

أولا : المراجع العربية

(أ) الكتب والمؤلفات :

- (١) احمد زكى صالح • (١٩٧٩) علم النفس التربوي • الطبعة الحادية عشر • القاهرة : مكتبة النهضة العربية •
- (٢) احمد عزت راجح • (١٩٧٩) اصول علم النفس • الطبعة الثانية عشر • القاهرة : دار المعارف •
- (٣) جلال عبد الوهاب • (د . ت) اللياقة البدنية واسس قياسها • القاهرة : الدار القومية للطباعة والنشر •
- (٤) جمال عبد الحميد عابدين • (١٩٧١) اصول المبارزة • اسكندرية : مطبعة دوجوسكو •
- (٥) حسن سيد معوض • (١٩٦٣) اللياقة البدنية • القاهرة : المجلس الاعلى لرعاية الشباب الهيئة العامة لشئون المطابع الاميرية •
- (٦) خليل ميخائيل معوض • (١٩٨٣) سيكولوجية النمو الطفولة والمراهقة • الطبعة الثانية • الاسكندرية : دار الفكر الجامعى كلية الاداب جامعة الاسكندرية •
- (٧) ديوبولد فان دالين • (١٩٦٩) مناهج البحث فى التربية وعلم النفس • القاهرة • ترجمة محمد نبيل نوفل وسليمان الخضرى الشيخ • وطلعت منصور وغبريال ومراجعة سيد احمد عثمان • مكتبة الانجلو المصرية •
- (٨) سعد جلال احمد • (١٩٨٣) المرجع فى علم النفس • الطبعة الثانية • القاهرة : دار المعارف •
- (٩) عباس عبد الفتاح الرملى • (١٩٧٩) المبارزة فى سلاح الشيش • القاهرة : دار الفكر العربى •
- (١٠) _____ • (١٩٨١) القانون الدولى للمبارزة • القاهرة : دار الفكر العربى •

- (١١) عبد العزيز القوصى • (١٩٧٨) علم النفس اسمه وتطبيقاته التربوية • الطبعة التاسعة القاهرة : مكتبة النهضة المصرية •
- (١٢) عبد المنعم الزياى • (١٩٥٨) أنت والمراهق • القاهرة : الشركة العربية للطباعة •
- (١٣) عبد الله عويس وآخرون • (د • ت) الاحصاء التطبيقي • القاهرة : مكتبة عين شمس ، دار الجيل للطباعة •
- (١٤) عصام عبد الخالق • (١٩٨١) التدريب الرياضى نظريات تطبيقاته • الطبعة الرابعة القاهرة : دار المعارف •
- (١٥) على فهمى البيك • (١٩٨٨) تخطيط التدريب الرياضى • الاسكندرية : دار المعرفة الجامعية •
- (١٦) على محمد مطاوع • (١٩٧٧) سيكولوجية المنافسات • الجزء الاول ، القاهرة : دار المعارف •
- (١٧) فؤاد البهى السيد • (١٩٧٥) الاسس النفسية للنمو من الطفولة الى الشيخوخة • الطبعة الرابعة • القاهرة : دار الفكر العربى •
- (١٨) كمال عبد الحميد ، محمد صبحى حسانين • (١٩٧٨) اللياقة البدنية ومكوناتها الاسس النظرية للاعداد البدنى طرق القياس • القاهرة : دار الفكر العربى •
- (١٩) لويس كامل مليكة • (١٩٥٩) الشخصية وقياسها • القاهرة : مكتبة النهضة المصرية •
- (٢٠) محمد ابوالملا احمد • (١٩٧٨) علم النفس • القاهرة : مكتبة عين شمس •
- (٢١) محمد حسن علاوى • (١٩٧٧) سيكولوجية التدريب والمنافسات • الطبعة الثالثة ، القاهرة : دار المعارف •
- (٢٢) _____ • (١٩٦٦) نظريات التدريب الرياضى • القاهرة : دار المعارف •
- (٢٣) _____ • (١٩٧٥) علم النفس الرياضى فى التدريب الرياضى • الطبعة الثامنة • الجزء الاول • القاهرة : دار المعارف •

- (٢٤) محمد حسن علاوى ، ابوالعلا احمد عبد الفتاح • (١٩٨٤) فسيولوجيا
التدريب الرياضى • القاهرة : دار الفكر العربى • ١٩٨٤ •
- (٢٥) محمد حسن علاوى ، ومحمد نصر الدين رضوان • (١٩٨٢) الاختبارات
المهارية النفسية فى المجال الرياضى • القاهرة • دار الفكر العربى •
- (٢٦) محمد حسن علاوى ، محمد نصر الدين رضوان • (١٩٨٢) اختبارات الاداء
الحركى • الطبعة الاولى • القاهرة : دار الفكر العربى •
- (٢٧) محمد رشيد عبد الطلب • (١٩٦٨) المبارزة رياضة علم وفن فى الاسلحة
الثلاثية • الاسكندرية : مطابع رويسال •
- (٢٨) محمد صبحى حسنين • (١٩٨٢) طرق بناء وتقنين الاختبارات والمقاييس فى
التربية البدنية • القاهرة : الجهاز المركزى للكتب الجامعية •
- (٢٩) _____ • (١٩٨٦) التقويم والقياس • الجزء الثانى • القاهرة :
دار الفكر العربى •
- (٣٠) _____ • (١٩٨٣) التحليل العاطلى للقدرات البدنية -
الطبعة الاولى • القاهرة : الجهاز المركزى للكتب الجامعية •
- (٣١) _____ • (١٩٨٥) نموذج الكفاية البدنية • القاهرة : دار
الفكر العربى •
- (٣٢) محمد عاطف الابحر ، محمد سعيد عبد الله • (١٩٨٤) اللياقة البدنية
عناصرها وتنميتها وقياسها • السعودية : دار الاصلاح للطباعة والنشر
بالسعودية •
- (٣٣) موسى فهمى ابراهيم • (١٩٧١) اللياقة البدنية والتدريب الرياضى • القاهرة :
دار الكتب الجامعية •

(ب) الرسائل العملية والدراسات :

- (٣٤) احمد عبد العزيز السنتريس (١٩٧٦) " دراسة مقارنة لبعض سمات الشخصية للاعب المنازلات الفردية " رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم ، جامعة حلوان .
- (٣٥) ثناء فؤاد الامين . (١٩٨٠) " تحديد بعض المقاييس الجسميَّة والانترومترية والسمات المزاجية والقدرات العقلية للاعبين ولاعبات الجمباز " رسالة دكتوراة .
- (٣٦) رضا حفي احمد . (١٩٨٢) " السمات الانفعالية المميزة للاعبين منتخبات بعض الدول العربية تحت ١٩ سنة فى كرة السلة " انتاج علمي بالمؤتمر العلمى الاول بكلية التربية الرياضية للبنات .
- (٣٧) سالم حسن سالم . (١٩٧٩) التوتر النفسى قبل المنافسة عند متسابقى ١٠٠ متر عدو وعلاقته بالمستوى الرقى " رسالة ماجستير كلية التربية الرياضية بنين بالقاهرة . جامعة حلوان .
- (٣٨) سعيد عبد الرشيد احمد خاطر . (١٩٧٦) " علاقة اللياقة البدنية الخاصة بمستوى الاداء الحركى للناشئين فى الجمباز فى ج . م مع " رسالة ماجستير كلية التربية الرياضية بنين . جامعة حلوان .
- (٣٩) عصمت عبد المقصود . (١٩٧٢) دراسة الحالة الانفعالية لدى لاعبي كرة اليد قبل المباراة " رسالة ماجستير " كلية التربية الرياضية بنين بالاسكندرية . جامعة حلوان .
- (٤٠) عويس على الجبالى . (١٩٨٣) " العلاقة بين السمات الانفعالية والكفاءة البدنية والمستوى الرقى لمتسابقى العاب القوى فى ج . م مع " رسالة دكتوراة كلية التربية الرياضية بالقاهرة ، جامعة حلوان .

