

الفصل الأول

الأطار العام للبحث

مقدمه	:	أولا
مشكلة البحث	:	ثانيا
أهداف البحث	:	ثالثا
تساؤلات البحث	:	رابعا
المصطلحات المستخدمة	:	خامسا

١.١ مقدمة

تنشد المجتمعات الحديثة دائما الكشف عما لديها من إمكانيات بشرية وأستثمارها لتكشفه لصالح الفرد والمجتمع على حد سواء. فلا سبيل للوصول الى هذه الأهداف الا بالعناية بالأفراد ومحاولة تزويدهم بالقسط الأكبر من معالم حياة العصر ، ولا يتم هذا الا بواسطة العملية التربوية والتي تعتمد بدورها على فهم الفرد ، وتوجيهه وفق ما وهبته الحياة من قدرات وأستعدادات وتتميتها لما فيه خير هؤلاء الأفراد وخير الوطن.

ومن المعروف أن ظاهرة الفروق الفردية ظاهرة عامة وموجودة بين أفراد الجنس البشرى فى الصفات البدنية والوظيفية والنفسية ، ويترتب على هذه الظاهرة بعض المشكلات ، ومن أهمها مشكلة الحكم على أستعدادات وقدرات الأفراد ومحاولة الأستفادة من هذه الظاهرة فى وضع الفرد المناسب فى المكان المناسب لأستعدادته وقدراته.

وفى الآونة الأخيرة أتجهت الجهود فى ذلك الميدان الى الأهتمام بأكتشاف الأفراد ذوى الأستعدادات والقدرات العالية والتي تسببت ظاهرة الفروق الفردية فى ظهورها ، وتوجيههم الى الأنشطة المناسبة ووضع معايير محددة لعملية أنتقائهم وأمكانية التنبوء بمستوى هؤلاء الأفراد ، وما يمكن أن يحققوه من نتائج فى المستقبل فى ضوء هذه المعايير بهدف توفير الجهد والوقت والمال والأستفادة من أستعدادات وقدرات الأفراد وتحديد المواصفات النموذجية التى يجب توافرها فى اللاعب كى يتمكن من تحقيق المستويات العالية ومحاولة تقليل ما قد يتعرض له الفرد من أحباطات نفسية ناتجة عن عدم ملائمة النشاط الرياضى الممارس لأمكاناته وأستعداداته وقدراته.

ويؤكد ماتىوس Mathews (١٩٧٨) أن كل فرد فريد فى كثير من الأختبارات، كما أنه يمتلك قدرات مختلفة فى عديد من المهارات البدنية و العقلية والنفسية آتية عن طريق الطبيعة التى ورثها كما أنه يمتلك حدوداً فسيولوجية معينة، ولذلك فهو يمكن أن يبرز فى بعض المهارات بينما تكون قدراته ضعيفة لمهارات أخرى. (٤٦ : ٢١١)

كما يشير يوسف الشيخ ، ويس الصادق (١٩٦٩) بأن الأرقام والمستويات الرياضية العالية لا تتحقق الا اذا توافرت مواصفات وصلاحيات فسيولوجية وتشريحية معينة تتفق ومتطلبات هذا النشاط.(٣٢ : ٢٥)

ويؤيد ذلك كاظم ، وأبو العلا أحمد (١٩٨٢) بقولهما أن التقدم الهائل فى أرقام القياسية والذي جاء نتيجة لزيادة حمل التدريب ، لا يستطيع تحمله الا من كان لديه الاستعدادات الخاصة بذلك والتي تميز سباحا عن آخر ، وبناء على ذلك فأن بلوغ المستويات العالية لا يقدر عليه الا هؤلاء الأشخاص الذين يملكون الخصائص الجسمية الخاصة بالسباحة. (١٩ : ٢١٧)

ويذكر علاوى (١٩٧٧) بأن كل نوع من أنواع الأنشطة الرياضية يتميز عن النوع الآخر بالنسبة لتوافر قدرات وصفات وسمات معينة لدى الفرد الرياضى تؤهله لممارسة هذا النوع من النشاط الرياضى وتمكنه من الوصول الى أعلى المستويات فيه ويرى أن هذه العوامل هى تكوين الجسم والأسس الوظيفية والصفات البدنية والسمات النفسية. (٢٤ : ٣٢٩)

وتعد لعبة الخماسى العسكرى من الألعاب التى تحتوى على متطلبات بدنية ونفسية وفسىولوجية وانثروبومترية خاصة والتي يجب توافرها لدى ممارس لعبة الخماسى العسكرى حتى يمكن الوصول الى المستويات العالية. فلاعب الخماسى العسكرى يقوم بالرماية على مسافة ٢٠٠ متر ، وعليه أيضا اجتياز عشرين مانعا لمسافة ٥٠٠ متر، وكذلك قذف القنابل اليدوية بالدقة على أربع دوائر والجرى لمسافة ٨ كم ، وسباحة الموانع لمسافة ٥٠ متر. ومما تتطلبه هذه الألعاب من الكفاءة البدنية والجسمية والفسىولوجية والنفسية لتمكنه من تحقيق الدقة والسرعة فى وقت واحد ، فهى معادلة صعبة اذا لم تتوفر فيه الشروط اللازمة للدقة والسرعة فى نفس الوقت.

