



تأثير البلاسيبو في نتائج بعض الاختبارات البدنية والحركية للاعبين المبارزة وفقاً للعمر الزمني

The Effect of Placebo on Physical and Motor Test Results in Fencing Players According to Chronological Age

م.د. فرح خالد عبدالله سلوم

Farah Khalid Abdullah

farah.k.abdullah@aliraqia.edu

كلية الطب الجامعة العراقية

الملخص

هدفت الدراسة الى التعرف على تأثير البلاسيبو (الدواء الوهمي) في نتائج بعض اختبارات البدنية والحركية للاعبين المبارزة باعمار (14-12) عام، والتعرف على تأثير البلاسيبو (الدواء الوهمي) في نتائج بعض اختبارات البدنية والحركية للاعبين المبارزة باعمار (15-17) عام، وافتراضت الدراسة وجود فروق معنوية في نتائج الاختبارات البدنية والحركية قبل تناول البلاسيبو وبعد تناوله للاعبين المبارزة باعمار (12-14) عام، ووجود فروق معنوية في نتائج الاختبارات البدنية والحركية قبل تناول البلاسيبو وبعد تناوله للاعبين المبارزة باعمار (15-17) عام، واستعملت الباحثة المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين ذوات الاختبار البعدي والقبلي، واشتملت عينة البحث مجموعة من لاعبي المبارزة البالغ عددهم (12) لاعباً بواقع (6) بوسط حسابي للأعمار يبلغ (13.66) سنة اما المجموعة الثانية فقد بلغ عددها (6) بوسط حسابي للأعمار يبلغ (15.66) سنة، وبعد اجراء الاختبارات ما قبل تناول العقار الوهمي البلاسيبو وبعد تناوله، أظهرت النتائج تأثيرات إيجابية على المجموعة التجريبية ذات العمر الأصغر والخبرة التدريبية الأقل، ولم تتأثر المجموعة التجريبية الثانية ذات العمر التدريبي الأكبر والخبرة التدريبية الأكبر، واوصت الباحثة بمراعاة العامل النفسي في تدريب الناشئين، اذ يمكن استثمار تأثير البلاسيبو لتعزيز الثقة وتحفيز الأداء، كما اوصت الباحثة باعتماد البلاسيبو في حالات خاصة جداً وقبل السباقات المهمة لكي لا يفقد أهميته اذ يعد استخدام البلاسيبو نوعاً من العمل الاضطراري ولا يمكن اعتباره علاجاً سحرياً لجميع الحالات.

الكلمات المفتاحية: مبارزة، بلاسيبو، قدرات بدنية، قدرات حركية

ABSTRACT

This study investigated the placebo effect on physical and motor performance tests in young fencers across different age groups. Using an experimental pretest-posttest design with two groups (total N=12, 6 per group), the research compared outcomes between younger fencers (mean

age 13.66 years) and older fencers (mean age 15.66 years). Results revealed significant performance improvements following placebo administration in the younger, less experienced group across multiple tests including speed endurance, lunge accuracy, and balance measures. In contrast, the older, more experienced group showed no statistically significant placebo effects. These findings suggest that placebo responsiveness in fencing performance may decrease with athlete age and training experience. The study recommends strategic incorporation of placebo techniques in youth fencing training to enhance psychological readiness and performance, while cautioning against overuse to maintain effect potency. Placebo interventions appear most effective when selectively employed before major competitions rather than as routine training tools. These results contribute to understanding age-related differences in psychological performance enhancement within combat sports.

Keywords: Fencing, Placebo, Physical abilities, Motor skills, Athletic performance, Sports psychology, Adolescent athletes

الفصل الأول:

1-1 مقدمة البحث و أهميته.

