

وضع بطارية اختبار لبعض القدرات البدنية الخاصة للاعبي المصارعة الرومانية اليونانية (٢٣) سنة

عبدالرحمن مصطفى محمد مصطفى الزارع (*)

مقدمة ومشكلة البحث:

تعتبر المصارعة من أنشطة النزال الفردي كما تمنح ممارسيها فرصة التعبير عن النفس وتعتمد النتيجة النهائية للمباراة على مسؤوليته الخاصة وكذلك تتطلب قدرات بدنية خاصة لذا فإن المصارع الذى يمتلك جميع القدرات البدنية يستطيع أن يربك المنافس ويستطيع المواصلة والاستمرار فى الأداء دون توقف وتسجيل النقاط الفنية والفوز بالمباراة .

ومن خلال عمل الباحث كمدرّب مصارعة وبحثه فى أهم العوائق الخاصه التي تواجه رياضة المصارعة وتؤثر بشكل واضح على ان لا يوجد لدينا اى مستويات رياضية تتنافس اولمبيا وجد ان المشكلة تكمن من البداية وهى اهم نقطة لتبنى عليها الرياضة حيث انه لا توجد اى اسس علمة او مستويات معيارية تساعدنا لنقوم بعملية الانتقاء للاعبين منذ الصغر حتى انها تؤثر على عملية توجيه اللاعب وتؤثر فى ان لا توجد اى نتائج مهمة فى البطولات الدولية وحتى انها ومازالت عملية انتقاء المصارعين من المشكلات الهامة التي تواجه العاملين فى هذا المجال، أذ أن الانتقاء غير الدقيق الذى لا يستند الى الجانب العلمى سيؤدى الى هدر الكثير من الوقت والجهد ومن خلال اطلاع الباحث على الكثير من المراجع العلمية فى المجال تبين للباحث عدم وجود بطارية اختبار للمصارعين (٢٣) سنة ، لذا لجأ الباحث الى وضع بطارية اختبار للقدرات البدنية والتي تعد بمثابة مؤشر فى عملية انتقاء المصارعين لهذه المرحلة السنية .

ويوضح محمد رضا الروبى (٢٠٠٥) أن المصارع يحتاج إلى القوة العضلية المطلقة والنسبية لجميع أجزاء الجسم حتى يمكن أداء حركات الرفع وتزايد قدرته على الثبات والمقاومة لإحباط الحركات الهجومية للمنافس ، كما يحتاج المصارع إلى التحمل العضلى المطلق والنسبى ، والتحمل الدورى التنفسى حتى يستطيع تكمله المباراة ومقاومة التعب وعدم هبوط جهده وفاعلية أداءه ومواجهة المقاومة الهائلة لمسكات المنافس بل التغلب عليها ، كذلك يحتاج لاعب المصارعة إلى القدرة اللاهوائية حتى يستطيع إنجاز حركاته الصحيحة المتتالية المركبة والتي تتطلب العمل بغياب الأوكسجين . (٤٨ : ٨)

ويذكر مهنز وليهمان Mahrens , A . W. & Lehmann (١٩٧٥) الى أهمية المعايير ترجع فقط الى كونها تضع أداء الآخرين على نفس الاختبار ولكنها تعطينا أيضا فكرة واضحة عن مدلول الدرجات الخام التي يسجلها الأفراد عند اداء الاختبار . (٧ : ١٣)

(*) باحث دكتوراه فى المصارعة - كلية التربية الرياضية بنات - جامعة الاسكندرية.

ويبري محمد حسن علاوى . محمد نصر الدين رضوان (١٩٧٩) أن المعايير تمثل أداء مجتمع خاص فى اختبار معين أو جداول تستخدم لتفسير درجات الاختبار. (٦ : ٣٤٤)

ويشير جانسون وفيهير Jensen , C . R. & Fiaher (١٩٧٩) أن المعايير تستخدم كوسيلة قياسية للتعرف على تفسير قياس الدرجات الخام. (١٢ : ٢٦٤)

تذكر رمزية الغريب (١٩٧٧) أنه يمكن تحويل الدرجات الخام الى درجات معيارية باستخدام عدة طرق منها المعيار التائي الجهمى . التابعى والمائينى . (٤ : ٢٧١)

ويضيف كولنز و هودجيز Collins , R. & Hodges (١٩٧٨) ان المائينات تستخدم لبناء المستويات المعيارية وتحويل الدرجات الخام الى درجات لها معنى ومدلول عند المقارنة. (١١ : ١٠)

ويشير محمد علاوى (١٩٩٤) أن تنمية القدرات البدنية الخاصة ترتبط ارتباطا وثيقا بعملية تنمية المهارات الحركية ، وان اللاعب لا يستطيع إتقان المهارات الحركية فى حال افتقاره للقدرات البدنية الضرورية لهذا النوع من النشاط المعين فى النشاط الرياضى . (٧-٨١)

ويشير مسعد على محمود (١٩٨٤) أن المصارعة واحده من أفضل الرياضات التى تنمى اللياقة البدنية والتكوين الجسمانى وتزيد كفاءة دوره التنفسية وتحسن الاتزان وتنمى السرعة والمرونة والقدرة أن نجاح المصارعة يعتمد على القوة العضلية والتحمل والرشاقة والمرونة بالتكنيك السليم. (٩-٢١٧)

ويشير اوبلايجر Oppliger (٢٠٠٨) إلى أن تحديد القدرات الوظيفية والبدنية الخاصة بالمصارعة يعد أساسا للنجاح فى الصراع وضبط مستوى الأحمال التدريبية وتقنين الحمل التدريبى لتحقيق أفضل مستوى مهارى أثناء المنافسة . (١٤ : ١٥٦)

هدف البحث:

وضع بطارية اختبار للقدرات البدنية (القوة الانفجارية ، القوة المميزة بالسرعة ، تحمل عضلى ثابت ، تحمل عضلى متحرك ، تحمل سرعة ، تحمل قوة ، المرونة الخاصة ، الرشاقة الخاصة ، التوازن الثابت الخاص ، التوازن الحركى الخاص) لانتقاء لاعبين المصارعة الرومانية للمرحلة السنية ٢٣ سنة.

تساؤلات البحث :

ما هي بطارية الاختبار الخاصة بالقدرات البدنية للاعبى المصارعة اليونانية الرومانية للمرحلة السنية ٢٣ سنة .

مصطلحات البحث:

بطارية الأختبار : Battery test :-

هي مجموعة من الأختبارات البدنية الخاصة برياضة معينة ويتم تطبيق تلك البطارية على مستويات عمرية مختلفة وذلك للانتقاء أفضل الرياضيين المؤهلين (كبار أو صغار) وتشمل محتويات البطارية على أختبارات لعناصر اللياقة البدنية الخاصة للرياضية و الأنواع المختلفة للعناصر (القوة ، السرعة ، التحمل ، المرونة ، الرشاقة ، الأتزان ، التوافق ، الدقة)
(تعريف اجرائي)

القدرات البدنية الخاصة : Special physical abilities :-

هي تلك القدرات البدنية المناسبة لنوع النشاط المعين والتي بدونها لا يستطيع الممارس ان يتقن المهارت الحركية الاساسية للعبة (محمد رضا حافظ الروبيى ، واخرون . ٢٠١٦ . ص٢٣)

المصارعة اليونانية - الرومانية : Greco - Roman Wrestling :-

نمط من أنماط المصارعه تطبق فيه المسكات على الجزء العلوى للجسم(الذرع - الرأس - الذراعين) فقط ، وغير مسموح فيه بتطبيق المسكات على الرجلين. (مسعد على محمود . ٢٠١٦ . ص ٣)

اجراءات البحث :

منهج البحث :

استخدم الباحث المنهج الوصفي بالطريقة المسحية لملائمة لإجراءات البحث .

مجتمع وعينة البحث :

مجتمع البحث (٤٠) مصارع تم اختيار المصارعين بالطريقة العمدية من اندية محافظات جمهورية مصر العربية فى المرحلة السنية ٢٣ سنة المسجلين بالاتحاد المصري للمصارعة من الحاصلين على مراكز (اول . ثاني) فى البطولة للعام الرياضى ٢٠١٩/٢٠٢٠ م ، وبلغ عدد أفراد العينة (٢٠) لاعب .

توصيف عينة البحث فى المرحلة السنية (٢٣) جدول (١)

المرحلة الأولى	إعداد اللاعبين	تقسيم الفئات	أوزان اللاعبين	المرحلة الأولى
٢	٢	خفيف	٥٥	١
٢	٢	خفيف	٦٠	٢
٢	٢	خفيف	٦٣	٣
٢	٢	خفيف	٦٧	٤
٢	٢	متوسط	٧٢	٥
٢	٢	متوسط	٧٧	٦
٢	٢	متوسط	٨٢	٧

٢	٢	متوسط	٨٧	٨
٢	٢	تفيل	٩٧	٩

م	رقم القيد	الاسم	الوزن	الفئة	المنطقة	النادي
---	-----------	-------	-------	-------	---------	--------

٢	٢	تفيل	١٣٠	١٠
٢٠	٢٠	٢	١٠	إجمالي

توصيف عينة البحث في المرحلة السنوية (٢٣) جدول (٢)

