

تصميم وتطبيق اختبار القوة الانفجارية للذراعين بالمصارعة

أ.م عامر موسى عباس حسن الفرع

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

جامعة القادسية

الملخص

أن انتقاء المصارعين لا يقتصر فقط على الخبرة الشخصية والملاحظة السطحية والصدفة بل تحتاج الى إتباع الأساليب العلمية السليمة والاعتماد على الاختبارات والقياسات لانتقاء المصارعين وتحقيق المستويات المطلوبة مع الاقتصاد في الوقت والجهد لذلك تحتاج لعبة المصارعة من ممارسيها صفات بدنية ومهارية عالية جداً لذا فعلى المدربين والعاملين في هذا المجال انتقائهم وفق معايير محددة تؤهلهم لإنجاز الأداء الفني والبدني وفق الطموح المطلوب تحقيقه ، ومن هنا تجلت أهمية البحث بإيجاد وإعداد اختبارات جديدة خاصة ومقننة للقوة الانفجارية للذراعين مبنية على الأسس العلمية تساعد المدربين والخبراء والمختصين في الاتحاد المركزي والفرعي للمصارعة في الحصول على مصارعين ذوي مستوى عالي من الأداء البدني والفني وبالتالي تحقيق أفضل النتائج من خلال هذه القدرة واحتياجهم لها في حمل المنافسين في أغلب النزالات وبما يتطلبه وضعية اللعب لأداء أغلب المسكات ذات النقاط العالية وأداء حركات الدفاع أو المسكات المضادة على المنافسين ، أما مشكلة البحث فكانت ان الاختبار الجيد هو الذي يقيس ما اختبر من اجله وان إيجاد الاختبارات التي تتصف باقترابها او تكون شبيهة بالأداء الفني للعمل الذي يقوم به المصارعين في أغلب النزالات وتعطي المستوى الحقيقي للمصارع في الشيء المراد قياسه سواء كان لأجزاء الجسم مثل (الذراعين ، الجذع ، الرجلين ،) ، وكون هناك اختبارات لقياس الانفجارية للذراعين مثل الكرات الطبية ولاعتماد هذه اللعبة (المصارعة) على الأوزان فيجب أن يكون العمل ضمن هذه الأوزان كقياس لهذه القدرة لإعطاء العضلات العاملة والكابحة في هذا الجزء الفرصة الحقيقية باستخراج القوة الانفجارية وفق الأسس العلمية الصحيحة ، لذا ارتأى الباحث الخوض في هذه الدراسة لتصميم اختبار جديد للقوة الانفجارية للذراعين بما يتوافق مع طبيعة هذا الأداء ويكون شبيهاً في عمله لطبيعة هذه اللعبة للاستفادة منه في قياس هذه القدرة بأفضل ما يمكن ، وهدف البحث الى ، تصميم اختبار جديد للقوة الانفجارية للذراعين في المصارعة ، وكذلك التعرف على قدرة الاختبار الجديد على التمييز بين المختبرين ، وأفترض الباحث بأن هناك اثر إيجابي للاختبار الجديد في قياس القوة الانفجارية للذراعين في المصارعة ، وتضمنت منهجية البحث وإجراءاته الميدانية من خلال المنهج المستخدم والمجتمع وعينة البحث والأدوات والأجهزة التي تخدم الدراسة فضلاً عن وضع مستويات خاصة بكل اختبار سواء كان الاختبار القديم أو الجديد وكيفية إجراء الاختبارات وكذلك الأسس العلمية للاختبار الجديد وإجراء القدرة التمييزية ودرجة الصعوبة ومن ثم تحصيل البيانات وإجراء العمليات الإحصائية عليها في الحقيبة الإحصائية (SPSS) ، وبعد إجراء العمليات الإحصائية قام الباحث بعرضها من خلال الجداول ومن ثم تحليلها ومناقشتها وتدعيمها بالمصادر العلمية .

