

التوافق الرجل والذراع المسلحة وعلاقته بمستوى اداء بعض المتنوعات الهجوم

بحث وصفي

على لاعبي اندية بغداد بسلاح سيف المبارزة

تقدمت به

م. د. اشراق غالب عودة

1432هـ

2011م

ملخص البحث

التوافق الثنائي للرجل والذراع المسلحة وعلاقته بمستوى اداء بعض متنوعات الهجوم

المقدمة واهمية البحث وتم التطرق فيها الى اهمية التدريب الرياضي في كافة الانشطة والفعاليات الرياضية باعتباره وسيلة للوصول الى الهدف المنشود كذلك ايجاد اهم الطرق التدريبية والاساليب لتحقيق الفوز وبما ان لعبة المبارزة لها مهارات عدة ومتنوعة منها متنوعات الهجوم فهي حركات تكميلية للهجوم يستخدمها اللاعب لتسجيل اللمسات والوصول الى هدف المنافس بتوقيت سليم وصحيح. اذ تكمن اهمية البحث في دراسة متنوعات الهجوم لدى لاعبي سيف المبارزة وما للتوافق من اهمية في نجاح تلك الهجمات.

لذا ارتأت الباحثة الى معرفة العلاقة بين التوافق الثنائي للرجل الذراع المسلحة ومتنوعات الهجوم في سلاح سيف المبارزة .

وهدفت الدراسة الى التعرف على العلاقة ما بين التوافق الثنائي للرجل والذراع المسلحة وبين مستوى اداء متنوعات الهجوم لدى لاعبي اندية بغداد بسلاح سيف المبارزة.

وتطرقت الباحثة في الدراسات النظرية الى التوافق واهميته وكذلك متنوعات الهجوم في لعبة المبارزة .

وفي منهج البحث واجراءاته الميدانية استخدمت الباحثة المنهج الوصفي لملائمته وطبيعة البحث على عينة من لاعبي اندية بغداد بسلاح سيف المبارزة والبالغ عددهم (12) لاعب اذ تم تطبيق اختبار التوافق العضلي الثنائي عليهم وكذلك تم تطبيق متنوعات الهجوم عليهم ،وقد تم معالجة النتائج احصائياً بواسطة نظام (SPSS) اما الاستنتاجات الخاصة بالبحث فكانت وجود علاقة ذات ارتباط معنوي بين التوافق العضلي للرجل والذراع المسلحة وبعض متنوعات الهجوم (تكملة وتكرار الهجوم) لدى لاعبي اندية بغداد بسلاح سيف المبارزة. اذ توصي الباحثة بان للتوافق العضلي للرجل والذراع المسلحة تأثير على متنوعات الهجوم (تكملة وتكرار الهجوم) في سلاح سيف المبارزة .

The Armed Leg-arm Complimentary Corresponded and their relation of performance level of some sundries offensive skills

Abstract

The introduction and the significant of the research have introduced the importance of physical training of all activities and sport events to reach the planning goal. And finding the training methods and techniques for winning . The fencing game have sundries of offensive skills. These skills are complementary movements of offensive skills it has used by the player to score the touches and reach the opponent goal in correct and valid time. The significant of the research lies in studying sundries offensive skills of fencing players and the importance of these correspondences for attack success. So, the research has introduced the relation between correspondence of armed leg-arm and sundries in Epee fencing.

The research aim at introducing the relation between the complimentary correspondences of armed leg-arm, and the level of performance sundries offensive skills of Baghdad clubs players in Epee fencing game .

The research has tackled the theoretical studies of correspondence and the importance of offensive skills in fencing game.

The research has used the descriptive method for its suitability for the nature of the research. The sample of the research is (12) Baghdad clubs players of Epee. It has been applied muscles complimentary correspondences test. Also, it has been applied sundries offensive skills on the sample.

The results have analyzed by using SPSS system.

The research conclusions are:

There is statistical significant differences relation between the muscles of armed leg-arm correspondences and sundries offensive skills of Baghdad clubs players of Epee .

The researcher has recommended by muscles corresponded the armed leg-arm and their effect on developing offensive skills (complete and continue attack) of Epee sword in fencing game.

