

مشكلة البحث وأهميته :

تتسم رياضة المصارعة بالطابع التنافسي ، حيث يتم التنافس بين المصارعين في دائرة قطرها ٩ متر ، في مباراة تتكون من جولتين زمن كل منها ٢ ق ملعوبه بينهما ٣٠ ثانية راحة وطبقا للتعديل الحادث في قانون اللعبة فقد يمتد اللعب إلي جولة ثالثة في حالة فوز كل من المتنافسين بجولة ، كما أن جميع مباريات الوزن الواحد تلعب خلال يوم واحد . الأمر الذي يتطلب من المصارع أن يكون في حالة من النشاط والفعالية طول اليوم مع العمل علي تأخير ظهور التعب والإجهاد الناجم عن الحمل البدني والعصبي الواقع علي كاهل المصارعين ، وقد لاحظ الباحث من خلال عمله في مجال المصارعة ومتابعته لبطولة الجمهورية وبطولة الجامعات أن فعالية الأداء للاعبين تتخفف في الجولة الثانية عن الجولة الأولى وتتناقص في نهاية كل جولة عن بدايتها ، أي أنه كلما زاد زمن الأداء قل جهد اللاعبين ، ومن خلال الدراسات التي أشارت إلي وجود علاقة بين زمن وشدة الأداء البدني وزيادة مستوى الشوارد الحرة نتيجة لأكسدة الدهون ، والتي تؤدي بدورها إلي الشعور بالإجهاد وعدم القدرة علي مواصلة بذل الجهد والتي تؤثر بدورها في تقليل كفاءة ومستوي اللاعبين واحتمالية إصابتهم بأمراض خطيرة علي المدى الطويل كأمراض القلب وتصلب الشرايين والأورام السرطانية وغيرها من الأمراض .

ومن هذا المنطلق العلمي يري الباحث أن تناول مضادات الأكسدة المكونة من عسل النحل و أقراص أنتوكس (مضادات أكسدة تحتوي علي عنصر السيلينيوم وفيتامينات أ ، ج ، هـ) كأحد البدائل العلمية للمنشطات المحرمة دوليا قد يؤثر ايجابيا علي فعالية الأداء المهاري وبعض المتغيرات البيولوجية للمصارعين الناشئين .

أهداف البحث :

يهدف البحث إلي التعرف علي تأثير تناول مضادات الأكسدة علي فعالية الأداء المهاري وبعض المتغيرات البيولوجية للمصارعين الناشئين من خلال :

- التعرف علي الفروق بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في المتغيرات قيد البحث (فعالية الأداء المهاري ، البيوكيميائية ، الوظيفية و الأنثروبومترية) .
- التعرف علي الفروق بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في المتغيرات قيد البحث (فعالية الأداء المهاري ، البيوكيميائية ، الوظيفية و الأنثروبومترية) .

- التعرف علي الفرق بين القياسات القبلية والبعدية (فرق الفروق) بين المجموعتين التجريبية والضابطة في المتغيرات قيد البحث (فعالية الأداء المهاري ، البيوكيميائية ، الوظيفية والأنثروبومترية) .

فروض البحث :

- توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسات القبلية والقياسات البعدية للمجموعة الضابطة في المتغيرات قيد البحث (فعالية الأداء المهاري ، البيوكيميائية ، الوظيفية و الأنثروبومترية) .
- توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسات القبلية والقياسات البعدية للمجموعة التجريبية في المتغيرات قيد البحث (فعالية الأداء المهاري ، البيوكيميائية ، الوظيفية و الأنثروبومترية) .
- توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسات القبلية والبعدية (فرق الفروق) بين المجموعتين التجريبية والضابطة في المتغيرات قيد البحث (فعالية الأداء المهاري ، البيوكيميائية ، الوظيفية و الأنثروبومترية) .

طرق وإجراءات البحث :

- استخدم الباحث المنهج التجريبي
- بلغت عينة البحث ١٠ مصارعين من منتخب جامعة المنصورة ، تم توزيعهم عمدياً على مجموعتين متكافئتين ، الأولى تجريبية قوامها ٥ مصارعين والأخرى ضابطة وقوامها ٥ مصارعين
- تم إجراء التكافؤ بين أفراد المجموعتين في متغيرات السن ، الطول ، الوزن ، العمر للتدريبي وكذلك طبقت الاختبارات والقياسات التالية على كلتا المجموعتين قبل وبعد التجربة

١- اختبار فعالية الأداء المهاري :

وذلك بحساب عدد المحاولات للصحيحة وعدد النقاط التي يحصل عليها اللاعب من خلال أدائه لمجموعة حركات الرمية الخلفية بشخص ثالث وزن اللاعب خلال جولتين زمن كل منهما ٩٠ ثانية بينهما دقيقة راحة .

٢- القياسات البيوكيميائية :

صورة الدم - صورة الدهون - إنزيم الـ S.G.O.T و S.G.P.T - الكرياتينين - جلوكوز الدم - المألون داي الدهايد - القدرة الكلية لمضادات الأكسدة - تحليل البول .

٣- القياسات الوظيفية :

معدل النبض - ضغط الدم - الحد الأقصى لاستهلاك الأكسجين .

٤- القياسات الأنثروبومترية :

وزن الجسم - نسبة ووزن الدهون بالجسم .

الدراسات الاستطلاعية :

الدراسة الاستطلاعية الأولى :

قام الباحث بإجراء دراسة استطلاعية لفحص عينة من عسل النحل المستخدم في البحث بوحدة التحاليل الدقيقة بكلية الزراعة جامعة المنصورة للتأكد من سلامته وفحص نسب السكر ، المواد الصلبة ، الرطوبة والرماد .

