

## مقایسه سن، سابقه تمرینی و تداوم قهرمانی کشتی گیران نخبه ایران با کشتی گیران نخبه کشورهای صاحب نام دنیا

خسرو غیاثوند<sup>۱</sup>، دکتر رحیم رضائی نژاد<sup>۲</sup>، بهمن میرزایی<sup>۳</sup>، مهدی قهرمانی مقدم<sup>۴</sup>

۱- کارشناس ارشد مدیریت ورزشی دانشگاه گیلان

۲- دانشیار مدیریت ورزشی دانشگاه گیلان

۳- دکتر دانشیار فیزیولوژی ورزش دانشگاه گیلان

۴- دانشجوی دکتری فیزیولوژی ورزش دانشگاه گیلان

khosroghiasvand@yahoo.com

## مقدمه:

تعریف سنی مشخص برای آغاز ورزش کشتی و حداقل مدت زمان لازم برای کسب موفقیت در این رشته المپیکی سبب می شود تا مربیان، والدین و بویژه ورزشکاران بتوانند با معیاری صحیح ورزش کشتی را شروع کنند. این موضوع، علاوه بر کمک در استعدادیابی از زود شکوفا شدن کشتی گیر جلوگیری می کند و او را به بالاترین موفقیت می رساند. همچنین، بر اساس مطالعات، برای کسب موفقیت به ۱۰ سال تمرین تخصصی نیاز است (۱). به همین دلیل، آغاز دیر هنگام ورزش کشتی نیز ورزشکار را از دستیابی به مدال محروم خواهد کرد. علاوه بر این، موضوع استعدادیابی از مراحل اولیه ورود به ورزش کشتی است ولی تاکنون تحقیقی در این زمینه صورت نگرفته و تاکنون مشخص نشده است که مناسب ترین سن برای شروع این ورزش چه سنی است و قهرمانان تا چه سنی می توانند این ورزش را ادامه دهند؟ از این رو، هدف مطالعه حاضر مقایسه سن، سابقه تمرینی و تداوم قهرمانی کشتی گیران نخبه ایران با کشتی گیران نخبه سایر کشورها و تعیین سن مناسب برای آغاز این رشته ورزشی است.

## روش شناسی:

در این تحقیق ۸۰۰ نفر کشتی گیر نخبه که از سال های ۱۹۶۰ تا ۲۰۱۰ موفق به کسب مدال در مسابقات بین المللی شده اند (۱۲۴ نفر از ایران، ۱۵۹ نفر از کشور روسیه، ۸۰ نفر از کشور آمریکا، ۶۹ نفر از کشور کوبا، ۱۰۰ نفر از کشور گرجستان، ۱۱۶ نفر از کشور ترکیه و ۱۵۲ نفر از کشور اکراین) بررسی شدند. اطلاعات کلیه کشتی گیران نخبه ایران و کشتی گیران نخبه کشورهای روسیه، آمریکا، کوبا، گرجستان، ترکیه و اکراین که در سطوح بین المللی صاحب مدال شده اند به صورت جستجوی اینترنتی و از طریق سایت فدراسیون جهانی کشتی استخراج شد (۲). برای توصیف ویژگی های آزمودنی ها از آمار توصیفی (میانگین و انحراف استاندارد) و جداول استفاده شد. برای تعیین تفاوت بین داده های کشورهای از آزمون تجزیه و تحلیل واریانس و آزمون تعقیبی شفه استفاده شد. همچنین، برای بیان رابطه بین متغیرها از ضریب همبستگی پیرسون استفاده شد.

## یافته ها:

سن شروع کشتی گیران ایرانی (۱۲/۲۵±۲/۱۹) با سایر کشورها (۱۰/۹۴±۲/۴۸) دارای تفاوت معنی دار بود (P > ۰/۰۵) و کشتی گیران ایران دیرتر از سایر کشورها ورزش کشتی را آغاز کرده بودند، ولی با این وجود کشتی گیران ایرانی (۶/۹۷±۳/۰۶) زودتر از سایر کشورها (۸/۳۲±۳/۹۴) به اولین مدال خود دست پیدا کرده بودند. نتایج نشان داد، کشتی گیران ایرانی (۲۱/۸۳±۳/۲۱) نسبت به سایر کشورها (۲۱/۴۸±۳/۷۷)، بهترین مدال خود را به طور میانگین در سن بالاتری کسب کرده اند.

جدول (۱)، مقایسه ایران با

سایر کشورها در سن شروع کشتی

کشور	میانگین ± انحراف استاندارد
ایران	۱۲/۲۵±۲/۱۹

کشور	میانگین ± انحراف استاندارد	Sig	کشور	میانگین ± انحراف استاندارد	Sig
روسیه	۱۱/۰۴±۲/۱۸	* ۰/۰۰۶	گرجستان	۱۰/۴۷±۲/۲۹	* ۰/۰۰۱
امریکا	۹/۰۰±۳/۵۰	* ۰/۰۰۱	ترکیه	۱۱/۴۹±۱/۷۰	۰/۳۹۳
کوبا	۱۱/۱۱±۲/۵۹	۰/۱۱۱	اکراین	۱۰/۶۱±۲/۱۸	* ۰/۰۰۱

در سطح (P ≤ ۰/۰۵) معنی دار است.

## بحث و نتیجه گیری:

با بررسی نتایج مشخص شد، ورزشکارانی که زودتر از موعد تمرینات خود را آغاز کرده بودند، دیرتر به مدال دست پیدا کرده بودند. همچنین کشتی گیرانی که زودتر به اولین مدال خود دست پیدا کرده بودند، صاحب عناوین و تداوم قهرمانی بیشتری شده بودند. یافته ها نشان داد، هرچه سن کسب بهترین مدال کمتر بود، تعداد مدال و تداوم قهرمانی نیز کمتر بود که می تواند یکی از دلایل آن، زود اشباع شدن باشد. البته کشتی گیرانی که با تعداد سال های تمرین کمتری به اولین مدال خود دست یافته بودند، تداوم قهرمانی و تعداد مدال بیشتری داشتند. در نهایت به طور کلی می توان سن شروع این ورزش مهیج و المپیکی را ۱۱ تا ۱۲ سالگی پیشنهاد کرد. واژه های کلیدی: کشتی گیران نخبه، سن شروع، تداوم قهرمانی.

## منابع:

- Balyi, I. Hamilton, A. ۲۰۰۴. Long-Term Athlete Development, Trainability in childhood and adolescence. Windows of opportunity optimal trainability Victoria. national coaching institute British Columbia & Advanced and Training and performance Ltd.
- www.fila-wrestling.com