المؤسسة الرياضية العسكرية	الإسكندرية	خفيف	كجم ٥٥	يوسف محمد حربي ثابت	٢٤٤١	١
المؤسسة الرياضية العسكرية	الإسكندرية	خفيف	كجم ٥٥	محمد جابر صابر حسين	٨٢٩٢	٢
المؤسسة الرياضية العسكرية	الإسكندرية	خفيف	كجم ٦٠	هيثم محمود أحمد فهمي	٥٨٨٣	٣
طلانج الجيش	القاهرة	خفيف	كجم ٦٠	مصطفى حسن عبدالعال محمد	٢٨٧	٤
م.ش. بيللا	كفر الشيخ	خفيف	كجم ٦٣	نادر عبدالرؤوف بكري أحمد شعبان	٥١٩٥	٥
نادي البنك الأهلي	الجيزة	خفيف	كجم ٦٣	الحسن محمد توفيق رضوان عمر	١٥٢٨٤	٦
المؤسسة الرياضية العسكرية	الإسكندرية	خفيف	كجم ٦٧	أبو حليمه محمد السعيد عبدالله	٥٨٦٨	٧
م.ش. أبو السعود	القاهرة	خفيف	كجم ٦٧	محمود جمال حماده أبو الحمد	٧١٣٥	٨
المؤسسة الرياضية العسكرية	القاهرة	متوسط	كجم ٧٢	محمود خالد عبدالستار	٢٥٠٤	٩
نادي الإسماعيلي	الإسماعيلية	متوسط	كجم ٧٢	على عصام عبدالعظيم الخضري	١٠٤٨٩	١٠
المؤسسة الرياضية العسكرية	المنيا	متوسط	كجم ٧٧	وائل حمدي محمد عبدالرحمن	٥٠٩٤	١١
المؤسسة الرياضية العسكرية	الإسكندرية	متوسط	كجم ٧٧	محمد إيهاب محمد دهب خليل	٩٣٣	١٢
طلانج الجيش	القاهرة	متوسط	كجم ٨٢	حسن سعيد عبدالسلام محمد هندي	٢٧١	١٢
النادي الأولمبي	الإسكندرية	متوسط	كجم ٨٢	محمد رجب كامل السيد	٦٩٢٢	١٤
المؤسسة الرياضية العسكرية	الإسكندرية	متوسط	كجم ٨٧	محمد مصطفى أحمد عبدالله متولي	٦٠٧٢	١٥
المؤسسة الرياضية العسكرية	السويس	متوسط	كجم ٨٧	عبدالرحمن إيهاب محمد جمال	١١٨٤	١٦
النادي الأولمبي	الإسكندرية	ثقل	كجم ٩٧	نورالدين هاني محمد جمعه حسن	٩٣٤	١٧
طلانج الجيش	القاهرة	ثقل	كجم ٩٧	مصطفى علي السيد جبر الدرس	٥٢٣٦	١٨
المؤسسة الرياضية العسكرية	القاهرة	ثقل	كجم ١٣٠	عبداللطيف محمد أحمد عبداللطيف محمد	٦٦٣٢	١٩
م.ش. النصر	الإسكندرية	ثقل	كجم ١٣٠	محمد جمال عبدالرازق الشناوي	٦٩٤٣	٢٠

اولا تحديد عناصر اللياقة البدنية للاعبين المصارعة اليونانية - الرومانية للمرحلة السنوية (٢٣)

سنة :

أراء السادة الخبراء في عناصر اللياقة البدنية للاعبين المصارعة

اليونانية _ الرومانية في المرحلة السنوية ٢٣ سنة جدول (٣) (ن = ١٥)

م	العنصر	الانواع	الرأي		نسبة الموافقة %
			موافق	غير موافق	
١	القوة	القوة الانفجارية	١٥	-	%١٠٠
		القوة المميزة بالسرعة	١٥	-	%١٠٠
٢	السرعة	السرعة الحركية	١٤	١	%٩٣
٣	التحمل	ثابت	١٤	١	%٩٣
		متحرك	١٥	-	%١٠٠
	التحمل الخاص	تحمل السرعة	١٣	٢	% ٨٧
		تحمل القوى	١٤	١	%٩٣
٤	المرونة	المرونة الخاصة	١٥	-	%١٠٠
٥	الرشاقة	الرشاقة الخاصة	١٤	١	%٩٣
٦	الاتزان	الاتزان الثابت خاص	١٥	-	%١٠٠
		الاتزان الحركي خاص	١٥	-	%١٠٠

من خلال إطلاع الباحث على الدراسات والبحوث السابقة ، قام الباحث بتحديد عناصر اللياقة البدنية للاعب المصارعة اليونانية _ الرومانية وهي (القوة ، السرعة ، التحمل ، المرونة ، الرشاقة ، الاتزان) ، وقد قام الباحث بإعداد استمارة استطلاع رأى مجموعة من الخبراء بلغ قوامها (١٥) خبراء من أعضاء هيئة التدريس من الخبراء في المجال وذلك لإبداء الرأي في مدى مناسبة عناصر اللياقة البدنية للاعب المصارعة اليونانية _ الرومانية من عدمه لموضوع البحث ، وجدول (٧) يوضح ذلك

يتضح من جدول (٥) : أن النسبة المئوية لأراء الخبراء حول مدى مناسبة عناصر اللياقة البدنية للاعب المصارعة اليونانية _ الرومانية في المرحلة السنوية ٢٣ سنة قد تراوحت ما بين (٨٧) % : (١٠٠) % ، وبناءً على آراء السادة الخبراء تم الموافقة على جميع عناصر اللياقة البدنية للاعب المصارعة اليونانية _ الرومانية في المرحلة السنوية ٢٣ سنة ، وذلك لحصولها على نسبة أكبر من ٧٠% من آراء السادة الخبراء .

ثانيا : تحديد أهم الاختبارات الخاصة لعناصر اللياقة البدنية الخاصة للاعب المصارعة اليونانية _ الرومانية للمرحلة السنوية (٢٣) سنة ويتضح ذلك من خلال مرفق (٤) .

آراء السادة الخبراء في اختبارات لعناصر اللياقة البدنية الخاصة

بلاعب المصارعة في المرحلة السنوية ٢٣ سنة جدول (٤) (ن = ١٥)

م	العنصر	الأنواع	الاختبارات		وحدة القياس	موافق	غير موافق	نسبة الموافقة %	
١	القوة	القوة الانفجارية	أختبار تطويق الذراع والرمي من فوق الظهر (براولية شاكوش) ١ محاولة		ثانية اقل زمن	١٠	٥	٦٧ %	
٢	القوة	بالسرعة المميزة	أختبار الكوبري ٣ محاولات		ثانية اقل زمن	١٠	٥	٦٧ %	
٣	السرعة	السرعة الحركية	أختبار مسك الذراع وتطويق الرقبة الرمي من فوق المقعدة (انكا رقبة) ١ محاولة		ثانية اقل زمن	١٠	٥	٦٧ %	
٤	تحمل	تحمل عظمى	ثابت	أختبار الانبطاح المائل مع الثبات (ضغط ثابت أقصى زمن)	ثانية اكبر زمن	١٢	٣	٨٠ %	
			متحرك	أختبار الانبطاح المائل مع ثني الذراعين (ضغط مفتوح أقصى عدد بدون زمن)	اكبر عدد	١٢	٣	٨٠ %	
		التحمل الخاص	السرعة	أختبار تحمل السرعة ٣٠ ث الاداء المتكرر للبراولية شاكوش	ثانية اكبر عدد	١٣	٢	٨٧ %	
			القوة	أختبار تحمل اداء ١٥ ث الاداء مسك الذراع وتطويق الرقبة الرمي من فوق المقعدة (انكا رقبة)	ثانية اكبر عدد	١٣	٢	٨٧ %	
٥	المرونة	المرونة	أختبار الكوبري		المسافة افقى	اقل مسافة سم	١٥	-	١٠٠ %
					المسافة عمودي	اكبر مسافة سم	١٥	-	١٠٠ %
٦	الرشاقة	الرشاقة الخاصة	أختبار الكوبري ١٠ ث اداء		ثانية اكبر عدد	١٣	٢	٨٧ %	
٧	الأتزان	الأتزان	أختبار الأتزان الثابت (الكوبري رفع القدم اليمنى لاعلى أقصى زمن)		ثانية أقصى زمن	١١	٤	٧٣ %	
٨	الأتزان	الأتزان الحركي	أختبار ٥ كوبري ثم المشي ١٠ متر مستقيم		ابعد مسافة متر	١١	٤	٧٣ %	

أهم اختبارات العناصر اللياقة البدنية الخاصة بلاعبي المصارعة في المرحلة السنية ٢٣ سنة :-

قام الباحث بوضع مجموعة من اختبارات لعناصر اللياقة البدنية الخاصة بلاعبي المصارعة للمرحلة السنية ٢٣ سنة لكل عنصر من عناصر اللياقة البدنية للاعبي المصارعة اليونانية - الرومانية ، وقد بلغ عدد الاختبارات (١٢) ، وقام الباحث بحساب المعاملات العلمية للاستبيان اختبارات لعناصر

اللياقة البدنية ، وقد روعي عند وضع الاختبارات أن تتناسب مع عناصر اللياقة البدنية الخاصة
بلاعبي المصارعة للمرحلة السنية ٢٣ سنة

م	العنصر	الاختبارات	وحدة القياس
---	--------	------------	-------------

لحساب صدق الاستبيان استخدم الباحث الطرق التالية :

قام الباحث بعرض اختبارات لعناصر اللياقة البدنية الخاصة بلاعبي المصارعة في المرحلة السنية تحت ٢٣ سنة على مجموعة من الخبراء قوامها (١٥) خبراء وذلك لإبداء الرأي في ملائمة الاختبارات لعناصر اللياقة البدنية الخاصة بلاعبي المصارعة في المرحلة السنية ٢٣ سنة فيما وضع من أجله ، والجدول (٤) يوضح النسبة المئوية لأراء الخبراء في الاختبارات

يتضح من جدول (٣) أن النسبة المئوية لأراء الخبراء حول عبارات الاستبيان تراوحت ما بين (٠.٠% : ١٠.٠%) ، وبناءً على آراء السادة الخبراء تم الموافقة على اختبارات عناصر اللياقة البدنية للاعبين المصارعة اليونانية _ الرومانية في المرحلة السنية ٢٣ سنة التي حصلت على نسبة أكبر من ٧٣% من آراء السادة الخبراء والبالغ عددها (١٢) اختبار .

اختبارات البحث :

تم قياس عناصر اللياقة البدنية التالية (قوة - سرعه - تحمل عام - تحمل خاص - مرونة - رشاقة - اتزان) عناصر اللياقة البدنية والاختبارات الخاصة بكل عنصر .

