دقة الطعن وعلاقتها بالاستجابة الحركية والتوازن لدى لاعبات سلاح الشيش بالمبارزة

ضرغام جاسم
كلية التربية الرياضية – جامعة الموصل

- التعريف بالبحث

1- المقدمة واهمية البحث

ان الوصول الى البطولة وتحقيق الارقام والمستويات العالية في مختلف الانشطة الرياضية يرتبط بسلسة متصلة ومتكاملة من الاجراءات المبينة على اسس علمية لاختيار الاعب وتعليمه وتدريبه للوصول به الى المستوى البطولة ونوع النشاط الرياضي الممارس .

وتشير اغلب لاراء الى ان لكتساب الاعب للصفات البدنية الخاصة بنوع النشاط الممارس يمثل اهمية كبيره في تهيئة الاعب لاداء متطلبات النشاط الممارس في افضل صورة ، كما ان تقدم اللاعبين وتحقيق الواجبات الحركية المطلوبة منهم يعتمد على مدى امتلاكهم لتلك الصفات البدنية . لنه لن يستطيع الفرد الرياضي لتقان المهارات الاساسية لنوع النشاط الرياضي الذي يتخصص فيه في حالة افتقاره للصفات البدنية الضرورية لهذا النوع المعين من النشاط الرياضي .(سكر 264،1986)

وتعد الدقة والاستجابة الحركية والتوازن من الصفات البدنية الضرورية لانجاز الاداء الحركي الصحيح للاعب المبارزة ، وذلك للدور الكبير الذي تلعبه في السلوك الحركي وفي

انفعالات اللاعب واستجابته خلال اشتراكه في المنافسه فان لتقان او تعلم أي مهارة حركية جديدة في رياضة المبارزة تتطلب تشكيل استجابات حركية جديدة ، والتي بدورها تتطلب صفات بدنية خاصة في اداء تلك المارة ولتحقيق هذا الهدف يجب الاهتمام بدراسة الصفات الخاصة التي تخدم الاداء العضلي لتلك المهارة .

لذا فان الاداء الصحيح والدقيق ولو نسبيا في سلاح الشيش لايمكن ان يتطور او يتحسن دون ان يتوفر مستولى جيد من الدقة والتوازن ومانتطلبه اداء الحركات من استجابات لحركات الهجوم والدفاع . فأن مقدرة اللاعب على تحديد وضعه في المكان المناسب وسرعة ودقة هجومه او دفاعه يتطلب التطور وتوازن الحركة ودقتها لكي تتيح للاعب امكانية سرعة لتقان النواحي الفنية المعقدة للعبة المبارزة وتأديتها بسهولة ويسر وعلى أعلى مستوى ممكن من الاداء الفني .

أن لعبة المبارزة تتطلب جهدا فرديا ومميزا وبناءا جسميا خاص لما تتصف بحركاتها الفنية والخططية في الدفاع والهجوم من سرعة ودقة في الاداء (صلاح الدين ، 1980 –43) مما لثار الخبراء بدراسة هذه الصفات واثرها على الاداء الحركي وهنا تكمن اهمية البحث في التعرف على دلالة هذه العلاقة كونها تعطي موشرا واضحا لمدى اهمية وتطوير هذه العناصر للاعبات سلاح الشيش لما له اثر في الاحتفاظ بتوازن الاداء ودقة تنفيذه اثناء اداء مهارة الطعن .

2-1 مشكلة البحث

ان النواحي المهارية في لعبة المبارزة تتطلب الى سرعة حركة الجسم واجزائه وبصورة متكررة والحفاظ على توازنه في اغلب الاحيان ، لذا فان الوصول الى الاداء الجيد يتطلب قابلية حركية جيدة مستندة الى عناصر بدنية عالية وانسابية ووزن حركي جيد ومدى الانسجام بين العناصر فان 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 ، وان هذه المواقف تتطلب الربط بين هذه الصفات البدنية الخاصة من اجل لتقان المهارة الدفاعية والهجومية .

من هنا برزت مشكلة البحث في التعرف على الاستجابة الحركية والتوازن وعلاقتهـا بدقة الطعن لدى لاعبات سلاح الشيش بالمبارزة .

3-1 هدفا البحث :

1-3-1 التعرف على دقة الطعن وعلاقتها بالاستجابة الحركية لدى لاعبات سـلاح الـشيش بالمبارزة .

2-3-1 التعرف على دقة الطعن وعلاقتها بالتوازن الثابت والمتحرك لدى لاعبـات سـلاح الشيش بالمبارزة .

4-1 فرضينا البحث:

1-4-1 وجود علاقة الرتباط دلالة معنوية بين دقة الطعن والاستجابة الحركية لدى لاعبـات سلاح الشيش بالمبارزة .

2-4-1 وجود علاقة ارتباط ذات دلالة معنوية بين دقة الطعن والتوازن الثابـت والمتحـرك لدى لاعبات سلاح الشيش بالمبارزة .