1-التعريف بالبحث:

1-1المقدمة وأهمية البحث:

أن التدريب الرياضي الحديث يعتمد على أقصر الطرق وأسرعها لبلوغ الهدف المنشود في كافة الانشطة والفعاليات الرياضية وبكل المستويات سواء كان لتدريب الناشئين أو المتقدمين هذا مما جعل المدربين

والباحثين في مجال التدريب الرياضي الحديث إلى أيجاد طرق وأساليب تدريبية متطورة ومبتكرة لتحقيق الفوز في المنافسات .

وبما أن لعبة المبارزة من الالعاب التي تضم بين طياتها العديد من المهارات الخاصة ومنها متنوعات الهجوم وهي حركات تكميلية للهجوم يستخدمها لاعب المبارز لتسجيل اللمسات ووصول هدف المنافس عند فشل هجومه الأصلي وبتوقيت سليم وصحيح ومن هنا نجد أن متنوعات الهجوم من المهارات المهمة والضرورية للمبارزة والتي يجب أن يتقنها ويجيدها وذلك لمساهمتها الفعالة في تحقيق الانجاز المتقدم والفوز، فالعبة المبارزة تتطلب حركة سريعة ومستمرة ما بين التقدم والتقهقر وحركات الهجوم والدفاع بالإضافة إلى القدرة على التوافق العضلي ما بينالأطراف العليا و الأطراف السفلى أي الدمج ما بين حركة الرجلين مع الذراعين مع قدرة رد الفعل والاستجابة الجيدة للإنتاج واخراج حركة في اطارمتقن وهادف. وهنا تكمن أهمية البحث في دراسة علاقة التوافق بمتنوعات الهجوم لدى لاعبي سيف المبارزة

2-1مشكلة البحث:

رياضة المبارزة تحتاج إلى قدرات بدنية خاصة ومهارية وأن أداء متنوعات الهجوم يحتاج من المبارز توافق عالي وأن احتياج المبارز لهذا قدرات مهارية ضروري في النزالات لذا كان لابد لنا نحن كمدرسين في هذا المجال إلى أيجاد نقاط الضعف والوقوف عليها ومعالجتها وتطويرها عن طريق التوافق والتنسيق ما بين الرجل والذراع المسلحة من أجل التقدم في قدرات مهارية مهمة كمتنوعات الهجوم وبالتالي تحقيق الفوز بأسرع الطرق وأقصرها

3-1هدف البحث:

التعرف على العلاقة ما بين توافق الرجل والذراع المسلحة وبين مستوى أداء متنوعات الهجوم لدى لاعبي أندية بغداد بسلاح سيف المبارزة.

4-1 فرضية البحث:

وجود علاقة ارتباط معنوية ما بين توافق الرجل والذراع المسلحة وبين مستوى أداء متنوعات الهجوم لدى لاعبي أندية بغداد في سلاح سيف المبارزة.

5-1 مجالات البحث:

1-5-1 المجال البشري: لاعبي أندية بغداد بسلاح سيف المبارزة والبالغ عددهم (12) لاعب.

2-5-1 المجال الزماني: الفترة الزمنية المحصورة ما بين (2010/10/5) ولغاية (2010/10/17).

3-5-1 المجال المكاني: قاعة كلية التربية الرياضية – جامعة بغداد في الجادرية.

6-1 تحديد المصطلحات:

متنوعات الهجوم: (هي مجموعة حركات هجومية تؤدي بعد الهجوم الاصيل وتحت ظروف معينة تستغل أخطاء المنافس ويتوقيت سليم). "1"

¹ -فاطمة عبد مالخ وآخرون؛ أسس رياضة المبارزة، عمان، مطبعة المجتمع، 2011، ص139.

2- الدراسات النظرية والدراسات المشابهة

2-1 الدراسات النظرية :

2-1-1 مفهوم التوافق العضلي في لعبة المبارزة :