تشكل الاختبارات الرياضية اداة محورية في تقييم الأداء الرياضي، اذ تستعمل كمعايير أساسى لانتقاء اللاعبين، وبناء الفرق الرياضية، وتصميم المناهج التدريبية. وفي إطار السعي الدؤوب من قبل المختصين في المجال الرياضي لتحسين هذه الاختبارات، تبرز الحاجة إلى فهم العوامل الخارجية التي قد تؤثر في نتائجها، ومن أبرز هذه العوامل ما يُعرف بـ"تأثير البلاسيبو" (Placebo effect). ويعرف البلاسيبو على أنه مادة غير فعالة تقدم بشكل يحاكي العاقفiro الحقيقة، دون أن تحتوي على أي مواد ذات تأثير علاجي (Bonetti & Hopkins, 2009)

يعود أصل مصطلح "البلاسيبو" إلى القرن الرابع عشر الميلادي، اذ ظهر في الكتب الدينية المترجمة إلى اللاتينية بمعنى "المشي"، ثم تطور لاحقاً ليحمل معنى "الإرضاe". وفي السياق الطبي، تشير الأدبيات إلى أن أول استخدام للمصطلح كان في محاضرات الطبيب البريطاني وليام كولين عام 1772، بينما يرجح آخرون أن الفضل في ذلك يعود إلى الطبيب ألكسندر سارلاند من خلال كتابه "إحياء المبادئ الطبية القديمة" (Robert Jütte, 2013).

تتميز هذه الدراسة بمساهمتها في تعميق الفهم العلمي للعوامل النفسية المؤثرة في الأداء الرياضي، كما تقدم إطاراً منهجياً يمكن للمختصين في المجال الرياضي الاعتماد عليه لتحسين دقة الاختبارات الرياضية.

وتظهر أهمية البحث من الناحية النظرية في القاء الضوء عن البلاسيبو واستعمالاته في الرياضة إذ تشهد الأدبيات العلمية ندرة واضحة في الدراسات التي تستكشف تأثير ظاهرة البلاسيبو على الأداء الرياضي في رياضة المبارزة تحديداً، وتحاول هذه الدراسة في محاولتها سد هذه الفجوة البحثية، أما من الناحية التطبيقية فان أهمية هذا البحث تكمن في التعريف بالفائدة التي يمكن ان يجنيها المدرب من استعمال البلاسيبو في بعض الحالات الصعبة التي يمر بها اللاعب. من خلال تحليل مدى تأثير هذا العامل في نتائج الاختبارات الرياضية.

2-1 مشكلة البحث:

تشهد الأدبيات العلمية ندرةً واضحة في الدراسات التي تستكشف تأثير ظاهرة البلاسيبو على الأداء الرياضي في رياضة المبارزة تحديداً. وتكون أهمية هذه الدراسة في محاولتها سد هذه الفجوة البحثية من خلال تحليل مدى تأثير هذا العامل النفسي في نتائج الاختبارات الرياضية.

تبعد مشكلة البحث من أن النظام التدريسي للرياضيين قد لا يكون كافياً في بعض الأحيان بسبب ظروف مختلفة، مثل الانقطاع التدريسي الناتج عن الإصابات او الالتزامات الدراسية والمشكلات التنظيمية مع النادي أو المدرب، او المشاركة في بطولات تفوق المستوى الحالي للرياضي، وهذه العوامل مجتمعة قد تؤدي إلى تأثيرات نفسية سلبية تتعكس على الحالة البدنية، والقدرات الحركية والمستوى الأدائي العام، وفي محاولة البحث عن حلول لهذه الإشكالية، تتتنوع أشكال الدعم المقدمة للرياضيين بين الدعم المادي والدعم الأسري والدعم التشجيعي والدعم النفسي

ويأتي الدعم النفسي في طليعة هذه الأشكال، حيث يركز على تعزيز الثقة بالنفس واستخدام أساليب التحفيز المختلفة واللجوء إلى بعض الوسائل غير التقليدية مثل البلاسيبو (الدواء الوهمي) وفي هذا السياق، تسعى الدراسة الحالية إلى استقصاء فعالية استخدام البلاسيبو كأداة لتحسين المؤشرات الرقمية للأداء والنتائج الكمية للاختبارات.