5-1 مجالات البحث :

1-5-1 المجال البشري : لاعبات ناديا فتاة نينوى وفرقوش في نينوى .

2-5-1 المجال الزماني : الفترة من 2000/7/16 ولغاية 2000/8/1

3-5-1 المجال المكاني : القاعة الداخلية (قاعة المبارزة) لكلية التربية الرياضية / جامعـة الموصل

6-1 تحديد المصطلحات

1-6-1 الدقة

1-1-6-1 تسجيل لمسة بذنابة سلاح الشيش نحو هدف محدد (توفيق ،1972،7)

2-1-6-1 هي قابلية الفرد التحكم في حركاته نحو هدف معين وربما يكـون هـذا الهـدف مسافة او اتجاه او جزء معين من الجسم (نفس المصدر السابق)

3-1-6-1 هي مقدرة الفرد على التحم في حركاته الاردلية نحو هدف معـين (11، 1969, Fetz)

4-1-6-1 التعريف الاجرائي :

هو مقدرة اللاعبة على اصابة الهدف بسلاح الشيش .

6-3-1 الاستجابة الحركية :

1-2-6-1 انها قدرة الفرد على الاستجابة الحركية لمثير معين فـي اسـرع زمـن ممكـن (علاوي ،1979،55)

2-2-6-1 القدرة على الاستجابة والتحرك بسرعة ودقة وفقا لاختيـار المثيـر. (خـريبط 1989،99)

3-2-6-1 هي سرعة انقباض عضلة او مجموعة عضلية معينة عند اداء الحركات الوحيدة. (علاوي 1975،164)

4-2-6-1 التعرف الاجرائي يتفق الباحث مع التعرف الاول

3-6-1 التوازن :

1-3-6-1 قدرة الفرد بالحفاظ على مركز ثقله ضمن قاعدة الاتزان في الثبـات او الحركـة (التكريتي والحجار ، 1986،65)

2-3-6-1 المحافظة على وضع الجسم عند اداء الحركات . (خريبط 1989، 185)

3-3-6-1 من وجهة نظر البايوميكانيكية يعني العلاقة بين مركز ثقل الجسم وقاعدة الاستناد (يعرب ، 1975،104)

4-6-1 التوازن الثابت : هو قدرة الفرد بالحفاظ على توازنه في الوضع الثابـت من خلال الاحتفاظ بمركز الثقل ضمن قاعدة الاتزان (117، 1979، Jach)

5-3-6-1 التوازن المتحرك : هو قدرة الفرد بالحفاظ على توازنه عند انجاز الحركات الرياضية (نفس المصدر السابق)

6-3-6-1 التعريف الاجرائي : قابلية اللاعبة بالحفاظ على مركز ثقل الجسم ضمن قاعـدة الاستناد من الحركة لاثبات .

2- الدراسات النظرية والدراسات السابقة :

2-1 الدراسات النظرية :

2-1-1 الدقة : كلمة الدقة تعني بالعامية (التنشين)ومعناها العلمي هو القدرة على توجيه الحركات الادارية التي يقوم بها الفرد نحو هدف معين (خريبط 1989،212) وان حركات الانسان تتم في الفراغ المحيط وتتطع فترة زمنية محددة وتتوقف دقة الحركة على مدى مانستوعبه (ندركه) بالنسبة للفراغ . وفي التربية البدنية يظهر الاحساس بالفراغ في مدى الاداء الدقيق للحركة وهو مايعرف بدقة الحركة . وتشمل دقة الحركة على تنمية وتطوير الاحساس بالفراغ المحيط . وكثيرمالنلاحظ عدم الدقة في تقدير المسافة ، وكثير من التجارب اثبتت ان دقة الحركة تقل كلما بعدت المسافة . وجدير بالذكر ان دقة الحركة علمية تشترك فيها كافة الخواص لدى الفرد ويرى كل من (فارفل أبو خوفا) ان دقة الحركة بالنسبة للفراغ يحافظ عليها ليس فقط بتغير الانقباضات العضلية ولكن اثناء ارتخائها أيضا . كما لاينكر فارفل أهمية الابصار بالنسبة للادراك الانساني حيث تتغير العينان مصدر أساس ورئيسي للمعلومات من العلاقات الفراغية في الوسط المحيط.

والانسان بطبيعته قد تعود على ان يثق في تقديره للمسافة معتمدا على النظر وعند غياب للاعتماد على الابصار يعتمد على متابعة حركات اليد . وقد لوحظ ان الدقة في تحديد الزوايا تتحسن عندما تكون العينان مفتوحتان ، وعليه فان الدقة تعتبر من النواحي الوظيفية للجهاز العصبي وبصفة خاصة الاعضاء الحسية الخاصة بالعضلات والعينين .