Summary

That the selection of wrestlers is not limited to personal experience and surface observation and chance, but you need to follow sound scientific methods and rely on the tests and measurements for the selection of wrestlers achieve the required levels with the economy at the time and effort so you need wrestling game boxers physical and skill recipes are very high so For trainers and workers in this field their selection according to specific criteria that qualifies them for the completion of the technical and physical performance in accordance with the ambition to be achieved, and here demonstrated the importance of research to find and prepare a special new standardized tests of strength explosive armrests based on scientific foundations It helps coaches, experts and specialists in the Central and Sub-Federation of wrestling to obtain wrestlers with high level of physical and technical performance and thus achieve the best results through this ability and their need to carry competitors in most of the low and requires the status of play to perform most of the high-point movements and the performance of defense movements or muscatel anti competitors, the research problem was that a good test, which measures what is tested for it and to find tests that are characterized by Bagturbha or be Hbehta technical performance of the work of the wrestlers in most fights and give a level And the fact that there are tests to measure the explosive of the arms such as medical balls and the adoption of this game (wrestling) on the weights must be working within these weights as a measure that ability to give the muscles working and inhibitory in this part the opportunity really to extract the explosive power in accordance with the proper scientific basis, so it felt a researcher going into this study to design a new test for the strength of the explosive armrests consistent with the nature of this performance and be similar in his work to the nature of this game to take advantage of it in the measurement of e The researcher suggested that there is a positive effect of the new test in measuring the exploding force of the arms in wrestling. The research methodology and procedures included a new test of the explosive force of the arms in wrestling, as well as the ability of the new test to distinguish between the testers. field through the curriculum and the user community and the research sample, tools and devices that serve the study as well as a specific test whether the old or the new test and how to conduct tests as well as the scientific basis of the new testing procedure and discriminatory levels of ability The degree of difficulty and then collect data and perform statistical operations in the statistical bag (spss), and after conducting statistical operations, the researcher viewing through the tables and then analyzed and discussed and strengthened scientific sources.

١- التعريف بالبحث :

١-١ المقدمة وأهمية البحث :

تعد لعبة المصارعة من الألعاب المشهورة في اغلب بلدان العالم وقد حظيت باهتمام خبراء الرياضة بكافة اختصاصهم ، ونظراً لتطور العلوم والمعارف في كثير من المجالات لا سيما المجال الرياضي فقد نالت هذه اللعبة نصيباً كبيراً من اهتمام الباحثين مما انعكس ذلك على تطور أساليب اللعب والخطط والقوانين التي ساهمت في إعطاء جمالية في أداء المصارعين وزيادة إثارة حماس الجماهير.

وأن الوصول الى الإنجازات العليا وتحقيق الإنجازات الكبيرة لم تعد عملية متوقفة على التدريب فقط إنما على



عملية الانتقاء والتي توفر فرصاً أكبر للحصول على مصارع مؤهل لتحقيق الأنجاز الرياضي الأمثل .
وأن انتقاء المصارعين لا يقتصر فقط على الخبرة الشخصية والملاحظة السطحية والصدفة بل تحتاج الى إتباع الأساليب العلمية السليمة والاعتماد على الاختبارات والقياسات لانتقاء المصارعين وتحقيق المستويات المطلوبة مع الاقتصاد في الوقت والجهد لذلك تحتاج لعبة المصارعة من ممارسيها صفات بدنية ومهارية لذا فعلى المدربين والعاملين في هذا المجال انتقائهم وفق معايير محددة تؤهلهم لإنجاز الأداء الفني والبدني وفق الطموح .
ومن هنا تجلت أهمية البحث بإيجاد وإعداد اختبارات جديدة خاصة ومقننة للقوة الانفجارية للذراعين مبنية على الأسس العلمية تساعد المدربين والخبراء والمختصين في الاتحاد المركزي والفرعي للمصارعة في الحصول على مصارعين ذوي مستوى عالي من الأداء البدني والفني وبالتالي تحقيق أفضل النتائج من خلال هذه القدرة واحتياجهم لها في حمل المنافسين في أغلب النزالات وبما يتطلبه وضعية اللعب لأداء أغلب المسكات ذات النقاط العالية وأداء حركات الدفاع أو المسكات المضادة على المنافسين.

٢-١ مشكلة البحث :

من خلال إطلاع الباحث على العديد من المصادر والمراجع العلمية الخاصة بلعبة المصارعة وأغلب الألعاب الأخرى وجد اختبار واحد للقوة الانفجارية للذراعين ، وأن الاختبارات البدنية والحركية والنفسية هي المؤشرات الى ما وصل اليه المصارعين من مستوى بدني وفني في أدائهم للمسكات الهجومية والدفاعية والمضادة والمركبة، وأن الاختبار الجيد هو الذي يقيس ما اختبر من اجله وأن إيجاد الاختبارات التي تتصف باقترابها او تكون شبيهةً للأداء الفني للعمل الذي يقوم به المصارعين في أغلب النزالات وتعطي المستوى الحقيقي للمصارع في الشيء المراد قياسه سواء كان لأجزاء الجسم مثل (الذراعين ، الجذع ، الرجلين ،) ، وكون هناك اختبارات لقياس الانفجارية للذراعين مثل الكرات الطبية ولاعتماد هذه اللعبة (المصارعة) على الأوزان فيجب أن يكون العمل ضمن هذه الأوزان كقياس لهذه القدرة لإعطاء العضلات العاملة والكابحة في هذا الجزء الفرصة الحقيقية باستخراج القوة الانفجارية وفق الأسس العلمية الصحيحة ، لذا ارتأى الباحث الخوض في هذه الدراسة لتصميم اختبار جديد للقوة الانفجارية للذراعين بما يتوافق مع طبيعة هذا الأداء ويكون شبيهاً في عمله لطبيعة هذه اللعبة للاستفادة منه في قياس هذه القدرة بأفضل ما يمكن .