يحتاج لاعب المبارزة إلى أدماج حركات الرجل والذراع المسلحة بإطار واحد لإخراج حركة واحدة عن طريق توافق الرجل والذراع المسلحة وهدف اللاعب المنافس إذ يتم التركيز على الهدف المطلوب للحصول على لمسة قانونية ، فنستنتج من ذلك بأن التوافق العضلي في لعبة المبارزة هو قدرة الفرد على أدماج حركات من أنواع مختلفة داخل أطار واحد مع مكانية إدراك المسافة بالرجل والذراع للأداء الحركة المطلوبة دون عمل حركات تكميلية أو استعادة الهجوم من جديد¹ إذ اشار (البشتاوي) إلى التوافق بأنه قدرة المبارز على سرعة الاداء الحركي ودقته في تحقيق الهدف مع الاقتصاد في بذل الجهد عن طريق عدة عمليات عصبية تتلخص في استقبال المخ للمعلومات عن طبيعة الاداء الحركي عن طريق مستقبلات الحس إذ يقوم بتحليل الحركة ويرسل الاشارات العصبية الحركية العضلات لتنفيذ الواجب الحركي المناط به² وهذا ما اكدته (فاطمة المالكي) إذ أشارت إلى أن عملية تنمية التوافق يعتمد أساساً على جسم المبارز وتكامله من ناحية التوازن والمرونة والتحمل والرشاقة وعليه فإن الحركة التوافقية هي نتيجة السيطرة عصبية عضلية ملائمة³.

أذن فالتوافق في المبارزة هو تناسق بين عمل الجزء العلوي والمتمثل بالذراع المسلحة والجزء السفلي المتمثل بالرجل القائدة بشكل متسلسل يضمن الاداء السليم والصحيح وبالتالي الوصول إلى هدف المنافس وتسجيل اللمسات عليه*

¹-فاطمة عبد مالح وآخرون؛ مصدر سبق ذكره، ص56.
²- مهند البشتاوي ؛ تأثير برنامج تدريبي مقترح على التكيف الوظيفي للجهاز العصبي وعلاقته ببعض متطلبات الاداء الحركي عند لاعبي المبارزة ، أطروحة دكتوراه ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، 2000، ص35.
³-فاطمة المالكي؛ تأثير برنامج تعليمي مقترح باستخدام التمارين الخاصة في تطوير التوافق الحركي بالمبارزة :البحث منشور في مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية ، جامعة البصرة ، كلية التربية الرياضية ، العدد 14، 2002، ص61.
*-تعريف أجراني

2-1-1-2 أهمية التوافق العضلي في لعبة المباراة:

أن للتوافق العضلي أهمية كبيرة في جميع الالعاب الرياضية ولاسيما تلك التي تتميز بالسرعة العالية ورد الفعل السريع والتي يتم استعمال أجزاء الجسم كل حسب حاجته لتنفيذ الحركة المطلوبة وهذا ما ينطبق على رياضة المباراة التي تكثر فيها الحركات المفاجئة لمواجهة الموقف الذي يتخذهُ المنافس لذا فالتوافق ضروري ومهم بين أجزاء جسم المبارز ككل عن طريق التنسيق بين هذه الاجزاء مجتمعاً معاً وبشكل وصورة تلقائية وانسيابية عالية للإظهار الحركة المطلوبة، وهذا ما اكده (هوكي) على أن التوافق هو يمكن أن نطلق عليه التوافق بين أعمال الجهاز العصبي والعضلي وذلك عن طريق التنسيق والتنظيم للحركات حيث تؤدي الهدف المطلوب بأقل جهد ممكن¹

وهذا الرأي يتفق مع "Flesh" الذي أشار إلى أن التوافق هو القدرة على أدماج حركات مختلفة بإطار يتميز بالانسيابية والتنسيق وحسن الاداء²

3-1-1-2 العوامل المؤثرة على التوافق العضلي:³

- 1-التدريب الرياضي: فالتوافق يمكن تطويره عن طريق التدريب الرياضي المتواصل والمتقن.
- 2-سلامة الجهاز العصبي: فالتوافق الجيد والمتطور مؤشراً أكيد على سلامة الجهاز العصبي عن طريق استقبال المعلومات وبرمجتها والإجابة عنها بأداء الحركة المطلوبة.
- 3-السن: يؤكد الباحثون على أن أنسب عمر للتوافق السليم هو عمر الشباب وكلما تقدم الانسان بالعمر قل التوافق .
- 4-القوى الخارجية: مثل الجاذبية الارضية ومقاومة الهواء والماء وقوى الاحتكاك.
- 5-الاحماء: أن الاحماء الجيد للرياضي يساعد على اداء الحركات بتوافق جيد.
- 6-الحالة النفسية: أن الانفعالات تؤثر سلبياً وإيجابياً على نفسية المبارز سواء كانت قبل المباراة أو خلالها أو بعدها.
- 7-التعب: هو أحد العوامل المؤثرة في استجابة الفرد اذ يقوم الفرد بنشاط أعلى من طاقته للحفاظ على مستواه لطول فترة دون الشعور بالتعب .