(خاطر والبيك ، 1984،68)

2-1-2 أهمية الدقة الحركية للاعب المبارزة :

اول ما يخدم لاعب المبارزة هذه الميزة ويحقق له النجاح هو دقة الاداء لهذه الحركة أي ان الحركة يجب ان لاتتعد مداها الذي يلزمها حتى تصل ذبابة السلاح الى لمس الهدف في اقصر طريق وفي اقل زمن وتأتي هذه الصفة نتيجة لاتقان الحركات التكنيكية من من الحركة" (عبد المطلب ، 1970 .20) وان الدقة تبرز اهيتها في تقليل الانحراف او الفارق الى اقصى مايمكن عن الاداء الامثل بكل الحسابات الميكانيكية والجمالية للحركة " وان حركات المبارزة بصفة عامة يجب ان تتميز بالمدى الحركي الصغير والدقيق الاداء (علاوين ،ب،ت،19)

2-1-3 الاستجابة الحركية :

يطلق تعبير الاستجابة الحركية على الحركات التي تكون ذات هدف محدد لمرة واحدة او لعدد متتالي من المرات في اقل زمن ممكن ، او لاقصى عدد من التكرارات في فترة زمنية قصيرة ومحددة.

وهذا النوع من الاستجابة غالبا ما يشمل على الحركات المغلقة التي تتكون من مهارة حركية واحدة والتي تؤدي لمرة واحدة وتنتهي مثل : حركة ركل الكرة او حركة تصويب الكرة او المحاورة بالكرة كما تتضمن حركات تشمل على لكثر من مهارة حركية واحدة مثل سرعة المحاورة وتصويب الكرة . كما يتضمن هذا المفهوم سرعة الاداء على عجلة السرعة لفترة زمنية محددة .

وفي بعض الاحيان يطلق على هذا النوع من السرعة مصطلح حركة اجزاء الجسم نظرا لانه يختص باجزاء او مناطق معينة من الجسم ، فهناك السرعة الحركية للذراع والسرعة الحركية للرجل وعموما تتاثر السرعة الحركية لكل جزء من اجزاء الجسم بطبيعته العمل المطلوب واتجاه الحركة المؤادة . (خريبط ، 1989،79)

2-1-4 تنمية السرعة الحركية للمبارزة :

ان السرعة الحركية دورا هاما في كثير من لنواع الانشطة الرياضية والتي في الالعاب التي تتصف بالمنازلة كما في (المصارعة ، الملاكمة ، المبارزة) وكذلك باقي الالعاب الاخرى . وتعتمد السرعة الحركية مع قوة العضلات فمثلا محاولة لاعب السلاح طعن المنافس ، ففي هذه الحالة يكون مقدار المقاومة المطلوب التغلب عليها اقل بكثير من حركة الرياضي اثناء دفع الثقل في العاب القوى ، وقياسا لذلك فيكون المقدار المقاومة المطلوب لتقوية العضلات المادة لذراع لاعب السلاح اقل نسبيا من الحالة السابقة ، وكذلك حاجة لاعب السلاح الى سرعة حركات الساقين لمحاولة عملية الطعن باسرع مايمكن ، ونتيجة لذلك تمنح العناية البالغة اثناء عملية تدريب قوة العضلات للاعب السلاح الى عضلات الساقين والذراعين والجذع . (احمد ومحمد / 1977،20)

2-1-5 اهمية السرعة الحركية :

تعتبر السرعة " عامل اساسي له اهمية كبرى يجب ان تتميز بها لاعب المبارزة وينميها دائما لاية . والمقصود هنا سرعة اداء الحركات في اقل ومن ممكن حتى يستطيع ان يتميز عن خصمه بهذه الصفة شؤاء في حركات الهجوم او في حركات الدفاع (عابدين 1974،22) .

وتعتبر ايضا من اهم الصفات في الالعاب الفرقية حيث كلما قصر زمن سرعة الاستجابة للاعب استطاع اللاعب ان يقوم بتصرف سليم وبوقت مناسب لاسيما في الالعاب الخداع التي يقوم بها المنافس .

2-1-6 لنواع السرعة :

توجد ثلاثة لنواع اساسية للسرعة في المجال الرياضي منها سرعة رد الفعل ولنواعه المختلفة وتظهر بصفة خاصة لطلفة البداية وسرعة الحركة الواحدة ، وتظهر عند اداء الى حركة بسرعة مثل (الرمي والوثب .... الخ) بالاضافة الى سرعة التردد الحركي ، وتظهر عند اداء حركات متشابهة متتالية في اقل زمن ممكن مثل السباحة والجرى والدراجات ..... الخ ، وسوف نتناول فيها يلي تقسيم السرعة من الوجهة الفيسولوجية ، ونبدا بالسرعة الجزئية ثم الكلية ، ويدخل تحت هذا التقسيم لنواع السرعة الثلاثة السابق ذكرها .

السرعة الجزئية :-

وتشمل هذه الاشكال مكونات السرعة المرتبطة بالاداء الحركي والاداء المهاري المرتبط بطبيعته الاداء في التدريب او المنافسة في مختلف الانشطة الرياضية ، وتشمل اداء حركة وحيدة بمقارنة قليلة وسرعة قليلة وسرعة التردد الحركي .

