

دراسة تحليلية لبعض طرق الهجوم المضاد المستخدمة لدى لاعبي المصارعة اليونانية – الرومانية.

ثروت سعيد عبد الحكيم عبد العاطي

قسم تدريب المنازل والرياضات الفردية . كلية التربية الرياضية للبنين - جامعة الإسكندرية- جمهورية مصر العربية.

المقدمة ومشكلة البحث

تعد الدراسات التحليلية في المجال الرياضي من الأسس التي يلجأ إليها الباحثون والمدرّبون لاستكمال العملية التدريبية، خاصة بعدما وصلت إليه الفرق الرياضية ولكافة التخصصات من مستوى متطوراً بدنياً وفنياً وخططياً ونفسياً إذ أخذت هذه الدراسات تؤدي دوراً فعالاً في التعرف على معظم الجوانب المحيطة بالظواهر المراد دراستها. لأن التحليل يعد واحداً من المقومات الأساسية عند دراسة المهارات الحركية وأن الواجب الرئيسي في عملية التحليل إنما يتضح في تمييز الفروق وتقدير الاختلافات في الأداء .

ويذكر طارق محمد عوض (١٩٩٧) أن الهدف الأساسي من التدريب الرياضي يعتبر هو محاولة الوصول بالفرض إلى أعلى مستوى رياضي ممكن في نوع معين من أنواع الأنشطة الرياضية، وهو بذلك يشكل ما يسمى برياضة المستويات أو رياضة البطولات بمعنى ممارسة النشاط الرياضي بهدف تحقيق أفضل مستوى في البطولات والمنافسات المختلفة (٧ : ٣٦)

ويوضح أحمد عبد الحميد عمارة (٢٠٠٣) نظراً لأن متطلبات الأداء تختلف من نشاط لآخر ومن رياضة لآخر فقد تختلف بعض الأنشطة جوانب تدريبية أقل أو أكثر كإجراءات ومكونات لطرق التدريب الخاصة بالنشاط وبالتالي فالتدريب المطلوب لإداء أحد الجوانب بغرض متطلبات معينة على اللاعبين وبشكل يختلف بما يفرضه التدريب لنشاط آخر، وحتى يمكن تحديد الأسلوب التدريبي الملائم لنشاط معين ينبغي أن تكون هناك وسيلة ما قبل عملية الإعداد من تحديد متطلبات التدريب المنطقية التي يجري بمقتضاها تناول الظاهرة موضوع الدراسة كما لو كانت تنقسم إلى أجزاء أو عناصر أساسية (١ : ١٥)

بينما يذكر مسعد على محمود (١٩٩٧) أن الهدف العام لعلم التدريب الرياضي هو تحسين الأداء الرياضي Athletic Performance والوصول به إلى قمة المستوى لكسر رقم أو تحقيق بطولة، فالوصول إلى المستويات الرياضية العالية لن يتأتى إلا بالإهتمام بالنواحي البدنية والمهارية والخططية والنفسية والعقلية والتركيز على معرفة التغيرات التي تطرأ على النواحي الوظيفية الناتجة من أثر الممارسة وتنمية أوجه القوة وعلاج نواحي الضعف والقصور (١٦ : ١١)

ويرى مسعد على محمود (٢٠٠١) أن علم التدريب الرياضي تطور بفضل الدراسات والأبحاث العلمية التي شملت الجوانب المختلفة للإعداد الرياضي كالجانب البدني، المهاري، النفسي، العقلي، الخططي، مما أدى إلى تطوير الأداء الرياضي على مر السنين بشكل مذهل في مختلف الأنشطة الرياضية. (١٧ : ٣)

كما يذكر إمباخ وجونسون (1989) Umbach and Johnson المصارعة إحدى رياضات الأنشطة الفردية (النزال الفردي) التي تحتاج إلى قدرات حركية خاصة، فهي تحتوي على حركات فنية عديدة ومتنوعة والمصارع الذي يجيد هذه الحركات ويمتلك قدرات حركية عالية بالإضافة إلى أن أدائه الفني يصبح مميزاً فيستطيع من خلاله تحقيق الفوز في المباريات (٢٢ : ١٠)

ويشير والتر غاين (1981) Walter Gain إلى أن تطبيق المهارات الفنية والخططية في المباريات بصورة فعالة يعتبر العامل الأساسي الذي تخدم بقية العوامل الأخرى ذات العلاقة بالألة التدريبية للمصارع، لذلك يجب على المدرب أن يعمل على تنمية وتطوير هذه المتغيرات خلال الموسم التدريبي. (٢١ : ٥)

ويوضح مسعد على محمود وآخرون (٢٠٠١) أن مصارع مصر يفترقون إلى استخدام الحركات المركبة في المنافسات وفقاً لما أشارت إليه بعض الأبحاث العلمية التي أجراها المؤلف، وقد يرجع ذلك إلى إفتقار طرق وأساليب التدريس إلى النظرة الشمولية في التعليم وعدم الربط بين الحركات الفردية المتعلمة، والقصور في تعليم خطط اللعب ويفاجئه بحركة لايتوقعها، ويحسم الصراع لصالحه. (١٧ : ٢٧٠ - ٢٧١)

ويشير حسين فهمي عبد الظاهر (١٩٩٣) أن تحليل المباراة يعتبر أحد الأساليب المتقدمة التي يمكن أن تفيد المدرب لتقويم أداء اللاعبين سواء كان ذلك في المنافسات أو في التدريب ويكون تحليل الأداء فعالاً عندما يحدد الشروط والعوامل والمبادئ والمراحل الخاصة بالإداء ويمكن أن يؤدي التحليل إلى تقسيم المهام الواجب أدائها إعتماًداً على متطلبات التدريب مثل الخطط الأساسية في الهجوم أو أساليب الهجوم المضاد المستخدمة. (٥ : ٢٧٩)

ويؤكد خلف محمد الدسوقي (٢٠٠٠) أن التحليل باستخدام التصوير سواء كان سينمائياً أو بإستخدام الفيديو يعتبر من الأساليب التي تساعد في إعادة عرض الملاحظة أثناء أداء المهارة حيث أن التسجيل يتيح فرصة تكرار الملاحظة في أي وقت ودون معاناه اللاعب في هذا التكرار (٦):

(٢٠٨)

ومن خلال ملاحظة الباحث لاداء المصارعين خلال المباريات لذا قام الباحث بتحليل المباريات لبطولة المصارعة الدولية بشرم الشيخ المقامة بالصالة المغطاه بالمركز الدولي للتنمية الرياضة ، وجد الباحث أن هناك ضرورة لتحليل المباريات وذلك للوصول إلى أفضل طرق الهجوم المضاد المستخدمة في المباريات ضد المهارات الهجومية التي يؤديها اللاعبين وذلك للتعرف على ما هو قائم وما يجب أن يكون ووضع نتائج هذا التحليل في الاعتبار عند تصميم البرامج التدريبية ومن خلال المسح المرجعي للمراجع والبحوث العلمية في مجال المصارعة . وجد الباحث أن معظم الدراسات التي تناولت تحليل مباريات المصارعة الحرة كان الهدف منها هو التعرف على المهارات الهجومية الأكثر إستخداماً والأكثر فاعلية في المصارعة على حد علم الباحث .

لذلك فكر الباحث في تحليل لبطولة المصارعة الدولية بشرم الشيخ المقامة بالصالة المغطاه بالمركز الدولي للتنمية الرياضة للتعرف على أفضل طرق الهجوم المضاد المستخدمة في المباريات ضد المهارات الهجومية التي يؤديها اللاعبين في المباريات سواء في وضعي الصراع العلوي والسفلي .

ويذكر محمد صبحي حسنين وحمدى عبد المنعم (١٩٩٧) أن التحليل احد أهم الأساليب الأساسية لعملية التقويم والذي يعتمد على التصوير الفيديوي للمباريات ومن ثم استعمال الأساليب والقوانين الإحصائية لتحليل الأداء الفردي والفرقي للفريق والفريق المنافس . والتحليل طريقة لتقويم أداء اللاعبين وكذلك الرفق سواء كان ذلك في المنافسات أو في التدريب، والمقصود بتقويم أداء اللاعبين هو تتبع أداء كل لاعب على حدة خلال المباراة سواء كان ذلك في أداء المهارات الأساسية أو من خلال تتبع تنفيذ المهام الخططية وطرائق اللعب المكلف بها كعضو في الفريق أو من خلال تتبع تنفيذ اللاعب لهذه المهام جميعها، لان " أسلوب تحليل المباراة يسمح بتقدير قيمة الأداء الذي يقوم به اللاعب أو الفرق) . ١٤ : (٤٧٤)

أهداف البحث :

يهدف البحث إلى التعرف على.

١ . بعض طرق الهجوم المضاد الأكثر إستخداماً في الاوزان المختلفي من وضع الصراع العلوي والسفلي لدى لاعبي المصارعة اليونانية الرومانية .

٢ . الفروق بين الاوزان المختلفة في طرق الهجوم المضاد الأكثر إستخداماً من وضع الصراع العلوي والسفلي لدى لاعبي المصارعة اليونانية الرومانية.

تساؤلات البحث :

١ - ما هي طرق الهجوم المضاد الأكثر إستخداماً في الاوزان المختلفي من وضع الصراع العلوي والسفلي لدى لاعبي المصارعة اليونانية الرومانية

٢ - ما هي الفروق بين الاوزان المختلفة في طرق الهجوم المضاد الأكثر إستخداماً من وضع الصراع العلوي والسفلي لدى لاعبي المصارعة اليونانية الرومانية

مصطلحات البحث :

- **الدفاع** : هي تلك الحركات التي يلجأ إليها اللاعب للتخلص من الاداء الهجومى الذى يقوم به المهاجم سواء فى الصراع العلوى او السفلى . (تعريف إجرائى)

- **الطرق الدفاعية** : هي مختلف الاساليب التي يستخدمها اللاعب ليتفادى مسكات المنافس عن طريق إستخدام جزء أو أجزاء جسمه . (تعريف إجرائى)

- الهجوم المضاد **Counter attack** :

يذكر والتر غاين (1981) Walter Gain أن المصارع يمكن أن يدافع عن نفسه من خلال المحاولة دون تنفيذ منافسة للهجوم أو يبادر إلى الهجوم المضاد ، وخلال عملية إعداد المصارع يتم تدريبية على مثل هذه التحركات المرتبطة بصورتها المتكاملة ، من أجل أن يتمكن المصارع من تنوع تصرفه التكتيكي أثناء المباراة ، فيجب تدريبية على أكثر من إمكانية لتمهيد الظروف لمسكاته التخصصية ومتابعة الهجوم ويطلق على مهارة تكتيكية معينة مع مجموع الإمكانيات المتوفرة للتمهيد والمتابعة مصطلح (مهارة مركبة) ، أو (مهارة متكاملة) ، أو (مهارة مركبة تخصصية) إذا تخصص المصارع فيها . (٢١ : ٢٢ ، ٢٤ ، ٢٣)

ويعرف إسماعيل حامد عثمان (١٩٩٧) الهجوم المضاد بأنه قدرة الملاك على تلقي هجوم المنافس ثم القيام بحركة دفاعية بإستخدام الذراعين أو الجذع أو الرجلين ثم الشروع في تسوية مجموعة لكمات بسيطة أو مركبة تجاه الثغرة التي نتجت عن أداء الملاك لهجومه أو أداء مؤدى الهجوم المضاد لحركته الدفاعية . (٢ : ١٣٤)

