

عنوان البحث

(دقة التصويب لحركة الطعن وعلاقتها بالسرعة والاستجابة الحركية والتوازن

للاعبي المبارزة في سلاح الشيش)

الباحث

أ.م.د. بسام عباس محمد البياتي

٢٠٠٧

مستخلص البحث

ويشمل المقدمة واهمية البحث

ان الاداء الجيد في سلاح الشيش لا يمكن ان يتطور او يتحسن دون توفر مستوى جيد من دقة وسرعة وتوازن واستجابة حركية سريعة لعمليتي الهجوم والدفاع ، لكي يستطيع اللاعب من تطوير توازن الحركة ودقتها لكي يستطيع اتقان النواحي الفنية المعقدة للعبة المبارزة وتأديتها بسهولة وعلى اعلى المستويات الممكنة من الاداء الفني .

من هنا تكمن اهمية البحث على ضرورة دراسة جميع العناصر واثرها على الاداء الحركي والتعرف على دلالة العلاقة بينها لانها تعطي مؤشراً واضحاً فيما بينهما للاعبي سلاح الشيش للشباب لما له من اثر في الاحتفاظ بتوازن الاداء وسرعة ودقة تنفيذه اثناء اداء مهارة الطعن .
مشكلة البحث :

تبرز مشكلة البحث في التعرف على علاقة دقة التصويب لحركة الطعن وعلاقتها في الاستجابة الحركية وعنصر السرعة والتوازن الحركي والثابت لدى لاعبي المبارزة في سلاح الشيش وكيفية الربط بينهما من اجل اتقان المهارات الدفاعية والهجومية للوصول للاداء الجيد .

اهداف البحث :

١. التعرف على العلاقة بين دقة التصويب لحركة الطعن والاستجابة الحركية لدى لاعبي

المبارزة بسلاح الشيش للشباب .

٢. التعرف على العلاقة بين دقة التصويب لحركة الطعن والسرعة .

٣. التعرف على العلاقة بين دقة التصويب لحركة الطعن والتوازن الثابت والمتحرك للاعبي

المبارزة بسلاح الشيش .

فروض البحث :

١. وجود علاقة ذات دلالة احصائية بين دقة التصويب لحركة الطعن والسرعة والاستجابة

الحركية لدى لاعبي المبارزة بسلاح الشيش .

٢. دقة التصويب لحركة الطعن والاستجابة الحركية لدى لاعبي المبارزة بسلاح الشيش .

٣. وجود علاقة ذات دلالة احصائية بين دقة التصويب والتوازن الثابت والمتحرك للاعبي المبارزة بسلاح الشيش .

مجالات البحث :

١. المجال البشري : لاعبي اندية القطر الدرجة الاولى وعددهم (١٠) لاعبين.

٢. المجال الزمني : للفترة من ٢٠٠٧/٧/٢٠ ولغاية ٢٠٠٧/٨/٢٠ .

٣. المجال المكاني : قاعة الشعب الداخلية

الباب الثاني

- احتوى هذا الباب على الدراسات النظرية والتي تخص متغيرات البحث والدراسة المشابهة

الباب الثالث :

- احتوى هذا الباب على منهج البحث واجزائه الميدانية ، وادواته من عينة والوسائل

المستخدمة في البحث ، وتم تحديد متغيرات البحث وتحديد العينة والتجربة الاستطلاعية للبحث ، واجراءات التجربة الرئيسية ، واستخدام الوسائل الاحصائية .

الباب الرابع :

تم عرض النتائج وتحليلها النتائج ومناقشتها لجميع المتغيرات في البحث عن تركيز الانتباه ، وسرعة الاستجابة لبعض المهارات الاساسية في المبارزة والتي من خلالها تم التوصل الى تحقيق اهداف البحث وفروضة .

الباب الخامس :

الاستنتاجات والتوصيات

١. الاستنتاجات :

- وجود علاقة معنوية ودالة احصائية بين متغيرات البحث جميعها .

٢. التوصيات :

اوصى الباحث بالاستفادة من تحسين دقة الطعن والتاكيد على تمرينات السرعة والاستجابة الحركية والتوازن الثابت والمتحرك .

Abstract

Title: 'The Relationship of accuracy of hitting with Lounge and its relation to motion Speed and Response and Balance for Fencers at Foil

Weapon'

Researcher:

Dr. Bassam Abbas Mohammed Al-Beyati

1. Section One:

Includes the introduction and the importance of the study:

The good performance at foil cannot be developed without the availability of a good level of accuracy and motion speed and response and the balance of attack and parry. In order for the fencer to develop his motional balance and its accuracy, he must master the complex technical aspects of fencing.

Hence, the importance of the study focuses on the necessity of studying all the elements and their impact of motion performance, and also, to know the significance of the relation between them as they give an importance indication for the fencers, including the players of Iraq. This has the most important effect in keeping balance and motion Speed and Response while performing the skill of lounge.

The Problem of Study:

The problem of the study lies in knowing the relationship of accuracy of hitting of foil and its relation to the motion response and the element of speed and balance for fencers at foil, as well as how to connect between them for mastering the parrying and attack skill to arrive at good performance.

The Study Objectives:

1. Knowing the relationship of accuracy of hitting of lounge and the motion response.
2. Knowing the relationship of accuracy of hitting of lounge and the speed.
3. Knowing the relationship of accuracy of hitting of lounge and the

stable and moving balance.

Fields of study:

1. Human field: players of the country first rank (10) players
2. Time: period from 20/7/2007 through 20/8/2007
3. Place: People's Internal Hall

Second Section:

The section include the theoretical studies concerning the similar studies.

Third section:

Includes the procedure of the study, field methodology, instrument, the subject, the methods used and the variables, as well as the survey experiment and the statistical means.

