

منحنى التدرج فى القوة كأساس للانتقاء لدى ناشئات رياضة المصارعة

أ.د/ ايهاب فوزى البديوى

أ.م.د/ محمد سعد غرابية

ايمان محمد حماد

يهدف البحث إلى تحديد درجات معيارية لاختبار (القوة العضلية) لانتقاء لاعبات المصارعة استخدم الباحثين المنهج الوصفى بالأسلوب المسحى و تكون مجتمع البحث من لاعبات (المصارعة) المسجلين الاتحاد المصرى تم اختيارهن بالطريقة العمدية من لاعبات (المصارعة) المشتركات في بطولة الجمهورية المقامة في القاهرة بصالة السنتر كورت بجهاز الرياضة العسكرى للقوات المسلحة فى الفترة (١٩-٢٢/٦/٢٠٢٢م) واشتملت عينة البحث على (٩٠) لاعبه تحت ١٤ سنة ، بالإضافة إلى إختيار (١٦) لاعب من نادى سيجر الرياضى بطنطا للدراسة الاستطلاعية وكانت اهم نتائج الدراسة أوضحت الفروق بين المستويات (ممتاز - جيد جدا - متوسط - ضعيف) للناشئات
الكلمات الدالة: منحنى القوة - المصارعات الناشئات - انتقاء

The power curve of the emerging wrestlers as a basis for selection

The research aims to determine the standard degrees of the test (muscle strength) to select wrestling players. Researchers used the descriptive approach to the survey style. Court at the Military Sports Agency for the Armed Forces in the period (19-22/6/2022) and the research sample included (90) its player under 14 years, addition to choosing (16) players from Sigger Sports Club in Tanta to study the surveillance was the most important results of the study showed the differences between the levels (excellent - very good - good - medium - weak)

مقدمة البحث:

إن العلم يتطور تطور مذهلا بمختلف مجالات الرياضة، أخذاً في الاعتبار الاستناد إلى نتائج البحث العلمى الذى هو الأساس الوحيد للوصول إلى المستويات الرياضية العالية، والطفرات فى الإنجازات الرياضية التى نلمسها بالدورات الأولمبية والدولية خير دليل يشير إلى ذلك. وقد أصبح من الضروري استخدام جميع الأساليب العلمية بفروعها المختلفة وتطبيقها على مجتمع الرياضة المصرية حتى يمكننا الوصول إلى أعلى المستويات فى المحافل الدولية. من أهم الأساليب العلمية التى تحقق الوصول إلى المستويات العالية هي عملية الانتقاء، حيث أن لكل رياضة مواصفات معينة لا بد من توافرها لدى ممارسيها ، وكلما أمكن توجيه الناشئين مبكراً لنوع الرياضة التى تناسبهم لتمكنهم من الوصول إلى المستويات العالية ، وأن الانتقاء والتوجيه وجهاً لوجه واحدة، حيث ظهرت الحاجة إليهما نتيجة لاختلاف خصائص الأفراد فى القدرات البدنية، العقلية، النفسية، تبعاً لنظرية الفروق الفردية ومن المسلم به أن توجيه الناشئين إلى نوع النشاط الرياضي الذى يتناسب مع استعداداته وإمكانياته يعتبر أساس وصوله إلى المستويات الرياضية العالية. (٥ : ٦٠-٦١)

ويشير "وجدى مصطفى الفاتح" (٢٠١٤م) أن عملية الانتقاء فى المجال الرياضي تستهدف بصفه عامه اختيار أفضل الناشئين لممارسة نشاط رياضي معين والوصول إلى

مستويات عليا في هذا النشاط، وقد ظهرت الحاجة إلى هذه العملية نتيجة اختلاف الناشئين في استعداداتهم البدنية والعقلية والنفسية، وقد أصبح من المسلم به أن إمكانيات وصول الناشئين و توجيهم إلى المستويات العليا في المجال الرياضي تصبح أفضل إذا أمكن من البداية انتقاء الناشئ وتوجيهه إلى نوع النشاط الرياضي الذي يتلائم مع استعداداته وقدراته المختلفة والتنبؤ بدقة بمدى تأثير عمليات التدريب على نمو وتطور تلك الاستعدادات والقدرات بطريقه فعالة تمكن اللاعب من تحقيق التقدم المستمر في نشاطه الرياضي، وذلك هو جوهر عملية الانتقاء. (١٣: ٤٠٤)

ويذكر "ريسان خريبط مجيد" (٢٠١٧م) أن عملية انتقاء الرياضيين تعتبر عملية اقتصادية تلجأ إليها بعض الدول حتى توفر الجهود وتحرز أفضل النتائج، كما أن عملية الانتقاء تساعد بحدود معينة في استثمار الجهود البشرية في هذا الميدان، كما أنها تأتي بأفضل العناصر من الناحية البدنية والنفسية والفسولوجية والاجتماعية إلى التدريب المكثف مما يساعد في إحراز أفضل النتائج. (٦: ٧١)

وترى "أميرة محمد دهام" (٢٠٢٠م) أن الانتقاء في المجال الرياضي أحد المرتكزات الأساسية في الوصول إلى المستويات المتقدمة إذ ظهرت الحاجة إليه نتيجة لاختلاف خصائص الأفراد في القدرات البدنية والعقلية والنفسية وتبعاً لنظرية الفروق الفردية؛ إذ أن " لكل نشاط وفعالية أو لعبة رياضية متطلبات أو مواصفات نموذجية يجب توافرها في الرياضي حتى يمكنه أن يحقق مستويات متقدمة في فعالية أو لعبة رياضية". (٣: ١٣٠)

ويذكر مدحت صالح سيد (٢٠١٩م) إن " اكتشاف الموهبة يشير إلى اكتشاف احتمالية نجاح الأفراد الممارسين غير المشاركين في رياضة ما والتي نحن بصدددها، بينما إنتقاء الموهبة تشمل على التحديد المستمر للرياضيين الذين يملكون مستويات الأداء المطلوبة في تلك الرياضة أو اللعبة. (١٢: ٥٠-٥١)

ويرى "محمد نصر الدين رضوان" (٢٠١٧م) على أن «انتقاء الموهوبين رياضياً» يأتي في مقدمة العوامل الأكثر مساهمة في التفوق الرياضي للدول، وربما يكون المدخل الرئيسي لهذا التفوق، وأن البطل الرياضي «يولد أولاً - ثم يصنع ثانياً» فالجينات المورثة للموهبة في الألعاب الرياضية هي التي تفتح الطريق أمام العوامل البيئية - التي إذا توفرت - فإنه يمكن وضع الطفل الموهوب على الطريق الصحيح نحو البطولة وأن الأطفال الموهبين رياضياً يمثلون في أي مجتمع قيمة كبرى وثروة بشرية تلعب دوراً رئيسياً في التقدم الرياضي للدول، ومن ثم فإنه يمكن اعتبار «الكشف عن هؤلاء الموهوبين» بمثابة قضية قومية تقتضي من السياسيين ورجال الإعلام والقيادات الرياضية والعلمية أن يضعوها ضمن أولوياتهم ، والمطالبة بتعظيم دور الدولة في مجال الرياضة. (١١: ١١٨)

وأشار كلا من "ريسان خريبط مجيد" و "أبو العلا عبد الفتاح" (٢٠١٦م) أن عملية إنتقاء الناشئين في المراحل الأولى تمكنا من التعرف على استعداداتهم، وقدراتهم لمزاولة نشاط رياضي معين، وتوجد علاقة بين نتائج الإختبارات الأولية للناشئ في مرحله الإنتقاء ونتائج الناشئ في أداء بعض المهارات الرياضية بعد مرور فترة من التدريب. (٧: ٤٣٤)

مشكلة البحث:

أن رياضة المصارعة النسائية من الأنشطة الرياضية المستحدثة والتي لم تحظ بنصيب كبير من البحث والدراسة بمقارنتها بالرياضات الأخرى بالرغم من احتياجها إلى كثير من الابتكار في الأساليب الفنية للأداء المهارى ، واحتوائها على العديد من المهارات المختلفة أدى

إلى تعدد مستويات أماكن أداء المهارات وكثرة التكوينات الحركية أثناء المباراة مما نتج عنه ظهور كثير من المشكلات التي تواجه المدرب واللاعب، وهي تميز اللاعبات بمكونات بدنية خاصة لأداء المهارات الحركية المناسبة أثناء المباراة مع تلك المساحة المحدودة من الملعب وكثرة الجمل الحركية الهجومية والدفاعية التي تتميز بالدوران وتغير الاتجاه من الأوضاع المختلفة سواء وكذلك تحركات اللاعب المنافس أثناء المباراة.

