



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة ديالى

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

الدراسات العليا

**الاستجابة الحاصلة لبعض المتغيرات الوظيفية وتحمل القوة
للاطراف العليا بعد اداء جهد بدني المصاحب لنقص وفرط
التروية للاعبي المصارعة الرومانية**

رسالة ماجستير مقدمة

إلى مجلس كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة ديالى وهي
جزء من متطلبات نيل شهادة الماجستير في التربية البدنية وعلوم
الرياضة

من قبل الطالب

جلال كامل عبود العزاوي

بإشراف

أ.م. د. محمد فاضل علوان

2021 م

1442 هـ

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

قَالُوا سُبْحَانَكَ لَا عِلْمَ لَنَا إِلَّا مَا
عَلَّمْتَنَا إِنَّكَ أَنْتَ الْعَلِيمُ
الْحَكِيمُ ((32))

صَدَقَ اللَّهُ الْعَظِيمُ

سورة البقرة (32)

إقرار المشرف

اشهد أنّ إعداد هذه رسالة ماجستير الموسومة بـ:

«الاستجابة الحاصلة لبعض المتغيرات الوظيفية وتحمل القوة للاطراف العليا بعد أداء جهد بدني المصاحب لنقص وفرط التروية للاعبي المصارعة الرومانية» والمقدمة من طالب الماجستير **(جلال كامل عبود)** تمت بأشرافنا في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة ديالى، وهي جزء من متطلبات نيل شهادة الماجستير في علوم التربية البدنية وعلوم الرياضة، وانها قد استوفت خطتها استيفاء تاما .

التوقيع

أ. م. د. محمد فاضل علوان

المشرف

2021 / /

وبناء على التعليمات و التوصيات المتوافرة نرشح هذه الرسالة للمناقشة .

أ.م. د محمد وليد شهاب

معاون العميد للشؤون العلمية والدراسات العليا

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

2021 / /

إقرار المقوم اللغوي

اشهد إنني قرأت هذه الأطروحة الموسومة بـ :

((الاستجابة الحاصلة لبعض المتغيرات الوظيفية وتحمل القوة للاطراف العليا بعد أداء جهد بدني المصاحب لنقص وفرط التروية للاعبي المصارعة

الرومانية)) المقدمة من قبل طالب الماجستير (**جلال كامل عبود**)، قد تمت مراجعتها من الناحية اللغوية إذ أصبحت بأسلوب علمي سليم خالٍ من الأخطاء والتعبيرات اللغوية غير الصحيحة ولأجله وقعت .

التوقيع :

الاسم : أ . د صفاء الدين احمد

العنوان : الجامعة العراقية / كلية الآداب

التاريخ : 2021 / /

إقرار الخبير الاحصائي

أشهد إن اعداد هذه الاطروحة الموسومة بـ :

«الاستجابة الحاصلة لبعض المتغيرات الوظيفية وتحمل القوة للاطراف العليا بعد اداء جهد بدني المصاحب لنقص وفرط التروية للاعبي المصارعة الرومانية» المقدمة من قبل طالب الماجستير (**جلال كامل عبود**) ، قد تمت مراجعتها من الناحية الاحصائية ، اذا اصبحت بأسلوب احصائي سليم خال من الازطاء ولأجله وقعت.

التوقيع:

الاسم : أ . م . د محمد وليد شهاب

الاختصاص :

العنوان : جامعة ديالى /كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

التاريخ: 2021 / /

إقرار المقوم العلمي

اشهد إنني قرأت هذه الاطروحة الموسومة بـ :

«الاستجابة الحاصلة لبعض المتغيرات الوظيفية وتحمل القوة للاطراف العليا بعد اداء جهد بدني المصاحب لنقص وفرط التروية للاعبي المصارعة الرومانية» وقد تمت مراجعتها من الناحية العلمية بحيث أصبحت بأسلوب علمي سليم ، ولأجله وقعت .

التوقيع:

الاسم : أ. د سناء خليل عبيد

الاختصاص :

العنوان : الجامعة المستنصرية -كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

التاريخ : 2021 / /

إقرار المقوم العلمي

اشهد إنني قرأت هذه الاطروحة الموسومة بـ :

((الاستجابة الحاصلة لبعض المتغيرات الوظيفية وتحمل القوة للاطراف العليا بعد اداء جهد بدني المصاحب لنقص وفرط التروية للاعبي المصارعة الرومانية)) وقد تمت مراجعتها من الناحية العلمية بحيث أصبحت بأسلوب علمي سليم ، ولأجله وقعت .

