

الفصل الثاني

٠/٢ الإطار النظري والدراسات السابقة

١/٢ الإطار النظري

٢/٢ الدراسات السابقة

٣/٢ التعليق على الدراسات السابقة

٠/٢ الإطار النظري والدراسات السابقة

١/٢ الإطار النظري

١/١/٢ أهمية الإختبار فى المجال الرياضى

تذكر ليلي السيد فرحات (٢٠٠١م) أن الإختبارات تحتل بكافة أنماطها وأغراضها وضعاً رئيسياً وحساساً فى عمليات قياس وتقويم النقد الذي يحرزه الفرد أو المتعلم فى أي مجال.

كما تزودنا الإختبارات بقياسات مباشرة عن نتائج تقدم اللاعب بالإضافة إلي أن دقة البيانات التي تزودنا بها تلك الإختبارات تتوقف بدرجة كبيرة على أسس إعدادها وطرق إستخدامها .

والإختبارات فى حد ذاتها أداه تساعد المدرب فى التعرف على الحالة التعليمية والتدريبية فهي الأساس العلمي الذي يبني عليه خطة التعليم أو التدريب حيث أنها تساعد فى التعرف على الإستعداد البدني والوظيفي فى الإنتقاء للناشئين ، ولاعبى المستويات العالية ، وبالتالي يصبح لدى المدرب الحافز إلي المزيد من بذل الجهد لتحقيق أهدافه التي بنيت من أجلها العملية التعليمية . (٤٦ : ٣٩ ، ٤٠)

ويشير محسن النحيري (١٩٨٤م) أن الأخصائيين الرياضيين فى مجال التربية الرياضية فى حاجة ماسة إلي مقاييس يعرفون بواسطتها مستوي الأفراد والجماعات وتمكنهم من الوقوف على حاجات الأفراد والمجتمع ومطالبه ، ومن ثم بدأ الخبراء فى وضع الإختبارات الموضوعية التي تقيس بدقة كلاً من الصفات البدنية والمهارية فى الأنشطة الرياضية على أسس علمية واضحة تعتمد إلي حد كبير على المبادئ الإحصائية . (٤٩ : ٥٠ ، ٥١)

ويري شعبان إبراهيم محمد (١٩٨٤م) أنه من خلال إستخدام الإختبارات يمكن التعرف على الحالة التدريبية الخاصة باللاعبين مما يساهم فى إخضاع التدريب للفروق الفردية ويسهل توزيع الواجبات عليهم تبعاً لدور كلاً منهم فى خطط اللعب وفقاً

لإمكانياتهم فإنه من الضروري استخدام الإختبارات الموضوعية المقننة التي تتميز بمعاملات صدق وثبات عالية. (٢٤ : ٢١)

وتشير بثينة محمد واصل (١٩٧٨م) أن الإختبارات أداه من أدوات التقويم وهي ليست هدفا في حد ذاتها ، وإنما وسيلة ذات أهمية كبرى في قياس التحصيل وتظهر لكل متعلم ما يجب أن يفعله بعد أدائه الإختبار. (١٧ : ٣)

ويشير كولينز وهودجز Collins and Hodges (١٩٧٨م) إلى أن هناك العديد من الأسباب التي تدعو إلى ضرورة استخدام الإختبارات لقياس المهارات للأنشطة الرياضية والقدرات البدنية والإنجاز الرياضي ، كما تساهم في بناء المستويات والدافعية والممارسة والتشخيص ، والوسائل التعليمية المعينة والتفسير والمنافسة .

(٨٢ : ٤٦٨ - ٤٧٧)

٢/١/٢ خطوات بناء بطاريات الإختبارات

يشير محمد حسن علاوي ، محمد نصر الدين رضوان (١٩٨٨م) أن خطوات بناء البطارية هي كما يلي :

- تحديد المكونات الأساسية مع عدم المبالغة في كثرة هذه المكونات ويجب مراعاة الدقة في تحديد كل مكون من هذه المكونات .
- إختيار إختبارات تكون صادقة في قياس كل مكون من هذه المكونات ثم ندخلها مع الإختبارات المطلوب حساب صدقها وفي هذه الحالة يفضل ألا يقل عدد الإختبارات الصادقة عن ثلاثة إختبارات .
- حساب ثبات وموضوعية هذه الإختبارات بتطبيقها إستطلاعياً .
- تطبيق الإختبارات على عينة الأفراد .
- حساب معامل الإلتواء لكل إختبار من هذه الإختبارات للتحقق من أن نتائج الأفراد تتوزع توزيعاً إعتدالياً بالنسبة لكل إختبار من هذه الإختبارات .
- حساب معاملات الارتباط بين الإختبارات ، ثم وضعها في مصفوفة ارتباط يلي ذلك تحليل المصفوفة تحليلاً عاملياً لتحديد العوامل التي يشترك فيها أكثر من إختبار من

الإختبارات المستخدمة ودرجة تشبع كل إختبار بالعوامل المشتركة فإذا ثبت تشبع الإختبار المطلوب حساب صدقة أو السمة أو القدرة (العامل) الذي نفترض أنه يقيسها كان هذا الإختبار صادقاً. (٥٦ : ٣٤٨)

٣/١/٢ الإنتقاء فى المجال الرياضى

يتفق كلاً من محمد على القط (١٩٩٩م) ، يحيى السيد إسماعيل الحاوى (٢٠٠٢م) ، مفتى إبراهيم حماد (١٩٩٦م) على أن مشكلة الإنتقاء من أهم الموضوعات التي حظيت باهتماماً كبيراً فى السنوات الأخيرة لأنها تستهدف فى المقام الأول إختيار الأفضل لممارسة الرياضة على أمل الوصول للمستويات العليا فالإنتقاء الجيد للناشئين وهم مقبلين على ممارسة نشاط معين من العوامل الأساسية لنجاحهم وهم فى بداية مشوارهم مع الرياضة. حيث أن توجيه الناشئ إلى نوع الرياضة التي تتناسب مع إمكانياته وقدراته يعتبر أولى خطوات التفوق على سلم البطولة لهذا النشاط لتحقيق الفوز والإنتصارات ليس وليد الصدفة لكنه نتيجة لمجموعه من العوامل والأسس الهامة الناتجة من الأبحاث والدراسات العلمية والمستفيضة فى هذا المجال ولذلك إتجه المتخصصون فى الأنشطة الرياضية المختلفة إلى تحديد معايير الإنتقاء وأولوياتها ومدى إمكانية التنبؤ بالمستوى الذي يمكن أن يحققه الناشئون مستقبلاً فى ضوء تلك المعايير.

(٢١:٦٥)(٣٧:٧٥)(٣٠٩:٦٩)

ويشير محمد حسن علاوي (١٩٩٨م) إلى أنه أمكن تحديد المتوسطات العمرية لبدء ممارسة التدريب الرياضي المنظم (مرحلة تدريب الناشئين أو المبتدئين) ، وكذلك بدء مرحلة الإنتقال لتدريب المتقدمين وكذلك تحديد الفترة العمرية لبداية الوصول للمستويات الرياضية العالية وقد أسفرت الدراسات والخبرات التطبيقية عن أن الأنشطة التي ترتبط بفن الأداء (التكنيك) مثل الجمباز والأجهزة والتمرينات الفنية والغطس يمكن أن يبدأ تدريب الناشئ فيما بين سن (٥ - ٨) سنوات ، و يبدأ الوصول للمستويات الرياضية العالية فى الجمباز للبنات ما بين سن (١٤ - ١٦) سنة وبالنسبة للبنين ما بين سن (١٧ - ١٩) سنة. وفى الأنشطة الرياضية التي ترتبط أساساً بصفة القوة المميزة بالسرعة مثل

مسابقات العدو والوثب العالي والوثب الطويل وبعض مسابقات الرمي والدفع وكذلك بعض الألعاب الرياضية وبعض المنافسات الفردية كالسلاح والجودو والمصارعة يمكن أن يبدأ تدريب الناشئ من سن (٩ - ١٢) سنة ويبدأ الوصول للمستويات الرياضية العالية من سن (١٧ - ٢٢) سنة وفي الأنشطة الرياضية التي ترتبط أساساً بصفة التحمل مثل جري المسافات المتوسطة والمسافات الطويلة والتجديف يمكن أن يبدأ الناشئ ما بين سن (١٠-١٢) سنة كما يمكن الوصول للمستويات الرياضية العالية ابتداءً من سن (١٨ - ٢٣) سنة وبالنسبة لرياضة السباحة من حيث أنها إحدى أنواع الأنشطة الرياضية التي تدخل في إطار رياضات التحمل والقوة المميزة بالسرعة فإنها تمثل وضعاً خاصاً إذ يمكن البدء بتدريب الناشئ من سن (٦) سنوات كما يمكن الوصول لأعلي المستويات الرياضية ابتداءً من سن (١٥-١٧) سنة. (٥٣ : ١٠٩ ، ١١٠)

ويري عزت الكاشف (١٩٨٧م) أن الإنتقاء الرياضي مادة تخص مجموع الراغبين المتميزين بالقدرات والمواهب في ممارسة أي نشاط من الأنشطة الرياضية المتعددة ، ومنذ منتصف الستينيات أصبح الإنتقاء الرياضي مجال دراسي متخصص في معظم دول شرق أوروبا وذلك نتيجة للنمو الواضح في المستوي الرقمي والإنجاز الرياضي وصغر عمر الأبطال في مختلف فروع النشاط الرياضي وكذلك نتيجة الضرورة الملحة في مراعاة رغبات الفرد الرياضي مع المعايير والقدرات المحددة لنوع النشاط الرياضي المختار بمعنى أن الإنتقاء الرياضي موجه نحو مجموعة من الأفراد المتميزين بالموهبة ، القادرين على تحقيق أرقام ومستويات عالية في النشاط الرياضي المحدد. (٢٩ : ٥)

ويضيف عصام محمد حلمي (١٩٨٠م) أنه أصبح هناك نهج علمي أتضح تدريجياً خلال الآونة الأخيرة وأصبح موضوع وضع تعريف خاص للمفاهيم والأساسيات المتعددة والمرتبطة بكيفية البحث عن الموهبة أمراً ضرورياً. (٣٢ : ١٤)

ويتفق كلاً من نبيل العطار، عصام محمد أمين حلمي (١٩٧٧م) وفرج بيومي (١٩٨٦م) على تعريف الإنتقاء بأنه إنتخاب أفضل العناصر ممن لديهم الإستعداد والميل

والرغبة لنشاط معين مع التنبؤ بمدى تأثير العملية التدريبية الطويلة مستقبلاً على تنمية تلك الإستعدادات بطريقه تمكن وصولهم إلى أعلى مستويات الأداء فى اللعبة.