ويرى الباحثون أن عملية تحديد مؤشرات رقمية لإختبارات بدنية لإنتقاء لاعبات المصارعة عملية ليست بالأمر اليسير حيث أن المدرب عليه أن يتنبأ للناشئة بقدراتها الرياضية المستقبلية التي لم تضح بعد في الوقت الحالي ، كما أن هذه العملية متداخلة لها جوانب متعددة سواء كانت بيولوجية و نفسية و اجتماعية لذا كان من الضروري مراعاة الأسس العلمية لكافة تلك الجوانب عند إجراء عملية الانتقاء ، وان تقدم المستويات الرياضية العليا يرجع إلى التطور العلمى وتطبيق نتائج البحوث والدراسات التي تناولت اختيار الفرد المناسب طبقاً لطبيعة ومتطلبات النشاط الرياضى الممارس ، لذا اتجه المتخصصون فى الأنشطة الرياضية المختلفة لتحديد المواصفات الخاصة بكل نشاط على حده والتي تساعد فى اختيار الناشئين الرياضيين وفقاً لأسس علمية محدده للوصول إلى المستويات الرياضية العالية.

يشير بالاريس، خيسوس جارسيا وآخرون (Pallarés, Jesús García et al (٢٠١٢) أن القوة تمنح المصارعات ذات المستوى المتقدم ميزة واضحة خلال تقنيات أو حركات المهارية الأكثر استخداماً (على سبيل المثال، حمل رجل الإطفاء، سوبليكس، وساق مزدوجة) حيث يوجد اختلاف بين اللاعبات ذات المستوى المتقدم ولأقل في المستوى و التي اتفقت مع دراسات سابقة للرجال. (١٤ : ٨٠٠)

أوضح زي هونغ وآخرون (Zi-Hong et al (٢٠١٣) أن المصارع يحتاج إلى القوة لأداء المناورات التي تؤدي إلى السيطرة على الخصم. (١٥ : ٢٣٩٠)

ومن خلال اطلاع الباحثون على الدراسات المرتبطة و تحليل استمارات القياس الخاصة ببعض الأنشطة الرياضية لاحظت أن اختبارات القياس المقدمة للاعبين موحدة لجميع الألعاب ومعظم المدربين لا يراعون الأسس العلمية فى إنتقاء اللاعبين وأن لكل نشاط رياضى محددات خاصة به (نفسية ، أنثروبومترية ، جينية ، بدنية ، مهارية) بل يعتمدون بصورة كبيرة على الخبرة الذاتية وهذا ليس بأسلوب علمي أو بطريقه صحيحه لانتقاء الناشئ بل هو إهدار لجميع العناصر ومضيعة للوقت والمال وكذلك متابعة تدريب للفرق المختلفة لاحظ الباحثون اعتماد كثير من اللاعبات على مجموعة من المهارات المحددة فقط بالرغم من وجود عديد من المهارات المتنوعة التي من الممكن أدائها إلا أن الاستمرار على مهارة أو مجموعة من المهارات المحددة يكون له اثر سلبي على مستوى نتيجة المباريات ويرجع الباحثون ذلك الى أن بعض المهارات تحتاج الى نوع محدد من القدرات البدنية قد لا تكون اللاعبات تمتلكه ومن خلال اطلاع الباحثون على دراسة كل من إبراهيم فوزي و عماد صبرى (٢٠١١) (١) و دراسة أيمن سليمان (١٧) (٢٠٢٠) (٤) و دراسة عماد صبرى (٢٠١٩) (٩) و دراسة إيهاب البيديوي و آخرون (٢٠٢٠) (٥) و دراسة أحمد المرشدى (٢٠٢٠) (٢) و التي أكدت على مدى أهمية القوة العضلية في أداء مختلف المهارات للاعبى المصارعة ومن هنا يرى الباحثون أنه لابد من وجود طريقة صحيحة التوجيه للانتقاء على أسس علميه فكل رياضه مواصفات خاصه واختبارات معيارية تختلف عن جميع الرياضيات الأخرى ومن هنا جاءت فكرة البحث وهي **منحنى التدرج فى**

القوة كأساس للانتقاء لدى ناشئات رياضة المصارعة والتي من خلالها يتم إنتقاء الناشئات المصارعة ولذلك ارتأى الباحثون دراسة هذه المشكلة ووضع حلول لها .
هدف البحث: يهدف البحث إلي تحديد درجات معيارية لاختبار (القوة العضلية) للانتقاء لاعبات المصارعة.

تساؤلات البحث:

١- ما المستويات المعيارية لاختبار (القوة العضلية) لـ "المصارعات" الناشئات قيد البحث؟

إجراءات البحث

منهج البحث:

استخدم الباحثون المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لدراسة الحالة نظرا لملائمته لأهداف البحث.

مجتمع وعينة البحث:

مجتمع البحث:

يتكون مجتمع البحث من لاعبات (المصارعة) المسجلين الاتحاد المصري بأندية (٢٣ يوليو - غزل المحلة - المصرية للاتصالات - طلائع الجيش - مركز شباب أبو السعود " القاهرة" - الوليدية " أسبوط" - الهيك ستيب " القاهرة" - المؤسسة العسكرية "إسكندرية"- المؤسسة العسكرية " أسبوط"- المؤسسة العسكرية " المنيا"- المؤسسة العسكرية " الإسماعيلية"- مركز شباب الشيخ زايد " الإسماعيلية" - النادي الأولمبي " إسكندرية" - نادي اتحاد الشرطة الرياضي)

عينة البحث:

تم إختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من لاعبات (المصارعة) وأجريت القياسات الخاصة في الفترة (١٩-٢٢/٦/٢٠٢٢م) في بطولة الجمهورية المقامة في القاهرة بصالة السنتر كورت بجهاز الرياضة العسكري للقوات المسلحة واشتملت عينة البحث على (٩٠) لاعبه تحت ١٤ سنة والمسجلين للموسم الرياضى ٢٠٢١م - ٢٠٢٢م، وتم تقسيم العينة الى فئات على حسب الوزن فكانت (من ٢٩ الى اقل من ٤٢) فئة الوزن الخفيف و (من ٤٢ إلى اقل من ٥٤) فئة الوزن المتوسط ومن ٥٤ الى فوق ٦٦) فئة الوزن الثقيل ويتضح من جدول (١) و جدول (٢) توصيف العينة في متغيرات معادلات دلالات النمو و الإختبارات البدنية قيد البحث لبيان إعتدالية البيانات بالإضافة إلى إختيار (١٦) لاعب من نادى سيجر الرياضى بطنطا من المجتمع الأصلي للبحث ومن خارج العينة الأساسية لبيان معامل الصدق والثبات للاختبارات البدنية قيد البحث تم تقسيمهم الى مجموعتين إحداهما مميزة اشتملت على (٨) للاعبات ذات مستوى مرتفع بعمر تدريبي اكثر من ٣ سنوات اشتركوا في بطولات المنطقة أو الجمهورية والأخرى غير مميزة اشتملت على (٨) للاعبات ذات مستوى اقل بعمر تدريبي اقل من ٣ سنوات ولم يشتركوا في اى بطولات أو لقاءات ودية .

