

الفصل الأول

مدخل البحث

- المقدمة
- مشكلة البحث
- أهمية البحث
- أهداف البحث
- تساؤل البحث

مدخل البحث

المقدمة :

في كل عصر من العصور كان ولا يزال للرياضة دور أساسي في حياة الشعوب وأصبح التقدم بالمستويات الرياضية مرتبطاً بالتقدم الحضاري في عصرنا الحالي ؛ لذلك أصبح التنافس كبيراً بين الأمم لتحقيق الإنجازات والانتصارات الرياضية في جميع المسابقات والوصول إلي المستويات الرياضية العالية . و تعتبر البحوث الرياضية أحد الجوانب التي تساعد علي تحقيق الإنجازات الرياضية العالية ، معتمدة في ذلك علي الحقائق والنظريات العلمية التي توصلت إليها هذه البحوث حيث إن المستويات الرياضية العالية لا يصل إليها إلا الرياضيون الذين تتفق مواهبهم وقدراتهم واستعدادهم مع الخصائص المميزة لنوع النشاط الممارس .

ويشير **مسعد محمود و آخرون ٢٠٠٢م** إلي أن الوراثة لها دور مهم عند انتقاء الرياضي حيث إن الرياضي يتأثر كثيراً بما ورثه عن أبويه سواء في مقاييسه الجسمية أو القدرات الوظيفية ، حيث يلعب النمط الجسدي متضمناً الأطوال والأعراض والمحيطات الجسمية ، بالإضافة إلي الوزن والعمر في مجال الانتقاء دوراً أساسياً لارتباط ذلك بمستوي الإنجاز البدني و المهاري ، حيث الوصول إلي مرتبة البطولة مرهون بمستوي تلك القياسات إلي حد كبير . (٥٣ : ٣٢٨)

ويرى **أبو العلا عبد الفتاح ٢٠٠٣م** أنه يجب أن تتجه بحوث المستقبل إلي دراسة دور العوامل الوراثية (الجينية) Genetic والعوامل البيئية Environmental في صناعة البطل حيث تظهر الفروق الوراثية بين الرياضيين عند تحقيقهم المستويات العالية في الأداء الرياضي . غير إنه لا يمكن ضمان نجاح الرياضي بدون التدريب المكثف ، حيث إن دور الجينات في تحقيق المستويات العليا للأداء الرياضي يبلغ حوالي ٢٠٪ فقط بينما ترجع النسبة الباقية وهي ٨٠ ٪ إلي التدريب وأسلوب الحياة (٣ : ٤٨٠ ، ٤٨١) .

ويضيف كل من **عبد الفتاح خضر ١٩٩٦م** و **إسماعيل عثمان و آخرون ١٩٩٧م** و **أبو العلا عبد الفتاح ٢٠٠٣م** إن الاستمرار في ممارسة التدريب الرياضي المنتظم يؤدي إلي حدوث بعض التغيرات الوظيفية و البدنية و الأنثروبومترية مما يُمكن الفرد الرياضي من التكيف لممارسة النشاط الرياضي وعندما يتحقق للرياضي الوصول إلي تلك المواصفات اللازمة لنوع النشاط الممارس تعتبر بمثابة المقومات الأساسية لتحقيق المستويات الرياضية العالية. (٣٠ : ٣٥١) (١٤ : ٢٦ ، ٢٩) (٣ : ٢٣١)

يشير هشام عبد الرحمن ، وجيه شمندی ١٩٩٤م إلي أنه عند تتبعنا للمواصفات الخاصة التي يتميز بها الأبطال الرياضيون يظهر بوضوح أنهم ليسوا أناسا عاديين بل أنهم يمتلكون مواهب وقدرات خاصة بالنشاط الرياضي تجعلهم يستطيعون تحقيق تلك الإنجازات العالية . (٥٥ : ٤٣)

ويتفق كل من أبو العلا عبد الفتاح ، أحمد سيد ١٩٩٣م و محمد حساتين ، محمد راغب ١٩٩٥م على أنه من خلال عملية القياسات المورفولوجية والوظيفية الخاصة بالرياضيين يتم توجيه الرياضيين لنوع الرياضة المناسبة لهم حيث ارتباط مستوى الأداء الرياضي في مختلف الأنشطة الرياضية بتكوين الجسم حيث تختلف طبيعة نسب الدهون والعضلات بها تبعاً لنوعية النشاط الرياضي التخصصي . (٧٢ : ٤) (٤٥ : ٦)

و يشير هاني حسن ١٩٩٨م إلي أنه ترجع اختلافات طبيعة الجسم ونسب الدهون والعضلات تبعاً لنوع النشاط الرياضي التخصصي إلي الفروق الفردية بين الأفراد في الطول والوزن ونمو العظام وتوزيع ثقل الجسم ، وتتأثر كافة النواحي بالعامل الوراثي بالإضافة إلي تأثير البيئة بما في ذلك نوعية التدريب الرياضي وطبيعة حياة الفرد والحالة الغذائية . (٥٦ : ١٣)