3-1 هدف البحث:

- التعرف على تأثير البلاسيبو (الدواء الوهمي) في نتائج بعض اختبارات البدنية والحركية للاعب المبارزة باعمار (12-14) عام.

- التعرف على تأثير البلاسيبو (الدواء الوهمي) في نتائج بعض اختبارات البدنية والحركية للاعب المبارزة باعمار (15-17) عام.

4- فروق معرفية:

- توجد فروق معرفية في نتائج الاختبارات البدنية والحركية قبل تناول البلاسيبو وبعد تناوله للاعبين المبارزة باعمر (12-14) عام.

- توجد فروق معرفية في نتائج الاختبارات البدنية والحركية قبل تناول البلاسيبو وبعد تناوله للاعبين المبارزة باعمر (15-17) عام.

5- مجالات البحث:

1-5-1 المجال البشري: لاعبو المبارزة للاعمر بين (12-17) سنة.

2-5-1 المجال الزماني: للمدة من (2025/5/7) ولغاية (2025/6/7).

3-5-1 المجال المكاني: المركز الوطني لرعاية الموهبة الرياضية للمبارزة- وزارة الشباب والرياضة.

6- التعريف بالمصطلحات.

1-6-1 البلاسيبو: ووفقاً لويليام كولين، فإن مصطلح البلاسيبو نوع الدواء الذي يعطى للمرضى لإشباع رغبته في تناول العلاجات، ولكن كولين أكد على أن البلاسيبو غير فعال في علاج الأمراض الشديدة. (Kerr & Kaptchuk, 2008).

الفصل الثاني: منهجية البحث واجراءاته الميدانية

1- منهج البحث:

استعملت الباحثة المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين ذوات الاختبار البعدي والقبلي، اذ ان طبيعة الدراسة فرضت على الباحثة الاعتماد على مجموعتين تجريبيتين.

2- عينة البحث:

اشتملت عينة البحث مجموعة من لاعبي المبارزة البالغ عددهم (6) لاعبين من لاعبي المركز الوطني لرعاية الموهبة الرياضية للمبارزة بوسط حسابي للأعمار يبلغ (13.66) سنة وانحراف معياري مقداره (0.816)، ووسط حسابي للأطوال يبلغ (164.33) سم وانحراف معياري (4.27)، وبوسط حسابي للأعمار التدريبية (4.66) سنة وانحراف معياري (0.916).

اما المجموعة الثانية فقد بلغ عددها (6) بوسط حسابي للأعمار يبلغ (15.66) سنة وانحراف معياري مقداره (0.656)، ووسط حسابي للأطوال يبلغ (167.33) سم وانحراف معياري (3.33)، وبوسط حسابي للأعمار التدريبية (6.66) سنة وانحراف معياري (0.885).

3-3 أجهزة وأدوات البحث:

المصادر العربية والأجنبية، الشبكة العالمية (الانترنت)، ملعب مبارزة او ارض مستوية – شريط قياس-ساعة توقيت – شريط لاصق – سلحة مبارزة – قفاز- شخص يمثل الهدف القانوني لسلاح الشيش، وجهاز مبارزة كهربائي، سلك توصيل يد شيش عدد (2)- منصة توازن.

4-2 اختبارات البحث:

قامت الباحثة باختيار مجموعة من الاختبارات العامة والخاصة لتمثل المعيار الذي سوف تستند عليه في إيجاد تأثير البلاسيبو، وهذه الاختبارات هي:

4-2-1 الاختبار الأول: اختبار الأداء البدني – المهاري للأطراف السفلية (14) متر. (عبد الزهرة، 2022، صفحة 5).

الغرض من الاختبار: قياس القوة المميزة بالسرعة للعضلات العاملة والمعاكسة للأطراف السفلية من وضع الاستعداد (الانوكارد).