جدول (١) التوصيف الإحصائي لمجتمع وعينة البحث

عدد اللاعب	الأندية	المجتمع الإجمالي للبحث
٥	نادي ٢٣ يوليو	عينة البحث الأساسية
٧	غزل المحلة	
٦	المصرية للاتصالات	
٧	طلانح الجيش	
٥	مركز شباب أبو السعود " القاهرة "	
٦	الوليدية " أسبوط "	
٨	الهيك ستيب " القاهرة "	
٦	المؤسسة العسكرية " اسكندرية "	
٥	المؤسسة العسكرية " اسبوط "	
٧	المؤسسة العسكرية " المنيا "	
٦	المؤسسة العسكرية " الإسماعيلية "	
٧	مركز شباب الشيخ زايد " الإسماعيلية "	
٨	النادي الأولمبي " الاسكندرية "	
٧	نادي اتحاد الشرطة الرياضي	
١٦	نادي سيجر الرياضي	عينة البحث الإستطلاعية
١٦ (استطلاعية) + ٩٠ (أساسية) = ١٠٦ لاعب		إجمالي عينة البحث الأساسية والاستطلاعية

جدول (٢) الدلالات الإحصائية لأفراد عينة البحث في المتغيرات الأساسية لبيان اعتدالية البيانات ن = ٩٠

م	المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	التفطح	الالتواء
معدلات دلالات النمو							
١	السن	سنة/شهر	13.36	13.40	.110	.694	-0.867
٢	الطول	سم	155.04	156.00	1.804	-0.421	-0.566
٣	الوزن	كجم	42.51	42.50	1.536	-0.946	-0.043
الإختبارات البدنية							
١	القوة	الوثب العمودي لسرجنت	15.81	16.00	1.94	-0.26	.171

يوضح جدول (٢) المتوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري ومعامل الالتواء لأفراد عينة البحث (٩٠) في المتغيرات الأساسية والبدنية قيد البحث ويتضح أن قيم معامل التفطح قد تراوحت ما بين (-٤٢١ : ٠.٩٤٦) وهى أقل من (±١) وقيم معامل الالتواء قد تراوحت ما بين (-٠.٨٦٧ : ٠.١٧١) وهى أقل من (±٣) مما يشير الى اعتدالية البيانات وتمائل المنحنى الاعتدالى مما يعطى دلالة مباشرة على خلو البيانات من عيوب التوزيعات غير الاعتدالية.

المعاملات العلمية:

أولا الصدق:

جدول (٣) دلالة الفروق بين متوسطي المجموعة المميزة وغير مميزة فى الإختبارات البدنية

$$N_1 = N_2 = 8$$

م	الإختبارات البدنية	المميزة		غير مميزة		فروق المتوسطات	قيمة ت	ايتا٢	معامل الصدق
		س	ع±	س	ع±				
١	القوة	17.12	0.834	12.37	1.06	4.750	9.95	0.876	0.936

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = ٢.٣٦٥

يتضح من جدول (٣-٣) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية ٠.٥ بين متوسطى المجموعة المميزه والغير مميزة لدى عينة التقنين فى الإختبارات البدنية قيد البحث.

ثانيا الثبات:

جدول (٤) معامل الارتباط بين التطبيق وعادة التطبيق لعينة البحث فى الإختبارات البدنية لبيان معامل الثبات ن = ٨

معامل الارتباط	إعادة التطبيق		التطبيق الأول		الإختبارات البدنية	
	ع±	س	ع±	س	القوة	الوثب العمودى لسرجنت
.908	.707	17.25	.834	17.12		

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٥ = ٠.٦٦٦

يوضح جدول (٤) وجود ارتباط ذو دلالة إحصائية بين التطبيق وإعادة التطبيق (إعادة تطبيق الاختبار) فى متغير الإختبارات البدنية قيد البحث لدى عينة التقنين عند مستوى معنوية ٠.٥ مما يشير الى ثبات الاختبارات

أدوات ووسائل جمع البيانات:

تتطلب طبيعة البحث استخدام عدة أدوات لجمع البيانات وهى كالتالى:

الأجهزة المستخدمة:

- الرستاميتير لقياس الطول بالسنتيمتر - ميزان طبي الكترونى لقياس الوزن بالكيلوجرام.
- صفارة - شريط قياس). وقد تمت معايرة هذه الأجهزة بأجهزة أخرى للتأكد من صلاحيتها.

استمارات البحث:

- استمارات تسجيل وجمع البيانات الخاصة بعينة البحث فى متغيرات البحث مرفق (٢)
- استمارة استطلاع رأي السادة الخبراء لأهم الإختبارات البدنية (قيد البحث) التى تم اختيارها مرفق (٣).

الدراسة الإستطلاعية:

قام الباحثون بإجراء دراسة استطلاعية للتعرف على أهم الإختبارات البدنية (قيد البحث) وأهم الإختبارات الخاصة للاختبار القوة العضلية فى رياضة المصارعة للاعبات المسجلات بالاتحاد المصرية للمصارعة وذلك فى الفترة ٣/١٠ / ٢٠٢١م إلى ٣/٢٢ / ٢٠٢١م وذلك من خلال عينه استطلاعية تتكون من (١٦) لاعبة تحت (١٤ سنة) من المجتمع الأسمى للبحث ومن خارج عينه البحث الأساسية وعرض إختبارات القوة العضلية التى توصل إليها الباحثون على (٧) محكم من أعضاء هيئة التدريس بكليات التربية الرياضية فى تخصص التدريب الرياضى (المصارعة) مدربين وعاملين بالمجال الرياضى التخصصى مرفق (١) يتضح ذلك من خلال جدول (٥) أهم الإختبارات البدنية التى توصلت إليها الباحثون للاعبات قيد البحث .

جدول (٥) النسبة المئوية لآراء الخبراء في تحديد اهم الاختبارات البدنية الخاصة (القوة العضلية) للاعبات المصارعة

النسبة %	الاختبارات البدنية	
٥٧.١٤	اختبار القوة القصوى للرجلين باستخدام الديناموميتر.	القوة
٧١.٤٢	اختبار القوة القصوى للذراعين باستخدام الديناموميتر.	
٤٢.٨٥	اختبار القوة القصوى للظهر باستخدام الديناموميتر.	
٥٧.١٤	اختبار قوة القبضة.	
٨٥.٧١	الوثب العمودي لسرجنت	
٥٧.١٤	اختبار أقصى ثقل يمكن رفعه لمرّة واحدة.	

يتضح من جدول (٥) النسبة المئوية لآراء السادة الخبراء حول تحديد أهم الاختبارات البدنية الخاصة بـ (المصارعة) وقد تراوحت الآراء ما بين (٤٢.٨٥% - ٨٥.٧١%) وقد ارتضى الباحثون بالاختبار الذى حصل على نسبة مئوية قدرها ٨٠% فأكثر.