يذكر سليمان حجر ، أحمد الزيات وآخرون ١٩٩٤م أن الهدف الرئيسي لعملية الانتقاء هو اختيار أفضل العناصر للوصول إلي المستويات الرياضية العليا بالاعتماد علي الأسس الجسمية والفسولوجية والبدنية والنفسية والعقلية بالإضافة إلي عمليات التدريب . ويتم انتقاء الناشئين من خلال عدة عوامل هامة من أهمها العوامل المورفولوجية كالأطوال والمحيطات والأوزان وسمك الدهون وتناسب أجزاء الجسم مع بعضها البعض . (٢٤ : ٣٢٧ ، ٢٣٠)

ويعرف مسعد محمود وآخرون ٢٠٠٢م الانتقاء " بأنه عملية ديناميكية تساعد علي اكتشاف الموهوبين من الرياضيين ذوي المؤهلات والاستعدادات الخاصة و المناسبة لنوع النشاط المهاري المختار " ، كما أنها لا تقف عند سن معين أو مرحلة بذاتها ، فالانتقاء مستمر منذ الطفولة ، وقد تظهر مواهب الرياضي مبكراً ، وقد تظهر متأخرة . (٥٣ : ٣١٣ ، ٣١٤)

ويضيف سامي حافظ ٢٠٠٥م إن من الأهداف الرئيسة لعملية الانتقاء هو تحديد الخصائص النموذجية (البدنية ، الوظيفية ، الأنثروبومترية) التي تطلبها الأنشطة الرياضية لاختيار أفضل العناصر للوصول إلي المستويات الرياضية العليا بالاعتماد علي الأسس الجسمية والفسولوجية والبدنية والنفسية والعقلية بالإضافة إلي عمليات التدريب . (٢٣ : ٣٠٩ ، ٣١١)

تعتبر الرياضة أحد الركائز التي تعتمد عليها الأمم في إعداد المواطن و اكتساب العديد من المعارف والخبرات ، فرياضة الكيك بوكسنج هي إحدى الرياضات التي تعمل علي تحقيق ذلك الهدف وهي إحدى رياضات الدفاع عن النفس التي نشأت بكندا والولايات المتحدة الأمريكية ورغم تشابه هذه الرياضة مع بعض رياضات الدفاع عن النفس في استخدام الأيدي والأرجل في الدفاع والهجوم و الهجوم المضاد ، إلا إنها تتميز بالتوافق والتنسيق بين ضربات الرجلين ولكمات اليدين .

كما تتطلب رياضة الكيك بوكسنج مواصفات (أنثروبومترية ، بدنية ، وظيفية) خاصة نظراً لأن طبيعة هذه الرياضة يتبارى فيها الملاكمان في كفاح بطولي لفترة زمنية طويلة نسبياً حيث يقوم الملاكم بتوجيه أنواع مختلفة من الضربات (الأيدي والأرجل) إلي منطقة الوجه والجذع والبطن (أماماً و جانباً) للمنافس ويتطلب ذلك توافر مواصفات خاصة حتى تصل الضربة للمكان الصحيح بالإضافة إلي أن قوة الضربة تتأثر بقوة العضلات العاملة حيث حجم الألياف العضلية المحيطة بالعضلة والكفاءة العالية لإمداد العضلات بالدم والوقود الكافي أثناء التلاكم .

مشكلة البحث :

تعتبر مصر في الوقت الحالي من الدول المتقدمة في رياضة الكيك بوكسنج علي مستوي العالم حيث استطاعت مصر خلال فترة قصيرة من عمر اتحاد الكيك بوكسنج أن تحقق ٢٨ ميدالية متنوعة في بطولات العالم في الأساليب المختلفة للكيك بوكسنج ، ولا يمكن الاحتفاظ بهذا التقدم بدون الاعتماد علي الجانب العلمي للحفاظ علي المكانة الراهنة وتطويرها إلي الأفضل .

وررياضة الكيك بوكسنج حديثة في مصر لم تثل الاهتمام المطلوب من الباحثين بالإضافة إلي عدم وجود قياسات تحدد المواصفات الجسمية والقدرات البدنية والوظيفية للرياضيين كما هو متوافر بالنسبة للرياضات الأخرى .

ومن هنا وجه الباحث اهتمامه إلي تحديد أهم المواصفات الأنثروبومترية والبدنية والوظيفية للاعبين الكيك بوكسنج بجمهورية مصر العربية .

ومن خلال الخبرة الميدانية لاحظ الباحث بصفته لاعباً دولياً حصل علي العديد من بطولات العالم في رياضة الكيك بوكسنج ومدرّب لأحد الأندية ومن خلال المشاهدات العديدة لمباريات الكيك بوكسنج بأنواعها ذات المستويات العالية وبالرغم من تقارب المستوي المهاري فمن المحتمل أن يكون أحد عوامل تفوق ملاكم علي آخر في كل من أوزان الكيك بوكسنج قد يرجع إلي تمتع الملاكم بخصائص أنثروبومترية وظيفية و بدنية و تمنحه قدراً أفضل من مستوي الأداء الفني .