جدول (٥)

عناصر اللياقة البدنية الخاصة في المصارعة والاختبارات الخاصة المطبقة

ثانية اقل زمن	أختبار تطويق الذراع والرمي من فوق الظهر (براولية شاكوش) ١ محاولة	القوة الانفجارية	١
ثانية اقل زمن	أختبار الكوبري ٣ محاولات	القوة المميزة بالسرعة	٢
ثانية اقل زمن	أختبار مسك الذراع وتطويق الرقبة الرمي من فوق المقعدة (انكا رقبة) ١ محاولة	السرعة الحركية	٣
ثانية اكبر زمن	أختبار الانبطاح المائل مع الثبات (ضغط ثابت اقصى زمن)	التحمل العضلى الثابت	٤
اكبر عدد	أختبار الانبطاح المائل مع ثنى الذراعين (ضغط مفتوح اقصى عدد بدون زمن)	التحمل العضلى المتحرك	٥
ثانية اكبر عدد	أختبار تحمل السرعة ٣٠ ث الاداء المتكرر للبراولية شاكوش	تحمل السرعة	٦
ثانية اكبر عدد	أختبار تحمل اداء ١٥ ث الاداء مسك الذراع وتطويق الرقبة الرمي من فوق المقعدة (انكا رقبة)	تحمل القوة	٧
اقل مسافة سم	أختبار الكوبري المسافة الافقى	المرونة الخاصة	٨
اكبر مسافة سم	أختبار الكوبري المسافة العمودي	المرونة الخاصة	٩
ثانية اكبر عدد	أختبار الكوبري ١٠ ث اداء	الرشاقة الخاصة	١٠
ثانية اقصى زمن	أختبار الاتزان الثابت (الكوبري رفع القدم اليمني لاعلى اقصى زمن)	الاتزان الثابت الخاص	١١
ابعد مسافة متر	أختبار ٥ كوبري ثم المشى مستقيم	الاتزان الحركي الخاص	١٢

جدول (٦)

يوضح ترتيب إجراء الاختبارات وفقا

م	المحافظة	اليوم	التاريخ	عدد العينة لسن (٢٣)
---	----------	-------	---------	---------------------

٦	٢٠٢١/٠١/١٢	الأحد	القاهرة	١
١	٢٠٢١/٠١/١٦	الخميس	الجيزة	٢
٩	٢٠٢١/٠١/٢٧	الأثنين	الاسكندرية	٣
١	٢٠٢١/٠٢/١١	الثلاثاء	الإسماعيلية	٤
١	٢٠٢١/٠٢/١٤	الجمعة	السويس	٥
١	٢٠٢١/٠٢/١٧	الأثنين	كفر الشيخ	٦
١	٢٠٢١/٠٢/٢٠	الخميس	المنيا	٧
٢٠			١٠	مجموع

أسماء السادة الخبراء جدول (٧)

م	درجة العلمية	الاسم	جهة العمل	ملاحظات
١	أ.د.	محمد رضا حافظ خضر الروبي	الإسكندرية	
٢	أ.د.	ثروت سعيد عبد الحكيم عبدالعاطي	الإسكندرية	
٣	أ.د.	صلاح محمد عسران محمود	الإسكندرية	
٤	أ.د.	وليد محسن مصطفى عبد السلام نصره	الإسكندرية	
٥	أ.د.	مسعد علي محمود إسماعيل	المنصورة	
٦	أ.د.	علي السعيد ربحان	المنصورة	
٧	أ.د.	مسعد حسن محمد أحمد	المنصورة	
٨	أ.د.	السيد المحمدي	المنصورة	
٩	أ.د.	أمجد زكريا أحمد عبد العال	الزقازيق	
١٠	أ.د.	محمد إبراهيم سعيد العيش	الزقازيق	
١١	أ.د.	عبد الحلیم فتحي عبدالحلیم	المنيا	
١٢	أ.د.	أيمن مسلم سليمان عبد السلام	الوادي الجديد	
١٣	أ.د.	صلاح عبد الجابر عبد الحافظ مهران	أسيوط	
١٤	أ.د.م.	أسامة السيد تمام محمود	أسيوط	
١٥	أ.د.	هاني جعفر عبد الله الصادق	سوهاج	

الترتيب وفقا للتوزيع الجغرافي فقط

المتوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري ومعامل الالتواء وأعلى درجة وأقل درجة
للقياسات البدنية قيد البحث سن ٢٣ عام (ن = ٢٠) جدول (٨)

المتغيرات	التمرين	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء	أقل درجة	أعلى درجة
القوة الانفجارية	اختبار تطويق الذراع والرمي من فوق الظهر (براولية شاكوش) ١ محاولة	ثانية اقل زمن	٢,٦	٢,٤	٠,٢	٢,٩	١,٥	٣,٣
القوة المميزة بالسرعة	اختبار الكوبري ٣ محاولات	ثانية اقل زمن	٣,٥	٤,٩	٠,٦	٠,٥	٢,٧	٤,٦
السرعة الحركية	اختبار مسك الذراع وتطويق الرقبة والرمي من فوق المقعدة (انكا رقبة) ١ محاولة	ثانية اقل زمن	١,٣	١,١	٠,٢	٢,٦	٠,٨	٢,٤
تحمل عضلي ثابت	اختبار الانبطاح المائل مع الثبات (ضغط ثابت اقصى زمن)	ثانية اكبر زمن	٤٦,٠	٤٢,٩	٣,٩	١,٥	٥٦,٠	٤٢,٠
تحمل عضلي متحرك	اختبار الانبطاح المائل مع ثنى الذراعين (ضغط مفتوح اقصى عدد بدون زمن)	اكبر عدد	٢٩,٠	٣١,٩	١,٥	٠,٣	٣٩,٠	٢٣,٠
تحمل السرعة	اختبار تحمل السرعة ٣٠ ث الاداء المتكرر للبراولية شاكوش	ثانية اكبر عدد	٧,٠	٧,٠	٠,٠	٠,٥	٢,٠	١١,٠
تحمل القوة	اختبار تحمل اداء ١٥ ث الاداء مسك الذراع وتطويق الرقبة والرمي من فوق المقعدة (انكا رقبة)	ثانية اكبر عدد	١٧,٠	١٨,٠	١,٠	٠,٢	١٤,٠	٢٥,٠
المرونة الخاصة	اختبار الكوبري المسافة الافقى	اقل مسافة سم	٣٧,٠	٥٨,٥	٢١,٥	١,٣-	٢٥,٠	٦٣,٠
	اختبار الكوبري المسافة العمودي	اكبر مسافة سم	٥٧,٠	٥٦,٠	١,٠	٠,١-	٣٢,٠	٨٧,٠
الرشاقة الخاصة	اختبار الكوبري ١٠ ث اداء	ثانية اكبر عدد	٤,٠	٥,٠	١,٠	٠,١-	٣,٣	٤,٧
التوازن الثابت الخاص	اختبار الاتزان الثابت (الكوبري رفع القدم اليميني لاعلى اقصى زمن)	ثانية اقصى زمن	٢٣,٠	٢٠,٠	٣,٠	٠,٤	٢٩,٠	١٨,٠
التوازن الحركي الخاص	أختبار اداء ٥ كوبري ثم المشى ١٠ متر مستقيم	ابعد مسافة متر	٤,٤	٣,٧	١,٣	١,٣	٢,٣	٥,٧

يتضح من جدول (٨) ما يلي :

. انحصرت معاملات الالتواء للمرحلة السنوية ٢٣ عام في القياسات البدنية قيد البحث ما بين (٣- ، ٣+) مما يشير إلى أنها تقع داخل المنحنى الاعتدالي وبذلك تكون العينة موزعة توزيعاً إعتدالياً وخلوها من عيوب التوزيعات غير الاعتدالية ، مما يشير إلى كفاءة تلك الاختبارات لتحديد مستويات لاعبي المصارعة اليونانية الرومانية للمرحلة السنوية ٢٣ عام .

وسائل جمع البيانات

الاجهزة والادوات المستخدمة:

- ميزان طبي معاير لقياس الوزن بالكيلوجرام.
- جهاز رستاميتز لقياس الطول سننيمتر.
- بساط قانوني مصارعة.
- مسطرة مدرجة
- ساعة إيقاف لقياس الزمن لأقرب (٠,٠٠١) من الثانية.
- صافرة

الاختبارات المستخدمة في البحث :

- القوة الانفجارية :- اختبار زمن رمية واحدة بارولية
- القوة المميزة بالسرعة : اختبار زمن أداء ٣ كوبري
- السرعة الحركية : اختبار زمن أداء حركة واحدة انكا و رقبة
- التحمل العضلى الثابت: اختبار الضغط والثبات
- التحمل العضلى المتحرك : اختبار الضغط المفتوح
- تحمل السرعة: اختبار ٢ لاعب خلف بعض رمى بارولية
- تحمل القوة: اختبار تحمل اداء خطف انكا رقيه
- المرونة الخاصة : اختبار الكوبرى الافقى -رأسى
- الرشاقة الخاصة : اختبار كوبرى ١٠ ثوان
- التوازن الثابت الخاص : اختبار كوبري رفع الرجل اليمنى لاعلى
- التوازن الحركى الخاص: كوبرى ٥ مرات ومشى فى خط مستقيم

ومن اجل اعتماد هذه الاختبارات قام الباحثان باجراء المعاملات العلمية:

أ- صدق الاختبارات :

يقصد بصدق الاختبار قدرة الاختبار على قياس ما وضع من أجله ، فالاختبار الصادق هو الذي يقيس بدقة كافية الظاهرة التي صمم لقياسها ولا يقيس شيئاً بدلاً منها أو بالإضافة إليها .

ولحساب صدق الاختبارات استخدم الباحث صدق التمايز وذلك عن طريق تطبيق الاختبار على مجموعتين متباينتين أحدهم ذو خبرة كبيرة وهى (المجموعة المميزة) من لاعبين المصارعة والاخرى من الاقل مستوى (المجموعة غير المميزة) ويتضح ذلك فى جدول (٢) .

ويشترط فى المجموعة المميزة أن تكون:

- متوسط العمر التدريبى قريب من متوسط العمر التدريبى لعينة البحث.
- الاشتراك فى العديد من البطولات على المستوى المحلى.
- الحصول على مراكز متقدمة فى البطولات.

جدول (٩)
معامل الصدق للمتغيرات البدنية الخاصة بلاعبى المصارعة اليونانية _ الرومانية للمرحلة السنوية
(٢٣) سنة ن=١٠