<u>لنواع سرعة رد الفعل :</u>

ينقسم رد الفعل الى نوعين اساسيين هما :-

1. رد الفعل البسيط
2. رد الفعل المركب وينقسم الى :

أ- رد الفعل المركب بالاستجابة الواحدة .

ب- رد الفعل المركب بعدة استجابات . (عبد الفتاح 185،186،1977)

2-1-7 التوازن :

يقصد بالتوازن ان يكون الفرد 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 ابصر او بدونه عصبيا وذهنيا وعقليا .

وتعتبر سلامة الجهاز العصبي احد العوامل الهامة المحققة للتوازن كما وان عملية التازريين 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 وضع الجسم دون ان يفقد اتزانه. مما سبق يتضح مدا ارتباطه التوازن بالتوافق العصبي العضلي ،كما وان التوازن الحركي مرتبط ايضا بالرشاقة.

وكما اثبتت التجارب التي اجراها كل من سمث وهوفمان خطأ الفكرة السائدةالتي تقول ان الاناث اكثر قدرة على التوازن من الذكور بسبب انخفاض مراكز ثقلهن على الرجال.

وايضا وجد سبينشر ان التوازن يتحسن بزيادة العمر الزمني(11-16)سنة في حين ان معدل النمو بين (13-15) سنة متاخر بدرجة ملحوظة بين البنين (التكريتي، الحجار ، 1986،55) .

2-1-8 اهمية التوازن:

التوازن قدرة عامة تبرز اهميتها في الحياة عامة وفي مجال التربية البدنية خاصة فهو مكون هام في أداء المهارات الحركية الاساسية كالوقوف والمشي .....الخ

كما انه مكون رئسي في في معظم الانشطة الرياضية خاصة الانشطة التي تتطلب الوقوف أو الحركة فوق حيز ضيق .

كما اشارت الدراسات الى ارتباط التوازن بالعديد من القدرات العضلية كما اشـارت بعض هذه الدراسات الى ان التوازن يعتبر من اكثر المكونات البدنية من حيث قـدرة التنبـؤ بالنواحي العقلية.(خريبط،89،1989)

لنواع التوازن

اولا:التوزن الثابت static Balance

ثانيا:التوازن المتحرك Dynamic Baiance (حسانين،68،1979)

2ـ1ـ9 العوامل المؤثرة على التوازن :

هناك عاملان يساهمان في الاتزان وهما القوة الخارجيـة والقـوة الداخليـة ،القـوة الخارجية تشمل الجاذبية ،الاحتكاك،اللاعب الخصم ،اما القوة الداخلية فهي مبدئيا القوة الناتجة عن الانقباضات العضلية والتي تعمل ضد القوة الخارجية ،وان الجهاز العـصبي المركـزي يسيطر على الانقباضات العضلية من خلال العوامل الثلاثة التالية : (As her،104،1975)

1ـ الجهاز الدهليزي في الاذن الداخلية:

ويكون هذا الجهاز في الاذن الداخلية ويحوي على مستقبلات حسية تعطي معلومـات حول حركة الراس والرقبة ،وفي نهاية هذه المستقبلات الحسية هناك ثلاث قنوات هلالية وكل قناة موضوعة في مستوى معين (المستوى الافقي ـالمستوى العمودي ـالمستوى العرضي).

2- البصر :

ان الاحساس الحركي لايمكن ان يعطينا موازنة فعالة بدون اسـتعمال النظـر عنـد انخفاض العينين فان الجهاز الدهليزي يمكنه فقط المحافظة على تثبيت الاتزان في وضـع الوقوف والراس الى الاعلى ولكن باستعمال التوجيه الاتي من النظر فستكون هناك دقة اكثر في الحركة وتاكيد لذلك فقد استعمل(Lee—1974-10) غرفة متحركـة الجـدران وثابتـة الارضية وطلب من طفل الوقوف بحيث يتواجه جداره واحد والى جانبه جدران (مدى النظر) وعند ابعاد الجدار الامامي من الطفل لوحظ ان الطفل يمثل الى الى الامام ، وبعكس ذلك عند تقريب الحائط الى الطفل يميل الى الخلف .

