

ملخص البحث باللغة العربية

أصبح الأسلوب العلمي في التربية الرياضية أمراً حيوياً تجاه المستوى المرتفع للأبطال العالميين في الألعاب الفردية والجماعية حيث تعمل الدول المتقدمة على تسخير إمكاناتها البشرية والعلمية لخدمة المجال الحيوي بهدف الوصول بالمواطنين إلى أقصى المستويات الصحية والوصول بالفرد الرياضي إلى أعلى المستويات الرياضية ، وعلم التدريب الرياضي مرتبط بالعديد من العلوم كعلم النفس الرياضي وفسولوجيا الرياضة ويعتبر علم نفس الرياضي من العوامل التي تحدد نتيجة المباريات ويمثل الانتباه أحد الموضوعات الهامة في علم نفس الرياضي في الألعاب الجماعية والفردية مثل لعبة المصارعة والذي تحتاج قدر كبير من الانتباه تمكن المصارع من تنفيذ الواجبات الفنية والتكتيكية على اكمل وجه ويتأثر تنفيذ المصارع لواجباته إذا قام بإنقاص وزنه بطريقة مبالغ فيها حيث يقترن إنقاص الوزن المبالغ فيه للمصارعين ببعض المشاكل الذي لها علاقة بالانتباه مما يؤثر على نتائج المباريات كما حدث في عدة بطولات دولية إن خسر بعض المصارعين الدوليين العديد من الميداليات بسبب بعض العقبات نتيجة أفاض الوزن

هدف البحث

١- تصميم اختبار انتباه خاص بالمصارعين على نمط اختبار الانتباه العام (TAIS) " لروبرت نيدفر " والمكون من سبع خصائص للانتباه ، (التحميل الزائد للمثيرات الخارجية ، التحميل الزائد للمثيرات الداخلية، تركيز الانتباه الداخلي الواسع، تركيز الانتباه الخارجي الواسع، تركيز الانتباه الضيق ، تقليص تركيز الانتباه ، معالجة المعلومات)

٢- دراسة اثر إنقاص الوزن المعتمد على المتغيرات النفسية قيد البحث (خصائص الانتباه

السبع) للمصارعين الذي ينقصوا أوزانهم اقل من ٧% من وزن الجسم الطبيعي .

٣- دراسة اثر إنقاص الوزن المعتمد على المتغيرات النفسية قيد البحث (خصائص

الانتباه السبع) للمصارعين الذي ينقصوا أوزانهم اكثر من ٧% من وزن الجسم الطبيعي .

فروض البحث

- ١- اختبار الانتباه للمصارعين والذي صممه الباحث يقيس الانتباه للاعبي المصارعة
- ٢- إنقاص الوزن المتعمد أقل من ٧% من وزن الجسم الطبيعي لا يؤثر على المتغيرات النفسية قيد البحث .
- ٣- إنقاص الوزن المتعمد أكثر من ٧% مكن وزن الجسم الطبيعي يؤثر على المتغيرات النفسية قيد البحث .

إجراءات البحث

منهج البحث:

استخدم الباحث الوصفي باتباع أسلوب البحث السببي المقارن لمحاولة التعرف على العلاقة بين العلية والسببية وتحديد السبب لحدوث الفروق في السلوك .

عينة البحث:

اشتملت عينة البحث على ٤١ مصارع ممن ينقصوا أوزانهم مقسمين كآلاتي :
 ٢٠ مصارع ينقصوا أوزانهم أقل من ٧% ، ٢١ مصارع ينقصوا أوزانهم أكثر من ٧% من وزن الجسم الطبيعي وقد قام الباحث باختيار العينة بالطريقة العمدية الطبقة من مصارعي الدرجة الأولى .

وسائل جمع البيانات

- ١- اختبار الانتباه للمصارعين (W. TAIS) والذي صممه الباحث .
- ٢- ميزان طبي معايير .
- ٣- استمارات لتسجيل المصارعين ونسب إنقاص الوزن .
- ٤- المقابلة والملاحظة .
- ٥- تحليل المراجع والقرارات النظرية .
- ٦- آراء الخبراء في مجال لعبة المصارعة وإنقاص الوزن والانتباه .

أهم النتائج:

إنقاص الوزن للمصارعين أقل من ٧% من وزن الجسم الطبيعي لا يؤثر على الانتباه ، إنقاص الوزن أكثر من ٧% من وزن الجسم الطبيعي يؤثر سلباً على خصائص الانتباه السبع التحميل الزائد للمثيرات الخارجية ، التحميل الزائد للمثيرات الداخلية، تركيز الانتباه الداخلي الواسع، تركيز الانتباه الخارجي الواسع، تركيز الانتباه الضيق ، تقليص تركيز الانتباه ، معالجة المعلومات (

الاستخلاصات

- ١- اختبار الانتباه للمصارعين (W.TAIS) يساعد في التعرف على مستوى الانتباه لدى المصارعين .
- ٢- مظاهر الانتباه السبع تتأثر بالسلب نتيجة إنقاص الوزن لأكثر من ٧% من وزن الجسم الطبيعي .

التوصيات

- يجب استخدام اختبار الانتباه للمصارعين بخصائصه السبع لما حققه من نتائج ويمكن الاعتماد عليه في الاختبار بين المصارعين متقاربي المستوى .
- يجب عدم إنقاص الوزن أكثر من ٧ % من وزن الجسم الطبيعي للمصارعين وذلك لانخفاض مستوى الانتباه .
- الاهتمام بثقافة المصارعين عن أضرار إنقاص الوزن البالغ فيه .
- يجب على المصارعين أن يتعرفوا على العوامل التي تؤثر على الانتباه.
- العمل بالأسلوب العلمي في مجال التدريب والاهتمام بالعلوم المساعدة العملية للتدريب كعلم النفس .
- يجب أن تحلل مهارات لعبة المصارعة على أن يحدد نوع الانتباه المناسب لكل جزء من أجزاء المهارة .
- إنقاص الوزن أقل من ٧ % من وزن الجسم الطبيعي لا يؤثر على مستوى الانتباه على أن يكون الحالة البدنية للمصارعين جيدة ز