The fourth section:

The section include showing the results and analyzing and discussing them for all the variables of the study with special focus on attention and speed of response for some basic skills in fencing, through which we were able to arrive at the objectives and hypotheses of study.

The Fifth Section:

Recommendations and Conclusions:

1. **Conclusions:**

- a. There is a statistically importance relationship among the variables of the study all.

2. **Recommendations:**

The researcher recommends making use of improving the skill of lounge and stressing the importance of exercises of speed and motion response and fixed and moving balance.

الباب الاول

١ - التعريف بالبحث

١-١ المقدمة واهمية البحث

الغرض الوصول باللاعب لتحقيق الارقام والمستويات العالمية علينا الانتباه على ان هناك عمليات متصلة مع بعضها البعض ومتكاملة الاجراءات والمبنية على اسس علمية لعملية اختيار اللاعب لنوع الفعالية التي عن طريق تدريبه وتعليمه يمكن الوصول الى اعلى المستويات في الفعاليات الرياضية الممارسة .

عليه فان اللاعب عليه ان يكتسب الصفات البدنية الخاصة بنوع الفعالية الممارسة لانها ذات اهمية كبيرة تهيئة لاداء متطلبات تلك الفعالية الممارسة بأحسن صورة وهذا ما اشار اليه معظم اراء الخبراء في المجال الرياضي .

ويذكر (سكر ، ١٩٨٦) "بأن الفرد الرياضي لن يستطيع اتقان المهارات الاساسية للأنشطة الرياضية التي ينخفض فيها اذا افتقر للصفات البدنية المهمة لهذا النوع المعين من النشاط"^(١).

(ان لعبة المبارزة تتطلب جهداً فردياً مميزاً وبناءً جسيماً خاصاً ، لما تتصف به حركاتها الفنية والخططية في الدفاع والهجوم من سرعة ودقة في الاداء)^(٢). هذا الى ما قد يظهره الخصم من حركات فجائية غير متوقعة اثناء المنافسة مما يتطلب امكانية احباط مثل هذه الحركات او التخلص منها .

لذا فان الاداء الجيد والدقيق في سلاح الشيش لا يمكن ان يتطور او يتحسن دون توفير مستوى جيد من سرعة ودقة وتوازن واستجابات سريعة لعمليات الهجوم والدفاع لكي يستطيع اللاعب من تطوير توازن الحركة ودقتها لكي يستطيع اتقان النواحي الفنية المعقدة للعبة المبارزة وتأديتها بسهولة وعلى اعلى مستوى ممكن من الاداء الفعلي .

مما تقدم فان من الضروري القيام بدراسة هذه الصفات واثرها على الاداء الحركي ومن هنا تكمن اهمية البحث في التعرف على دلالة العلاقة كونها مؤشراً واضحاً لمدى اهمية وتطوير هذه العناصر وايجاد العلاقة المعنوية فيما بينها للاعب سلاح الشيش للشباب لما له من اثر في الاحتفاظ بتوازن الاداء وسرعة تنفيذه اثناء اداء مهارة الطعن (الحركة الانبساطية).

^(١) سكر ، محمد وجيه ، دراسة مقارنة لمظاهر الانتباه لمبارزي الاسلحة الثلاثة كل من جمهورية مصر العربية والمملكة العربية السعودية (بحث منشور) مجلة بحوث الرياضة ، الزقازيق ، المجلد الثالث ، العدد ٦٥ ، ١٩٨٦ ، ص ٢٦٤ .

^(٢) عبد الله صلاح الدين ، المبارزة الحديثة ، مطبعة بغداد ، ١٩٨٠ ، ص ٤٣ .

٢-١ مشكلة البحث :

ان الجوانب المهارية في لعبة المبارزة تتطلب الى سرعة حركة الجسم واجزائه بشكل متكرر والحفاظ على توازنه في اغلب الاحيان ، لذلك فان الوصول الى الاداء الجيد ومدى الانسجام بين هذه العناصر ونتيجة تغير ظروف اللعب تخلق الكثير من المواقف الجديدة للاعب وحسب طبيعة المنافسة . فان مسافة التبارز واحتواء الهجوم على التهويشات الخادعة من الخصم بسرعة ودقة لضمان الحصول على موقف هجومي او دفاعي مع القدرة على الاحتفاظ بتوازن الجسم بوضع معين ، فان هذه المواقف تتطلب الربط بين هذه العناصر او الصفات البدنية الخاصة من اجل اتقان المهارة الدفاعية والهجومية .

ومن هنا برزت مشكلة البحث في التعرف على الاستجابة الحركية والتوازن وسرعة ودقة الطعن والعلاقة بينهما لدى لاعبي المبارزة بسلاح الشيش بالمبارزة .

٣-١ اهداف البحث : يهدف البحث الى ما يلي

١. التعرف على دقة التصويب لحركة الطعن والاستجابة الحركية لدى لاعبي سلاح الشيش .
٢. التعرف على العلاقة بين دقة التصويب لحركة الطعن وصفة السرعة لدى لاعبي المبارزة بسلاح الشيش .
٣. التعرف على العلاقة بين دقة الطعن والتوازن الثابت والمتحرك لدى لاعبي المبارزة بسلاح الشيش .

٤-١ فروض البحث

١. وجود علاقة ذات دلالة احصائية معنوية بين سرعة ودقة التصويب لحركة الطعن والسرعة الحركية لدى لاعبي المبارزة بسلاح الشيش للشباب .
٢. وجود علاقة ذات دلالة احصائية معنوية بين دقة التصويب لحركة الطعن والاستجابة الحركية لدى لاعبي المبارزة بسلاح الشيش للشباب .
٣. وجود علاقة ذات دلالة احصائية معنوية بين دقة التصويب لحركة الطعن والتوازن الثابت والمتحرك لدى لاعبي المبارزة بسلاح الشيش للشباب .