ولعبة الخماسى العسكرى لا تعتمد على الدقة والسرعة فقط، بل تتطلب كل عناصر اللياقة مجتمعة وهى على سبيل المثال لا الحصر ، المرونة - الجلد الدورى التنفسى - الجلد العضلى - الرشاقة.

فالرماية لمسافة ٢٠٠ متر تحتاج الى عنصر الدقة فى أصابة الهدف ، و السرعة فى التغلب على الزمن فى الطلقات السريعة أثناء المسابقة.

وأجتياز عشرون مانعا من الموانع وكل مانع من الموانع يحتاج الى المهارة وأيضا توافر عنصر أو أكثر من عناصر اللياقة البدنية ، وعلى سبيل المثال فمانع السلم محتاج الى القوة والسرعة ومانع عارضة التوازن محتاج الى التوازن ، ومانع الحفرة محتاج الى القوة..الخ

والسباحة تحتاج الى سرعة رد الفعل في البداية والسرعة والقوة و المرونة والرشاقة في اجتياز الموانع المائية.

وأختراق الضاحية ٨ كيلومتر محتاج الى الجلد الدورى التنفسى والتحمل العضلى.
وقذف القنابل يحتاج الى الدقة فى أصابة الهدف والقوة المميزة بالسرعة عند رميها لأبعد مسافة.

١ . ٢ . مشكلة البحث

لعل من أهم الجوانب التى يتناولها العلم بالبحث والدراسة فى مجال المستويات العالية هى مشكلة الأنتقاء Selection لأفضل العناصر البشرية المناسبة لطبيعة ومتطلبات نوع النشاط الرياضى الممارس ، والذي يتميز عن الأنواع الأخرى من الأنشطة الرياضية بتوافر قدرات وصفات وسمات معينة لدى الفرد الرياضى تؤهله لممارسته والوصول الى أعلى المستويات الرياضية.

ولما كان لاعبي الخماسى العسكرى بالقوات المسلحة يمارسون عدة أنشطة (الرماية - الموانع - أختراق الضاحية - قذف القنابل - السباحة) مما يتطلب معه توافر محددات بدنية - فسيولوجية - أنثوبومترية على مستوى عال حتى يمكن التوصل الى نتائج طيبة خلال تمثيلهم للقوات المسلحة المصرية فى البطولات العالمية للخماسى العسكرى.

ومن خلال خبرة الباحث فى تدريب الخماسى العسكرى فى قوات الدفاع الجوى أكثر من خمسة عشرة عاما وخبرته فى مجال التربية بالقوات المسلحة لعدة سنوات ، ولما كانت عملية الأنتقاء لهؤلاء تتم بطريقة عشوائية وليس لها محددات وأسس علمية يتم عليها أختيارهم مما دفع الباحث الى تناول هذه المشكلة بالدراسة والتعرف على محددات أنتقاء هؤلاء اللاعبين على أسس علمية سليمة.

وذلك إقتصاداً للوقت والجهد والنفقات التى قد تضيع هباء باختيار هؤلاء الافراد على اساس غير علمى.

١.٣. أهداف البحث

تحدد أهداف البحث فيما يلي :

- ١.٣.١ : التعرف على بعض المحددات البدنية - الفسيولوجية - الأنتروبومترية - المميزة للاعب الخماسي العسكري للقوات المسلحة والتي يمكن على أساسها أنتقاء لاعبي الخماسي العسكري
- ١.٣.٢ : الكشف عن العلاقات المتبادلة بين كل من الجوانب الثلاث السابقة (البدنية - الفسيولوجية - الأنتروبومترية) للاعب الخماسي

١.٤. تساؤلات البحث

يحاول الباحث الأجابة على التساؤلات الآتية :

- ١.٤.١ . هل هناك محددات (بدنية - فسيولوجية - أنتروبومترية) مميزة للاعب الخماسي العسكري ؟
- ١.٤.٢ . هل هناك علاقات متبادلة بين الجوانب الثلاثة (البدنية - الفسيولوجية - الأنتروبومترية) للاعب الخماسي العسكري للقوات المسلحة ؟

١.٥. المصطلحات المستخدمة

الانتقاء SELECTION

يعرفه زاتيبوروسكى ZATSYORSKY بأنه " عملية يتم من خلالها أختيار أفضل اللاعبين على فترات زمنية ، وعلى مراحل الأعداد الرياضى المختلفة " (١ : ٢٥)

MILITARY PENTATHLON الخماسي العسكري

يعرفها المجلس الدولي للرياضة العسكرية ١٩٨٦ " أنها لعبة رياضية عسكرية يزاولها العسكريون من ضباط وضباط صف وجنود خلال تواجدهم بالقوات المسلحة وتعتبر من أهم المناقسات الرياضية العسكرية فى العالم والمعيار الحقيقى لمعرفة مستوى التدريب القتالى لأية وحدة من وحدات القوات المسلحة. (٤٢ : ٢)