معامل الصدق	قيمة (ت)	الفرق بين المتوسطين	المجموعة غير المميزة		المجموعة المميزة		وحدة القياس	الدلالات الاحصائية المتغيرات
			الانحراف	المتوسط الحسابى	الانحراف	المتوسط الحسابى		
٠.٩٧	٢.٤٩	١.٤٨	٠.٧٣	٢.٩١	٠.٩٤	١.٤٣	ثانية اقل زمن	أختبار تطويق الذراع والرمي من فوق الظهر (براولية شاكوش) ١ محاولة (القوة الانفجارية)
٠.٩٨	٢.٩٤	٢.٦	٠.٦٨	٨.٢٤	٠.٣٧	٥.٦٤	ثانية اقل زمن	أختبار الكوبري ٣ محاولات (القوة المميزة بالسرعة)
٠.٩٥	٢.٧٢	١.٦١	٠.٣٥	٢.٨٢	٠.٨٣	١.٢١	ثانية اقل زمن	أختبار مسك الذراع وتطويق الرقبة الرمي من فوق المقعدة (انكا رقبة) ١ محاولة(السرعة الحركية)
٠.٩٧	٣.٨٢	٣.١٣	١.٣٦	٢٦.٦٦	١.٣٢	٢٩.٧٩	ثانية اكبر زمن	أختبار الانبطاح المائل مع الثبات (ضغط ثابت اقصى زمن) (تحمل عضلى ثابت)
٠.٩٧	٢.٩٨	٣.٧٣	٢.٤٤	٢٠.١٢	٣.٢٠	٢٣.٨٥	اكبر عدد	أختبار الانبطاح المائل مع ثنى الذراعين (ضغط مفتوح اقصى عدد بدون زمن)(تحمل عضلى متحرك)
٠.٩٢	٤.٩٢	١.٦٣	٠.٨٧	٥.٨٣	٠.٨٥	٧.٤٦	ثانية اكبر عدد	أختبار تحمل السرعة ٣٠ ث الاداء المتكرر للبراولية شاكوش (تحمل السرعة)
٠.٩٦	٤.٤٢	٢.٩٦	٢.١٢	١٦.٦٧	٢.٣٥	١٩.٦٣	ثانية اكبر عدد	أختبار تحمل اداء ١٥ ث الاداء مسك الذراع وتطويق الرقبة الرمي من فوق المقعدة(انكا رقبة)(تحمل القوة)
٠.٩٧	٢.٣٢	٣.٠٢	٧.٣٠	٣٨.٢٢	٧.٤٤	٤١.٢٤	اقل مسافة سم	أختبار الكوبري المسافة الافقي (المرونة الخاصة)
٠.٩٧	٢.٤١	٧.٢٥	٦.٣٧	٤٤.١٩	٦.٨٦	٣٦.٩٤	اكبر مسافة سم	أختبار الكوبري المسافة العمودي(المرونة الخاصة)
٠.٩٨	٣.٩٣	١.٦٦	٠.٣٩	٤.٢٧	٠.٧٤	٥.٩٣	ثانية اكبر عدد	أختبار الكوبري ١٠ ث اداء (الرشاقة الخاصة)
٠.٩٣	٢.٢٢	٢.٧	٣.٣٤	١٥.٥٤	٣.٤٣	١٨.٢٤	ثانية اقصى زمن	أختبار الاتزان الثابت (الكوبري رفع القدم اليمني لاعلى اقصى زمن) (الاتزان الثابت الخاص)
٠.٩٥	٢.٩٥	١.٦	٠.٦٩	٥.٥٩	٠.٦٧	٣.٩٩	ابعد مسافة متر	أختبار ٥ كوبري ثم المشى ١٠ متر مستقيم (الاتزان الحركي الخاص)

قيمة ت الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ١.٧٣٤

ويتضح من جدول (٩) الخاص بالفروق بين المجموعة المميزة والمجموعة الغير مميزة فى الاختبارات البدنية لايجاد معامل صدق الاختبارات، ان هناك فروقا ذات دلالة احصائية بين

المجموعتين حيث تراوحت قيمة (ت) المحسوبة ما بين (٢.١١ الى ٥.٩٢) وهذه القيمة مرتفعة نسبيا عن قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (٠.٠٥)، كما تراوحت قيمة معامل الصدق ما بين (٠.٩٢ - ٠.٩٩) مما يؤكد أن الاختبارات البدنية قيد البحث تقيس بالفعل ما وضعت من اجله، وتستطيع التمييز بين المستويات المختلفة.

ب- ثبات الاختبارات :

يقصد بثبات الاختبار مدى قدرته على إعطاء نفس النتائج عند استخدامه في أخذ قياسات متكررة من نفس العينة وفي نفس الظروف ، وحتى يتحقق الباحث من ثبات الاختبارات المستخدمة في البحث قام الباحث باستخدام طريقة تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه (Test – Re test) علي العينة الاستطلاعية البالغ عددهم (٢٠) أفراد ، بفارق زمني مدته ثلاثة أيام بين التطبيقين .
ويشترط في المجموعة غير المميزة ان تكون:
١_ العمر التدريب من عام الى عامين . ٢_ لاتزيد الخبرة التنافسية عن بطولة واحدة .

جدول (١٠)
معامل الثبات للمتغيرات البدنية الخاصة بلاعبى المصارعة اليونانية _ الرومانية للمرحلة السنوية
(٢٣) ن=١٠

معامل الارتباط	قيمة (ت)	الفرق بين المتوسطين	التطبيق الثانى		التطبيق الاول		وحدة القياس	الدلالات الاحصائية المتغيرات
			الانحراف	المتوسط	الانحراف	المتوسط		
٠.٩٢	١.١٨	٠.٠٣	٠.٧٣	١.٤٢	٠.٩١	١.٤٥	ثانية اقل زمن	أختبار تطويق الذراع والرمي من فوق الظهر (براولية شاكوش) ١ محاولة (القوة الانفجارية)
٠.٩٠	٠.٩١	٠.٠٤	٠.٦٨	٥.٧٣	٠.٣٧	٥.٦٩	ثانية اقل زمن	أختبار الكوبري ٣ محاولات (القوة المميزة بالسرعة)
٠.٩٥	٠.٩٥	٠.٠٢	٠.٣٥	١.٢٤	٠.٨٣	١.٢٣	ثانية اقل زمن	أختبار مسك الذراع وتطويق الرقبة الرمي من فوق المقعدة (انكا رقبة (١ محاولة(السرعة الحركية)
٠.٨٥	١.٣٦	١.٥٩	١.٣٦	٢٨.٢٠	١.٣٢	٢٩.٧٩	ثانية اكبر زمن	أختبار الانبطاح المائل مع الثبات (ضغط ثابت اقصى زمن) (تحمل عضلى ثابت)
٠.٨٥	٠.٨٩	٠.١٠	٢.٤٤	٢٣.٨٠	٣.٢٠	٢٣.٩٥	اكبر عدد	أختبار الانبطاح المائل مع ثنى الذراعين (ضغط مفتوح اقصى عدد بدون زمن)(تحمل عضلى متحرك)
٠.٨٩	٠.٩٥	٠.١٦	٠.٨٧	٧.٦٦	٠.٨٥	٧.٥٠	ثانية اكبر عدد	أختبار تحمل السرعة ٣٠ ث الاداء المتكرر للبراولية شاكوش (تحمل السرعة)
٠.٨٥	٠.٨٤	٠.٦٣	٢.١٢	١٩.٠٠	٢.٣٥	١٩.٦٣	ثانية اكبر عدد	أختبار تحمل اداء ١٥ ث الاداء مسك الذراع وتطويق الرقبة الرمي من فوق المقعدة(انكا رقبة)(تحمل القوة)
٠.٩٠	٠.٧٥	٠.٠٦	٧.٣٠	٤١.٥٠	٧.٤٤	٤١.٤٤	اقل مسافة سم	أختبار الكوبري المسافة الافقي (المرونة الخاصة)
٠.٩٢	١.٢٩	٠.٠٨	٦.٣٧	٣٧.٠٢	٦.٨٦	٣٦.٩٤	اكبر مسافة سم	أختبار الكوبري المسافة العمودي(المرونة الخاصة)
٠.٩٠	٠.٣٣	٠.١٨	٠.٣٩	٦.١١	٠.٧٤	٥.٩٣	ثانية اكبر عدد	أختبار الكوبري ١٠ ث اداء (الرشاقة الخاصة)
٠.٩٢	١.٢٤	٠.٠٥	٣.٣٤	١٨.٥٠	٣.٤٣	١٨.٤٥	ثانية اقصى زمن	أختبار الاتزان الثابت (الكوبري رفع القدم اليميني لاعلى اقصى زمن) (الاتزان الثابت الخاص)
٠.٩٠	٠.٧٤	٠.١٥	٠.٦٩	٤.٢٠	٠.٦٧	٤.٠٥	ابعد مسافة متر	أختبار ٥ كوبري ثم المشى ١٠ متر مستقيم (الاتزان الحركي الخاص)

قيمة ت الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ١.٨٣

قيمة ر الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٠.٦٠٢

يتضح من جدول (١٠) الخاص بالفروق بين التطبيق الاول والتطبيق الثانى فى الاختبارات البدنية لايجاد معامل الثبات أنه لا توجد فرق ذات دلالة احصائية بين التطبيقين، حيث تراوحت قيمة(ت) المحسوبة ما بين (٠.٣٣ الى ١.٣٦) وهذه القيم اقل من

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) كما يتضح ان قيم معامل الارتباط تتراوح بين (٠,٨٥ الى ٠,٩٢) وهذا معامل الارتباط مرتفع ذو دلالة معنوية عند (٠,٠١) ، مما يؤكد ان الاختبارات تتميز بالثبات وانها تعطى نفس النتائج اذا اعيد تطبيقها مرة اخرى على نفس العينة وفي نفس الظروف.

صدق المحكمين :

قام الباحث بعرض اختبارات لعناصر اللياقة البدنية الخاصة بلاعبى المصارعة فى المرحلة السنية ٢٣ سنة على مجموعة من الخبراء قوامها (١٥) خبراء وذلك لإبداء الرأي فى ملائمة الاختبارات لعناصر اللياقة البدنية الخاصة بلاعبى المصارعة فى المرحلة السنية ٢٣ سنة فيما وضع من أجله ، والجدول (٤) يوضح النسبة المئوية لأراء الخبراء فى الاختبارات .

جدول (١١)

آراء السادة الخبراء فى أختبارات لعناصر اللياقة البدنية الخاصة
بلاعبى المصارعة فى المرحلة السنفة ٢٣ سنة (ن = ١٥)

نسبة	الرأى	وحدة القياس	الأختبارات	تفرقة	م
------	-------	-------------	------------	-------	---

الموافقة %	غير موافق	موافق				
٢٠ %	١٢	٣	كجم	أختبار قياس قوة عضلات الظهر عن طريق الديناموميتر	ثابت	القوة القصوة
٢٠ %	١٢	٣	كجم	أختبار قياس قوة عضلات الفخذ عن طريق الديناموميتر		
١٣ %	١٣	٢	كجم	أختبار قياس قوة القبضة عن طريق الميناموميتر		
١٣ %	١٣	٢	كجم	أختبار قياس قوة عضلات الصدر عن طريق الانتقال		
١٣ %	١٣	٢	كجم	أختبار قياس قوة عضلات الظهر عن طريق الانتقال		
١٣ %	١٣	٢	كجم	أختبار قياس قوة عضلات الرجلين عن طريق الانتقال		
٦٧ %	٥	١٠	سم	أختبار الوثب العريض من الثبات	متحرك	القوة الانفجارية
٦٧ %	٥	١٠	سم	أختبار الوثب العمودي من الثبات		
٦٧ %	٥	١٠	متر	أختبار رمي كرة طبية من الجلوس الطويل		
٦٧ %	٥	١٠	ثانية اقل زمن	أختبار تطويق الذراع والرمي من فوق الظهر (براولية شاكوش) (١ محاولة		
٦٧ %	٥	١٠	ثانية اقل زمن	أختبار الكوبري ١ محاولة		
٦٧ %	٥	١٠	ثانية اقل زمن	أختبار الكوبري ٣ محاولات		
٨٧ %	٢	١٣	ثانية اقل زمن	أختبار تطويق الذراع والرمي من فوق الظهر (براولية شاكوش) (٣ محاولات	قوة المميزة بالسرعة	القوة
٧٣ %	٤	١١	ثانية اقل زمن	أختبار مسك الذراع وتطويق الرقبة الرمي من فوق المقعدة) انكار رقبة (٣ محاولات		
١٣ %	١٣	٢	متر	٣٠ م عدو من بداية متحركة ١٥ م	السرعة الانتقالية	السرعة
٦٧ %	٥	١٠	متر	عدو (٣٠ م) من البداية الواطئة (الجلوس)		
٦٧ %	٥	١٠	ثانية اقل زمن	أختبار مسك الذراع وتطويق الرقبة الرمي من فوق المقعدة) انكار رقبة (١ محاولة	السرعة الحركية	السرعة
٦٧ %	٥	١٠	ثانية اقل زمن	أختبار تطويق الذراع والرمي من فوق الظهر (براولية شاكوش) (١ محاولة		
٨٠ %	٣	١٢	ثانية اقل زمن	أختبار الكوبري ١ محاولة		