٣-١ أهداف البحث : يهدف البحث الى :

- تصميم اختبار جديد للقوة الانفجارية للذراعين في المصارعة .
- التعرف على الفروق بين الاختبار القديم والجديد .
- التعرف على قدرة الاختبار الجديد على التمييز بين المختبرين .

١-٤ فروض البحث : يفترض الباحث بأن :

- هناك اثر إيجابي للاختبار الجديد في قياس القوة الانفجارية للذراعين في المصارعة .
- وجود تباين بين الاختبار الجديد للقوة الانفجارية للذراعين والاختبار القديم .
- للاختبار الجديد القدرة على التمييز بين المختبرين بالمصارعة .

١-٥ مجالات البحث :

- ١-٥-١ المجال البشري : مصارعو نادي الرافدين الرياضي لعام ٢٠١٦ .
- ١-٥-٢ المجال الزمني : للفترة من ٢٠١٦/١٠/٢ لغاية ٢٠١٦/١٢/١٠ .
- ١-٥-٣ المجال المكاني : القاعة الرياضية للمصارعة في نادي الرافدين الرياضي - محافظة القادسية .

٣- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية :

٣-١ منهج البحث :

أستخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لملائمته لطبيعة المشكلة المراد دراستها .

٣-٢ عينة البحث :

حدد الباحث مجتمع البحث وهو المصارعين (الشباب ، والمتقدمين) في نادي الرافدين الرياضي لعام (٢٠١٦) للفئات الوزنية ما بين (٥٠-٥٥-٥٩-٦٠-٦٦-٧١ كغم)* وذلك لعدم القدرة على حصول عدد كبير من المصارعين في الفئة الوزنية الواحدة وهذا يحدث في الألعاب التي تعتمد على الاوزان (والبالغ عددهم (٣٠) مصارع تم إجراء الاختبارات الجديدة والقديمة عليهم واستحصال البيانات منهم .

٣-٣ الأجهزة والأدوات والوسائل المستخدمة في البحث :

- المصادر والمراجع العربية .
- استمارة جمع وتفريغ البيانات .
- الاختبارات والقياس .
- استمارة استبيان لاستطلاع آراء الخبراء والمختصين ** .

* ينظر الملحق (١)

* ينظر ملحق (٢)

*** الطالب ثائر مزاحم كاظم

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة القادسية .

كزار عماد عبد الواحد

مدرب في نادي الرافدين الرياضي .

م. غزوان كريم خضير (مصارعة) تدريسي في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة القادسية .

مجلة (زانكو سليمانى) القسم (B) للدراسات الانسانية - العدد (٥٦) عدد خاص لمؤتمر الدولي الأول لكلية التربية الرياضية

- الجهاز الخاص بالاختبار الجديد .

- شريط قياس بالمتري.

- قاعة مصارعة .

- جهاز قياس القوة الانفجارية المصمم .

- شواخص ، طباشير ، كرة طبية زنة (٣) كغم .

- فريق العمل المساعد *** .

٣-٤ إجراءات البحث الميدانية :

٣-٤-١ الاختبار الجديد للقوة الانفجارية للذراعين :

- هدف الاختبار: قياس القوة الانفجارية للذراعين للمصارعين .

- الأدوات المستخدمة : جهاز مصمم لقياس القوة الانفجارية للذراعين .

- توصيف الاختبار: يقف المختبر (المصارع) في الحيز المناسب في وسط الجهاز ماسكاً القبضة الخاصة

بالأداء التي ترتبط بدورها بجزء من المولتجم (الذي فيه سلك مربوط بأوزان حسب الطلب من حيث التحميل عليها ببار صغير للربط مع الأداة الخارجية التي يمسك بها المصارع).

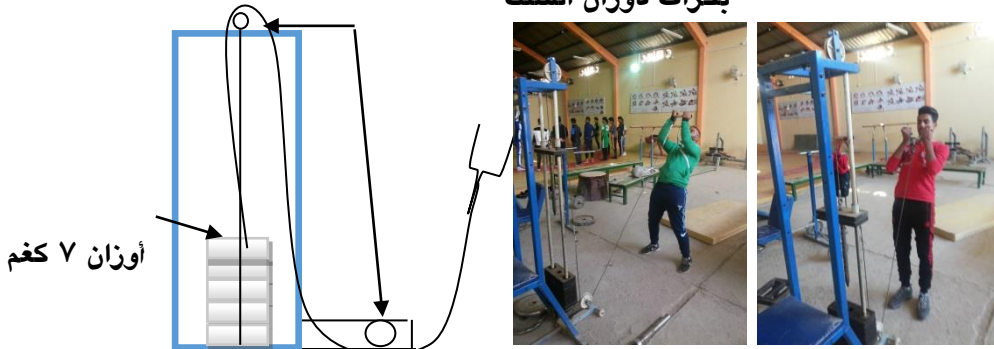
ثم يقوم المصارع بحمل الأداة المربوطة والأداء بقوة انفجارية وفق المسار الحركي المناسب بحيث تسير

هذه الأداة على شريطين خاصين مرتبطين بالجهاز وبانسيابية عالية جداً وبأمان تام جداً وعمل القوس وفق طبيعة العمل للمصارعين لأغلب المسكات .