أهمية الهجوم المضاد في المصارعة

ويشير بتروف (١٩٨٧) أن مباريات المصارعة تعتمد على حركات مختلفة يتشكل منها الهجوم والدفاع المضاد ، والأداء الحديث في المصارعة يتطلب القدرة على التنوع في استخدام هذه الحركات. (٢٢ : ١٢٢)

ويضيف هاني جعفر (٢٠٠٥) نقلا عن بتروف (١٩٨٦) أن مباريات المصارعة تعتمد على حركات مختلفة يتشكل منها الهجوم والدفاع المضاد، والأداء الحديث في المصارعة يتطلب القدرة على التنوع في استخدام هذه الحركات، حيث أصبحت القوة وحدها لا تكفي لتحقيق الفوز، بل كثيرا ما نجد إن الأداء المهارى الجيد للمصارع يتغلب على الصفات البدنية للمنافس في مواقف اللعب المختلفة مما يتطلب إعداد مهارى وخطى جيد (١٩ : ٣)

وفي هذا النمط من اللعب لا يكفي بمجرد الدفاع بل يعتمد على استخدام عدد من المناورات الهجومية التي تؤدي إلى عكس الوضع وإسقاط الخصم بدلا من مجرد الأستسلام لهجوم الخصم ، وتعتبر مناورات الهجوم المضاد من أصعب مناورات المصارعة بسبب ما يتعرض له اللاعب من ضغط هجومي كما أنها قد تعرض اللاعب لخطورة تسجيل النقاط عليه في حالة فشلها حيث تؤدي من أوضاع غير مريحة نسبيا للعب (٢٣)

ويرى كل من محمد بريق وإيهاب البيدوي (٢٠٠٤) أن الهجوم المضاد هو (الرد على هجوم الجزء العلوى من الجسم) يتطلب الرد على الجزء العلوى من الجسم مهارات متقدمة بالرغم من أنه من المفيد أن يتعلم المبدء الرميات الأساسية قبل أن يشتغل نفسه بالرد (الهجوم المضاد) وهناك ثلاث أنواع من الرد سنناقشها ويتمثل أول رد منع المنافس من الحصول على الحيس بما يكفي للرمى حيث أن المهاجم والمدافع يكافحان للحصول على موقف جيد بمجرد حصول المهاجم على موقع داخلى بذراعه اليسرى يطيح بمنافسه القتال بالذراع واليد قد يكون شديدا ويسمى التصارع ، والنوع الثانى من الرد يتم عمله بإعادة رمى المنافس أو الدوران عليه تلك المناورة حيث يحاول المدافع حبس الراس ويستخدم المهاجم حبس الجسم للرد ، أما ثالث نوع للرد فيتطلب تغيير مستوى الجسم أو الزاوية لتمكن المصارع من استكمال رميته ، وبمعنى آخر عليك التعرف على خطة المنافس وهزيمته. (١٢ : ١٢٦)

الدراسات السابقة :

دراسة عبد الحليم محمد عبد الحليم (٢٠٠٨) وعنوانها دراسة تحليلية لبعض الطرق الدفاعية المستخدمة لدى لاعبي الجودو وتهدف هذه الدراسة في التعرف على بعض الطرق الدفاعية الأكثر استخداماً في الأوزان المختلفة من اللعب العلوى والارضى . والفروق بين الأوزان المختلفة في الطرق الدفاعية الأكثر استخداماً من من اللعب العلوى والارضى لدى لاعبي الجودو . وكانت أهم النتائج الخاصة ببعض الطرق الدفاعية الأكثر استخداماً ضد المهارات الهجومية في اللعب من أعلى للرجلين الدفاع عن الرجوع ضد مهارة أو أوتش جارى . وضد مهارات الوسط الدفاع عن طريق دفع المنافس للامام بالذراعين ضد مهارة هارى جوشى ، وضد مهارات اليدين الدفاع عن طريق دفع المنافس للامام بالذراعين ضد مهارة إييون سيوناجى . (١١)

دراسة عايد حسين عبد الأمير (٢٠١١) تحليل الدفاع الفردي ضد التهديد للاعبى نادي الحلة المتقدمين بكرة السلة هدف البحث إلى تحديد المحاولات الايجابية والسلبية للدفاع الفردي ضد التهديد وكذلك تحليل الدفاع الفردي للاعبى نادي الحلة المتقدمين بكرة السلة ضد التهديد، وتطرق الباحث إلى دراسات نظرية ذات العلاقة بموضوع البحث هي تحليل المباريات بكرة السلة والدفاع الفردي بكرة السلة واستعمل الباحث المنهج الوصفي بأسلوبه المسحي كونه يتلاءم وطبيعة مشكلة البحث ، وتم اختيار لاعبي نادي الحلة المتقدمين بكرة السلة والذي يمثل أفضل أربع أندية مشتركة في الدوري العراقي الممتاز المتضمن (١٢) فريق تمثل فرق بغداد والمحافظات الأخرى، ومن خلال هذه النتائج تم التوصل إلى استنتاجات عدة منها، انخفاض فاعلية الدفاع الفردي لدى لاعبي نادي الحلة بكرة السلة وهو مؤشر يعكس الضعف العام لدى لاعبي الفريق إذا ما علمنا إنه حاصل على بطولة الدوري العراقي لأكثر من موسم سابق ويضم لاعبين يمثلون المنتخب الوطني العراقي بكرة السلة. (١٠)

دراسة عاصم السيد عبدالعزيز الخطاى (٢٠٠٣) عنوانها تأثير برنامج تدريب الهجوم المضاد على نتائج المباريات للملاكمة المناسبة كما تهدف هذه الدراسة للتعرف على تأثير برنامج تدريب الهجوم المضاد على نتائج المباريات للملاكمة المناسبة . واستخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم ذو مجموعة واحدة بأسلوب مناسب القبلى والبينى والبعدى كما اشتملت عينة الدراسة على عينة قوامها ١٢ لاعب من ناشئى رياضة الملاكمة من المرحلة السنية من (١٤ - ١٦) سنة وجود علاقة ذات دلالة احصائية بين القياسات (القبلىة - البينية - البعدية) لصالح القياس البعدى فى مهارات الهجوم المضاد قيد البحث. (٩)

دراسة محمد عبدالعزيز غنيم (١٩٩٥) عنوانها تحليلية لفاعلية خطط الهجوم والدفاع للملاكمى الدول العربية وتهدف هذه الدراسة للتعرف على فاعلية خطط الهجوم والدفاع خلال جولات المباراه ونتائج المباريات كما اشتملت عينة البحث على (٦٥) ملاكم جميع الملاكمين المشتركين فى الدورة العربية بدولة تونس. استخدام المهارات الدفاعية اكثر من الهجومية فى الجولة الثالثة للحفاظ على فارق النقاط (١٥)

دراسة نبيل محمد فوزى (٢٠٠٣) عنوانها تأثير كل من متغيرات الهجوم والدفاع والرد والهجوم المضاد على نتائج المباريات فى كل من الأسلحة الثلاثة (شيش - سيف - مبارزة - سيف) . استهدفت الدراسة التعرف على العلاقة بين كل من متغيرات الهجوم ، الدفاع ، والرد ، الهجوم المضاد ونتائج المباريات فى الأسلحة الثلاثة . واستخدم الباحث المنهج الوصفى و اشتملت العينة على مجموعة من مباريات بطولات

العالم والبطولات الأولمبية وكانت من اهم النتائج الدراسة أن هناك اختلاف فى الأهمية النسبية للمتغيرات قيد الدراسة تبعاً لاختلاف نوع السلاح.(١٨)

دراسة عادل متولى شحاتة (٢٠٠٧) وعنوانها تأثير الهجوم المضاد على فعالية الأداء لدى ناشئى الجودو كما تهدف الدراسة إلى التعرف على تأثير البرنامج التدريبي المقترح باستخدام الهجوم المضاد على فعالية الأداء لدى ناشئى الجودو . و استخدم الباحث المنهج التجريبي لمجموعتين احدهما تجريبية والأخرى ضابطة كما تكونت عينة البحث من ٢٤ لاعب تم اختيارهم بالطريقة العمدية من لاعبي الجودو تحت ١٦ سنة. اثر البرنامج التدريبي المقترح باستخدام الهجوم المضاد على فعالية الأداء لناشئى الجودو تحت ١٦ سنة. (٨)

إجراءات البحث :

منهج البحث :

أستخدم الباحث المنهج الوصفي بالاسلوب المسحي حيث قام الباحث بتحليل المباريات لبطولة المصارعة الدولية لسنة ٢٠١٤ المقامة (بشرم الشيخ) .

عينة البحث :

قام الباحث بتحليل المباريات لبطولة المصارعة الدولية بشرم الشيخ المقامة بالصالة المغطاه بالمركز الدولي للتنمية الرياضة حيث شارك فى البطولة ثمانية دول(مصر ، العراق ، سوريا ، المغرب، روسيا، إيران ، اليونان ، أوكرانيا)

مجالات البحث

المجال البشري. :

المجال ألزمني: قامت البطولة فى الفترة من ٢٨ / ١٠ / ٢٠١٤ حتى ١ / ١١ / ٢٠١٤.

المجال المكاني : الصالة المغطاه بالمركز الدولي للتنمية الرياضة بشرم الشيخ.

الوسائل والأدوات والأجهزة المستخدمة فى البحث:

استعان الباحث بالوسائل الآتية:-

- ١- المصادر العربية و الأجنبية.
- ٢- الملاحظة الموضوعية.
- ٣- استمارة تقويم طرق الهجوم المضاد المستخدمة مرفق . ()
- ٤- استمارة تفرغ البيانات.

الأدوات والأجهزة المستخدمة فى البحث:

استخدم الباحث الأدوات والأجهزة الآتية:-

- ١- جهاز حاسوب نوع.(LG)
- ٢- أقراص ليزرية.(CD)
- ٣- ساعة توقيت عدد)١.
- ٤- حاسبة يدوية علمية نوع.(Sharp)

خطوات إجراء التحليل

قام الباحث بالخطوات الآتية:

استعان الباحث باستمرار ملاحظة صممت من قبل الباحث.

- ١- على أساس هذه الاستمارة قسم الباحث طرق الهجوم المضاد المستخدمة إلى قسمين هما الصراع العلوى والسفلى.
- ٢- اعتمد الباحث الأسس العلمية لتقنين استمارة التحليل إذ قام بعرض الاستمارة على بعض السادة الخبراء والمختصين.

الأسس العلمية:

صدق الاستمارة:

اعتمد الباحث صدق المحتوى للاستمارة بعد ما تم عرضها على بعض السادة الخبراء والمختصين الذين وافقوا على صلاحية الاستمارة.

ثبات الاستمارة

من خلال التجربة الاستطلاعية قام الباحث بتفريغ البيانات للمباراة التجريبية مباشرة عند متابعته وفريق العمل المساعد ومن ثم تسجيل المباراة على قرص مدمج (CD) بعدها قام الباحث بتفريغ البيانات من خلال عرض المباراة في جهاز الحاسوب.

موضوعية الاستمارة:

لإثبات موضوعية الاستمارة تم اعتماد نتائج الارتباط بين بيانات الاستمارة لحكمين من فريق العمل المساعد وكانت نتائج الارتباط عالية بينهما وهذا ما يحقق مبدأ الموضوعية لان الاختبار يعد "موضوعيا إذا كان يعطي نفس النتائج في جميع الحالات وبنفس الدرجات بغض النظر عن صححه "

التجربة الرئيسية:

قام الباحث بالإشراف على فريق العمل المساعد الذي قام بتثبيت المعلومات الخاصة بطرق الهجوم المضاد المستخدمة للاعب في بطولة المصارعة الدولية المقامة بشرم الشيخ في الاستمارة التي صممت لهذا الغرض من خلال خوضهم لمباريات المربع الذهبي.