3. التوافق في الانقباضات العضلية :

ان قابلية الموازنة تتطور مع تطور الجهاز العصبي والفسلجي للطفل لـذلك فـان اخـتلاف وتطور اعضاء الجسم يواكبه تطور قابليـة الطفـل فـي الـسيطرةعلى هـذه الاعـضاء. (يعرب،104،1987ـ105)

2-2-1 دراسة الاخباري (1987) بعنوان تطور سرعة رد الفعل الحركي واثره في مستوى الاداء " :

هدفت هذه الدراسة لمعرفة مدى تطور مستوى الاداء مـن خـلال تطورسـرعة رد الفعـل الحركي ، وشملت عينة البحث (17) لاعبا (12) منهم في منتخب ناشىء القطر فـي لعبـة المبارزة (سلاح الشيش) و(5) لاعبين من الناشئين المبتدئين في اللعبة وقد استخدمت الباحثة جهاز لقياس سرعة رد الفعل الحركي اعدته الباحثة بنفسها ، وتوصلت الى ما يأتي :ـ

1ـ ان نتائج قياس رد الفعل الحركي تعد لحدى المؤشرات المهمة في تطوير مـستوى الاداء لدى الاعبين 2ـ ان النأشى المتقدم الذي يتدرب باستمرار يحصل على تحسن قليل لزمن رد الفعل الحركي في حين يحصل الناشىء المبتدأاقل من ذلك .

3ـ لاتوجد نقطة تتوقف عندها قيمة رد الفعل الحركي بل التطور مستمر يرتفع او يـنخفض اذا ماتم قياسها باجهزة كهربائية حديثة (الاخباري،1069،19،1987)

2ـ2ـ2 (الصفار ،1999) بعنوانً قياس دقة وسرعة الطعن في رياضة المبارزة":

هدفت الدراسة على تصميم اختبار لحركة الطعن بسلاح الشيش في رياضة المبـارزة يرعي عنصري الدقة والسرعة ويعكس المستوى الحقيقـي ،ووضـع درجـات ومـستويات معيارية لهذا الاختبار لطلاب السنة الثالثة في كلية التربيـة الرياضـية بجامعـة الموصـل ،وشملت عينة البحث (149) طالبا،وقد استخدم الباحث الاستبيان والاختبار المقتـرح الـذي يهدف إلىً قياس دقة وسرعة الطعن بسلاح الـشيش) والوسـائل الاحـصائية والمعالجـات الاحصائية ،وتوصل الباحث إلى ان الاختبار الذي صممه البحث قد أثبت صلاحية لقياس دقة وسرعة الطعن وكان مستوى اغلب العينة في المستوى المتوسط .

(الصفار ،207،1999ـ233)

3ـ اجراءات البحث:

3ـ1 المنهج :

تم استخدام المنهج الوصفي بطريقة المسح الملائمة لطبيعة البحث.

3ـ2 العينة :

أشتمل مجتمع البحث على ناديي فتاة نينوى ،وفرقوش بالمبارزة بسلاح الشيش للموسم (1998،1999) والبالغ عددهم (10)لاعبات والذين تم اختيارهم بالطريقة العمدية ،وبلاغـ ت عينة البحث (7)لاعبات عينة التجربة الاستطلاعية والبالغ عددها (3)لاعبات وبـ ذلك بلغـ ت النسبة المئوية لعينة البحث(70%) من المجتمع الاصلي .

3-3 الادوات المستخدمة :

3-3-1 المقابلة الشخصية :

أجرى الباحث بعض المقابلات الشخصية مع اهل الخبرة والاختصاص لغرض جمـ ع المعلومات وكيفية اجراء الاختبارات على عينة البحث لكي تضمن صـ حة سـ ير الاختبـ ار بصورة علمية ومدروسة وفعالة وكذلك صلاحية الاختبارات او مـ دى مطابقتهـ ا لموضـ وع البحث .

3-3-2 الاختبارات والمقاييس لقد اختارت الباحثة هذه الاختبارات لانها تتمتع بصدق وثبات عاليين وقد طبقت على البيئة العراقية . وحصلت على نسبة 100% من موافقة الخبراء . تم اجراء الاختبارات للفترة من 99/11/17 لغاية 1999/11/27 .

1. أ.م محمد خضر اسمر — كلية التربية الرياضية جامعة الموصل
2. ثيلام يونس علاوي — كلية التربية الرياضية جامعة الموصل
3. م. مكي محمود حسين — كلية التربية الرياضية جامعة الموصل
4. م.م زياد يونس الصفار — كلية التربية الرياضية جامعة الموصل
5. م. م احمد عبد الغني — كلية التربية الرياضية جامعة الموصل

3-4 مواصفات مفردات الاختبارات :

3-4-1 اختبار الاستجابة الحركية :الهدف من الاختبار قياس القدرة على الاستجابة الحركية والتحرك بسرعة وفقا لاختيار المثير .

3-4-1-1 الادوات المستخدمة :شريط قياس ،ساعة توقيت ،ساحة خالية من العوائق طوله 20 م وعرضها 2 م .