الدراسة الإستطلاعية الثانية صدق وثبات الاختبارات للتأكد من:

- ١- دقة إجراء وتنفيذ الاختبارات.
 - ٢- التأكد من المعاملات العلمية للاختبارات المستخدمة في البحث
 - ٣- قابلية تطبيق الاختبارات بعد التعديلات التي قام بها الخبراء.
 - ٤- مراجعة الشروط والمواصفات الخاصة بالاختبارات.
 - ٥- تحديد زمن كل اختبار بشكل منفرد.
 - ٦- تحديد الراحة البينية بين الاختبارات.
 - ٧- حساب الزمن الكلي الذي يستغرقه المختبر لأداء الاختبارات.
 - ٨- التأكد من تسلسل ترتيب الاختبارات من السهل إلى الصعب.
 - ٩- التأكد من مناسبة بطاقة تسجيل البيانات الناتجة للمختبرين.
- وأسفرت نتائج هذه الدراسة عن التأكد من تحقيق جميع أهدافها.
المعالجة الإحصائية:

استخدم الباحثون البرنامج الإحصائي (Spss) لمعالجة البيانات إحصائياً وقد ارتضى الباحثون بمستوى الدلالة الإحصائية عند (٠,٠٥)، و تم الاستعانة بالأساليب الإحصائية التالية: (المتوسط الحسابي - الوسيط - الانحراف المعياري - معامل التقلطح - معامل الالتواء - اختبار (ت) - معامل

عرض ومناقشة النتائج:

مناقشة نتائج اختبار القوة العضلية " الوثب العمودي لسرجنت ":

جدول (٦) الدرجات الخام والدرجة المعيارية والثانية والرتبة المنينية لدرجات عينة البحث في اختبار القوة العضلية الوثب العمودي لسرجنت لناشئات المصارعة خفيف

م	الدرجة الخام	الدرجة المعيارية الزائنية (z) Standard scores	الدرجة المعيارية الثانية (t) T- scores	الرتبة المنينية Percentile Ranks
١	١٥.٠٠	٠.٧٠	٥٦.٩٩	٧٥.٠٠
٢	١٤.٠٠	-٠.٢١	٤٧.٨٧	٣٨.٣٣
٣	١٢.٠٠	-٢.٠٤	٢٩.٦٣	٦.٦٧
٤	١٦.٠٠	١.٦١	٦٦.١١	٩٨.٣٣

٧٥.٠٠	٥٦.٩٩	٠.٧٠	١٥.٠٠	٥
١٦.٦٧	٣٨.٧٥	١.١٢-	١٣.٠٠	٦
٣٨.٣٣	٤٧.٨٧	٠.٢١-	١٤.٠٠	٧
٦.٦٧	٢٩.٦٣	٢.٠٤-	١٢.٠٠	٨
٧٥.٠٠	٥٦.٩٩	٠.٧٠	١٥.٠٠	٩
٥٦.٦٧	٥٢.٤٣	٠.٢٤	١٤.٥٠	١٠
٩١.٦٧	٦١.٥٥	١.١٦	١٥.٥٠	١١
٧٥.٠٠	٥٦.٩٩	٠.٧٠	١٥.٠٠	١٢
٣٨.٣٣	٤٧.٨٧	٠.٢١-	١٤.٠٠	١٣
٥٦.٦٧	٥٢.٤٣	٠.٢٤	١٤.٥٠	١٤
٧٥.٠٠	٥٦.٩٩	٠.٧٠	١٥.٠٠	١٥
٣٨.٣٣	٤٧.٨٧	٠.٢١-	١٤.٠٠	١٦
٧٥.٠٠	٥٦.٩٩	٠.٧٠	١٥.٠٠	١٧
١٦.٦٧	٣٨.٧٥	١.١٢-	١٣.٠٠	١٨
٢٣.٣٣	٤٣.٣١	٠.٦٧-	١٣.٥٠	١٩
١٦.٦٧	٣٨.٧٥	١.١٢-	١٣.٠٠	٢٠
٣٨.٣٣	٤٧.٨٧	٠.٢١-	١٤.٠٠	٢١
٩١.٦٧	٦١.٥٥	١.١٦	١٥.٥٠	٢٢
٧٥.٠٠	٥٦.٩٩	٠.٧٠	١٥.٠٠	٢٣
٣٨.٣٣	٤٧.٨٧	٠.٢١-	١٤.٠٠	٢٤
٥٦.٦٧	٥٢.٤٣	٠.٢٤	١٤.٥٠	٢٥
٣٨.٣٣	٤٧.٨٧	٠.٢١-	١٤.٠٠	٢٦
٩٨.٣٣	٦٦.١١	١.٦١	١٦.٠٠	٢٧
٧٥.٠٠	٥٦.٩٩	٠.٧٠	١٥.٠٠	٢٨
٣٨.٣٣	٤٧.٨٧	٠.٢١-	١٤.٠٠	٢٩
٦.٦٧	٢٩.٦٣	٢.٠٤-	١٢.٠٠	٣٠

يتضح من جدول (٦) الدرجات الخام والدرجة المعيارية والتائية والرتبة المئينية قد تراوحت الدرجات الخام ما بين (١٢ الى ١٦) درجة في اختبار الوثب العمودي لسرجنت لدى لناشئات المصارعة وزن خفيف.

جدول (٧) الدرجات والتكرار والمستوى المعيارى لاختبار القوة العضلية الوثب العمودي لسرجنت لناشئات المصارعة وزن خفيف

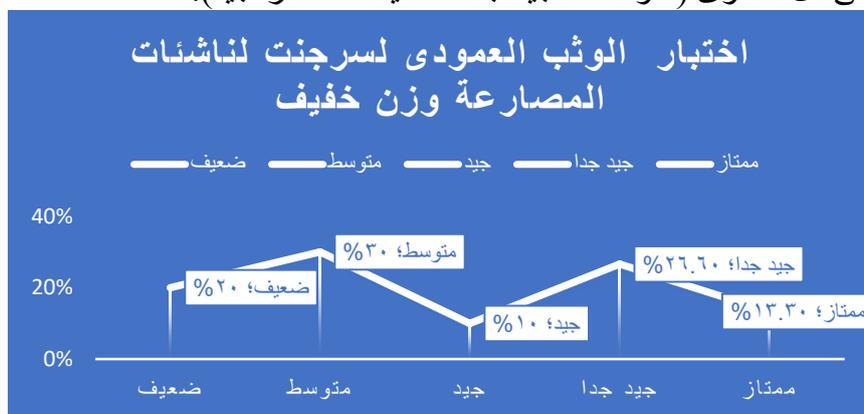
م	الدرجات	التكرار	المستوى المعيارى	مستوى الرتبة المئينية
١	١٢.٠٠	٣	٢٩.٦٣	٦.٦٧
٢	١٣.٠٠	٣	٣٨.٧٥	١٦.٦٧
٣	١٣.٥٠	١	٤٣.٣١	٢٣.٣٣
٤	١٤.٠٠	٨	٤٧.٨٧	٣٨.٣٣
٥	١٤.٥٠	٣	٥٢.٤٣	٥٦.٦٧
٦	١٥.٠٠	٨	٥٦.٩٩	٧٥.٠٠
٧	١٥.٥٠	٢	٦١.٥٥	٩١.٦٧
٨	١٦.٠٠	٢	٦٦.١١	٩٨.٣٣
٣٠				المجموع

يتضح من جدول (٧) أن الدرجات الخام لأجمالي أفراد عينة البحث قد تحددت في (٨) حالات وقد تراوحت مستوى الدرجات المعيارية ما بين (٢٩.٦٣ الى ٦٦.١١) درجة كما تراوحت مستوى الرتبة المئينية ما بين (٦.٦٧ الى ٩٨.٣٣) في اختبار القوة العضلية الوثب العمودي لسرجنت لدى لاعبات المصارعة الناشئات وزن خفيف.