- (٤١) محروس محمد قنديل • (١٩٨٧) " العلاقة بين اللياقة البدنية الخاصة للاداء الحركى للاعبى الجيماز الناشئين تحت ١٢ سنة " انتاج علمى المؤتمر العلمى الاول بكلية التربية الرياضية للبنات مستخلص البحوث •
- (٤٢) محمد العربى شمعون (١٩٧٩) " السمات الانفعالية وعلاقتها بمفهوم الذات لدى الرياضة " رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية بنين بالقاهرة ، جامعة حلوان •
- (٤٣) نادية عبد الحميد الدمرداش ، ماجدة محمود اسماعيل • (١٩٨٧) " العلاقة بين بعض السمات الانفعالية ومظاهر الانتباه ومستوى الاداء فى التمرينات والجيماز والتعبير الحركى " انتاج علمى بحوث المؤتمر العلمى الاول ، كلية التربية الرياضية ، جامعة حلوان ، المجلد الثالث •
- (٤٤) نبيلة محمد ابو رواش • (١٩٨١) " التهيئة الانفعالية المناسبة للاعبات المستويات العالية قبل المنافسات فى الانشطة الرياضية " رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية بنات ، القاهرة •

ثانيا - الدراسات الاجنبية

- 45- Jennen, GR. Hirst G.G (1980) Meagerment in physical Education and Athelitics. New York, Macmillan, Publising Co. Inc.,
- 46- Hockey R.V. (1981) Physical Fitners the pathway to healthfull living, London, the C.V. Mosby Co.
- 47- Matkews K. Donald, (1973) Mearurement in Physical Education, Fourth Edition, W.B. Saunders Company, London.
- 48- Shalkamy T. Fathia, (1986) Relationship between plysical fitness components and classroom A chievement for Fencing, journal of Edition G E W.
- 49- Singer N. R. (1980) Motor learning and human performance New Y_ork, Macmillan, publishing, Co. inc.,

المرفقات

- ملحق (أ) - قائمة الانماط المزاجية
- ملحق (ب) - جداول بطارية روجرز "Rogers" بدلالة السن والوزن
- ملحق (ج) - اشكال الاختبارات بطارية روجرز "Rogers" القوة العضلية
- ملحق (د) - خطة تدريب الفريق القومي للناشئين والناشئات
- ملحق (هـ) - استمارة الاستبيان لعناصر اللياقة البدنية
- مستخلص البحث باللغة العربية
- ملخص البحث باللغة الانجليزية

ملحق (١)

قائمة الانعاط المزاجية

* عبارات القائمة :

قائمة الانماط المزاجية

اعداد

* د * محمد حسن علوى *

- ١- هل يمكنك استعادة قواك خلال فترة راحة قصيرة بعد الاداء القوي ؟
- ٢- هل يمكنك الامتناع فوراً عن اداء عمل ما اذا ما طلب منك ذلك ؟
- ٣- هل من السهل عليك التألف مع زميل جديد في الفريق، بناءً على امر المدرب ؟
- ٤- هل يمكنك ان تتخلى عن اداء العمل الذي تريد، اذا ظهرت امامك بعض الصعوبات او العوائق ؟
- ٥- هل تستطيع الاداء الحركي في الظروف الصعبة ؟
- ٦- هل تعترض على المجادلات التي تتميز بل لانفعالات الزائدة ؟
- ٧- هل يسهل عليك الاندماج في التدريب بعد فترة انقطاع طويلة (علاج ، اصابة مرض ... الخ) ؟
- ٨- هل تحقق مستويات عالية في المنافسات اكثر مما تحققه اثناء التدريب ؟
- ٩- هل يمكنك ملازمة شخص يقوم بعمل ما وتصبر حتى ينتهي منه ؟
- ١٠- هل يصعب العودة لحالتك الطبيعية عند الغضب او الاستثارة ؟
- ١١- هل تستطيع النوم بسهولة خلال فترات زمنية مختلفة اثناء اليوم ؟
- ١٢- هل ترغب في الاشتراك في منافسات رياضية متتالية ؟
- ١٣- هل يمكنك ان تحتفظ بالسر اذا تطلب منك ذلك ؟
- ١٤- هل من السهل عليك ممارسة العمل اذا انقطعت عنه لمدة اسابيع ؟
- ١٥- هل تعيل الى اداء تمارين صعبة وخطيرة ؟
- ١٦- هل يصعب عليك الاداء في منافسة عند هياج المتفرجين ؟
- ١٧- هل يمكنك سرعة ضبط النفس بمجرد ان يطلب منك ذلك ؟
- ١٨- هل تتأثر حالتك المزاجية بحالة زملائك في الفريق ؟
- ١٩- هل تستطيع الاحتفاظ بحيويتك خلال المنافسات العنيفة المتتالية ؟

- ٢٠- هل يمكنك الاحتفاظ بهدوءك في حالة انتظارك لقرار هام ؟
- ٢١- هل تتفاعل مع افراد الفريق بسرعة ؟
- ٢٢- هل تثق في قدراتك عند بداية منافسة هامة ؟
- ٢٣- هل يسهل عليك عدم الاجابة على الملاحظات الحادة التي يوجهها المدرب لك ؟
- ٢٤- هل يتسبب التغيير المفاجيء في مواعيد التدريب او المنافسات في استثارتك ؟
- ٢٥- هل يمكنك اتقان حركة جيدة او تمرين جيد بسرعة ؟
- ٢٦- هل تميل الى الاشتراك في المناقشات اثناء الاجتماعات او الجلسات ؟
- ٢٧- هل تبدو صبورا مثابرا عند اداء التمرينات او الواجبات الحركية الصعبة المتكررة ؟
- ٢٨- هل من السهل ان يتغير مزاجك ؟
- ٢٩- هل من السهل عليك التدريب الطويل لعدة ساعات ؟
- ٣٠- هل تعترض على الانتقادات القاسية التي توجه لمنافسك ؟
- ٣١- هل تخصص لنفسك مكان دائما في غرفة خلع الملابس ؟
- ٣٢- هل يسهل عليك بعد انتهاء التدريب تغيير ملابسك بسرعة ؟
- ٣٣- هل تستعيد حيويتك بسرعة بعد المنافسة القوية او التدريب العنيف ؟
- ٣٤- هل من السهل استفزازك واثارتك ؟
- ٣٥- هل تتعود بسرعة على مكان التدريب الجديد او مكان المنافسة الجديد ؟
- ٣٦- هل تميل الى المخاطرة الزائدة في المنافسة الرياضية ؟
- ٣٧- هل تستطيع ان تسيطر على اضطرابك الزائد قبل بداية المنافسة ؟
- ٣٨- هل يسهل عليك عدم اظهار تعبيرات السعادة في حالة الفوز في المنافسة ؟
- ٣٩- هل تصاب بالملل اثناء تكرار التدريبات المتشابهة ؟
- ٤٠- هل يصعب عليك التكيف مع سلوك معظم افراد الفريق ؟
- ٤١- هل تشترك الهزيمة في المنافسة الرياضية ؟
- ٤٢- هل تستطيع اثناء الحوار او الحديث ان تمتنع عن اداء بعض الحركات الزائدة او الحادة ؟
- ٤٣- هل يمكنك سرعة الانضمام في الملعب او التدريب مع لاعبين جدد ؟
- ٤٤- هل تقدر على اداء العنيف ؟