3-4-1-2 اجراءات الاختبار :تخطيط منطقة الاختبار بثلاث خطوط ،المسافة بين كل خط والآخر مسافة (6.40)وطول الخط (1)م (كما موضح في الملحق رقم (2))

3-4-1-3 وصف اداء الاختبار :

- تقف المختبرة عند احدى نهايتي خط المنتصف في مواجهة الحكم الذي عند نهاية الطرف الاخر للخط.
- تتخذ المختبرة وضع الاستعداد بحيث يكون خط المنتصف وبحيث تنحني بجسمها للامام قليلا
- يمسك المحكم بساعة الايقاف باحدى اليدين ،ثم يقوم بسرعة بتحريك الذراع اما ناحية اليسار او اليمين وفي نفس الوقت يقوم بتشغيل الساعة.
- تستجيب المختبرة لاشارة اليد وتحاول الجري باقصى سرعة ممكنة في الاتجاه المحدد للوصول الى خط الجانب الذي يبعد عن خط المنتصف 6،40م.
- عندما تقطع المختبرة خط الجانب الصحيح يقوم المحكم بايقاف الساعة .
- اذا بدات المختبرة الجرى بعكس الاتجاه فان المحكم يستمر في تشغيل الساعة حتى تغير المختبرة من اتجاهها وتصل الى خط الجانب الصحيح .
- تعطي المختبرة عشرة محاولات متتالية بين كل محاولة واخرى (20) ثانية راحة وبواقع خمس محاولات في الجانب الواحد.
- تختار المحاولات في كل جانب بصورة عشوائية .
- 3-4-1-4 طريقة التسجيل :
- يحتسب الزمن الخاص بكل محاولة لاقرب 10/1ث .
- درجة المختبرة هي متوسط المحاولات العشر . (خريبط ، 1989،80)
- 3-4-1 اختبار دقة الطعن :

الهدف من الاختبار معرفة قياس دقة الطعن للاعبة .

3-4-2-1 الادوات المستخدمة :

هدف مرسوم عليه دوائر الاختبار ، سلاح الشيش ، منطقة خالية من العوائق . ملحق (2) شكل (2)

3-4-2-2 أجراءات الاختبار :

يعلق الهدف المرسوم على الحائط بارتفاع مناسب عن الارض ويرسم خط على بعد يتناسب مع طول طعنة اللاعب .

3-4-2-3 وصف اداء الاختبار :

- من وقفة الاستعداد خلف الخط الرسوم تبدأ اللاعبة باداء طعنة مستقيمة في اتجاه الهدف وللمنطقة التي تحددها الباحثة .
- تعطى اللاعبة اربعة محاولات لكل دائرة من الدوائر الموسومة .

3-4-2-4 طريقة التسجيل:

يسجل لها عدد المحاوت الصحيحة التي استطاعت فيها لمس الدائرة من دلخلها . (نفس المصدر السابق)

3-4-3 أختبار التوازن الثابت :

الهدف من الاختبار معرفة قياس التوازن للاعبة .

3-4-3-1 الادوات المستخدمة :

ساعة توقيت ، عارضة بعرض 6 سم وطول متر ، منطقة خالية من العوائق .

3-4-3-2 وصف اداء الاختبار

- تقف اللاعبة على العارضة وترفع الذراعين للامام وتغمض العينين .
- يجب ان تكون القدم اليمنى امام القدم اليسرى.
- نبدأ بتشغيل الساعة من لحظة اتخاذ الوضع الى بداية فقدان التوازن سواء سقوط اللاعبة او الحركة فوق العارضة او هبوط الذراعين او فتح العينين
- تعطى اللاعبة ثلاث محاولات

3-4-3-3 طريقة التسجيل

يحتسب متوسط الزمن .

3-4-4 اختبار التوازن المتحرك

الهدف من الاختبار معرفة انحراف اللاعبة عن الخط المستقيم

3-4-4-1 الادوات المستخدمة

شريط قياس ، ساحة خالية من العوائق

3-4-4-2 اجراءات الاختبار

نرسم خط مستقيم على الارض بطول عشرة امتار ويعرض خمسة سم

3-4-4-3 وصف اداء الاختبار

- تقف اللاعبة في بداية الخط واحدى القدمين ملامسة للخط .
- ترفع اليدين للامام الاعلى وتغمض العينين .
- تبدأ بالسير من لحظة استعدادها .

3-4-4-4 طريقة التسجيل

يحتسب لها مسافة الانحراف عن خط المنتصف بالسنتمتر (خاطر والبيك،125،100،1984)

3-5 التجربة الاستطلاعية

من اجل التعرف على المعلومات التي قد ترافق اجراء الاختبارات لتجاوزها او تفاديها ولضمان الحصول على نتائج موضوعية ودقيقة كان لابد من تنفيذ الاختبارات وتجريتها على عينة عشوائية تمثل المجتمع الاصلي حيث بلغ عددها (3) لاعبات وكان الهدف من اجراء التجربة الاستطلاعية معرفة مايأتي :

1. مدى انسجام الاختبارات مع مستوى وقدرات المختبرين .
2. مدى سلامة وكفاءة الاجهزة والادوات المستخدمة
3. مراعاة الوقت عند تنفيذ الاختبارات
4. معرفة الصعوبات والمشاكل التي تواجه الباحث
5. التوصل الى افضل طريقة لاجراء الاختبارات
6. تدريب المساعدين .