جدول (٨) الدرجات الخام والتقدير والنسبة المئوية وعدد اللعاب في كل تقدير لاختبار القوة العضلية الوثب العمودي لسرجنت لناشئات المصارعة وزن خفيف

التقدير	المستويات المعيارية		النسبة المئوية	عدد اللعاب	الدرجات الخام	م
	من	الى				
ضعيف	٠%	٢٠%	٢٠%	٦	١٣-١٢	١
متوسط	< ٢٠	٤٠%	٣٠%	٩	١٤-١٣.٥	٢
جيد	< ٤٠	٦٠%	١٠%	٣	١٤.٥	٣
جيد جدا	< ٦٠	٨٠%	٢٦.٦%	٨	١٥	٤
ممتاز	< ٨٠%		١٣.٣%	٤	١٦-١٥.٥	٥

يوضح جدول (٨) المستويات المعيارية والدرجات الخام المقابلة لها لاختبار القوة العضلية الوثب العمودي لسرجنت للعبات المصارعة تحت ١٤ سنة وزن خفيف ، حيث بلغت قيم الدرجات الخام التي تقابل المستوى الممتاز من (١٥.٥-١٦ سم) كما بلغت أعداد الناشئات الحاصلات على المستوى الممتاز (٤) ناشئات بنسبة مئوية (١٣.٣%) من العدد الكلي لأفراد العينة، بينما يشمل المستوى جيد جداً من (١٥ سم) كما بلغت أعداد الناشئات الحاصلات على المستوى جيد جداً (٨) ناشئات بنسبة مئوية (٢٦.٦%) من إجمالي العدد الكلي لأفراد العينة ، في حين يشمل المستوى الجيد من (١٤.٥ سم) كما بلغت أعداد الناشئات الحاصلات على المستوى الجيد (٣) ناشئات بنسبة مئوية (١٠%) من العدد الكلي لأفراد العينة ، ويشمل المستوى المتوسط من (١٤-١٣.٥ سم) كما بلغت أعداد الناشئات الحاصلات على المستوى المتوسط (٩) ناشئات بنسبة مئوية (١٠%) من العدد الكلي لأفراد العينة ، بينما يشمل المستوى الضعيف على الدرجات الخام (١٢-١٣ سم) حيث بلغت أعداد الناشئات الحاصلات على المستوى الضعيف هي (٦) ناشئات بنسبة مئوية (٢٠%) من العدد الكلي لأفراد العينة أى أن ترتيب المستويات حسب نسبة العينة في كل مستوى (متوسط – جيد جداً-ضعيف – ممتاز-جيد).



شكل بياني (١)

يوضح شكل بياني (١) النسبة المئوية والتقدير للدرجات الخام في اختبار الوثب العمودي لسرجنت لدى ناشئات المصارعة وزن خفيف

ومن خلال ما سبق يتضح انه يمكن قبول اللعاب الحاصلات على نسبة أعلى من ٦٠% والذين تكون درجاتهم أكبر من ١٥ سم في هذا الإختبار وتم إدراجهم من اللعاب ذات المستوى الجيد جدا واللعبات الحاصلات على نسبة أعلى من ٨٠% والذين تكون درجاتهم أكبر من ١٥.٥ سم في هذا الإختبار وتم إدراجهم ضمن اللعاب ذات المستوى الممتاز أما اللعاب الحاصلات على نسبة أقل من ٦٠% لا يمكن قبولهم ضمن اللعاب الموهوبين

جدول (٩) الدرجات الخام والدرجة المعيارية والتائية والرتبة المئينية لدرجات عينة البحث في اختبار القوة العضلية الوثب العمودي لسرجنت لناشئات المصارعة وزن متوسط

الرتبة المئينية Percentile Ranks	الدرجة المعيارية التائية (t) T- scores	الدرجة المعيارية الزائية (z) Standard scores	الدرجة الخام	م
٣١.٦٧	٤٥.٧٩	٠.٤٢-	١٥.٠٠	١
١٥.٠٠	٤٠.٠٤	١.٠٠-	١٤.٠٠	٢
٥.٠٠	٢٨.٥٥	٢.١٤-	١٢.٠٠	٣
٨.٠٠٠	٥٧.٢٨	٠.٧٣	١٧.٠٠	٤
٩٥.٠٠	٦٣.٠٢	١.٣٠	١٨.٠٠	٥
١٠.٠٠٠	٣٤.٣٠	١.٥٧-	١٣.٠٠	٦
١٥.٠٠٠	٤٠.٠٤	١.٠٠-	١٤.٠٠	٧
٥.٠٠٠	٢٨.٥٥	٢.١٤-	١٢.٠٠	٨
٣١.٦٧	٤٥.٧٩	٠.٤٢-	١٥.٠٠	٩
١٠.٠٠٠٠	٧٤.٥١	٢.٤٥	٢٠.٠٠	١٠
٤٨.٣٣	٤٨.٦٦	٠.١٣-	١٥.٥٠	١١
٣١.٦٧	٤٥.٧٩	٠.٤٢-	١٥.٠٠	١٢
٥٦.٦٧	٥١.٥٣	٠.١٥	١٦.٠٠	١٣
٦٨.٣٣	٥٤.٤٠	٠.٤٤	١٦.٥٠	١٤
٣١.٦٧	٤٥.٧٩	٠.٤٢-	١٥.٠٠	١٥
٦٨.٣٣	٥٤.٤٠	٠.٤٤	١٦.٥٠	١٦
٤٨.٣٣	٤٨.٦٦	٠.١٣-	١٥.٥٠	١٧
٨.٠٠٠٠	٥٧.٢٨	٠.٧٣	١٧.٠٠	١٨
٨٨.٣٣	٦٠.١٥	١.٠١	١٧.٥٠	١٩
٥٦.٦٧	٥١.٥٣	٠.١٥	١٦.٠٠	٢٠
٣١.٦٧	٤٥.٧٩	٠.٤٢-	١٥.٠٠	٢١
٦٨.٣٣	٥٤.٤٠	٠.٤٤	١٦.٥٠	٢٢
٣١.٦٧	٤٥.٧٩	٠.٤٢-	١٥.٠٠	٢٣
٨.٠٠٠٠	٥٧.٢٨	٠.٧٣	١٧.٠٠	٢٤
٣١.٦٧	٤٥.٧٩	٠.٤٢-	١٥.٠٠	٢٥
٥٦.٦٧	٥١.٥٣	٠.١٥	١٦.٠٠	٢٦
٨٨.٣٣	٦٠.١٥	١.٠١	١٧.٥٠	٢٧
٣١.٦٧	٤٥.٧٩	٠.٤٢-	١٥.٠٠	٢٨
٩٥.٠٠٠	٦٣.٠٢	١.٣٠	١٨.٠٠	٢٩
٦٨.٣٣	٥٤.٤٠	٠.٤٤	١٦.٥٠	٣٠

يتضح من جدول (٩) الدرجات الخام والدرجة المعيارية والتائية والرتبة المئينية قد تراوحت الدرجات الخام ما بين (١٢ الى ٢٠) درجة في اختبار الوثب العمودي لسرجنت لدى ناسئات المصارعة وزن متوسط.