تابع آراء السادة الخبراء في أختبارات لعناصر اللياقة البدنية الخاصة
بلاعبي المصارعة في المرحلة السنوية ٢٣ سنة جدول (١١) (ن = ١٥)

النسبة الموافقة %	غير موافق	موافق	وحدة القياس	الأختبارات	الأنواع	العنصر
١٣ %	١٣	٢	زمن	أختبار ١٥٠٠ متر جري	عام	٢

١٣ %	١٣	٢	زمن	١٢ دقيقة جري	تحميل عضلي	متحرك
١٣ %	١٣	٢	زمن	أختبار كوبر		
٨٠ %	٣	١٢	ثانية اكبر زمن	أختبار الانبطاح المائل مع الثبات (ضغط ثابت اقصى زمن)		
٨٠ %	٣	١٢	زمن	أختبار الجلوس من الرقود (بطن ثابت اقصى زمن)		
٨٠ %	٣	١٢	زمن	أختبار العقلة (ثابت اقصى زمن)		
٨٠ %	٣	١٢	زمن	أختبار الظهر (ثابت اقصى زمن)		
٨٠ %	٣	١٢	ثانية اكبر زمن	أختبار الانبطاح المائل بالارتكاز على الساعدين (بلانك ثابت اقصى زمن)		
٨٠ %	٣	١٢	اكبر عدد	أختبار الانبطاح المائل مع ثني الذراعين (ضغط مفتوح اقصى عدد بدون زمن)		
٨٠ %	٣	١٢	اكبر عدد	أختبار الجلوس من الرقود (بطن مفتوح اقصى عدد بدون زمن)		
٨٠ %	٣	١٢	عدد	أختبار العقلة (مفتوح اقصى عدد بدون زمن)		
٨٠ %	٣	١٢	عدد	أختبار الوقوف من الجلوس على الكرسي لزمين ٣٠ ثانية		
٨٠ %	٣	١٢	عدد	أختبار تحمل عضلات الظهر الباسطة		
١٠٠ %	—	١٥	اكبر عدد	أختبار الانبطاح المائل مع الجلوس على اربع قذف الرجل خلفي مع الوثب (البربي ١ دقيقة اداء تحمل)	التحمل الخاص	
٨٧ %	٢	١٣	ثانية اكبر عدد	أختبار تحمل السرعة ٣٠ ث الاداء المتكرر للبراولية شاكوش		
٨٧ %	٢	١٣	ثانية اكبر عدد	أختبار تحمل السرعة ٣٠ ث الاداء المتكرر للكوبري		
١٠٠ %	—	١٥	ثانية اكبر عدد	أختبار تحمل الاداء مسك الذراع وتطويق الرقبة الرمي من فوق المقعدة (انكا رقبة)		
٨٧ %	٢	١٣	ثانية اكبر عدد	أختبار تحمل اداء ١٥ ث الاداء مسك الذراع وتطويق الرقبة الرمي من فوق المقعدة (انكا رقبة)		
٦٧ %	٥	١٠	عدد	أختبار تحمل الاداء تطويق الذراع والرمي من فوق الظهر (براولية شاكوش)		
٦٧ %	٥	١٠	عدد	أختبار تحمل الاداء مسك الذراع وتطويق الرقبة الرمي من فوق المقعدة (انكا رقبة)		
٦٧ %	٥	١٠	عدد	أختبار تحمل الاداء مسك الذراع وتطويق الرقبة الرمي من فوق المقعدة (انكا وسط)		

تابع آراء السادة الخبراء فى أختبارات لعناصر اللياقة البدنية الخاصة

٣	العنصر	الأنواع	الأختبارات		وحدة القياس	موافق	غير موافق	نسبة الموافقة %
٤	المرونة الخاصة	المرونة	أختبار الكويري	المسافة أفقى	١٥	—	١٠٠ %	
				المسافة عمودي	١٥	—	١٠٠ %	

بلاعبى المصارعة فى المرحلة السنوية ٢٣ سنة جدول (١١) (ن = ١٥)

(المتوسط الحسابى س ، الانحراف المعياري ع ، الدرجة التائية ت ، معامل الالتواء ، مستويات معيارية مئينيات)

عرض النتائج ومناقشته:

لاعبى المصارعة اليونانية الرومانية للمرحلة السنية ٢٣ عام :

جدول (١٢)

الدرجات المعيارية باستخدام الدرجة التائية لأختبار تطويق الذراع والرمي من فوق الظهر
(براولية شاكوش) ١ محاولة (ن = ٢٠)

الدرجة الخام	الدرجة التائية								
-----------------	-------------------	-----------------	-------------------	-----------------	-------------------	-----------------	-------------------	-----------------	-------------------

١٢.٠	٤.٥	٣٤.٠	٣.٤	٥٦.٠	٢.٣	٧٨.٠	١.٢	١٠٠.٠	٠.١
١٠.٠	٤.٦	٣٢.٠	٣.٥	٥٤.٠	٢.٤	٧٦.٠	١.٣	٩٨.٠	٠.٢
٨.٠	٥.٧	٣٠.٠	٣.٦	٥٢.٠	٢.٥	٧٤.٠	١.٤	٩٦.٠	٠.٣
٦.٠	٥.٨	٢٨.٠	٣.٧	٥٠.٠	٢.٦	٧٢.٠	١.٥	٩٤.٠	٠.٤
٤.٠	٥.٩	٢٦.٠	٣.٨	٤٨.٠	٢.٧	٧٠.٠	١.٦	٩٢.٠	٠.٥
٢.٠	٥.٠	٢٤.٠	٣.٩	٤٦.٠	٢.٨	٦٨.٠	١.٧	٩٠.٠	٠.٦
٠.٠	٥.١	٢٢.٠	٣.٠	٤٤.٠	٢.٩	٦٦.٠	١.٨	٨٨.٠	٠.٧
		٢٠.٠	٤.١	٤٢.٠	٣.٠	٦٤.٠	١.٩	٨٦.٠	٠.٨
		١٨.٠	٤.٢	٤٠.٠	٣.١	٦٢.٠	٢.٠	٨٤.٠	٠.٩
		١٦.٠	٤.٣	٣٨.٠	٣.٢	٦٠.٠	٢.١	٨٢.٠	١.٠
		١٤.٠	٤.٤	٣٦.٠	٣.٣	٥٨.٠	٢.٢	٨٠.٠	١.١

يتضح من جدول (١٢) ما يلي :

تراوحت الدرجات الخام لأختبار زمن رمية واحدة بارولية ووحدة قياسه الثانية للاعب المصارعة اليونانية _ الرومانية للمرحلة الأولى السنية ٢٣ عام ما بين (١.٥ : ٣.٣) ثانية ويقابلها درجات تائية تراوحت ما بين (٣٦.٠ : ٧٢.٠) .

جدول (١٣)

الدرجات المعيارية باستخدام الدرجة الثانية لأختبار الكوبري ٣ محاولات (ن = ٢٠)

الدرجة الخام	الدرجة التانية								
١.٠	١٠٠.٠	٢.٥	٧٨.٦	٣.٠	٥٧.١	٤.٥	٣٥.٧	٦.٠	١٤.٣

الخام	التائية								
٠.١	١٠٠.٠	٠.٦	٧٩.٢	١.١	٥٨.٣	١.٦	٣٧.٥	٢.١	١٦.٧
٠.٢	٩٥.٨	٠.٧	٧٥.٠	١.٢	٥٤.٢	١.٧	٣٣.٣	٢.٢	١٢.٥
٠.٣	٩١.٧	٠.٨	٧٠.٨	١.٣	٥٠.٠	١.٨	٢٩.٢	٢.٣	٨.٣
٠.٤	٨٧.٥	٠.٩	٦٦.٧	١.٤	٤٥.٨	١.٩	٢٥.٠	٢.٤	٤.٢
٠.٥	٨٣.٣	١	٦٢.٥	١.٥	٤١.٧	٢	٢٠.٨	٢.٥	٠.٠

يتضح من جدول (١٤) ما يلي :

تراوحت الدرجات الخام لأختبار زمن أداء حركة واحدة انكا رقبة ووحدة قياسه التائية للاعبين المصارعة اليونانية _ الرومانية للمرحلة السنوية ٢٣ عام ما بين (٠.٨ : ٢.٤) تائية ويقابلها درجات تائية تراوحت ما بين (٧٠.٨ : ٤.٢) .

جدول (١٥)

الدرجات المعيارية باستخدام الدرجة التائية لأختبار الانبطاح المائل

مع الثبات (ضغط ثابت اقصى زمن) (ن = ٢٠)

الدرجة الخام	الدرجة التائية								
١٧.٢	٣٤.٠	٣٧.٧	٤٢.٠	٥٨.٢	٥٠.٠	٧٨.٧	٥٨.٠	٩٩.٢	٦٦.٠
١٤.٦	٣٣.٠	٣٥.١	٤١.٠	٥٥.٦	٤٩.٠	٧٦.٢	٥٧.٠	٩٦.٧	٦٥.٠
١٢.١	٣٢.٠	٣٢.٦	٤٠.٠	٥٣.١	٤٨.٠	٧٣.٦	٥٦.٠	٩٤.١	٦٤.٠
٩.٥	٣١.٠	٣٠.٠	٣٩.٠	٥٠.٥	٤٧.٠	٧١.٠	٥٥.٠	٩١.٥	٦٣.٠
٦.٩	٣٠.٠	٢٧.٤	٣٨.٠	٤٧.٩	٤٦.٠	٦٨.٥	٥٤.٠	٨٩.٠	٦٢.٠
٤.٤	٢٩.٠	٢٤.٩	٣٧.٠	٤٥.٤	٤٥.٠	٦٥.٩	٥٣.٠	٨٦.٤	٦١.٠
١.٨	٢٨.٠	٢٢.٣	٣٦.٠	٤٢.٨	٤٤.٠	٦٣.٣	٥٢.٠	٨٣.٨	٦٠.٠
		١٩.٧	٣٥.٠	٤٠.٣	٤٣.٠	٦٠.٨	٥١.٠	٨١.٣	٥٩.٠

يتضح من جدول (١٥) ما يلي :

تراوحت الدرجات الخام لأختبار الضغط من الثبات ووحدة قياسه التائية للاعبى المصارعة اليونانية - الرومانية للمرحلة السنوية ٢٣ عام ما بين (٥٦.٠٠ : ٤٢.٠٠) تائية ويقابلها درجات تائية تراوحت ما بين (٧٣.٦ : ٣٧.٧) .