الوسائل الإحصائية:

استعان الباحث بالوسائل الإحصائية الآتية:

- التكرار و النسبة المئوية.
- الأهمية النسبية
- مربع كاي.

جدول (١)

يوضح التكرارات والنسبة المئوية والترتيب لبعض طرق الهجوم المضاد المستخدمة في مباريات عينة البحث لمجموعة الأوزان الخفيفة (٥٩ كجم – ٧١ كجم) ضد المهارات الهجومية المستخدمة في الصراع العلوي

الترتيب	النسبة المئوية %	التكرارات	طرق الهجوم المضاد الأكثر استخداماً	المهارات الهجومية
١	٦٢.١٦	٤٦	الدفاع بإعاقة تطويق الوسط ثم الرمية الخلفية	الاجلاس
٢	٣٧.٨٤	٢٨	الدفاع بالنزول بالرأس أسفل الذراع ثم الاجلاس	بالغطس أسفل الأبط
	١٠٠%	٧٤	المجموع	
١	٥٩.٧٠	٤٠	الدفاع بإعاقة حركة المنافس بالجلوس لاسفل مع سحب الذراع	الاجلاس
٢	٤٠.٢٩	٢٧	الدفاع بإعاقة حركة شد الذراع ثم الاجلاس	بسحب الذراع والانتفاف خلف اللاعب
	١٠٠%	٦٧	المجموع	
٣	١٤.٨١	٨	يقوم المدافع بدفع للامام والتثبيت	الاجلاس
١	٥٧.٣١	٣١	يقوم المدافع بالاختراق لتطويق الوسط ورفع المنافس لاعلى لاداء حركة الرمية الخلفية	بتطويق الرأس العكسية وشد الذراع
٢	٢٧.٧٨	١٥	يقوم المدافع بأداء حركة درجة الذراع للجانب وعمل إجلاس	
	١٠٠%	٥٤	المجموع	
١	٤٩.٢٨	٣٤	الدفاع بالنزول بالجسم ومركز النقل لاسفل مع مسك الوسط مع الرمية الخلفية	رمية المقعدة
٢	٣٤.٧٨	٢٤	الدفاع بمسك والوسط والذراع والخطو للجانب مع الرمية الخلفية	بتطويق الذراع والرقبة
٣	١٥.٩٤	١١	تطويق الوسط بالذراعين مع الرمية الخلفية	
	١٠٠%	٦٩	المجموع	
١	٦١.٥٤	١٦	الدفاع بمسك والوسط والذراع والخطو للجانب مع الرمية الخلفية	رمية المقعدة
٢	٣٨.٤٦	١٠	تطويق الوسط بالذراعين مع الرمية الخلفية	بتطويق الوسط

المهارات الهجومية	طرق الهجوم المضاد الأكثر استخداماً	التكرارات	النسبة المئوية %	الترتيب
والذراع	المجموع	٢٦	١٠٠%	
الرمية الخلفية بالمواجهة بالظهر	الدفاع بسحب الذراع والالتفاف خلف المنافس ثم الرمية الخلفية	٢٣	٦٢.١٦%	١
	الرمية الخلفية بتطويق ذراعي المنافس من الخارج ضد مسكة الوسط	١٤	٣٧.٨٤%	٢
	المجموع	٣٧	١٠٠%	
الرمية الخلفية بالمواجهة بتطويق الوسط والذراع	الدفاع بالخطو للجانب ليعمل إرتكاز مع عمل تلفيحة	٣٢	٥٧.١٤%	١
	الدفاع بتطويق ذراعي المنافس من الخارج ثم الرمية الخلفية	١٦	٢٨.٥٧%	٢
	الرمية الخلفية بالمواجهة بتطويق الوسط كهجوم مضاد	٨	١٤.٢٩%	٣
	المجموع	٥٦	١٠٠%	
رمية السداز من فوق الظهر	الدفاع بالنزول بمركز الثقل لاسفل مع الرمية الخلفية	١٩	٣١.٦٧%	٢
	الدفاع بمسك والوسط والذراع والخطو للجانب مع الرمية الخلفية	٢٦	٤٣.٣٣%	١
	الدفاع بمسك الوسط بالذراعين مع الرمية الخلفية	١٠	١٦.٦٧%	٣
	الرمية الخلفية كهجوم مضاد لرمية الذراع	٥	٨.٣٣%	٤
	المجموع	٦٠	١٠٠%	
رمية السداز من فوق الكتف بسحب الذراع	الدفاع بمسك الوسط والارتكاز والرمية الخلفية	٨	٦٦.٦٧%	١
	الدفاع بالخطو للجانب مع عمل الاجلاس	٤	٣٣.٣٣%	٢
	المجموع	١٢	١٠٠%	
المجموع الكلي		٤٥٦		

يتضح من جدول (١) والخاص بالتكرارات والنسبة المئوية والترتيب لبعض الطرق الدفاعية المستخدمة في مباريات عينة البحث لمجموعة الاوزان الخفيفة (٥٩ كجم - ٧١ كجم) ضد المهارات الهجومية المستخدمة في الصراع العلوى ، حيث جاء في الترتيب الاول لطرق الدفاع لمهارة الاجلاس بالغض أسفل الايط هي (الدفاع بإعاقة تطويق الوسط ثم الرمية الخلفية) بنسبة (٦٢.١٦%) وفي مهارة الاجلاس بسحب الذراع والالتفاف خلف اللاعب (الدفاع بإعاقة حركة المنافس بالجلوس لاسفل مع سحب الذراع) بنسبة (٥٩.٧٠%) وفي مهارة الاجلاس بتطويق الرأس العكسية وشد الذراع (يقوم المدافع بالاختراق لتطويق الوسط ورفع المنافس لاعلى مع الرمية الخلفية) بنسبة (٥٧.٣١%) وفي مهارة رمية المقعدة بطويق الذراع والرقبة (الدفاع بالنزول بالجسم ومركز الثقل لاسفل مع مسك الوسط مع الرمية الخلفية) بنسبة (٤٩.٢٨%) وفي مهارة رمية المقعدة بطويق الوسط والذراع (الدفاع بمسك والوسط والذراع والخطو للجانب مع الرمية الخلفية) بنسبة (٦١.٥٤%) وفي مهارة الرمية الخلفية بالمواجهة بالظهر (الدفاع بسحب الذراع والالتفاف خلف المنافس ثم الرمية الخلفية) بنسبة (٦٢.١٦%) وفي مهارة الرمية الخلفية بالمواجهة بتطويق الوسط والذراع (الدفاع بالخطو للجانب ليعمل إرتكاز مع عمل تلفيحة) بنسبة (٥٧.١٤%) وفي مهارة رمية الذراع من فوق الظهر (الدفاع بمسك والوسط والذراع والخطو للجانب مع الرمية الخلفية) بنسبة (٤٣.٣٣%) وفي مهارة رمية الذراع من فوق الكتف بسحب الذراع (الدفاع بمسك الوسط والارتكاز والرمية الخلفية) بنسبة (٦٦.٦٧%)

جدول (٢)

يوضح التكرارات والنسبة المئوية والترتيب لبعض طرق الهجوم المضاد المستخدمة في مباريات عينة البحث لمجموعة الاوزان الخفيفة (٥٩ كجم - ٧١ كجم) ضد المهارات الهجومية المستخدمة في الصراع السفلى .

المهارات الهجومية	طرق الهجوم المضاد الأكثر استخداماً	التكرارات	النسبة المئوية %	الترتيب
برمة الوسط	الدفاع بفرد الجسم فوق المنافس مع البرم المنخفض	٢٣	٤٤.٢٣%	١
	الدفاع بالانبطاح مع تثبيت الكفين على البساط ومد الذراعين مع الالتفاف على المنافس والاعتلاء	٩	١٧.١٣%	٣
	الدفاع بنقل وزن الجسم إلى الجانب البعيد عن البرم	١٤	٢٦.٩٢%	٢
	الدفاع بالدرجة الجانبية والاعتلاء	٦	١١.٥٤%	٤
	المجموع	٥٢	١٠٠%	
سحب الذراعين بالذراعين	الدفاع بنقل القدم اليمنى للجانب مع مد الركبة مع مسك الوسط والبرم	٦	٣٣.٣٣%	٢
	الدفاع بالتدرج للامام على الجبهة مع مسك الذراع	١٢	٦٦.٦٧%	١
	المجموع	١٨	١٠٠%	

الترتيب	النسبة النسبية % المنوية	التكرارات	طرق الهجوم المضاد الأكثر استخداماً	المهارات الهجومية
٢	٣٦.٥٣	١٩	الدفاع بمسك الذراعين بالذراعين مع فتح القدمين حول الجسم	رفعة الوسط الإمامية
١	٦٣.٤٦	٣٣	الدفاع بمد الركبتين والدفع بالمقعدة للامام ولاعلى مع الاعتلاء	
	١٠٠%	٥٢	المجموع	
٣	١٦.٦٧	١٠	الدرجة للخارج ثم التقوس	رفعة الوسط العكسية
١	٤٣.٣٣	٢٦	الدرجة للخارج ثم التطويق العكسي للذراعين والرمي	
٤	٨.٣٣	٥	الدفاع السلبي بالدوران خلف المنافس والاعتلاء	
٢	٣١.٦٧	١٩	الدفاع بالوقوف بمحاولة فك اليدين الممسكة للوسط مع التقوس	
	١٠٠%	٦٠	المجموع	
١	٤٥.٤٥	١٠	الدفاع بمسك الذراع مع قلب المنافس	لم الذراع البعيد ومسك نصف نلسون القريب
٣	٣٦.٣٦	٨	الدفاع بالجلوس الطويل والالتفاف خلف المهاجم	
٢	١٨.١٨	٤	الدفاع بالدرجة للجانب والالتفاف خلف المهاجم	
	١٠٠%	٢٢	المجموع	
١	٧٨.١٣	٢٥	الدفاع بالوقوف على القدم والالتفاف خلف	تطويق الذراعين والتقوس خلفاً
٢	٢١.٨٨	٨	الدفاع بالجلوس الطويل والالتفاف خلف	
	١٠٠%	٣٣	المجموع	
		٢٣٧	المجموع الكلي	

يتضح من جدول (٢) والخاص بالتكرارات والنسبة المنوية والترتيب لبعض طرق الهجوم المضاد المستخدمة في مباريات عينة البحث لمجموعة الأوزان الخفيفة (٥٩ كجم - ٧١ كجم) ضد المهارات الهجومية المستخدمة في الصراع السفلي، حيث جاء في الترتيب الأول لطرق الهجوم المضاد لمهارات برمة الوسط هي (الدفاع بفرد الجسم فوق المنافس مع البرم المنخفض) بنسبة (٤٤.٢٣%) وفي مهارة سحب الذراعين بالذراعين (الدفاع بالتدرج للامام على الجبهة مع مسك الذراع) بنسبة (٦٦.٦٧%) وفي مهارة رفعة الوسط الامامية (الدفاع بمد الركبتين والدفع بالمقعدة للامام ولاعلى مع الاعتلاء) بنسبة (٦٣.٤٦%) وفي مهارة رفعة الوسط العكسية (الدرجة للخارج ثم التطويق العكسي للذراعين والرمي) بنسبة (٤٣.٣٣%) وفي مهارة لم الذراع البعيد ومسك نصف نلسون القريب (الدفاع بمسك الذراع مع قلب المنافس) بنسبة (٤٥.٤٥%) وفي مهارة تطويق الذراعين والتقوس خلفاً (الدفاع بالوقوف على القدم والالتفاف خلف) بنسبة (٧٨.١٣%).