جدول (١٠) الدرجات والتكرار والمستوى المعيارى لاختبار القوة العضلية الوثب العمودي لسرجنت لناشئات المصارعة وزن متوسط

مستوى الرتبة المئينية	المستوى المعيارى	التكرار	الدرجات	م
٥.٠٠٠	٢٨.٥٥	٢	١٢.٠٠	١
١٠.٠٠٠	٣٤.٣٠	١	١٣.٠٠	٢
١٥.٠٠٠	٤٠.٠٤	٢	١٤.٠٠	٣
٣١.٦٧	٤٥.٧٩	٨	١٥.٠٠	٤

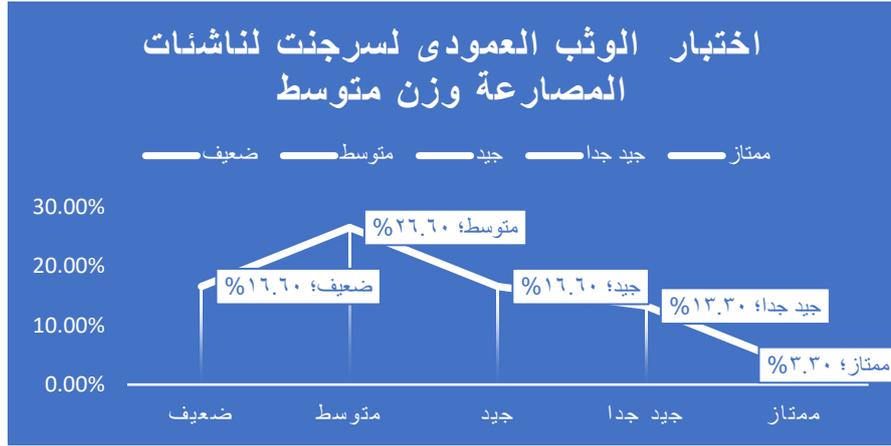
٤٨.٣٣	٤٨.٦٦	٢	١٥.٥٠	٥
٥٦.٦٧	٥١.٥٣	٣	١٦.٠٠	٦
٦٨.٣٣	٥٤.٤٠	٤	١٦.٥٠	٧
٨٠.٠٠	٥٧.٢٨	٣	١٧.٠٠	٨
٨٨.٣٣	٦٠.١٥	٢	١٧.٥٠	٩
٩٥.٠٠	٦٣.٠٢	٢	١٨.٠٠	١٠
١٠٠.٠٠	٧٤.٥١	١	٢٠.٠٠	١١
٣٠				المجموع

يتضح من جدول (١٠) أن الدرجات الخام لأجمالي أفراد عينة البحث قد تحددت في (١١) حالات وقد تراوحت مستوى الدرجات المعيارية ما بين (٢٨.٥٥ الى ٧٤.٥١) درجة كما تراوحت مستوى الرتبة المئينية ما بين (٥.٠٠ الى ١٠٠) في اختبار القوة العضلية الوثب العمودي لسرجنت لدى لاعبات المصارعة الناشئات وزن متوسط.

جدول (١١) الدرجات الخام والتقدير والنسبة المئوية وعدد اللاعبات في كل تقدير لاختبار القوة العضلية الوثب العمودي لسرجنت لناشئات المصارعة وزن متوسط

التقدير	المستويات المعيارية		النسبة المئوية	عدد اللاعبات	الدرجات الخام	م
	من	الى				
ضعيف	٠%	٢٠%	١٦.٦%	٥	١٢-١٤	١
متوسط	< ٢٠%	٤٠%	٢٦.٦%	٨	١٥	٢
جيد	< ٤٠%	٦٠%	١٦.٦%	٥	١٥.٥-١٦	٣
جيد جدا	< ٦٠%	٨٠%	١٣.٣%	٤	١٦.٥	٤
ممتاز	< ٨٠%		٣.٣%	١	١٧-٢٠	٥

يوضح جدول (١١) المستويات المعيارية والدرجات الخام المقابلة لها لاختبار القوة العضلية الوثب العمودي لسرجنت للاعبات المصارعة وزن متوسط تحت ١٤ سنة وزن متوسط ، حيث بلغت قيم الدرجات الخام التي تقابل المستوى الممتاز من (١٧-٢٠سم) كما بلغت أعداد الناشئات الحاصلات على المستوى الممتاز (١) ناشئة بنسبة مئوية (٣.٣%) من العدد الكلي لأفراد العينة، بينما يشمل المستوى جيد جداً من (١٦.٥ سم) كما بلغت أعداد الناشئات الحاصلات على المستوى جيد جداً (٨) ناشئات بنسبة مئوية (١٣.٣%) من إجمالي العدد الكلي لأفراد العينة ، في حين يشمل المستوى الجيد من (١٥.٥-١٦ سم) كما بلغت أعداد الناشئات الحاصلات على المستوى الجيد (٥) ناشئات بنسبة مئوية (١٦.٦%) من العدد الكلي لأفراد العينة ، ويشمل المستوى المتوسط من (١٥ سم) كما بلغت أعداد الناشئات الحاصلات على المستوى المتوسط (٨) ناشئات بنسبة مئوية (٢٦.٦%) من العدد الكلي لأفراد العينة ، بينما يشمل المستوى الضعيف على الدرجات الخام (١٢-١٤ سم) حيث بلغت أعداد الناشئات الحاصلات على المستوى الضعيف هي (٥) ناشئات بنسبة مئوية (١٦.٦%) من العدد الكلي لأفراد العينة أي أن ترتيب المستويات حسب نسبة العينة في كل مستوى (متوسط - جيد جداً - ضعيف - جيد - ممتاز) .



شكل بياني (٢)

يوضح شكل بياني (٢) النسبة المئوية والتقديرية للدرجات الخام في اختبار الوثب العمودي لسرجت لدى ناشئات المصارعة الوزن المتوسط

ومن خلال ما سبق يتضح انه يمكن قبول اللاعبات الحاصلات على نسبة أعلى من ٦٠% والذين تكون درجاتهم أكبر من ١٦ سم في هذا الإختبار وتم إدراجهم من اللاعبات ذات المستوى الجيد جدا واللاعبات الحاصلات على نسبة أعلى من ٨٠% والذين تكون درجاتهم أكبر من ١٧ سم في هذا الإختبار وتم إدراجهم ضمن اللاعبات ذات المستوى الممتاز أما اللاعبات الحاصلات على نسبة أقل من ٦٠% لا يمكن قبولهم ضمن اللاعبات الموهوبين

جدول (١٢) الدرجات الخام والدرجة المعيارية والثانية والرتبة المنينية لدرجات عينة البحث في اختبار القوة العضلية الوثب العمودي لسرجت ناشئات المصارعة وزن ثقيل

م	الدرجة الخام	الدرجة المعيارية (z) الزائنية	الدرجة المعيارية (t) الثانية	الرتبة المنينية Percentile Ranks
١	١٦.٠٠	-١.٠٤	٣٩.٦٣	١٣.٣٣
٢	١٩.٠٠	١.٠٨	٦٠.٨٥	٧٨.٣٣
٣	١٧.٠٠	-٠.٣٣	٤٦.٧٠	٥١.٦٧
٤	١٨.٠٠	٠.٣٨	٥٣.٧٧	٦٦.٦٧
٥	١٦.٥٠	-٠.٦٨	٤٣.١٦	٣٣.٣٣
٦	١٩.٥٠	١.٤٤	٦٤.٣٨	٩١.٦٧
٧	١٩.٥٠	١.٤٤	٦٤.٣٨	٩١.٦٧
٨	١٦.٠٠	-١.٠٤	٣٩.٦٣	١٣.٣٣
٩	١٩.٠٠	١.٠٨	٦٠.٨٥	٧٨.٣٣
١٠	١٦.٥٠	-٠.٦٨	٤٣.١٦	٣٣.٣٣
١١	١٧.٥٠	٠.٠٢	٥٠.٢٤	٦١.٦٧
١٢	١٩.٥٠	١.٤٤	٦٤.٣٨	٩١.٦٧
١٣	١٥.٠٠	-١.٧٤	٣٢.٥٥	٣.٣٣
١٤	١٩.٠٠	١.٠٨	٦٠.٨٥	٧٨.٣٣
١٥	١٩.٥٠	١.٤٤	٦٤.٣٨	٩١.٦٧