¹ Hock Ey, R.V.: PhysicalFitness, st.Louis,C.V. Mosby, 1973.

²Flesh man E.A The Structure and measurement of physical Fitness (1998.P56).

3-قاسم حسن حسين؛فعاليات الوثب والقفز، ط1:(الأردن،دار الفكر العربي،1999)ص29.

2-2 الدراسات المشابهة:

2-2-1دراسة (رجاء حسين أسماعيل)"1" 2009

(تأثير التمرينات التوافقية والادراكية في تطوير مستوى الاداء لبعض مهارات سلاح الشيش)

هدف هذه الدراسة إلى التعرف على تأثير التمرينات التوافقية الادراكية في تطوير مستوى الاداء لبعض مهارات سلاح الشيش لدى لاعبات المبارزة وقد استخدمت الباحثة المنهج التجريبي على عينة من لاعبات نادي فتاة بغداد إذ استنتجت الباحثة أن التمارين التوافقية لها دورها الايجابي في تطوير القدرات التوافقية والادراكية للاعبات نادي فتاة بغداد بالمبارزة.

1-رجاء حسن؛تأثير التمرينات التوافقية والأدراكية في تطوير مستوى الأداء لبعض مهارات سلاح الشيش : (رسالة ماجستير، جامعة بغداد /كلية التربية الرياضية للبنات، 2009)

2-2-2 أوجه التشابه والاختلاف في الدراسات المشابهة

الدراسة	الهدف منها	المنهج	العينة	المتغير المستقل	التابع	الاستنتاجات
الدراسة الحالية	التعرف على العلاقة ما بين الرجل والذراع المسلحة وبعض متنوعات الهجوم للاعبين اندية بغداد بسلاح سيف المبارزة	الوصفي	(12) لاعبي أندية بغداد	توافق الرجل والذراع المسلحة	متنوعات الهجوم في سلاح سيف المبارزة	أن للتوافق للرجل والذراع المسلحة له علاقة في مستوى اداء متنوعات الهجوم في سلاح سيف المبارزة
دراسة رجاء حسن أسماعيل	التعرف على تأثير التمرينات التوافقية الادراكية في تطوير مستوى الاداء لبعض مهارات سلاح الشيش	التجريبي	(16) لاعبة من لاعبات نادي الفتاة بغداد بالشيش	التمرينات التوافقية الادراكية	مستوى الاداء لبعض مهارات سلاح الشيش	التمرينات التوافقية الادراكية لها دور إيجابي في تطوير مستوى الاداء لبعض مهارات سلاح الشيش

3-منهج البحث واجراءاته الميدانية

3-1منهج البحث:

أن المنهج الملائم للبحث يعد من أهم الخطوات التي يترتب عليها نجاح البحث إذ يتطلب المنهج العلمي في البحث تحليلاً وافياً للمشكلة وفحصاً دقيقاً لصحة الفرضيات التي تكون وراء الدراسة¹ إذ يعتمد البحث على طبيعة المشكلة والهدف المراد تحقيقه لذا استخدمت الباحثة المنهج الوصفي لملائمته طبيعة المشكلة المراد حلها.

3-2عينة البحث:

هي الجزء الذي يمثل النموذج الذي يجري الباحث مجمل عملة عليه² إذ تم اختيار العينة بالطريقة العمدية وذلك تحقيقاً للأهداف التي تسعى الباحثة لتحقيقها .

أذ اختبرت العينة من لاعبي أندية بغداد بسلاح سيف المبارزة والبالغ عددهم (12)لاعب.

3-3وسائل جميع المعلومات والاجهزة والادوات المستعملة:

1-المصادر العربية والاجنبية.

2-شبكة المعلومات الدولية (الانترنت).

3-القياسات والاختبارات.

4-استمارة تسجيل البيانات.

5-استمارة تقييم مستوى الاداء المهاري.

6-جهاز قياس الطول والوزن.

7-شريط القياس.

8-سلاح سيفالمبارزة عدد(4).

9-ملعب مبارزة.

¹محمد حسن علاوي وأسامة كامل راتب؛البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس،القااهرة،دار الفكر العربي،1999،ص250.
²نوري الشوك ورافع الكبسي؛دليل الباحث لكتابة الابحاث في التربية الرياضية،بغداد،2004،ص67.

