis of fundamental Human Mvements ,human kinetic,2008 , p41.
2. Hall J. Susan , basic Biomechanics , 2<sup>nd</sup> ,

ed.mcgraw hill patlsher , 1995.

3. Petrove R: Free style and Greco Roman wrestling , published by Fila , 1968.

4. Ion , Corneanu(and others) : Th technical Evolution of modern wrestling FILLA , Roma , 1986.

5- Rule Book& Guide to Wrestling FREESTYLE , GRECO-ROMAN , WOMENS , and BEACH WRESTLING 2010 Edition.