٣٣.٣٣	٤٣.١٦	٠.٦٨-	١٦.٥٠	١٦
١٣.٣٣	٣٩.٦٣	١.٠٤-	١٦.٠٠	١٧
٥١.٦٧	٤٦.٧٠	٠.٣٣-	١٧.٠٠	١٨
٧٠.٠٠	٥٧.٣١	٠.٧٣	١٨.٥٠	١٩
٣٣.٣٣	٤٣.١٦	٠.٦٨-	١٦.٥٠	٢٠
٦١.٦٧	٥٠.٢٤	٠.٠٢	١٧.٥٠	٢١
١٣.٣٣	٣٩.٦٣	١.٠٤-	١٦.٠٠	٢٢
٥١.٦٧	٤٦.٧٠	٠.٣٣-	١٧.٠٠	٢٣
٣٣.٣٣	٤٣.١٦	٠.٦٨-	١٦.٥٠	٢٤
٧٨.٣٣	٦٠.٨٥	١.٠٨	١٩.٠٠	٢٥
٣٣.٣٣	٤٣.١٦	٠.٦٨-	١٦.٥٠	٢٦
١٣.٣٣	٣٩.٦٣	١.٠٤-	١٦.٠٠	٢٧
١٠٠.٠٠	٦٧.٩٢	١.٧٩	٢٠.٠٠	٢٨
٣٣.٣٣	٤٣.١٦	٠.٦٨-	١٦.٥٠	٢٩
٥١.٦٧	٤٦.٧٠	٠.٣٣-	١٧.٠٠	٣٠

يتضح من جدول (١٢) الدرجات الخام والدرجة المعيارية والتائية والرتبة المئينية قد تراوحت الدرجات الخام ما بين (١٥ الى ٢٠) درجة فى اختبار الوثب العمودى لسرجنت لدى ناشئات المصارعة وزن الثقيل.

جدول (١٣) الدرجات والتكرار والمستوى المعيارى لاختبار القوة العضلية الوثب العمودى لسرجنت لناشئات المصارعة وزن ثقيل

م	الدرجات	التكرار	المستوى المعيارى	مستوى الرتبة المئينية
١	١٥.٠٠	١	٣٢.٥٥	٣.٣٣
٢	١٦.٠٠	٥	٣٩.٦٣	١٣.٣٣
٣	١٦.٥٠	٧	٤٣.١٦	٣٣.٣٣
٤	١٧.٠٠	٤	٤٦.٧٠	٥١.٦٧
٥	١٧.٥٠	٢	٥٠.٢٤	٦١.٦٧
٦	١٨.٠٠	١	٥٣.٧٧	٦٦.٦٧
٧	١٨.٥٠	١	٥٧.٣١	٧٠.٠٠
٨	١٩.٠٠	٤	٦٠.٨٥	٧٨.٣٣
٩	١٩.٥٠	٤	٦٤.٣٨	٩١.٦٧
١٠	٢٠.٠٠	١	٦٧.٩٢	١٠٠.٠٠
٣٠				المجموع

يتضح من جدول (١٣) أن الدرجات الخام لأجمالى أفراد عينة البحث قد تحددت فى (١٠) حالات وقد تراوحت مستوى الدرجات المعيارية ما بين (٣٢.٥٥ الى ٦٧.٩٢) درجة كما تراوحت مستوى الرتبة المئينية ما بين (٣.٣٣ الى ١٠٠) فى اختبار القوة العضلية الوثب العمودى لسرجنت لدى لاعبات المصارعة الناشئات وزن الثقيل.

جدول (١٤) الدرجات الخام والتقدير والنسبة المئوية وعدد اللاعبات في كل تقدير لاختبار القوة العضلية الوثب العمودي لسرجنت لناشئات المصارعة وزن الثقيل

التقدير	المستويات المعيارية		النسبة المئوية	عدد اللاعبات	الدرجات الخام	م
	من	الى				
ضعيف	٠%	٢٠%	٢٠%	٦	١٦-١٥	١
متوسط	< ٢٠	٤٠%	٢٣.٣%	٧	١٦.٥	٢
جيد	< ٤٠	٦٠%	١٣.٣%	٤	١٧	٣
جيد جدا	< ٦٠	٨٠%	٢٦.٦%	٨	١٩-١٧.٥	٤
ممتاز	< ٨٠%		١٦.٦%	٥	٢٠-١٩.٥	٥

يوضح جدول (١٤) المستويات المعيارية والدرجات الخام المقابلة لها لاختبار القوة العضلية الوثب العمودي لسرجنت للاعبات المصارعة وزن الثقيل تحت ١٤ سنة ، حيث بلغت قيم الدرجات الخام التي تقابل المستوى الممتاز من (١٩.٥-٢٠سم) كما بلغت أعداد الناشئات الحاصلات على المستوى الممتاز (٥) ناشئات بنسبة مئوية (١٦.٦%) من العدد الكلي لأفراد العينة، بينما يشمل المستوى جيد جداً من (١٧.٥-١٩ سم) كما بلغت أعداد الناشئات الحاصلات على المستوى جيد جداً (٨) ناشئات بنسبة مئوية (٢٦.٦%) من إجمالي العدد الكلي لأفراد العينة ، في حين يشمل المستوى الجيد من (١٧ سم) كما بلغت أعداد الناشئات الحاصلات على المستوى الجيد (٤) ناشئات بنسبة مئوية (١٣.٣%) من العدد الكلي لأفراد العينة ، ويشمل المستوى المتوسط من (١٦.٥ سم) كما بلغت أعداد الناشئات الحاصلات على المستوى المتوسط (٧) ناشئات بنسبة مئوية (٢٣.٣%) من العدد الكلي لأفراد العينة ، بينما يشمل المستوى الضعيف على الدرجات الخام (١٥-١٦ سم) حيث بلغت أعداد الناشئات الحاصلات على المستوى الضعيف هي (٦) ناشئات بنسبة مئوية (٢٠%) من العدد الكلي لأفراد العينة أي أن ترتيب المستويات حسب نسبة العينة في كل مستوى (جيد جداً-متوسط-ضعيف-جيد - ممتاز) .