- ٤٥- هل ينتابك القلق عند انتظار اشارة بدء المنافسة ؟
- ٤٦- هل يمكنك الاستحکم في نفسك اثناء الظروف القاسية ؟
- ٤٧- هل تقرا الجرائد بسرعة ؟
- ٤٨- هل تميل الى الاشتراك في المناقشة عندما تعلم ان المنافس اقوى منك ؟
- ٤٩- هل لديك الصبر بعد نهاية التدريب على تنظيم مكان التدريب قبل مغادرتك ؟
- ٥٠- هل يمكنك الاجابة بسرعة على الاسئلة المفاجئة ؟
- ٥١- هل تميل الى التدريب الذي يتميز بالاداء المرهق ؟
- ٥٢- هل يلاحظ عليك التسرع والاستعجال خلال فترة الاحماء قبل المنافسة ؟
- ٥٣- هل يمكنك اتمام العمل المطلوب منك بدقة اذا علمت ان اصدقاءك ينتظرونك لقضاء وقت متع ؟
- ٥٤- هل من السهل عليك ان تغير خطة المنافسة التي اتقنتها من قبل ؟
- ٥٥- هل يسهل عليك تعريض نفسك لاداء تمرينات تتميز بالخطورة ؟
- ٥٦- هل من السهل عليك سرعة العودة لحالتك الطبيعية بعد الهزيمة في المنافسة ؟
- ٥٧- هل يمكنك السيطرة على نفسك عندما يتخذ الحكم قرار خاطئ ضدك ؟
- ٥٨- هل من السهل عليك الاستعداد لبداية المناقشة والانشغال في اعمال اخرى (مثل مساعدة زميل او الاجابة على بعض الاسئلة ١٠٠٠ الخ) ؟
- ٥٩- هل تميل الى القا كلمة (خطبة) او التحدث في الحفلات او المناسبات العامة ؟
- ٦٠- هل تستطيع ان تتكيف مع الاداء الحركي البطيء اثناء اداء بعض الحركات او اثناء المناقشة ؟
- ٦١- هل يصعب عليك الحديث اثناء الظروف الحرجة ؟
- ٦٢- هل يمكنك سرعة التجاوب مع اى مدرب ؟
- ٦٣- هل لديك استعداد لمعاونة صديق تتعرض حياته للخطر ؟
- ٦٤- هل من السهل عليك الاحتفاظ بهدوءك عندما يتاجل زمن اعلان نتيجة المناقشة ؟
- ٦٥- هل يصعب عليك اداء عدة اعمال في وقت واحد ؟
- ٦٦- هل انت شخص كثير الحركة ؟

- ٦٧- هل من السهل عليك ان تتغير حالتك من حالة الحزن الى حالة الفرح ؟
- ٦٨- هل يمكنك قطع الحديد فوراً اذا تطلب الامر ذلك ؟
- ٦٩- هل تستطيع الاندماج في العمل فوراً دون الحاجة الى فترة تمهيدية
طويلة ؟
- ٧٠- هل تترتاح الى العمل الذي يتطلب مسؤولية ؟
- ٧١- هل تستطيع ان تحتفظ بهدوء اعصابك عندما تضطر للانتظار لفترة طويلة ؟
- ٧٢- هل تحب كثرة تغير مكان التدريب او مكان المنافسات ؟

*** مستوى السن والجنس :**

ابتداء من سن ١٦ سنة فأكثر وتصلح القائمة للتطبيق على الجنسين •

*** الثبات :**

تتميز الصورة الأصلية للقائمة بمعاملات ثبات مرتفعة وخاصة عند تطبيقها على الرياضيين من الجنسين عن طريق إعادة الاختبار والتجزئة النصفية • وفي البيئة المصرية تشير الدراسات الأولية التي أجريت على عينات من الرياضيين باستخدام الصورة العربية المعدلة الى توافر معاملات ثبات مقبولة باستخدام التجزئة النصفية وتراوحت بين ٧١ ر ، ٨٥ ر

*** الصدق :**

الصورة الأصلية للقائمة لها معاملات صدق عالية عن طريق الصدق المنطقي وصدق التكوين الفرضي أما الصورة العربية للقائمة فقد تم اختصارها الى ٧٢ سؤالاً بدلاً من ١٣٤ سؤالاً وهي التي كانت تتضمنها الصورة الأصلية للقائمة ، في ضوء آراء الخبراء وفي ضوء تمايز العبارات كما أشارت بعض الدراسات الى التحقق من صدق التكوين الفرضي والصدق المرتبط بالمحك لأبعاد القائمة •

*** الاجابة :**

تتضمن القائمة ٧٢ سؤالاً ويجيب الفرد على كل سؤال طبقاً لحالته على مقياس مدرج من ٣ تدريجات : نعم ، لا أعرف ، لا •

*** التصحيح :**

(١) البعد الأول وهو « قوة عمليات الاستشارة » يتضمن ٢٤ سؤالاً •
والأسئلة الايجابية عددها ٢٠ سؤالاً ، والأسئلة السلبية عددها ٤ أسئلة ، وأرقام الأسئلة الايجابية كما يلي :

١٥	١٢	٨	٥	١
٣٣	٢٩	٢٦	٢٢	١٩
٥١	٤٨	٤٤	٤١	٣٦
٧٠	٦٦	٦٣	٥٩	٥٦

وأرقام الأسئلة السلبية كما يلي :

٦١	٥٥	١٦	٤
----	----	----	---

(ب) البعد الثاني وهو « قوة عمليات الكف » يتضمن ٢٤ سؤالاً ٠ والأسئلة الايجابية عددها ٢٠ سؤالاً ، والأسئلة السلبية عددها ٤ أسئلة وأرقام الأسئلة الايجابية كما يلي :

١٧	١٣	٩	٦	٢
٣٧	٣٠	٢٧	٢٣	٢٠
٥٣	٤٩	٤٦	٤٢	٣٨
٧١	٦٨	٦٤	٦٠	٥٧

وأرقام الأسئلة السلبية كما يلي :

٥٢	٤٥	٣٤	١٠
----	----	----	----

(ج) والبعد الثالث وهو « دينامية العمليات العصبية » تشتمل على ٢٤ سؤالاً منها ٢٠ سؤالاً يتم الاجابة عنها بصورة ايجابية ، ٤ أسئلة يتم الاجابة عنها بصورة سلبية وأرقام الأسئلة الايجابية هي :

١٨	١٤	١١	٧	٣
٣٥	٣٢	٢٨	٢٥	٢١
٥٤	٥٠	٤٧	٤٣	٣٩
٧٢	٦٩	٦٧	٦٢	٥٨

وأرقام الأسئلة السلبية هي :

٦٥	٤٠	٣١	٢٤
----	----	----	----

وأوزان الأسئلة الايجابية كما يلي :

٢ درجة عند الاجابة : نعم

١ درجة عند الاجابة : لا أعرف

صفر عند الاجابة : لا

وأوزان الأسئلة السلبية كما يلي :

صفر عند الاجابة : نعم

١ درجة عند الاجابة : لا أعرف

٢ درجة عند الاجابة : لا

ودرجات أبعاد القائمة هي مجموع درجات كل بعد على حدة ، ولا تجمع درجات الأبعاد الثلاثة معا ، اذ ليس للقائمة درجة كلية والدرجة العالية على كل بعد تشير الى زيادة تميز الفرد بالخاصية التي يقيسها هذا البعد . ويمكن الحكم على توازن العمليات العصبية بايجاد العلاقة بين درجات البعد الأول « قوة عمريات الاستثارة » ودرجات البعد الثانى « قوة عمليات الكف » .

* مفتاح تصحيح الأسئلة الايجابية :

يتم عمل مفتاح تصحيح لكل بعد من أبعاد القائمة ويتضمن الأسئلة الايجابية فى كل بعد على حدة وأوزان هذه الأسئلة هي نفس الأوزان المذكورة فى ورقة الاجابة .

* مفتاح تصحيح الأسئلة السلبية :

يتم عمل مفتاح تصحيح لكل بعد من أبعاد القائمة ويتضمن الأسئلة السلبية فى كل بعد على حدة وأوزان هذه الأسئلة هي عكس الأوزان المذكورة فى نفس ورقة الاجابة (أى أن الاجابة بلا يساوى ٢ درجة ، لا أعرف يساوى ١ درجة ، نعم يساوى صفر) .