جدول (٣)

يوضح التكرارات والنسبة المنوية والترتيب لبعض طرق الهجوم المضاد المستخدمة في مباريات عينة البحث لمجموعة الأوزان المتوسطة (٧٥ كجم - ٨٥ كجم) ضد المهارات الهجومية المستخدمة في الصراع العلوي

الترتيب	النسبة النسبية % المنوية	التكرارات	طرق الهجوم المضاد الأكثر استخداماً	المهارات الهجومية
١	٦١.٤٠	٣٥	الدفاع بإعاقه تطويق الوسط ثم التقوس خلفاً	الاجلاس بالغطس أسفل الابط
٢	٣٨.٥٩	٢٢	الدفاع بالنزول بالرأس أسفل الذراع ثم الاجلاس	
	١٠٠%	٥٧	المجموع	
١	٦٧.٧٩	٤٠	الدفاع بإعاقه حركة المنافس بالجلوس لاسفل مع سحب الذراع	الاجلاس بسحب الذراع والالتفاف خلف اللاعب
٢	٣٢.٢٠	١٩	الدفاع بإعاقه حركة شد الذراع ثم الاجلاس	
	١٠٠%	٥٩	المجموع	
٣	١٨.٩٢	١٤	يقوم المدافع بدفع للامام والتثبيت	الاجلاس بتطويق الرأس العكسية وشد الذراع
١	٤٣.٢٤	٣٢	يقوم المدافع بالاختراق لتطويق الوسط ورفع المنافس لاعلى لاداء حركة الرمية الخلفية	
٢	٣٧.٨٤	٢٨	يقوم المدافع بأداء حركة درجة الذراع للجانب وعمل اجلاس	
	١٠٠%	٧٤	المجموع	
١	٤٢.١١	٢٤	الدفاع بالنزول بالجسم ومركز الثقل لاسفل مع مسك الوسط مع الرمية الخلفية	رمية المقعدة بطويق الذراع والرقبة
٣	٢٦.٣٢	١٥	الدفاع بمسك والوسط والذراع والخطو للجانب مع الرمية الخلفية	
٢	٣١.٥٨	١٨	تطويق الوسط بالذراعين مع الرمية الخلفية	

الترتيب	النسبة النسبية % المنوية	التكرارات	طرق الهجوم المضاد الأكثر استخداماً	المهارات الهجومية
	١٠٠%	٥٧	المجموع	
١	٧٨.١٣	٢٥	الدفاع بمسك والوسط والذراع والخطو للجانب مع الرمية الخلفية	رمية المقعدة بطويق الوسط والذراع
٢	٢١.٨٨	٨	تطويق الوسط بالذراعين مع الرمية الخلفية	
	١٠٠%	٣٢	المجموع	
٢	٣٠.٧٧	١٦	الدفاع بسحب الذراع والالتفاف خلف المنافس ثم الرمية الخلفية	الرمية الخلفية بالمواجهة بالظهر
١	٦٩.٢٣	٣٦	الرمية الخلفية بتطويق ذراعي المنافس من الخارج ضد مسكة الوسط	
	١٠٠%	٥٢	المجموع	
٣	١٤.٨١	١٥	الدفاع بالخطو للجانب لعمل إرتكاز مع عمل تليحة	الرمية الخلفية بالمواجهة بتطويق الوسط والذراع
٢	٢٧.٧٨	٢٥	الدفاع بتطويق ذراعي المنافس من الخارج ثم الرمية الخلفية	
١	٥٧.٤١	٣١	الرمية الخلفية بالمواجهة بتطويق الوسط كهجوم مضاد	
	١٠٠%	٥٤	المجموع	
١	٤٣.٨٢	٣٩	الدفاع بالنزول بمركز الثقل لاسفل مع الرمية الخلفية	رمية الذراع من فوق الظهر
٢	٣٠.٣٣	٢٧	الدفاع بمسك والوسط والذراع والخطو للجانب مع الرمية الخلفية	
٣	١٩.١٠	١٧	الدفاع بمسك الوسط بالذراعين مع الرمية الخلفية	
٤	١٢.٣٥	١١	الرمية الخلفية كهجوم مضاد لرمية الذراع	
	١٠٠%	٨٩	المجموع	
١	٦١.٥٤	١٦	الدفاع بمسك الوسط والارتكاز والرمية الخلفية	رمية الذراع من فوق الكتف بسحب الذراع
٢	٣٨.٤٦	١٠	الدفاع بالخطو للجانب مع عمل الاجلاس	
	١٠٠%	٢٦	المجموع	
		٥٠٠	المجموع الكلي	

يتضح من جدول (٣) والخاص بالتكرارات والنسبة المئوية والترتيب لبعض طرق الهجوم المضاد المستخدمة في مباريات عينة البحث لمجموعة الازنان المتوسط (٧٥كجم - ٨٥كجم) ضد المهارات الهجومية المستخدمة في الصراع العلوي ، حيث جاء في الترتيب الاول لطرق الهجوم المضاد لمهارة الاجلاس بالغس أسفل الابط هي (الدفاع بإعاقة تطويق الوسط ثم التقوس خلفاً) بنسبة (٦١.٤٠%) وفي مهارة الاجلاس بسحب الذراع والالتفاف خلف اللاعب (الدفاع بإعاقة حركة المنافس بالجلوس لاسفل مع سحب الذراع) بنسبة (٦٧.٧٩%) وفي مهارة الاجلاس بتطويق الرأس العكسية وشد الذراع (يقوم المدافع بالاختراق لتطويق الوسط ورفع المنافس لاعلى لاداء حركة الرمية الخلفية) بنسبة (٤٣.٢٤%) وفي مهارة رمية المقعدة بتطويق الذراع والرقبة (الدفاع بالنزول بالجسم ومركز الثقل لاسفل مع مسك الوسط مع الرمية الخلفية) بنسبة (٤٢.١١%) وفي مهارة رمية المقعدة بتطويق الوسط والذراع (الدفاع بمسك والوسط والذراع والخطو للجانب مع الرمية الخلفية) بنسبة (٧٨.١٣%) وفي مهارة الرمية الخلفية بالمواجهة بالظهر (الرمية الخلفية بتطويق ذراعي المنافس من الخارج ضد مسكة الوسط) بنسبة (٦٩.٢٣%) وفي مهارة الرمية الخلفية بالمواجهة بتطويق الوسط والذراع (الرمية الخلفية بالمواجهة بتطويق الوسط كهجوم مضاد) بنسبة (٥٧.٤١%) وفي مهارة رمية الذراع من فوق الظهر (الدفاع بالنزول بمركز الثقل لاسفل مع الرمية الخلفية) بنسبة (٤٣.٨٢%) وفي مهارة رمية الذراع من فوق الكتف بسحب الذراع (الدفاع بمسك الوسط والارتكاز والرمية الخلفية) بنسبة (٦١.٥٤%)

جدول (٤)

يوضح التكرارات والنسبة المئوية والترتيب لبعض طرق الهجوم المضاد المستخدمة في مباريات عينة البحث لمجموعة الازنان المتوسط (٧٥كجم - ٨٥كجم) ضد المهارات الهجومية المستخدمة في الصراع السفلي .

الترتيب	النسبة النسبية % المنوية	التكرارات	طرق الهجوم المضاد الأكثر استخداماً	المهارات الهجومية
١	٣٤.٣٧	٢٢	الدفاع بفرد الجسم فوق المنافس مع البرم المنخفض	برمة الوسط
٣	٢٣.٤٣	١٥	الدفاع بالانبطاح مع تثبيت الكفين على البساط ومد الذراعين مع الالتفاف على المنافس والاعتلاء	
٢	٢٨.١٢	١٨	الدفاع بنقل وزن الجسم إلى الجانب البعيد عن البرم	
٤	١٤.٠٦	٩	الدفاع بالدرجة الجانبية والاعتلاء	
	١٠٠%	٦٤	المجموع	

الترتيب	النسبة المئوية %	التكرارات	طرق الهجوم المضاد الأكثر استخداماً	المهارات الهجومية
١	٣٦.٨٤	٧	الدفاع بنقل القدم اليمنى للجانب مع مد الركبة مع مسك الوسط والبرم	سحب الذراعين بالذراعين
٢	٦٣.١٦	١٢	الدفاع بالتدحرج للامام على الجبهة مع مسك الذراع	
	١٠٠%	١٩	المجموع	
٢	٣٨.٧١	٢٤	الدفاع بمسك الذراعين بالذراعين مع فتح القدمين حول الجسم	رفعة الوسط الامامية
١	٦١.٢٩	٣٨	الدفاع بمد الركبتين والدفع بالمقعدة للامام ولاعلى مع الاعتلاء	
	١٠٠%	٦٢	المجموع	
١	٣٧.٢٠	٣٢	الدرجة للخارج ثم التقوس	رفعة الوسط العكسية
٤	١٧.٤٤	١٥	الدرجة للخارج ثم التطويق العكسي للذراعين والرمي	
٢	٢٤.٤١	٢١	الدفاع السلبى بالدوران خلف المنافس والاعتلاء	
٣	٢٠.٩٣	١٨	الدفاع بالوقوف بمحاولة فك اليدين الممسكة للوسط مع التقوس	
	١٠٠%	٨٦	المجموع	
٣	٢٦.٠٩	١٢	الدفاع بمسك الذراع مع قلب المنافس	لم الذراع البعيد وممسك نصف نلسون القريب
١	٣٩.١٣	١٨	الدفاع بالجلوس الطويل والالتفاف خلف المهاجم	
٢	٣٤.٧٨	١٦	الدفاع بالدرجة للجانب والالتفاف خلف المهاجم	
	١٠٠%	٤٦	المجموع	
١	٦٦.٦٦	١٢	الدفاع بالوقوف على القدم والالتفاف خلف	تطويق الذراعين والتقوس خلفاً
٢	٣٣.٣٣	٦	الدفاع بالجلوس الطويل والالتفاف خلف	
	١٠٠%	١٨	المجموع	
		٢٩٥	المجموع الكلي	

يتضح من جدول (٤) والخاص بالتكرارات والنسبة المئوية والترتيب لبعض طرق الهجوم المضاد المستخدمة في مباريات عينة البحث لمجموعة الازان المتوسط (٧٥ كجم - ٨٥ كجم) ضد المهارات الهجومية المستخدمة في الصراع السفلى ، حيث جاء في الترتيب الاول لطرق الهجوم المضاد لمهارات برمة الوسط هي (الدفاع بفرد الجسم فوق المنافس مع البرم المنخفض) بنسبة (٣٧.٣٧%) وفي مهارة سحب الذراعين بالذراعين (الدفاع بالتدحرج للامام على الجبهة مع مسك الذراع) بنسبة (٦٣.١٦%) وفي مهارة رفعة الوسط الامامية (الدفاع بمد الركبتين والدفع بالمقعدة للامام ولاعلى مع الاعتلاء) بنسبة (٦١.٢٩%) وفي مهارة رفعة الوسط العكسية (الدرجة للخارج ثم التقوس) بنسبة (٣٧.٢٠%) وفي مهارة لم الذراع البعيد وممسك نصف نلسون القريب (الدفاع بالجلوس الطويل والالتفاف خلف المهاجم) بنسبة (٣٩.١٣%) وفي مهارة تطويق الذراعين والتقوس خلفاً (الدفاع بالوقوف على القدم والالتفاف خلف) بنسبة (٦٦.٦٦%).