وقد اجريت التجربة الاستطلاعية بتاريخ 2000/7/23

3-5 المعالجات الاحصائية

- الوسط الحسابي
- الانحراف المعياري
- معامل الاختلاف
- معامل الارتباط (بيرسن)

4- عرض وتحليل النتائج ومناقشتها

4-1 عرض وتحليل النائج :

4-1-1 عرض وتحليل الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لمتغيرات البحث

جدول (1)

يوضح الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لبعض الاختبارات لعينة البحث

الاختبارات	س	+ ـ ع
دقة الطعن / درجة	25.864	8.741
الاستجابة الحركية/ثا	1.84	0.97
التوازن الثابت/ثا	12.432	1.831
التوازن المتحرك/سم	27.534	7.841

من الجدول (1) يتضح مايلي :-

ظهر الوسط الحسابي لدقة الطعن (25.864) درة بانحراف معياري قدره (±8،741)

4-1-2

جدول (2)

يوضح قيمة (ر) المحتسبة بين متغيرات البحث)

المتغيرات	دقة الطعن	قيمة ر الجدولية
الاستجابة الحركية	دقة الطعن	*0.7.7
توازن ثابت	0.840	
توازن متحرك	0.792	

- قيمة (ر) الجدولية مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية (6)

من الجدول (2) يتضح مايلي :

هناك علاقة ذات دلالة احصائية بين كل من دقة الطعن والاستجابة الحركية والتوازن الثابت والمتحرك حيث بلغت قيمة (ر) المحتسبة على التوالي (0.0771، 0.840. 0.729) دقة الطعن وعلاقتها بالاستجابة الحركية والتوازن لدى لاعبات سلاح الشيش بالمبارزة

4-2 مناقشة النتائج :

من عرض النتائج لتضح بان هناك علاقة ذات دلالة معنوية بين دقة الطعن وعلاقتها (بالاستجابة الحركية والتوازن) وتعزيزاوا الباحث ذلك الى الانسجام للقدرات الحركية والبدنية والاجهزة الداخلية .

فان البدنية (الدقة ، الاستجابة الحركية ، والتوازن ، ثابت ، متحرك) هي من الصفات الاساسية التي تلعب دورا كبيرا في النقل والوزن والانسياب الحركي للعبة المبارزة ومن المكونات الاساسية للتوافق العضلي والعصبي والذي يستلزم درجة عالية من القدرة التوافقية المقترنة بالدقة ، فان الارتباط بين هذه الصفات يعد اساس في التصرف الحركي وتحسين اداء المهارة .

ولكون اغلب المهارات في لعبة المبارزة تتطلب دقة وثبات متواصل في تنفيذ حركات الدفاع والهجوم ويؤكد ذلك (عبد الخالق 25،1992) .

ان الهدف عند تعليم وتحسين أي مهارة رياضية هو الوصول الى مستوى الاداء الحركي الصحيح ثم ثبات الاداء ولذا نكون قد تجنبنا كثرة الاضطربات في الاداء المهاري وبالرغم من ان الحركة لايمكن ان تعاد بنفس الدقة والاسلوب بصورة مطلقة ، فان ارتباط الصفات البدنية الخاصة بتلك المهارة يعطي دقة تنفيذ الاداء ".

وكما تعزو الباحث ذلك الى ان اغلب حركات المهارات في المنافسة تتعمد دقة الطعنة على رد فعل اللاعبة على الخصم وان هذه السرعة والدقة في الطعن تتطلب توازن في بعض الاحيان ثابت وفي بعض احيان لخرى متحرك . لذا فان هذه الصفات تعد مشتركة في انتاج دقة المهارة ويؤكد ذلك. (علاوين 117،1974)

ان" حركة الطعن تعتبر حركة مهمة وعنصرا اساسيا في حركات المبارزة المختلفة باعتبارها حركة هجومية مهمة بواسطتها يمكن الوصول الى هدف الخصم وخصوصا اذا ما

امتازت بالسرعة والدقة والتوازن ولانها تؤدي من مسافات امنة وبعيدة عن الخصم (البياتي ، 64،1983) .

5- الاستنتاجات والتوصيات :

5-1 الاستنتاجات :

5-1-1 وجود علاقة بين دقة الطعن والاستجابة الحركية.

5-1-2 وجود علاقة ايجابية بين دقة الطعن والتوازن الثابت .

5-1-3 وجود علاقة ايجابية بين دقة الطعن والتوازن المتحرك.

5-2 التوصيات :

في ضوء النتائج وفي حدود العينة توصى الباحث مايلي :

5-2-1 ضرورة التاكيد على التدريبات التي تعمل تنمية دقة الطعن لدى اللاعبات واللاعبين.

5-2-2 ضرورة اجراء بحوث مماثلة لمهارات اساسية اخرى للعبة المبارزة .

5-2-3 ضرورة اجراء بحوث مشابهة لفعاليات رياضية اخرى .

