

وضع بطارية اختبار لبعض القدرات البدنية الخاصة لناشئى المصارعة الرومانية اليونانية (١٢) سنة

د / عبد الرحمن مصطفى محمد مصطفى الزارع (*)

المخلص :

تهدف الدراسة إلى وضع بطارية اختبار لبعض القدرات البدنية الخاصة لناشئى المصارعة الرومانية اليونانية للمرحلة السنية ١٢ سنة واستخدم الباحث المنهج الوصفى 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 الحركى الخاص, المرونة, التحمل العضلى الثابت, التحمل العضلى 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 السنية ١٢ سنة حتى تكون بمثابة أساس لاختيار المتقدمين للعبة.

Abstract

The study aims to develop a test battery for some special physical abilities of Roman-Greek wrestling juniors for the age group 12 years. The researcher used the descriptive approach to suit the nature of the study. The research sample consisted of 20 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 (12) tests. The researcher recommended setting up a battery of tests for physical abilities to select wrestling players for the 12-year-old stage in order to serve as a basis for selecting applicants for the game.

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

مقدمة ومشكلة البحث:

تعتبر المصارعة من أنشطة النزال الفردى كما تمنح ممارستها فرصه التعبير عن النفس وتعتمد النتيجة النهائية للمباراة على مسؤوليته الخاصة وكذلك تتطلب قدرات بدنية خاصة لذا فأن 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 تنافس اولمبيا وجد ان المشكلة تكمن من البداية وهى اهم نقطة لتبنى عليها الرياضة حيث انه لا توجد اى اسس علمية 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, اذ ان الانتقاء غير الدقيق الذى لايستند 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 (١٢) سنة, لذا لجأ الباحث الى وضع بطارية اختبار للقدرات البدنية والتي تعد بمثابة مؤشر فى عملية انتقاء المصارعين لهذه المرحلة السنوية.

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 جبهة 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. (٨ : ٤٨)

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 أداء الاختبار. (٧ : ١٣)

ويري 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 الجهمي. التابعى والمائينى. (٤: ٢٧١)

ويضيف كولنز وهودجيز 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 ١٢ سنة.

تساؤلات البحث :

ما هي بطارية الاختبار الخاصة بالقدرات البدنية للاعبى المصارعة اليونانية الرومانية للمرحلة السنية ١٢ 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 والأنواع

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 المهارات الحركية الاساسية للعبة (محمد رضا حافظ الروبيى , واخرون. ٢٠١٦. ص٢٣)

- المصارعة اليونانية - الرومانية : **Greco - Roman Wrestling**

نمط من أنماط المصارعة تطبق فيه المسكات على الجزء العلوى للجسم (الجزع - 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 ٢ اسنة المسجلين بالاتحاد المصري للمصارعة من الحاصلين على مراكز (اول. ثاني) فى البطولة للعام الرياضى ٢٠١٩/٢٠٢٠م, وبلغ عدد أفراد العينة (٢٠) لاعب.

جدول (١)

توصيف عينة البحث فى المرحلة السنية (١٢)

المرحلة الأولى	أوزان اللاعبين	تقسيم الفئات	إعداد اللاعبين	المرحلة الأولى
١	٢٩	خفيف	٢	٢
٢	٣٢	خفيف	٢	٢
٣	٣٥	خفيف	٢	٢
٤	٣٨	خفيف	٢	٢
٥	٤٢	متوسط	٢	٢
٦	٤٧	متوسط	٢	٢
٧	٥٣	متوسط	٢	٢
٨	٥٩	متوسط	٢	٢
٩	٦٦	ثقل	٢	٢
١٠	٧٢	ثقل	٢	٢
إجمالى	١٠	٢	٢٠	٢٠

جدول (٢)
توصيف عينة البحث في المرحلة السنوية (١٢)

م	رقم القيد	الاسم	الوزن	الفئة	المنطقة	النادي
١	19812	محمد عماد محمد عبد الحميد	29كجم	خفيف	الإسكندرية	النادي الأولمبي
٢	19725	عبدالله أحمد سمير حسونه	29كجم	خفيف	الإسماعيلية	نادي القناة الرياضي
٣	16283	عمر أحمد السيد محمد أحمد	32كجم	خفيف	الإسكندرية	المؤسسة الرياضية العسكرية
٤	19663	محمد هاني السيد إبراهيم	32كجم	خفيف	أسيوط	المؤسسة الرياضية العسكرية
٥	16282	محمد صلاح علي محمد القططي	35كجم	خفيف	الإسكندرية	المؤسسة الرياضية العسكرية
٦	15881	يس أحمد صبحي أحمد محمد	35كجم	خفيف	القاهرة	المصريه للإتصالات
٧	18942	إبراهيم عطيه إبراهيم عطيه	38كجم	خفيف	أسيوط	م.ش. ناصر
٨	19463	عمار بلال فتحي محمد حبيبه	38كجم	خفيف	الجيزة	نادي الإعلاميين الرياضي
٩	16963	علي محمد فتحي طوخي مبارك	42كجم	متوسط	الجيزة	م.ش. إمبابه
١٠	18440	إبراهيم أحمد إبراهيم أحمد حفني	42كجم	متوسط	الإسكندرية	النادي الأولمبي
١١	17407	محمد وليد حسين حماده أبوالمجد	47كجم	متوسط	القاهرة	مشروع قومي - م.ش. أبو السعود
١٢	18659	عبدالرحمن فتحي مصطفى مصطفى مصطفى	47كجم	متوسط	دمياط	م.ش. فاراسكور
١٢	17579	يوسف وليد المتولي علي	53كجم	متوسط	كفر الشيخ	م.ش. بيلا
١٤	19473	محمود ياسر عادل محمود عبده	53كجم	متوسط	بورسعيد	نادي بورفؤاد
١٥	18560	أشرف محمد حمدي محسوب إسماعيل	59كجم	متوسط	الغربية	نادي ٢٣ يوليو
١٦	16654	يوسف أحمد سيف الدين سعيد	59كجم	متوسط	الإسكندرية	المؤسسة الرياضية العسكرية
١٧	19418	مصطفى أحمد إبراهيم محمد الزغبى	66كجم	ثقل	الغربية	نادي ٢٣ يوليو
١٨	19154	زياد أحمد فتحي أحمد محمد	66كجم	ثقل	الدقهلية	م.ش. إستاناد المنصورة
١٩	18573	عبدالله حمدي محمود محمد عبدالله	73كجم	ثقل	الغربية	نادي ٢٣ يوليو
٢٠	19150	السيد أحمد مصطفى حسنين	73كجم	ثقل	الدقهلية	م.ش. إستاناد المنصورة

جدول (٣)

آراء السادة الخبراء في عناصر اللياقة البدنية للاعبين المصارعة اليونانية - الرومانية في المرحلة السنوية ١٢ سنة (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
		التحمل	١٤	١	%٩٣
٣	التحمل	عضلي	١٥	-	%١٠٠
		ثابت	١٣	٢	%٨٧
		تحمل السرعة	١٤	١	%٩٣
		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

تحديد عناصر اللياقة البدنية للاعبين المصارعة اليونانية - الرومانية للمرحلة (١٢) سنة : من خلال إطلاع الباحث على الدراسات والبحوث السابقة، قام الباحث بتحديد عناصر اللياقة البدنية للاعبين 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 الرأى في مدى مناسبة عناصر اللياقة البدنية للاعبين المصارعة اليونانية - الرومانية من عدمه لموضوع البحث، وجدول (٧) يوضح ذلك

يتضح من جدول (٥) أن النسبة المئوية لآراء الخبراء حول مدى مناسبة عناصر اللياقة البدنية للاعبين المصارعة اليونانية- الرومانية في المرحلة السنوية ١٢ سنة قد تراوحت ما بين (٨٧% : ١٠٠%)، وبناءً على آراء السادة الخبراء تم الموافقة على جميع عناصر اللياقة البدنية للاعبين المصارعة اليونانية- الرومانية في المرحلة السنوية ١٢ سنة، وذلك لحصولها على نسبة أكبر من ٧٠% من آراء السادة الخبراء.