جدول (٥)

يوضح التكرارات والنسبة المئوية والترتيب لبعض طرق الهجوم المضاد المستخدمة في مباريات عينة البحث لمجموعة الازان الثقيلة (٩٨ كجم - ١٣٠ كجم فأكثر) ضد المهارات الهجومية المستخدمة في الصراع العلوى

الترتيب	النسبة المئوية %	التكرارات	طرق الهجوم المضاد الأكثر استخداماً	المهارات الهجومية
١	٦٢.٥	١٥	الدفاع بإعاقه تطويق الوسط ثم التقوس خلفاً	الاجلاس بالغطس أسفل الابط
٢	٣٧.٥	٩	الدفاع بالنزول بالرأس أسفل الذراع ثم الاجلاس	
	١٠٠%	٢٤	المجموع	
٢	٣٣.٣٣	٤	الدفاع بإعاقه حركة المنافس بالجلوس لاسفل مع سحب الذراع	الاجلاس بسحب الذراع والالتفاف خلف اللاعب
١	٦٦.٧٦	٨	الدفاع بإعاقه حركة شد الذراع ثم الاجلاس	
	١٠٠%	١٢	المجموع	
٣	١٧.٦٥	٦	يقوم المدافع بدفع للامام والتثبيت	الاجلاس بتطويق الرأس العكسية وشد الذراع
٢	٢٩.٤١	١٠	يقوم المدافع بالاختراق لتطويق الوسط ورفع المنافس لاعلى لاداء حركة الرمية الخلفية	
١	٥٢.٢٩	١٨	يقوم المدافع بأداء حركة درجة الذراع للجانب وعمل إجلاس	
	١٠٠%	٣٤	المجموع	

الترتيب	النسبة المنوية %	التكرارات	طرق الهجوم المضاد الأكثر استخداماً	المهارات الهجومية
٢	٣٥.٧١	٥	الدفاع بالنزول بالجسم ومركز الثقل لأسفل مع مسك الوسط مع الرمية الخلفية	رمية المقعدة بطويق الذراع والرقبة
١	٥٠.٠٠	٧	الدفاع بمسك والوسط والذراع والخطو للجانب مع الرمية الخلفية	
٣	١٤.٢٩	٢	تطويق الوسط بالذراعين مع الرمية الخلفية	
	١٠٠%	١٤	المجموع	
١	٦٠.٠٠	٣	الدفاع بمسك والوسط والذراع والخطو للجانب مع الرمية الخلفية	رمية المقعدة بطويق الوسط والذراع
٢	٤٠.٠٠	٢	تطويق الوسط بالذراعين مع الرمية الخلفية	
	١٠٠%	٥	المجموع	
٢	٣٣.٣٣	٤	الدفاع بسحب الذراع والالتفاف خلف المنافس ثم الرمية الخلفية	الرمية الخلفية بالمواجهة بالظهر
١	٦٦.٦٧	٨	الرمية الخلفية بتطويق ذراعي المنافس من الخارج ضد مسكة الوسط	
	١٠٠%	١٢	المجموع	
١	٥٤.٥٥	٦	الدفاع بالخطو للجانب لعمل ارتكاز مع عمل تلفية	الرمية الخلفية بالمواجهة بتطويق الوسط والذراع
٢	٣٦.٣٦	٤	الدفاع بتطويق ذراعي المنافس من الخارج ثم الرمية الخلفية	
٣	٩.٠٩	١	الرمية الخلفية بالمواجهة بتطويق الوسط كهجوم مضاد	
	١٠٠%	١١	المجموع	
١	٣٩.٢٨	١١	الدفاع بالنزول بمركز الثقل لأسفل مع الرمية الخلفية	رمية الذراع من فوق الظهر
٢	٣٢.١٤	٩	الدفاع بمسك والوسط والذراع والخطو للجانب مع الرمية الخلفية	
٣	١٧.٨٥	٥	الدفاع بمسك الوسط بالذراعين مع الرمية الخلفية	
٤	١٠.٧١	٣	الرمية الخلفية كهجوم مضاد لرمية الذراع	
	١٠٠%	٢٨	المجموع	
١	٧١.٤٢	١٠	الدفاع بمسك الوسط والارتكاز والرمية الخلفية	رمية الذراع من فوق الكتف بسحب الذراع
٢	٢٨.٥٧	٤	الدفاع بالخطو للجانب مع عمل الاجلاس	
	١٠٠%	١٤	المجموع	
		١٥٤	المجموع الكلي	

يتضح من جدول (٥) والخاص بالتكرارات والنسبة المنوية والترتيب لبعض طرق الهجوم المضاد المستخدمة في مباريات عينة البحث لمجموعة الازنان الثقيلة (٩٨ كجم - ١٣٠ كجم فأكثر) ضد المهارات الهجومية المستخدمة في الصراع العلوي، حيث جاء في الترتيب الاول لطرق الهجوم المضاد لمهارة الاجلاس بالغطس أسفل الابط هي (الدفاع بإعاقه تطويق الوسط ثم التقوس خلفاً) بنسبة (٦٢.٥%) وفي مهارة الاجلاس بسحب الذراع والالتفاف خلف اللاعب (الدفاع بإعاقه حركة شد الذراع ثم الاجلاس) بنسبة (٦٦.٧٦%) وفي مهارة الاجلاس بتطويق الرأس العكسية وشد الذراع (يقوم المدافع بأداء حركة درجة الذراع للجانب وعمل اجلاس) بنسبة (٥٢.٢٩%) وفي مهارة رمية المقعدة بطويق الذراع والرقبة (الدفاع بمسك والوسط والذراع والخطو للجانب مع الرمية الخلفية) بنسبة (٥٠.٠٠%) وفي مهارة رمية المقعدة بطويق الوسط والذراع (الدفاع بمسك والوسط والذراع والخطو للجانب مع الرمية الخلفية) بنسبة (٦٠.٠٠%) وفي مهارة الرمية الخلفية بالمواجهة بالظهر (الرمية الخلفية بتطويق ذراعي المنافس من الخارج ضد مسكة الوسط) بنسبة (٦٦.٦٧%) وفي مهارة الرمية الخلفية بالمواجهة بتطويق الوسط والذراع (الدفاع بالخطو للجانب لعمل ارتكاز مع عمل تلفية) بنسبة (٥٤.٥٥%) وفي مهارة رمية الذراع من فوق الظهر (الدفاع بمسك والوسط والذراع والخطو للجانب مع الرمية الخلفية) بنسبة (٣٩.٢٨%) وفي مهارة رمية الذراع من فوق الكتف بسحب الذراع (الدفاع بمسك الوسط والارتكاز والرمية الخلفية) بنسبة (٧١.٤٢%)

جدول (٦)

يوضح التكرارات والنسبة المنوية والترتيب لبعض طرق الهجوم المضاد المستخدمة في مباريات عينة البحث لمجموعة الازنان الثقيلة (٩٨ كجم - ١٣٠ كجم فأكثر) ضد المهارات الهجومية المستخدمة في الصراع السفلي

الترتيب	النسبة المنوية %	التكرارات	طرق الهجوم المضاد الأكثر استخداماً	المهارات الهجومية
٢	٣٠.٠٠	٩	الدفاع بفرد الجسم فوق المنافس مع البرم المنخفض	برمة الوسط
١	٣٦.٦٦	١١	الدفاع بالانبطاح مع تثبيت الكفين على البساط ومد الذراعين مع الالتفاف على المنافس والاعتلاء	

المهارات الهجومية	طرق الهجوم المضاد الأكثر استخداماً	التكرارات	النسبة المئوية %	الترتيب
	الدفاع بنقل وزن الجسم إلى الجانب البعيد عن البرم	٧	٢٣.٣٣	٣
	الدفاع بالدرجة الجانبية والاعتلاء	٣	١٠.٠٠	٤
	المجموع	٣٠	%١٠٠	
سحب الذراعين بالذراعين	الدفاع بنقل القدم اليمنى للجانب مع مد الركبة مع مسك الوسط والبرم	٥	٧١.٤٣	١
	الدفاع بالتدريج للامام على الجبهة مع مسك الذراع	٢	٢٨.٥٧	٢
	المجموع	٧	%١٠٠	
رفعة الوسط الامامية	الدفاع بمسك الذراعين بالذراعين مع فتح القدمين حول الجسم	١٢	٦٦.٦٧	١
	الدفاع بمد الركبتين والدفع بالمقعدة للامام ولاعلى مع الاعتلاء	٦	٣٣.٣٣	٢
	المجموع	١٨	%١٠٠	
رفعة الوسط العكسية	الدرجة للخارج ثم التقوس	١٣	٥٠.٠٠	١
	الدرجة للخارج ثم التطويق العكسي للذراعين والرمي	٦	٢٣.٠٧	٢
	الدفاع السلبي بالدوران خلف المنافس والاعتلاء	٥	١٩.٢٣	٣
	الدفاع بالوقوف بمحاولة فك اليدين الممسكة للوسط مع التقوس	٢	٧.٦٩	٤
	المجموع	٢٦	%١٠٠	
لم الذراع البعيد ومسك نصف نلسون القريب	الدفاع بمسك الذراع مع قلب المنافس	١١	٦١.١١	١
	الدفاع بالجلوس الطويل والالتفاف خلف المهاجم	٥	٢٧.٧٧	٣
	الدفاع بالدرجة للجانب والالتفاف خلف المهاجم	٧	٣٨.٨٨	٢
	المجموع	١٨	%١٠٠	
تطويق الذراعين والتقوس خلفاً	الدفاع بالوقوف على القدم والالتفاف خلف	٢	٣٣.٣٣	٢
	الدفاع بالجلوس الطويل والالتفاف خلف	٤	٦٦.٦٧	١
	المجموع	٦	%١٠٠	
	المجموع الكلي	١٠٥		

يتضح من جدول (٦) والخاص بالتكرارات والنسبة المئوية والترتيب لبعض طرق الهجوم المضاد المستخدمة في مباريات عينة البحث لمجموعة الازان الثقيلة (٩٨ كجم - ١٣٠ كجم فأكثر) ضد المهارات الهجومية المستخدمة في الصراع السفلي، حيث جاء في الترتيب الاول لطرق الهجوم المضاد لمهارات برمة الوسط هي (الدفاع بالانبطاح مع تثبيت الكفين على البساط ومد الذراعين مع الالتفاف على المنافس والاعتلاء) بنسبة (٣٦.٦٦%) وفي مهارة سحب الذراعين بالذراعين (الدفاع بنقل القدم اليمنى للجانب مع مد الركبة مع مسك الوسط والبرم) بنسبة (٧١.٤٣%) وفي مهارة رفعة الوسط الامامية (الدفاع بمسك الذراعين بالذراعين مع فتح القدمين حول الجسم) بنسبة (٦٦.٦٧%) وفي مهارة رفعة الوسط العكسية (الدرجة للخارج ثم التقوس) بنسبة (٥٠.٠٠%) وفي مهارة لم الذراع البعيد ومسك نصف نلسون القريب (الدفاع بمسك الذراع مع قلب المنافس) بنسبة (٦١.١١%) وفي مهارة تطويق الذراعين والتقوس خلفاً (الدفاع بالجلوس الطويل والالتفاف خلف) بنسبة (٦٦.٦٧%).