(٧١ : ٣٨٣)(٤٩:٤٠)

ويشير أحمد فرج مبارك (١٩٩٤م) نقلاً عن أبو العلا أحمد عبد الفتاح ، أحمد سليمان الروبي (١٩٨٥م) أنه يوجد قضيتين رئيسيتين يدور الإنتقاء فى محورهما.

القضية الأولى :

الإكتشاف المبكر للعناصر الناشئة من ذوي الإستعدادات والقدرات عالية التميز.

القضية الثانية :

المواءمة بين الإستعدادات والقدرات لهؤلاء الناشئين وبين نوع النشاط الرياضي المحدد.

فالمواءمة الصحيحة ونوع النشاط المناسب للناشئ أهميتها لا تأتي فقط لمجرد إعداد بطل فى المستقبل وإنما كذلك لتجنب إبتعاد اللاعب الناشئ عن الممارسة فيما بعد ، لذا يفضل المشتغلون والخبراء فى مجال الإنتقاء الرياضي أن تتم عملية الإنتقاء فى إتجاهين :

الإتجاه الأول :

إختيار نوع النشاط الرياضي الذي توافق تماماً مع إستعدادات وقدرات الناشئ بغرض إشباع رغبته وإهتمامه بالرياضة وليس بالضرورة تحقيق مستويات أداء عالية فى الإنجاز. وتسمى هذه العملية بعملية التوجيه.

الإتجاه الثاني :

تحديد نوع النشاط الرياضي للناشئين الموهوبين بغرض تحقيق مستويات أداء عالية فى الإنجاز وأن يكون الإنتقاء فى غاية الدقة للاعب الناشئ والذي سوف يستمر فى عمليات تدريبية وفق فترات الإعداد الرياضي.(٥ : ١٢ ، ١٣)

٤/١/٢ الأهداف الأساسية للإنتقاء

يذكر يحي إسماعيل الحاوي (٢٠٠٢م) أنه يمكن تحديد أهداف الإنتقاء فيما يلي :

- الإكتشاف المبكر للموهوبين فى مختلف الأنشطة الرياضية.
- توجيه الراغبين فى ممارسة الأنشطة الرياضية إلى المجالات المناسبة لقدراتهم وميولهم.

- تحديد الصفات النموذجية التي يتطلبها كل نشاط.
- تكريس الوقت والجهد والتكاليف فى تدريب من يتوقع لهم تحقيق المستويات العالية .
- توجيه عمليات التدريب لتنمية وتطوير اللاعب فى ضوء ما يجب الوصول إليه .

(٧٥ : ٣٩)

ويذكر إيهاب فوزي البديوي (١٩٩٥م) أنه يمكن للإنتقاء الجيد أن يحقق الأهداف

السابق ذكرها من خلال :

- تحديد الصفات النموذجية (البدنية ، المهارية ، الخططية) التي تتطلبها الأنشطة الرياضية المختلفة بمعنى تحديد المتطلبات الدقيقة التي يجب توافرها فى اللاعب لكي يتحقق النجاح فى نوع معين من أنواع الأنشطة الرياضية.

- التنبؤ Prediction فعلي الرغم من أن التنبؤ يعد من أهم واجبات الإنتقاء إلا أنه حتي الآن يعتبر من أقل البحوث والدراسات التي تم تناولها بالتحليل والدراسة.

- تحسين عمليات الإنتقاء من حيث الفاعلية والتنظيم ويتم ذلك عن طريق الدراسات العلمية فى هذا المجال لإكتشاف أفضل الطرق والوسائل التي تحقق إنتقاء أفضل من الإستمرارية فى تطوير هذه النظم بصفة دائمة.(١٦ : ١٥)

٥/١/٢ مراحل الإنتقاء

يشير يحي إسماعيل الحاوي (٢٠٠٢م) أن الإنتقاء يمر بثلاث مراحل وهي

- المرحلة الأولى (الإنتقاء المبدئي)

وتهدف هذه المرحلة إلى تحديد الحالة الصحية العامة ، تحديداً دقيقاً خلال الكشف الطبي الشامل على جميع أجهزة الجسم الحيوية للناشيء ، وكذلك تحديد الخصائص الجسمية والوظيفية وسمات الشخصية الخاصة به .

- المرحلة الثانية (الانتقاء الخاص)

وتهدف هذه المرحلة إلى إنتقاء أفضل عناصر الناشئين من بين من نجحوا فى المرحلة الأولى وتوجيههم إلى نوع النشاط الرياضي المناسب والذي يتلاءم مع إمكاناتهم وقدراتهم ، وفى هذا يكون الناشئ قد مر بفترة تدريب كافية لا تقل عن مدة عام.

- المرحلة الثالثة (الانتقاء التأهيلي)

تهدف هذه المرحلة إلى تحديد أفضل العناصر بعد تدريبها وذلك لتحقيق المستويات العالية ويكون التركيز فى هذه المرحلة على تنمية الإستعدادات الخاصة لدى الناشئ والتي تتطلبها الرياضة الممارسة ، كما يؤخذ فى الإعتبار قياس الجانب الإجتماعي والنفسي كالثقة بالنفس والشجاعة فى إتخاذ القرارات . (٧٥ : ٣٩ ، ٤٠)

٦/١/٢ طرق إنتقاء المواهب

يذكر على السعيد ربحان (١٩٩٣م) أنه توجد طريقتين يتم من خلالهما البحث عن المواهب وهما :

- الطريقة الطبيعية

وتعتمد هذه الطريقة على الملاحظة البسيطة للمبتدئين أثناء اللعب التلقائي فى المدارس أو الأندية لإختيار أفضل العناصر التي تصلح لرياضة المصارعة وينبغي التركيز على إختيار الفرد الذي تتوفر فيه روح المغامرة والشجاعة والإقدام أثناء اللعب كما يتميز بالنشاط والحيوية وعدم الهروب من المواقف التي تتطلب المجابهة.

- الطريقة العلمية

وتتضمن هذه الطريقة المراحل الآتية :

- يدعو المدربين والمدرسين الأطفال الصغار إلى الإشتراك فى رياضة المصارعة لكي يتعلموا المبادئ والمهارات الأساسية.
- أثناء التدريب ، تكتشف المواهب المناسبة لطبيعة رياضة المصارعة ، ويتم فصلهم ووضعهم فى مجموعات للتدريب الخاص.

- يتم الإختيار النهائي لذوي القدرات والإستعدادات العالية وفقاً للمقادير والمحكات التالية :

- الخصائص النفسية كالحماس والإتزان النفسي والإنفعالي والقدرات الفطرية أو الوراثةية .

- سرعة التعلم وإكتساب المهارات الخاصة بالمصارعة .

- قدرة العمل الوظيفي لأجهزة الجسم المختلفة الموائمة مع الدين الأكسجيني .

ويتفق الباحث مع ما ذكره على السعيد ربحان (١٩٩٣م) أن يتم الدمج بين الطريقتين (الطبيعية ، العلمية) فى إنتقاء المبتدئين فى رياضة المصارعة.

(٣٧ : ٨ ، ٩)

٧/١/٢ محددات الإنتقاء فى المجال الرياضي

يذكر أحمد فرج مبارك (١٩٩٤م) نقلاً عن سعد جلال ، محمد حسن علاوي (١٩٧٦م) بأنه قد يحدد إمكانيات وصول الناشئ الرياضي إلي المستويات العالية توافر عدة عوامل تؤثر بعضها على المستوى الرياضي للناشئ بطريقة مباشرة والبعض الآخر يؤثر بطريقة غير مباشرة .