- التسجيل : يقوم المختبر (المصارع) بأداء محاولات عديدة بالتدرج بالأوزان الى أعلى وزن يصل اليه

المصارع لأقرب (كغم) حيث يتم الأخذ بـ (٥٠٪) من الوزن النهائي وإجراء الاختبار النهائي عليه كقوة انفجارية للذراعين .

بكرات دوران السلك



شكل (١) يوضح اختبار القوة الانفجارية للذراعين

٣-٤-٢ التجربة الاستطلاعية :

أجرى الباحث التجربة الاستطلاعية على عينة من (٥) مصارعين والغرض من التجربة الاستطلاعية هو :

- معرفة الايجابيات والسلبيات للاختبار الجديد للقوة الانفجارية للذراعين وماهي المعوقات التي قد تحدث.
- الوقت اللازم لأداء الاختبار والوقت لتكرار الاختبار عن الاختبار السابق .
- جاهزية الفريق المساعد وتنظيم الاستثمارات الخاصة بتسجيل الدرجات المخصصة للاختبار .
- صلاحية الأدوات المستخدمة بالبحث في الاختبار الجديد وما هي إمكانية تلف هذه المواد التي تم ربطها في الاختبار والزمن الذي يستغرق لمعالجة ذلك .

٣-٤-٣ الأسس العلمية للاختبار الجديد (القوة الانفجارية للذراعين) :

٣-٤-٣-١ صدق الاختبار :

وهو دراسة محتوى الاختبار وتفحص أجزائه المختلفة للتأكد مما اذا كان الاختبار ممثل لمحتوى الموضوع (الصفة أو القدرة) المراد قياسه ^(١) إذ تم اعتماد صدق المحتوى من خلال عرض الاختبار على الخبراء * في مجال القياس والتقويم لإبداء آراءهم حول الاختبار الجديد مع تضمنه من شرح وافي له وفيما يتعلق بصلاحية المواد المستعملة في تهيئة الاختبار ، ولأخذ بملاحظتهم العلمية حول الاختبار وكذلك دقته في القياس كانت إجابة المختصين في صلاحية هذا الاختبار المصمم من خلال نسبة اتفاقهم إذ تم استخراج قيمة (كا^٢) المحسوبة لآراء الخبراء البالغ عددهم (٥) أن بلغت قيمتها (٥) وعند مقارنتها بالقيمة الجدولية (٣,٨٤) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية (١).

٣-٦-٢ ثبات الاختبار :

قام الباحث باستخراج معامل الثبات بطريقة (إعادة الاختبار) حيث تم تطبيق الاختبار من قبل (٥) مصارعين، وبعد أسبوع تم إعادة الاختبار لمعرفة مدى ثباته ، وبعد ان فرغت البيانات الخاصة بالثبات قام الباحث بمعالجة البيانات إحصائياً ، وذلك باستخراج قيمة معامل الارتباط بين درجات الاختبارين لاختبار (القوة الانفجارية للذراعين) ، والتي بلغت (٠,٩١١) ، وهي اكبر من القيمة الجدولية البالغة (٠,٨٧٨) عند درجة حرية (٣) وبمستوى دلالة (٠,٠٥) وهذا يدل على وجود ارتباط معنوي بين الاختبارين ويدل ذلك على ثبات فاعلية الاختبار الجديد.

١- ابو حطب وآخرون : التقويم النفسي، ط٣ ، القاهرة ، مكتبة الانجلو المصرية، ١٩٨٧: ص١٣٤.

* - ينظر ملحق (٢).

٣-٦-٣ موضوعية الاختبار :

للموضوعية مفهوم له عدة معان وموضوعية الاختبار ترجع في أصلها إلى مدى وضوح التعليمات الخاصة بتطبيق الاختبار ، وحساب الدرجات او النتائج الخاصة به وقد تعني موضوعية الاختبار ، ان الاختبار لا يتأثر بالعوامل الذاتية للمحكمين القائمين على ذلك الاختبار، إذ ان الاختبار الموضوعي هو الذي لا يحدث فيه تباين بين أراء المحكمين ، اذ ما قام بالتحكيم للفرد المختبر أكثر من حكم^(١)، حيث قام الباحث باستخراج موضوعية الاختبار الجديد على (٥) مصارعين وقِيَمَت من قبل حكمين^{**} ، بعد ان فُرِغَت البيانات الخاصة بموضوعية الاختبار قام الباحث بمعالجتها إحصائياً ، وذلك باستخراج قيمة معامل الارتباط بين درجات الحكمين ، التي بلغت (٠,٩٥٤) وهي اكبر من القيمة الجدولية البالغة (٠,٨٧٨) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٣) وهذا يدل على وجود ارتباط معنوي وتام بين تقويم الحكمين ، ويدل ذلك على موضوعية الاختبار وعدم خضوعه للعوامل الذاتية للحكمين .