جدول (٧)

التكرارات والنسبة المئوية وقيمة (٢٤) ودلالاتها لبعض طرق الهجوم المضاد المستخدمة في الصراع العلوى

قيمة كا	النسبة المئوية	التكرارات	الاوزان
*١٩١.٧٦	٤١.٠٨	٤٥٦	الاوزان الخفيفة من (٥٩ كجم - ٧١ كجم)
	٤٥.٠٤	٥٠٠	الاوزان المتوسطة من (٧٥ كجم - ٨٥ كجم)
	١٣.٨٧	١٥٤	الاوزان الثقيلة من (٩٨ كجم - ١٣٠ كجم فأكثر)
	%١٠٠	١١١٠	المجموع

قيمة كا الجدولية = ٥.٩٩ عند مستوى ٠.٠٥

يتضح من جدول (٧) والخاص بالتكرارات والنسبة المئوية وقيمة (٢٤) ودلالاتها لبعض طرق الهجوم المضاد المستخدمة في الصراع العلوى لمجموعة الاوزان المختلفة، وجود فروق دالة إحصائياً بين الاوزان المختلفة لصالح الاوزان المتوسطة في الطرق الدفاعية المستخدمة ضد مهارات الصراع العلوى حيث بلغ مربع كاى (١٩١.٧٦) وهذه القيمة معنوية عند مستوى ٠.٠٥.

جدول (٨)

التكرارات والنسبة المئوية وقيمة (٢١) ودلالاتها لبعض طرق الهجوم المضاد المستخدمة في الصراع السفلي

قيمة كا	النسبة المئوية	التكرارات	الاوزان
*٨٩.٣١	٣٧.٢٠	٢٣٧	الاوزان الخفيفة من (٥٩ كجم - ٧١ كجم)
	٤٦.٣١	٢٩٥	الاوزان المتوسطة من (٧٥ كجم - ٨٥ كجم)
	١٦.٤٨	١٠٥	الاوزان الثقيلة من (٩٨ كجم - ١٣٠ كجم فأكثر)
	١٠٠%	٦٣٧	المجموع

قيمة كا الجدولية = ٥.٩٩ عند مستوى ٠.٠٥

يتضح من جدول (٨) والخاص بالتكرارات والنسبة المئوية وقيمة (٢١) ودلالاتها لبعض طرق الهجوم المضاد المستخدمة في الصراع العلوي لمجموعة الاوزان المختلفة ، وجود فروق دالة إحصائياً بين الاوزان المختلفة لصالح الاوزان الخفيفة في الطرق الدفاعية المستخدمة ضد مهارات الصراع السفلي حيث بلغ مربع كاي (٨٩.٣١) وهذه القيمة معنوية عند مستوى ٠.٠٥

جدول (٩)

التكرارات والنسبة المئوية وقيمة (٢١) ودلالاتها لبعض طرق الهجوم المضاد المستخدمة في الصراع العلوي لمجموعة الاوزان المختلفة

قيمة كا	المجموع	الاوزان الثقيلة		الاوزان المتوسطة		الاوزان الخفيفة		طرق الهجوم المضاد
		النسبة المئوية	التكرارات	النسبة المئوية	التكرارات	النسبة المئوية	التكرارات	
*١٩١.٧٦	١١١٠	١٣.٨٧	١٥٤	٤٥.٠٤	٥٠٠	٤١.٠٨	٤٥٦	طرق الهجوم المضاد المستخدمة في الصراع العلوي
*٨٩.٣١	٦٣٧	١٦.٤٨	١٠٥	٤٦.٣١	٢٩٥	٣٧.٢	٢٣٧	طرق الهجوم المضاد المستخدمة في الصراع السفلي

قيمة كا الجدولية = ٥.٩٩ عند مستوى ٠.٠٥

يتضح من جدول (٩) والخاص بالتكرارات والنسبة المئوية وقيمة (٢١) ودلالاتها لبعض طرق الهجوم المضاد المستخدمة في الصراع العلوي لمجموعة الاوزان المختلفة ، وجود فروق دالة إحصائياً بين الاوزان المختلفة لصالح الاوزان المتوسطة في الطرق الدفاعية المستخدمة ضد مهارات الصراع العلوي حيث بلغ مربع كاي (١٩١.٧٦) وهذه القيمة معنوية عند مستوى ٠.٠٥ ، كما يوجد فروق دالة إحصائياً بين الاوزان المختلفة لصالح الاوزان الخفيفة في الطرق الدفاعية المستخدمة ضد مهارات الصراع السفلي حيث بلغ مربع كاي (٨٩.٣١) وهذه القيمة معنوية عند مستوى ٠.٠٥

مناقشة النتائج :

يتضح من جدول (١) والخاص بالتكرارات والنسبة المئوية والترتيب لبعض الطرق الدفاعية المستخدمة في مباريات عينة البحث لمجموعة الاوزان الخفيفة (٥٩ كجم - ٧١ كجم) ضد المهارات الهجومية المستخدمة في الصراع العلوي ، حيث جاء في الترتيب الاول حيث جاءت أفضل طريقة للهجوم المضاد للاوزان الثلاثة لمهارة الاجلاس بالغطس أسفل الابط هي (الدفاع بإعاقة تطويق الوسط ثم الرمية الخلفية) وفي مهارة الاجلاس بسحب الذراع والالتفاف خلف اللاعب (الدفاع بإعاقة حركة المنافس بالجلوس لأسفل مع سحب الذراع) وفي مهارة الاجلاس بتطويق الرأس العكسية وشد الذراع (يقوم المدافع بالاختراق لتطويق الوسط ورفع المنافس لأعلى مع الرمية الخلفية) وفي مهارة رمية المقعدة بتطويق الذراع والرقبة (الدفاع بالنزول بالجسم ومركز الثقل لأسفل مع مسك الوسط مع الرمية الخلفية) بنسبة وفي مهارة رمية المقعدة بتطويق الوسط والذراع (الدفاع بمسك الوسط والذراع والخطو للجانب مع الرمية الخلفية) وفي مهارة الرمية الخلفية بالمواجهة بالظهر (الدفاع بسحب الذراع والالتفاف خلف المنافس ثم الرمية الخلفية) وفي مهارة الرمية الخلفية بالمواجهة بتطويق الوسط والذراع (الدفاع بالخطو للجانب لعمل ارتكاز مع عمل تليجة) وفي مهارة رمية الذراع من فوق الظهر (الدفاع بمسك الوسط والذراع والخطو للجانب مع الرمية الخلفية) وفي مهارة رمية الذراع من فوق الكتف بسحب الذراع (الدفاع بمسك الوسط والارتكاز والرمية الخلفية)

وفي الاوزان المتوسطة (٧٥ كجم - ٨٥ كجم) ضد المهارات الهجومية المستخدمة في الصراع العلوي ، حيث جاء في الترتيب الاول لطرق الهجوم المضاد لمهارة الاجلاس بالغطس أسفل الابط هي (الدفاع بإعاقة تطويق الوسط ثم التقوس خلفاً) وفي مهارة الاجلاس بسحب الذراع والالتفاف خلف اللاعب (الدفاع بإعاقة حركة المنافس بالجلوس لأسفل مع سحب الذراع) وفي مهارة الاجلاس بتطويق الرأس العكسية وشد

الذراع (يقوم المدافع بالاختراق لتطويق الوسط ورفع المنافس لاعلى لاداء حركة الرمية الخلفية) وفي مهارة رمية المقعدة بتطويق الذراع والرقبة (الدفاع بالنزول بالجسم ومركز الثقل لاسفل مع مسك الوسط مع الرمية الخلفية) وفي مهارة رمية المقعدة بتطويق الوسط والذراع (الدفاع بمسك والوسط والذراع والخطو للجانب مع الرمية الخلفية) وفي مهارة الرمية الخلفية بالمواجهة بالظهر (الرمية الخلفية بتطويق ذراعى المنافس من الخارج ضد مسكة الوسط) وفي مهارة الرمية الخلفية بالمواجهة بتطويق الوسط كهجوم مضاد (وفي مهارة رمية الذراع من فوق الظهر (الدفاع بالنزول بمركز الثقل لاسفل مع الرمية الخلفية) وفي مهارة رمية الذراع من فوق الكتف بسحب الذراع (الدفاع بمسك الوسط والارتكاز والرمية الخلفية)

وفي الاوزان الثقيلة (٩٨كجم - ١٣٠كجم فأكثر) ضد المهارات الهجومية المستخدمة في الصراع العلوى ، حيث جاء في الترتيب الاول لطرق الهجوم المضاد لمهارة الاجلاس بالغطس أسفل الابط هي (الدفاع بإعاقة تطويق الوسط ثم التقوس خلفاً) وفي مهارة الاجلاس بسحب الذراع والالتفاف خلف اللاعب (الدفاع بإعاقة حركة شد الذراع ثم الاجلاس) وفي مهارة الاجلاس بتطويق الرأس العكسية وشد الذراع (يقوم المدافع بأداء حركة درجة الذراع للجانب وعمل اجلاس) وفي مهارة رمية المقعدة بتطويق الذراع والرقبة (الدفاع بمسك والوسط والذراع والخطو للجانب مع الرمية الخلفية) وفي مهارة الرمية الخلفية بالمواجهة بالظهر (الرمية الخلفية بتطويق ذراعى المنافس من الخارج ضد مسكة الوسط) وفي مهارة الرمية الخلفية بالمواجهة بتطويق الوسط والذراع (الدفاع بالخطو للجانب لعمل ارتكاز مع عمل تلفيحة) وفي مهارة رمية الذراع من فوق الظهر (الدفاع بمسك والوسط والذراع والخطو للجانب مع الرمية الخلفية) وفي مهارة رمية الذراع من فوق الكتف بسحب الذراع (الدفاع بمسك الوسط والارتكاز والرمية الخلفية)

وهذا يتفق مع نتائج دراسة محمد عبدالعزيز غنيم (١٩٩٥) أن استخدام المهارات الدفاعية اكثر من الهجومية في الجوله الثالثة للحفاظ على فارق النقاط. (١٥)

كما تتفق هذه النتائج مع ما أشارت إليه نتائج دراسة نبيل محمد فوزى (٢٠٠٣) أن هناك اختلاف في الأهمية النسبية للمتغيرات قيد الدراسة تبعاً لاختلاف نوع السلاح. (١٨)

حيث يتفق ذلك مع ما ذكره كل من محمد بريقع وإيهاب البيدوى (٢٠٠٤) أنه يجب الأهتمام بتمرينات البساط والمواقف التكتيكية (الخطئية) وتهيئة المناخ الإنفعالى الذى ستواجهه أثناء المنافسة والتدريب في شكل مواقف تنافسية. (١٢ : ٥٩)

ويتفق هذا مع ما أشاره إليه محمد شداد (١٩٩٦) أن المهارات الدفاعية لها تأثير في نتيجة المباراه ولا تقل أهمية بالنسبة للاعب ، و على ذلك يجب على اللاعب الإهتمام والاستعانة بطرق الدفاع والهجوم المضاد ، كما يؤكد أن هناك العديد من المهارات الدفاعية التى تعتمد على الاتزان والتعقل في إختيار الطرق الدفاعية المختلفة بسهولة والانتقال إليها بدقة والربط بين الاساليب الخطئية الدفاعية. (١٣)

حيث يتفق ذلك مع ما ذكره بتروف (1987) Petrov أن تدريبات الأعداد الخطئى للمصارح يجب أن تحتوى على الأحمالات (التوقع الحركى) التى من الممكن أن تحدث في المباراه ، فالمصارح الذى يمتلك الاساليب المركبة ويجيد مكوناتها الفنية يحدث تقدماً ملحوظاً في المباريات كما يجب أن يهتم الإعداد الخطئى بالجانب الفكرى إلى جانب أنه يجب الإشارة إلى ضرورة أن تتصف خطط المصارعة بالديناميكية ، وهذا النظام يتحقق عند إستخدام التدريب الفنى المركب في تدريب المصارعين . (٢٢ : ١١٠)

وفي الاوزان الخفيفة (٥٩كجم - ٧١كجم) في الصراع السفلى ، حيث جاء في الترتيب الاول لطرق الهجوم المضاد لمهارات برمة الوسط هي (الدفاع بفرد الجسم فوق المنافس مع البرم المنخفض) وفي مهارة سحب الذراعين بالذراعين (الدفاع بالتدريج للامام على الجبهة مع مسك الذراع) وفي مهارة رفعة الوسط الامامية (الدفاع بمد الركبتين والدفع بالمقعدة للامام ولاعلى مع الاعتلاء) وفي مهارة رفعة الوسط العكسية (الدرجة للخارج ثم التطويق العكسى للذراعين والرمى) وفي مهارة لم الذراع البعيد ومسك نصف نلسون القريب (الدفاع بمسك الذراع مع قلب المنافس) وفي مهارة تطويق الذراعين والتقوس خلفاً (الدفاع بالوقوف على القدم والالتفاف خلف) .