التوقيع:

الاسم : أ. م. د هدى بديوي شبيب

الاختصاص :

العنوان : جامعة بغداد – كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

التاريخ : 2021 / /

إقرار لجنة المناقشة والتقويم

نحن أعضاء لجنة المناقشة والتقويم نشهد أننا قد اطلعنا على رسالة الماجستير

الموسومة بـ **((الاستجابة الحاصلة لبعض المتغيرات الوظيفية وتحمل القوة**

للأطراف العليا بعد أداء جهد بدني المصاحب لنقص وفرط التروية للاعبي

المصارعة الرومانية)) وقد ناقشنا الطالب **(جلال كامل عبود)** في محتوياتها وفيما

له علاقة بها، ونُفّر أنها جديرة بالقبول لنيل شهادة الماجستير في التربية البدنية وعلوم

الرياضة.

التوقيع:

الاسم: ا. م. د غسان بحري شمخي

عضو اللجنة

التاريخ: 2021 /8/24

التوقيع:

الاسم: ا. د جمال محمد شعيب

عضو اللجنة

التاريخ: 2021/8/24

التوقيع

الاسم: ا. د قيس جواد خلف

رئيس اللجنة

التاريخ: 2021/8 /24

صدّقت هذه الرسالة من مجلس كلية التربية الرياضية/ جامعة ديالى بجلسته

المرقمة (الثانية عشر) والمنعقدة بتاريخ 2021/7/11

التوقيع

ا. د ماجدة حميد كمبش

عميد كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة ديالى

2021/ 8 /24م

الإهداء

❖ إلى .. معلمنا الأول النبي صاحب المقام المحمود سيدنا محمد ﷺ

❖ إلى .. والدي ووالدتي _ أطال الله تعالى عمرهما

❖ إلى .. إخوتي وأخواتي احتراماً وإخلاصاً

❖ إلى .. حبيبتي الغالية..... احتراماً وإخلاصاً

❖ إلى .. أساتذتي وزملائي وكل من كان له فضل في إخراج هذه الدراسة
أهديها تواضعاً

بجملته
عبد الله

الشكر والثناء

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على أفضل الأنبياء والمرسلين وعلى آله وصحبه أجمعين ونسأله تبارك وتعالى الثبات على الحق والعون على كل خير، أسجد لله شاكرًا على ما أعانني به من صبر وجلد في إتمام هذا العمل بصورته الحالية، فالحمد لله ، أن كان فيه من الكمال لمحة، أو من بحر العلم قطرة، فلست بصاحب هذا ولا أدعيه، انما ذلك بفضل من الله .

وعرفانا مني بالجميل اتقدم بخالص شكري وتقديري لأستاذي ومشرفي الفاضل أ.م. د. محمد فاضل علوان الذي كان خير عون لي جعل الله له الخير في طريقه وانا لله له دربه وزاده من علمه وحفظه للعلم والعلماء، افتخر ويزيدني فخرا ان تكون مشرفي واستاذي تعلمت منك الكثير شكرا لك من القلب.

كما اتقدم بالشكر الى كليتي كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة /جامعة ديالى المتمثلة بعميدها أ. د ماجدة حميد كمبش .

كما اتقدم بالشكر الى السادة رئيس واعضاء لجنة المناقشة المحترمين لملاحظاتهم العلمية مما ازاد من رصانة الدراسة العلمية .

كما اتقدم بالشكر والتقدير الى اعضاء لجنة السمنار(الحلقات النقاشية) و اللجنة العلمية على جهودهم في اقرار عنوان الدراسة .

كما اتقدم بالشكر والعرفان إلى من كان استاذي وصديقي ابي الغالي أ. د. كامل عبود حسين سائلا الله التقدير ان يحفظه ويطيل عمره وأتمنى له اعلى المراتب .. شكرا لك.

كما أتقدم بخالص الشكر والتقدير إلى أ. د قيس جياذ لما أبداه من معرفة علمية لي ولخدمة المجتمع ومساعدته لي طيلة فترة اجراء الاختبارات.

والشكر الجزيل الى أ. د. حمودي عصام و أ. د فاخر عامر شغاتي الذين بصموا لمسات عقولهم في وجنات البحث فلهم مني كل الشكر والعرفان.

كما أتقدم بالشكر والتقدير إلى أ. م. د محمد وليد والذي كان خير عون وأخًا لطلاب العلم .