جدول (١) يبين الاسس العلمية للاختبار المقترح لقياس القوة الانفجارية للذراعين

الاسس العلمية	الوسيلة الاحصائية	القيمة المحسوبة	القيمة الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة
الصدق	كا ^٢	٥	٣,٨٤	١	٠,٠٥	معنوي
الثبات	معامل بيرسون	٠,٩١١	٠,٨٧٨	٣		معنوي
الموضوعية		٠,٩٥٤				معنوي

٣-٤-٤ الاختبار القديم :

- اختبار رمي الكرة الطبية زنة (٣ كغم) لأبعد مسافة عالياً خلفاً من الوقوف :
- الهدف من الاختبار: قياس القوة الانفجارية للعضلات المادة للذراعين .
- الأجهزة والأدوات : كرة طبية زنة (٣كغم) ، طباشير ، شواخص ، شريط قياس .
- مواصفات الأداء: ترسم نقطة البداية لمجال الرمي بقياس (١٥) متراً ويتخذ المصارع وضعه عند نقطة البداية متخذاً وضع الوقوف المعاكس لمجال الرمي بان يمسك الكرة الطبية باليدين أمام الصدر مع تشكيل

٢- محمد جاسم الياسري : الأسس العلمية لاختبارات التربية الرياضية، دار الضياء للطباعة/النجف الاشرف، ط١٠٢٠١، ص٧٧ .

** - م.د أحمد شمس الدين مولود عضو الاتحاد المركزي العراقي للمصارعة ورئيس لجنة المدربين .

- السيد صباح محمد جليل حكم اتحادي - الاتحاد المركزي العراقي للمصارعة .

زاوية (٩٠) في مفصلي المرفقين اليمنى واليسرى للذراعين مع انثناء قليل في مستوى مفصل الركبتين وميلان الجذع قليلاً اماماً ، مع إعطاء إشارة البدء من قبل القائم على الاختبار يقوم المصارع المختبر بمد الرجلين والجذع والذراعين ورمي الكرة الطبية باليدين الممدودتين عالياً خلفاً من فوق الصدر ، ويعطي المصارع المختبر محاولتين .

- **طريقة التسجيل :** يتم تسجيل المسافة بوساطة شريط قياس من نقطة البداية الى النقطة التي تسقط فيها الكرة الطبية ، اذ يتم احتساب متوسط الدرجة للمحاولتين . (فريق ، ٢٠٠٣ ، ص٨١) ، وفيما يلي جدول يبين معيار الاختبار .

٣-٤-٥ مؤشرات الثقل العلمي للاختبار المقترح:

لغرض التأكد من صلاحية الاختبار المقترح قام الباحث بحساب مؤشرات الثقل العلمي لاختبار القوة الانفجارية للذراعين المقترح وعلى النحو التالي :

٣-٤-٥-١ القدرة التمييزية :

قام الباحث بترتيب النتائج لـ (٣٠) مصارع التي حصل عليها بصورة تصاعدية ثم حدد قيم المجموعتين ، التي تشكلان نسبة (٥٠٪) من الأعلى والاسفل وبلغ عدد المصارعين لكل مجموعة (١٥) مصارعاً ، ثم تم استخراج قيمة (ت) المحسوبة بين القيم العليا والسفلى للعينات المستقلة غير المترابطة والبالغة (٣,٧٦٧) وعند مقارنتها مع قيمة (ت) الجدولية والبالغة (١,٧٠١) عند درجة حرية (٢٨) ومستوى دلالة (٠,٠٥) ، نجد ان هذا الاختبار له القدرة على التمييز بين المختبرين بصورة كبيرة.

الجدول (٢) يبين القدرة التمييزية للاختبار المقترح

ت	المتغيرات	المجموعة الدنيا		المجموعة العليا		قيمة (ت)* المحسوبة	دلالة الفروق
		س	± ع	س	± ع		
١	القوة الانفجارية للذراعين	٣,٤٢٧	١,١٨٩	٩,٦٨٥	١,٩١٢	١٤,٩٢٣	معنوي

* قيمة (ت) الجدولية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٢٨) (١,٧٠١)

٣-٤-٥-٢ درجة صعوبة الاختبار:

ان معامل الصعوبة ضرورة دائمة في جميع الاختبارات التي تعتمد على الاداء الامثل كونه يعطينا مؤشراً على مدى تحقق الاختبار ومستوى أداء عينة البحث عليه من خلال النسبة التي يظهرها بعد معالجة البيانات الخام، وأستخرج الباحث معامل الصعوبة للاختبار المقترح وكما موضح نتائجه .