وفي الاوزان المتوسط (٧٥كجم - ٨٥كجم) في الصراع السفلى، حيث جاء في الترتيب الاول لطرق الهجوم المضاد لمهارات برمة الوسط هي (الدفاع بفرد الجسم فوق المنافس مع البرم المنخفض) وفي مهارة سحب الذراعين بالذراعين (الدفاع بالتدريج للامام على الجبهة مع مسك الذراع) وفي مهارة رفعة الوسط الامامية (الدفاع بمد الركبتين والدفع بالمقعدة للامام ولاعلى مع الاعتلاء) وفي مهارة رفعة الوسط العكسية (الدرجة للخارج ثم التقوس) وفي مهارة لم الذراع البعيد ومسك نصف نلسون القريب (الدفاع بالجلوس الطويل والالتفاف خلف المهاجم) وفي مهارة تطويق الذراعين والتقوس خلفاً (الدفاع بالوقوف على القدم والالتفاف خلف) .

حيث يتفق ذلك مع ما ذكره والترغين (1981) Walter Gain أن المصارح يمكن أن يدافع عن نفسه من خلال المحاولة دون تنفيذ منافسة للهجوم أو يبادر إلى الهجوم المضاد ، وخلال عملية إعداد المصارح يتم تدريبية على مثل هذه التحركات المرتبطة بصورتها المتكاملة ، من أجل أن يتمكن المصارح من تنوع تصرفه التكتيكي أثناء المباراه ، فيجب تدريبية على أكثر من إمكانية لتمهيد الظروف لمسكاته التخصصية ومتابعة الهجوم ويطلق على مهارة تكتيكية معينة مع مجموع الإمكانيات المتوفرة للتمهيد والمتابعة مصطلح (مهارة مركبة) ، أو (مهارة متكاملة) ، أو (مهارة مركبة تخصصية) إذا تخصص المصارح فيها (٢١ : ٢٢ ، ٢٤ ، ٢٣)

وفى الاوزان الثقيلة (٩٨كجم – ١٣٠كجم فأكثر) فى الصراع السفلى، حيث جاء فى الترتيب الاول لطرق الهجوم المضاد لمهارات برمجة الوسط هى (الدفاع بالانبطاح مع تثبيت الكفين على البساط ومد الذراعين مع الالتفاف على المنافس والاعتلاء) وفى مهارة سحب الذراعين بالذراعين (الدفاع بنقل القدم اليمنى للجانب مع مد الركبة مع مسك الوسط والبرم) وفى مهارة رفعة الوسط الامامية (الدفاع بمسك الذراعين بالذراعين مع فتح القدمين حول الجسم) وفى مهارة رفعة الوسط العكسية (الدحرجة للخارج ثم التقوس) وفى مهارة لم الذراع البعيد ومسك نصف نلسون القريب (الدفاع بمسك الذراع مع قلب المنافس) وفى مهارة تطويق الذراعين والتقوس خلفاً (الدفاع بالجلوس الطويل والالتفاف خلف).

وهذا يتفق مع نتائج دراسة عبد الحليم محمد عبد الحليم (٢٠٠٨) أن الطرق الدفاعية الأكثر استخداماً ضد المهارات الهجومية فى اللعب من أعلى للرجلين الدفاع عن الرجوع ضد مهارة أو أوتش جارى , وضد مهارات الوسط الدفاع عن طريق دفع المنافس للامام بالذراعين ضد مهارة هارى جوشى , وضد مهارات البيدين الدفاع عن طريق دفع المنافس للامام بالذراعين ضد مهارة إيبون سيوناجى. (١١)

كما تتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة عايد حسين عبد الأمير (٢٠١١) أن هناك انخفاض فى فاعلية الدفاع الفردي لدى لاعبي نادي الحلة بكرة السلة وهو مؤشر يعكس الضعف العام لدى لاعبي الفريق إذا ما علمنا إنه حاصل على بطولة الدوري العراقي لأكثر من موسم سابق ويضم لاعبين يمثلون المنتخب الوطني العراقي بكرة السلة (١٠)

كما يؤكد إيهاب عفيفي (١٩٩٩) أن الطرق الدفاعية والهجوم المضاد لها دور مهم فى إنهاء المباراة لصالح اللاعب ، حيث يرى أنه إذا قام اللاعب بالهجوم المضاد المناسب هلى اللاعب والسيطرة على المباراة وإنهاء المباراة لصالحه. (٣)

وهذا ما تؤكد نتائج كل من السيد المحمدى قنديل (٢٠٠٧) أن البرامج التى تحتوى على أداء مهارات ذات طابع التسلسل وجمل خطوية هجومية أو دفاعية أو هجوم مضاد تزيد من فعالية الأداء المهارى والخططى على الاخص عندما يتم ذلك فى شكل تدريب مباراتى . (٤ : ٢١٧)

الاستنتاجات :

فى حدود العينة المستخدمة وما أسفرت عنه نتائج البحث يمكن للباحث أستنتاج مايلى :

أولاً : طرق الهجوم المضاد الأكثر إستخداماً ضد المهارات الهجومية من الصراع العلوى للاوزان الخفيفة:

- مهارة الاجلاس بالغطس أسفل الابط هى (الدفاع بإعاقة تطويق الوسط ثم الرمية الخلفية).
- مهارة الاجلاس بسحب الذراع والالتفاف خلف اللاعب (الدفاع بإعاقة حركة المنافس بالجلوس لاسفل مع سحب الذراع).
- مهارة الاجلاس بتطويق الرأس العكسية وشد الذراع (يقوم المدافع بالاختراق لتطويق الوسط ورفع المنافس لاعلى مع الرمية الخلفية).
- مهارة رمية المقعدة بطويق الذراع والرقبة (الدفاع بالنزول بالجسم ومركز الثقل لاسفل مع مسك الوسط مع الرمية الخلفية).
- مهارة رمية المقعدة بطويق الوسط والذراع (الدفاع بمسك والوسط والذراع والخطو للجانب مع الرمية الخلفية).
- مهارة الرمية الخلفية بالمواجهة بالظهر (الدفاع بسحب الذراع والالتفاف خلف المنافس ثم الرمية الخلفية).
- مهارة الرمية الخلفية بالمواجهة بتطويق الوسط والذراع (الدفاع بالخطو للجانب لعمل إرتكاز مع عمل تافحية).
- مهارة رمية الذراع من فوق الظهر (الدفاع بمسك والوسط والذراع والخطو للجانب مع الرمية الخلفية).
- مهارة رمية الذراع من فوق الكتف بسحب الذراع (الدفاع بمسك الوسط والارتكاز والرمية الخلفية).

ثانياً: طرق الهجوم المضاد الأكثر إستخداماً ضد المهارات الهجومية من الصراع العلوى للاوزان المتوسطة .

- مهارة الاجلاس بالغطس أسفل الابط هى (الدفاع بإعاقة تطويق الوسط ثم التقوس خلفاً).
- مهارة الاجلاس بسحب الذراع والالتفاف خلف اللاعب (الدفاع بإعاقة حركة المنافس بالجلوس لاسفل مع سحب الذراع).
- مهارة الاجلاس بتطويق الرأس العكسية وشد الذراع (يقوم المدافع بالاختراق لتطويق الوسط ورفع المنافس لاعلى لاداء حركة الرمية الخلفية).
- مهارة رمية المقعدة بطويق الذراع والرقبة (الدفاع بالنزول بالجسم ومركز الثقل لاسفل مع مسك الوسط مع الرمية الخلفية).
- مهارة رمية المقعدة بطويق الوسط والذراع (الدفاع بمسك والوسط والذراع والخطو للجانب مع الرمية الخلفية).
- مهارة الرمية الخلفية بالمواجهة بالظهر (الرمية الخلفية بتطويق ذراعى المنافس من الخارج ضد مسكة الوسط).

- مهارة الرمية الخلفية بالمواجهة بتطويق الوسط والذراع (الرمية الخلفية بالمواجهة بتطويق الوسط كهجوم مضاد).
- مهارة رمية الذراع من فوق الظهر (الدفاع بالنزول بمركز الثقل لاسفل مع الرمية الخلفية).
- مهارة رمية الذراع من فوق الكتف بسحب الذراع (الدفاع بمسك الوسط والارتكاز والرمية الخلفية).

ثالثاً: طرق الهجوم المضاد الأكثر استخداماً ضد المهارات الهجومية من الصراع العلوي للأوزان الثقيلة :

- مهارة الاجلاس بالغطس أسفل الابط هي (الدفاع بإعاقة تطويق الوسط ثم التقوس خلفاً).
- مهارة الاجلاس بسحب الذراع والالتفاف خلف اللاعب (الدفاع بإعاقة حركة شد الذراع ثم الاجلاس).
- مهارة الاجلاس بتطويق الرأس العكسية وشد الذراع (يقوم المدافع بأداء حركة درجة الذراع للجانب وعمل إجلاس).
- مهارة رمية المقعدة بطويق الذراع والرقبة (الدفاع بمسك والوسط والذراع والخطو للجانب مع الرمية الخلفية).
- مهارة رمية المقعدة بطويق الوسط والذراع (الدفاع بمسك والوسط والذراع والخطو للجانب مع الرمية الخلفية).
- مهارة الرمية الخلفية بالمواجهة بالظهر (الرمية الخلفية بتطويق ذراعي المنافس من الخارج ضد مسكة الوسط).
- مهارة الرمية الخلفية بالمواجهة بتطويق الوسط والذراع (الدفاع بالخطو للجانب لعمل إرتكاز مع عمل تليفحة).
- مهارة رمية الذراع من فوق الظهر (الدفاع بمسك والوسط والذراع والخطو للجانب مع الرمية الخلفية).
- مهارة رمية الذراع من فوق الكتف بسحب الذراع (الدفاع بمسك الوسط والارتكاز والرمية الخلفية).