كما أتقدم بخالص الحب والاحترام والثناء الى م .م محمد رافد مهدي لما أبداه من رعاية واهتمام طيلة مدة الدراسة سائل المولى ان يوفقه وينير دربه .

كما أتقدم بالشكر والتقدير إلى العاملين في مكاتب كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة ديالى وجامعة بغداد لتسهيلهم أمرنا في استعارة المصادر العلمية.

كما أتقدم بالشكر والتقدير إلى عينة البحث الذين تحملوا الأعباء البدنية والنفسية فلهم منى وافر التقدير والامتنان.

كما أتقدم بخالص الامتنان والثناء إلى فريق العمل المساعد أ. د. حيدر سعود و أ. م. د عثمان محمود شحادة أ. م. د عبدالرزاق وهيب و م .م محمد رافد و السيد محمد عباس ، و السيد واثق عبد الرحمن ، و م طبي مهدي عبدالله ، والسيد مصطفى محمود، و السيد سيف علي صالح الذين شاركوني عناء التعب في إتمام تجربة البحث فلهم منى كل الشكر. ومن القلب تحية وامتنان إلى أساتذتي جميعا في الدراسة الاولية والماجستير فلولاهم لما وصلت لهذا المستوى فجزاهم الله عني خير الجزاء.

ومن بعد ربي عز وجل إلى من وقف معي وحقق لي كل ما اريد وساعدوني في إتمام رسالتي أبي وامي وإخوتي وحببتي الأعرزاء شكرا لكم اتمنى ان ارد لكم شيء بسيط مما قدمت لي اتمنى من الله عز وجل ان يحفظكم لي .و اخيرا وليس اخرا اقدم شكري وامتثاني الى كل من لم تسعفني الذاكرة على ذكرهم والحمد لله رب العالمين.

والله اعلم
بما كنا
نوعه
٢٠٢٣

جمال
٢٠٢٣

المستخلص

الاستجابة الحاصلة لبعض المتغيرات الوظيفية وتحمل القوة للأطراف العليا بعد أداء جهد بدني المصاحب لنقص وفرط التروية للاعبي المصارعة الرومانية

بإشراف ا.م. د محمد فاضل علوان

الباحث: جلال كامل عبود

2021 م

1442 هـ

اشتملت الرسالة على خمسة ابواب :

تضمن الباب الاول المقدمة واهمية البحث الذي تناول فيه كيفية التعامل مع فسيولوجيا الرياضة خلال السنوات الاخيرة استطاع الباحثون الحصول على المعلومات والحقائق الفسيولوجية المهمة التي اسهمت في تطوير عملية التدريب الرياضي حتى يكون ملائماً لقدرة التكيف البدني والدراسات التي تساعد على تطوير قدرة اجهزة جسم الرياضيين الوظيفية وتحقيق الانجازات الرياضية عالية المستوى لذا فإن التوصل للنتائج من خلال اجراء الاختبارات الفسلجية له اثر مهم في فاعلية الطرائق التدريبية التي تظهر من خلالها عملية تكيف اجهزة جيم الرياضي .

ومن هنا تتجلى أهمية البحث باعتبار تدريبات الاسكيميا - الهبيريميا ، تدريبات حديثة وغير مستخدمة في مجال التدريب وأعادته النشاط العضلي أو في حالة الاستشفاء ، وأن استخدام الطرق الحديثة في مجال التدريب تتطلب إجراء قياسات لبعض المتغيرات البيوكيميائية واختبارات بدنية معينة من أجل التعرف على سلبيات وإيجابيات هذه الطرق وكذلك التعرف على تأثير هذه الطرق التدريبية أو التمرينات على بعض المتغيرات البيوكيميائية والعلاقة بين هذه المتغيرات وأعادته النشاط العضلي لعضلات الأطراف العاملة (عضلات الأطراف العليا هذه التمرينات المصاحبة للاسكيميا - الهبيريميا) ، وكانت الحاجة لاجراء هذه الدراسة باعتبار هذه الطريقة او الاسلوب التدريبي من الاساليب الحديثة تتطلب التعرف على تأثيرها على بعض المتغيرات البيوكيميائية وعلاقتها بإعادة النشاط العضلي . ومن هنا برزت الحاجة الى اجراء هذه المحاولة لدراسة هذه التغيرات التي تطرأ على مستوى بعض متغيرات بيوكيميائية الدم من خلال القياسات الفسيولوجية الحديثة والمناسبة لطبيعة

البحث وايجاد الاستجابات الحاصلة بين اسلوب الاسكيميا و الهبيريميا مع القدرة على إعادة التمرين بعد الجهد عالي الشدة

اما أهداف البحث فقد تضمنت:

- 1- قياس سرعة الدم للشريان المغذي لعضلات الاطراف العليا للاعب المصارعة الرومانية قبل وبعد الجهد المصاحب لنقص وفرط التروية لافراد عينة البحث .
- 2- التعرف على الاستجابات لحاصلة لبعض المتغيرات الوظيفية والبدنية لعضلات للاطراف العليا بعد استنفاد الجهد المصاحب لنقص وفرط التروية للاعب المصارعة الرومانية .

