

القوة المميزة بالسرعة وعلاقتها في أداء مهارة بعض جمل المباراة الهجومية من الطعن  
في سلاح الشيش

م.م. عصام طالب عباس

العراق. جامعة بابل. كلية التربية الرياضية

essamalbakri@yahoo.com

---

#### الملخص

رياضة المباراة هي لعبة فردية تحتاج الى كثير من القدرات منها بدنية واخرى حركية لابد من لاعب المباراة يمتاز بها، ومن خلال تدريس وتدريب لرياضة المباراة وجدت ان هناك ضعف في القوة المميزة بالسرعة للطلبة في اداء مهارة جمل المباراة الهجومية وهي من المهارات التي تتطلب القوة والسرعة في الاداء، وضعف مستوى طلبة المرحلة الثالثة لكلية التربية الرياضية كونهم مبتدئين لتلك الرياضة باضافه الى ان هنالك حركات متنوعة وعديده يؤديها الطالب ولكن تختلف من حركة الى اخرى حسب سهولة الحركة وصعوبتها ومن تلك الجمل الهجومية (الهجمة الدائرية والهجمة العددية)، اوعز ذلك للضعف الحاصل في القوة المميزة بالسرعة للاعب في اداء تلك المهارات لما تتطلبه من سرعة في حركة الارجل وسرعة في اليد حاملة السلاح مما حث الباحث في دراسة تلك المشكلة .

ويهدف البحث الى التعرف على القوة المميزة بالسرعة وعلاقتها بأداء بعض مهارة جمل المباراة الهجومية من الطعن في سلاح الشيش

واستخدم الباحث الاختبارات الخاصة في البحث اذ تم اخذ 24 طالب من مجتمع البحث بالطريقة العشوائية من كلية التربية الرياضية جامعة الكوفة والتي تمثل نسبة 40% من مجتمع الاصل البالغ (60) طالب وقد تمت التجربة الاستطلاعية على (8) طلاب وكان الغرض من التجربة معرفه مدى ملائمة الاختبارات لمستوى العينة ومعرفه الوقت اللازم لتنفيذ الاختبارات ومعرفه الأخطاء المحتملة والعمل على تفاديها ، كما استخدم المنهج الوصفي للبحث وتمت معالجة البيانات احصائيا ومن خلال النتائج ، اذ استنتج الباحث : وجد علاقة ارتباط معنوي بين القوة المميزة بالسرعة و علاقتها بأداء مهارة جمل المباراة الهجومية (العددية والدائرية) من الطعن في سلاح الشيش لدى عينة البحث

الكلمات المفتاحية: القوة المميزة بالسرعة , الوثب , الطعن , المباراة

1- المقدمة :

منذ بداية العصر الحديدي بدأ الانسان باستخدام الادوات الحديدية في صناعة السيوف التي يستخدمها في صراعاته ، وقد تعددت خواص هذه السيوف التي تمتاز بصلابتها وقوتها ، وقد تميز الانسان بحركات السيف وكفاءة عالية في اصابة اعدائه اثناء القتال ان المبارزة تعتبر ذو طابع فردي ويمتاز المبارز بالقوة والخشونة.

قد تطورت المبارزة كثيرا ، وخصوصا في منتصف القرن الخامس عشر حيث اخذت طابعا حديثا ، ففي عام 1474م اهتم الاسبان بنشر المبارزة بين الشباب ووصفوا لها قواعد واصول قام بتفسيرها الاستاذان (جياكو لبنز بيردى توريس) والاستاذ (بيري مونشير) وفي العصور الحديثة فقد تحولت المبارزة الى ميادين اخرى ومنها الرياضة ، وقد تطورت من حيث الادوات والملابس والملاعب والخطوط في اللعب وتعتبر رياضة المبارزة من الرياضات التي تتطلب من اللاعب مجهودا كبيرا وهي رياضة الصالات المغلقة .

والمبارزة عبارة عن تدريب للجسم والعقل وتنمي العضلات ورجال الطب يصفونها كعلاج للعاهات واصلاح التشوهات وهي غنية بالحركات المتدرجة ، التي يمكن بها ترقية التوافق عند اللاعب والمدرّب ويجب ان تتوفر في اللاعب (السرعة) في اداء الحركات ، وكيفية سرعة اداء الحركات متتالية من نوع واحد وفي اقصر وقت ممكن ومن اهم الصفات البدنية اكتساب السرعة والقوة في المبارزة على عدة عوامل واهمها (القدرة العضلية) وان التمرينات على الاجهزة وخصوصا حركات القفز والتمرينات الحرة (الحركات الارضية) تعتبر من اهم الوسائل العلمية لتحقيق عنصر اللياقة البدنية ، وان معظم حركات المبارزة تتطلب دفع الارض والانطلاق مع تفسير اوضاع الجسم واتجاهاته ومن هذا تجلت اهمية البحث على ان المبارز الذي يمتاز بالقوة المميزة بالسرعة يمكن ادائه مهارة الطعن وذلك للوصول الى المنافس باسرع وقت ممكن والحصول على لمسة .