الجدول (٣) يبين معامل الصعوبة للاختبار المقترح

المتغير	الاختبار	عينة البحث	درجة تقييم الاختبار الكلية	درجة تحصيل العينة المثالية	درجة تحصيل العينة الكلية	قيمة معامل الصعوبة	الدالة المعامل *
معامل الصعوبة	القوة الانفجارية للذراعين	٣٠	١٠	٣٠٠	١٨٩	٦٣	متوسط الصعوبة

* تنحصر مقبولية معامل الصعوبة بين (فوق ٢٠) – وأقل من (٨٠))

يبين الجدول (٤) قيمتي معامل الصعوبة للاختبار المقترح (القوة الانفجارية) ودلالته حيث أظهر النتائج بان الاختبار المقترح بأنه يتمتع بمعامل صعوبة قدره (٦٣) وهو معامل متوسط الصعوبة ، وذلك لان قيمته محصورة بين قيمتي الرفض (أقل من ٢٠) – وأكثر من (٨٠)) وهذا يدل على تلبية الاختبار الى كل المقومات النظرية التي اكد عليها العلماء في تعريفهم ، وهنا ثبت الفرض الثاني وبه تحقق الهدف الأول من البحث .

٣-٥ التجربة الرئيسة :

وبعد الاطلاع على المراجع والمصادر العلمية الخاصة بالمصارعة والاختبارات الخاصة بالقوة الانفجارية للذراعين ، قام الباحث في السبت المصادف ٢٠١٦/١٢/٤ بإجراء التجربة الرئيسة على عينة البحث المتمثلة مصارعو نادي الرافدين الرياضي وعددهم (٣٠) مصارع تم إجراء الاختبار المذكور أعلاه للتعرف القوة الانفجارية للذراعين لديهم ، لذا أجرى الباحث عملية تحصيل البيانات وتم تطبيق الاختبار الجديد مباشرة بعد الانتهاء من الاختبار القديم .

وتم تحضير الاختبار الجديد بعد الاستفادة من التجربة الاستطلاعية ومعرفة المعوقات الخاصة بالاختبار من حيث كيفية الأداء عليه .

٣-٦ الوسائل الإحصائية :

استخدم الباحث الحقيبة الإحصائية المجهزة بالحاسوب (SPSS) إصدار (٢٠) ، حيث تم استخدام القوانين الإحصائية الآتية :

– الوسط الحسابي ، الوسط الفرضي ، الوسيط ، معامل الالتواء ، الانحراف المعياري ، النسبة المئوية ، معامل اختبار (t) للعينات المستقلة ، الارتباط البسيط (بيرسون) ، المدى للفئات ، مربع كا^٢ .

٤- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها :

تضمن عرض النتائج في جداول توضيحية ومن ثم تحليلها ومناقشتها .

٤-١ عرض نتائج الوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسط الفرضي لعينة التطبيق :

جدول (٤) يبين نتائج الوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسط الفرضي لعينة التطبيق

المتغير	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي
القوة الانفجارية	٢٢,١٢١	٢,٨٧٥	٢٠

يبين الجدول (٤) قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري لنتائج عينة التطبيق على الاختبار المقترح لقياس القوة الانفجارية وعند مقارنة الوسط الحسابي لعينة التطبيق البالغ (٢٢,١٢١) بالوسط الفرضي على الاختبار المقترح ظهر ان الوسط الحسابي لعينة التطبيق أكبر من الوسط الفرضي البالغ (٢٠) درجة وهذا يدل على المستوى العالي لعينة البحث على الاختبار المقترح.

٤-٢ عرض نتائج الدرجات المعيارية التائية والمستويات المعيارية لنتائج عينة التطبيق على الاختبار

المقترح :

أستخدم الباحث منحني التوزيع الطبيعي (كا^٢) لإيجاد المستويات المعيارية لاختبار القوة الانفجارية الذراعين الذي تم تصميمه خلال الخطوات السابقة ، وان استخدام منحني التوزيع الطبيعي يتطلب التأكد من اعتدالية توزيع البيانات لذا سيتم حساب (معامل الالتواء) بوصفه مؤشراً على التوزيع الطبيعي للبيانات وكما مبين في الجدول التالي :

جدول (٥) يبين التوزيع الطبيعي لدرجات عينة التطبيق

الوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء	الدالة
٢٢,١٢١	٢٢	٢,٨٧٥	٠,٨١٩	اعتدالي

يتبين من خلال الجدول (٥) أن درجات عينة التطبيق تتوزع بشكل طبيعي على اختبار القوة الانفجارية الذراعين إذ أن قيمة معامل الالتواء تبلغ (٠,٨١٩) وهي ضمن الحدود الطبيعية لمعامل الالتواء ، إذ تؤكد المصادر على أن " الدرجات تتوزع طبيعياً وعدم وجود عيب في اختيار العينة أو في الاختبارات المستخدمة إذ كانت قيمة معامل الالتواء بين ± ١ " ^(١).