فالحياة اليومية المنظمة التي منها النوم الكافي ، التغذية الصحيحة السليمة ، حسن إستغلال أوقات الفراغ ، تجنب تعاطي المخدرات والمشروبات الكحولية ، التدخين والظروف البيئية ، النفسية ، الإجتماعية السليمة ، من حيث إستقرار الحياه العائلية ، الشعور بالأمن والأمان وحسن إختيار الأصدقاء ، وتوافر خبرات النجاح ، والإستقرار المهني والمستقبل الواضح ، والعلاقات الصحيحة بين مجهود العمل ومجهود النشاط الرياضي ، كل هذه العوامل لها أثرها الإيجابي على إمكانيات الناشئ الرياضي لتحقيق نتائج وإنجازات رياضية عالية. كذلك توفير برنامج التدريب الجيد المبني على أسس علمية مطورة وأماكن التدريب الجيد وإستخدام الأجهزة والأدوات الرياضية الملائمة وتوافر علاقة الثقة المتبادلة بين الناشئ الرياضي وبين المدرب ، جميعها عوامل أساسية

لتطوير إمكانيات وقدرات الناشئ الرياضي والوصول به إلى أعلى المستويات التي يمكنه بلوغها في نوع النشاط الرياضي المحدد. (٥ : ١٦ ، ١٧)

ويرى أبو العلا أحمد عبد الفتاح ، وأحمد عمر الروبي (١٩٨٦م) أن العوامل السابقة بالرغم من أهميتها العظمى في إمكانية الوصول بالناشئ إلى المستويات الرياضية العالية في نشاط رياضي محدد ، إلا أنها لا تعد كافية لتحقيق ذلك إذا ما كانت إمكانيات الناشئ لا تؤهله لتحقيق نتائج عالية المستوى ، فهناك العديد من العوامل الأخرى المؤثرة كالقدرات الحركية ، المهارية والنفسية. (٣ : ٢٩ ، ٣٠)

ويتفق كلاً من هدى حسن محمود (١٩٨٦م) و عويس الجبالي (٢٠٠٠م) أن المستويات الرياضية العالية لا يحققها إلا أفراد ذوي الإستعدادات التي تتفق مع الخصائص المميزة لنوع النشاط الممارس فهي تمثل جانباً هاماً من الأسس التي تعتمد عليها عملية الإنتقاء وبصفه خاصة في المراحل الثانية والثالثة على وجه التحديد حيث يمكن من خلال قياس الإستعدادات تحديد مستوى نموها والتعرف على الفروق الفردية منها وبالتالي يمكن توجيه الناشئ تبعاً للإستعدادات الخاصه لممارسة نشاط رياضي معين، حيث أن كل نشاط من الأنشطة الرياضية له خصائصه ومميزاته كما يوجد إختلاف في طبيعة النشاط بإختلاف المستويات ولتحقيق ذلك يمكن استخدام عدة وسائل وطرق أهمها تقويم المدرب القائم على الخبرة والمعرفة الدقيقة برياضته واستخدام الإختبارات والمقاييس. (٢:٧٢)(٤٩٢:٣٩)

١/٧/١/٢ المحددات البيولوجية لعملية الإنتقاء

يري محمد حسن علاوي ، أبو العلا عبد الفتاح (١٩٨٤م) أن العوامل البيولوجية تعتبر من الأسس المهمة التي يعتمد عليها علم التدريب الرياضي ، كما أنها تعد ركيزة أساسية في عملية إنتقاء الناشئين ، وتوجيههم إلى نوع النشاط الرياضي الذي يتوافق مع إمكانياتهم وخصائصهم البيولوجية ، وهي بمثابة محددات رئيسية يجب مراعاتها في عملية الإنتقاء بمراحلها المختلفة. (٣ : ٥٤)

١/١/٧/١/٢ الصفات الوراثية

يذكر عويس الجبالي (٢٠٠٠م) أن العوامل الوراثية تمثل جانباً هاماً من جوانب عملية الإنتقاء حيث أن الوصول إلي المستويات الرياضية العالية هو نتيجة التفاعلات المتبادلة بين العوامل الوراثية والعوامل البيئية المختلفة. (٣٩ : ٤٦٩)

ويرى مصطفى كاظم وآخرون (١٩٨٢م) أن الوراثة لها دورها الهام في التأثير على الإستعدادات الرياضية ، ويظهر أثر ذلك بوضوح في القياسات الجسمية كطول القامة، وتركيب البنية حيث تصل درجة الارتباط بين طول الوالدين والأبناء إلي (٠,٥). (٢٣٩ : ٦٨)

ويشير عزت محمود الكاشف (١٩٨٧م) أنه قد أجريت العديد من البحوث والدراسات للتأكد مما إذا كانت القدرات الحركية تورث أم لا ، منها دراسة عن عدائي سباق (١٠٠م) حيث تبين أن الأطفال الذين يتفوقون في هذا السباق كان أهلهم رياضيون وبلغت درجة العلاقة بهذا الإختبار (٠,٤٩) وفي الوثب العريض من الثبات بلغت درجة العلاقة (٠,٨). (٢٩ : ٦٥)

ويذكر عويس الجبالي (٢٠٠٠م) أنه أمكن من خلال الدراسات العلمية التي تناولت العلاقة بين الوراثة والتفوق الرياضي التوصل إلى أن اثر الوراثة واضح في كل من الصفات المورفولوجية للجسم ، القدرات الحركية والوظيفية للفرد. (٣٩ : ٤٧٠)

ويرى سعد جلال ، محمد حسن علاوي (١٩٧٦م) أنه يجب أن يمر الناشئ قبل إختياره في سلسلة من الإختبارات والفحوصات والقياسات حتي يتم التأكد من سلامة الأسس الوظيفية لأجهزة الجسم المختلفة وللتأكد من خلوه من الأمراض كذلك إجراء إختبار النمط الجسماني للتأكد من موافقة التكوين الجسماني للناشئ ونوع النشاط الرياضي المحدد ، وإختبار الذكاء أيضاً لتحديد نسبة ذكاء الفرد وكذلك يتم إختبار القدرات الحركية لتحديد درجة الصفات أو الإستعدادات الحركية الطبيعية لدي الفرد الناشئ. (٢٢ : ٩٢)

٢/١/٧/١/٢ مراحل النمو

يشير عويس الجبالي (٢٠٠٠م) أن مراحل النمو هي تميز مراحل معينة من النمو بزيادة حساسية الجسم وقابليته للتأثير الإيجابي أو السلبي بالعوامل البيئية الخارجية ، فهناك فترات حساسة لنمو الصفات البدنية مع التقدم في العمر . ففترة النمو من (١٣ - ١٧) سنة يزداد فيها نمو القوة العضلية بدرجة كبيرة وتحسن تنظيم العمل في الجهاز العصبي الحركي ، وقد دلت نتائج بعض الدراسات على أن فترة النمو من (١٣ - ١٤) سنة تزداد فيها القوة العضلية بدرجة كبيرة نسبياً وفي سن (١٥) سنة تتساوي قوة العضلات الباسطة والقابضة ، كما يزداد نمو قوة عضلات الجذع في الفترة من (١٤-١٦) سنة ويزداد نمو القوة المميزة بالسرعة في الفترة من (١٢ - ١٥) سنة. ويضيف أنه بالنسبة للسرعة أشارت الدراسات إلى زيادة معدل نموها لتقترّب من سرعة البالغين حتي (١٣-١٤) سنة وتشمل سرعة الحركة ثم يقل معدلها قليلاً حتي عمر (١٦-١٧) سنة ، ثم يصل إلي أعلى معدل لنموها فيما بين (٢٠ - ٣٠) سنة وتزداد سرعة التردد الحركي في الفترة من (٧ - ٩) سنوات ويقل معدلها في سن (١٠-١٢) سنة وتزداد مرة أخرى في الفترة من (١٢ - ١٣) سنة ثم تبدأ في البطء ابتداءً من (١٤) سنة حتي يتوقف تماماً في سن (١٦) سنة تقريباً ، وبالنسبة لسرعة الإستجابة الحركية تشير الدراسات إلي أنه يكون بطيئاً في الفترة من (٦-٧) سنوات ومن (٩-١١) سنة بينما يزداد لدي الأطفال المدربين من (١٣-١٤) سنة. (٣٩ : ٤٧١ ، ٤٧٢)

ويشير مصطفى كاظم وآخرون (١٩٨٢م) أن نمو المرونة في المفاصل يتوقف تقريباً عند عمر (١٤-١٥) سنة وذلك بعد فترة النمو السريعة في الطول من (١٢-١٤) سنة. (٦٨ : ٢٢٦)

ويري عصام محمد أمين حلمي (١٩٨٠م) أن الرشاقة تعتمد على تطور التحليل الكينماتيكي في المخ ويصل الفرد إليها في عمر (١٢) سنة ، كما أن هناك تقدم في هذه الصفة في عمر (١٤) سنة عندما يتم التوافق بين الحركات والزمن والفراغ ، وعندما يتم

التحكم فى الزمن والفراغ تتحسن هذه الصفة تحسناً قليلاً ، أما بعد ذلك يكون التقدم بطيئاً جداً وبوضوح للطفل الذي يفتقد الرشاقة فيما بين عمر من (١٢ إلى ١٤) سنة حيث يجد صعوبة كبيرة فى تغيير هذه الصفة أو فى تطويرها ، ويعتبر غير مؤهل للإشتراك فى الأنشطة التي تعتمد على هذا العنصر . (٣١ : ١٦٢)