ثانياً: تحديد أهم الاختبارات الخاصة لعناصر اللياقة البدنية الخاصة للاعبين المصارعة اليونانية - الرومانية للمرحلة (١٢) سنة ويتضح ذلك من خلال مرفق (٤).

جدول (٤)

آراء السادة الخبراء في اختبارات لعناصر اللياقة البدنية الخاصة بلاعبي المصارعة في المرحلة السنوية ١٢ سنة (ن = ١٥)

م	العنصر	الأنواع	الاختبارات		وحدة القياس	موافق	غير موافق	نسبة الموافقة %
١		القوة الانفجارية	أختبار تطويق الذراع والرمي من فوق الظهر (براولية شاكوش) ١ محاولة		ثانية اقل زمن	١٠	٥	٦٧ %
٢		السرعة بالسرعة	أختبار الكوبري ٣ محاولات		ثانية اقل زمن	١٠	٥	٦٧ %
٣		السرعة الحركية	أختبار مسك الذراع وتطويق الرقبة الرمي من فوق المقعدة (انكا رقبة) ١ محاولة		ثانية اقل زمن	١٠	٥	٦٧ %
٤	تحمل عضلي	ثابت	أختبار الانبطاح المائل مع الثبات (ضغط ثابت اقصى زمن)		ثانية اكبر زمن	١٢	٣	٨٠ %
			أختبار الانبطاح المائل مع ثني الذراعين (ضغط مفتوح اقصى 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 %
			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 الخاصة	المسافة افقى		اقل مسافة سم	١٥	-	١٠٠ %
			أختبار الكوبري		اكبر مسافة سم	١٥	-	١٠٠ %
٦		الرشاقة الخاصة	أختبار الكوبري ١٠ ث اداء		ثانية اكبر عدد	١٣	٢	٨٧ %
٧		الأتزان	أختبار الأتزان الثابت (الكوبري) رفع القدم اليمنى لاعلى اقصى (زمن)		ثانية اقصى زمن	١١	٤	٧٣ %
٨		التحمل 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 السنوية

١٢ سنة :

قام الباحث بوضع مجموعة من اختبارات لعناصر اللياقة البدنية الخاصة بلاعبي المصارعة للمرحلة السنوية ١٢ 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 السنوية ١٢ سنة لحساب صدق الاستبيان استخدم الباحث الطرق التالية :

قام الباحث بعرض اختبارات لعناصر اللياقة البدنية الخاصة بلاعبي المصارعة في المرحلة السنوية ١٢ سنة على مجموعة من الخبراء قوامها (١٥) خبراء وذلك لإبداء الرأي في ملائمة الاختبارات لعناصر اللياقة البدنية الخاصة بلاعبي المصارعة في المرحلة السنوية ١٢ 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% : ١٠٠%)، وبناءً على آراء السادة الخبراء تم الموافقة على اختبارات عناصر اللياقة البدنية للاعبي المصارعة اليونانية - الرومانية في المرحلة السنوية ١٢ 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 - ائزان) عناصر اللياقة البدنية والاختبارات الخاصة بكل عنصر.

جدول (٥)

عناصر اللياقة البدنية الخاصة في المصارعة والاختبارات الخاصة المطبقة

م	العنصر	الاختبارات	وحدة القياس
١	القوة الانفجارية	أختبار تطويق الذراع والرمي من فوق الظهر (براولية شاكوش) ١ محاولة	ثانية اقل زمن
٢	القوة المميزة بالسرعة	أختبار الكوبري ٣ محاولات	ثانية اقل زمن
٣	السرعة الحركية	أختبار مسك الذراع وتطويق الرقبة الرمي من فوق المقعدة (انكا رقبة) ١ محاولة	ثانية اقل زمن
٤	التحمل العضلي الثابت	أختبار الانبطاح المائل مع الثبات (ضغط ثابت اقصى زمن)	ثانية اكبر زمن
٥	التحمل العضلي المتحرك	أختبار الانبطاح المائل مع ثنى الذراعين (ضغط مفتوح اقصى عدد بدون زمن)	اكبر عدد

تابع جدول (٥)
عناصر اللياقة البدنية الخاصة في المصارعة والاختبارات الخاصة المطبقة

م	العنصر	الاختبارات	وحدة القياس
٦	تحمل السرعة	أختبار تحمل السرعة ٣٠ ث الاداء المتكرر للبراولية شاكوش	ثانية اكبر عدد
٧	تحمل القوة	أختبار تحمل اداء ١٥ ث الاداء مسك الذراع وتطوير الرقبة الرمي من فوق المقعدة (انكار رقبة)	ثانية اكبر عدد
٨	المرونة الخاصة	أختبار الكوبري المسافة الافقى	اقل مسافة سم
٩	المرونة الخاصة	أختبار الكوبري المسافة العمودي	اكبر مسافة سم
١٠	الرشاقة الخاصة	أختبار الكوبري ١٠ ث اداء	ثانية اكبر عدد
١١	الاتزان الثابت الخاص	أختبار الاتزان الثابت (الكوبري رفع القدم اليمني لاعلى اقصى زمن)	ثانية اقصى زمن
١٢	الاتزان الحركي الخاص	أختبار ٥ كوبري ثم المشى مستقيم	ابعد مسافة متر

جدول (٦)

يوضح ترتيب إجراء الاختبارات وفقا

م	المحافظة	اليوم	التاريخ	عدد العينة لسن (١٣)
١	القاهرة	الأحد	٢٠٢٠/٠١/١٢	٢
٢	الجيزة	الخميس	٢٠٢٠/٠١/١٦	٢
٣	الاسكندرية	الأثنين	٢٠٢٠/٠١/٢٧	٥
٤	دمياط	الثلاثاء	٢٠٢٠/٠٢/١١	١
٥	الإسماعيلية	الجمعة	٢٠٢٠/٠٢/١٤	١
٦	بورسعيد	الأثنين	٢٠٢٠/٠٢/١٧	١
٧	الدقهلية	الخميس	٢٠٢٠/٠٢/٢٠	٢
٨	الغربية	الخميس	٢٠٢٠/٠٢/٢٧	٣
٩	كفر الشيخ	الثلاثاء	٢٠٢٠/٠٣/٠٣	١
١٠	اسيوط	السبت	٢٠٢٠/٠٣/٠٧	٢
مجموع	١٠			٢٠

جدول (٧)

أسماء السادة الخبراء

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 على محمود إسماعيل	المنصورة	
٦	أ.د.	على 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	

تابع جدول (٧)
أسماء السادة الخبراء

م	درجة العلمية	الاسم	جهة العمل	ملاحظات
١٠	أ.د.	محمد إبراهيم سعيد العيش	الزقازيق	
١١	أ.د.	عبد الحليم فتحى عبدالحليم	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.