* الاجابة :

قائمة الأنماط المزاجية

نعم	لا اعرف	لا									
١	٢	١	٢٥	١	٢	١	٢	١	٢	١	٢
٢	١	٢	٢٦	١	٢	١	٢	١	٢	١	٢
٣	٢	١	٢٧	١	٢	١	٢	١	٢	١	٢
٤	٢	١	٢٨	١	٢	١	٢	١	٢	١	٢
٥	٢	١	٢٩	١	٢	١	٢	١	٢	١	٢
٦	٢	١	٣٠	١	٢	١	٢	١	٢	١	٢
٧	٢	١	٣١	١	٢	١	٢	١	٢	١	٢
٨	٢	١	٣٢	١	٢	١	٢	١	٢	١	٢
٩	٢	١	٣٣	١	٢	١	٢	١	٢	١	٢
١٠	٢	١	٣٤	١	٢	١	٢	١	٢	١	٢
١١	٢	١	٣٥	١	٢	١	٢	١	٢	١	٢
١٢	٢	١	٣٦	١	٢	١	٢	١	٢	١	٢
١٣	٢	١	٣٧	١	٢	١	٢	١	٢	١	٢
١٤	٢	١	٣٨	١	٢	١	٢	١	٢	١	٢
١٥	٢	١	٣٩	١	٢	١	٢	١	٢	١	٢
١٦	٢	١	٤٠	١	٢	١	٢	١	٢	١	٢
١٧	٢	١	٤١	١	٢	١	٢	١	٢	١	٢
١٨	٢	١	٤٢	١	٢	١	٢	١	٢	١	٢
١٩	٢	١	٤٣	١	٢	١	٢	١	٢	١	٢
٢٠	٢	١	٤٤	١	٢	١	٢	١	٢	١	٢
٢١	٢	١	٤٥	١	٢	١	٢	١	٢	١	٢
٢٢	٢	١	٤٦	١	٢	١	٢	١	٢	١	٢
٢٣	٢	١	٤٧	١	٢	١	٢	١	٢	١	٢
٢٤	٢	١	٤٨	١	٢	١	٢	١	٢	١	٢

ملحق (ب)

جد اول بطارية روجرز بد لالة السن والوزن

MEASURING STRENGTH

TABLE 15. Strength Index Norms for Girls (Belt)*

		AGE																														
		8	8-6	9	9-6	10	10-6	11	11-6	12	12-6	13	13-6	14	14-6	15	15-6	16	16-6	17	17-6	18										
180															2840	2933	2990	2934	2960	2912	2835	180										
178														2721	2796	2885	2940	2934	2912	2865	2790	178										
176													2598	2681	2752	2837	2894	2881	2863	2819	2745	176										
175													2192	2260	2340	2407	2479	2440	2433	2372	2300	175										
172												2364	2457	2523	2600	2663	2741	2793	2781	2726	2655	172										
170												2250	2322	2382	2466	2556	2612	2693	2711	2721	2679	170										
168												2200	2267	2327	2419	2518	2575	2656	2685	2670	2632	168										
166												2085	2160	2228	2332	2412	2478	2551	2597	2640	2635	166										
164												2058	2160	2236	2348	2417	2487	2560	2586	2673	2539	164										
162												1923	2040	2130	2264	2365	2437	2507	2542	2630	2493	162										
160												1718	1897	2002	2100	2172	2248	2300	2356	2398	2453	160										
158												1793	1871	1974	2070	2110	2213	2263	2313	2351	2405	158										
156												1736	1815	1916	2010	2108	2178	2226	2276	2310	2337	156										
154												1711	1791	1818	1919	2010	2076	2144	2188	2234	2265	154										
152												1681	1767	1792	1891	1980	2044	2109	2151	2194	2221	152										
150												1625	1657	1663	1693	1766	1863	1950	2012	2074	2111	150										
148												1524	1602	1633	1639	1670	1740	1835	1920	1980	2039	148										
146												1502	1578	1609	1615	1646	1714	1807	1890	1948	2004	146										
144												1419	1479	1555	1584	1590	1621	1687	1780	1860	1916	144										
142												1310	1398	1457	1531	1560	1566	1597	1661	1752	1830	142										
140												1319	1376	1435	1508	1536	1542	1572	1635	1721	1800	140										
138												1298	1364	1413	1485	1512	1518	1547	1609	1696	1770	138										
136												1278	1333	1391	1461	1488	1491	1525	1583	1668	1740	136										
134												1257	1311	1368	1438	1463	1469	1500	1556	1641	1710	134										
132												1237	1290	1346	1411	1439	1445	1475	1530	1613	1680	132										
130												1216	1268	1321	1391	1415	1421	1451	1501	1585	1650	130										
128												1195	1246	1302	1368	1391	1397	1427	1478	1557	1620	128										
126												1175	1225	1280	1344	1367	1373	1403	1452	1529	1590	126										
124												1154	1203	1257	1321	1342	1348	1377	1425	1502	1560	124										
122												1131	1182	1235	1297	1318	1324	1353	1399	1474	1530	122										
120												1113	1160	1213	1274	1291	1300	1329	1373	1448	1500	120										
118												1092	1138	1191	1251	1270	1276	1305	1347	1418	1470	118										
116												1072	1117	1169	1227	1246	1252	1281	1321	1390	1440	116										
114												1051	1095	1146	1204	1221	1227	1256	1294	1363	1410	114										
112												1031	1074	1124	1180	1197	1203	1232	1268	1335	1380	112										
110												1010	1052	1102	1157	1173	1179	1208	1242	1307	1350	110										
108												989	1030	1080	1134	1149	1155	1184	1216	1279	1320	108										
106												969	1009	1058	1110	1125	1131	1160	1190	1251	1290	106										
104												948	987	1035	1087	1100	1106	1135	1163	1224	1260	104										
102												928	966	1013	1063	1076	1082	1111	1137	1196	1230	102										
100												907	944	991	1040	1052	1058	1087	1111	1168	1200	100										
98												886	922	969	1017	1028	1034	1063	1085	1140	1170	98										
96												866	901	947	993	1004	1010	1039	1059	1112	1140	96										
94												845	879	924	970	979	985	1014	1032	1085	1110	94										
92												825	858	902	946	955	961	990	1006	1057	1080	92										
90												801	836	880	923	931	937	966	980	1029	1050	90										
88												783	811	858	900	907	913	942	954	1001	1020	88										
86												763	793	836	876	883	889	918	928	973	990	86										
84												742	771	813	853	858	864	893	901	946	960	84										
82												722	750	791	829	831	837	866	873	918	930	82										
80												701	729	769	806	810	816	845	849	890	900	80										
78												680	706	747	783	786	792	821	823	862	870	78										
76												660	685	725	759	762	768	797	797	831	840	76										
74												639	663	702	736	737	743	770	770	807	810	74										
72												619	642	680	712	713	719	746	744	779	780	72										
70												598	620	658	689	689	695	721	718	751	750	70										
68												577	598	636	666	665	671	696	692	723	720	68										
66												557	577	614	642	642	647	672	666	695	690	66										
64												536	555	591	619	616	622	647	639	668	660	64										
62												516	534	569	595	592	598	623	613	640	630	62										
60												495	512	547	572	568	574	599	588	612	600	60										
58												474	490	525	549	544	550	575	563	591	570	58										
56												454	469	503	525	520	526	551	535	556	540	56										
54												433	447	480	502	495	501	526	508	529	510	54										
52												413	426	458	478	471	477	502	482	501	480	52										
50												392	404	436	455	447	453	478	465	483	473	50										
												8	8-6	9	9-6	10	10-6	11	11-6	12	12-6	13	13-6	14	14-6	15	15-6	16	16-6	17	17-6	18
**												10.3	10.8	11.1	11.7	12.1	12.1	12.3	13.1	13.9	15	16	17.4	18.6	20.3	22.1	24	25	24.9	24.2	23.3	22.5