واشتمل الباب الثاني على مبحثين هما:

المبحث الاول الدراسات النظرية واشتمل على محاور عدة تطرق اليها الي المتغيرات الفسيولوجية الخاصة بالبحث كذلك والقوة القصوى والاسلوب المصاحب لنقص وفرط التروية والمصارعة الرومانية ، اما المبحث الثاني فاشتمل على الدراسات السابقة تناول فيها الباحث ثلاث دراسات سابقة مرتبطة بالبحث.

وتناول الباب الثالث منهج البحث المتبع إذ استخدم الباحث المنهج الوصفي (بالأسلوب السببي المقارن) وتكونت عينة البحث من (8) لاعبين من نادي الديوان الرياضي للمصارعة الرومانية ، وتم اختيارها بالطريقة العمدية ،فضلاً عن استخدام الباحث للوسيلة المصممة والاختبارات المعدة .

وقد تناول الباحث في الباب الرابع عرض وتحليل ومناقشة نتائج قيم الاختبارات المستخدمة لعينة البحث التجريبية والضابطة وتبويبها في مجموعة من الجداول ، إذ تم استخدام الحقيبة الاحصائية (SPSS) في معالجة بيانات الدراسة للوصول إلى تحقيق الهدف .

اما الباب الخامس فقد شمل الاستنتاجات والتوصيات .

وتضمنت الاستنتاجات الاتي :

- 1- هناك تأثير ايجابي للجهد المصاحب لنقص وفرط التروية على قدرة عضلات الاطراف العليا على اعادة التمرين بعد جهد عالي الشدة.
- 2- هناك تأثير ايجابي للجهد المصاحب لنقص وفرط التروية (الاسكيميا والهبيريميا) على الفعاليات التي تعمل بنظام الطاقة اللاهوائي.

اما التوصيات فقد تضمنت ايضا:

- 1- اجراء دراسات مشابهة على عينات اخرى من لاعبي الاندية في فعاليات مختلفة من شأنها ايجاد الفروق في المتغيرات البيوكيميائية للألعاب الرياضية المختلفة .
- 2- استخدام الوسيلة المصممة في التمرينات الاخرى ولمختلف الالعاب والفعاليات الرياضية الاخرى .

قائمة المحتويات

الصفحة	الموضوع	المبحث
1	العنوان	
2	الاية القرانية	
3	اقرار المشرف	
4	اقرار المقوم اللغوي	
5	اقرار الخبير الاحصائي	
6	اقرار المقوم العلمي	
7	اقرار لجنة المناقشة	
8	الاهداء	
9	الشكر والتقدير	
11	ملخص الرسالة باللغة العربية	
14	المحتويات	
18	الجداول	
20	الاشكال	
الصفحة	الفصل الاول	المبحث
	التعريف بالبحث	1
22	مقدمه البحث واهميته.	1 -1
23	مشكلة البحث.	2 -1
24	أهداف البحث.	3 -1
24	فرض البحث.	4 -1
24	مجالات البحث.	5 -1
24	المجال البشري.	1-5-1
24	المجال الزمني.	2-5-1

24	المجال المكاني.	3-5-1
25	تحديد المصطلحات.	6-1
الصفحة	الفصل الثاني	المبحث
	الدراسات النظرية والدراسات المشابهة	2
29	الدراسات النظرية .	1-2
29	الدم .	1-1-2
30	كريات الدم الحمراء .	1-1-1-2
30	كريات الدم البيضاء .	2-1-1-2
31	الصفائح الدموية .	3-1-1-2
31	الهيموكلوبين .	4-1-1-2
31	وظائف الدم.	5-1-1-2
32	التوازن الحامضي القاعدي (pH) الدم .	6-1-1-2
34	الكالسيوم .	7-1-1-2
34	الصوديوم .	8-1-1-2
35	البوتاسيوم .	9-1-1-2
37	هرمون النمو .	10-1-1-2
37	تأثير هرمون النمو على تسبب النمو.	1-10-1-1-2
37	التأثيرات الاستقلابية لهرمون النمو.	2-10-1-1-2
37	تنظيم إفراز هرمون النمو.	3-10-1-1-2
38	وظائف هرمون النمو.	4-10-1-1-2
38	نقص هرمون النمو.	5-10-1-1-2
39	هرمون التسوستيرون.	11-1-1-2
40	أستجابات الهرمونات للجهد البدني .	1-11-1-1-2
41	الشرابين .	2-1-2
43	الأوردة .	3-1-2