و يذكر عويس الجبالي (٢٠٠٠م) أن دراسة الفترات الحساسة للنمو تساعد فى تحديد ديناميكية نمو الصفات البدنية ومعدلات نموها كذلك مراحل العمر الذي يزداد فيها هذا المعدل أو يقل فضلاً عن الاختلافات بين العمر البيولوجي والعمر الزمني وسرعة نمو الخصائص الوظيفية والحد الأقصى لها والفروق الفردية بين الذكور والإناث حيث أن هذه العوامل يتأسس عليها النجاح فى تحقيق نتائج متقدمة فى الأنشطة الرياضية ، وتحديد العمر المناسب لبداية التدريب والفترة الزمنية اللازمة للوصول للمستويات الرياضية العالية . (٣٩ : ٤٧٢)

٣/١/٧/١/٢ العمر الزمني والعمر البيولوجي

يذكر كمال الدين درويش (١٩٨٥م) أن تحديد العمر المناسب لبدء ممارسة نشاط رياضي معين من الأسس الهامة فى عمليات الإنتقاء ، حيث أن البداية المبكرة أو المتأخرة إلى حد كبير تحد من تأثير عمليات التدريب وبالتالي من تحقيق الناشئ لنتائج عالية فى النشاط الرياضي الذي يمارسه . (٤٣ : ٢٠)

ويذكر عصام محمد حلمي (١٩٨٠م) أن هناك وجهات نظر متعارضة فيما يتعلق بالسن المناسب لبدء ممارسة الأنشطة المعينة ، فكل نشاط أو مسابقة تتطلب سن خاص ومناسب ويمكن التوصل إلى السن المناسب عندما تكون مقاييس الجسم وتطور القدرات البدنية بلغ المرحلة التي تناسب متطلبات النشاط وجدير بالذكر أن معرفة الأسس التي يستند عليها هذا النشاط تساعد فى إنجاز هذا العمل فعندما تقترب النواحي الوظيفية والمورفولوجية من تطورها الكامل يتضح ويظهر السن المناسب للإكتشاف المأمول .

ويشير عويس الجبالي (٢٠٠٠م) إلى أن تحديد العمر المناسب لبدء الممارسة والتدريب في نشاط رياضي معين يواجه مشكلة عدم التطابق بين العمر الزمني والعمر البيولوجي حيث يزيد أو ينقص مستوي نمو الصفات البيولوجية لفرد معين عن مستوي نموها عند أقرانه من نفس العمر ، ويلاحظ أن طول ووزن الجسم يزيد أو يقل عند الأقران في نفس العمر ، لذا من الضروري تحديد العمر الزمني والعمر البيولوجي معاً نظراً للفروق الفردية في معدلات النمو بين أفراد العمر الزمني الواحد ، فكثيراً ما تفوق ناشئون كانوا يتميزون في البداية بتأخر في النمو ثم ظهرت مواهبهم في مرحلة عمرية متأخرة بعد ذلك ، بمعنى أن الفترة الحساسة لظهور هذه المواهب جاءت عندهم متأخرة ، وهذا يؤكد عدم الاعتماد المطلق في عملية الإنتقاء على نتائج الإختبارات الأولية وإنما يتبعها دراسة مدي التقدم في فترة زمنية تالية قد تمتد إلي عام ونصف لتحقيق الصدق في عملية الإنتقاء حيث يمكن التنبؤ بدقة إمكانيات الناشئ من خلال المقاييس الكلية لسرعة نمو الصفات البدنية خلال السنة ونصف الأولى من التدريب.(٣٩:٤٧٥-٤٧٧)

٤/١/٧/١/٢ المقاييس الجسمية

يري عويس الجبالي (٢٠٠٠م) أن المقاييس الجسمية تعتبر من الخصائص الفردية التي ترتبط بدرجة عالية بتحقيق المستويات الرياضية العالية ، حيث أن لكل نشاط رياضي متطلبات بدنية خاصة تميزه عن غيره من الأنشطة الأخرى ، وتتعكس هذه المتطلبات على الصفات الواجب توافرها فيمن يمارس هذا النشاط.

وتستخدم المقاييس الجسمية (الأنثروبومترية) في مجال الإنتقاء نظراً لإختلاف المقاييس الجسمية من فرد لآخر وإختلاف مقاييس أجزاء الجسم التي تتطلبها ممارسة كل نشاط رياضي.(٣٩ : ٤٧٧)

ويؤكد مورهاوس وميلر **Morehouse & Miller** (١٩٧١م) أنه في حالة تساوي العوامل العديدة المرتبطة بالأداء والتدريب فإن الفرد الرياضي اللائق تشريحياً يتفوق على منافسه. (٨٨: ٢٧٣، ٢٧٤)

ويشير عويس الجبالي (٢٠٠٠م) أن الدراسات العلمية في مجال الأنثربولوجي أظهرت أن المقاييس الأنثروبومترية تختلف باختلاف البيئات الجغرافية وقد أدى هذا إلي تفوق أجناس معينة في رياضات بعينها كتفوق الزوج في سباقات العدو المختلفة ، وهذا يدعو إلي إهتمام الدول بأنواع الرياضة التي تناسب المقاييس الجسمانية لسكانها ، وتنقسم المقاييس الجسمية إلي أجزاء رئيسية هو الطول والوزن ونسبة الدهن والسعة الحيوية وطول الأطراف ونسب أجزاء الجسم. (٣٩ : ٤٧٨)

٥/١/٧/١/٢ القدرات الحركية الأساسية

يشير ياسر يوسف عبد الرؤوف (١٩٩٩م) إلى أن مصطلح القدرة الحركية Motor Ability من أقدم الإصطلاحات الرياضة المتداولة، فقد كان ينظر إلي القدرة الحركية العامة General motor Ability على أنها تمثل العامل العام في مجال القدرات البدنية ، حيث تأكد هذا في الدراسة التي نشرها جونز Jones وماك كلوي Mc Cloy . (٧٤ : ٨)

وتشير ماجده على رجب (١٩٨٦م) نقلاً عن كل من بوفارد Bovard و كوزنز Cozens وهاجمان Hagman ، وإيكريت Lekert أن القدرة الحركية هي المستوى الذي وصل إليه الفرد في تعلم المهارات ومقدرته في إنجاز نماذج حركية خاصة شريطة أن تكون المهارات والنماذج الحركية شائعة الاستخدام في الأنشطة الرياضية المتداولة. (٤٧ : ١٨)

ويذكر ماتيوس Matheus (١٩٦٣م) أن القدرات الحركية هي إستطاعة الفرد الإشتراك في عدد متنوع من المسابقات. (٨٧ : ١٢٣)

ويعرفها بوك والتر Book Walter (١٩٧٣م) بأنها مقدرة الفرد على أداء الأنشطة البدنية المختلفة. (٣٨٢:٨٠)

ويوضح سنجر Singer (١٩٧٢م) أن القدرة الحركية هي الإمكانيات الكامنة لدى الفرد أو مقدرته على النجاح في إنجاز واجب حركي وفي التنبؤ ببراعته. (٢٣٩:٨٩)

ويعرفها كلارك Clarke (١٩٦٧م) على أنها مستوي الفرد في مجال واسع من الأنشطة الرياضية. (٢٠٢:٨١)

ويشير محمد صبحي حسانين (١٩٨٥م) نقلاً عن كلاً من جونس Johnson ، فبدي Vpdyky ، ستولبيرج Stalberg وشافير Schafer ، ميللر Miller ، بوك والتر Book Walter ، شيلفر Schifer أن مكونات القدرة الحركية هي نفسها مكونات اللياقة البدنية التي تعتبر بدورها أحد مكونات اللياقة الشاملة وهذه المكونات هي : القوة ، الرشاقة ، السرعة ، القدرة ، التوازن ، زمن رد الفعل بالمرونة. (١٨٤ ، ١٨٣ : ٦٠)

ويرى عادل عبد الحليم حيدر (١٩٩١م) أنه نظراً لأن كل نشاط رياضي متطلباته المختلفة فقد أصبح من الأهمية تحديد المكونات البدنية الأساسية للنجاح في كل نوع من الأنشطة الرياضية ، وعلى أساس هذه المكونات يتم إنتقاء الناشئين لنشاط معين ، حيث يراعي التركيز على المكونات البدنية الأساسية التي تتطلبها ممارسة نشاط رياضي معين بصفة خاصة في المراحل الأولى من عملية الإنتقاء. (٣٩ : ٢٨)

ويشير بيرجر Berger (١٩٨٢م) أن المصارع يحتاج إلي عناصر لياقة بدنية خاصة برياضة المصارعة لتحقيق الأداء الأمثل حيث يظل في حركة مستمرة أثناء

المنافسة وأحياناً تكون هذه الحركة بطيئة أو سريعة ويشترك في الصراع كل من عنصر المرونة ، التحمل العضلي ، القوة العضلية . (٧٨ : ٢٦٠)

ويذكر لارسون **Larson** (١٩٧٤م) أن المصارعة تحتاج إلى عناصر المرونة والتحمل العضلي ، القوة العضلية بدرجة كبيرة حيث أعطي كل من هذه العناصر ٣ درجات وهي أعلى درجة في مقياس تقديره . (٨٦ : ٣٥٨)

ويشير كمبس وفرنك **Cambs & Frank** (١٩٨٠م) أنه لا يوجد رياضي وخاصة المصارع يمكن أن ينمي جزءاً من جسمه دون جزء آخر أو عنصر من عناصر اللياقة البدنية دون عنصر آخر ، فالقوة العضلية والتحمل العضلي والسرعة والمرونة كلها عناصر أساسية يتميز بها المصارعون الأكفاء . (٨٣ : ١١٢) وسيقوم الباحث بتناول كلاً منها على حده .