ويشير وليد قصاص ١٩٩٠ م إلى أن اللياقة البدنية والصحية عاملاً هاماً حيث يجب التأكيد منه لأنه بلا شك من أهم العوامل ليصبح ملاكم الكيك بوكسينج بطلاً ، لأن بعض ملاكمي الكيك بوكسينج يكون لديهم مهارات قتالية جيدة إلا أنهم يخسرون المباراة بسبب عدم وجود القدرة الكافية لتحمل القلب لتوهمهم للاستمرار في المباراة لفترات طويلة . (٦٠ : ١٣٩ ، ١٩٩)

وبالرغم من تعدد الجهود المحلية والعالمية التي تهتم بمشكلة الانتقاء في الرياضة إلا أن هذا الاهتمام لم يكن بنفس الدرجة في رياضة الكيك بوكسينج ، فقد لاحظ الباحث أن هناك بعض الملاكمين ممن يمارسون هذه الرياضة بانتظام في التدريب لفترات طويلة دون حدوث تقدماً ملحوظ في مستوياتهم مما ينتج عنه في حالات كثيرة عزوف هؤلاء الملاكمين عن ممارسة اللعبة قبل أن يحققوا النتائج المتوقعة ، كما لاحظ الباحث أيضاً قلة وضعف الاختبارات والمعايير التي علي أساسها اختيار المبتدئين لممارسة هذه اللعبة والاعتماد علي الخبرة الشخصية والصدفة والعشوائية في الاختيار الأمر الذي يدعو المؤسسات العلمية إلي مضاعفة الجهود لمحاولة علاج القصور الواضح في هذا الاتجاه . مما تقدم يمكن صياغة مشكلة الدراسة الحالية في صورة تساؤل كالتالي : ما هي أهم الخصائص الأنثروبومترية و البدنية والوظيفية للاعبي الدرجة الأولى للكيك بوكسينج بجمهورية مصر العربية ؟

أهمية البحث :

- من أهم الجوانب التي نتناولها هذه الدراسة ما يلي :-
- تعتبر هذه الدراسة المحاولة العلمية الأولى علي المستوى المحلي لوضع وصف أنثروبومتري و البدني والوظيفي للاعبي الكيك بوكسينج ذوي المستويات العليا .
- أجريت هذه الدراسة علي بعض الرياضيين الدوليين أبطال العالم في رياضة الكيك بوكسينج مما يجعل نتائجها ذات أهمية خاصة حيث تحدد المواصفات المثالية للاعب الكيك بوكسينج
- توافر النتائج التي تسفر عنها تلك الدراسة سوف يساعد المتخصصين في اختيار الرياضيين المبتدئين في رياضة الكيك بوكسينج في التغلب علي الأساليب العشوائية التي يلجأ إليها المدربون في انتقاء الناشئين التي قد تصح أحياناً وتخطئ أحياناً مما يسبب فاقداً في الوقت والمال والجهد .
- من خلال نتائج الدراسة يمكن توجيه وتقنين برامج التدريب الخاصة للاعبين حسب المواصفات الخاصة بهم .
- تفتح هذه الدراسة المجال لإجراء الدراسات المماثلة علي مستويات مختلفة من الأعمار في مجال الكيك بوكسينج علي أساس أن تكون نتائج تلك الدراسات محكاً صادقاً لتقويم الملاكمين والتعرف علي مدي تقدمهم .

أهداف البحث :

يهدف البحث إلى :

- التعرف علي أهم الخصائص الأنثروبومترية و البدنية والوظيفية للاعبي الدرجة الأولى للكيك بوكسنج (الفل كونتاكت) بجمهورية مصر العربية .

تساؤل البحث :

- ما هي أهم الخصائص الأنثروبومترية و البدنية والوظيفية للاعبي الدرجة الأولى للكيك بوكسنج (الفل كونتاكت) بجمهورية مصر العربية ؟

مصطلحات البحث :

الخصائص الأنثروبومترية (*) :-

هي الموصفات الجسمية الخارجية كالأطوال والمحيطات والأعراض وسمك ثنايا الدهن مضافا إليها الوزن .

الخصائص البدنية (*) :-

هي تلك الصفات التي تساعد اللاعب علي رفع مقدرة البدنية بهدف تحسين وتطوير المستوي البدني التي تتطلبه رياضة الكيك بوكسنج .

الخصائص الوظيفية (*) :-

هي مقدرة اللاعب الفسيولوجية للعمل علي ارتفاع مستوي أجهزته الداخلية في مواجهة المتطلبات البدنية التي تستلزمها ظروف المنافسة .

رياضة الكيك بوكسنج (*) :-

هو فن النزال بالأيدي والأرجل (ملاكمة حرة) داخل حلقة الملاكمة أو البساط الأرضي .

الفل كونتاكت (*) :-

هو أحد أساليب الكيك بوكسنج ، و يكون الملاكم مرتديا سروال طويل إلي الكاحل و استخدام الملاكم القوة والسرعة في تسجيل أكبر عدد من النقاط سواء لكماً أو ركلاً داخل حلقة الملاكمة ، والسعي إلي الضربة القاضية الفاقدة إلي الوعي أكثر من عشر ثواني .