٥-١ مجالات البحث :

١. المجال البشري : لاعبي اندية القطر الدرجة الاولى وعددهم (١٠) لاعبين.
٢. المجال الزمني : للفترة من ٢٠٠٧/٧/٢٠ لغاية ٢٠٠٧/٨/٢٠ .
٣. المجال المكاني : قاعة المبارزة الداخلية المخصصة للتدريب التابعة للاتحاد العراقي المركزي للمبارزة .

٦-١ تحديد المصطلحات

٦-١-١ الدقة : تسجيل لمسة بذبابة سلاح الشيش نحو هدف معين^(١) .

وعرفها ابراهيم سلامة على انها " هي قابلية الفرد للتحكم في حركاته نحو هدف معين وربما يكون هذا الهدف مسافة او اتجاه او جزء معين من الجسم "^(٢).

٦-١-٢ السرعة : هي "مقدرة الفرد على اداء حركات متتابعة من نفس النوع في معدل سريع "^(٣).

٦-١-٣ الاستجابة الحركية وهي " القدرة على الاستجابة والتحرك بسرعة ودقة وفقاً لاختبار المثير "^(٤).

٦-١-٤ التوازن : " قدرة الفرد بالحفاظ على مركز ثقله ضمن قاعدة الارتكاز في الثبات او الحركة "^(٥).

٦-١-٥ التوازن الثابت : هي " قدرة الفرد بالحفاظ على توازنه في الوضع الثابت من خلال مركز الثقل ضمن قاعدة الارتكاز "^(٦).

٦-١-٦ التوازن المتحرك : هي " قدرة الفرد بالحفاظ على توازنه عند انجاز الحركات الرياضية "^(٧).

الباب الثاني

٢- الدراسات النظرية والمشابهة

٢-١ الدراسات النظرية :

٢-١-١ اهمية الدقة الحركية : ان الدقة الحركية هي اول ما تحقق للاعب المباراة النجاح عن طريق الدقة الحركية أي دقة الاداء .

(١) بسام عباس محمد ، برنامج مقترح لتطوير سرعة ودقة الطعن لدى لاعبي المباراة بسلاح الشيش (بحث غير منشور) ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، ١٩٨٣ ، ص ٣٥ .
(٢) ابراهيم سلامة ، اللياقة البدنية ، دار الفكر ، الاسكندرية ، ١٩٥٩ ، ص ١٧ .
(٣) محمد صبحي عبد الحميد ، أثر تطوير برامج التربية الرياضية على تحقيق تحمل القوة لجندي (المطلات) (رسالة ماجستير) ، القاهرة ، ١٩٧٩ ، ص ١١٦ .
(٤) ريسان خريبط عبد الحميد ، موسوعة القياسات والاختبارات البدنية ، دار الكتب والوثائق ، مطابع التعليم العالي ، ج ١ ، ١٩٨٩ ، ص ٩٦ .
(٥) التكريتي والحجار ، الاعداد البدني للنساء ، دار الكتب للطباعة والنشر ، جامعة الموصل ، ١٩٨٦ ، ص ١٢٥ .

(٦) Jach , K. Nelso, . Barry L. Jonson : (7979) measurement of physical performance. Resurece Guidel a bortary, Experim camrany.

(٧) التكريتي والحجار ، المصدر السابق ، ص ١٢٥ .
٢١٢

اي ان الحركة يجب ان لا تتعدى مداها الذي يلزمها حتى تصل ذبابة السلاح الى لمس الهدف في اقصر طريق واقل زمن . "وتأتي هذه الصفة نتيجة اتقان الحركات التكتيكية من الحركة" (١).

وان الدقة تبرز اهميتها في تقليل الانحراف او الفارق الى اقصى ما يمكن عن الاداء الامثل بكل الحسابات الميكانيكية والجمالية لحركة وان حركة المبارزة "بصفة عامة يجب ان تتميز بالمدى الحركي الصغير والدقيق في الاداء" (٢).

٢-١-٢ تنمية السرعة الحركية :

هنالك دوراً مهماً للسرعة الحركية في كثير من الانشطة الرياضية التي تتصف بالمنازلة كما في (المبارزة ، الملاكمة ، المصارعة) ، كذلك في باقي الالعاب الاخرى . وتعتمد على السرعة الحركية وتعتمد السرعة الحركية على قوة العضلات ، فمثلاً محاولة لاعب المبارزة وطعن المنافس الخصم ، ففي هذه الحالة يكون مقدار المقاومة المطلوب التغلب عليها اقل بكثير من حركة الرياضي اثناء دفع الثقل في العاب القوى . قياساً لذلك يكون مقدار المقاومة المطلوبة لتقوية العضلات المادة لذراع لاعب المبارزة اقل نسبياً من الحالة السابق في دفع الثقل ، وكذلك حاجة لاعب المبارزة الى السرعة لحركات الساقين للقيام بمحاولة الطعن بأسرع ما يمكن ، ونتيجة لذلك تمنح العناية الكاملة اثناء عملية التدريب لقوة العضلات للاعب المبارزة الى عضلات الساقين والذراعين والجذع (٣).

٢-١-٣ اهمية السرعة الحركية :

ان صفة السرعة تعتبر "عامل اساسي له اهمية كبرى يجب ان يتميز بها لاعب المبارزة وينميها دائماً لديه ، والمقصود هنا سرعة اداء الحركات في اقل زمن ، ومن الممكن حتى يستطيع ان يتميز على خصمه بهذه الصفة سواء في اداء الهجوم او في الدفاع ضد هجومه" (٤).

(١) عبد المطلب محمد رشيد ، المبارزة علم وفن في الاسلحة الثلاثة (سلاح الشيش ، سيف المبارزة ، السيف) ، دار الكتب الجامعة ، الاسكندرية ، .

(٢) عابدين ، جمال عبد الحميد ، اصول المبارزة والتدريب ، دار المعارف بمصر ، ١٩٧٤ ، القاهرة ، ص ٢٣ .