جدول (٨)

المتوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري ومعامل الالتواء وأعلى درجة وأقل درجة للقياسات البدنية قيد البحث تحت سن ١٢ عام (ن = ٢٠)

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	2.9	2.9	0.5	0.2	1.8	3.6
القوة المميزة بالسرعة	اختبار الكوبري ٣ محاولات	ثانية اقل زمن	6.5	6.6	0.7	0.4-	4.7	7.6
السرعة الحركية	اختبار مسك الذراع وتطويق الرقبة والرمي من فوق المقعدة (انكا رقبة) ١ محاولة	ثانية اقل زمن	1.4	1.3	0.2	2.9	0.9	2.4
تحمل عضلي ثابت	اختبار الانبطاح المائل مع الثبات (ضغط ثابت اقصى زمن)	ثانية اكبر زمن	27.7	27.7	1.3	0.0	25.0	30.3
تحمل عضلي متحرك	اختبار الانبطاح المائل مع ثني الذراعين (ضغط مفتوح اقصى عدد بدون زمن)	اكبر عدد	20.8	21.2	3.2	0.3-	14.3	30.3
تحمل السرعة	اختبار تحمل السرعة ٣٠ ث الاداء المتكرر	ثانية اكبر عدد	5.1	5.0	0.8	0.4	3.0	8.0

تابع جدول (٨)

المتوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري ومعامل الالتواء وأعلى درجة وأقل درجة للقياسات البدنية قيد البحث تحت سن ١٢ عام (ن = ٢٠)

المتغيرات	التمرين	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء	أقل درجة	أعلى درجة
تحمل القوة	اختبار تحمل اداء ١٥ ث الاداء مسك الذراع وتطويق الرقبة والرمي من فوق المقعدة (انكا رقبة)	ثانية اكبر عدد	16.5	16.0	2.0	0.7	13.0	20.0
المرونة الخاصة	اختبار الكوبري المسافة الافقى	اقل مسافة سم	41.8	40.0	7.4	0.7	29.0	65.0
	اختبار الكوبري المسافة العمودي	اكبر مسافة سم	38.3	37.5	6.8	0.3	26.0	56.0
الرشاقة الخاصة	اختبار الكوبري ١٠ ث اداء	ثانية اكبر عدد	5.3	5.0	0.7	1.0	4.0	6.0
التوازن الثابت الخاص	اختبار الاتزان الثابت (الكوبري) رفع القدم اليمنى لاعلى اقصى زمن	ثانية اقصى زمن	16.2	16.7	3.4	0.4-	10.3	23.7
التوازن الحركي الخاص	أختبار اداء ٥ كوبري ثم المشي ١٠ متر مستقيم	ابعد مسافة متر	3.4	3.3	0.6	0.6	1.3	4.7

يتضح من جدول (٨) ما يلي :

انحصرت معاملات الالتواء للمرحلة السنوية ١٢ عام في القياسات البدنية قيد البحث ما بين (-٣، +٣) مما يشير إلى أنها تقع داخل المنحنى الاعتدالي وبذلك تكون العينة موزعة توزيعاً اعتدالياً وخلوها من عيوب التوزيعات غير الاعتدالية، مما يشير إلى كفاءة تلك الاختبارات لتحديد مستويات لاعبي المصارعة اليونانية الرومانية للمرحلة السنوية ١٢ عام.

وسائل جمع البيانات :

الاجهزة والادوات المستخدمة:

- ميزان طبي معاير لقياس الوزن بالكيلوجرام.

- جهاز رستاميتير لقياس الطول سنتيمتر.
- 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 العضلي الثابت: اختبار الضغط والثبات
 - التحمل العضلي المتحرك: اختبار الضغط المفتوح
 - تحمل السرعة: اختبار ٢ لاعب خلف بعض رمى بارولية
 - تحمل القوة: اختبار تحمل اداء خطف انكا رقيه
 - المرونة الخاصة: اختبار الكوبري الافقى -رأسى
 - الرشاقة الخاصة: اختبار بكوبرى 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 والآخرى من الأقل مستوى (المجموعة غير المميزة) ويتضح ذلك فى جدول (٢).

ويشترط فى المجموعة المميزة أن تكون:

- متوسط العمر التدريبي قريب من متوسط العمر التدريبي لعينة البحث.
- الاشتراك فى العديد من البطولات على المستوى المحلى.

- الحصول على مراكز متقدمة في البطولات.

جدول (٩)

معامل الصدق للمتغيرات البدنية الخاصة بلاعبى المصارعة اليونانية- الرومانية للمرحلة السنوية (١٢) سنة ن=١٠

معامل الصدق	قيمة (ت)	الفرق بين المتوسطين	المجموعة غير المميزة ن=١٠		المجموعة المميزة ن=١٠		وحدة القياس	البيانات الاحصائية للمتغيرات
			الانحراف	المتوسط الحسابي	الانحراف	المتوسط الحسابي		
0.95	3.96	1.06	0.61	3.99	0.53	2.93	ثانية اقل زمن	أختبار تطويق الذراع والرمي من فوق الظهر (براوليقة شاكوش) ١ محاولة (القوة الانفجارية)
0.96	2.2	1.98	0.79	8.52	0.77	6.54	ثانية اقل زمن	أختبار الكوبري ٣ محاولات (القوة المميزة بالسرعة)
0.93	2.72	1.28	0.35	2.74	0.28	1.46	ثانية اقل زمن	أختبار مسك الذراع وتطويق الرقبة الرمي من فوق المقعدة (انكارقبة) ١ محاولة (السرعة الحركية)
0.95	3.19	3.07	1.39	24.66	1.32	27.73	ثانية اكبر زمن	أختبار الانبطاح المائل مع الثبات (ضغط ثابت اقصى زمن) (تحمل عضلى ثابت)
0.97	2.98	3.73	3.44	17.12	3.28	20.85	اكبر عدد	أختبار الانبطاح المائل مع ثنى الذراعين (ضغط مفتوح اقصى عدد بدون زمن) (تحمل عضلى متحرك)
0.90	3.92	2.03	0.87	3.13	0.85	5.16	ثانية اكبر	أختبار تحمل السرعة ٣٠ ث

الاداء المتكرر
للبراولية شاكوش
(تحمل السرعة)

تابع جدول (٩)

معامل الصدق للمتغيرات البدنية الخاصة بلاعبى المصارعة اليونانية- الرومانية للمرحلة
السنية (١٢) سنة ن=١٠

معامل الصدق	قيمة (ت)	الفرق بين المتوسطين	المجموعة غير المميزة ن=١٠		المجموعة المميزة ن=١٠		وحدة القياس	البيانات الاحصائية المتغيرات
			الانحراف	المتوسط الحسابى	الانحراف	المتوسط الحسابى		
0.97	4.12	1.86	2.12	14.67	2.0	16.53	ثانية اكبر عدد	أختبار تحمل اداء ١٥ ث الاداء مسك الذراع وتطويق الرقبة الرمي من فوق المقعدة (انكارقبة) (تحمل القوة)
0.97	3.32	1.95	7.61	43.82	7.44	41.87	اقل مسافة سم	أختبار الكوبري المسافة الافقي (المرونة الخاصة)
0.97	3.41	1.65	6.89	39.99	6.86	38.34	اكبر مسافة سم	أختبار الكوبري المسافة العمودي(المرونة الخاصة)
0.98	3.21	1,98	0.69	2.15	0.68	4.13	ثانية اكبر عدد	أختبار الكوبري ١٠ ث اداء (الرشاقة الخاصة)
0.93	2.64	1.71	3.68	14.54	3.43	16.25	ثانية اقصى زمن	أختبار الاتزان الثابت (الكوبري رفع القدم اليمنى لاعلى اقصى زمن) (الاتزان الثابت الخاص)
0.95	2.25	2.37	0.69	5.79	0.62	3.42	ابعد مسافة متر	أختبار ٥ كوبري ثم المشى ١٠ متر مستقيم (الاتزان الحركى الخاص)