شكل بياني (٣)

يوضح شكل بياني (٣) النسبة المئوية والتقدير للدرجات الخام في اختبار الوثب العمودي لسرجنت لدى ناشئات المصارعة وزن ثقيل

وتوصل الباحثون أنه يمكن من خلال هذه المئينيات وضع الناشئات في تصنيف طبقاً للدرجة الخام ابتداءً من ضعيف حتى ممتاز تبعاً للترتيب المئيني لدرجة الاختبار ، حيث صنف الباحثون المستويات كما يلي: (مستوى ضعيف أقل من ٠% حتى ٢٠% - مستوى متوسط من

٢١% حتى ٤٠% - مستوى جيد من ٤١% حتى ٦٠% - مستوى جيد جداً من ٦١% حتى ٨٠% - مستوى ممتاز من ٨٠% فأكثر) وبذلك يمكن التعرف على مستوى السرعة في أداء الاختبار للاعبات المصارعة تحت ١٤ سنة ، ومن هنا يؤكد الباحثون على مدى الأهمية الكبيرة لهذه المستويات المعيارية و المئينيات للمدربين في هذه المرحلة السنوية لتقييم اختبارات .
ومن خلال ما سبق يتضح انه يمكن قبول اللاعبات الحاصلات على نسبة أعلى من ٦٠% والذين تكون درجاتهم أكبر من ١٧ سم في هذا الإختبار وتم إدراجهم من اللاعبات ذات المستوى الجيد جدا واللاعبات الحاصلات على نسبة أعلى من ٨٠% والذين تكون درجاتهم أكبر من ١٩ سم في هذا الإختبار وتم إدراجهم ضمن اللاعبات ذات المستوى الممتاز أما اللاعبات الحاصلات على نسبة أقل من ٦٠% لا يمكن قبولهم ضمن اللاعبات الموهوبين

وهذا ما يؤكد "عبد العزيز أحمد مديقش" (٢٠٢٠م) أن القوة ترتبط بمعظم المتطلبات البدنية بمعظم الرياضات وهي عنصر أساسي لتحقيق التفوق الرياضي. (٤: ٢٠٠)
يشير الباحثون الى أن هذا الترتيب يدل على مدى أهمية القوة العضلية للاعبات المصارعة حيث أشار نتائج دراسة بالاريس، خيسوس جارسيا وآخرون Pallarés, et al Jesús García (٢٠١٢) الى انه يوجد اختلاف بين اللاعبات ذات المستوى المتقدم ولأقل في المستوى و التي اتفقت مع دراسات سابقة للرجال . أن القوة تمنح المصارعات النخبة ميزة واضحة خلال تقنيات أو حركات المهارية الأكثر استخدامًا (على سبيل المثال، حمل رجل الإطفاء، سوبليكس، وساق مزدوجة). (١٤: ٨٠٠)

وهذا ما أكده زي هونغ وآخرون Zi-Hong et al (٢٠١٣) يحتاج المصارعون إلى القوة لأداء المناورات التي تؤدي إلى السيطرة على الخصم. (١٥: ٢٣٩٠)
وبذلك يكون تم الإجابة على تساؤل البحث الذي ينص على: ما المستويات المعيارية لاختبار (القوة العضلية) لـ "المصارعة" المستخدمة في الدراسة؟

الإستنتاجات

إستناداً إلى ما أظهر نتائج البحث وفي ضوء هدف وتساؤل البحث وما تم من إجراءات وفي حدود عينة الدراسة فقد توصل الباحثون إلى الإستنتاجات الآتية:

أوضحت نتائج الدراسة من خلال الجدول التالي الفروق بين المستويات (ممتاز - جيد جدا - جيد - متوسط - ضعيف) للناشئات لكل فئة وزنية

التقديرات					فئة الوزن
ممتاز	جيد جدا	جيد	متوسط	ضعيف	
١٦-١٥.٥	١٥	١٤.٥	١٤-١٣.٥	١٣-١٢	الخفيف
٢٠-١٧	١٦.٥	١٦-١٥.٥	١٥	١٤-١٢	المتوسط
٢٠-١٩.٥	١٩-١٧.٥	١٧	١٦.٥	١٦-١٥	الثقيل

التوصيات

استخدام الاختبار (القوة العضلية) والاسترشاد بجدول المستويات المعيارية لاختبار في إنتقاء الناشئات وتقييمهن وتدريبهن للارتقاء بمستوياتهم المهارية.

اطلاع الإتحاد المصري لرياضة المصارعة على نتائج هذا البحث للأخذ بما ورد في نتائجها عند انتقاء أو تدريب الناشئات.
المراجع:

١. إبراهيم فوزي مصطفى وعماد صبرى صليب (٢٠١١م): تأثير تنمية القوة القصوى والقوة المميزة بالسرعة على بعض القدرات البدنية الخاصة وديناميكية أداء مهارة رفعة الوسط العكسية في رياضة المصارعة، المجلة العلمية لعلوم التربية البدنية والرياضة، العدد السابع عشر - سبتمبر - المجلد الأول.
٢. أحمد محمود المرشدى (٢٠٢٠م): تأثير تدريبات المقاومة الكلية TRX على القوة المتوازنة لعضلات الطرف السفلي ومستوى الأداء لمهارتى تغيير مستوى الجسم والاختراق لناشئى المصارعة الحرة، مجلة أسيوط لعلوم وفنون التربية الرياضية، العدد ٥٢ الجزء ١.
٣. أميرة محمد دهام (٢٠٢٠م): المبادئ الأساسية فى التدريب الرياضى، مركز الكتاب للنشر، دار الفكر العربى.
٤. أيمن مسلم سليمان (٢٠١٧م): تأثير برنامج تدريبي مقترح باستخدام تمرينات مقاومة الجسم TRX على بعض المكونات البدنية الخاصة ومستوى أداء مهار السننير الخلفى لمصارعي الوادي الجديد، مجلة كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الزقازيق.
٥. إيهاب محمد فوزى البديوي وهيه روى أبو المعاطي ومحمد سعد غرابه (٢٠٢٠م): تأثير تدريبات المقاومة الباليستية في تطوير بعض المتغيرات البدنية ومستوى أداء مهارة رجل المطافي للمصارعة النسائية، مجلة تطبيقات علوم الرياضة، مجلد ٦، العدد ١٠٤
٦. ريسان خريبط مجيد (٢٠١٧م): إنتقاء المواهب الرياضية خطوات للعالمية، دار الفكر العربى، ط١، القاهرة
٧. ريسان خريبط مجيد، أبو العلا أحمد عبد الفتاح (٢٠١٦م): التدريب الرياضى، ط١، مركز الكتاب للنشر.
٨. عبد العزيز احمد مديفش (٢٠٢٠م) : التدريب الرياضى والإعداد البدنى، مركز الكتاب للنشر، ط١.
٩. عماد صبرى صليب (٢٠١٩م): فاعلية استخدام أداة التدريب T.R.X على مستوى الأداء البدنى والمهارى لناشئى المصارعة، المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة، المجلد ٨٧، سبتمبر جزء ١.
١٠. محمد صبحي حسنين (٢٠٠٤م): القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضة، الجزء الأول، الطبعة الرابعة، دار الفكر العربى، القاهرة
١١. محمد نصر الدين رضوان (٢٠١٧م) : محددات إنتقاء الموهوبين فى الألعاب الرياضية، ط١، مركز الكتاب والنشر.
١٢. مدحت صالح سيد (٢٠١٩م) : إستراتيجيات التدريب الرياضى لناشئى، مركز الكتاب الحديث
١٣. وجدى مصطفى الفاتح(٢٠١٤م) : الموسوعة العلمية لتدريب الناشئين فى المجال الرياضى.

14.Pallarés, Jesús García ,López-Gullón, José María , Torres-Bonete, María D ,Izquierdo, Mikel (2012) : Physical Fitness

Factors to Predict Female Olympic Wrestling Performance and Sex Differences , Journal of Strength and Conditioning

Research: March 2012 - Volume 26 - Issue 3 - p 794-803,

doi:10.1519/JSC.0b013e31824741e7

- 15.Zi-Hong H, Lian-Shi F, Hao-Jie Z, Kui-Yuan X, Feng-Tang C, Da-Lang T, Ming-Yi L, Lucia A, Fleck SJ (2013):Physiological Profile Of Elite Chinese Female Wrestlers. J Strength Cond Res.