(٣) احمد واخرون ، دراسة نظرية عن السرعة (بحث غير منشور) ، جامعة حلوان ، القاهرة ، ١٩٧٧ ، ص ٢٠ .

(٤) جمال عبد الحميد ، عابدين ، اصول المبارزة والتدريب ، دار المعارف ، مصر ، القاهرة ، ١٩٧٤ ، ص ٢٢ .

وان لاننسى السرعة الحركية هي من اهم الصفات في الالعاب الفرقية حيث كلما قصر زمن سرعة الاستجابة للاعب استطاع اللاعب ان يقوم بتصرف سليم وبوقت مناسب لا سيما في العاب الخداع التي يقوم بها المنافس .

٢-١-٤ اهمية السرعة للاعب المباراة :

نطرقنا في مواضيع سابقة عن رياضة المباراة وماذا تعني هذه اللغبة وطبيعتها التي تتمثل في هذا النوع من الرياضة بالكر والفر أي الهجوم والدفاع ولمس الخصم أولاً قبل ان يلمسه الآخر . ترى اهمية عنصر السرعة ومكانتها الكبيرة هي التنفيذ مثل هذه الحركات حيث تعتبر السرعة : "عامل اساسي له اهمية كبيرة يجب ان يتميز بها لاعب المباراة وينميها لديه دائماً ، والمقصود هنا هو سرعة اداء الحركات في اقل زمن ممكن حتى يستطيع ان يتميز عن خصمه بهذه الصفة سواء في حركات الدفاع او الهجوم" (١).

مما يجدر الاشارة هنا بأن صفة السرعة يجب ان تشمل حركات الرجلين والذراع المسلحة والتي كلها نتيجة نحو هدف الخصم . (ان حركات المباراة بصفة عامة يجب ان تتميز بالمدى الحركي الصغير والدقيق واداء الحركات من جانب المبارز سواء في حركات الهجوم او الدفاع . ومما تقدم نستطيع القول بأن صفة السرعة تعتبر صفة اساسية للاعب المباراة والتي تعتبر المؤثر في كسب اغلب السباقات) (٢) .

٢-١-٥ ماهية الدقة الحركية واهميتها :

ان المعنى العلمي لكلمة الدقة هو على توجيه الحركات الارادية التي يقوم بها اللاعب نحو هدف معين ، وعليه فان توجيه الحركات الارادية نحو هدف محدد يتطلب كفاءة عالية من الجهاز بين العضلي والعصبي ، وان الدقة تتطلب سيطرة كاملة من العضلات الارادية لتوجيهها نحو هدف معين ، وهذا يعني ان الاشارات العصبية الواردة الى العضلات من الجهاز العصبي محكمة التوجيه سواء للعضلات العاملة او للعضلات القابلة لها حتى تؤدي الحركة في الاتجاه المطلوب وبالدقة اللازمة لاصابة الهدف ، وان حدوث أي خلل في الاشارات الواردة يؤدي الى التأثير المباشر على دقة الحركة ويتضح مما سبق ان الدقة تعني الكفاءة في اصابة الهدف ، وقد يكون هذا الهدف منافساً كما هو الحال في المباراة او منطقة مكشوفة في ملعب كما في لعبة التنس ، او تكون مرمى كما في لعبة كرة القدم (٣).

(١) جمال عبد الحميد عابدين ، مصدر سبق ذكره ، ص ٢٢ .

(٢) بسام عباس محمد ، مصدر سبق ذكره ، ص ٩٢ .

(٣) محمد صبحي حسنين، التقويم والقياس في التربية البدنية، دار الفكر، مصر، ١٩٧٨، ص ٢٤٧ .

وان كل فعالية رياضية تتطلب اصابة هدف معين او اعطاء مناولة لزميل في نفس الفريق تحتاج الى الدقة في التنفيذ ، وهذا يعني اهمية الدقة واعتبارها عاملاً اساسياً للانجاز الجيد في هذه الفعالية او تلك ، ولكن على وجه العموم تتفاوت درجات الدقة من لعبة او فعالية الى اخرى . حيث تعتبر الدقة صفة خصوصية لان الدقة في فعالية معينة لا تعني نفس الدقة في فعالية اخرى حتى لو كانت متشابهة^(١).

وان (Saziorski) وضع مقاييس لدقة الحركية والذي تمكن من اعطاء تصنيف لهذه القابلية وهي^(٢):

١. صعوبة توافق وواجب الحركة : تعني متطلبات التوافق الحركي وهي المهمة .
٢. ضبط الاداء : وتعني انسجام زمان ومجال وديناميكية الحركة مع واجبها .
٣. زمن الاداء : ويعني زمن التعلم لضبط الحركة او زمن التصحيح او الاداء السريع للحركة .

٢-١-٦ التوازن

يقصد بالتوازن ان يكون لديه القدرة على الاتزان وعلى الاحتفاظ بوضع الجسم في الثبات او الحركة ، وهذا يتطلب سيطرة تامة على الاجهزة العضوية من الناحية العضلية والناحية العصبية . كما ان التوازن يتطلب القدرة على الاحساس بالمكان والابعاد سواء كان ذلك باستخدام البصر او بدون عصبياً وذهنياً وعقلياً . وتعتبر سلامة الجهاز العصبي احد العوامل الهامة المحققة للتوازن كما وان عملية التآزر بين الجهازين العضلي والعصبي لها دور كبير في المحافظة على اتزان الجسم .

فالحركة التي يقوم بها الانسان من مشي وجري ووثب الخ ، او الحركة الرياضية التي تتم وفق حيز ضيق كالمشي على العارضة او الوقوف على مشط احد القدمين ... الخ . كل هذه الحركات تتوقف على مدى سيطرة الفرد على اجهزته العضلية والعصبية بما يحقق المحافظة على الجسم دون ان يفقد اتزانه .