جدول (١٦)

الدرجات المعيارية باستخدام الدرجة الثانية لأختبار الانبطاح المائل

مع ثنى الذراعين (ضغظ مفتوح اقصى عدد بدون زمن) (ن = ٢٠)

الدرجة الخام	الدرجة التانية								
١٠.٠	١٧.٠	٣١.٩	٢٤.٠	٥٣.٨	٣١.٠	٧٥.٦	٣٨.٠	٩٧.٥	٤٥.٠
٦.٩	١٦.٠	٢٨.٨	٢٣.٠	٥٠.٦	٣٠.٠	٧٢.٥	٣٧.٠	٩٤.٤	٤٤.٠
٣.٨	١٥.٠	٢٥.٦	٢٢.٠	٤٧.٥	٢٩.٠	٦٩.٤	٣٦.٠	٩١.٣	٤٣.٠
٠.٦	١٤.٠	٢٢.٥	٢١.٠	٤٤.٤	٢٨.٠	٦٦.٣	٣٥.٠	٨٨.١	٤٢.٠
		١٩.٤	٢٠.٠	٤١.٣	٢٧.٠	٦٣.١	٣٤.٠	٨٥.٠	٤١.٠
		١٦.٣	١٩.٠	٣٨.١	٢٦.٠	٦٠.٠	٣٣.٠	٨١.٩	٤٠.٠
		١٣.١	١٨.٠	٣٥.٠	٢٥.٠	٥٦.٩	٣٢.٠	٧٨.٨	٣٩.٠

يتضح من جدول (١٦) ما يلي :

تراوحت الدرجات الخام لأختبار الضغظ المفتوح ووحدة قياسه العدد للاعبى المصارعة اليونانية

- الرومانية للمرحلة السنية ٢٣ عام ما بين (٣٩.٠ : ٢٣.٠) عدة ويقابلها درجات تائية تراوحت ما

بين (٧٨.٨ : ٢٨.٨) .

جدول (١٧)

الدرجات المعيارية باستخدام الدرجة الثانية لأختبار أختبار

تحمل السرعة ٣٠ ث الاداء المتكرر للبراولية شاكوش (ن = ٢٠)

الدرجة الخام	الدرجة التائية								
١٠٠	٩٧.٧	٤.٠	٧٤.٦	٧.٠	٥١.٥	١٠٠.٠	٢٨.٥	١٣.٠	٥.٤
٢.٠	٩٠.٠	٥.٠	٦٦.٩	٨.٠	٤٣.٨	١١.٠	٢٠.٨		
٣.٠	٨٢.٣	٦.٠	٥٩.٢	٩.٠	٣٦.٢	١٢.٠	١٣.١		

يتضح من جدول (١٧) ما يلي :

تراوحت الدرجات الخام لأختبار ٢ لاعب ورا بعض رمي بارولية ووحدة قياسه الثانية للاعبى
المصارعة اليونانية - الرومانية للمرحلة السنية ٢٣ عام ما بين (٢٠٠ : ١١٠٠) ثانية ويقابلها درجات
تائية تراوحت ما بين (٩٠٠ : ٢٠٠٨) .

جدول (١٨)

الدرجات المعيارية باستخدام الدرجة التائية لأختبار تحمل اداء ١٥ ث الاداء مسك الذراع
وتطويق الرقبة الرمي من فوق المقعدة (انكا رقبة) (ن = ٢٠)

الدرجة الخام	الدرجة التائية								
٥.٠	٩٦.٩	١١.٠	٧٣.٨	١٧.٠	٥٠.٨	٢٣.٠	٢٧.٧	٢٩.٠	٤.٦
٦.٠	٩٣.١	١٢.٠	٧٠.٠	١٨.٠	٤٦.٩	٢٤.٠	٢٣.٨	٣٠.٠	٠.٨
٧.٠	٨٩.٢	١٣.٠	٦٦.٢	١٩.٠	٤٣.١	٢٥.٠	٢٠.٠		
٨.٠	٨٥.٤	١٤.٠	٦٢.٣	٢٠.٠	٣٩.٢	٢٦.٠	١٦.٢		
٩.٠	٨١.٥	١٥.٠	٥٨.٥	٢١.٠	٣٥.٤	٢٧.٠	١٢.٣		
١٠.٠	٧٧.٧	١٦.٠	٥٤.٦	٢٢.٠	٣١.٥	٢٨.٠	٨.٥		

يتضح من جدول (١٨) ما يلي :

تراوحت الدرجات الخام لأختبار تحمل الأداء خطف انكا رقبة ووحدة قياسه التائية للاعبين
المصارعة اليونانية - الرومانية للمرحلة السنوية ٢٣ عام ما بين (١٤.٠ : ٢٥.٠) تائية ويقابلها
درجات تائية تراوحت ما بين (٦٢.٥٣ : ٢٠.٠) .

جدول (١٩)

الدرجات المعيارية باستخدام الدرجة الثانية لأختبار الكوبري المسافة الأفقية (ن = ٢٠)

الدرجة الخام	الدرجة التانية								
١٨.٦٥	٦٣	٣٨.٩٢	٤٨	٥٩.١٩	٣١	٧٩.٤٦	١٦	٩٩.٧٣	١
١٧.٣٠	٦٤	٣٧.٥٧	٤٩	٥٧.٨٤	٣٢	٧٨.١١	١٧	٩٨.٣٨	٢
١٥.٩٥	٦٥	٣٦.٢٢	٥٠	٥٦.٤٩	٣٣	٧٦.٧٦	١٨	٩٧.٠٣	٣
١٤.٥٩	٦٦	٣٤.٨٦	٥١	٥٥.١٤	٣٤	٧٥.٤١	١٩	٩٥.٦٨	٤
١٣.٢٤	٦٧	٣٣.٥١	٥٢	٥٣.٧٨	٣٥	٧٤.٠٥	٢٠	٩٤.٣٢	٥
١١.٨٩	٦٨	٣٢.١٦	٥٣	٥٢.٤٣	٣٦	٧٢.٧٠	٢١	٩٢.٩٧	٦
١٠.٥٤	٦٩	٣٠.٨١	٥٤	٥١.٠٨	٣٧	٧١.٣٥	٢٢	٩١.٦٢	٧
٩.١٩	٧٠	٢٩.٤٦	٥٥	٤٩.٧٣	٣٨	٧٠.٠٠	٢٣	٩٠.٢٧	٨
٧.٨٤	٧١	٢٨.١١	٥٦	٤٨.٣٨	٣٩	٦٨.٦٥	٢٤	٨٨.٩٢	٩
٦.٤٩	٧٢	٢٦.٧٦	٥٧	٤٧.٠٣	٤٠	٦٧.٣٠	٢٥	٨٧.٥٧	١٠
٥.١٤	٧٣	٢٥.٤١	٥٨	٤٥.٦٨	٤١	٦٥.٩٥	٢٦	٨٦.٢٢	١١
٣.٧٨	٧٤	٢٤.٠٥	٥٩	٤٤.٣٢	٤٢	٦٤.٥٩	٢٧	٨٤.٨٦	١٢
٢.٤٣	٧٥	٢٢.٧٠	٦٠	٤٢.٩٧	٤٣	٦٣.٢٤	٢٨	٨٣.٥١	١٣
١.٠٨	٧٦	٢١.٣٥	٦١	٤١.٦٢	٤٤	٦١.٨٩	٢٩	٨٢.١٦	١٤
		٢٠.٠٠	٦٢	٤٠.٢٧	٤٥	٦٠.٥٤	٣٠	٨٠.٨١	١٥

يتضح من جدول (١٩) ما يلي :

تراوحت الدرجات الخام لأختبار الكوبري افقي ووحدة قياسه السنتميتير للاعبى المصارعة اليونانية - الرومانية للمرحلة السنبة ٢٣ عام ما بين (٢٥.٠ : ٦٣.٠) سم ويقابلها درجات تائبة تراوحت ما بين (٦٧.٣٠ : ١٨.٦٥) .

جدول (٢٠)

الدرجات المعيارية باستخدام الدرجة الثانية لأختبار الكوبري المسافة العمودية (ن = ٢٠)

الدرجة الخام	الدرجة التائية								
١٥.١	٢٨.٠	٣٨.٥	٤٧.٠	٥٨.٧	٦٦.٠	٧٨.٩	٨٥.٠	٩٩.١	١٠٤.٠
١٤.٠	٢٧.٠	٣٧.٤	٤٦.٠	٥٧.٧	٦٥.٠	٧٧.٩	٨٤.٠	٩٨.١	١٠٣.٠
١٣.٠	٢٦.٠	٣٦.٤	٤٥.٠	٥٦.٦	٦٤.٠	٧٦.٨	٨٣.٠	٩٧.٠	١٠٢.٠
١١.٩	٢٥.٠	٣٥.٣	٤٤.٠	٥٥.٥	٦٣.٠	٧٥.٧	٨٢.٠	٩٦.٠	١٠١.٠
١٠.٩	٢٤.٠	٣٤.٣	٤٣.٠	٥٤.٥	٦٢.٠	٧٤.٧	٨١.٠	٩٤.٩	١٠٠.٠
٩.٨	٢٣.٠	٣٣.٢	٤٢.٠	٥٣.٤	٦١.٠	٧٣.٦	٨٠.٠	٩٣.٨	٩٩.٠
٨.٧	٢٢.٠	٣٢.١	٤١.٠	٥٢.٣	٦٠.٠	٧٢.٦	٧٩.٠	٩٢.٨	٩٨.٠
٧.٧	٢١.٠	٣١.١	٤٠.٠	٥١.٣	٥٩.٠	٧١.٥	٧٨.٠	٩١.٧	٩٧.٠
٦.٦	٢٠.٠	٣٠.٠	٣٩.٠	٥٠.٢	٥٨.٠	٧٠.٤	٧٧.٠	٩٠.٦	٩٦.٠
٥.٥	١٩.٠	٢٨.٩	٣٨.٠	٤٩.١	٥٧.٠	٦٩.٤	٧٦.٠	٨٩.٦	٩٥.٠
٤.٥	١٨.٠	٢٧.٩	٣٧.٠	٤٨.١	٥٦.٠	٦٨.٣	٧٥.٠	٨٨.٥	٩٤.٠
٣.٤	١٧.٠	٢٦.٨	٣٦.٠	٤٧.٠	٥٥.٠	٦٧.٢	٧٤.٠	٨٧.٤	٩٣.٠
٢.٣	١٦.٠	٢٥.٧	٣٥.٠	٤٦.٠	٥٤.٠	٦٦.٢	٧٣.٠	٨٦.٤	٩٢.٠
١.٣	١٥.٠	٢٤.٧	٣٤.٠	٤٤.٩	٥٣.٠	٦٥.١	٧٢.٠	٨٥.٣	٩١.٠
٠.٢	١٤.٠	٢٣.٦	٣٣.٠	٤٣.٨	٥٢.٠	٦٤.٠	٧١.٠	٨٤.٣	٩٠.٠
		٢٢.٦	٣٢.٠	٤٢.٨	٥١.٠	٦٣.٠	٧٠.٠	٨٣.٢	٨٩.٠
		٢١.٥	٣١.٠	٤١.٧	٥٠.٠	٦١.٩	٦٩.٠	٨٢.١	٨٨.٠
		٢٠.٤	٣٠.٠	٤٠.٦	٤٩.٠	٦٠.٩	٦٨.٠	٨١.١	٨٧.٠
		١٩.٤	٢٩.٠	٣٩.٦	٤٨.٠	٥٩.٨	٦٧.٠	٨٠.٠	٨٦.٠