44	مفهوم نقص - وفرط التروية .	4-1-2
46	الآثار الإيجابية الناتجة من تدريبات (الأسكيما . الهيبيريميا) نقص - وفرط التروية	1-4-1-2
47	الآثار السلبية الناتجة من استخدام تدريبات(الاسكيما - الهيبيريميا) نقص - وفرط التروية	2-4-1-2
48	أهم فوائد ومميزات التدريب ب (الاسكيما - الهيبيريميا) .	3-4-1-2
50	التغيرات التي تحدث في الدم نتيجة النشاط الرياضي .	4-5-1-2
51	تحمل القوة .	5-1-2
52	المصارعة الرومانية .	6-1-2
53	الأداء الفني (المسكات) .	1-6-1-2
54	الهجوم المباشر وأهميته في المصارعة الرومانية .	2-6-1-2
55	الدراسات المشابهة	2-2
الصفحة	الفصل الثالث	المبحث
	منهجية البحث و إجراءاته الميدانية .	-3
60	منهج البحث .	1-3
60	مجتمع وعينة البحث.	2-3
61	تجانس العينة .	1-2-3
62	تكافؤ العينة .	2-2-3
64	الاجهزة والادوات ووسائل جمع البيانات والمعلومات.	3-3
64	وسائل جمع المعلومات .	1-3-3
65	تحديد متغيرات الدراسة.	4-3
66	الاجهزة والادوات المستخدمة	1-4-3
67	الوسيلة المصممة للغلق الشرياني	2-4-3
68	الاختبارات و القياسات للمتغيرات الخاصة بالبحث .	5-3
68	الاختبار البدني .	1-5-3

68	القياسات الوظيفية.	2-5-3
70	خطوات تنفيذ البحث .	6-3
70	التجربة الاستطلاعية .	1-6-3
70	التجربة الرئيسية .	2-6-3
71	الوسائل الاحصائية.	7-3
الصفحة	الفصل الرابع	المبحث
73	4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:	-4
73	1-4 عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبليّة والبعديّة المجموعة الضابطة ومناقشتها .	1-4
84	2-4 عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبليّة والبعديّة المجموعة التجريبيّة ومناقشتها .	2-4
100	3-4 عرض وتحليل نتائج الاختبارات البعديّة المجموعة الضابطة والتجريبية ومناقشتها.	3-4
	الفصل الخامس	المبحث
116	5-الاستنتاجات والتوصيات	-5
116	1-5 الاستنتاجات	1-5
117	2-5 التوصيات	2-5
	المصادر	
119	المصادر والمراجع العربية والاجنبية	
119	المصادر العربية	1
122	المصادر الاجنبية	2
125	الملاحق	
A-D	ملخص الرسالة باللغة الانكليزية	

قائمة الجداول

الصفحة	الجدول	رقم الجدول
58	اوجه التشابه والاختلاف بين الدراسة الحالية والدراسات السابقة	1
61	التجانس بين افراد عينة البحث	2
62	قيم الاختبارات القبلية لعينة البحث باستخدام اختبار مان وتني (التكافؤ)	3
66	النسبة المئوية لاتفاق الخبراء (القياسات الفسيولوجية المستخدمة)	4
73	قيم ولكوكسن بالنسبة لاختبار الاستناد الامامي القبلي و البعدي للمجموعة الضابطة	5
74	قيم ولكوكسن بالنسبة لاختبار سرعة الدم القبلي و البعدي للمجموعة الضابطة	6
75	قيم ولكوكسن بالنسبة لاختبار البوتاسيوم القبلي و البعدي للمجموعة الضابطة	7
76	قيم ولكوكسن بالنسبة لاختبار الصوديوم القبلي و البعدي للمجموعة الضابطة	8
77	قيم ولكوكسن بالنسبة لاختبار الكالسيوم القبلي و البعدي للمجموعة الضابطة	9
78	قيم ولكوكسن بالنسبة لاختبار هرمون النمو القبلي و البعدي للمجموعة الضابطة	10
79	قيم ولكوكسن بالنسبة لاختبار هرمون التسوستيرون القبلي و البعدي للمجموعة الضابطة	11
80	قيم ولكوكسن بالنسبة لاختبار كريات الدم البيضاء القبلي و البعدي للمجموعة الضابطة	12
81	قيم ولكوكسن بالنسبة لاختبار كريات الدم الحمراء القبلي و البعدي للمجموعة الضابطة	13
82	قيم ولكوكسن بالنسبة لاختبار الصفائح الدموية القبلي و البعدي للمجموعة الضابطة	14
83	قيم ولكوكسن بالنسبة لاختبار حامضية الدم القبلي و البعدي للمجموعة الضابطة	15
84	قيم ولكوكسن بالنسبة لاختبار الاستناد الامامي القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية	16