مما سبق يتضح مدى ارتباط التوازن بالتوافق العصبي العضلي ، كما وان التوازن الحركي مرتبط ايضاً بالرشاقة . كما واثبتت التجارب التي اجراها كل من (سميث وهوفمان خطأ الفكرة الاسئدة التي تقول ان الاناث اكثر قدرة على التوازن من الذكور بسبب انخفاض مركز ثقلهن عن الرجال^(٣).

^(١) نزار طالب السامرائي ، مبادئ الاحصاء والاختبارات ، دار الكتب ، جامعة الموصل ، ١٩٨٢ ، ص ٢٢٣ .

^(٢) هارة ، اصول التدريب ، ترجمة عبد علي نصيف ، بغداد ، ١٩٧٦ ، ص ٢١٥ .

^(٣) التكريتي ، الحجار ، مصدر سبق ذكره ، ص ٥٥ .
٢١٥

٢-١-٧ أهمية التوازن :

التوازن قدرة عامة تبرز أهميتها في الحياة عامة وفي مجل التربية البدنية خاصة فهو مكون هام في اداء المهارات الحركية الاساسية كالوقوف والمشي... الخ .
كما ان التوازن مكون رئيسي في معظم الانشطة الرياضية خاصة الانشطة التي تتطلب الوقوف الى الحركة فوق حيز ضيق .

كما اشارت الدراسات الى ان التوازن يرتبط بالعديد من القدرات العضلية والاشارة ايضاً الى ان التوازن يعتبر من اكثر المكونات البدنية من حيث قدرة التنبوء بالنواحي العقلية^(١).

٢- الابحاث المشابهة :

٢-١ دراسة بسام عباس محمد لحصول على شهادة الماجستير عام ١٩٨٣ بعنوان (برنامج مقترح لتطوير سرعة ودقة الطعن لدى لاعبي المبارزة في سلاح الشيش)*

بحث تجريبي

١- الباب الاول ويشمل : المقدمة ومشكلة البحث وهدف البحث

حيث هدفت الدراسة على وضع برنامج تدريبي مقترح لغرض تطوير عنصري السرعة والدقة لحركة سرعة الطعن لدى لاعبي المبارزة في سلاح الشيش عن طريق تنمية عناصر اللياقة البدنية الخاصة واعطائها الاهمية في تطوير حركة الطعن مع مراعاة التدرج بالصعوبة في التدريب.

٢-٢ الصفار - (١٩٩٩)* بعنوان

(قياس دقة وسرعة الطعن في رياضة المبارزة)

هدفت الدراسة على تصميم اختبار لحركة الطعن بسلاح الشيش في رياضة المبارزة على ان يراعي عنصري الدقة والسرعة بعكس المستوى الحقيقي للاعب او المتعلم ويرفع مستويات ودرجات معيارية لهذا الاختبار لطلاب السنة الثالثة في كلية التربية الرياضية بجامعة الموصل وشملت عينة البحث على (١٤٩) طالباً ، وقد استخدم الباحث الاستبيان والاختبار المقترح الذي يهدف الى "قياس دقة وسرعة الطعن بسلاح الشيش" والوسائل الاحصائية والمعالجات الاحصائية . وتوصل الباحث الى ان الاختبار الذي صممه الباحث قد اثبت صلاحيته لقياس دقة وسرعة الطعن في

(١) ريسان خربيط ، مصدر سبق ذكره ، ص ٨٩ .

* بسام عباس محمد ، مصدر سبق ذكره ، رسالة ماجستير ، ١٩٨٣ .

* الصفار ، زياد يونس ، دقة وسرعة الطعن في رياضة المبارزة ، مجلة الرافيدين للعلوم (المجلد ٦ ، ١٤) ، الموصل ، ١٩٩٩ ، ص ٢٠٧-٢٣٣ .

وقت واحد واستنتاجات مستويات معيارية للاختبار المصمم في دقة وسرعة الطعن ، وكان مستوى اغلب العينة في المستوى المتوسط.

الباب الثالث

٣- المنهج والادوات المستخدمة في البحث

٣-١ منهج البحث والاجراءات الميدانية

تم استخدام المنهج الوصفي بطريقة المسح لملائمته لطبيعة البحث .

٣-٢ العينة

اختار الباحث عينة البحث بشكل عمدي وهي تتألف من عشرة لاعبين خمسة منهم من نادي الجيش وخمسة اخرى من نادي النقل والمواصلات من اندية الدرجة الاولى بسلاح الشيش .

٣-٣ وسائل جمع البيانات :

هنالك وسائل يتم من خلالها جمع البيانات فمنها الاستبيان المقابلة الشخصية، الملاحظة

والتدريب ، تحليل الوثائق ... الخ ، وتماشياً مع طبيعة البحث استخدم الباحث الوسائل التالية :

١. المقابلة الشخصية .

٢. الملاحظة والتجريب .

٣. الاختبار والقياس .

٣-٣-١ المقابلات الشخصية*:

اجرى الباحث بعض المقابلات الشخصية من اهل الخبرة والاختصاص في مجال المباراة والتربية الرياضية لغرض جمع المعلومات عن الاختبارات المطلوبة للقياس وكيفية اجراءها على عينة البحث لكي نضمن صحة سير الاختبارات بصورة علمية ومدروسة وفعالة ، وكذلك للتأكد من صلاحية هذه الاختبارات ومدى مطابقتها لموضوع هذا البحث .

١. أ.م.د. بيان علي عبد علي : اختبار وقياس ، مباراة / جامعة بابل / عميد كلية التربية الرياضية

٢. أ.م.د. عادل فاضل علي : تعلم حركي مباراة / جامعة بغداد / كلية التربية الرياضية .