يتضح من جدول (٢٠) ما يلي :

تراوحت الدرجات الخام لأختبار الكوبري عمودي ووحدة قياسه السنتميتير للاعبين المصارعة اليونانية - الرومانية للمرحلة السنوية ٢٣ عام ما بين (٨٧.٠ : ٣٢.٠) سنتي ويقابلها درجات تائية تراوحت ما بين (٨١.١ : ٢٢.٦) .

جدول (٢١)

الدرجات المعيارية باستخدام الدرجة الثانية لأختبار الكوبري ١٠ ث اداء (ن = ٢٠)

الدرجة الخام	الدرجة التائية								
٢.٠	١٠٠.٠	٢.٩	٧٧.٥	٣.٨	٥٥.٠	٤.٧	٣٢.٥	٥.٦	١٠.٠
٢.١	٩٧.٥	٣.٠	٧٥.٠	٣.٩	٥٢.٥	٤.٨	٣٠.٠	٥.٧	٧.٥
٢.٢	٩٥.٠	٣.١	٧٢.٥	٤.٠	٥٠.٠	٤.٩	٢٧.٥	٥.٨	٥.٠
٢.٣	٩٢.٥	٣.٢	٧٠.٠	٤.١	٤٧.٥	٥.٠	٢٥.٠	٥.٩	٢.٥
٢.٤	٩٠.٠	٣.٣	٦٧.٥	٤.٢	٤٥.٠	٥.١	٢٢.٥	٦.٠	٠.٠
٢.٥	٨٧.٥	٣.٤	٦٥.٠	٤.٣	٤٢.٥	٥.٢	٢٠.٠		
٢.٦	٨٥.٠	٣.٥	٦٢.٥	٤.٤	٤٠.٠	٥.٣	١٧.٥		
٢.٧	٨٢.٥	٣.٦	٦٠.٠	٤.٥	٣٧.٥	٥.٤	١٥.٠		
٢.٨	٨٠.٠	٣.٧	٥٧.٥	٤.٦	٣٥.٠	٥.٥	١٢.٥		

يتضح من جدول (٢١) ما يلي :

تراوحت الدرجات الخام لأختبار كوبري ١٠ ث من وضع الوقوف ووحدة قياسه العدد للاعبين المصارعة اليونانية - الرومانية للمرحلة السنوية ٢٣ عام ما بين (٣.٣ : ٤.٧) عدة ويقابلها درجات تائية تراوحت ما بين (٦٧.٥ : ٣٢.٥) .

جدول (٢٢)

الدرجات المعيارية باستخدام الدرجة الثانية لأختبار الاتزان الثابت

(الكوبري رفع القدم اليمني لاعلى اقصى زمن) (ن = ٢٠)

الدرجة الخام	الدرجة التائية								
٤٠.٠	٩٨.٨	٣٣.٠	٧٨.٢	٢٦.٠	٥٧.٦	١٩.٠	٣٧.١	١٢.٠	١٦.٥
٣٩.٠	٩٥.٩	٣٢.٠	٧٥.٣	٢٥.٠	٥٤.٧	١٨.٠	٣٤.١	١١.٠	١٣.٥
٣٨.٠	٩٢.٩	٣١.٠	٧٢.٤	٢٤.٠	٥١.٨	١٧.٠	٣١.٢	١٠.٠	١٠.٦
٣٧.٠	٩٠.٠	٣٠.٠	٦٩.٤	٢٣.٠	٤٨.٨	١٦.٠	٢٨.٢	٩.٠	٧.٦
٣٦.٠	٨٧.١	٢٩.٠	٦٦.٥	٢٢.٠	٤٥.٩	١٥.٠	٢٥.٣	٨.٠	٤.٧
٣٥.٠	٨٤.١	٢٨.٠	٦٣.٥	٢١.٠	٤٢.٩	١٤.٠	٢٢.٤	٧.٠	١.٨
٣٤.٠	٨١.٢	٢٧.٠	٦٠.٦	٢٠.٠	٤٠.٠	١٣.٠	١٩.٤		

يتضح من جدول (٢٢) ما يلي :

تراوحت الدرجات الخام لأختبار كوبري رفع الرجل اليمني لاعلى ووحدة قياسه الثانية للاعبى المصارعة اليونانية - الرومانية للمرحلة السنوية ٢٣ عام ما بين (٢٩.٠ : ١٨.٠) ثانية ويقابلها درجات تائية تراوحت ما بين (٦٦.٥ : ٣٤.١) .

جدول (٢٣)

الدرجات المعيارية باستخدام الدرجة الثانية لأختبار اداء ٥ كوبري

ثم المشى ١٠ متر مستقيم (ن = ٢٠)

الدرجة الخام	الدرجة التانية								
١٣.٣	٢.٢	٣٥.٠	٣.٥	٥٦.٧	٤.٨	٧٨.٣	٦.١	١٠٠.٠	٧.٤
١١.٧	٢.١	٣٣.٣	٣.٤	٥٥.٠	٤.٧	٧٦.٧	٦.٠	٩٨.٣	٧.٣
١٠.٠	٢.٠	٣١.٧	٣.٣	٥٣.٣	٤.٦	٧٥.٠	٥.٩	٩٦.٧	٧.٢
٨.٣	١.٩	٣٠.٠	٣.٢	٥١.٧	٤.٥	٧٣.٣	٥.٨	٩٥.٠	٧.١
٦.٧	١.٨	٢٨.٣	٣.١	٥٠.٠	٤.٤	٧١.٧	٥.٧	٩٣.٣	٧.٠
٥.٠	١.٧	٢٦.٧	٣.٠	٤٨.٣	٤.٣	٧٠.٠	٥.٦	٩١.٧	٦.٩
٣.٣	١.٦	٢٥.٠	٢.٩	٤٦.٧	٤.٢	٦٨.٣	٥.٥	٩٠.٠	٦.٨
١.٧	١.٥	٢٣.٣	٢.٨	٤٥.٠	٤.١	٦٦.٧	٥.٤	٨٨.٣	٦.٧
٠.٠	١.٤	٢١.٧	٢.٧	٤٣.٣	٤.٠	٦٥.٠	٥.٣	٨٦.٧	٦.٦
		٢٠.٠	٢.٦	٤١.٧	٣.٩	٦٣.٣	٥.٢	٨٥.٠	٦.٥
		١٨.٣	٢.٥	٤٠.٠	٣.٨	٦١.٧	٥.١	٨٣.٣	٦.٤
		١٦.٧	٢.٤	٣٨.٣	٣.٧	٦٠.٠	٥.٠	٨١.٧	٦.٣
		١٥.٠	٢.٣	٣٦.٧	٣.٦	٥٨.٣	٤.٩	٨٠.٠	٦.٢

يتضح من جدول (٢٣) ما يلي :

تراوحت الدرجات الخام لأختبار ٥ كوبري ثم المشى المستقيم ووحدة قياسه الثانية للاعبى المصارعة اليونانية - الرومانية للمرحلة السنوية ٢٣ عام ما بين (٥.٧ : ٢.٣) متر ويقابلها درجات تائية تراوحت ما بين (٧١.٧ : ١٥.٠) .

أشارت النتائج الخاصة بلاعبى المصارعة اليونانية الرومانية تحت سن ١٥ عام الى الاتى :

١ - تراوحت الدرجات الخام لأختبار زمن رمية واحدة بارولية ووحدة قياسه الثانية للاعبى المصارعة اليونانية _ الرومانية للمرحلة الأولى السنوية ٢٣ عام ما بين (١.٥ : ٣.٣) ثانية ويقابلها درجات تائية تراوحت ما بين (٣٦.٠ : ٧٢.٠) .

٢ - تراوحت الدرجات الخام لأختبار زمن أداء ٣ كوبري ووحدة قياسه الثانية للاعبى المصارعة اليونانية _ الرومانية للمرحلة الأولى السنوية ٢٣ عام ما بين (٢.٧ : ٤.٦) ثانية ويقابلها درجات تائية تراوحت ما بين (٣٤.٣ : ٧٥.٧) .

٣ - تراوحت الدرجات الخام لأختبار زمن أداء حركة واحدة انكا رقبة ووحدة قياسه الثانية للاعبى المصارعة اليونانية _ الرومانية للمرحلة السنوية ٢٣ عام ما بين (٠.٨ : ٢.٤) ثانية ويقابلها درجات تائية تراوحت ما بين (٤.٢ : ٧٠.٨) .

٤ - تراوحت الدرجات الخام لأختبار الضغط من الثبات ووحدة قياسه الثانية للاعبى المصارعة اليونانية - الرومانية للمرحلة السنوية ٢٣ عام ما بين (٥٦.٠٠ : ٤٢.٠٠) ثانية ويقابلها درجات تائية تراوحت ما بين (٧٣.٦ : ٣٧.٧) .

٥ - تراوحت الدرجات الخام لأختبار الضغط المفتوح ووحدة قياسه العدد للاعبى المصارعة اليونانية - الرومانية للمرحلة السنوية ٢٣ عام ما بين (٣٩.٠ : ٢٣.٠) عدة ويقابلها درجات تائية تراوحت ما بين (٧٨.٨ : ٢٨.٨) .

