

أولاً المقدمة :

إن أهم ما يميز عصرنا الحديث مع بداية الألفية الثالثة ذلك التنافس المستمر بين الأفراد والدول بهدف تنمية التقدم في شتى مجالات الحياة، ويعتبر مجال التربية البدنية والرياضة أحد هذه المجالات التي قام فيها الكثير من العلماء والباحثين بإجراء العديد من البحوث والدراسات التي تهدف إلى إيجاد حلولاً كثيرة للمشكلات التي تؤرق البشرية وتحيرها.

وقد أصبحت التربية البدنية والرياضية بفلسفتها الحديثة تتمشى مع تطور العلوم والفنون وألوان نشاطها والتي تتميز بالحركة والفاعلية ، وقد اتجهت الدول ولاسيما المتقدمة منها إلى التقنيات الحديثة والتي لا تحتاج في أدائها إلى جهد بدني، ولما لها من أهداف بناءة تساعد على إعداد المواطن الصالح المنتج، ولقد أصبح الوصول إلى المستويات الرياضية العالية من أهم مظاهر التقدم ومؤشر لرقى الدول.

وقد ارتفع مستوى الأداء الرياضي في الأنشطة الرياضية والبدنية المختلفة في النصف الأخير من هذا القرن نتيجة لتكاتف العلماء في الدراسة والبحث وتطور الأجهزة العلمية والأدوات المساعدة في مجال التربية البدنية والرياضية ذلك من أجل الوصول إلى المستويات الرياضية العالية، حيث تلعب عملية التدريب الرياضي دوراً هاماً في مختلف مجالات المنافسة الرياضية ذلك لاعتمادها على التخطيط العلمي للوصول بالفرد إلى أعلى مستوى رياضي ممكن في نوع النشاط الرياضي التخصصي.

وتعتبر رياضة المصارعة أحد الأنشطة الرياضية التي حظيت بالاهتمام على مر العصور منذ أن مارسها القدماء حتى عصرنا الحاضر، وتكرس الدول المتقدمة في المجال الرياضي جهودها البشرية والمادية لإعداد فرقها القومية على أسس وقواعد علمية خاصة بعد أن أصبحت المستويات الرياضية العالمية مؤشراً يعكس مستوى التقدم العلمي والحضاري للدولة.

وأصبحت رياضة المصارعة تركز على العلوم التي تتصل بالنشاط الحركي للإنسان كعلم التشريح والفسولوجي والميكانيكا الحيوية وعلم النفس وعلم التدريب الرياضي للارتقاء بمستوى هذه الرياضة حيث يذكر عبد الحميد أحمد ١٩٨٧م أن دول العالم الآن على علم بمختلف طرق تطوير وتنمية عناصر الإعداد المختلفة (البدني - المهاري - الخططي) حتى أصبح أبطال العالم في مختلف أنواع النشاط متقاربون في هذه العناصر من حيث المستوى. (٣٧ : ٢٩٧)

ويشير محمد علاوي ١٩٩٢م إلى أن علم التدريب الرياضي أصبح له أصول وقواعد راسخة يستند عليها ويستمد منها مادته، حيث أن الهدف الرئيسي من عملية التدريب هو إعداد الفرد للوصول إلى أعلى مستوى رياضي ممكن في نوع معين من أنواع الأنشطة الرياضية. (٥٧ : ٣٦)

كما يذكر مفتي إبراهيم ١٩٩٠م أن التخطيط لعملية التدريب الرياضي أصبح من الأهمية لضمان التقدم والارتقاء بالمستوى الرياضي للنشء فالوصول إلى المستويات الرياضية العالية لا يأتي جزافاً بل من خلال التخطيط طبقاً للأسس والمبادئ العلمية. (٨١ : ٣٩)

ويرى محمد الأشرم ١٩٨٦م أن حركة الرمية بالمواجهة (السننير الأمامي) من الحركات الهامة في مجموعة حركات الرمية الخلفية، خاصة عندما تؤدي بالتكنيك الصحيح حيث أن لها أثر في إنهاء المنافسة لصالح المهاجم لما تتمتع به الحركة من فقد اتصال المدافع بالأرض فيفقد السيطرة والاتزان وعدم القدرة على أداء الدفاع بطريقة إيجابية. (٦٩ : ٣)

ويرى سنجر Singer ١٩٨٠م أن الإحساس الحركي يساعد اللاعب على اكتساب كثير من المهارات الحركية ويجعلها عادة مكتسبة بالنسبة له كما يؤكد أن نجاح الأداء الحركي يعتمد على الخصائص البدنية والقدرات الحركية والاحساس الحركي الذي يلعب دوراً كبيراً في هذا النجاح. (١١٩ : ٢٠٥)

ويذكر أحمد زكي ١٩٨٦م أن الإدراك الحس-حركي من الممكن أن ينمي تلقائياً من خلال عملية التعلم الحركي للمهارة إلا أن ذلك يتم بطريقة غير مقصودة وغير مقننة ، لذا فإن مقدار هذا النمو قد لا يكون بالقدر الكافي إذا ما قورن بنظيره الذي ينمو بطريقة مقصودة من خلال تصميم بعض التمرينات الخاصة التي تهدف إلى ذلك. (٥ : ٦)

ثانياً مشكلة البحث وأهميته:

تعتبر رياضة المصارعة من الرياضات التي لها مكانة متميزة بين الرياضات الأخرى، فهي رياضة الدفاع - والهجوم بين منافسين ينحصر هدف كل منهما في غرضين هجومي ويمثل في إحراز أكبر عدد من النقاط، ودفاعي ويمثل في منع المنافس من إحراز أي نقاط وفي سبيل تحقيق هذين الغرضين يستخدم المصارع العديد من المهارات الأساسية في المصارعة، وتعتبر مجموعة حركات النفوس للخلف من أهم المجموعات الحركية التي يجب أن يتقنها المصارع حتى يستطيع تحقيق أكبر عدد من النقاط في المباراة حيث يتفق مسعد محمود ١٩٨٦م، محمد الأشرم ١٩٨٦م أن أداء مجموعة حركات الرمية الخلفية بالتكنيك الصحيح يحقق للمصارع المميزات التالية:

- يصعب الدفاع ضدها خاصة لو تم رفع المنافس عن البساط.
- تعتبر وسيلة فعالة لتجميع أكبر عدد من النقاط الفنية.
- تعرض المنافس في كثير من الأحيان للمسة الكتفين التي تنتهي المباراة لصالح المصارع المهاجم. (٧٨ : ١٩) (٦٩ : ٣)

وتعتبر حركات الرميات الخلفية من أكثر الحركات التي يمكن أن يستخدمها المصارع في المباراة نظراً لأنها تتم والمصارعان في وضع الصراع العلوي ورغم ذلك فإن أداء مثل هذه الحركات نادراً ما يتم استخدامها في المباريات على الرغم من أهميتها في الحصول على أكبر عدد من النقاط إذا تمت بطريقة صحيحة طبقاً لما ورد في القانون الدولي للمصارعة.