85	قيم ولكوكسن بالنسبة لاختبار سرعة الدم القلبي و البعدي للمجموعة التجريبية	17
87	قيم ولكوكسن بالنسبة لاختبار البوتاسيوم القلبي و البعدي للمجموعة التجريبية	18
88	قيم ولكوكسن بالنسبة لاختبار الصوديوم القلبي و البعدي للمجموعة التجريبية	19
90	قيم ولكوكسن بالنسبة لاختبار الكالسيوم القلبي و البعدي للمجموعة التجريبية	20
91	قيم ولكوكسن بالنسبة لاختبار هرمون النمو القلبي و البعدي للمجموعة التجريبية	21
93	قيم ولكوكسن بالنسبة لاختبار التسوستيرون القلبي و البعدي للمجموعة التجريبية	22
94	قيم ولكوكسن بالنسبة لاختبار كريات الدم البيضاء القلبي و البعدي للمجموعة التجريبية	23
95	قيم ولكوكسن بالنسبة لاختبار كريات الدم الحمراء القلبي و البعدي للمجموعة التجريبية	24
97	قيم ولكوكسن بالنسبة لاختبار الصفائح الدموية القلبي و البعدي للمجموعة التجريبية	25
98	قيم ولكوكسن بالنسبة لاختبار حامضية الدم القلبي و البعدي للمجموعة التجريبية	26
100	قيم مان وتني بالنسبة لاختبار الاستناد الامامي (بعدي) للمجموعة الضابطة والتجريبية	27
101	قيم مان وتني بالنسبة لاختبار سرعة الدم (بعدي) للمجموعة الضابطة والتجريبية	28
102	قيم مان وتني بالنسبة لاختبار البوتاسيوم (بعدي) للمجموعة الضابطة والتجريبية	29
103	قيم مان وتني بالنسبة لاختبار الصوديوم (بعدي) للمجموعة الضابطة والتجريبية	30
105	قيم مان وتني بالنسبة لاختبار الكالسيوم (بعدي) للمجموعة الضابطة والتجريبية	31
106	قيم مان وتني بالنسبة لاختبار هرمون النمو (بعدي) للمجموعة الضابطة والتجريبية	32
109	قيم مان وتني بالنسبة لاختبار التسوستيرون (بعدي) للمجموعة الضابطة والتجريبية	33

110	قيم مان وتني بالنسبة لاختبار كريات الدم البيضاء (بعدي) للمجموعة الضابطة والتجريبية	34
111	قيم مان وتني بالنسبة لاختبار كريات الدم الحمراء (بعدي) للمجموعة الضابطة والتجريبية	35
112	قيم مان وتني بالنسبة لاختبار الصفائح الدموية (بعدي) للمجموعة الضابطة والتجريبية	36
113	قيم مان وتني بالنسبة لاختبار حامضية الدم (بعدي) للمجموعة الضابطة والتجريبية	37

قائمة الأشكال

الصفحة	الأشكال	رقم الشكل
33	اتجاه حامضية وقاعدية الدم	1
42	الشريان العضدي وتفرعاته	2
67	الوسيلة المصممة في البحث	3
69	جهاز دوبلر الملون للأوعية الدموية	4
69	يوضح سرعة الدم قبل الاسكيميا للشريان العضدي	5
69	يوضح سرعة الدم بعد الاسكيميا للشريان العضدي	6
108	يوضح هرمون النمو للاعب المدرب عن غير المدرب	7

1 التعريف بالبحث

1-1 المقدمة وأهمية البحث:

يعد التطور الحاصل في جميع الأرقام القياسية لجميع البطولات والالعاب الرياضية ومستوى الانجاز العالي الذي يتحقق ونراه يوميا في المحافل والبطولات الدولية حصيلة أكيدة للجهود العلمية المشتركة للخبرات والعلوم المساهمة في دعم الانجاز الرياضي ونجد الدول المتقدمة في المجال الرياضي بحثت عن كل ما هو جديد من وسائل علمية تحقق الهدف المنشود ، وتهدف الدراسات والبحوث العلمية في المجال الرياضي الى الارتقاء بمستوى اللاعب من خلال ايجاد طرق واساليب التدريبية الحديثة والمبتكرة .

نظراً لسعة التعامل وعمقه مع فسيولوجيا التدريب خلال السنوات الاخيرة استطاع الباحثون الحصول على المعلومات والحقائق الفسيولوجية المهمة التي اسهمت في تطوير عملية التدريب الرياضي حتى يكون ملائماً لقدرة التكيف البدني . وتحدث هذه التغيرات على مستوى الخلايا والانسجة وتشمل التغيرات اللاهوائية والتغيرات الهوائية لإنتاج الطاقة اللازمة للأداء الرياضي فضلا عن التغيرات في الالياف العضلية وللقياسات الفسيولوجية اهمية كبيرة في المجال الرياضي ومن خلال هذه القياسات يمكن الوقوف على التأثيرات السلبية والايجابية والطرق والوسائل التدريبية المختلفة ، والتي من خلالها يمكن التعرف على تأثير تلك الطرائق على الاجهزة الحيوية لجسم الرياضي ، والتي من خلالها نستطيع تقنين الاحمال التدريبية بما مع يتلاءم قدرة الرياضي الفسيولوجية وذلك للاستفادة من تأثيراته الايجابية .

ظهرت في الآونة الأخيرة تدريبات تسمى تدريبات الاسكيميا - الهيريميا ، إذ يتم في هذا الأسلوب التدريبي قطع أو عرقلة مرور الدم إلى الأطراف بشكل كلي أو جزئي عن طريق استخدام وسيلة ضاغطة ، توضع حول الأطراف العضلية العليا أو السفلى المراد العمل عليها والتأثير فيها ، ويتم تضيق الوسيلة حول الطرف باستخدام ضغط الهواء وذلك بملئ كيس الهواء الموجود بالوسيلة بالضغط المطلوب وحسب أسس علمية مدروسة ، إذ تحدث حالة تسمى الاسكيميا ، وبعد حدوث حالة الاسكيميا تحدث حالة أخرى تسمى حالة الهيريميا وهي (حالة تدفق الدم للأطراف بعد قطعة بالوسيلة الضاغطة) فيندفع الدم بكميات كبيرة إلى عضلات التي وقعت تحت تأثير الاسكيميا لأمدادها بالأوكسجين والتخلص من نواتج العمل العضلي ، يستخدم هذا النوع من التدريبات في مجالات عدة ومنها تنشيط العضلات قبل الجهد أو المباراه واعاده النشاط العضلي بعد الجهد العالي ويستخدم تطوير بعض القدرات المركبة وفي مجالات تدريبية أخرى .

وتعد رياضة المصارعة (المصارعة الرومانية) من الالعاب الرياضية التي تحتاج الى متطلبات بدنية ومهارية عالية والتي تنعكس على قدرة اللاعب في الاستمرار في

الاداء المهاري والبدني اثناء المباريات (النزال او الجولة) و اثناء التدريب الرياضي ، إذ يقع العبء الاكبر على الاطراف العليا لذلك يحتاج المدربين الى برامج استعادة الاستشفاء لعضلات الجسم العاملة بأسرع وقت ممكن ، ومن هنا تكمن أهمية البحث باعتبار تدريبات الاسكيميا - الهيريميا ، تدريبات حديثة وغير مستخدمة في مجال التدريب وأعادته النشاط العضلي أو في حالة الاستشفاء ، وأن استخدام الطرق الحديثة في مجال التدريب تتطلب إجراء قياسات لبعض المتغيرات البيوكيميائية واختبارات بدنية معينة من أجل التعرف على سلبيات وإيجابيات هذه الطرق وكذلك التعرف على تأثير هذه الطرق التدريبية أو التمرينات على بعض المتغيرات البيوكيميائية والعلاقة بين هذه المتغيرات وأعادته النشاط العضلي لعضلات الأطراف العاملة (عضلات الأطراف العليا هذه التمرينات (التمرينات المصاحبة للاسكيميا - الهيريميا) ، ومن هنا برزت الحاجة لا جراء هذه الدراسة بأعتبار هذه الطريقة او الاسلوب التدريبي من الاساليب الحديثة تتطلب التعرف على تأثيرها على بعض المتغيرات البيوكيميائية والاستجابات بأعادة النشاط العضلي .