٣. أ.م.د. فاطمة عبد مالح : تدريب ، مباراة / جامعة بغداد / كلية التربية الرياضية للبنات .

٤. أ.م.د. عبد الهادي حميد : تدريب ، مباراة / جامعة بغداد / كلية التربية الرياضية

٥. السيد رعد خليل طه تدريب المنتخب الوطني للمبارزة .

٣-٣-٢ الاختبارات والمقاييس :

لقد اختار الباحث الاختبارات التي تمتعت بصدق وثبات عاليين وقد طبقت على البيئة العراقية ، وحصلت على أكثر من ٨٥% من موافقة الخبراء .

٣-٤ إجراءات البحث :

تضمنت الإجراءات البحثية القيام بالاختبارات والقياس لعينة البحث المختارة لاستخراج البيانات المطلوبة لغرض تحليلها ومناقشتها .

حيث تم اجراء الاختبارات للفترة من ٢٠٠٧/٧/٢٠ ولغاية ٢٠٠٧/٨/١٥ من ضمنها فترة التهيئة والتحضير والتجربة الاستطلاعية .

٣-٥ مواصفات مفردات الاختبار

٣-٥-١ اختبار الاستجابة الحركية^١

١- اختبار نيلسون للاستجابة الحركية

- هدف الاختبار : قياس الاستجابة الحركية .

- مواصفات الاختبار : تخطط منطقة الاختبار بثلاث خطوط المسافة بين كل خط والآخر مسافة

(٦,٤٠م) وطول الخط الواحد متر واحد كما موضح في الملحق رقم (٢)

- طريقة الاداء :

يقف المختبر عند نهاية المنتصف في مواجهة المحكم الذي يقف عند نهاية الطرف الآخر

للخط .

- يتخذ المختبر وضع الاستعداد بحيث يكون خط المنتصف بين القدمين على ان ينحني جسمه

للامام بحيث يتخذ وضع الاستعداد للبداية .

- يمسك المحكم بساعة الايقاف باحدى يديه ويرفعها الى اعلى ثم يقوم بسرعة بتحريك ذراعه

اما ناحية اليمين او اليسار في نفس الوقت يقوم بتشغيل الساعة .

- يستجيب المختبر لاشارة اليد ويحاول الجري بأقصى سرعة ممكنة في الاتجاه المحدد

للولصول الى الخط الجانب الذي يبتعد عن خط المنتصف (٦,٤٠م) .

- عندما يقطع المختبر خط الجانب الصحيح يقوم المحكم بايقاف الساعة .

استشار الباحث مجموعة الخبراء بالمبارزة لتحديد هذين الاختبارين وهم :

١. أ.د. بيان علي عبد علي : اختبار قياس ، مبارزة .
٢. أ.م.د عبد الهادي حميد تدريب مبارزة كلية التربية الرياضية .
٣. أ.م.د كريم فاضل تدريب مبارزة كلية التربية الرياضية .
٤. السيد رعد خليل طه الشخيلي مدرب سلاح الشيش المنتخب الوطني .

- اذا بدأ المختبر الجري في الاتجاه الخاطئ فإن الحكم يستمر في تشغيل الساعة حتى يغير المختبر اتجاهه الصحيح ويصل الى خط الجانب .

٢ - طريقة التسجيل :

- يعطي المختبر (١٠) محاولات متتالية بين كل محاولة واخرى راحة مقدارها (٢٠) ثا ، وبواقع خمسة محاولات عشوائية .

- تختار المحاولات في كل جانب بطريقة عشوائية .

- تحتسب الدرجة النهائية للمختبر من مجموع المحاولات العشرة الجانبية .

درجة الاختبار = مجموع المحاولات العشرة

١٠

٣-٥-٢ اختبار سرعة الطعن :

احتساب الوقت لعشرة طعنات متتالية على شخص كما في شكل (١) ملحق (٢) .١

٣-٥-٣ اختبار دقة الطعن:

احتساب المحاولات الصحيحة من خمسة محاولات طعن على دوائر وعددها عشرة مرسومة على شاخص ومرقمة عشوائيا من عدد (١) ولغاية رقم (١٠) معلقة على حائط كما في شكل (٢) ملحق (٢) .٢

٣-٥-٤ اختبار التوازن الثابت :٣

-الوقوف بالقدم على العارضة :

الغرض من الاختبار : قياس التوازن الثابت الادوات : ساعة ايقاف ، لوحة من الخشب مثبت في منتصفها عارضة ارتفاعها عشرون سنتيمتر وطولها ستون سنتيمتر وسمكها ٣ سم.
مواصفات الاداء :

يقف المختبر فوق حافة العارضة باحدى القدمين ، على ان توضع القدم بحيث تكون طولية على العارضة ، ويضع المختبر القدم الثانية على اللوحة او الارض عند سماع اشارة البدء ، يقوم المختبر

¹ انظر ملحق رقم (١)

² انظر ملحق رقم (٢)

³ محمد صبحي حسنين : التقويم والقياس ، ط١ ، دار الفكر العربي سنة ١٩٧٩ ، ص٣١٤ .

يرفع الرجل التي على الارض او اللوحة بحيث يرتكز على القدم التي على العارضة ويستمر في الاتزان فوق العارضة اكثر وقت ممكن ، يؤدي نفس العمل بالقدم الاخرى .

ملاحظة يؤدي المختبر الاختبار بدون حذاء وتكون اليدين ثبات الوسط اثناء تادية الاختبار . ان نزول القدم الحرة معناه انتهاء الاختبار .

التسجيل : يسجل للمختبر الزمن الذي استطاع خلاله الاحتفاظ بتوازنه فوق العارضة وذلك من لحظة مغادرة قدمه للوحة او الارض وحتى لمس اللوحة او الارض باي جزء من اجزاء الجسم .