المصادر

المصادر العربية:

1. احمد ، ابتهاج ومحمد ، حسين (1977) دراسة نظرية عن السرعة (بحث غير منشور) جامعة حلون القاهرة
2. البياتي ، بسام عباس محمد (1983) برنامج مقترح لتطوير سرعة ودقة الطعن لدى لاعبات المبارزة بسلاح الشيش 0 بحث غير منشور) جامعة بغداد .
3. توفيق ، محمد (1982) اثر برنامج تدريبي مقترح على مستوى الاداء المهاري وبعض الوظائف الفسيولوجية للاعبي كرة اليد (رسالة دكتوراة) جامعة حلوان القاهرة .
4. التكريتي ، وديع ياسين والحجاز ياسين طه (1986) الاعداد البدني للنساء ، دار الكتب للطباعة والنشر جامعة الموصل .
5. حسانين ، محمد صبحي : (1979) التقويم والقياس في التربية البدنية جزء1 ط1 دار الفكرالعربي للنشر ، القاهرة .
6. خاطر ، احمد محمد والبيك . علي فهمي : (1984) القياس في المجال الرياضي دار المعارف ، القاهرة .
7. الاخباري ، شيماء احمد : (1987) سرعة رد الفعل الحركي واثره في مستوى الاداء (رسالة ماجستير غير منشور) جامعة بغداد .
8. خريبط ريسان مجيد : (1989) موسومة القياسات والاختبارات في التربية البدنية ، دار الكتب والوثائق ، مطابع التعليم العالي ، جزء 1.
9. الرملي، عباس عبد الفتاح : (1981) المبارزة – سلاح الشيش ، دار الفكر العربي.
10. الزبيدي ، قصي حازم محمد (1993) سرعة الاستجابة الحركية وعلاقتها بالقوة المميزة بالسرعة للاطراف السفلى لحراس مرمى كرة القدم (رسالة ماجستير غير منشور) جامعة الموصل لكلية التربية الرياضية .
11. سلامة ابراهيم (1959) اللياقة البدنية ، دار الفكر الاسكندرية .
12. سكر محمد وجية : ((1986) دراسة مقارنة للمظاهر الانتباه لمبارزي السلحة الثلاثة لكل من جمهورية مصر العربية والمملكة السعودية (بحث منشور) مجلة بحوث التربية الرياضية ، الزقازيق ، المجلد الثالث ، العدد (6.5) .

13. الصفار ، زياد يونس : (1999) دقة وسرعة الطعن في رياضة المبـارزة ، مجلـة الرافدين للعلوم الرياضية ، المجلد الخامس العدد الرابع عشر ، الموصل .
14. صلاح الدين ، عبد الله (1980) المبارزة الحديثة مطبعة بغداد .
15. الطالب ، نزار ، والسامرائي ، محمود : (1983) مبادى الاحـصاء والاختبـارات البدنية ، مطبعة جامعة الموصل .
16. علاوي ، محمد حسن : (1966) علم التدريب الرياضي ، دار المعـارف بمـصر ، القاهرة .
17. علاوي ، محمد حسن : (1979) علم التدريب الرياضي ، دار المعـارف بمـصر ، القاهرة .
18. عبد المطلب ، محمد رشيد : (1970) المبارزة علم وفق في الاسلحة الثلاثة (سلاح الشيش سيف المبارزة ، السيف) دار الكتب الجامعة الاسكندرية .
19. عابدين ، جمال عبد الحميد : (1974) اصول المبارزة والتـدريب ، دار المعـارف بمصر ، القاهرة .
20. عابدين ، جمال عبد الحميد : (ب-ت) المبارزة بسلاح الشيش ، دار المعارف بمصر القاهرة .
21. عبد الخالق ، عصام : (1992) التـدريب الرياضـي نظريـات –تطبيقـات ، دار المعارف .
22. عبد الفتاح ، ابو العلا لحمد : (1997) التدريب الرياضي الاسس الفـسيولوجية ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
23. يعرب ، خيون عبد المحسن : (1987) بعض القياسـات المورفولوجيـة وعلاقتهـا بقابلية التوازن ، بحث منشور ، مجلة المؤتمر العلمي الاول لرياضة الجمباز ، عمان، الاردن .

المصادر الاجنبية:

Ashher.c; (1975)PosturaI Variations in chhIIdhood Bostonimass USA
FeTZ.F (1969) Grandbergriffe. Der Bew egunghe her e der.Ieibesubangen. I.A.U fIage. Lgenchaft and Ggew and theIt In TheorIe and Praxis der.k.k
Joseph.B.Oxend : (1968) psychoIogy of motor Ieaming
Jach.K.NeIson , Barry L.Jonson : (1979) measurements of PhhysicaI Performance, Resource,
G uide. Labortary . Experimenents BhhysicaI ,PubIishing company.
Lee.D and Aronson. E; (1979) visuaI proprioceptive controI of standing Petecepton and psychoIogsis .