قيمة ت الجدولية عند مستوى $0.05 = 1.734$

ويتضح من جدول (٩) الخاص بالفروق بين المجموعة المميزة والمجموعة الغير مميزة في الاختبارات البدنية لإيجاد معامل صدق الاختبارات, أن هناك فروقا ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين حيث تراوحت قيمة (ت) المحسوبة ما بين (٢.٢ إلى ٤.٤٢) وهذه القيمة مرتفعة نسبيا عن قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (٠.٠٥), كما تراوحت قيمة معامل الصدق ما بين (٠.٩٠ - 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 (١٢) ن=١٠

معامل الارتباط	قيمة (ت)	الفرق بين المتوسطين	التطبيق الثاني		التطبيق الاول		وحدة القياس	الدلالات الاحصائية للمتغيرات
			الانحراف	المتوسط	الانحراف	المتوسط		
0.95	0.84	0.01	0.63	3.02	0.54	3.01	ثانية اقل زمن	أختبار تطويق الذراع والرمي من فوق الظهر (براولية شاكوش) ١ محاولة (القوة الانفجارية)
0.94	0.97	0.01	0.79	6.58	0.77	6.57	ثانية اقل زمن	أختبار الكوبري ٣ محاولات (القوة المميزة بالسرعة)
0.97	0.91	0.01	0.35	1.47	0.28	1.46	ثانية اقل زمن	أختبار مسك الذراع وتطويق الرقبة الرمي من فوق المقعدة (انكا)

تابع جدول (١٠)
معامل الثبات للمتغيرات البدنية الخاصة بلاعبي المصارعة اليونانية _ الرومانية للمرحلة
السنية (١٢) ن=١٠

معامل الارتباط	قيمة (ت)	الفرق بين المتوسطين	التطبيق الثاني		التطبيق الاول		وحدة القياس	الدلالات الاحصائية للمتغيرات
			الانحراف	المتوسط	الانحراف	المتوسط		
0.96	1.12	0.02	1.39	27.75	1.32	27.77	ثانية اكبر زمن	أختبار الانبطاح المائل مع الثبات (ضغط ثابت أقصى زمن) (تحمل عضلي ثابت)
0.96	0.84	0.02	3.44	20.91	3.28	20.89	اكبر عدد	أختبار الانبطاح المائل مع ثنى الذراعين (ضغط مفتوح أقصى عدد بدون زمن) (تحمل عضلي متحرك)
0.97	0.36	0.02	0.87	5.20	0.85	5.18	ثانية اكبر عدد	أختبار تحمل السرعة ٣٠ ث الاداء المتكرر للبراوليعة شاكوش (تحمل السرعة)
0.97	0.84	0.02	2.12	16.57	2.0	16.55	ثانية اكبر عدد	أختبار تحمل اداء ١٥ ث الاداء مسك الذراع وتطويق الرقبة الرمي من فوق المقعدة (انكاس رقية) (تحمل القوة)
0.99	0.85	0.00	7.61	41.87	7.44	41.87	اقل مسافة سم	أختبار الكوبري المسافة الافقي (المرونة الخاصة)
0.99	1.22	0.00	6.89	38.34	6.86	38.34	اكبر مسافة سم	أختبار الكوبري المسافة العمودي (المرونة الخاصة)
0.96	0.91	0.02	0.69	4.18	0.68	4.16	ثانية اكبر عدد	أختبار الكوبري ١٠ ث اداء

تابع جدول (١٠)
معامل الثبات للمتغيرات البدنية الخاصة بلاعبي المصارعة اليونانية _ الرومانية للمرحلة
السنية (١٢) ن=١٠

معامل الارتباط	قيمة (ت)	الفرق بين المتوسطين	التطبيق الثاني		التطبيق الاول		وحدة القياس	الدلالات الاحصائية للمتغيرات
			الانحراف	المتوسط	الانحراف	المتوسط		
0.97	1.12	0.01	3.68	16.26	3.43	16.25	ثانية اقصى زمن	أختبار الاتزان الثابت (الكوبري) رفع القدم اليمنى لاعلى اقصى زمن (الاتزان الثابت الخاص)
0.97	0.84	0.02	0.69	3.46	0.62	3.44	ابعد مسافة متر	أختبار ٥ كوبري ثم المشى ١٠ متر مستقيم (الاتزان الحركي الخاص)

قيمة ت الجدولية عند مستوى $0.05 = 1.83$

قيمة ر الجدولية عند مستوى $0.05 = 0.602$

يتضح من جدول (١٠) الخاص بالفروق بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني في الاختبارات البدنية لإيجاد معامل الثبات أنه لا توجد فرق ذات دلالة إحصائية بين التطبيقين، حيث تراوحت قيمة (ت) المحسوبة ما بين (٠.٣٦ إلى ١.٢٢) وهذه القيم اقل من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) كما يتضح أن قيم معامل الارتباط تتراوح بين (٠،٩٤) إلى (٠،٩٩) وهذا معامل الارتباط مرتفع ذو دلالة معنوية عند (٠،٠١)، مما يؤكد أن الاختبارات تتميز بالثبات وأنها تعطى نفس النتائج إذا أعيد تطبيقها مرة أخرى على نفس العينة وفي نفس الظروف.

صدق المحكمين :

قام الباحث بعرض اختبارات لعناصر اللياقة البدنية الخاصة بلاعبي المصارعة فى المرحلة السنية ١٢ سنة على مجموعة من الخبراء قومها (١٥) خبراء وذلك لإبداء الرأي فى ملائمة الاختبارات لعناصر اللياقة البدنية الخاصة بلاعبي المصارعة فى المرحلة السنية ١٢ سنة فيما وضع من أجله، والجدول (٤) يوضح النسبة المئوية لأراء الخبراء فى الاختبارات.

جدول (١١)
 آراء السادة الخبراء في اختبارات لعناصر اللياقة البدنية الخاصة بلاعبي المصارعة في
 المرحلة السنوية ١٢ سنة (ن = ١٥)

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

٨٠ %	٣	١٢	ثانية اقل زمن	أختبار الكوبري ١ محاولة		
------	---	----	---------------	-------------------------	--	--

تابع جدول (١١)

أراء السادة الخبراء فى أختبارات لعناصر اللياقة البدنية الخاصة بلاعبى المصارعة فى المرحلة السنية ١٢ سنة (ن = ١٥)