وان هبوط مستوى الطلبة المرحلة الثالثة لكلية التربية الرياضية كونهم مبتدئين ومن خلال تدريس وتدريب لرياضة المبارزة وجدت ان هناك ضعف في القوة المميزة بالسرعة للطلبة في اداء مهارة بعض جمل المبارزة من الطعن و هي من المهارات التي تتطلب القوة والسرعة في الاداء .

وان لرياضة المبارزة حركات متنوعة يؤديها اللاعب والطالب ولكن تختلف من حركة الى اخرى حسب سهولة الحركة وصعوبتها , ومن تلك الحركات مهارة (الهجمة العددية والهجمة الدائرية) من حركة الطعن ومن خلال تدريسي لرياضة المبارزة لوحظ ان هبوط مستوى الطلبة لتلك المهارة اوعز ذلك للضعف الحاصل في القوة المميزة بالسرعة للطالب وهي من المهارات التي تتطلب القوة والسرعة في ادائها , مما حث الباحث في دراسة تلك المشكلة . ويهدف البحث الى:-

- التعرف على القوة المميزة بالسرعة و علاقتها بأداء مهارة الهجمة العددية والدائرية من الطعن في سلاح الشيش .

2- إجراءات البحث :

2-1 منهج البحث :

استخدم الباحث المنهج الوصفي وذلك لملائمته مع مشكلة البحث .

2-2 مجتمع وعينة البحث :

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية وبأسلوب العشوائي المتمثلة بطلاب التربية الرياضية المرحله الثالثه جامعة الكوفة والبالغ عددهم الكلي(60) طالب اذ تم اخذ(24) طالب لتمثيل العينه واجراء الاختبارات عليهم و(8) طلاب اجريت عليهم التجربه الاستطلاعيه ومن هنا اصبحت عينة البحث (16) طالب وكانت تمثل نسبة 40% من المجتمع واخذ متوسط اطوالهم اوزانهم واعمارهم طلاب مرحلة واحدة وبمعدل طول(180سم) ولغرض التأكد من تجانس أفراد عينة البحث ثم استعمال معامل الالتواء بين أفراد عينة البحث في متغيرات ( الطول , والوزن , والعمر الزمني ) كما هو مبين في الجدول رقم (1) , إذ أتضح أن قيمة معامل الالتواء محصورة بين (0,33 و-0,27) وهذا يعني إن أفراد عينة البحث ذو توزيع طبيعي , إذ كان معامل الالتواء محصور بين  $(+1)$  .

(فؤاد ألبيهي السيد ، 1978 ، ص 455 - 456)

جدول (1)

يبين تجانس عينة البحث بمعامل الالتواء في متغيرات الطول ، والوزن ، والعمر الزمني والتدريبي

| المتغيرات    | وحدة القياس | الوسط الحسابي | الوسيط | الانحراف المعياري | معامل الالتواء |
|--------------|-------------|---------------|--------|-------------------|----------------|
| الطول        | سم          | 181,2         | 181    | 1,2               | 0,16           |
| الوزن        | كغم         | 72,8          | 73     | 73,-              | 0,27-          |
| العمر الزمني | سنة         | 19,3          | 19     | 0,9               | 0,33           |

## 2-3 اجراءات البحث

### 2-3-1 اختبارات البحث

- اختبار القوة المميزة بالسرعة للرجلين. (بيان علي عبد علي ، 1997، ص 194)

(قاسم حسن حسين وبسطويسي أحمد ، 1979 ص 156)

الاختبار : ثلاث وثبات للأمام معاً ، ومن وضع الاستعداد.

الهدف من الاختبار : قياس القوة المميزة بالسرعة للرجلين ، ومن وضع الاستعداد.