٣-٥-٥ اختبار التوازن المتحرك: ١

- المشي على عارضة التوازن ارتفاع ٣٠ سم

- الادوات : ساعة توقيت ، عارضة التوازن المستخدمة في فعالية الجمناستك

- مواصفات الاداء : يقف المختبر على حافة العارضة من البداية ، يقوم المختبر بالمشي على العارضة بالمواجهة على كلتا القدمين حتى نهاية العارضة ، ثم الرجوع (الظهر في خط السير) حتى البداية ، اذا فقد المختبر اتزانه ولمس الارض عليه ان يعود مرة اخرى على حافة الجهاز من نفس مكان السقوط.

- التوجيهات : يؤدي المختبر الاختبار وهو حافي القدمين

- غير مسموح للمختبر بالاستناد على أي شيء

- التسجيل : يسجل المختبر الزمن الذي استغرقه خلال ذهابه ورجوعه عكسيا .

٣-٦ الوسائل الاحصائية* :

١. الوسط الحسابي .

٢. الانحراف المعياري .

٣. معامل الارتباط (بيرسن)

* قيس ناجي عبد الجبار ، بسطويسي احمد : الاختبارات ومبادئ الاحصاء في المجال الرياضي، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، المكتبة الوطنية بغداد ، ١٩٨٧ ، ص ١٠٧٠١٢٣ .

الباب الرابع

٤- عرض وتحليل النتائج ومناقشتها

٤-١ عرض وتحليل النتائج :

٤-١-١ عرض وتحليل الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لمتغيرات البحث .

جدول رقم (١)

يوضح الاوساط والانحرافات المعيارية لمتغيرات البحث

اختبارات	\bar{x}	$\pm s$
دقة الطعن / عدد	٤,٢٠	٠,٩٤
سرعة الطعن / ثا	١٠,٩٦	١,٠٦
لاستجابة الحركة/ ثا	١,٨٤	٠,٠٩٧
التوازن الثابت/ ثا	١٢,٤٣	١,٨٣
التوازن المتحرك/ ثا	٢٧,٥٣	٧,٨٤

من الجدول (١) يتضح بأن الوسط الحسابي لدقة الطعن (٤,٢٠) وبانحراف معياري ($\pm 0,94$) ثا بينما بلغ الوسط الحسابي لسرعة الطعن (١٠,٩٦) وبانحراف معياري قدره ($\pm 1,06$) ثا ، وظهر لدينا الوسط الحسابي للاستجابة الحركية (١,٨٤) ثا وبانحراف معياري ($\pm 0,097$) ثا ، وظهر لدينا الوسط الحسابي لتوازن الثابت (١٢,٤٣) ثا وبانحراف معياري ($\pm 1,83$) ثا ، كما ظهر الوسط الحسابي للتوازن المتحرك بمقدار (٢٧,٥٣) ثا وبانحراف معياري ($\pm 7,84$) ثا .

٤-١-٢ عرض وتحليل قيمة معامل الارتباط لمتغيرات البحث :

جدول (٢)

جدول يوضح قيمة معامل الارتباط بين متغيرات البحث

المتغيرات	دقة الطعن	قيمة الجدولية ٥%*
سرعة الطعن	٠,٧٨٢	٠,٧٠٧
الاستجابة الحركية	٠,٧٧١	
التوازن الثابت	٠,٨٤٠	
التوازن المتحرك	٠,٧٩٢	

* قيمة (ر) الجدولية وتحت مستوى دلالة ٥% ودرجة حرية (١٠-٢=٨) .

من الجدول (٢) يتضح ما يلي :

هناك علاقة ذات دلالة احصائية بين كل من (سرعة الطعن والاستجابة الحركية والتوازن الثابت والمتحرك) مع دقة الطعن حيث بلغت قيمة (ر) المحتسبة وعلى التوالي (٠,٧٨٢ ، ٠,٧٧١ ، ٠,٨٤٠ ، ٠,٧٩٢) وهي اكبر من قيمتها الجدولية والبالغة (٠,٧٠٧) .

٤-٢ مناقشة النتائج :

من خلال عرض النتائج في الجدولين (١ و ٢) بأن هناك علاقة ذات دلالة احصائية معنوية بين دقة الطعن ومتغيرات سرعة الطعن ، وسرعة الاستجابة ، التوازن الثابت ، والتوازن المتحرك . حيث يعزوا الباحث ذلك الى الانسجام للقدرات الحركية والبدنية والاجهزة الداخلية .

فان الصفات البدنية (الدقة - السرعة - الاستجابة الحركية - التوازن الثابت والمتحرك) هي من الصفات الاساسية التي تلعب دوراً كبيراً في النقل والوزن والانسحاب الحركي لرياضة المبارزة ومن المكونات الاساسية للتوافق الحركي (العصبي والعضلي) ، والذي يستلزم درجة عالية من القدرة التوافقية المقترنة بالدقة ، فان الارتباط بين الصفات يعد اساس في التصرف الحركي وتحسين الأداء المهاري .

فان اغلب المهارات في لعبة المبارزة تتطلب دقة وثبات متواصل في تنفيذ حركات الدفاع ، حيث يؤكد (عبد الخالق ١٩٩٢)^(١) "ان الهدف عند تعليم وتحسين اي مهارة رياضية هو الوصول الى مستوى الاداء الحركي الصحيح ثم ثبات الاداء ، ولذا نكون قد تجنبنا كثرة الاضطرابات في الاداء المهاري بالرغم من ان الحركة لا يمكن ان تعاد بنفس الدقة والاسلوب مطلقة ، فان ارتباط الصفات البدنية الخاصة بتلك المهارة لا يعطي دقة في تنفيذ الاداء".

كما ويعزوا الباحث ذلك الى ان اغلب المهارات في المنافسات تعتمد دقة الطعن على رد فعل اللاعب على الخصم وان هذه السرعة والدقة في الطعن تتطلب توازن في بعض الاحيان ثابت وفي بعض الاحيان الاخرى توازن متحرك . لذا فان الصفات تعد مشتركة في انتاج دقة المهارة حيث اكد ذلك (عابدين ، ١٩٧٤)^(٢).