٥	العنصر	الأنواع	الأختبارات	وحدة القياس	موافق	غير موافق	نسبة الموافقة %		
٤	التحمل	العام	أختبار ١٥٠٠ متر جري	زمن	٢	١٣	١٣ %		
			١٢ دقيقة جري	زمن	٢	١٣	١٣ %		
			أختبار كوبر	زمن	٢	١٣	١٣ %		
		تث	التحمل	تث	أختبار الانبطاح المائل مع الثبات (ضغط ثابت اقصى زمن)	ثانية اكبر زمن	١٢	٣	٨٠ %
					أختبار الجلوس من الرقود (بطن ثابت اقصى زمن)	زمن	١٢	٣	٨٠ %
					أختبار العقلة (ثابت اقصى زمن)	زمن	١٢	٣	٨٠ %
					أختبار الظهر (ثابت اقصى زمن)	زمن	١٢	٣	٨٠ %
					أختبار الانبطاح المائل بالارتكاذ على الساعدين (بلانك ثابت اقصى زمن)	ثانية اكبر زمن	١٢	٣	٨٠ %
					أختبار الانبطاح المائل مع ثنى الذراعين (ضغط مفتوح اقصى عدد بدون زمن)	اكبر عدد	١٢	٣	٨٠ %
					أختبار الجلوس من الرقود (بطن مفتوح اقصى عدد بدون زمن)	اكبر عدد	١٢	٣	٨٠ %
		مفرق	التحمل	مفرق	أختبار العقلة (مفتوح اقصى عدد بدون زمن)	عدد	١٢	٣	٨٠ %
					أختبار الوقوف من الجلوس على الكرسي لزمن ٣٠ ثانية	عدد	١٢	٣	٨٠ %
					أختبار تحمل عضلات الظهر الباسطة	عدد	١٢	٣	٨٠ %
			أختبار الانبطاح المائل مع الجلوس على اربع قذف الرجل خلفى مع الوثب (البربي ١ دقيقة اداء تحمل)	اكبر عدد	١٥	-	١٠٠ %		
			أختبار تحمل السرعة ٣٠ ث الاداء المتكرر للبراولية شاكوش	ثانية اكبر عدد	١٣	٢	٨٧ %		

٨٧ %	٢	١٣	ثانية اكبر عدد	أختبار تحمل السرعة ٣٠ ث الاداء المتكرر للكوبري			
------	---	----	-------------------	---	--	--	--

تابع جدول (١١)
أراء السادة الخبراء فى أختبارات لعناصر اللياقة البدنية الخاصة بلاعبى المصارعة فى
المرحلة السنية ١٢ سنة (ن = ١٥)

٥	العنصر	الأنواع	الأختبارات	وحدة القياس	موافق	غير موافق	نسبة الموافقة %
		تحمل القوة	أختبار تحمل الاداء مسك الذراع وتطويق الرقبة الرمي من فوق المقعدة (انكا رقبة)	ثانية اكبر عدد	١٥	-	١٠٠ %
			أختبار تحمل اداء ١٥ ث الاداء مسك الذراع وتطويق الرقبة الرمي من فوق المقعدة (انكا رقبة)	ثانية اكبر عدد	١٣	٢	٨٧ %
			أختبار تحمل الاداء تطويق الذراع والرمي من فوق الظهر (براولية شاكوش)	عدد	١٠	٥	٦٧ %
		تحمل الاداء	أختبار تحمل الاداء مسك الذراع وتطويق الرقبة الرمي من فوق المقعدة (انكا رقبة)	عدد	١٠	٥	٦٧ %
			أختبار تحمل الاداء مسك الذراع وتطويق الرقبة الرمي من فوق المقعدة (انكا وسط)	عدد	١٠	٥	٦٧ %
٤	المرونة	المرونة الخاصة	المسافة افقى	اقل مسافة سم	١٥	-	١٠٠ %
			المسافة عمودي	اكبر مسافة سم	١٥	-	١٠٠ %
٥	الرشاقة	الرشاقة الخاصة	أختبار الانبطاح المائل مع الجلوس على اربع قذف الرجل خلفى مع الوثب (البري ١٠ ث اداء)	ثانية اكبر عدد	١٣	٢	٨٧ %
			أختبار الكوبري ١٠ ث اداء	ثانية اكبر عدد	١٣	٢	٨٧ %

٦	الأثزان	الثبات العامة	أختبار فلامنجو	زمن	-	١٥	% ٠
			أختبار الثبات من الوقوف	زمن	-	١٥	% ٠

تابع جدول (١١)
 آراء السادة الخبراء في أختبارات لعناصر اللياقة البدنية الخاصة بلاعبي المصارعة في
 المرحلة السنوية ١٢ سنة (ن = ١٥)

٥	العنصر	الأنواع	الأختبارات	وحدة القياس	موافق	غير موافق	نسبة الموافقة %
			أختبار العصا المستقيمة (موجة بالطول)	زمن	-	١٥	% ٠
			وقف اللاعب بقدم واحده على نصف الكرة معدولة	زمن	-	١٥	% ٠
			وقف اللاعب بكلتا قدمية على نصف الكرة مقلوبة	زمن	-	١٥	% ٠
			ثبات اللاعب بكلتا يديه على نصف الكرة مقلوبة	زمن	-	١٥	% ٠
	الأثزان الثابت الخاص		أختبار الاتزان الثابت (الكوبري رفع القدم اليمنى لاعلى اقصى زمن)	ثانية اقصى زمن	١١	٤	% ٧٣
			أختبار الاتزان الثابت (الكوبري رفع القدم اليمنى لاعلى والارتكاز بها على القدم الاخرى اقصى زمن)	ثانية اقصى زمن	١٣	٢	% ٨٧
	الأثزان الحركي الخاص		أختبار ٥ كوبري ثم المشى ١٠ متر مستقيم	ابعد مسافة متر	١١	٤	% ٧٣
			أختبار الاتزان الحركي (بمسك كل لاعب قدم اللاعب الاخر والتصارع مع الزميل داخل دائرة اللعب)	ثانية اقصى زمن	١١	٤	% ٧٣
			أختبار الاتزان الحركي (بمسك كل لاعب قدمة والتصارع مع الزميل داخل دائرة اللعب)	ثانية اقصى زمن	١١	٤	% ٧٣

يتضح من جدول (١١) :

تراوحت النسبة المئوية لآراء الخبراء حول عبارات الاستبيان ما بين (٠.٠٠% : ١٠٠%)، وبناءً على آراء السادة الخبراء تم الموافقة على اختبارات عناصر اللياقة البدنية للاعبين المصارعة اليونانية الرومانية في المرحلة السنوية ١٢ سنة التي حصلت على نسبة أكبر من ٧٣% من آراء السادة الخبراء والبالغ عددها (١٢) اختبار.

الدراسة الأساسية:

تم اجراء الاختبارات البدنية على عدد (٢٠) لاعب من أندية جمهورية مصر العربية في الفترة من ٢٠٢٠/٠١/١٢ وحتى ٢٠٢٠/٠٣/٠٧
المعاملات الإحصائية المستخدمة في البحث:

تم اجراء اسلوب التحليل الاحصائي باستخدام التحليلات الاحصائية التالية :

- المتوسط الحسابي س.
- الانحراف المعياري ع.
- الدرجة التائية ت.
- مستويات معيارية مئينيات.

عرض النتائج ومناقشته:

لاعبى المصارعة اليونانية الرومانية للمرحلة السنية ١٢ 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	الدرجة الخام	الدرجة التائية	الدرجة الخام	الدرجة التائية	الدرجة الخام	الدرجة التائية	الدرجة الخام	الدرجة التائية
12.0	4.8	34.0	3.7	56.0	2.6	78.0	1.5	100.0	0.4
10.0	4.9	32.0	3.8	54.0	2.7	76.0	1.6	98.0	0.5
8.0	5.0	30.0	3.9	52.0	2.8	74.0	1.7	96.0	0.6
6.0	5.1	28.0	4.0	50.0	2.9	72.0	1.8	94.0	0.7
4.0	5.2	26.0	4.1	48.0	3.0	70.0	1.9	92.0	0.8
2.0	5.3	24.0	4.2	46.0	3.1	68.0	2.0	90.0	0.9
0.0	5.4	22.0	4.3	44.0	3.2	66.0	2.1	88.0	1.0
		20.0	4.4	42.0	3.3	64.0	2.2	86.0	1.1
		18.0	4.5	40.0	3.4	62.0	2.3	84.0	1.2
		16.0	4.6	38.0	3.5	60.0	2.4	82.0	1.3
		14.0	4.7	36.0	3.6	58.0	2.5	80.0	1.4

يتضح من جدول (١٢) ما يلي :

تراوحت الدرجات الخام لأختبار زمن رمية واحدة بارولية ووحدة قياسه الثانية للاعبى المصارعة اليونانية- الرومانية للمرحلة الأولى سن ١٢ عام ما بين (٣.٦ : ١.٨) ثانية ويقابلها درجات تائية تراوحت ما بين (٣٦.٠ : ٧٢.٠).