مواصفات الأداء:

يقف اللاعب بوضع الاستعداد بحيث تشكل قدماه زاوية قائمة ، القدم الأمامية متجهة للأمام ، والأخرى متجهة إلى الجانب ، والمسافة بينهما (1,5) قدم تقريبا ، الركبتان مثنيتان قليلاً ، والذراع الأمامية المسلحة تشكل زاوية منفرجة مع السلاح ، ويكون الساعد مع السلاح خطأً موازياً للأرض تقريبا ، ومقدمة السلاح متجهة للأمام بحيث تكون ذبابة السلاح بمستوى نظر اللاعب . أما الذراع الخلفية ، فتكون مرفوعة خلف الرأس بوضع مرتخي .

- يضع اللاعب قدمه الخلفية خلف خط البداية .

- يعمل اللاعب على مد الرجلين بقوة، ودفع الأرض بالقدمين للوثب أماماً ولثلاث ، وثبات متتالية إلى أبعد مسافة ممكنة مع بقائها في وضع الاستعداد.

التسجيل :

- تقاس المسافة من الحافة الداخلية لخط البداية وحتى آخر أثر يتركه اللاعب عند ملامسة القدم الخلفية للأرض .

- يعطى اللاعب محاولتين وتسجل المسافة الأفضل.

- اختبار ثني ومد الذراعين (شناو) من وضع الاستناد الأمامي (10ثا)

الغرض من الاختبار : قياس القوة المميزة بالسرعة لعضلات الذراعين.

طريقة الأداء والقياس: من وضع الاستناد الأمامي مع ملاحظة ، اخذ وضع الجسم الوضع الصحيح ، ثني الذراعين ، ثم مدهما كاملا ، ويتم التسجيل لعدد تكرارات ثني ومد الذراعين بشكل صحيح خلال (10) ثوان.

التسجيل : تحسب عدد المرات خلال 10 ثا .

- تقييم مستوى أداء المهارات الهجومية بالمبارزة .

تم تقييم مستوى أداء بعض المهارات الهجومية بوساطة ثلاثة محكمين، وذلك بإعطاء درجة من (10) ،

وبأخذ الوسط الحسابي لدرجاتهم ، وتم تقييم مستوى الأداء عن طريق التصوير الفديوي للاختبارات ،

وعرضها على (3) محكمين، وتقييم كل مهارة على وفق استمارة أعدت لذلك ملحق (1) ، إذ تم تصميم

استمارة تقييم مستوى الأداء للمهارات الهجومية ، ومن أجل تقويم الاستمارة ، ومعرفة مدى صلاحيتها

وشمولها ، تم عرضها على مجموعة من الخبراء والمختصين برياضة المبارزة

(أحمد صباح قاسم توفيق ، 2005، ص40)، (بيان علي عبد علي، 1997، ص 194)، (زينب قحطان عبد المحسن ، 2008، ص11)

وأكدوا على أن الاستمارة صالحة وشاملة لتقويم مستوى الأداء المهاري لبعض مهارات سلاح الشيش،  
وبنسبة اتفاق 100 %

- الأسس العلمية للاختبارات :

أن جميع الاختبارات المستعملة في الدراسة هي اختبارات مقننه ، وأجريت في البيئة العراقية في دراسات  
سابقة بالمبارزة (1)(2)(3) كما هو مبين في الجدول ( 2 )

جدول (2)

يبين معامل الصدق والثبات، والموضوعية للاختبارات استنادا الى الدراسات السابقة:

| الموضوعية | الثبات | الصدق | الأسس العلمية للاختبارات       |   |
|-----------|--------|-------|--------------------------------|---|
|           |        |       | الاختبارات                     |   |
| 97%       | 0,92   | 0,95  | القوة المميزة بالسرعة للرجلين  | 2 |
| 96%       | 0,94   | 0,96  | القوة المميزة بالسرعة للذراعين | 3 |

4-2 التجربة الرئيسية :

تم اجراء التجربة الرئيسية على عينة البحث البالغ عددهم (24) طالب بتاريخ 2014/2/20 حيث تم اخذ

(8) للتجربة الاستطلاعية وتم اجراء الاختبارات على ( 16 ) طالب من افراد العينة الكلية.

2- 5 الوسائل الاحصائية :

استخدم الباحث الحقيبة الاحصائية spss :

- الوسط الحسابي .

- الانحراف المعياري .

- معامل الارتباط البسيط .