INTERNATIONAL MILITARY SPORTS السزم

" المجلس الدولي للرياضة العسكرية (السزم) وهو منظمة دولية لمجتمع وأعضاؤها هم القوات المسلحة للدول التى وافقت الجمعية العامة على قبول أنتدابها " (٤٢ : ٣)

OBSTACLE RUN الموانع الأرضية

" عبارة عن ميدان يشمل حارتين للجري لمسافة ٥٠٠ متر بعرض مترين لكل حارة يتخللها عشرون مانع بطريقة معينة لأجتيازه " (٤٢ : ٤)

UTILITY SWIMMING السباحة المنفعية

" عبارة عن سباق للسباحة الحرة لمسافة ٥٠ متر يتخللها أربعة موانع عائمة ومثبتة مختلفة الأشكال ولها مواصفات ومقاسات معينة " (٤٢ : ٥)

GRENADE THROWING قذف القنابل

عبارة عن ميدان تؤدي فيه المسابقات وتشمل المسابقة على اختبارين ، اختبار للدقة واختبار للمسافة ، ويتم في اختبار الدقة رمى ١٦ قنبلة يدوية صامتة ولها مواصفات معينة ، ترمى من ارتفاع ساتر ارتفاعه ١٢٥ سم على أربعة دوائر لها مسافات مختلفة ، ومكان سقوط القنبلة يحدد درجتها ، واختبار المسافة يتم رمى ٣ قنابل في ثلاثة محاولات تحتسب نتيجة أحسنهم " (٤٢ : ٧)

PULSE النبض

" عدد موجات التمدد المنتظمة في جدران الشرايين في كل دقيقة ، أثر وصول الدم إليها وينشأ نتيجة انقباض عضلة القلب (٥٠ : ٢٩٠)

BLOOD PRESSURE ضغط الدم

عرفه طلعت وآخرون أنه " عبارة عن الضغط الذي يسببه تدفق الدم على جدران الشرايين محدثاً انقباضها وهويتراوح في كل دورة قلبية من الضغط الانقباضي ، والضغط الانبساطي (١٧٨:٥١)

SYSTOLTC BLOOD BRESSURE الضغط الانقباضي

يعرفه ريه Reh. J بانه " الضغط الذي يخلفه اندفاع الدم من القلب عند انقباضه على جدران الاورطي ، وهو يساوى ١٢٠ مم زئبق (٤٩ : ٧٤)

DIASTOLIC BLOOD BRESSURE الضغط الانبساطي

يعرفه ريه Reh. J بانه " الضغط الناتج اثناء انبساط القلب ويقل تدريجيا الى ان يصل الى ٨٠ مم من الزئبق " (٤٩ : ٧٥)

السعة الحيوية THE VITAL CAPACITY

يعرفها اسامة رياض " اكبر حجم من الهواء يمكن للشخص زفيرة من الرئتين بقوه بعد اعرق شهيق " (٦ : ٩٣)

السعة الحيوية القصوى FORCED VITAL CAPACITY

" هو اقصى حجم من الهواء يمكن ان تتنفس فى دقفة بواسطة اعرق واسرع تنفس ممكن " (١٢ : ٦٥)

اللياقة البدنية PHYSICAL FITNESS

"هى قدرة الفرد على اداء عمله فى حياته اليومية بكفاءة دون سرعة شعوره بالتعب مع بقاء بعض الطاقة التى تلزمه للتمتع بوقت الفراغ. (٥ : ٢)

القوة العضلية MUSCULAR STRENGTH

"هى القوة التى تستطيع العضلة أنتاجها فى حالة اقصى انقباض ايزومترى" (الانقباض المتشابه الطول) (٢١ : " ٥٩ ، ٦٠ ")

السرعة SPEED

"هى قدرة الفرد على اداء حركات متتابعة من نوع واحد فى اقصى مدة" (٨ : ٣٨١)

التحمل ENDURANCE

" هو قدرة الفرد على العمل لفترات طويلة دون هبوط مستوى الكفاءة أو الفعالية " (٢٥ : ١٧٢)

المرونة FLEXIBILITY

هى قدرة الفرد على تحريك الجسم أو أجزائه خلال أوسع مدى ممكن للحركة دون أن يحدث نتيجة لذلك تمزق للعضلات أو الأربطة (٢٦ : ٣١٨)

الرشاقة AGILITY

هى القدرة على تغيير أوضاع الجسم أو اتجاهه بسرعة وبدقة وبتوقيت سليم سواء كان ذلك بكل الجسم أو بجزء منه على الأرض أو فى الهواء (٢٦ : ٣٤٣).

سرعة رد الفعل Speed of Reaction Time

" السرعة التى يمكن بها الفرد من الاستجابة لمنبه نوعى برد فعل اردى أى انه الزمن الذى يمر بين بدء حدوث المنبه حيث الاستجابة لهذا المنبه (٢٦ : ١٤).