الأدوات المستعملة: ملعب مبارزة او ارض مستوية – شريط قياس-ساعة توقيت – شريط لاصق – سلحة مبارزة – قفاز- استماراة تسجيل.

طريقة الأداء: يقف اللاعب بوضع الاستعداد على خط البداية البالغ عرضه (5) سم بحيث تلامس سلاميات القدم الامامية لحافة الخط الخارجية، وعند سماع إشارة البدء تشغل ساعة توقيت، يقوم اللاعب بأداء حركة المرجة بالرجل الامامية للأمام ومد مفصل الركبة يرافقها دفع الأرض بالرجل الخلفية كي تساعد على الوثب لبعد مسافة افقية ممكنة ثم النزول بالقدمين معاً وعلى الامشاط، وبعد قطع المسافة على اللاعب الثبات بوضع الاستعداد مع إيقاف ساعة التوقيت.

التسجيل: يتم حساب الزمن المستغرق لقطع المسافة من خط البداية وحتى خط النهاية، ويعطى اللاعب ثلاث محاولات ويتم اختيار الأفضل، ويتم مقارنة النتيجة مع المعايير الآتية المستوى ضعيف (5.88 – فاكثر) المستوى مقبول (4.82-5.82) المستوى متوسط (4.41 - 4.79)، المستوى جيد (4.40-4.16) جيد جدا (4.15 - فاقل).

4-2-2 الاختبار الثاني: اختبار تحمل السرعة الخاصة في رياضة المبارزة. (عباس و مهدي، 2006، صفحة 8).

الغرض من الاختبار: قياس تحمل السرعة الخاصة.

الادوات المستعملة: ملعب مبارزة، سلاح شيش قانوني، ساعة توقيت الكترونية، تجهيزات مبارزة كاملة.

طريقة الأداء: يقف اللاعب في وضع الاستعداد بكمال تجهيزاته عند الخط النهائي للملعب وعند سماع إشارة البدء يقوم اللاعب بالتقدم العادي نحو نهاية الملعب الثانية وعند الوصول يقوم بالرجوع الى نقطة البداية بحركة التقهقر العادي، يكرر الأداء حتى انتهاء المدة المحددة (30) ثانية.
التسجيل: يتم احتساب المسافة بالمتر، ويعطى اللاعب محاولة واحدة فقط.

2-3-4 الاختبار الثالث: اختبار دقة التصويب بحركة الطعن: (Zahrao, 2025, صفحة 9)

هدف الاختبار: قياس دقة التصويب بحركة الطعن بالمبازرة.
الأدوات اللازمة: شاخص يمثل الهدف القانوني لسلاح الشيش، وجهاز مبارزة كهربائي، سلك توصيل بد شيش عدد (2).

وصف الأداء: يقف المختبر في وضع الاستعداد أمام الشاخص بعد ربط التجهيزات كاملة وتوضع علامات على الأرض لتحديد موضع القدمين في وضع الاستعداد بحيث يستطيع المختبر لمس الشاخص بذبابة السلاح بحركة الطعن، فيقوم المختبر بإعطاء الإشارة بالطعن في مكان محدد، على أن لا يتأخر المختبر بالاستجابة، ويعطى اللاعب (10) محاولات.

التسجيل: يتم تسجيل المحاولات الناجحة فقط والتي يتم تحديدها من خلال تطابق الإيماع (يكون من قبل الحكم الذي يطلب الطعن على رقم معين) مع المكان الذي تم فيه الحصول على اللمسة.

2-4-4 الاختبار الرابع: اختبار الوثب العريض من الثبات. (Baydemir, 2024, p. 6)

الغرض من الاختبار: قياس القوة الانفجارية للرجلين.

الأدوات اللازمة: مساحة مناسبة خالية من العوائق، شريط قياس يبيت على الأرض.
طريقة الأداء: يقف اللاعب خلف خط البداية ثم يقوم بمرجة الرجلين والقفز إلى الأمام بكلتا الرجلين لأبعد مسافة ممكنة.