١/٥/١/٧/١/٢ القوة العضلية

يشير كلاً من كمال الدين درويش ، محمد صبحي حسنين (١٩٨٤م) أن القوة العضلية من أهم الصفات البدنية اللازمة لممارسة الأنشطة الرياضية والتفوق فيها كما يتأسس عليها وصول الفرد لأعلى مراتب البطولة . (٤٤ : ٣٥)

ويشير ويلز **Wells** (١٩٧١م) أن القوة العضلية لا يمكن مشاهدتها ولكن يمكن وصفها والشعور بها ويمكن أيضاً قياس تأثيرها حيث أنها عبارة عن دفع أو جذب يبذل ضد مقاومة . (٩٢ : ٦٨)

ويعرفها فانير **Vannier** (١٩٧٣م) أنها كمية القوة التي تبذل بواسطة عضلة واحدة أو مجموعة من العضلات في أقصى محاولة واحدة . (٩١ : ٢٠٦)

بينما يعرفها سنجر **Singer** (١٩٨٠م) على أنها مقدرة العضلة أو مجموعات عضلية على بذل أقصى قوة ضد مقاومة في فترة محددة من الوقت. (٩٠ : ٢٢٤)

ويعرف السيد محمد عيسي (١٩٨٧م) القوة الخاصة بالمصارع بأنها قدرة المصارع على بذل القوة المطلوبة للتغلب على المقاومات المختلفة المتمثلة في مقاومة المنافس وثقل جسمه والإحتكاك بالبساط بالإضافة إلى الجاذبية الأرضية. (١٣ : ٧)

ويري السعيد ندا ، محمد الكيلاني (١٩٦٩م) أن خبراء المصارعة قد وافقوا على أن مجموع القوي البدنية هو العامل الأكبر في إنجاح المصارع ، كما أن المصارعين الأذكياء يعملون على بناء قوتهم إلى درجة تفوق المتطلبات العادية للمباراة حتي يمكن أن يؤدوا الدفع والرفع والمسك بسهولة خلال الصراع. (١٢ : ٥٨)

كما يذكر كمبس وفرائك **Combs & Frank** (١٩٨٠م) أن القوة العضلية تحسم التصارع لمن يمتلكها في حالة تساوي باقي القدرات البدنية الأخرى مع المنافس . (٨٣ : ٧٥)

٢/٥/١/٧/١/٢ القوة المميزة بالسرعة

يذكر محمد حسن علاوي ، محمد نصر الدين رضوان (١٩٨٢م) أن الربط بين القوة العضلية والسرعة في العضلات تعتبر من متطلبات الأداء الرياضي في المستويات العاليه (قطاع البطولة) وأن هذا العامل من أهم ما يميز الرياضيين المتفوقين إذ أنهم يمتلكون قدراً كبيراً من القوة والسرعة ويمتلكون القدرة على الربط بينهما في شكل متكامل لأحداث الحركة القوية السريعة من أجل تحقيق الأداء الفائق. (٥٥ : ٧٨)

ويعرفها محمد صبحي حسانين (١٩٨٧م) نقلاً عن لارسون **Larson** ويوكوم **Yokom** أنها القدرة على إخراج أقصى قوة في أقل زمن ممكن. (٦١ : ٣٧٦)

ويري عصام عبد الخالق (١٩٩٢م) أنها كفاءة الفرد في التغلب على مقاومات مختلفة في أقل زمن ممكن. (٣٠ : ٩٦)

ويشير والتر غالين (١٩٨٦م) أن القوة المميزة بالسرعة تظهر في المصارعة من خلال تنفيذ المهارات الفنية والخطية مقابل الجهود التي يبذلها المنافس للمقاومة. (٧٣ : ٣٤)

ويذكر كلاً من السعيد على ندا ، محمد الكيلاني (١٩٦٩م) أنه نادراً ما تكون القوة البطيئة ذات أهمية للمصارع ، فالقوة ذات السرعة الانفجارية لها أهمية كبيرة في تشتيت إنتباه المنافس فالمصارع الجيد هو الذي يفجر قوته عند مسك المنافس وفي اللحظة المناسبة ، والمصارع الذي ينفذ مسكاته ومناورات بهذه الكيفية يمتلك ميزة جيدة ، فهو يمتلك القدرة على الدفاع والهجوم اللذين يتطلبان الإنتظار أو التروي برهه واحده . (١٢ : ٦١)

٣/٥/١/٧/١/٢ التحمل العضلي

يشير كلاً من محمد حسن علاوي ، محمد نصر الدين رضوان (١٩٨٢م) أن التحمل العضلي يعتبر أحد المكونات الأساسية للأداء البدني للعديد من الأنشطة الرياضية التي تتطلب الكفاءة في الأداء لفترات طويلة نسبياً مثل رياضة السباحة والتجديف وكرة الماء والملاكمة والمصارعة والمبارزة وكرة السلة وكرة القدم وبعض مسابقات المضمار في ألعاب القوى. (٥٥ : ١٢٧)

ويري مسعد على محمود (١٩٨٢م) نقلاً عن مونطوي Montoye أن مصطلح التحمل يعرف بسهولة كبيرة دون فهمه جيداً ويعرف القاموس الإنجليزي التحمل بأنه " القدرة على مقاومة الألم Pain ، الضيق Distress أو التعب Fatigue ويعتبر هذا التعريف مقنعاً للمدربين وبصفة خاصة عندما يحل الألم ، الضيق أو التعب أثناء ممارسة الأنشطة البدنية التي تتطلب وقتاً طويلاً. (٦٧ : ٧٨)

ويعرفه عادل عبد البصير (١٩٩٢م) أنه المقدرة على مقاومة التعب أثناء بذل المجهود العضلي المستمر الذي يتميز بارتفاع درجة القوة العضلية في بعض أجزائه ومكوناته. (٢٧ : ٢٥٩)

ويشير مسعد على محمود (١٩٨٢م) أن المصارع يحتاج إلى مستويات مرتفعة من التحمل بأنواعه المختلفة بالإضافة إلى العناصر البدنية الأخرى ، وأن المصارع يكتسب عنصر التحمل العضلي الخاص برياضة المصارعة من خلال التدريب على المهارات الأساسية لرياضة المصارعة والمنافسات حيث يرى أن أفضل إعداد للمصارع هي المصارعة نفسها. (٦٧ : ٢٥٣)

٢/١/٧/٥/٤ المرونة

يشير كلاً من أحمد محمد خاطر ، على فهمي البيك (١٩٧٨م) أن المرونة تعتبر واحدة من القدرات البدنية الهامة حيث أن نمو هذه القدرة تتيح للرياضي الإمكانية على أداء الحركات الرياضية بسهولة وبطريقة إقتصادية وفعالة. (٧ : ٣٥)

ويذكر بارو وماك جى Barrow & Mcgee (١٩٧٣م) أن المرونة هي أحد العوامل الحركية الأساسية الضرورية من أجل كفاءة الحركة بجانب كونها عاملاً من عوامل اللياقة الحركية. (٧٦ : ١٢٠ ، ١٢١)

ويؤكد فيت Fait (١٩٧٣م) أنه بدون درجة كافية من المرونة فإن المدي الحركي يصبح محدوداً وهذا بالتالي يصبح إعاقة وخاصة عندما تتطلب الأنشطة مدي واسع للحركة. (٨٤ : ١٦١)

ويري عصام محمد حلمي (١٩٨٠م) أن مصطلح المرونة في المجال الرياضي يستخدم للدلالة على قدرة المفاصل للوصول للمدي الطبيعي الذي يسمح به التركيب

التشريحى للمفصل عند تحركه أما مصطلح مطاطية فيستخدم للدلالة على قدرة العضلة على المطاطية أو الإستطالة للمدى الذى تسمح به الخاصية الفسيولوجية للألياف العضلية ومن المعروف أن الكثير من مفاصل الجسم لا تسمح للفرد إلا بقدر معين من المرونة وبما يتناسب مع تكوينها التشريحي وذلك عن طريق الأربطة والعضلات التي تصل بين هذه المفاصل وعلى ذلك تتوقف مرونة المفاصل على قدرة الأوتار والأربطة والعضلات على المطاطية. (٣٣ : ١٠٨)

ويعرفها عصام عبد الخالق (١٩٩٢م) بأنها كفاءة الفرد على أداء حركة لأوسع مدى. (٣٠ : ١٢٥)

كما يعرفها أحمد محمد خاطر ،على فهمى البيك (١٩٩٦م) بأنها القدرة على أداء الحركات بمدى واسع فى إتجاهات معينة للناحية الفنية الخاصة بنشاط معين. (٨ : ٣٥)

ويؤكد جيرمان وهانلى **Jermain & Hanley** (١٩٨٣م) على أن المرونة منى القدرات البدنية التي يحتاج إليها المصارع بشدة لتنفيذ الحركات الفنية كما أنها تعزز القدرات التنافسية للمصارع. (٨٥ : ١٤)

وهو ما يؤكده السيد محمد عيسى (١٩٨٧م) أن المرونة تحتل دوراً هاماً فى نجاح المصارع وإكتسابه للتكنيك (الأداء الفني) الجيد. (١٣ : ٢٥)