ومن خلال خبرة الباحث في لعبة المبارزة في التدريب والتدريس يؤكد على ان حركة الطعن تعتبر حركة مهمة وعنصر اساسي في حركات المبارزة المختلفة باعتبارها حركة هجومية مهمة

(١) عبد الخالق عصام ، التدريب الرياضي نظريات - تطبيقات ، دار المعارف ، ١٩٩٢ ، ص ٢٥ .

(٢) عابدين ، واخر ، مصدر سبق ذكره ، ص ١١٧ .
٢٢٢

بوساطتها يمكن الوصول الى هدف الخصم وخصوصاً اذا ما امتازت بالسرعة والدقة والتوازن ولانها تؤدي من مسافات امنية وبعيدة عن الخصم^(١) .

الباب الخامس

٥- الاستنتاجات والتوصيات :

٥-١ الاستنتاجات :

استنتج الباحث ما يلي

١. وجود علاقة ذات دلالة معنوية بين دقة الطعن وسرعة الاستجابة الحركية.

٢. وجود علاقة ذات دلالة معنوية بين دقة الطعن وسرعة الطعن .

٣. وجود علاقة ذات دلالة بين دقة الطعن والتوازن الثابت والمتحرك.

وبهذا تحققت فروض البحث .

٥-٢ التوصيات : في ضوء النتائج التي افرزها البحث يوصي الباحث ما يلي :

١. ضرورة التأكيدات على التدريبات التي تعمل على تحسين دقة الطعن لدى اللاعبين .

٢. ضرورة التأكيد على وضع تمرينات لسرعة الطعن والاستجابة الحركية والتوازن الثابت

والمتحرك ضمن البرنامج التدريبي .

٣. اجراء بحوث مشابهة لمهارات خاصة بلعبة المبارزة وومتغيرات اخرى ، وكذلك لسلاحي

السيف وسيف المبارزة .

^(١) بسام عباس محمد ، مصدر سبق ذكره ، ص ٦٤ .

المصادر العربية والأجنبية

- إبراهيم سلامة ، اللياقة البدنية ، دار الفكر ، الاسكندرية ، ١٩٥٩ ،
- أحمد ابتهاج ومحمد حسين ، دراسة نظرية عن السرعة (بحث غير منشور) جامعة حلوان ، القاهرة ، ١٩٧٧ .
- التكريتي وديع ياسين والحجار واخر ، الاعداد البدني للنساء ، دار الكتب للطباعة والنشر ، جامعة الموصل ، ١٩٨٦ .
- الصفار زياد يونس ، دقة وسرعة الطعن في رياضة المبارزة ، مجلة الرافدين للعلوم (المجلد ١٤ و ٦) ، الموصل ١٩٩٩ .
- بسام عباس محمد ، برنامج مقترح لتطوير سرعة ودقة الطعن لدى لاعبي المبارزة بسلاح الشيش (بحث غير منشور) ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، ١٩٨٣ .
- جمال عبد الحميد عابدين ، اصول المبارزة ، دار المعارف بمصر ، الاسكندرية ، ١٩٧٤ .
- خاطر والبيك ، القياس في المجال الرياضي ، دار المعارف ، القاهرة ، ١٩٨٤ .
- خربيط ريسان ، موسوعة القياسات والاختبارات في التربية البدنية ، دار الكتب والوثائق ، مطابع التعليم العالي ، ج ١ ، ١٩٨٩ .
- سكر محمد وجيه ، دراسة مقارنة لمظاهر الانتباه لمبارزي الاسلحة الثلاثة لكل من جمهورية مصر العربية والمملكة العربية السعودية (بحث منشور) ، مجلة بحوث التربية الرياضية ، الزقازيق ، المجلد الثالث ، العدد (٦ و ٥) ، ١٩٨٦ .
- شيماء احمد الاخباري ، سرعة رد الفعل الحركي واثره في مستوى الاداء (رسالة ماجستير غير منشورة) ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، ١٩٨٧ .
- عصام عبد الخالق ، التدريب الرياضي نظريات وتطبيقات ، دار المعارف ، ١٩٩٢ .
- عبد الله صلاح الدين ، المبارزة الحديثة ، مطبعة بغداد ، ١٩٨٠ .
- عبد الفتاح ابو العلا ، التدريب الرياضي الاسس الفسيولوجية ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٩٧ .
- عبد المطلب محمد رشيد ، المبارزة علم وفن في الاسلحة الثلاثة (سلاح الشيش وسيف المبارزة والسيف) دار الكتب الجامعة ، الاسكندرية ، ١٩٧٠ .
- علاوي محمد حسن ، علم التدريب الرياضي دار المعارف بمصر ، القاهرة ، ١٩٧٠ .
- عابدين ، جمال عبد الحميد ، (ب - ت) المبارزة بسلاح الشيش ، دار المعارف بمصر ، القاهرة ، ١٩٧٤ .

- رسالة ماجستير غير منشورة) ، جامعة الموصل ، كلية التربية الرياضية ، ١٩٩٣ .
- نزار طالب ، واخر ، مبادئ الاحصاء والاختبارات البدنية ، مطبعة جامعة الموصل ، ١٩٨٣ .
- عباس عبد الفتاح الرملي ، المبارزة سلاح الشيش ، دار الفكر العربي ، ١٩٨١ .
- قصي حازم محمد ، سرعة الاستجابة الحركية وعلاقتها بالقوة المميزة بالسرعة للاطراف السفلى لحراس مرمى كرة القدم
- Jach , K. Nelso, . Barry L. Jonson : (7979)measurement of physical performance. Resurece Guidel a bortary, Experim camrany.