الدرجات المعيارية لمؤشر القوة (مؤشر اللياقة البدنية) للبنين

العمر

الدرجة	17-18	16-17	15-16	14-15	13-14	12-13	11-12	10-11	9-10	8-9	7-8	6-7	5-6	4-5	3-4	2-3	1-2	0-1
100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
95	95	95	95	95	95	95	95	95	95	95	95	95	95	95	95	95	95	95
90	90	90	90	90	90	90	90	90	90	90	90	90	90	90	90	90	90	90
85	85	85	85	85	85	85	85	85	85	85	85	85	85	85	85	85	85	85
80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80
75	75	75	75	75	75	75	75	75	75	75	75	75	75	75	75	75	75	75
70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70
65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65
60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60
55	55	55	55	55	55	55	55	55	55	55	55	55	55	55	55	55	55	55
50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
45	45	45	45	45	45	45	45	45	45	45	45	45	45	45	45	45	45	45
40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40
35	35	35	35	35	35	35	35	35	35	35	35	35	35	35	35	35	35	35
30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25
20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15
10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10
5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

الوزن

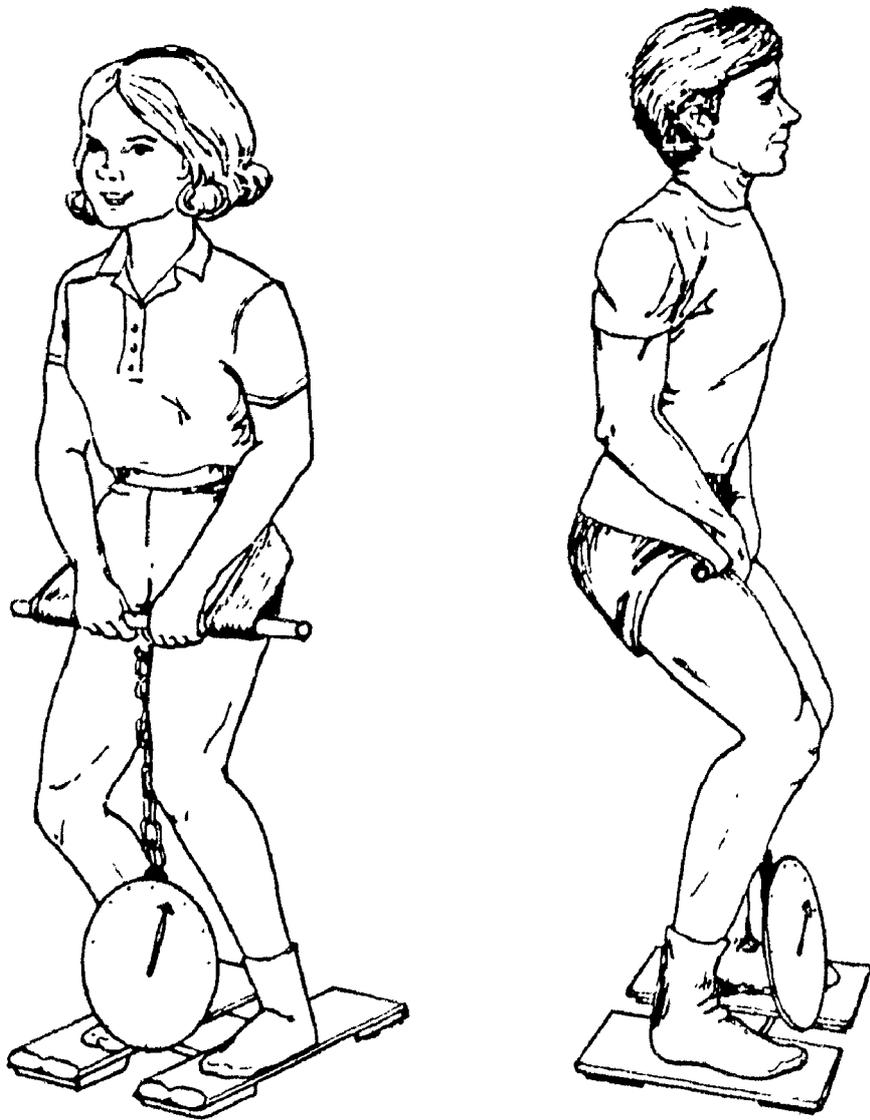
ملحق (ج)

Rogers اشكال الاختبارات لبطارية روجرز
للقوة العضلية



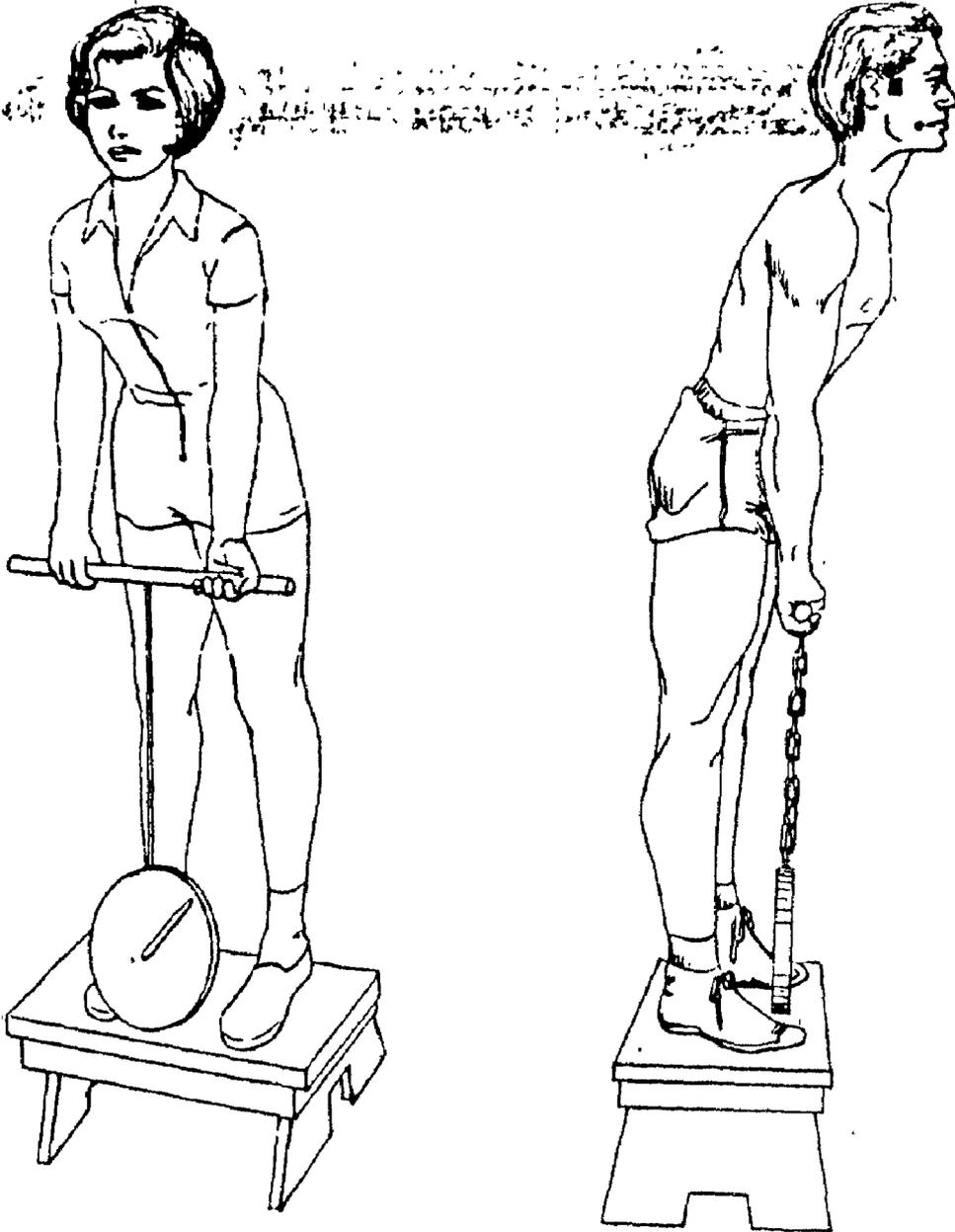
جهاز الاسبيروميتر لقياس السعة الحيوية للرئتين