الدراسة الاستطلاعية الثانية :

قام الباحث بإجراء دراسة استطلاعية يوم ١١ فبراير ٢٠٠٦م وذلك قبل تطبيق الدراسة الأساسية بعشرة أيام تقريبا وذلك علي عينة مكونة من (٤) مصارعين من نفس المرحلة العمرية وليسوا من عينة البحث وتم إجراء القياسات الأنثروبومترية وجميع القياسات الفسيولوجية واختبار فعالية الأداء المهاري قيد البحث وذلك في يوم ١١/٢/٢٠٠٦م .
أستهدف هذه الدراسة :

- للتأكد من سلامة تنفيذ وتطبيق الاختبارات وما يتعلق بها من إجراءات القياس وسلامة الأدوات والأجهزة المستخدمة .

- زيادة معلومات ومعارف وخبرة للمساعدین في الإشراف على تنفيذ وسير الاختبارات .
- اكتشاف نواحي القصور التي قد تظهر أثناء تنفيذ الاختبارات ومعالجة نواحي القصور التي تظهر عند تطبيقها .

- التعرف على الوقت التي تستغرقه الاختبارات والترتيب الأمثل لإجراء هذه الاختبارات والقياسات .

- للتدريب على تسجيل البيانات في الاستمارات المعدة لذلك .

الدراسة الأساسية :

أجريت الدراسة الأساسية علي عينة الدراسة خلال المدة من ٢١ فبراير ٢٠٠٦ م إلي ٨ مارس ٢٠٠٦ م .

أهم الاستنتاجات :

- أدى تناول مضادات الأكسدة قيد البحث إلي تحسين فعالية الأداء المهارى .
- أدى تناول مضادات الأكسدة قيد البحث إلي تحسين (كرات الدم الحمراء والهيموجلوبين) والمحافظة علي القدرة الكلية لمضادات الأكسدة وتقليل أكسدة الدهون بينما لم يؤدي تناول مضادات الأكسدة إلي وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الصفائح الدموية وكرات الدم البيضاء وصورة الدهون وإنزيم S. G. P. T , S.G.O. T والكرياتينين ومستوي جلوكوز الدم .
- أدى تناول مضادات الأكسدة المقترح إلي تحسين معدل النبض بينما لم يؤدي تناول مضادات الأكسدة إلي وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متغير ضغط الدم (الإنقباضى - الإنبساطى) والحد الأقصى لاستهلاك الأكسجين .
- أدى تناول مضادات الأكسدة إلي تحسين التمثيل الغذائي للطعام بينما لم يؤدي تناول مضادات الأكسدة إلي وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متغير نسبة ووزن الدهون بالجسم .

التوصيات

- تناول مضادات الأكسدة قيد البحث ، حيث أثبتت قدرتها علي تحسين فعالية الأداء المهارى للمصارعين وكذلك خفض توتر الأكسدة والمحافظة علي القدرة الكلية لمضادات الأكسدة .
- إجراء دراسات مماثلة باستخدام مكملات غذائية مختلفة للتوصل إلي أكثرها فاعلية في الحد من الشوارد الحرة .
- إجراء المزيد من الدراسات الأخرى ولكن باستخدام توقيتات مختلفة لتناول مضادات الأكسدة .
- توعية المدربين واللاعبين بأهمية تناول مضادات الأكسدة خلال مراحل الإعداد المختلفة.
- تضافر جهود الأقسام العلمية المعنية بمختلف الكليات لإتجاز مثل هذه الدراسات .

مستخلص البحث

تأثير تناول مضادات الأكسدة على فعالية الأداء المهارى وبعض المتغيرات
البيولوجية للمصارعين الناشئين

المفورة
دكتوراة

اسم الباحث : أحمد شعراوي محمد أحمد

هذا البحث يهدف إلى التعرف على تأثير تناول مضادات الأكسدة على فعالية الأداء
المهارى وبعض المتغيرات البيولوجية للمصارعين الناشئين

الدراسة الاستطلاعية الأولى وذلك لفحص عينة من عسل النحل المستخدم في البحث
بوحدة التحاليل الدقيقة بكلية الزراعة جامعة المنصورة للتأكد من سلامته وفحص نسب السكر ،
المواد الصلبة ، الرطوبة والرماد .

الدراسة الاستطلاعية الثانية أجريت يوم ١١ فبراير ٢٠٠٦م وذلك لتدريب القادة
والمساعدون على تنفيذ الاختبارات وتسجيل النتائج وترتيب أداء الاختبارات والتعرف على الوقت
الذي تستغرقه هذه الاختبارات .

الدراسة الأساسية طبقت على عينة قوامها ١٠ مصارعين حيث قسموا إلى مجموعتين
أحدهما تجريبية قوامها ٥ مصارعين والأخرى ضابطة قوامها ٥ مصارعين وذلك في الفترة من
٢١ فبراير ٢٠٠٦م إلى ٨ مارس ٢٠٠٦م .

نتائج البحث :

أدى تناول مضادات الأكسدة قيد البحث إلى تحسين فعالية الأداء المهارى وزيادة كل من
(كرات الدم الحمراء والهيموجلوبين) والمحافظة على القدرة الكلية لمضادات الأكسدة وتقليل
أكسدة الدهون وكذلك أدى إلى انخفاض معدل النبض وعمل على تحسين التمثيل الغذائي للطعام
بينما لم يؤدي تناول مضادات الأكسدة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الصفات الدموية
وكرات الدم البيضاء وصورة الدهون وإنزيم G. P. T , G. O. T والكرياتينين ومستوى جلوكوز
الدم ومتغير ضغط الدم (الإنقباضى - الإنبساطى) والحد الأقصى لاستهلاك الأكسجين ونسبة
وزن الدهون بالجسم .