وان منحني التوزيع الطبيعي مقسم إلى طبيعياً إلى (٥) أجزاء وكما مبين في الجدول (٦) :

جدول (٦) يبين المستويات المعيارية القياسية تحت منحني التوزيع الطبيعي

المستويات المعيارية	جيد جداً	جيد	متوسط	مقبول	ضعيف
النسب المعيارية	٢,١٤٪	١٣,٥٩٪	٦٨,٢٧٪	١٣,٥٩٪	٢,١٤٪

(١) مصطفى حسين باهي: المعاملات العلمية بين النظرية والتطبيق ، القاهرة، مركز الكتاب للنشر، ١٩٩٣ ، ص ٣٨.

أما الدرجات والمستويات المعيارية لاختبار القوة الانفجارية الذراعين في البحث الحالي فهي كما مبينه في الجدول التالي :

جدول (٧) يبين الدرجات المعيارية التائية المعدلة والمستويات المعيارية لعينة التطبيق

المستويات المعيارية	حدود الدرجات المعيارية التائية المعدلة القياسية	النسب المئوية المعيارية القياسية	النسب المئوية المتحققة لعينة التطبيق	التكرارات المتحققة لعينة التطبيق	حدود الدرجات الخام
جيد جداً	٨٠ - ٧١	١٤, ٢٪	١٠٪	٣	٣٠ فأكثر
جيد	٧٠ - ٦١	١٣, ٥٩٪	١٣, ٣٣٣٪	٤	٢٦ - ٣٠
متوسط	٦٠ - ٤٠	٦٨, ٢٧٪	٣٦, ٦٦٦٪	١١	٢٢ - ٢٦
مقبول	٣٩ - ٣٠	١٣, ٥٩٪	٢٦, ٦٦٦٪	٨	١٨ - ٢٢
ضعيف	٢٩ - ٢٠	٢, ١٤٪	١٣, ٣٣٣٪	٤	١٤ - ١٨

٤-٣ مناقشة نتائج الاختبار المقترح (القوة الانفجارية للذراعين) إجمالاً :

من خلال عرض وتحليل الجداول (٢، ٣، ٤، ٥، ٦، ٧) أظهرت النتائج الاختبار المقترح (القوة الانفجارية للذراعين) من حيث القدرة التمييزية ومعامل الصعوبة ان الاختبار متوسط الصعوبة وإمكانية تطبيقه على المصارعين لما حققه معايير تتناسب مع هذه اللعبة ولما فيه بعض من الحداثة من خلال قياس (القوة الانفجارية للذراعين) وإعطاء نتيجة وفق الأسس العلمية والتطبيق وزيادة المتغيرات التي يستطيع المختبر أداء (القوة الانفجارية للذراعين) بصورة تتيح له العمل على زيادة تدريبيه اليومي وتحسين مستواه من خلال ذلك ، ويعزو الباحث ذلك الى الاختبار المقترح قد راعى جوانب عدة في كيفية أعداد الاختبار الموضوعي الذي يقيس الحالة المراد قياسها بصورة دقيقة فضلاً عن استخدام أداة جديدة (الجهاز المصمم) بدل الذي يتم في الاختبار القديم حيث يشوبه عدم الدقة في الحصول على القياس الصحيح من حيث (القوة الانفجارية للذراعين) باستخدام الكرة الطبية وهي غير شبيهة بالأداء للمصارعين حيث يستخدمون أوزان المنافسين (الجسم) ، كما أستطاع الاختبار الجديد أن يوجد تمايزاً أفضل من الاختبار القديم في مستوى تقييم الفروق بين أفراد عينة البحث الناتج عن التنوع والتغيير المستمر في أداء الاختبار اثر وبشكل ايجابي على النتائج ، وبذلك تحقق مبدأ العدالة والمساواة والإثارة والتشويق ، وأن الاختبار الجديد كونه راعى أغلب مكونات القوة ، وهذا ما توكده المصادر العلمية في أن " التوافق الحركي للقوانين والنظم الميكانيكية للجهاز العصبي العضلي والعمل سوية في توجيه

النشاط الحركي وتنظيمه وتحديد شكله " ^(١) ، فضلا عن ما أكدته (grosser 1995) بقوله " ان العمل المشترك بين الجهازين العصبي والعضلي وفق نطاق الحركة الإرادية وتشترك مختلف مجالات الأعصاب المركزية والبدنية فضلاً عن تطوير الصفات النفسية العقلية وكلاهما يعدان من مستلزمات إتقان فن الأداء الحركي " ^(٢) ، أي بإمكان استخدام الاختبار المقترح كبديل لاختبار الكرة الطبية للمصارعين لأنه يستخدم الأسس العلمية في قياس (القوة الانفجارية للذراعين).