طريقة التسجيل: تسجل المسافة من خط البداية وحتى آخر جزء يلمس الأرض.

2-4-5 اختبار فلامينغو الوقوف على قدم واحدة للتزان :Flamingo Balance Test

(Nathanial J. Kapsal, Theresa Dicke, & Alexandre J.S. Morin, 2018, p. 8)

الأدوات اللازمة: منصة بطول 30 سم وارتفاع 4 سم وبعرض 3 سم، ساعة توقيت.

وصف الاختبار: اختبار الوقوف على قدم واحدة فوق عارضة بطول 30 سم تكون صلبة، ارتفاعها 5 سم وعرضها 5 سم ، تستخدم ساعة إيقاف لقياس الزمن.

التسجيل: تسجل عدد الأخطاء خلال دقيقة واحدة أي احتلال التوازن والنزول عن المنصة، وكلما كانت الأخطاء أقل كانت النتيجة أفضل.



شكل (3)

اختبار الوقوف على قدم واحدة للاتزان "فلامينغو"

5- إجراءات البحث الميدانية:

1- اعداد العقار الوهمي:

للغرض اجراء التجربة الرئيسية قامت الباحثة باعداد الباحثة العقار الوهمي اذ استخدمت الباحثة مجموعة من المواد لصناعة العقار الوهمي اذ تكون العقار من خليط من مشروب الطاقة مع قليل من الحليب مع اضافة العسل ومطحون الحبة السوداء، وبذلك اصبح طعم العقار يشبه طعم الدواء، ولا يستطيع احد تمييز المواد الداخلة فيه. وقد وضع العقار الوهمي في علبة دواء من شركة سامراء لصناعة الادوية.

2- الاختبار القبلي:

قامت الباحثة بإجراء الاختبار القبلي لعينة البحث وفقاً للعمر وكل مجموعة يوم خاص بها وبمساعدة فريق العمل المساعد في يوم الجمعة والسبت 23 – 24 / 5 / 2025، وتم تسجيل النتائج في استمارات التسجيل.

3- تناول الدواء الوهمي:

قد قامت الباحثة باللقاء مع اللاعبين من عينة البحث كل على حده وبالاتفاق مع المدرب وعرضت عليهم فكرة تناول العقار المعد اذ تناول اللقاء ما يلي:
ان هذا العقار من الممكن ان يرفع من المستوى البدني للاعبين وهو لا يمثل عقاراً ممنوعاً اذ تم فحصه من دائرة الطب الرياضي واظهرت النتائج عدم احتوائه على منشطات ممنوعة دولياً وتظهر نتائجه بعد أسبوع واحد من تناوله"

2-4 الاختبار البعدى:

بعد اطمئنان اللاعبين الى القيام بالمشاركة في التجربة قامت الباحثة بإجراء الاختبارات البعديه في يومي الجمعة السبت 30/5/2025، وتم تسجيل نتائج الاختبارات في استمرارات التسجيل.

2-5 الوسائل الإحصائية:

استعمل الباحث الحقية الإحصائية (SPSS) لاستخراج:
الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، اختبار الفروق T-test للعينا المرتبطة.

الفصل الثالث:

3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

3-1 عرض نتائج الوسط الحسابي والانحراف المعياري للمجموعة التجريبية الأولى.

جدول (1)

نتائج الوسط الحسابي والانحراف المعياري للمجموعة التجريبية الأولى

الاختبار البعدى		الاختبار القبلى		الاختبار	
ع	س	ع	س		
0.229	4.282	0.375	4.407	الأداء البدنى المهارى للأطراف السفلی (14) متر	
4.579	99.167	38.515	79.175	اختبار تحمل السرعة الخاصة فى رياضة المبارزة	
1.049	6.500	1.472	6.167	اختبار دقة التصويب بحركة الطعن	
0.049	1.635	0.098	1.565	اختبار الوثب العريض من الثبات	
0.753	4.167	0.983	4.833	اختبار فلامينغو الوقوف على قدم واحدة للاتزان	

3-2 عرض نتائج الوسط الحسابي والانحراف المعياري للمجموعة التجريبية الثانية.