٥/٥/١/٧/١/٢ الرشاقة

يشير محمد حسن علاوي ، محمد نصر الدين رضوان (١٩٨٢م) أنه يمكن إعتبار الرشاقة قدرة حركية لأنها تتضمن فى رأي الكثير من الباحثين مكونات القوة العضلية وسرعة رد الفعل والسرعة الحركية والقدرة العضلية والدقة والتحكم. (٥٥ : ٢٧٧)

ويشير محمد حسن علاوي (١٩٧٩م) أن الفرد الرياضي يحتاج لقدر من الرشاقة لمحاولة النجاح في إدماج عدة مهارات حركية في إطار واحد أو في أداء حركة ما تحت ظروف متغيرة ومتباينة وذلك بقدر كبير من الدقة ، وكذلك لمحاولة التغير من مهارة حركية لأخرى بصورة ناجحة أو لمحاولة سرعة تغيير الفرد لإتجاهه كما هو الحال في المصارعة والملاكمة والألعاب الرياضية . (٥٢ : ٢٠١)

ويعرفها عادل عبد البصير (١٩٩٢م) بأنها قدرة الفرد على تغيير أوضاع وإتجاهات ومستويات الجسم سواء كان ذلك على الأرض أو في الهواء . (٢٧ : ١١١)

كما يعرفها عصام عبد الخالق (١٩٩٢م) بأنها القدرة على سرعة التحكم في أداء حركة جديدة والتعديل السريع الصحيح للعمل الحركي . (٣٠ : ١٣٠)

ويري كمال عبد الحميد ، محمد صبحي حسانين (١٩٨٥م) أن الرشاقة تتضمن (المقدرة على رد الفعل الحركي ، المقدرة على التوجيه الحركي ، المقدرة على التوازن الحركي ، المقدرة على التنسيق أو التناسق الحركي ، المقدرة على الإستعداد الحركي ، المقدرة على الربط الحركي ، خفة الحركة) . (٤٥ : ٨١)

٢/٧/١/٢ المحددات السيكولوجية لعملية الإنتقاء

يشير محمد حسن علاوي (١٩٩٨م) إلي انه في غضون الثلاثين عاماً الأخيرة أصبح واضحاً أن وصول الفرد لأعلي المستويات الرياضية لا يكون في معظم الأحيان متاحاً بدرجة كبيرة من الثقة إلا إذا توافرت لدي الفرد في طفولته وفي مطلع شبابه استعدادات وقدرات وسمات نفسية معينة تشكل في مجموعها محكات للتنبؤ بإمكانية تفوقه في نشاط رياضي معين إذا أتيحت له فرص التدريب الرياضي طويل المدى طبقاً للأسس العلمية الحديثة ، وأنه من خلال تقييم وتحليل البطولات الرياضية العالمية والألعاب الأولمبية قد أظهر بوضوح تفوق الأفراد الرياضيين الذين يتميزون بصفة خاصة بالإستعداد لنوع معين من الأنشطة الرياضية واتسامهم بسمات نفسية معينة وبقدرات بدنية

عاليه وإتقانهم الفائق للأداء الفني والخططي بالإضافة إلي اكتسابهم عبر سنوات طويلة
لخبرت المنافسة الرياضية . (٥٣ : ١١٢ ، ١١٣)

ويرى عويس الجبالي (٢٠٠٠م) نقلاً عن محمد حسن علاوي (١٩٦٧م) أن
ممارسة النشاط الرياضي يحتاج إلي المتطلبات النفسية إلي جاب المتطلبات البدنية ، حتي
يتمكن من الإستجابة الصحيحة للمواقف المتغيرة أثناء ممارسته للنشاط الرياضي ، وهذا
يعني أن الفرد الرياضي يكون في مقدوره بجانب ثقل كاهله بالعبء البدني القيام بالتفكير
وتكييف نفسه لملاءمة المواقف المتغيرة أثناء ممارسته للنشاط الرياضي ، ويتحدد تبعاً
لذلك مستواه وفاعليته في المنافسات الرياضية ، كذلك يحمل النشاط الرياضي في طياته
طابع المنافسة خاصة في المستويات العاليه ولا يوجد في أي نوع من أنواع النشاط
الإنساني أي أثر واضح للفوز والهزيمة أو النجاح والفشل وما يرتبط بكل منهما من
نواحي سلوكيه معينه بصورة واضحة ومباشرة مثلما يظهره النشاط الرياضي ، سواء كان
فردياً أو جماعياً ونادراً ما يكون في حياة الفرد أو الجماعة ما يحظى بالكثير من التثناء
والتشجيع والحماس والمشاركة الوجدانية مثل (النجاح والفوز في الأنشطة الرياضية).
ويرى أنه من الضروري أن تقوم عمليات الإنتقاء على أسس نفسية بجانب الأسس البدنية
وأن تحقيق المستويات العاليه يتطلب أن يؤخذ في الإعتبار (الميل والدوافع والسمات
النفسية التي يتطلبها نشاط رياضي معين). (٣٩ : ٤٨٩ ، ٤٩٠)

ويشير سليمان على حسن وآخرون (١٩٨٣م) أن إجراء الإختبارات لقياس
القدرات البدنية والمهارية في حد ذاتها تعتبر غير كافية لتحديد الخامات الصالحة من
المبتدئين ، بل يجب على كل مدرب التعرف على سماتهم النفسية مثل الجرأة والمثابرة
فكم من لاعب نجده لائقاً وممتازاً مهارياً ثم تنتابه حالة من الرهبة والخوف من المنافسة
فلا يستطيع تحقيق المستويات المطلوبة . (٢٣ : ٢٥٦)

ويري أبو العلا عبد الفتاح ، أحمد عمر الروبي (١٩٨٦م) أن عملية الإنتقاء يجب
أن تعالج بطريقة شمولية لكافة جوانب الناشئ الرياضي متضمنة المهارية ، العقلية ،
النفسية ، البدنية ، الوظيفية ، والإجتماعية وكذلك الثقافية ، لذلك يجب تحقيق اتزان في

شخصية الناشئ الرياضي بحيث يؤخذ فى الاعتبار السمات والاتجاهات النفسية للناشئ والمتطلبات النفسية الضرورية لممارسة نشاط رياضي معين . (٣ : ٦١)

٨/١/٢ خصائص المرحلة السنية من (٩-١٢) سنة

يطلق على هذه المرحلة أكثر من إسم منها الطفولة المتأخرة وقبيل المراهقة وهي المرحلة الأخيرة من الحلقة الأولى من التعليم الأساسي .

وتشير عفاف عبد الكريم (١٩٩٣م) أن هذه المرحلة تعتبر من أحسن المراحل للتعلم ويرجع ذلك إلى مجموع الخصائص البيولوجية والنفسية والحركية التي يتميز بها الطفل فى هذه المرحلة. (٣٥ : ٥٠)

١/٨/١/٢ النمو الجسمي

يشير محمد حسن علاوي (١٩٩٨م) أن النمو يتميز فى هذه المرحلة بالهدوء النسبي للطول والوزن لكي يناسب المرحلة الإنتقالية التي تسبق طفرة النمو فى سن البلوغ والتي تبدأ بالنسبة للبنات فى حوالي سن العاشرة وبالنسبة للبنين فى حوالي السنة الثانية عشرة. (٥٣ : ٩٨)

ويشير أسامة كامل راتب ، إبراهيم عبد ربه خليفة (١٩٩٩م) أن طول الجسم يزداد بنسبة (٥%) فى السنة ويزداد الوزن بنسبة (١٠%) فى السنة تقريباً وفى نهاية المرحلة يلاحظ طفرة فى نمو الطول ، كما تبدأ الفروق الجسمية بين الجنسين فى الظهور حيث يكون البنون أطول قليلاً من البنات بينما يتساوي الجنسان فى الوزن فى نهاية العلم التاسع. (١٠ : ٨٦)

ويذكر محمد حسن علاوي (١٩٩٨م) أن فى هذه المرحلة يبدأ نمو العضلات الصغيرة بدرجة كبيرة كما يقترب نمو القلب والرئتين من حجمهما الطبيعي ، كما تبدو الفروق الفردية فى الأفراد فى الطول والوزن بدرجة واضحة ، وفى نهاية هذه المرحلة

تبدأ ظهور بعض التغيرات الداخلية فى تكوين الجسم والغدد ، كما تتفاوت فترات بدء النضج الجنسي بصورة واضحة . (٥٣ : ٩٨)

٢/٨/١/٢ النمو الحركي

يذكر أسامة كامل راتب ، إبراهيم عبد ربه خليفه (١٩٩٩م) أن هذه المرحلة تعتبر إمتداد لنمو المرحلة السابقة الخاصة وبعد أن كان تعلم واكتساب الحركات الأساسية يمثل هدفا فى حد ذاته فى المرحلة السابقة - مرحلة الطفولة المبكرة - فإن الحركات الأساسية تصبح فى هذه المرحلة ليست هدفا فى حد ذاتها فحسب ولكن تعتبر وسيلة قد تستخدم فى بعض الأنشطة الرياضية أو الألعاب المتنوعة . (١٠ : ٨٧)