٥- الاستنتاجات والتوصيات :

١-٥ الاستنتاجات :

من خلال عرض وتحليل البيانات ومناقشتها توصل الباحث للاستنتاجات التالية :

- ١- للاختبار المقترح في (القوة الانفجارية للذراعين) الأثر الكبير في التمييز بين المختبرين .
- ٢- تمتع الاختبار الجديد بمعامل صعوبة أفضل ويواكب التطور الكبير في الجانب البدني في عصرنا الحالي .
- ٣- ان للتقنية في الأداة الموضوعية في الاختبار الجديد له الدور الكبير في تسجيل البيانات بموضوعية في متغير (القوة الانفجارية للذراعين).

٥-٢ التوصيات :

بعد عرض الاستنتاجات يوصي الباحث بما يلي :

- ١- استخدام الاختبار المقترح لغرض قياس (القوة الانفجارية للذراعين) .
- ٢- إجراء اختبارات دورية (للقوة الانفجارية للذراعين) لأهميتها البالغة في بعض الألعاب .
- ٣- إجراء بحوث مماثلة لتحديث الاختبارات المعدة سابقاً للقدرات البدنية والمهارية بما ينسجم التطور الحاصل في كافة مجالات الحياة ومنها المجال الرياضي للوصول الى أفضل النتائج وأدقها .

- المصادر العربية والأجنبية :

- ١- ابو حطب واخرون : التقويم النفسي، ط٣ ، القاهرة ، مكتبة الانجلو المصرية، ١٩٨٧ .
- ٢- أحمد عبد الحميد وحسام الدين مصطفى : أسس التدريب في المصارعة ، ط١ ، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر ، الإسكندرية ، ٢٠٠٩ .
- ٣- حمدان رحيم الكبيسي : التعلم والتدريب الرياضي في لعبة المصارعة ، بغداد، ٢٠٠٨ .
- ٤- عبد علي نصيف وآخران : المصارعة الرومانية بين النظرية والتطبيق ، جامعة بغداد ، ١٩٩٠ .

-
- ١- عبد الله حويل فرحان : تأثير مناهج تدريبية بحجوم مختلفة على المتغيرات الفسيولوجية و البدنية و الأداء المهاري للناشئين بكرة القدم ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية - جامعة القادسية ، ٢٠٠٨ ، ص٨٢ .

2-Crosser, m; Diezweekgy mn astik 1.a, schorndorf . 1995, p120 .



مجلة (زانكو سليمانى) القسم (B) للدراسات الانسانية - العدد (٥٦) عدد خاص لمؤتمر الدولي الأول لكلية التربية الرياضية

- ٥- عبد الله حويل فرحان : تأثير مناهج تدريبية بحجوم مختلفة على المتغيرات الفسيولوجية و البدنية و الأداء المهاري للناشئين بكرة القدم ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية - جامعة القادسية ، ٢٠٠٨ .
- ٦- محمد جاسم الياسري : الأسس العلمية لاختبارات التربية الرياضية ، دار الضياء للطباعة /النجف الاشرف ، ط١ ، ٢٠١٠ .
- ٧- زكي محمد حسن : الكرة الطائرة استراتيجية تدريبات الدفاع والهجوم ، الاسكندرية ، منشأة المعارف ، ١٩٩٨ .
- 7-Crosser, m; Diezweekgy mn astik 1.a, schorndorf . 1995 .

ملحق (١)

يبيّن أوزان الشباب والمتقدمين حسب التعديلات الأخيرة

- الشباب : (٥٠ - ٥٥ - ٦٠ - ٦٦ - ٧٤ - ٨٤ - ٩٦ - ١٢٠)
- المتقدمين : (٥٩ - ٦٦ - ٧١ - ٧٥ - ٨٠ - ٨٥ - ٩٨ - ١٣٠)

ملحق (٢)

يبيّن أسماء الخبراء والمختصين

ت	الاسم الثلاثي	التخصص	مكان العمل
١-	أ. علاء جبار عبود	الاختبارات والقياس	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة القادسية
٢-	م. د حسين مناتي ساجت	تدريب-مصارعة	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة بابل
٣-	م. د وليد سمير العارضي	فلسجة- مصارعة	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة القادسية
٤-	م. د أحمد شمس الدين مولود	تدريب-مصارعة	عضو الاتحاد المركزي العراقي للمصارعة
٥-	م. م حيدر عبد عون	طرائق-مصارعة	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة الكوفة