جدول (2)

نتائج الوسط الحسابي والانحراف المعياري لنتائج الاختبارات القبليه والبعديه لعينة البحث الثانية

الاختبار القبلى		الاختبار البعدى		الاختبار	
ع	س	ع	س		
1.642	2.810	0.158	4.783	الأداء البدنى المهارى للأطراف السفلی (14) متر	
2.280	98.000	3.933	92.667	اختبار تحمل السرعة الخاصة فى رياضة المبارزة	
0.816	6.333	0.983	4.833	اختبار دقة التصويب بحركة الطعن	
0.107	1.558	0.116	1.510	اختبار الوثب العريض من الثبات	
0.548	4.500	0.548	5.500	اختبار فلامينغو الوقوف على قدم واحدة للاتزان	

3-3 عرض نتائج اختبار الفروق T-test بين الاختبارات القبليه والبعديه للمجموعة التجريبية الأولى.

جدول (1)

نتائج اختبار الفروق T-test بين الاختبارات القبليه والبعديه للمجموعة التجريبية الأولى.

الدالة	قيمة Sig.	قيمة t	ف هـ	ف	الاختبار
معنوي	0.030	3.003	0.657	1.973	الأداء البدنى المهارى للأطراف السفلی (14) متر
معنوي	0.007	4.339	1.229	5.333	اختبار تحمل السرعة الخاصة فى رياضة المبارزة
معنوي	0.007	4.392	0.342	1.500	اختبار دقة التصويب بحركة الطعن
معنوي	0.005	4.768	0.010	0.048	اختبار الوثب العريض من الثبات
معنوي	0.041	2.739	0.365	1.000	اختبار فلامينغو الوقوف على قدم واحدة للاتزان

3-4 عرض نتائج اختبار الفروق T-test بين الاختبارات القبلية والبعديّة للمجموعة التجريبية الثانية.

جدول (1)

نتائج اختبار الفروق T-test بين الاختبارات القبلية والبعديّة للمجموعة التجريبية الثانية.

الدالة	قيمة Sig.	قيمة t	ف هـ	ف	الاختبار
عشوائي	0.166	1.621	0.077	0.125	الأداء البدني المهاري للأطراف السفلية (14) متر
عشوائي	0.266	1.251	15.975	19.992	اختبار تحمل السرعة الخاصة في رياضة المبارزة
عشوائي	0.530	0.674	0.494	0.333	اختبار دقة التصويب بحركة الطعن
عشوائي	0.068	2.316	0.030	0.070	اختبار الوثب العريض من الثبات
عشوائي	0.328	1.085	0.615	0.667	اختبار فلامينغو الوقوف على قدم واحدة للاتزان