ويشير أحمد محمد أحمد حسين (١٩٩٩م) أن هذه المرحلة تعتبر مرحلة النشاط والحركة والواضحة ، ويشاهد فيها زيادة واضحة فى القوة والطاقة فالطفل لا يستطيع أن يظل ساكنا بلا حركة مستمرة ، وتكون الحركة أسرع وأكثر قوة ، ويستطيع الطفل التحكم فيها بدرجة أفضل ، و تتميز حركات الطفل فى هذه المرحلة بحسن التوقيت والإنسيابية وحسن إنتقال الحركة من الجذع إلي الذراعين وإلي القدمين ويظهر ذلك فى مقدرته على التسلق وإسرافه فى الأنشطة الحركية ، كما يستطيع التوقع الصادق لحركاته الذاتية وكذلك توقع حركات الآخرين ولذلك تسمى هذه المرحلة بمرحلة الحركة والنشاط بالإضافة إلي سرعة إستيعاب وتعلم الحركات الجديدة والقدرة على المواءمة الحركية لمختلف الظروف "التعلم من أول وهلة" (٦ : ٤٤)

٣/٨/١/٢ النمو العقلي

يشير حامد عبد السلام زاهر (١٩٩٠م) أن الطفل يكون فى هذه المرحلة أقدر وأدق على ضبط الأعمال التي تحتاج إلي التوافق الحركي وإدراكه للعلاقات بين الأشياء المركبة منها وأكثر وعيا بالمشاكل التي تتميز بقدر معين من التعقيد ويزداد نضج العمليات العقلية كالذكر والتفكير وينتقل من طور التفكير والخيال إلي الواقعية كما يبدأ

التحرر من اللعب الإيهامي إلى الألعاب الواقعية وتزداد قدرته على التركيز و الانتباه من حيث المدي والمدة وفي هذه المرحلة يكاد يكتمل نمو الحواس عند الطفل. (١٨ : ٢٣٣)

ويشير محمد حسن علاوي (١٩٩٨م) إلى أن أهم مظاهر النمو العقلي في هذه المرحلة تتلخص في تطور إدراك الطفل للعلاقات بين أجزاء الأشياء المركبة نظراً لإتساع مدي إدراكه وبذلك يستطيع تركيب الأشياء المعقدة كما أن الطفل يصبح أكثر وعياً وإدراكاً بالمشاكل التي تتميز بقدر معين من التعقيد. (٥٣ : ١٠٤)

ويشير أسامة كامل راتب ، إبراهيم عبد ربه خليفة (١٩٩٩م) إلى أن الطفل خلال هذه المرحلة يفكر بواسطة الصور البصرية ، فهو حينما يريد أن يتذكر شيئاً قاله المربي الرياضي فإنه يتصور المربي أمامه ثم يتذكره ناظراً إليه وهو يقول تعليماته ، وكلما اقترب الطفل من نهاية هذه المرحلة ضعف هذا التصور البصري أو الصورة البصرية وتحل محلها ألفاظ وكلمات ، كما تزداد الحصيلة اللغوية نتيجة ما يسمعه الطفل من مفردات ومصطلحات من المعلمين بالمدرسة وما يقره في كتبه الدراسية أو في قراءاته الحرة. (١٠ : ١٠١ ، ١٠٢)

٢/٨/٤ النمو الإجتماعي

يشير أسامة كامل راتب ، إبراهيم عبد ربه خليفة (١٩٩٩م) أن بيئة الطفل الإجتماعية تتسع في هذه المرحلة ، حيث أصبح تلميذاً في المدرسة التي تضم مجموعة من الأصدقاء أو الزملاء في نفس العمر ، وكذلك مجموعة من الراشدين الكبار (المعلمين) وعلى الطفل أن يتعامل مع هؤلاء جميعاً وأن يكتسب معاييرهم وإتجاهاتهم وقيمهم. وأن السنوات الأولى لهذه المرحلة تتميز بتمركز التلميذ نحو ذاته وعدم التفاعل الجيد في اللعب مع المجموعات الكبيرة بينما يستطيع التفاعل الجيد في اللعب مع المجموعات الصغيرة ، إلا أنه سرعان ما يحدث التقدم الإجتماعي عند ممارسته اللعب ، حيث يلاحظ مع تقدم عمر التلميذ أنه يؤدي اللعب الجماعي . بدلاً من الفردي (الإنعزالي) بمعنى أنه يستطيع أن يشارك في الألعاب الجماعية كعضو في فريق يفهم روح الفريق ويلتزم بها ، كما تتسع

دائرة إتصال التلميذ بالعالم الخارجي مع التلاميذ ومع المربين (المعلمين) يصرفه عن التركيز على مطالبه الشخصية فلا تكون هناك مبررات قوية للإنفعال والتوتر الزائدين ، كما تزداد قدرة التلميذ على ضبط النفس وضبط مشاعرهم وكبتها ، وتقل مخاوف الأطفال بينما تظهر لديهم مخاوف من نوع جديد هي المخاوف المرتبطة بالفشل فيما يقومون به من واجبات وأعمال معينة ويشير إلي أن هذه المرحلة تعتبر مجالاً طيباً لغرس القيم والمبادئ الأخلاقية وفيها يحس الطفل بالخطأ ويؤنب نفسه.(١٠ : ١٠٣ ، ١٠٤)

٥/٨/١/٢ النمو الإنفعالي

يشير أسامة كامل راتب (١٩٩٩م) أن هذه المرحلة تتميز بالإستقرار والثبات الإنفعالي وبالإعتدال في الحالة المزاجية ، ويطلق عليها (مرحلة الطفولة الهادئة إنفعالياً) تلك المرحلة التي توسط مرحلتى الطفولة المبكرة (ما قبل المدرسة) ومرحلة المراهقة ، وكلاهما يتسم بدرجة من الحدة الإنفعالية ، ويرجع سبب الهدوء الإنفعالي لدي الطفل في هذه المرحلة إلي أن دائرة إتصاله بالعالم الخارجي إتسعت وتشعبت ، فهو يتصل إتصالاً مباشراً بأقرانه من التلاميذ أو الراشدين (الكبار) وهذا التنوع والإتساع في دائرة الطفل الإجتماعية يصرفه عن التركيز على مطالبه الشخصية ، فلا تكون هناك مبررات قوية للإنفعال والتوتر الزائدين .(٩ : ١٠٣)

جدول (١)

٢/٢ الدراسات السابقة المشابهة والمرتبطة ١/٢ الدراسات المشابهة

٢	إسم الباحث	عنوان الدراسة	تاريخ، ودرجة الدراسة	أهداف الدراسة	المنهج	العينة	أدوات الدراسة	أهم النتائج
١	على السعيد روحان (٣٦)	وضع مستويات معيارية لبعض عناصر اللياقة البدنية للمصالح عين الكبار	ماجستير ١٩٨٧ م	* وضع مستويات معيارية لبعض عناصر اللياقة البدنية الخاصة بالمصالح عين . * المقارنة بين الفئات الوزنية المختلفة	الوصفي	١١٠ مصارع	الإختبارات : * إختبار قوة القبضة ليمنى ويسرى . * إختبار قوة الرجلين * إختبار قوة الظهر * إختبار الإنبطاح المائل من الوقوف . * إختبار الإنبطاح المسائل ثنى الذراعين * إختبار الجلوس من الرقود ثنى الرجلين * إختبار المسافة الأقفية للكوبرى . - المراجع العلمية . - إستطلاع رأي الخبراء	* تفوق مجموعة الأوزان الخفيفة على مجموعة الأوزان الثقيلة والمتوسطة في متغير المسافة الأقفية للكوبرى . * تفوق مجموعة الأوزان المتوسطة والخفيفة على مجموعة الأوزان الثقيلة في متغير التحمل العضلي لعضلات الجسم الكبيرة . * تفوق مجموعة الأوزان المتوسطة والثقيلة على مجموعة الأوزان الخفيفة في متغيرات الطول والوزن ، قوة القبضة ، قوة عضلات الرجلين والظهر . * عدم وجود فروق دالة بين مجموعة الأوزان المتوسطة والأوزان الثقيلة في متغيرات الطول ، المسافة الأقفية للكوبرى ، قوة القبضة اليسرى ، قوة عضلات الرجلين والظهر .

تابع جدول (١)

م	إسم الباحث	عنوان الدراسة	تاريخ، درجة، للدراسة	أهداف الدراسة	المنهج	العينة	أدوات الدراسة	أهم النتائج
٢	أحمد عبد العزيز محمد (٤)	تقديم بعض المتغيرات المختارة لأتقاء المبتدئين في رياضة المصارعة	ماجستير ١٩٨٩م	* التعرف على المتغيرات البدنية والنفسية التي تعبر عن الاستعداد اللازم لممارسة المصارعة . * وضع مجموعة اختبارات لقياس هذين المتغيرين .	التجريبي	٢١٧ مبتديء	* مقياس الميول الرياضية للأطفال (٩-١٢) سنة . * الكخف الطبي الشامل * بعض الاختبارات البدنية التي تقوس معظم مكونات اللياقة البدنية الخاصة بالمصارعين .	* توصل إلى بطارية اختبارات بدنية مكونة من الاختبارات الآتية : - اختبار العدو ٣٠ من البدء العالي . - اختبار الوثب الطويل من الثبات . - اختبار الإبطاح الأقي شي التراعين . - اختبار التعلق في عقل الحائط مسح رفح القمين بزاوية ٩٠ ° - اختبار التصارع للحصول على الكرة . - اختبار المسافة الأقيية للكوربي .
٣	إيهاب فوزي البديوي (١٦)	وضع مجموعة اختبارات بدنية وقسيولوجية ونفسية كأساس لاتقاء ناشئي المصارعة	دكتوراه ١٩٩٥م	* التعرف على مجموعة المتغيرات التي تمثل العوامل المستقلة من الجوانب البدنية والقسيولوجية والنفسية	الوصفي	٩٩ لاعب	* المراجع العلمية . * البحوث والدراسات السابقة التي تتناول المسابقة التي تتناول الجوانب البدنية والقسيولوجية النفسية في مجال المصارعة .	* تم استخلاص بطارية اختبار لإتقاء المصارعين في ضوء العوامل المستقلة من العينة المختلة لهذه الدراسة تمثل وحدتها تشعبات على هذه العوامل وهي * الكفاءة البدنية * قوة القضة * المسافة الأقيية للكوربي * الجلوس من الرقود * سمة الإجتماعية * سمة السيطرة