- معامل الالتواء

3- عرض ومناقشة النتائج :

3-1 عرض وتحليل علاقة القوة المميزة بالسرعة وعلاقتها في اداء بعض جمل المبارزة الهجومية (العديدية والدائرية) من الطعن

جدول (3) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمتي ( t ) المحسوبة والجدولية للاختبار الأداء الفني للهجمة العديدية والدائرية

| نوع الدلالة | قيمة ر | الوسائل الاحصائية |     | المعالم الإحصائية<br>الاختبار           |
|-------------|--------|-------------------|-----|-----------------------------------------|
|             |        | ع                 | س-  |                                         |
| معنوي       | 0,74   | 0,6               | 7,8 | الهجمة العديدية و القوة المميزة بالسرعة |
| معنوي       | 0,86   | 0,5               | 6,5 | الهجمة الدائرية و القوة المميزة بالسرعة |

قيمة ( ر ) الجدولية = (0,43) عند مستوى دلالة (0,05) وعند درجة حرية (15)

تبين من الجدول اعلاه ان الوسط الحسابي للهجمة العديدية وللقوة المميزة بالسرعة (7,8)

بأنحراف معياري (0,6) اما الوسط الحسابي للهجمة الدائرية والقوة المميزة بالسرعة (6,5)

بأنحراف معياري (0,5) اذ تم اجراء معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بين متغيرات البحث مع

القوة المميزة بالسرعة مع الطعن اذا بلغ معامل الارتباط (0,74 و 0,86) على التوالي عند درجة حرية (15) تحت مستوى دلالة (0,05) وبما ان معامل الارتباط المحسوبة اكبر من معامل الارتباط الجدولية البالغ (0,43) اذن مستوى الدلالة معنوي .

### 2-3 مناقشة النتائج :

اكبر اذن مستوى الدلالة معنوي ويعزو الباحث ان القوة المميزة بالسرعة يحتاجها اللاعب لأنه يعتمد على اسبقية الهجوم فلاعب المباراة يحتاج الى قوة كما اكد محمد رضا ( ان الالعب ذات الحركات الغير دائرية (وثب ، قفز ، مبارزة) تكون القوة الانفجارية والمميزة بالسرعة هي العامل الحاسم في تحقيق الانجاز) . تبين من الجدول السابق ان معامل الارتباط المحسوبة اكبر من معامل ارتباط الجدولية

اما القوة المميزة بالسرعة فلاعب المباراة يحتاج الى قوة وسرعة في الاداء (ان صفة السرعة تخدم الاداء الحركي وتعطيه الفاعلية المطلوبة وصفة القوة والسرعة معاً تخدمان الاداء الحركي وتعطيه الفاعلية المطلوبة وصفة القوة والسرعة معاً تخدمان الاداء الحركي بحيث يؤدي بشكل سليم) . (محمد رضا ، 2008 ، ص620)

وهذا ما أكده (نزار الطالب) " من أن المنافسة هي من الوسائل الناجحة في استثارة رغبة الرياضي ، وفي حثه على بذل أقصى جهده ، وهذه المنافسة قد تكون مع شخص آخر أو منافسة الرياضي مع نفسه". (نزار الطالب، 1976 ، ص70)

وهذا ما تحقق في الاختبارات للمهارات الهجومية والبدنية ان الوسط الحسابي للهجمة العددية



وللقوة المميزة بالسرعة (7,8) بأنحراف معياري (0,6) اما الوسط الحسابي للهجمة الدائرية والقوة المميزة بالسرعة (6,5) بأنحراف معياري (0,5) اذ تم اجراء معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بين متغيرات البحث مع القوة المميزة بالسرعة مع الطعن اذا بلغ معامل الارتباط (0,74 و0,86) على التوالي عند درجة حرية (15) تحت مستوى دلالة (0,05) وبما ان معامل الارتباط المحسوبة اكبر من معامل الارتباط الجدولية البالغ (0,43) اذن مستوى الدلالة معنوي اي لابد من لاعب المباراة او اي متعلم (طلاب) ان يمتلك القوة المميزة بالسرعة لكلا المنطقتين العلوية المتمثلة بالذراعين والسفلى المتمثلة بالرجلين وهذا ماتحقق منه الباحث ان العلاقة ايجابية (معنوية) في الاختبارات التي اجراها على العينة .

#### 4- الاستنتاجات والتوصيات :

##### 4-1 الاستنتاجات : توصل الباحث الى الاستنتاجات الاتية :-

1- توجد علاقة ارتباط معنوي بين القوة المميزة بالسرعة وجمل المباراة الهجومية.

2- العلاقة معنوية بين الهجمة العددية والقوة المميزة بالسرعة من الطعن .

3- العلاقة معنوية بين الهجمة الدائرية والقوة المميزة بالسرعة من الطعن .