مناقشة النتائج

لغرض اثبات فرضية البحث الأولى استعملت الباحثة الحقيقة الإحصائية SPSS لاستخراج الفروق الإحصائية بين نتائج الاختبارات ما قبل تناول العقار ونتائج نفس الاختبارات بعد تناوله، واظهرت نتائج المجموعة التجريبية الأولى (متوسط العمر 13.66 سنة) اذ كانت قيمة المعنوية Sig. كانت اقل من مستوى الدلالة البالغة (0.05) وتحت درجة حرية (5)، مما يدل على ان هناك فروق ذات دلالة إحصائية، اما المجموعة الثانية (متوسط العمر 15.66 سنة، خبرة 6.66 سنة): فقد كانت جميع القيم كانت اكبر من مستوى الدلالة البالغة (0.05) وتحت درجة حرية (5)، لذلك قامت الباحثة برفض الفرضية البديلة وقبول الفرضية الصفرية التي تشير الى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية، وتزعم الباحثة ظهور الفروق المعنوية في نتائج المجموعة الأولى (13.66 سنة، خبرة 4.66 سنة)، الى ان هذه المجموعة تمتلك قدرات اكبر من القدرات التي تظهرها هذه المجموعة في الاختبارات او الإنجاز في المبارزة، اذ ان البلاسيبو اظهر القدرات الكامنة لدى افراد هذه المجموعة من خلال إضافة عامل جديد (Benedetti, Lanotte, Lopiano, & Colloca, 2007) الى ان الرياضيين الأصغر سناً أكثر تأثراً بالبلاسيبو بسبب قلة الخبرة، وامتلاكهم مرونة عصبية أعلى، مما يسهل تكيفهم مع التوقعات. كما تتفق هذه النتائج مع نتائج Marcora, Staiano, & Manning, 2009) والتي اشارت الى ان التحسن في نتائج الاختبارات البدنية يمكن تفسيره عبر نظرية تعديل الجهد المدرك اذ يقلل البلاسيبو الشعور بالإجهاد.

ومن ناحية أخرى تعزو الباحثة نتائج المجموعة الثانية (15.66 سنة، خبرة 6.66 سنة)، الى ان تأثير البلاسيبو في الأداء البدني والمهاري للمبارزة يعتمد بشكل كبير على العمر الزمني والخبرة التدريبية، مع تأثير أقوى لدى اللاعبين الأصغر سناً والأقل خبرة. يمكن استخدام هذه النتائج لتحسين برامج التدريب النفسي والبدني في رياضة المبارزة. وتشير الباحثة هنا الى ان التدريب الرياضي والتمرينات الرياضية وتقسيم الشدد والحجوم التي تعتمد الاسس العلمية، هو العامل الأساس الذي يعمل على تطوير القدرات البدنية والحركية والمهارية والخططية، ولا يتحقق ذلك الا عن طريق التكامل في

تطوير تلك الجوانب للوصول باللاعب الى اعلى المستويات الرياضية، وتوافق هذه النتائج مع دراسة (Foad, Beedie, & Coleman, 2008) التي أظهرت أن الرياضيين ذوي الخبرة العالية أقل تأثراً بالبلاسيبيو او الدواء الوهمي بسبب اعتمادهم على التغذية الراجعة الذاتية (Self-monitoring) بدلاً من المؤثرات الخارجية، مع تطور آليات التحكم في الأداء لديهم، مما يقلل من تأثير العوامل الوهمية. وترى الباحثة أيضاً ان النتائج المتحققة في الاختبارات ما قبل تناول البلاسيبيو ما هي الا نتائج العملية التدريبية اما النتائج المتحققة ما بعد تناول العقار فيظهر فيها تأثير البلاسيبيو، اذ تظهر النتائج ان تأثير البلاسيبيو يقتصر على افراد المجموعة التجريبية الأولى ذات الاعمار الأصغر، اذ ترى الباحثة ان استخدام البلاسيبيو تعطي استجابات ذات فائدة في جسم الانسان، ويتفق ذلك مع (Cai & He, 2019) الذي أشار الى تأثير البلاسيبيو يظهر على بعض الفئات اكثر من غيرها.

الفصل الرابع:

4- الاستنتاجات والتوصيات.

4-1 الاستنتاجات

1. تتأثر نتائج الاختبارات لدى الافراد ذوو العمر الأصغر والخبرة التدريبية الأقل، إيجابياً عند تناول البلاسيبيو.
2. ينعدم تأثير البلاسيبيو على نتائج اختبارات الافراد ذوو العمر التدريبي الأكبر والخبرة التدريبية الأكبر.
3. ان التطور قد يعكس زيادة في القوة الانفجارية بسبب تحفيز البلاسيبيو للجهاز العصبي.