شكل (١)



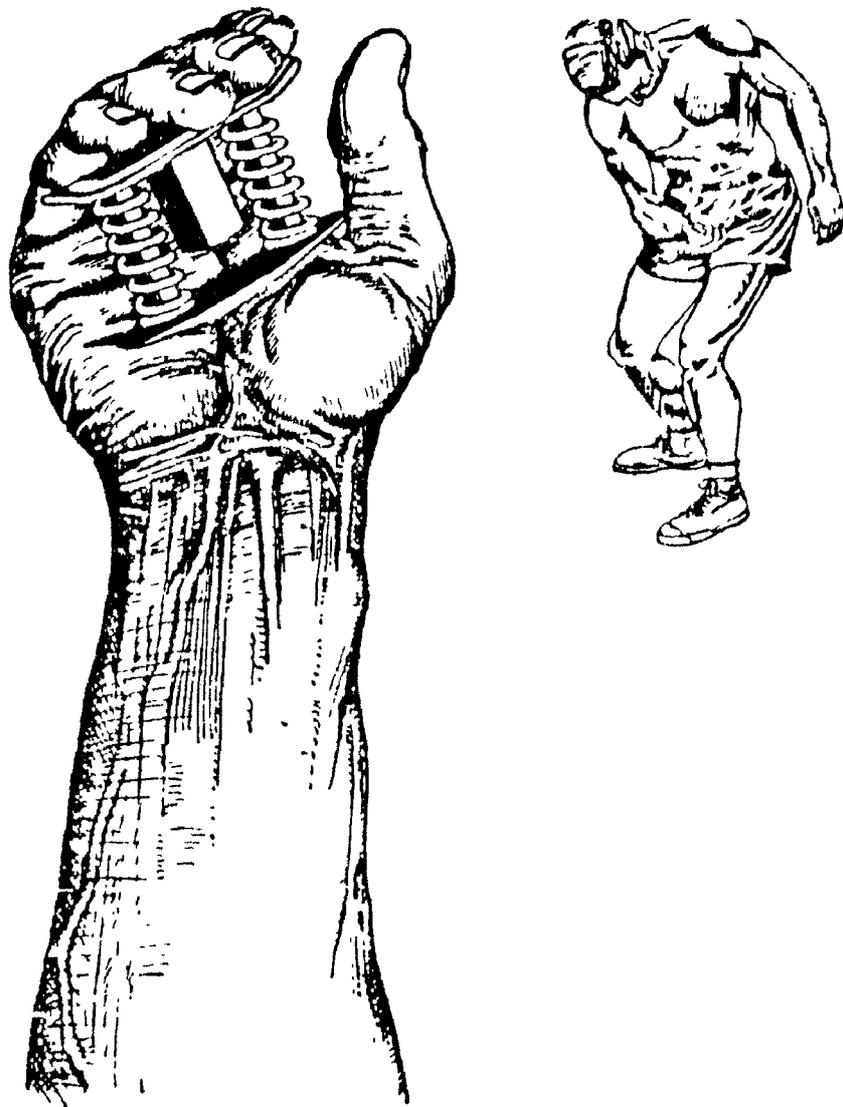
قياس قوة عضلات الرجلين

شكل (٢)



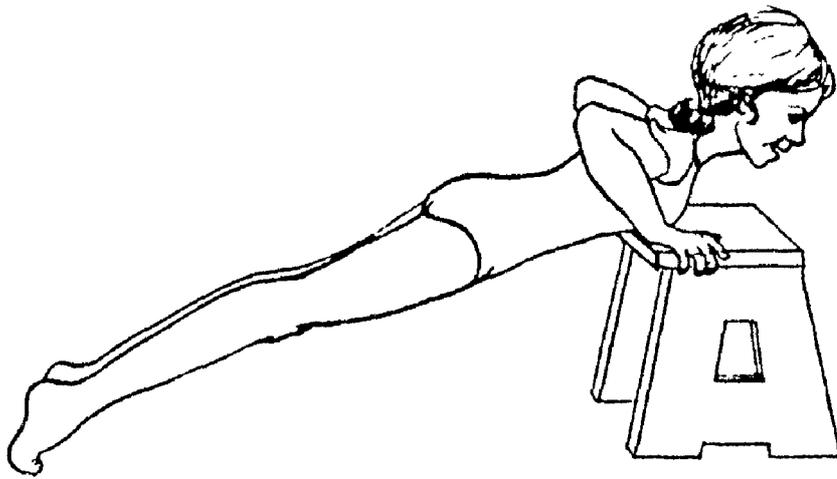
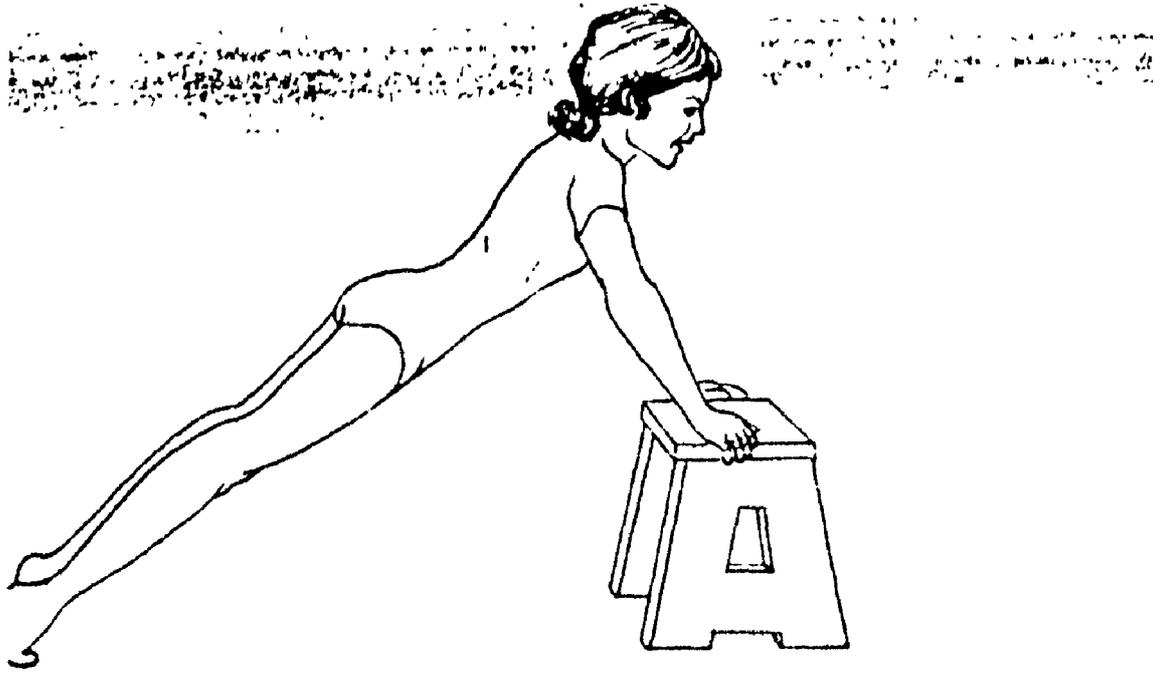
قياس قوة عضلات الظهر

شكل (٣)