جدول (١٣)

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

الدرجة الخام	الدرجة التائية	الدرجة الخام	الدرجة التائية	الدرجة الخام	الدرجة التائية	الدرجة الخام	الدرجة التائية	الدرجة الخام	الدرجة التائية
14.3	9.0	35.7	7.5	57.1	6.0	78.6	4.5	100.0	3.0
12.9	9.1	34.3	7.6	55.7	6.1	77.1	4.6	98.6	3.1
11.4	9.2	32.9	7.7	54.3	6.2	75.7	4.7	97.1	3.2
10.0	9.3	31.4	7.8	52.9	6.3	74.3	4.8	95.7	3.3
8.6	9.4	30.0	7.9	51.4	6.4	72.9	4.9	94.3	3.4
7.1	9.5	28.6	8.0	50.0	6.5	71.4	5.0	92.9	3.5
5.7	9.6	27.1	8.1	48.6	6.6	70.0	5.1	91.4	3.6
4.3	9.7	25.7	8.2	47.1	6.7	68.6	5.2	90.0	3.7
2.9	9.8	24.3	8.3	45.7	6.8	67.1	5.3	88.6	3.8
1.4	9.9	22.9	8.4	44.3	6.9	65.7	5.4	87.1	3.9
0.0	10.0	21.4	8.5	42.9	7.0	64.3	5.5	85.7	4.0
		20.0	8.6	41.4	7.1	62.9	5.6	84.3	4.1
		18.6	8.7	40.0	7.2	61.4	5.7	82.9	4.2
		17.1	8.8	38.6	7.3	60.0	5.8	81.4	4.3
		15.7	8.9	37.1	7.4	58.6	5.9	80.0	4.4

يتضح من جدول (١٣) ما يلي :

تراوحت الدرجات الخام لأختبار زمن أداء ٣ كوبري ووحدة قياسه التائية للاعبين المصارعة اليونانية _ الرومانية للمرحلة الأولى سن ١٢ عام ما بين (٧.٦ : ٤.٧) تائية ويقابلها درجات تائية تراوحت ما بين (٣٤.٣ : ٧٥.٧).

جدول (١٤)

الدرجات المعيارية باستخدام الدرجة التائية لأختبار مسك الذراع وتطوير الرقبة الرمي من فوق المقعدة (اتكا رقبة) ١ محاولة (ن = ٢٠)

الدرجة الخام	الدرجة التائية	الدرجة الخام	الدرجة التائية	الدرجة الخام	الدرجة التائية	الدرجة الخام	الدرجة التائية	الدرجة الخام	الدرجة التائية
0.0	2.4	25.0	1.9	50.0	1.4	75.0	0.9	100.0	0.4
		20.0	2.0	45.0	1.5	70.0	1.0	95.0	0.5
		15.0	2.1	40.0	1.6	65.0	1.1	90.0	0.6
		10.0	2.2	35.0	1.7	60.0	1.2	85.0	0.7
		5.0	2.3	30.0	1.8	55.0	1.3	80.0	0.8

يتضح من جدول (١٤) ما يلي: تراوحت الدرجات الخام لأختبار زمن أداء حركة واحدة انكا رقبة ووحدة قياسه الثانية للاعبى المصارعة اليونانية- الرومانية للمرحلة الأولى سن ١٢ عام ما بين (٢.٤ : ٠.٩) ثانية ويقابلها درجات تائية تراوحت ما بين (٧٥.٠ : ٠.٠).

جدول (١٥)

الدرجات المعيارية باستخدام الدرجة التائية لأختبار الانبطاح المائل مع الثبات (ضغط ثابت اقصى زمن) (ن = ٢٠)

الدرجة الخام	الدرجة التائية	الدرجة الخام	الدرجة التائية	الدرجة الخام	الدرجة التائية	الدرجة الخام	الدرجة التائية	الدرجة الخام	الدرجة التائية
34.0	98.5	31.0	75.4	28.0	52.3	25.0	29.2	22.0	6.2
33.0	90.8	30.0	67.7	27.0	44.6	24.0	21.5		
32.0	83.1	29.0	60.0	26.0	36.9	23.0	13.8		

يتضح من جدول (١٥) ما يلي :

تراوحت الدرجات الخام لأختبار الضغط من الثبات ووحدة قياسه الثانية للاعبى المصارعة اليونانية - الرومانية للمرحلة الأولى سن ١٢ عام ما بين (٣٠.٣ : ٢٥.٠٠) ثانية ويقابلها درجات تائية تراوحت ما بين (٢٩.٢ : ٦٧.٧).

جدول (١٦)

الدرجات المعيارية باستخدام الدرجة التائية لأختبار الانبطاح المائل مع ثنى الذراعين (ضغط مفتوح اقصى عدد بدون زمن) (ن = ٢٠)

الدرجة الخام	الدرجة التائية	الدرجة الخام	الدرجة التائية	الدرجة الخام	الدرجة التائية	الدرجة الخام	الدرجة التائية	الدرجة الخام	الدرجة التائية
36.0	97.5	29.0	75.6	22.0	53.8	15.0	31.9	8.0	10.0
35.0	94.4	28.0	72.5	21.0	50.6	14.0	28.8	7.0	6.9
34.0	91.3	27.0	69.4	20.0	47.5	13.0	25.6	6.0	3.8
33.0	88.1	26.0	66.3	19.0	44.4	12.0	22.5	5.0	0.6
32.0	85.0	25.0	63.1	18.0	41.3	11.0	19.4		
31.0	81.9	24.0	60.0	17.0	38.1	10.0	16.3		
30.0	78.8	23.0	56.9	16.0	35.0	9.0	13.1		

يتضح من جدول (١٦) ما يلي :

تراوحت الدرجات الخام لأختبار الضغط المفتوح ووحدة قياسه العدد للاعبي المصارعة اليونانية - الرومانية للمرحلة الأولى سن ١٢ عام ما بين (١٤.٣ : ٣٠.٣) عدة ويقابلها درجات تأئية تراوحت ما بين (٢٨.٨ : ٧٨.٨).

جدول (١٧)

الدرجات المعيارية باستخدام الدرجة التائية لأختبار تحمل السرعة ٣٠ ث الأداء المتكرر للبراولية شاكوش (ن = ٢٠)

الدرجة التائية	الدرجة الخام	الدرجة التائية	الدرجة الخام	الدرجة التائية	الدرجة الخام	الدرجة التائية	الدرجة الخام	الدرجة التائية	الدرجة الخام
0.60	1,00	24.70	3,00	48.80	5,00	72.89	7,00	96.99	9,00
		12.65	2,00	36.75	4,00	60.84	6,00	84.94	8,00

يتضح من جدول (١٧) ما يلي :

تراوحت الدرجات الخام لأختبار ٢ لاعب ورا بعض رمي بارولية ووحدة قياسه الثانية للاعب المصارعة اليونانية - الرومانية للمرحلة الأولى سن ١٢ عام ما بين (٨٠٠ : ٣٠٠) ثانية ويقابلها درجات تائية تراوحت ما بين (٢٤٠.٧٠ : ٨٤.٩٤).