رابعاً : طرق الهجوم المضاد الأكثر استخداماً ضد المهارات الهجومية من الصراع السفلي للأوزان الخفيفة :

- مهارات برمة الوسط هي (الدفاع بفرد الجسم فوق المنافس مع البرم المنخفض).
- مهارة سحب الذراعين بالذراعين (الدفاع بالتدريج للامام على الجبهة مع مسك الذراع).
- مهارة رفعة الوسط الامامية (الدفاع بمد الركبتين والدفع بالمقعدة للامام ولاعلى مع الاعتلاء).
- مهارة رفعة الوسط العكسية (الدرجة للخارج ثم التطويق العكسي للذراعين والرمي).
- مهارة لم الذراع البعيد ومسك نصف نلسون القريب (الدفاع بمسك الذراع مع قلب المنافس).
- مهارة تطويق الذراعين والتقوس خلفاً (الدفاع بالوقوف على القدم والالتفاف خلف).

خامساً : طرق الهجوم المضاد الأكثر استخداماً ضد المهارات الهجومية من الصراع السفلي للأوزان المتوسط :

- مهارات برمة الوسط هي (الدفاع بفرد الجسم فوق المنافس مع البرم المنخفض).
- مهارة سحب الذراعين بالذراعين (الدفاع بالتدريج للامام على الجبهة مع مسك الذراع).
- مهارة رفعة الوسط الامامية (الدفاع بمد الركبتين والدفع بالمقعدة للامام ولاعلى مع الاعتلاء).
- مهارة رفعة الوسط العكسية (الدرجة للخارج ثم التقوس).
- مهارة لم الذراع البعيد ومسك نصف نلسون القريب (الدفاع بالجلوس الطويل والالتفاف خلف المهاجم).
- مهارة تطويق الذراعين والتقوس خلفاً (الدفاع بالوقوف على القدم والالتفاف خلف).

سادساً : طرق الهجوم المضاد الأكثر استخداماً ضد المهارات الهجومية من الصراع السفلي للأوزان الثقيلة :

- مهارات برمة الوسط هي (الدفاع بالانبطاح مع تثبيت الكفين على البساط ومد الذراعين مع الالتفاف على المنافس والاعتلاء).
- مهارة سحب الذراعين بالذراعين (الدفاع بنقل القدم اليمنى للجانب مع مد الركبة مع مسك الوسط والبرم).
- مهارة رفعة الوسط الامامية (الدفاع بمسك الذراعين بالذراعين مع فتح القدمين حول الجسم).
- مهارة رفعة الوسط العكسية (الدرجة للخارج ثم التقوس).
- مهارة لم الذراع البعيد ومسك نصف نلسون القريب (الدفاع بمسك الذراع مع قلب المنافس).

- مهارة تطويق الذراعين والتفوس خلفاً (الدفاع بالجلوس الطويل والانتفاف خلف).

التوصيات :

- ضرورة التدريب على طرق الهجوم المضاد الأكثر إستخداماً فى الصراع العلوى والسفلى للاوزان الثلاثة نظراً لأهميتها فى المباريات .
- الاهتمام بزيادة الحصيلة الدفاعية والهجوم المضاد لدى المصارع اللازمة فى الصراع العلوى والسفلى للاوزان الثلاثة .
- ضرورة الاهتمام بتدريب الناشئين على طرق الهجوم المضاد الأكثر إستخداماً فى الصراع العلوى والسفلى للاوزان الثلاثة.
- ضرورة تصميم برامج تدريبية لبعض طرق الهجوم المضاد الأكثر إستخداماً فى الصراع العلوى والسفلى للاوزان الثلاثة.
- عمل دورات صفى للمدربين والاهتمام بتقديم أفضل طرق الهجوم المضاد للمهارات الهجومية فى الصراع العلوى والسفلى للاوزان الثلاثة

المراجع:

أولاً :المراجع العربية:

١. أحمد عبد الحميد عمارة:-تأثير برنامج تدريبي مقترح للبقاء البدنية على بعض المتغيرات الفسيولوجية والسمات الدفاعية لدى لاعبي الفريق القومى للمصارعة تحت ١٧ سنة ، مجلة العلوم البدنية والرياضة ، العدد الثانى ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنوفية ، ٢٠٠٣م .
٢. إسماعيل حامد عثمان -:-تعليم وتدريب الملاكمة، القاهرة، ١٩٩٧م.
٣. إيهاب كامل عفيفى :-الجودو الاسس والتطبيقات ، مؤسسة مختار لنشر وتوزيع الكتب ، ١٩٩٦م .
٤. السيد المحمدى قنديل:-تأثير برنامج تدريبي لبعض اساليب التهيئة للهجوم على فعالية الاداء المهارى لحركات السقوط على الرجل لناشئى المصارعة الحرة ، رسالة دكتوراة غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنصورة ، ٢٠٠٧م.
٥. حسين فهمى عبد الظاهر:-تأثير برنامج تدريبي مقترح على بعض أبعاد الحالة التدريبية فى المصارعة ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا ، ١٩٩٣م
٦. خلف محمد الدسوقى أحمد:-أثر برنامج تدريبي للاعداد البدنى الخاص على مستوى أداء بعض المهارات المركبة للرمى من أعلى والتثبيت الارضى للناشئين فى رياضة الجودو ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ببور سعيد ، جامعة قناة السويس ، ٢٠٠٠م .
٧. طارق محمد عوض:-تأثير برنامج تدريبي مقترح على بعض المتغيرات البدنية والمهارية والنفسية لدى الناشئين فى رياضة الجودو ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ببور سعيد ، جامعة قناة السويس ، ١٩٩٧م .
٨. عادل متولى شحاتة:-تأثير الهجوم المضاد على فعالية الأداء لدى ناشئى الجودو (٢٠٠٧)
٩. عاصم السيد عبدالعزيز الخباطى:-تأثير برنامج تدريبي للهجوم المضاد على نتائج المباره للملاكمين الناشئين ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية بنين ، جامعة الاسكندرية ، ٢٠٠٣م.
١٠. عايد حسين عبد الأمير:-تحليل الدفاع الفردي ضد التهديد للاعبى نادي الحلة المتقدمين بكرة السلة ، مجلة علوم التربية الرياضية ، العدد الثالث ، المجلد الرابع ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بابل ، العراق ، ٢٠١١م.
١١. عبد الحلیم محمد عبد الحلیم -:- دراسة تحليلية لبعض الطرق الدفاعية المستخدمة لدى لاعبي الجودو (٢٠٠٨)
١٢. محمد جابر بريقع ، إيهاب فوزى البديوى:-الموسوعة العلمية للمصارعة ، الجزء الثانى المصارعة للمبتدئين ، منشأة المعارف الاسكندرية ، ٢٠٠٤م

- ١٣ . محمد حامد شداد -:- المتغيرات البدنية والمهارية والنفسية المساهمة فى مستوى الاداء للاعبى الجود ، رسالة دكتوراة غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة القاهرة ، ١٩٩٦م.
- ١٤ . محمد صبحي حسنين وحمدى عبد المنعم:-الأسس العلمية للكرة الطائرة وطرق القياس والتقييم، القاهرة : مركز الكتاب والنشر ، ١٩٩٧م.
- ١٥ . محمد عبدالعزيز غنيم:-فاعلية خطة الهجوم والدفاع للملاكمى الدول العربية ، كلية التربية جامعة طنطا ، ١٩٩٥م
- ١٦ . مسعد على محمود:-المبادئ الاساسية للمصارعة اليونانية الرومانية والحررة للهواه ، دار الطباعة للنشر والتوزيع ، جامعة المنصورة . ١٩٩٧م .
- ١٧ . مسعد على محمود ومحمد رضا الروبى وحسن عبد السلام:-الأسس النظرية والتطبيقية للمصارعة الرومانية والحررة، كلية التربية الرياضية للبنين بالإسكندرية، ٢٠٠١م.
- ١٨ . نبيل محمد أحمد فوزى:-دراسة تأثير كل من متغيرات الهجوم ، والدفاع ، والرد ، الهجوم المضاد على نتائج المباريات فى كل من الأسلحة الثلاثة ، بحث مشور ، مجلة العلوم البدنية والرياضية ، المجلد الثانى ، العدد الثانى ، كلية التربية الرياضية جامعة المنوفية، ٢٠٠٣م.
- ١٩ . هانى جعفر عبدالله الصادق:-تحديد الخصائص الديناميكية لمهارة الرمية الخلفية بمواجهة الطهر لدى لاعبى المصارعة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية جامعة أسيوط ، ٢٠٠٥م.
- ٢٠ . والترغاين، ترجمة يوغن ثلاثيف: موضوعات مختارة من المصارعة، المعهد العالى للتربية الرياضية، لايبزج، المنيا الشريكية، ١٩٨١م

ثانياً :المراجع الأجنبية:

21. : Free Style and Grocer .Roman Wrestling , published by File Printed by Forum – Novas , YOURS
lava . 1987. Petrov , R.,
22. : wrestling WMC.,Crown Co.publishers, Iowa .Umbach,A.W.and Johnso , W.R.1989
23. www.themat.com

الملخص باللغة العربية

دراسة تحليلية لبعض طرق الهجوم المضاد المستخدمة لدى لاعبي المصارعة اليونانية – الرومانية.

ثروت سعيد عبد الحكيم عبد العاطي

قسم تدريب المنازل والرياضات الفردية . كلية التربية الرياضية للبنين - جامعة الإسكندرية- جمهورية مصر العربية.

يهدف البحث إلى التعرف على بعض طرق الهجوم المضاد الأكثر استخداماً في الأوزان المختلفة من وضع الصراع العلوي والسفلي لدى لاعبي المصارعة اليونانية الرومانية . والتعرف على الفروق بين الأوزان المختلفة في طرق الهجوم المضاد الأكثر استخداماً من وضع الصراع العلوي والسفلي لدى لاعبي المصارعة اليونانية الرومانية ، استخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي وأشتملت عينة البحث على جميع مباريات بطولة المصارعة الدولية بشرم الشيخ المقامة بالصالة المغطاه بالمركز الدولي للتنمية الرياضة حيث شارك في البطولة ثمانية دول (مصر ، العراق ، سوريا ، المغرب ، روسيا ، إيران ، اليونان ، أوكرانيا) قامت البطولة في الفترة من ٢٨ / ١٠ / ٢٠١٤ حتى ١ / ١١ / ٢٠١٤ . ومن أهم نتائجها أن أفضل طرق الهجوم المضاد ضد المهارات الهجومية من الصراع العلوي للأوزان الخفيفة و للأوزان المتوسطة و للأوزان الثقيلة لمهارة الاجلاس بالغض أسفل الأبط هي (الدفاع بإعاقه تطويق الوسط ثم الرمية الخلفية) . ومهارة الرمية الخلفية بالمواجهة بالظهر (الدفاع بسحب الذراع والالتفاف خلف المنافس ثم الرمية الخلفية). وأفضل طرق الهجوم المضاد الأكثر استخداماً ضد المهارات الهجومية من الصراع السفلي للأوزان الخفيفة و للأوزان المتوسطة و للأوزان الثقيلة لمهارات برمة الوسط هي (الدفاع بفرد الجسم فوق المنافس مع البرم المنخفض) . مهارة رفعة الوسط العكسية (الدرجة للخارج ثم التطويق العكسي للذراعين والرمي).

الملخص باللغة الإنجليزية

An analytical study of some of the ways used by the counter-offensive players Greek - Romanian wrestling.

Therot Said Abdel-Hakim Abdel-Aty

The research aims to identify some of the ways to counter-attack the most widely used weights Almokhtlvy put upper conflict and lower wrestling players Greek Romanian .waltaraf the differences between the different weights in the ways of the counter-attack the most widely used of setting upper conflict and lower wrestling players Greek Romania, use the Finder descriptive method survey manner and included a sample search on the all matches of the International wrestling Championships.

