

الفصل الأول

المقدمة

أولاً : تقديم

ثانياً : مشكلة البحث وأهميتها

ثالثاً : الهدف من البحث

رابعاً : فروض البحث

الفصل الأول

المقدمة

أولاً : تقديم :

قطعت الأبحاث والمراجع العلمية شوطاً كبيراً في اتجاه البحث العلمي والتنقيب عنه من أجل تطوير جميع الأنشطة والعطوم المختلفة وحل المشاكل الخاصة بها. ومنذ أواخر الأربعينات اكتشف العاملون في مجال التربية الرياضية في العالم أجمع أنه لا يمكن التقدم بمستوى الانجاز في أى نشاط من الأنشطة الرياضية إلا باستخدام معلومات علمية غاية في التعميق والتفصيل. (٩ : ١٣)

لذلك وجب على العاملين في مجال التربية الرياضية توفير العلم حتى يمكن حل جزء كبير من مشكلة مستوياتنا الرياضية.

ويجب أن يعطى الجميع أن أية جهود تهدف إلى النهوض بالمستوى ولا تمر بطريق توفير المعلومات للمدرب تكون محكوم عليها بالفشل حتى قبل أن تبدأ. (٩ : ٢٢)

وينكر جنسن وفيشر Jensen and Fisher (١٩٧٥م) إلى أنه عند ارتفاع مستوى الأداء قد يعطى فرصة أكبر لاستيعاب المهارات الهجومية والدفاعية وتطوير الأداء وتحسينه. (٦٤ : ٩٦)

ويضيف هارا Harra (١٩٧١م) أن الفرد الرياضي ذو المستوى العالى عند قيامه بأداء يتصف بمستوى متميز يجب أن يكون لديه مقومات تفوق المستويات الرياضية الأخرى. (٦٥ : ٦٠)

ويشير محمد علاوى (١٩٩٠م) إلى أنه من خلال التدريب المنظم المخطط يمكن تنمية وتطوير السمات البدنية والمهارية والنفسية حيث ساهم علماء التربية بمعرفة الاستعدادات والصفات الخاصة والعامة. (٣٧ : ١٠٩)

والمصارعة فى مصر من الرياضات التى يجب زيادة الاهتمام بها والتركيز على تطوير اللعبة بالبحث على كل ما هو جديد فى علم التدريب وتحليل الأداء من أجل رفع مستواه سواء البدنى أو المهارى أو الفسيولوجى للاعبين.

ويذكر محمد الروبى (١٩٨٦م) أن فعالية الأداء المهارى فى رياضة المصارعة تتمثل فى قدرة المصارع على تسجيل أكبر عدد ممكن من النقاط الفنية خلال المباراة عن طريق الأداء الأمثل للعديد من المهارات الفنية الناجحة دون هبوط مستوى قدراته البدنية والفسيولوجية عن طريق ملاحقة شدة واستمرارية الصراع. (٣٤ : ٢)

ويشير علاء قناوى (١٩٩٦م) أن المصارعة كأحد الرياضات تطورت عالمياً بشكل مذهل وأصبحت تركز على أسس ومبادئ علمية، إلى جانب الاهتمام الكبير بالتخطيط للبرامج التدريبية للارتقاء بمستوى الإعداد البدنى العام والخاص، والذي يتصل بالنشاط الحركى للمصارع بغرض الارتقاء بالنواحي الفنية له فى أثناء أداء الحركات. كما يضيف أن أداء التكنيك المناسب للمصارع يتوقف على مستوى إعداد البدنى حيث تلعب الصفات البدنية الخاصة بالمصارع دوراً هاماً فعلاً فى أثناء النزال حيث تساعده فى السيطرة على خصمه. (٢٤ : ٣)

ويرى محمد علاوى وأبو العلا عبد الفتاح (١٩٨٤م) أن الإعداد البدنى يتمثل فى تنمية الصفات البدنية الأساسية والضرورية لدى الفرد الرياضى حيث ينقسم إلى إعداد بدنى عام ويهدف إلى اكتساب الفرد الرياضى الصفات البدنية الأساسية بصورة شاملة ومتزنة، وإعداد بدنى خاص ويهدف إلى تنمية الصفات البدنية الضرورية لنوع النشاط الرياضى الذى يمارسه الفرد حتى يتمكن من الوصول إلى أعلى المستويات الرياضية وفى فترة الإعداد الخاص نجد أن عملية تنمية الصفات البدنية الضرورية ترتبط ارتباطاً وثيقاً بتنمية المهارات الحركية، وتهدف أساساً إلى المساعدة على الارتقاء بالمستوى المهارى للفرد. (٣٨ : ٧٩، ٨٠)

فالاهتمام بالبرامج فى رياضة المصارعة له تأثير إيجابى كبير على تنمية النواحي البدنية والمهارية والفسولوجية لذلك يجب على المدربين والمتخصصين فى المجال الاهتمام بالبحث والتنقيب عن البرامج الرياضية المؤثرة فى تخصصاتهم من أجل الارتقاء بمستوى الأداء من أجل تحقيق الهدف المنشود وهو البطولة وهو ما يسعى إليه المسئولون عن قطاع الرياضة فى مصر.

ثانياً : مشكلة البحث وأهميتها :

بالرغم من التطور العلمى الكبير الذى حدث فى مجال المصارعة فقد لاحظ الباحث بحكم عمله فى مجال تدريس وتدريب المصارعة أن معظم المصارعين تنقصهم القدرة على مواكبة هذا التقدم وقد يكون ذلك بسبب ضعف مستوى اللياقة البدنية والقدرات الفسيولوجية والأداء المهارى.

ويرى محمد حسنين (١٩٧٩م) أن اللياقة البدنية من أهم أهداف التربية البدنية والرياضية حيث أنها القاعدة الأساسية لمستوى الأداء والتى تبنى عليها إمكانيات ممارسة الأنشطة الرياضية المختلفة، وتظهر أهميتها فى ارتباطها بالعديد من المجالات الحيوية. (٨٣ : ٣٦)

ويشير منير جرجس (١٩٨٢م) إلى أن مستوى اللاعبين يرتفع بشكل ملحوظ فى كافة الأنشطة الرياضية بتنمية وترقية الصفات البدنية لهم. (١١٣ : ٤٥)

ويذكر كمال عبد الحميد ومحمد حسنين (١٩٨٥م) إلى اتفاق علماء التدريب على أن الصفات البدنية إحدى العوامل الهامة التى يتأسس عليها نجاح الأداء للوصول إلى أعلى المستويات وأن ترقية هذه الصفات الخاصة ترتبط ارتباطاً وثيقاً بعملية تنمية المهارات الحركية، إذ لا يستطيع الفرد الرياضى إتقان المهارات الأساسية لنوع النشاط الرياضى الذى يتخصص فيه حالة افتقاره للصفات البدنية الضرورية لهذا النوع المعين من النشاط الرياضى. (٨١ : ٣٠)