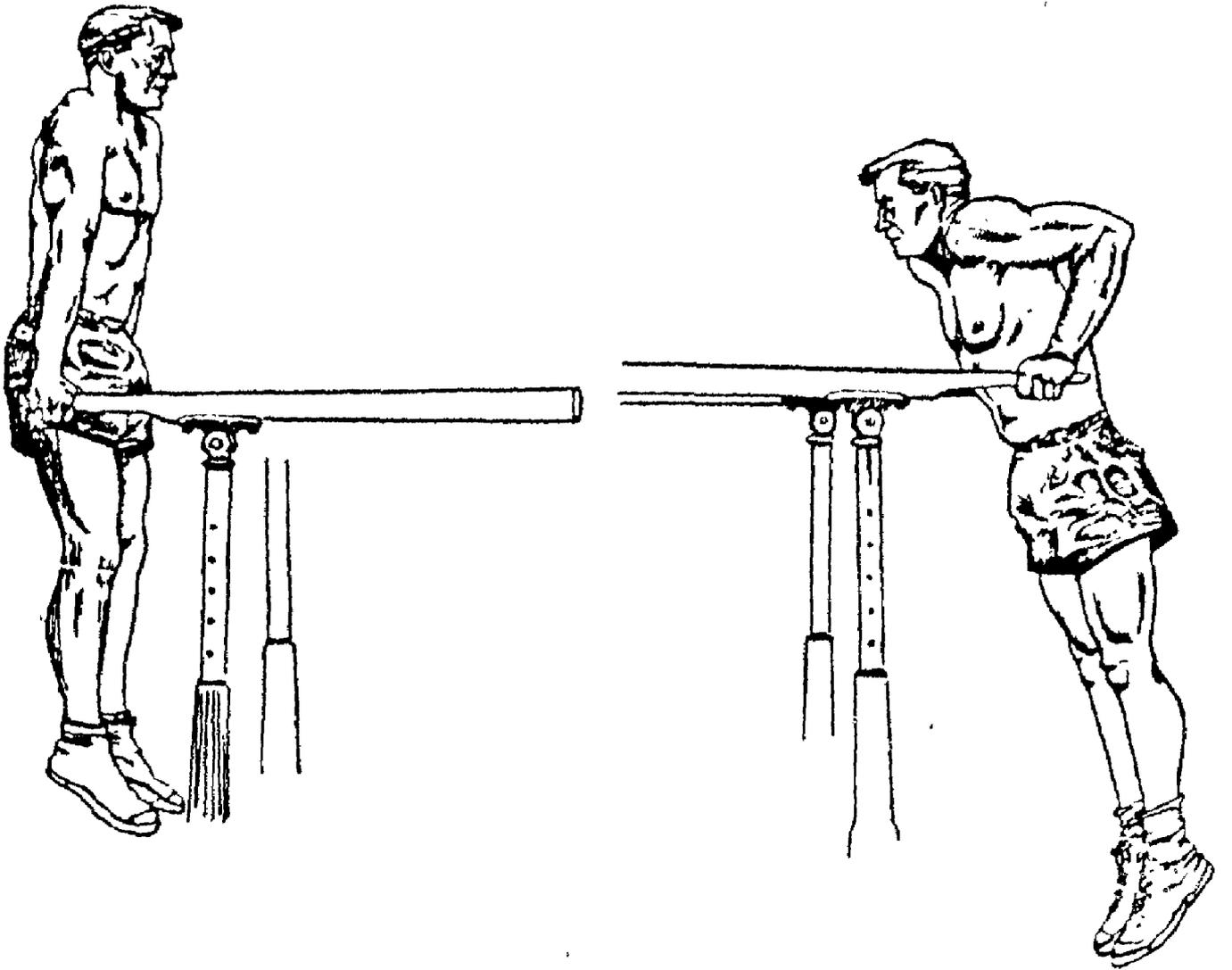
قياس قوة القبضة (يمنى) (يسرى)

شكل (٤)



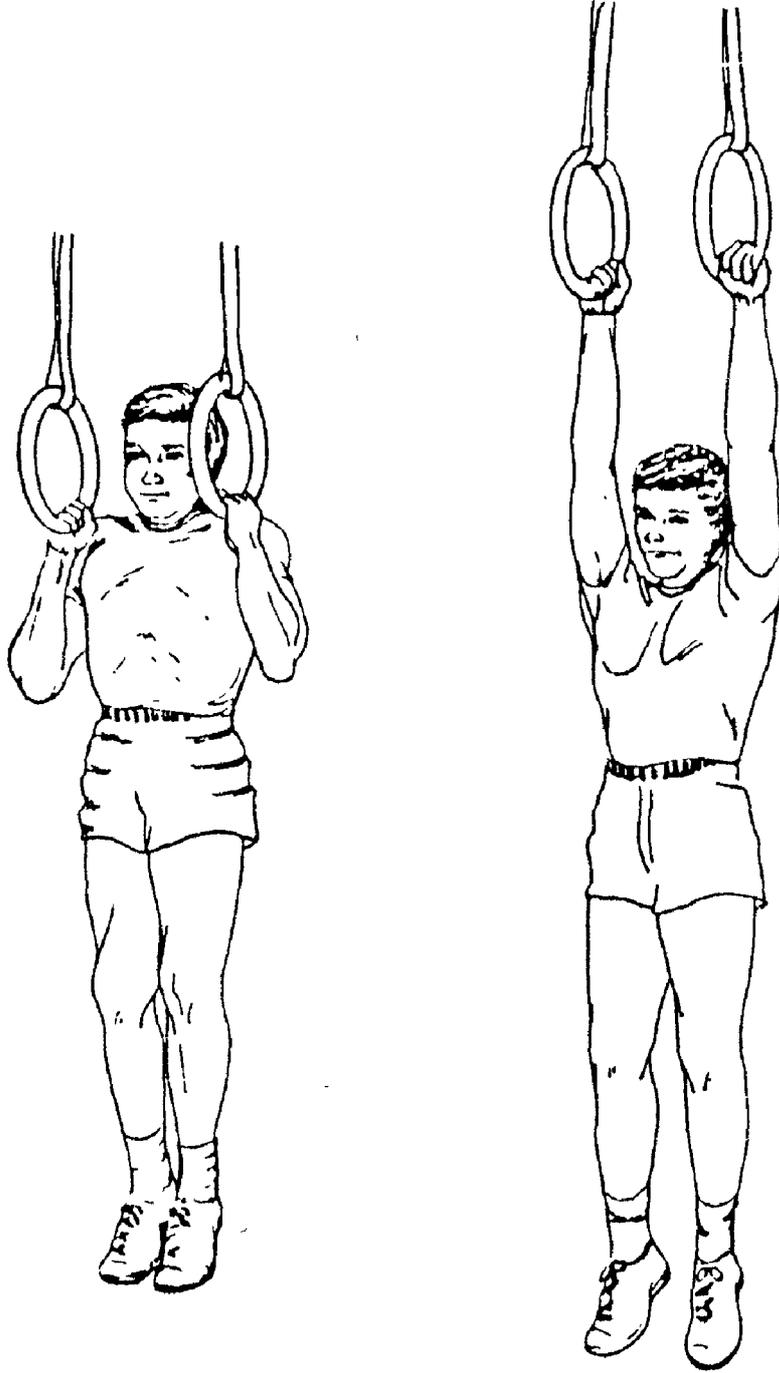
الانبطاح المائل معدل بنسات

شكل (٥)