4-2 التوصيات : يوصي الباحث بما يلي :-

- 1- بأجراء بحوث مشابهة لفئات عمرية مختلفة و لكلا الجنسين بلعبة المباراة .
- 2- التأكيد على مدربي ومدرسي المباراة بتنمية و تطوير اشكال القوة بشكل خاص ومنفرد وخصه القوة المميزة بالسرعة لما لها من اهمية للمبارز.

#### المصادر

- أحمد صباح قاسم توفيق ؛أثر التدريب باستخدام أثقال إضافية في عدد من عناصر اللياقة البدنية والحركية الخاصة للاعبين المباراة بسلاح الشيش : رسالة الماجستير ،جامعة الموصل ، كلية التربية الرياضية ، 2005.
- محمد رضا : التطبيق الميداني للنظريات وطرائق التدريب الرياضي ، ط1 ، بغداد ، دار الكتب للطباعة ، 2008.

- بيان علي عبد علي ؛ المحددات الأساسية لاختبار الناشئين في رياضة المبارزة : أطروحة دكتوراه غير منشورة ، جامعة بغداد/ كلية التربية الرياضية، 1997.
- نزار الطالب ؛ مبادئ علم النفس الرياضي : بغداد ، مطبعة الشعب ، 1976.
- فؤاد ألبيهي السيد ؛ علم النفس الإحصائي : القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1978
- زينب قحطان عبد المحسن؛ تأثير تمرينات بأزمنة مختلفة في تطوير بعض القدرات البدنية الخاصة وعلاقتها بالأداء المهاري لدى لاعبات سلاح الشيش، رسالة الماجستير، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية للبنات، 2008.
- بيان علي عبد علي ؛ المحددات الأساسية لاختبار الناشئين في رياضة المبارزة : أطروحة دكتوراه غير منشورة ، جامعة بغداد/ كلية التربية الرياضية، 1997.
- قاسم حسن حسين وبسطويسي أحمد؛ التدريب العضلي الايزوتوني في مجال الفعاليات الرياضي ط1 : جامعة بغداد ، مطبعة الوطن العربي ، 1979.

#### ملحق(1)

استمارة تقييم مستوى الأداء الفني لحركات الهجوم المركب (العديدية- الدائري) في رياضة المبارزة

| المعدل | درجة التقييم (10) درجات |               |               | اللاعب | ت |
|--------|-------------------------|---------------|---------------|--------|---|
|        | م 3 (10) درجة           | م 2 (10) درجة | م 1 (10) درجة |        |   |

|  |  |  |  |  |    |
|--|--|--|--|--|----|
|  |  |  |  |  | 1  |
|  |  |  |  |  | 2  |
|  |  |  |  |  | 3  |
|  |  |  |  |  | 4  |
|  |  |  |  |  | 5  |
|  |  |  |  |  | 6  |
|  |  |  |  |  | 7  |
|  |  |  |  |  | 8  |
|  |  |  |  |  | 9  |
|  |  |  |  |  | 10 |
|  |  |  |  |  | 11 |
|  |  |  |  |  | 12 |
|  |  |  |  |  | 13 |
|  |  |  |  |  | 14 |
|  |  |  |  |  | 15 |
|  |  |  |  |  | 16 |

التاريخ/

اسم الخبير/

التوقيع/

## ملحق (2)

يوضح اسماء الخبراء الذين قاموا بتقييم الاداء المهاري

| مكان العمل                 | التحصيل الدراسي    | اسم الخبير           | ت |
|----------------------------|--------------------|----------------------|---|
| مدرب المنتخب الوطني السابق | دبلوم تدريب مبارزة | عبد المنعم عبيد جواد | 1 |

**المؤتمر العلمي الدولي لعلوم التربية الرياضية 2014/10/ 20-18 بابل**

|   |               |                               |                          |
|---|---------------|-------------------------------|--------------------------|
|   |               |                               | ومدرب نادي الشعلة حالياً |
| 2 | د . بسام عباس | دكتوراه تربية رياضية - مبارزة | جامعة بغداد              |
| 3 | م.م حامد شهيد | ماجستير تربية رياضية- مبارزة  | جامعة الكوفة             |

**ملحق (3)**

يوضح اسماء فريق العمل المساعد

| ت | الاسم                 | التحصيل الدراسي                 | مكان العمل    |
|---|-----------------------|---------------------------------|---------------|
| 1 | أ.م.د علي جواد        | دكتوراه تربية رياضية/جامعة بابل | قاعة المباراة |
| 2 | أ.م.د نعيم عبد الحسين | دكتوراه تربية رياضية/جامعة بابل | قاعة المباراة |
| 3 | م.م بشار شمخي         | ماجستير تربية رياضية/جامعة بابل | قاعة المباراة |