1-2 مشكلة البحث :

خلال السنوات الاخيرة اهتمت فسيولوجيا الرياضة بالتعرف على الاستجابات الوظيفية لأعضاء واجهزة الجسم وردود فعل التدريبات البدنية على النواحي الفسيولوجية والكيميائية التي تتغير حسب طبيعة النشاط البدني الممارس، مما يستدعي الى التعرف على مختلف تلك الاستجابات للإفادة منها في التعرف على ايجابيات وسلبيات الاساليب التدريبية المختلفة.

وبما أن اسلوب الجهد المصاحب النقص - وفرط التروية (اسلوب الاسكيميا - الهيريميا) من الاساليب الحديثة التي تحتاج الى المزيد من الدراسات والبحث والتي تتطلب استخدام القياسات الفسيولوجية والبدنية المناسبة ، وخصوصا ان اللاعب يتعرض الى ظروف غير طبيعية باستخدام هذا الاسلوب (الجهد المصاحب لنقص - وفرط التروية) وغير معتادة في اساليب التدريب المعروفة في مجال علم التدريب الرياضي ، وذلك من خلال قطع الدم على الاطراف بشكل كلي او جزئي ، كما ان هناك اختلافاً في نتائج البحوث في هذا المجال وان التدريب مع انسداد الاوعية (نقص التروية - الاسكيميا) لاتزال مثيرة للجدل ، ومن هنا برزت الحاجة الى اجراء هذه المحاولة لدراسة هذه التغيرات التي تطرأ على مستوى بعض المتغيرات البيوكيميائية الدم من خلال القياسات الفسيولوجية الحديثة والمناسبة لطبيعة البحث وايجاد الاستجابات بين اسلوب الاسكيميا و الهيريميا مع القدرة على اعادة التمرين بعد الجهد عالي الشدة

1 - 3 أهداف البحث :

1. تصميم وسيلة استشفائية للتعرف على الاستجابات الحاصلة لبعض المتغيرات الوظيفية وتحمل القوة للأطراف العليا بعد اداء جهد بدني المصاحب لنقص وفرط التروية بعد استنفاد الجهد للاعب المصارعة الرومانية.
2. قياس سرعة الدم لعضلات الاطراف العليا للاعب المصارعة الرومانية قبل وبعد الجهد المصاحب لنقص وفرط التروية للاعب المصارعة الرومانية .
3. التعرف على الفروق في الاستجابات الحاصلة لبعض المتغيرات الوظيفية وتحمل القوة لعضلات الاطراف العليا بين الاختبارين الاول والثاني بأعادة الاختبار للاعب المصارعة الرومانية.
4. التعرف على تحمل القوة للاطراف العليا لافراد عينة البحث قبل وبعد الجهد المصاحب لنقص وفرط التروية واعادة النشاط العضلي للاطراف العليا للاعب المصارعة الرومانية .

1-4 فروض البحث :

1. هناك فروق معنوية ذات دلالة احصائية بين الاسلوب المصاحب لنقص وفرط التروية قبل الجهد وبعد الجهد للاختبارات الوظيفية للمجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح المجموعة التجريبية .
2. هناك فروق معنوية ذات دلالة احصائية بين الاسلوب المصاحب لنقص وفرط التروية للاختبارين الاول والثاني للمجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح الاختبار الثاني بعد اداء جهد بدني مرتفع الشدة ولصالح المجموعة التجريبية .
3. هناك فروق معنوية ذات دلالة احصائية بين الاختبارات الثاني(بدون استخدام الوسيلة الاستشفائية) للمجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح المجموعة التجريبية.

1-5 مجالات البحث :

1. المجال البشري:- لاعبي المصارعة الرومانية للشباب لنادي الاعظمية الرياضي والبالغ عددهم 8 لاعبا.
2. المجال المكاني :- عادل القيسي للأشعة والسونار والدوبلر الملون بغداد ساحة بيروت ومختبر الهلال الطبي للتحليلات الطبية ،بغداد ساحة بيروت
3. المجال الزمني :- من 2020/9/1 الى 2021/6/13.