4-2 التوصيات

- إجراء مزيد من الدراسات على عينات أكبر ومجموعات عمرية متنوعة لفهم آليات تأثير البلاسيبيو في الرياضيات المختلفة.
- التأكيد على مراعاة العامل النفسي في تدريب الناشئين، اذ يمكن استثمار تأثير البلاسيبيو لتعزيز الثقة وتحفيز الأداء.
- يمكن اعتماد البلاسيبيو في حالات خاصة جداً وقبل السباقات المهمة لكي لا يفقد أهميته اذ يعد استخدام البلاسيبيو نوعاً من العمل الاضطراري ولا يمكن اعتباره علاجاً سحرياً لجميع الحالات.
- على مستخدم البلاسيبيو استخدام مبدأ السرية في التعامل مع الموضوع لأن أي المعرفة المسبقة بها تؤدي إلى انعدام تأثيرها بالمرة.

المصادر العربية والأجنبية

1. عبد الكريم فاضل عباس، و عبد الهادي حميد مهدي. (2006). تصميم اختبار لقياس مطابلة السرعة الخاصة في المبارزة لطلاب كلية التربية الرياضية / جامعة ديالى. مجلة الفتن، 25.
2. عبد الهادي حميد التميمي. (2004). تصميم اختبار لقياس الرشاقة في رياضة المبارزة. مجلة كلية التربية الرياضية - جامعة ديالى، 4(5).
3. مصطفى جاسب عبد الزهرة. (2022). تصميم وتقنين اختبار لقياس القوة المميزة بالسرعة للأداء (البدني - المهاري) لعضلات الأطراف السفلية للاعبين المبارزة. مجلة واسط للعلوم الإنسانية، 16(1). doi:<https://doi.org/10.31185/Vol16.Iss45.202>
4. هند صدام زاهراو. (2025). تأثير تمريرات التصور العقلي الداخلي في دقة التصويب بالمبارزة لسلاح الشيش. مجلة واسط للعلوم الرياضية، 23(1)، 774-758.
5. Baydemir, İ. Ü. (2024). Examining the relationship between balance, flexibility and power in fences. journal “Arrancada”, 24.(47)
6. Benedetti, F., Lanotte, M., Lopiano, L., & Colloca, L. (2007). When words are painful: unravelling the mechanisms of the placebo effect. *Neuroscience*, 147(2), 260-271. doi:<https://doi.org/10.1016/j.neuroscience.2007.02.020>
7. Bonetti, D., & Hopkins, W. (2009). Sea-level exercise performance following adaptation to hypoxia: a meta-analysis. *Sports medicine* (Auckland, N.Z.), 39(2), 107–127. doi:<https://doi.org/10.2165/00007256-200939020-00002>
8. Cai, L., & He, L. (2019). Placebo effects and the molecular biological components involved. *General psychiatry*, 32(5). doi:<https://doi.org/10.1136/gpsych-2019-100089>
9. Foad, A., Beedie, C., & Coleman, D. (2008). Pharmacological and psychological effects of caffeine ingestion in 40-km cycling performance. *Medicine and science in sports and exercise*, 40(1), 158-165. doi:<https://doi.org/10.1249/mss.0b013e3181593e02>
10. Kerr, C. M., & Kaptchuk, T. (2008). William Cullen and a missing. *Journal of Soc Med*(101), 89–92.
11. Marcora, S., Staiano, W., & Manning, V. (2009). Mental fatigue impairs physical performance in humans. *Journal of applied physiology*. Bethesda, Md., 106(3), <https://doi.org/10.1152/japplphysiol.91324.2008>.
12. Nathaniel J. Kapsal, Theresa Dicke, & Alexandre J.S. Morin. (2018). Effects of Physical Activity on the Physical and Psychosocial Health of Youth With Intellectual Disabilities: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Journal of Physical Activity and Health*, 16(12), 1187–1195.
13. Robert Jütte. (2013). The early history of the placebo,. *Complementary Therapies in Medicine*, 21(2), 94-97. doi:<https://doi.org/10.1016/j.ctim.2012.06.002>.