جدول (١٨)

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

الدرجة التائية	الدرجة الخام	الدرجة التائية	الدرجة الخام	الدرجة التائية	الدرجة الخام	الدرجة التائية	الدرجة الخام	الدرجة التائية	الدرجة الخام
17.50	10.0	37.50	14.0	57.50	18.0	77.50	22.0	97.50	26.0
12.50	9.0	32.50	13.0	52.50	17.0	72.50	21.0	92.50	25.0
7.50	8.0	27.50	12.0	47.50	16.0	67.50	20.0	87.50	24.0
2.50	7.0	22.50	11.0	42.50	15.0	62.50	19.0	82.50	23.0

يتضح من جدول (١٨) ما يلي :

تراوحت الدرجات الخام لأختبار تحمل الأداء خطف انكا رقبة ووحدة قياسه الثانية للاعب المصارعة اليونانية - الرومانية للمرحلة الأولى سن ١٢ عام ما بين (٢٠٠٠ : ١٣٠٠) ثانية ويقابلها درجات تائية تراوحت ما بين (٣٢٠.٥ : ٦٧٠.٥).

جدول (١٩)

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

الدرجة التائية	الدرجة الخام	الدرجة التائية	الدرجة الخام	الدرجة التائية	الدرجة الخام	الدرجة التائية	الدرجة الخام	الدرجة التائية	الدرجة الخام
18.65	65	38.92	50	59.19	35	79.46	20	99.73	5
17.30	66	37.57	51	57.84	36	78.11	21	98.38	6
15.95	67	36.22	52	56.49	37	76.76	22	97.03	7
14.59	68	34.86	53	55.14	38	75.41	23	95.68	8
13.24	69	33.51	54	53.78	39	74.05	24	94.32	9
11.89	70	32.16	55	52.43	40	72.70	25	92.97	10
10.54	71	30.81	56	51.08	41	71.35	26	91.62	11
9.19	72	29.46	57	49.73	42	70.00	27	90.27	12
7.84	73	28.11	58	48.38	43	68.65	28	88.92	13
6.49	74	26.76	59	47.03	44	67.30	29	87.57	14
5.14	75	25.41	60	45.68	45	65.95	30	86.22	15
3.78	76	24.05	61	44.32	46	64.59	31	84.86	16
2.43	77	22.70	62	42.97	47	63.24	32	83.51	17
1.08	78	21.35	63	41.62	48	61.89	33	82.16	18
		20.00	64	40.27	49	60.54	34	80.81	19

يتضح من جدول (١٩) ما يلي : تراوحت الدرجات الخام لأختبار الكوبري أفقي
ووحدة قياسه السنتميتير للاعب المصارعة اليونانية- الرومانية للمرحلة الأولى سن ١٢ عام
ما بين (٢٩٠.٠ : ٦٥.٠) سم ويقابلها درجات تائية تراوحت ما بين (٦٧.٣ : ١٨.٦).

جدول (٢٠)

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

الدرجة التائية	الدرجة الخام	الدرجة التائية	الدرجة الخام	الدرجة التائية	الدرجة الخام	الدرجة التائية	الدرجة الخام	الدرجة التائية	الدرجة الخام
17.2	16.0	37.8	30.0	58.4	44.0	79.0	58.0	99.6	72.0
15.7	15.0	36.3	29.0	56.9	43.0	77.5	57.0	98.1	71.0
14.3	14.0	34.9	28.0	55.4	42.0	76.0	56.0	96.6	70.0
12.8	13.0	33.4	27.0	54.0	41.0	74.6	55.0	95.1	69.0
11.3	12.0	31.9	26.0	52.5	40.0	73.1	54.0	93.7	68.0
9.9	11.0	30.4	25.0	51.0	39.0	71.6	53.0	92.2	67.0
8.4	10.0	29.0	24.0	49.6	38.0	70.1	52.0	90.7	66.0
6.9	9.0	27.5	23.0	48.1	37.0	68.7	51.0	89.3	65.0
5.4	8.0	26.0	22.0	46.6	36.0	67.2	50.0	87.8	64.0
4.0	7.0	24.6	21.0	45.1	35.0	65.7	49.0	86.3	63.0
2.5	6.0	23.1	20.0	43.7	34.0	64.3	48.0	84.9	62.0
1.0	5.0	21.6	19.0	42.2	33.0	62.8	47.0	83.4	61.0
		20.1	18.0	40.7	32.0	61.3	46.0	81.9	60.0
		18.7	17.0	39.3	31.0	59.9	45.0	80.4	59.0

يتضح من جدول (٢٠) ما يلي :

تراوحت الدرجات الخام لأختبار الكوبري عمودي ووحدة قياسه السننيمتر للاعبين المصارعة اليونانية - الرومانية للمرحلة الأولى سن ١٢ عام ما بين (٥٦.٠ : ٢٦.٠) سنتي ويقابلها درجات تائية تراوحت ما بين (٧٦.٠ : ٣١.٩).

جدول (٢١)

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

الدرجة الخام	الدرجة التائية	الدرجة الخام	الدرجة التائية	الدرجة الخام	الدرجة التائية	الدرجة الخام	الدرجة التائية
9	100.0	7	73.0	5	45.9	3	18.9
8	86.5	6	59.5	4	32.4	2	5.4

يتضح من جدول (٢١) ما يلي :

تراوحت الدرجات الخام لأختبار كوبري ١٠ ث من وضع الوقوف ووحدة قياسه العدد للاعبين المصارعة اليونانية- الرومانية للمرحلة الأولى سن ١٢ عام ما بين (٤ : ٦) عدة ويقابلها درجات تائية تراوحت ما بين (٣٢.٤ : ٥٩.٥).

جدول (٢٢)

الدرجات المعيارية باستخدام الدرجة التائية لأختبار الاتزان الثابت (الكوبري رفع القدم

اليمنى لاعلى أقصى زمن) (ن = ٢٠)

الدرجة الخام	الدرجة التائية	الدرجة الخام	الدرجة التائية	الدرجة الخام	الدرجة التائية	الدرجة الخام	الدرجة التائية	الدرجة الخام	الدرجة التائية
33.0	99.4	26.0	78.8	19.0	58.2	12.0	37.6	5.0	17.1
32.0	96.5	25.0	75.9	18.0	55.3	11.0	34.7	4.0	14.1
31.0	93.5	24.0	72.9	17.0	52.4	10.0	31.8	3.0	11.2
30.0	90.6	23.0	70.0	16.0	49.4	9.0	28.8	2.0	8.2
29.0	87.6	22.0	67.1	15.0	46.5	8.0	25.9	1.0	5.3
28.0	84.7	21.0	64.1	14.0	43.5	7.0	22.9	0.0	2.4
27.0	81.8	20.0	61.2	13.0	40.6	6.0	20.0		

يتضح من جدول (٢٢) ما يلي :

تراوحت الدرجات الخام لأختبار كوبري رفع الرجل اليمنى لاعلى ووحدة قياسه الثانية للاعبين المصارعة اليونانية - الرومانية للمرحلة الأولى سن ١٢ عام ما بين (٢٣.٠ : ١٠.٠) ثانية ويقابلها درجات تائية تراوحت ما بين (٧٠.٠ : ٣١.٨).