3-4 الاختبارات المستعملة في البحث:

3-4-1 اختبار التوافق العضلي الثنائي للرجل والذراع المسلحة¹:

الهدف من الاختبار: قياس التوافق العضلي الثنائي لرجل والذراع المسلحة :

وصف الاداء: ترسم ست دوائر على الحائط مرقمة من (1-6) وبقياس (5سم) قطر الدائرة يبلغ ارتفاع الدوائر المرسومة على الحائط حسب طول لاعب بالنسبة إلى مستوى الذراعين والمسافة بين كل دائرة وأخرى (5سم) أيضاً إذ يتم رسم ست دوائر اخرى على الارض مقابلة للدوائر المرسومة على الحائط وبالعدد والقياس نفسيهما ومارقة من (1-6) وعلى بعد (5سم) من الحائط يقف المختبر في وسط الدوائر على الارض ومن وضع الاستعداد إذ يقوم بأداء ست طعنات مستخدماً ذراعة مع رجلة بحيث اذا كانت ذراع اليمين على الدوائر رقم (1) على الحائط إذ تكون الرجل اليمنى على دائرة رقم (1) على الارض وهكذا يكرر المختبر الطعن على جميع الدوائر بصورة مستمرة ،تعطى للمختبر محاولتان وتحسب أفضلها .

طريقة التسجيل : يقاس الاختبار بحساب الزمن المستغرق في اداء حركة الطعن على جميع الدوائر.

3-4-2 تقييم مستوى أداء بعض متنوعات الهجوم بسلاح سيف المبارزة:

ثم تقييم مستوى اداء بعض متنوعات الهجوم (بحركات تكرار الهجوم واستعادة الهجوم) بوساطة ثلاث محكمين وذلك بوضع درجة من (10) وأخذ الوسط الحسابي لدرجاتهم وذلك عن طريق التصوير الفيديو للاختبار وعرضة على ثلاث محكمين * إذ تم التقييم على وفق استمارة خاصة أعدت لهذا الغرض ملحق (1) إذ استعملت استمارة تقييم مستوى بعض متنوعات الهجوم والمتمثلة بتكرار الهجوم واستعادة الهجوم بسلاح سيف المبارزة ،كما تم تفويم الاستمارة المذكورة أعلاه من قبل نخبة من المختصين بالعبة اذا اكدوا على صلاحيتها بكونها استمارة صالحة لتفويم مستوى اداء بعض متنوعات الهجوم بسلاح سيف المبارزة وبنسبة اتفاق 100%.

¹هدى صالح محمد؛ مصدر سبق ذكره ،ص60.
*تم التحكيم من قبل كل من:

1-أ.د.فاطمة المالكي ،دكتورة مبارزة ،حكم ومدرّب مبارزة.

2-م.م.نورحاتم ،ماجستير مبارزة ،حكم ومدرّب مبارزة.

3-نور ستار ،طالبة ماجستير ، لاعبة منتخب وطني مبارزة.

3-4-3 الاسس العلمية للاختبارات:

أن الاختبارات المستعملة في البحث هي اختبارات مقننة أذ تم تطبيقها بدراسات سابقة على البيئة العراقية فقد تم التحقيق من كفاءة وصلاحية جميع الاختبارات لعينة البحث عن طريق ايجاد الصدق والثبات والموضوعية.

3-4-3-1 صدق الاختبارات: يعتمد صدق الاختبار بشكل أساسي على مدى امكانية صدق المحتوى اذ تم عرض الاختبارات على الخبراء والمختصين اذ اجتمعوا على أن هذه الاختبارات تقيس الشيء الذي وضعت من أجله.¹

3-4-3-2 ثبات الاختبارات: هو درجة التماسك والدقة التي يمكن لوسيلة القياس المستخدمة أن تقيس بها ظاهرة موضوع القياس² اذ تم اعتماد ثبات الاختبار عن طريق اعادة الاختبار اذا يعطي النتائج نفسها اذا ما أعيد الاختبار أذ تم اجراء الاختبار الاول بتاريخ (2010/10/10) ثم اعيد تطبيق الاختبار مرة ثانية بعد (7) أيام على عينة من مجتمع البحث نفسه وهم (4) لاعبين من المنتخب الوطني بسلاح سيف المبارزة أذ تم احتساب معامل الارتباط البسيط بين درجات الاختبارين واطهرت نتائج معامل الاتباط أن هناك علاقة ارتباط عالية مما يؤكد ثبات الاختبار.