٦ - تراوحت الدرجات الخام لأختبار ٢ لاعب ورا بعض رمي بارولية ووحدة قياسه الثانية للاعب المصارعة اليونانية - الرومانية للمرحلة السنية ٢٣ عام ما بين (٢٠٠ : ١١٠٠) ثانية ويقابلها درجات تائية تراوحت ما بين (٢٠٠.٨ : ٩٠٠.٠) .

٧ - تراوحت الدرجات الخام لأختبار تحمل الأداء خطف انكا رقية ووحدة قياسه الثانية للاعب المصارعة اليونانية - الرومانية للمرحلة السنية ٢٣ عام ما بين (١٤٠٠ : ٢٥٠٠) ثانية ويقابلها درجات تائية تراوحت ما بين (٦٢.٥٣ : ٢٠٠٠) .

٨ - تراوحت الدرجات الخام لأختبار الكوبري افقي ووحدة قياسه السنتيمتر للاعب المصارعة اليونانية - الرومانية للمرحلة السنية ٢٣ عام ما بين (٢٥٠٠ : ٦٣٠٠) سم ويقابلها درجات تائية تراوحت ما بين (٦٧.٣٠ : ١٨.٦٥) .

٩ - تراوحت الدرجات الخام لأختبار الكوبري عمودي ووحدة قياسه السنتيمتر للاعب المصارعة اليونانية - الرومانية للمرحلة السنية ٢٣ عام ما بين (٨٧٠٠ : ٣٢٠٠) سنتي ويقابلها درجات تائية تراوحت ما بين (٨١.١ : ٢٢.٦) .

١٠ - تراوحت الدرجات الخام لأختبار كوبري ١٠ ث من وضع الوقوف ووحدة قياسه العدد للاعب المصارعة اليونانية - الرومانية للمرحلة السنية ٢٣ عام ما بين (٣.٣ : ٤.٧) عدة ويقابلها درجات تائية تراوحت ما بين (٦٧.٥ : ٣٢.٥) .

١١ - تراوحت الدرجات الخام لأختبار كوبري رفع الرجل اليمنى لاعلى ووحدة قياسه الثانية للاعب المصارعة اليونانية - الرومانية للمرحلة السنية ٢٣ عام ما بين (٢٩٠٠ : ١٨٠٠) ثانية ويقابلها درجات تائية تراوحت ما بين (٦٦.٥ : ٣٤.١) .

١٢ - تراوحت الدرجات الخام لأختبار ٥ كوبري ثم المشى المستقيم ووحدة قياسه الثانية للاعب المصارعة اليونانية - الرومانية للمرحلة السنية ٢٣ عام ما بين (٥.٧ : ٢.٣) متر ويقابلها درجات تائية تراوحت ما بين (٧١.٧ : ١٥.٠) .

وكانت النتائج موضحة لاهمية البحث حيث انه من خلاله تم وضع بطارية اختبار لعناصر اللياقة البدنية الخاصة للاعب المصارعة اليونانية الرومانية للمرحلة السنية ٢٣ سنة كما ان تلك الاختبارات تتسم بالجانب المهاري اكثر عن الجانب البدني حيث ان كل الاختبارات تقوم على مهارات خاصة مثل (الكوبري ، البارولية شاكوش ، الأنكا رقبا) مما تساعد على عملية الانتقال الخاص لتلك المرحلة وليست مقصرة على اختبارات الجري او الوثب فقط .

وتتفق هذه النتائج مع دراسة السيد محمد عيسى عام ١٩٨٧ والتي اسفرت نتاجها على ان اهم القدرات البدنية الخاصة بالمصارعين هي القوة الانفجارية والقوة المميزة بالسرعة والتحمل العضلى والرشاقة الخاصة والتوازن (٣)

وتتفق ايضا هذه النتائج من حيث اهمية هذه القدرات البدنية للمصارعين مع دراسة كريم حسن محمد (٢٠٠٩) (٥) ، أسامة الشوريجي (٢٠٠٩) (١) ، كما تتفق مع دراسة السيد حمدي (٢٠٠٧) والتي تشير إلى أن عناصر اللياقة البدنية (القوة الانفجارية ، السرعة الحركية ، القوة المميزة بالسرعة ، الرشاقة الخاصة) لها دور فعال فتنمية أداء المصارعين (٢)

وهذا ماكددة " محمد حسن علاوى " (١٩٧٩) أن تنمية القدرات البدنية الخاصة ترتبط ارتباطا وثيقا بعملية تنمية المهارات الحركية ، وان اللاعب لا يستطيع إتقان المهارات الحركية فى حال افتقاره للقدرات البدنية الضرورية لهذا النوع من النشاط المعين فى النشاط الرياضى. (محمد علاوى . ١٩٧٩ . ص ٨٠-٨١)

الاستنتاجات والتوصيات:

أولاً: الاستنتاجات

- ١- كانت العوامل المستخلصة والممثلة لبطارية الاختبار جميعها مستقلة اذ ثبت ان الاختبارات المنتقاه تعد مقياسا نقياً لعواملها
- ٢- تم التوصل الى بطارية الاختبار المستخلصة وتسميتها (القدرات البدنية للمصارعين للمرحلة السنوية ٢٣ سنة)
- ٣- البطارية المستخلصة هي النموذج النهائى الذى ينفذ على المختبرين من حيث السهولة وخالى من التعقيد ووفقا للاسس العلمية السليمة

ثانياً: التوصيات

- ١- تعميم البطارية المستخلصة على مدربي المصارعة فى جمهورية مصر العربية
- ٢- استخدام اختبارات البطارية المستخلصة للكشف عن القابلية البدنية للاعبين المصارعة
- ٣- اعتماد المعايير التى تم التوصل اليها عند عملية التقويم والتصنيف ووضع البرامج التدريبية على اساس اختبارات البطارية لمستخلصة.

قائمة المراجع:

أولاً: المراجع العربية

- ١- أسامة حسنى الشوريجى (٢٠٠٩) : تصميم إستراتيجية (هجومية - دفاعية) وتأثيرها على مستوى الانجاز للاعبى المصارعة الحرة ،رسالة دكتوراه،كلية التربية الرياضية للبنين جامعة طنطا.
- ٢- السيد المحمدى قنديل (٢٠٠٧) : تأثير برنامج تدريبي مقترح لبعض أساليب التهيئة للهجوم على فعالية المواقف الخططية لحركات السقوط على الرجلين لناشئ المصارعة ، كلية التربية الرياضية جامعة المنصورة .
- ٣- السيد محمد عيسى(١٩٨٧): دراسة بعض عناصر اللياقة البدنية القوة . التحمل . المرونة لمصارعى البراعم تحت ١٤ ، ١٦ بحث للماجستير ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الاسكندرية . جامعة حلوان .
- ٤- رمزية الغريب (١٩٧٧): التقويم والقياس النفسي والتربي ، مكتبة الانجلو المصرية ، القاهرة.
- ٥- كريم حسن محمد(٢٠٠٩) : تأثير برنامج تدريبي للحركات الهجومية المضادة على فاعلية الأداء المهارى لناشئ رياضة المصارعة ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة طنطا.
- ٦- محمد حسن علاوى . نصر الدين رضوان (١٩٨٢): اختبارات الاداء الحركي ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- ٧- محمد حسن علاوى(١٩٩٤): علم التدريب الرياضى الطابعة السادسة ، دار المعارف ، القاهرة .
- ٨- محمد رضا حافظ الروبي (٢٠٠٥) : مبادئ تدريب المصارعة، منشأه المعارف، الإسكندرية
- ٩- مسعد على محمود(١٩٨٤) : دراسة مقارنة لمستوى التحمل العضلى الديناميكى بين لاعبي الفريق القومى المصرى للمصارعة ، المؤتمر العلمى الخامس للدراسات وبحوث التربية الرياضية . كلية التربية الرياضية للبنين بالاسكندرية ، جامعة حلوان .

ثانيا: المراجع الاجنبية

- ١٠-Collins, R. & Hodges, B. P (١٩٧٨): A Comperhe_ nsiuide to Sports Skills Tests and Measurements, U. S. A., Charles C.,
- ١١-Jensen, C. R. & Fiaher, A. G (١٩٧٩): Scientific Basis of Athletic Conditioning, ٢ nd ed., Pniladelphia, Lea & Febiger.
- ١٢-Mahrens, A. W. & Lehmann, J. J (١٩٧٥): Standa - rdized Tests in Education, ٢ nd ed. New York, Halt Rin - Ehat, & Winston

١٣-**Oppliger, Rer** (٢٠٠٨): Weight loss wrestlers American College of Sport Medicine Vol ٢, No ٢.

ملخص البحث

وضع بطارية اختبار لبعض القدرات البدنية الخاصة
للاعبي المصارعة الرومانية اليونانية للمرحلة السنوية (٢٣) سنة

تهدف الدراسة إلى وضع بطارية اختبار لبعض القدرات البدنية الخاصة للاعبين المصارعة الرومانية اليونانية للمرحلة السنوية ٢٣ سنة واستخدم الباحث المنهج الوصفي لملائمة لطبيعة الدراسة ، وتكونت عينة البحث من ٢٠ لاعب من أندية جمهورية مصر العربية وتم التعرف على القدرات البدنية للمصارعين (القوة الانفجارية ، القوة المميزة بالسرعة ، الرشاقة الخاصة ، التوازن الثابت ، التوازن الحركي الخاص ، المرونة ، التحمل العضلي الثابت ، التحمل العضلي المتحرك ، تحمل القوة ، تحمل السرعة) واعتماد الاختبارات البدنية عدد (١٢) اختبارات ولتحقيق اهداف البحث تم استخدام الوسائل الاحصائية(المتوسط والوسيط ومعامل الالتواء والدرجات المعيارية التائية وأوصى الباحث بوضع بطارية الاختبارات للقدرات البدنية لانتقاء لاعبي المصارعة للمرحلة السنوية ٢٣ سنة حتى تكون بمثابة أساس لاختيار المتقدمين للعبة .

Abstract

A test battery for some of the special physical abilities of young Greco-Roman Wrestlers players (٢٣) years of age

Abdul Rahman Mustafa Muhammad Mustafa El-zare (*)

The study aims to develop a test battery for some special physical abilities of Roman-Greek wrestling players for the age group ٢٣-years. The researcher used the descriptive approach to suit the nature of the study. The research sample consisted of ٢٠ players from clubs in the Arab Republic of Egypt. Special agility, fixed balance, special kinetic balance, flexibility, fixed muscular endurance, mobile muscular endurance, strength endurance, speed endurance) and the adoption of physical tests (١٢) tests. The researcher recommended setting up a battery of tests for physical abilities to select wrestling players for the ٢٣-year-old stage in order to serve as a basis for selecting applicants for the game.

Researcher Ph.D. in wrestling - Faculty of Physical Education for Girls - Alexandria University