جدول (٢٣)

الدرجات المعيارية باستخدام الدرجة الثانية لأختبار اداء ٥ كوبري ثم المشى ١٠ متر
مستقيم (ن = ٢٠)

الدرجة الخام	الدرجة التائية	الدرجة الخام	الدرجة التائية	الدرجة الخام	الدرجة التائية	الدرجة الخام	الدرجة التائية	الدرجة الخام	الدرجة التائية
13.3	1.2	35.0	2.5	56.7	3.8	78.3	5.1	100.0	6.4
11.7	1.1	33.3	2.4	55.0	3.7	76.7	5.0	98.3	6.3
10.0	1.0	31.7	2.3	53.3	3.6	75.0	4.9	96.7	6.2
8.3	0.9	30.0	2.2	51.7	3.5	73.3	4.8	95.0	6.1
6.7	0.8	28.3	2.1	50.0	3.4	71.7	4.7	93.3	6.0
5.0	0.7	26.7	2.0	48.3	3.3	70.0	4.6	91.7	5.9
3.3	0.6	25.0	1.9	46.7	3.2	68.3	4.5	90.0	5.8
1.7	0.5	23.3	1.8	45.0	3.1	66.7	4.4	88.3	5.7
0.0	0.4	21.7	1.7	43.3	3.0	65.0	4.3	86.7	5.6
		20.0	1.6	41.7	2.9	63.3	4.2	85.0	5.5
		18.3	1.5	40.0	2.8	61.7	4.1	83.3	5.4
		16.7	1.4	38.3	2.7	60.0	4.0	81.7	5.3
		15.0	1.3	36.7	2.6	58.3	3.9	80.0	5.2

يتضح من جدول (٢٣) ما يلي :

تراوحت الدرجات الخام لأختبار ٥ كوبري ثم المشى المستقيم ووحدة قياسه الثانية للاعبى المصارعة اليونانية - الرومانية للمرحلة الأولى سن ١٢ عام ما بين (٤.٧ : ١.٣) 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 السنوية ١٢ عام ما بين (٣.٦ : ١.٨) 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 السنوية ١٢ عام ما بين (٧.٦ : ٤.٧) 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 ١٢ عام ما بين (٢.٤ : ٠.٩) ثانية ويقابلها درجات تأتية تراوحت ما بين (٧٥.٠ : ٠.٠).
- ٤- تراوحت الدرجات الخام لأختبار الضغط من الثبات ووحدة قياسه الثانية للاعبى المصارعة اليونانية- الرومانية للمرحلة السنوية ١٢ عام ما بين (٢٥.٠٠ : ٣٠.٣) ثانية ويقابلها درجات تأتية تراوحت ما بين (٢٩.٢ : ٦٧.٧).
- ٥- تراوحت الدرجات الخام لأختبار الضغط المفتوح ووحدة قياسه العدد للاعبى المصارعة اليونانية- الرومانية للمرحلة السنوية ١٢ عام ما بين (١٤.٣ : ٣٠.٣) عدة ويقابلها درجات تأتية تراوحت ما بين (٢٨.٨ : ٧٨.٨).
- ٦- تراوحت الدرجات الخام لأختبار ٢ لاعب ورا بعض رمى بارولية ووحدة قياسه الثانية للاعبى المصارعة اليونانية - الرومانية للمرحلة السنوية ١٢ عام ما بين (٨.٠ : ٣.٠) ثانية ويقابلها درجات تأتية تراوحت ما بين (٢٤.٧٠ : ٨٤.٩٤).
- ٧- تراوحت الدرجات الخام لأختبار تحمل الأداء خطف انكا رقبة ووحدة قياسه الثانية للاعبى المصارعة اليونانية- الرومانية للمرحلة السنوية ١٢ عام ما بين (٢٠.٠ : ١٣.٠) ثانية ويقابلها درجات تأتية تراوحت ما بين (٣٢.٥ : ٦٧.٥).
- ٨- تراوحت الدرجات الخام لأختبار الكوبري افقي ووحدة قياسه السنتيمتر للاعبى المصارعة اليونانية- الرومانية للمرحلة السنوية ١٢ عام ما بين (٢٩.٠ : ٦٥.٠) سم ويقابلها درجات تأتية تراوحت ما بين (٦٧.٣ : ١٨.٦).
- ٩- تراوحت الدرجات الخام لأختبار الكوبري عمودي ووحدة قياسه السنتيمتر للاعبى المصارعة اليونانية- الرومانية للمرحلة السنوية ١٢ عام ما بين (٥٦.٠ : ٢٦.٠) سنتي ويقابلها درجات تأتية تراوحت ما بين (٧٦.٠ : ٣١.٩).
- ١٠- تراوحت الدرجات الخام لأختبار كوبري ١٠ ث من وضع الوقوف ووحدة قياسه العدد للاعبى المصارعة اليونانية - الرومانية للمرحلة السنوية ١٢ عام ما بين (٦ : ٤) عدة ويقابلها درجات تأتية تراوحت ما بين (٣٢.٤ : ٥٩.٥).

١١- تراوحت الدرجات الخام لأختبار كوبري رفع الرجل اليمنى لاعلى ووحدة قياسه الثانية للاعبى المصارعة اليونانية- الرومانية للمرحلة السنوية ١٢ عام ما بين (٢٣.٠ : ١٠.٠) ثانية ويقابلها درجات تائية تراوحت ما بين (٧٠.٠ : ٣١.٨).

١٢- تراوحت الدرجات الخام لأختبار ٥ كوبري ثم المشى المستقيم ووحدة قياسه الثانية للاعبى المصارعة اليونانية- الرومانية للمرحلة السنوية ١٢ عام ما بين (٤.٧ : ١.٣) 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 للاعبية المصارعة اليونانية الرومانية للمرحلة السنوية ١٢ سنه 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 الانتقاء الخاص لتلك المرحلة وليست مقصرتة على اختبارات الجري او الوثب فقط.

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

وتتفق ايضا هذه النتائج من حيث اهمية هذه القدرات البدنية للمصارعين مع دراسة كرم حسن محمد (٢٠٠٩) (٥)، أسامة الشوربجى (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 في تنمية أداء المصارعين (٢)

وهذا ما أكده "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

١- كانت العوامل المستخلصة والممثلة لبطارية الاختبار جميعها مستقلة اذ ثبت ان الاختبارات المنتقاه تعد مقياسا نقييا لعواملها.

- 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 الديناميكي بين لاعبي الفريق القومى المصرى للمصارعة، المؤتمر العلمى الخامس للدراسات وبحوث التربية الرياضية. كلية التربية الرياضية للبنين بالإسكندرية، جامعة حلوان.

ثانياً: المراجع الأجنبية

- 10- Collins, R. & Hodges, B. P (1978): A Comperhe_ nsiuide to Sports Skills Tests and Measurements, U. S. A., Charles C.,
- 11- Jensen, C. R. & Fiaher, A. G (1979): Scientific Basis of Athletic Conditioning, 2 nd ed., Pniladelphia, Lea & Febiger.
- 12- Mahrens, A. W. & Lehmann, J. J (1975): Standa - rdized Tests in Education, 2 nd ed. New York, Halt Rin- Ehat, & Winston
- 13- Oppliger, Rer (2008): Weight loss wrestlers American College of Sport Medicine Vol 2, No 2.