3-4-3-3 موضوعية الاختبارات: هو عدم اختلاف المقدرين في الحكم على شيء ما أو على موضوع معين³ أذ اظهرت نتائج معامل الارتباط أن هنالك علاقة ارتباط عالية مما يؤكد موضوعية الاختبارات المستخدمة .

3-5 الوسائل الإحصائية:

استخدمت الباحثة الوسائل الإحصائية الآتية:

1- وسط الحسابي. 2- انحراف معياري. 3- معامل الارتباط البسيط. 4- النسبة المئوية.

¹ عليان نادر وهشام الزبود؛ مبادئ القياس والتقويم في التربية الرياضية، ط1، مركز الكتاب للنشر، 2002، ص64.

² ليلي السيد فرحان؛ القياس المعرفي الرياضي، ط1، مركز الكتاب للنشر، 2002، ص64 .

³ مصطفى حسن الباهي؛ المعاملات العلمية والعملية بين النظرية والتطبيق، ط1، القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 1999، ص64.

4- عرض وتحليل النتائج ومناقشتها:

بعد جمع النتائج ومعالجتها إحصائياً تم عرضها وتحليلها ومناقشتها في جداول وفق الاسلوب الاتي:

4-1 عرض وتحليل نتائج قيم معامل الارتباط بين التوافق العضلي الثنائي للرجل والذراع المسلحة ومستوى أداء بعض متنوعات الهجوم.

جدول(1)

يبين قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة معامل الارتباط المحسوبة والجدولية للاختبار التوافق العضلي الثنائي للرجل والذراع المسلحة واختبار تكلمة الهجوم وتكرار الهجوم.

ت	الوسط الحسابي الاختبارات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة معامل الارتباط المحسوبة	مستوى الدلالة
1	التوافق الثنائي للرجل والذراع المسلحة	11.2	0.9	0.088	معنوي
2	تكلمة الهجوم	7.5	1.2		
3	تكرار الهجوم	8.3	0.04	0.85	معنوي

ملاحظة: قيمة معامل الارتباط الجدولية عند درجة حرية (8) واحتمال خطأ $0.05 = 0.57$ يتضح من الجدول أعلاه أن قيمة الوسط الحسابي للاختبار التوافق الثنائي للرجل والذراع المسلحة قد بلغ (11.2) وانحراف معياري مقداره (0.9) أما في اختبار تكلمة الهجوم فقد بلغت قيمة الوسط الحسابي (7.5) وانحراف معياري (1.2) بينما بلغت قيمة الارتباط المحسوبة (0.88) أما قيمتها الجدولية فقد بلغت (0.57) عند درجة حرية (8) واحتمال خطأ (0.05) ولما كانت قيمة الارتباط المحسوبة أكبر من الجدولية فهذا يعني وجود علاقة ارتباط معنوي أما في اختبار تكرار الهجوم فقد بلغت قيمة الوسط الحسابي (8.3) وانحراف معياري مقداره (0.04) بينما بلغت قيمة الارتباط المحسوبة (0.85) أما قيمتها الجدولية فقد بلغت (0.57) عند درجة حرية (8) واحتمال خطأ (0.05) ولما كانت قيمة معامل الارتباط المحسوبة أكبر من الجدولية فهذا يعني وجود علاقة ارتباط معنوي.

أن المبارزة كغيرها من الألعاب الرياضية تحتاج إلى عدة عناصر حركية وبدنية ومن هذهاالعناصر التوافق العضلي فهو مهم وضروري للمبارز في النزالات أذ ترى الباحثة بأن المستوى العالي الذي يخضع له الرياضي عنداداة للوحدات التدريبية الخاصة به وهذا ما أكدهُ (عمر العسكري وحسن حنفي)¹ بأن التدريب الرياضي هو الذي يضع الجسم تحت تأثير العوامل التي تؤدي به إلى بلوغ درجة من الكفاية أثناء الاداء البدني والنشاط الرياضي .

أما في اختيار تكملة الهجوم وتكراره فتعد هذه الحركات من أهم متنوعات الهجوم أذ تعد هذه الحركات من الحركات المهمة في النزالات والتي يحتاجها المبارز للاستغلال كافة التغيرات التي قد تحدث في النزالات وهذه التغيرات تعد بمثابة أخطاء يتركها اللاعب المدافع فيستغلها اللاعب المهاجم للقيام بحركة هجومية وتسجيل لمسة ضدّه. وهذا ما اكدهُ (فاطمة وآخرون)² أذ ركز على أن متنوعات الهجوم حركات هجومية تحدث تحت ظروف معينة وبتوقيت مناسب بعد استغلال أخطاء يقوم بها اللاعب المدافع .