تابع جدول (١)

م	إسم الباحث	عنوان الدراسة	تاريخ، درجة الدراسة	أهداف الدراسة	المنهج	العينة	أدوات الدراسة	أهم النتائج
٤	جلف محمد الدسوقي (٢٠)	وضع بطارية إختبار لبعض الصفات البدنية الخاصة والقياسات الأثروبوومترية لناتشي الجودو	ماجستير ١٩٩٦م	*وضع بطارية لقياس بعض الصفات البدنية الخاصة والقياسات الأثروبوومترية لناتشي، رياضة الجودو للمرحلة السنية من (١٠ - ١٢) سنة	الوصفي	٧٢ ناتشي	*إستطلاع رأي الخبراء . *مسح المراجع . *الإختبارات .	*تم التوصل إلى تحديد مجموعة من الإختبارات كإطار لبطارية إختبارات بدنية خاصة تقس الصفات البدنية الخاصة المستخلصة من التحليل العلمي .
٥	مجدي أحمد عليوه (٤٨)	بناء بطارية إختبار لقياس المسهارات الأساسية في رياضة المصارعة	دكتوراه ١٩٩٨م	بناء بطارية إختبار لقياس المسهارات الأساسية في المصارعة	الوصفي	٢٦ لاعب	*مسح المراجع العلمية المتخصصة لتحديد الإختبارات مهارية والبدنية . إستطلاع رأي الخبراء المتخصصين في رياضة المصارعة .	توصل إلى أن الإختبارات الآتية تعتبر أفضل المقاييس المرشحة لقياس المسهارات الأساسية وهي • إختبار زاوية إنحراف الشاخص عن الخط العمودي للخطو خلفاً . • إختبار أداء مهارة الكروبي من الوقوف في (١٠) ثواني . • إختبار الخطو خلفاً على المربعات . • إختبار زمن القورس خلفاً . • إختبار الرفع لأعلي .

تابع جدول (١)

٢/٢/٢ الدراسات المرتبطة

م	إسم الباحث	عنوان الدراسة	تاريخ، ودرجة الدراسة	أهداف الدراسة	المنهج	العينة	أدوات الدراسة	أهم النتائج
٦	أنشرف محمد جابر (١١)	وضع بطارية إختبار لقياس الإستعداد البدني والمهاري لقاتلي كرة القدم (١٢-١١ سنة)	دكتوراه ١٩٨٢م	*وضع بطارية إختبار لقياس الإستعداد البدني والمهاري . *التعرف على أهم العناصر البدنية والمهارية الأساسية اللازمة للقاتلين. *وضع مستويات معيارية للبطارية	الوصفي	١٢٠ ناشئ	*إختبارات بدنية *إستطلاع رأي الخبراء	*توصل إلى بطارية إختبارات مكونة من خمس إختبارات بدنية ومهارية بإستخدام التحليل العالمي.
١٢	ناريمن محمد علي الخطيب (٤٠)	وضع بطارية إختبار مهارية للاعبات الجبان	ماجستير ١٩٨٥	*تقويم الأداء المهاري للاعبات الجبان وتصنيفهن في مستويات قياسية وفقاً لمستوياتهن المهارية	الوصفي	٤٣ ناشئة	*تحليل المحتوى للمراجع والأبحاث والأفلام السيميائية. *إستبيان	*تحقق بطارية الإختبار مقياساً للأداء المهاري في الجبان . *لا يوجد تدخل وظيفي بين إختبارات البطارية المستخلصة . *الإختبارات المستخلصة من البطارية تعتبر أساساً لمهارات أخرى مقدمة للمراحل السنية لأعلى . *تقع غالبية العينة في مستوى متوسط (ج) .

تابع جدول (١)

أهم النتائج	أدوات الدراسة	العينة	المنهج	أهداف الدراسة	تاريخ، ودرجة الدراسة	عنوان الدراسة	إسم الباحث	م
- تم وضع مستويات معيارية لبعض المهارات الأساسية والعناصر البدنية الخاصة (التمرير والاستقبال - التصويب - التخطيط) ، القوة المميزة بالسرعة ، السرعة الإنقالية - الرشاقة - المرونة)	-المسح المرجعي -استطلاع رأي الخبراء -الإختبارات البدنية	١٣٠ ناشئ	الوصفي	وضع مستويات معيارية لبعض المهارات الأساسية والعناصر البدنية الخاصة برياضة كرة اليد لمر اكز تدريب الناشئين بمحافظة شرق الدلتا	ماجستير ٢٠١٩م	وضع مستويات معيارية لبعض المهارات الأساسية والعناصر البدنية الخاصة برياضة كرة اليد لمر اكز تدريب الناشئين بمحافظة شرق الدلتا .	محمد عبد المجيد	٧

م	إسم الباحث	عنوان الدراسة	تاريخ ودرجة الدراسة	أهداف الدراسة	المنهج	العينة	أدوات الدراسة	أهم النتائج
١٦	طارق محمد محمد خليل (٢٦)	بناء بطارية اختبارات مهارية بدنية لنادي الهوكي تحت ١٢ سنة	ماجستير ١٩٩٤م	*بناء بطارية اختبارات مهارية بدنية لنادي الهوكي	الوصفي	١٢٧ لاعب	*تحليل المحتوى *الإستبيان *الملاحظة الموضوعية *الاختبارات	*توصل إلي بطارية اختبارات تتكون من (١٦) وحدات وتمثل وحدة قياس البطارية المهارات البدنية القصيرة وتمثلت في المهارات والمناصير البدنية الآتية - ضرب الكرة بالوجه المسطح - دفع الكرة بالوجه المسطح - الرشاقة - إستقبال الكرة بالوجه المسطح للعصا *توصل إلي بطارية اختبار تتكون من (١٢) وحدة وتمثل وحدات قياس البطارية المهارية البدنية الطويلة وتمثلت في نفس المهارات الخاصة بالبطارية القصيرة فضلاً عن وجود عنصر الترافق كعنصر بدني خاص بالرياضة هو كي الميدان.

٣/٢/٢ التعليق على الدراسات السابقة

من خلال الحصر والتحليل للدراسات السابقة جدول (١) بطريقه علميه دقيقه أمكن للباحث التوصل إلى :

أن جميع الدراسات أجريت فى الفترة (من ١٩٨٢م إلى ١٩٩٦م) ، وقد إستخدمت جميع الدراسات على السعيد ربحان (١٩٨٧م) (٣٦) ، إيهاب فوزى البديوى (١٩٩٥م) (١٦) ، مجدى أحمد عليوه (١٩٩٨م) (٤٨) ، أشرف محمد جابر (١٩٨٢) (١١) ، ناريمان محمد على الخطيب (١٩٨٥م) (٧٠) ، محمد عبد المجيد المرسى (١٩٩٢) (٦٤) ، طارق محمد محمد خليل (١٩٩٤) (٢٦) خلف محمد الدسوقي (١٩٩٦) (٢٠) المنهج الوصفى متبعين الأسلوب المسحى كأسلوب منهجى لإجراء الدراسات ما عدا دراسة أحمد عبد العزيز محمد (١٩٨٩م) (٤) المنهج التجريبي ، وقد تشابهت جميع الدراسات فى استخدام أعداد كبيره لعينة الدراسه حيث تراوحت ما بين (٧٢) ، (٢١٧) فرداً ماعدا دراسة مجدى أحمد عليوه (١٩٩٨) ، ناريمان محمد الخطيب (١٩٨٥) حيث تراوح عدد أفراد عينة الدراسه ما بين (٢٦) ، (٤٣) فرد. كما أنها إختلفت فى مجتمع عينة كل بحث فمنها ما أجرى على لاعبي الدرجة الأولى و الناشئين. وقد تشابهت جميع الدراسات فى ادوات ووسائل جمع البيانات حيث إعتمدت جميعاً على الإختبارات والمسح المرجعى واستطلاع آراء الخبراء كوسائل لجمع البيانات.

وقد إستفاد الباحث من الدراسات السابقة ما يلى

- مكنت الباحث من تحديد ماهية وأهمية المشكلة قيد البحث من كافة المحددات (الأنثروبومتريه ، البدنية).
- تحديد المتغيرات المتعلقة بالمحددات قيد البحث وسبل تحديد القياسات والإختبارات وأدوات القياس المرشحة والطرق العلمية والمنهجية لإجراء وتنفيذ تلك القياسات والإختبارات.
- وجهت الباحث إلى أنسب الأساليب الإحصائية والمنهجية العلمية فى معالجة البيانات لكافة المحددات قيد البحث.
- أوضحت للباحث الطرق والأساليب المنهجية المتبعة فى بناء البطاريات للمحددات قيد البحث.