5-الاستنتاجات والتوصيات

1-5 الاستنتاجات

وجود علاقة ذات ارتباط معنوي بين التوافق الثنائي للرجل والذراع وبعض متنوعات الهجوم (تكملة وتكرار الهجوم) لدى لاعبي أندية بغداد بسلاح سيف المبارزة.

2-5 التوصيات :

- *بناء قاعدة اساسية من القدرات الحركية والبدنية للاعبي اندية بغداد بسلاح سيف المبارزة .
- *الأهتمام بالقدرات التوافقية وتدريباتها في رياضة المبارزة لحاجة اللاعب لها.
- *اجراء بحوث مشابهة للمهارات الاخرى في هذه اللعبة.

¹-عمر العسكري وحسن حنفي ؛دراسة تحليله للعلاقة بين قدرات الحس والاداء في رياضة المبارزة،أطروحة دكتوراه،جامعة حلوان ،كلية التربية الرياضية،1990، ص45 .

²-فاطمة وآخرون؛ مصدر سبق ذكره،ص123 .

المصادر العربية

- 1- رجاء حسن؛ تأثير التمرينات التوافقية والادراكية في تطوير مستوى الاداء لبعض مهارات سلاح الشيش، رسالة ماجستير، غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة بغداد، 2009.
- 2- عليان نادر وهشام الزيود؛ القياس والتقويم في التربية الرياضية، ط1، مركز الكتاب للنشر، 2002
- 3- عمر العسكري وحسن الحنفي؛ دراسة تحليلية للعلاقة بين قدرات الحس الحركي والاداء في رياضة المبارزة، أطروحة دكتوراه ، جامعة حلوان ، كلية التربية الرياضية ، 1990
- 4- فاطمة المالكي؛ أسس رياضة المبارزة، عمان ، مطبعة المجمع ، 2011.
- 5- فاطمة المالكي؛ تأثير برنامج تعليمي مقترح باستخدام التمارين الخاصة في تطوير التوافق الحركي بالمبارزة (بحث في مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية جامعة البصرة ، كلية التربية الرياضية ، العدد14، 2002
- 6- ليلى السيد فرحات؛ القياس المعرفي الرياضي، ط1 ، مركز الكتاب للنشر، 2002.
- 7- محمد حسن علاوي واسامة كامل راتب؛ البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1999.
- 8- مصطفى حسن الباهي؛ المعاملات العلمية والعملية بين النظرية والتطبيق ، ط1، مركز الكتاب للنشر ، 1999.
- 9- مهذب البشتاوي؛ تأثير برنامج تدريبي مقترح على التكيف الوظيفي للجهاز العصبي وعلاقته ببعض متطلبات الاداء الحركي عند لاعبي المبارزة، اطروحة دكتوراه ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، 2000.
- 10- نوري الشوك ورافع الكبيسي؛ دليل البحوث في التربية الرياضية ، بغداد، 2004.
- 11- هدى صالح؛ تأثير استخدام التمرينات التبادلية المزدوجة في تطوير التوافق العضلي الثنائي ومستوى الاداء لبعض المهارات بسلاح الشيش لدى لاعبات المبارزة ، رسالة ماجستير ، غير منشور ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة بغداد، 2010.

المصادر الاجنبية

- 1-Fleish manE.A The structure and measurement of physical fitness 1998.
- 2-Hock Ey,R.V. : physical fitness,st. Louis, c.v. mosby,1973.

ملحق رقم (1)

يوضح استمارة التحليل لتقويم مستوى اداء متنوعات الهجوم

المجموع من عشرة درجات	عدد مرات تكرارها بالنزال، علماً أن النزال من خمسة لمسات فقط					فشل الهجمة	نجاح الهجمة	التوقيت المناسب لأدائها		انسيابية اداءها وسرعتها		نوع الهجمات الجوابية المضادة	ت
	الدرجة					الدرجة	الدرجة	الدرجة		الدرجة			
	5	4	3	2	1	صفر	1	2	1	2	1		
												تكملة الهجوم	1
												تكرار الهجوم	2