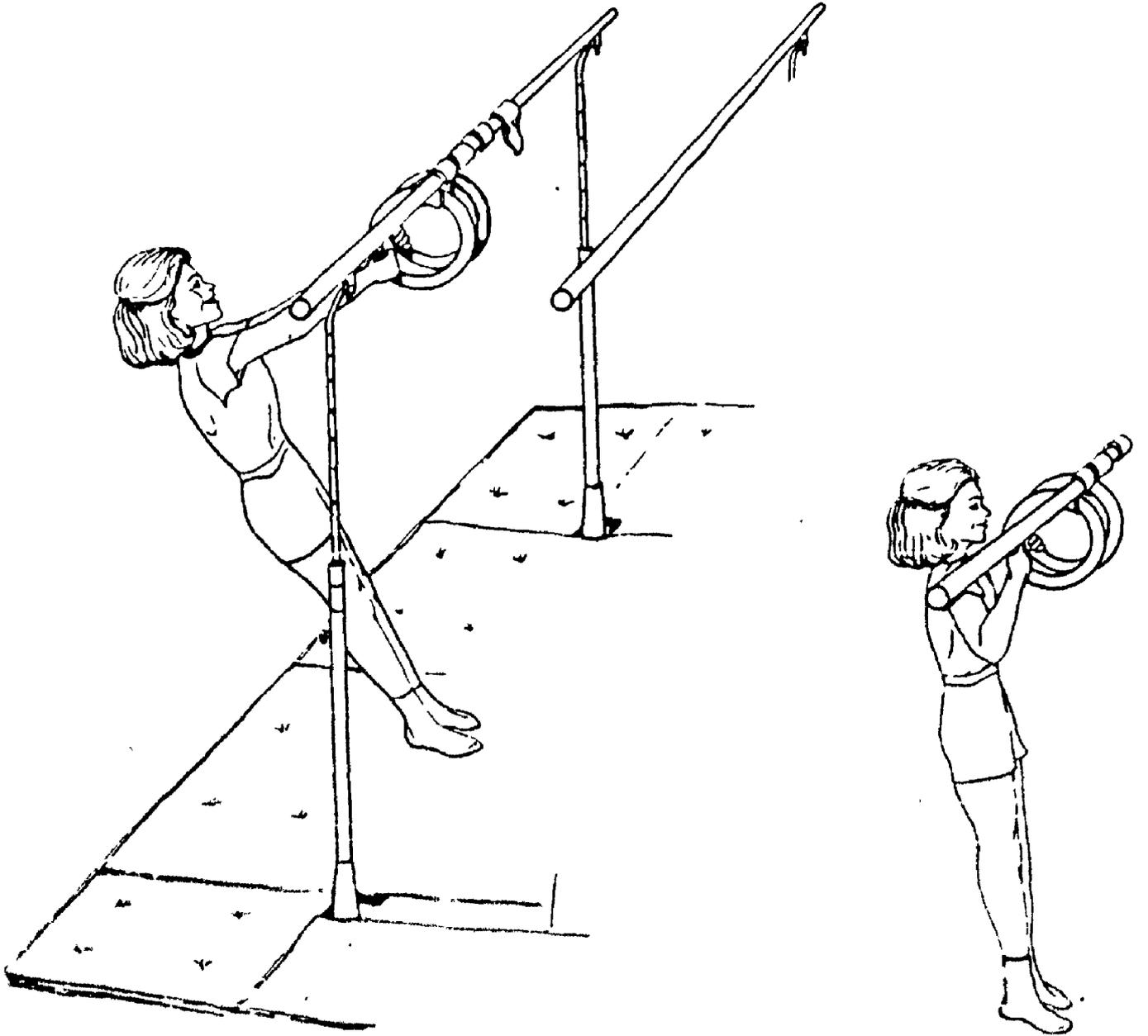
الدفع على المتوازي للبنيسن

شكل (٦)



الشد الاعلى للبنين

شكل (٧)



الشد المعدل للبنسات

شكل (٨)

ملحق (د)

خطط التدريب للفرق القومى
للمشعبين والنشطات

- ١ -
بسم الله الرحمن الرحيم

منطقة القاهرة للسلاح
حديقة الازكيية

برنامج مسابقات وطولات المنطقة
في المدة من يوليو الى سبتمبر سنة ١٩٨٨

اليوم	التاريخ	البطولة	الساعة	المكان
الخميس	٨٨/٧/١٤	كا س طاحون سلاح سيف الجارزة للسيدات	٥ م	نادى مدينة نصر
الخميس	٨٨/٧/٢١	القاهرة شيش اولاد ١٠ سنوات (مواليد ٧٨ او ٧٩)	٥ م	" "
الخميس	٨٨/٨/٤	القاهرة شيش انعامات ١٢ سنة (مواليد ٧٦ و ٧٧)	٥ م	نادى مدينة نصر
الاحد	٨٨/٨/٢٨	القاهرة شيش اولاد ١٢ سنة (الفريق ٣ لاعبين) لكل نادى وهيتة فريقان	٤ م	مركز العباسية الرياضى
الخميس	٨٨/٩/١	القاهرة شيش ١٢ سنة اولاد (مواليد ٧٦ و ٧٧)	٤ م	مركز العباسية الرياضى
الخميس	٨٨/٩/٨	القاهرة شوش ١٤ سنة انعامات (مواليد ٧٤ و ٧٥)	٤ م	نادى المعادى الرياضى
الجمعة	١٩٨٨/٩/٩	القاهرة شيش ١٤ سنة اولاد (مواليد ٧٤ و ٧٥)	٥ م	نادى المعادى الرياضى
الاحد	٨٨/٩/١١	القاهرة شيش ١٦ سنة سيف (مواليد ٧٢ و ٧٣)	٥ م	نادى المعادى الرياضى
الخميس	٨٨/٩/١٥	القاهرة شيش اولاد ١٦ سنة (مواليد ٧٢ و ٧٣)	٤ م	نادى السلاح المصرى
الجمعة	٨٨/٩/١٦	القاهرة شيش بنات ١٦ سنة (مواليد ٧٢ و ٧٣)	١٠ ص	نادى السلاح المصرى

شروط عامة : (١) تلعب مباريات الناشئين والناشئات تحت ١٠ و ١٢ سنة بسلاح الشيش الكهربائى
المصنر رقم ٢

(٢) يحق للمسة لاعبين او اللاعبات الاوائل في :

- ا - بطولة ١٠ سنوات الاشتراك في بطولة ١٢ سنة
- ب - بطولة ١٢ سنة الاشتراك في بطولة ١٤ سنة
- ج - بطولة ١٤ سنة الاشتراك في بطولة ١٦ سنة

(٣) الوقت المحدد امام كل بطولة هو موعد بدء المباريات وعلى الاندية تواجد لاعبيها

قبل الموعد بنصف ساعة على الاقل لتقديم الاسماء واجراء قرعة توزيع المجموعات

(٤) تسدد الاندية والهيئات المشتركة جنبه واحد نكل لاعب او لاعبة يمثلها في البطولة

اطيب التمنيات للاندية والهيئات الاعضاء ولاعبيها بالتوفيق والتقدم ٥٠ السكرتير العام

محمد طاحون

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

الاتحاد المصرى للسلاح

حدیقة الازکیة

تلیفون : ١١٢٥١٣

التاریخ : ١٩٨٨/١١/٢٢

برنامج المسابقات المحلیة
فی المدة من ینایر - مارس سنسة ١٩٨٩

اليوم	التاریخ	المبطلوة	الساعة	المكان
الخمیس	١٩ ینایر ٨٩	كاس عابدين شيش رجال تحت ٢٠ سنة	٤ م	صالة استاد القاهرة
الخمیس	١٩ ینایر ٨٩	كاس عثمان صبرى سيف مبارزة تحت ٢٠ * ٤ م	٤ م	نادى السلاح السكندرى
الخمیس	٢٦ ینایر ١٩٨٩	بطولة الجمهورية شيش أنسات تحت ٢٠ * ٥ م	٥ م	صالة استاد القاهرة
الجمعة	٢٧ ینایر ١٩٨٩	بطولة سلاح سيف مفتوحة تحت ٢٠ سنة	٥ ص	صالة استاد القاهرة
الخمیس	٢ فبرایر ٨٩	بطولة الجمهورية شيش رجال تحت ٢٠ سنة	٥ م	صالة استاد القاهرة
الخمیس	٢ فبرایسر ٨٩	بطولة الجمهورية سيف مبارزة تحت ٢٠ سنة	٥ م	نادى السلاح السكندرى
الجمعة	٩ فبرایر ٨٩	بطولة سلاح سيف مبارزة مفتوحة تحت ٢٠ * ٥ ص	٥ ص	صالة استاد القاهرة
الخمیس	١٦ فبرایر ٨٩	كاس السفير ابوشادى سيف فردى	٥ م	صالة استاد القاهرة
الخمیس	٢٣ فبرایر ٨٩	كاس اللواء طیب حسن توفیق شيش رجال فردى	٥ م	صالة استاد القاهرة
الخمیس	٢ مارس ٨٩	كاس جلال د سوقى سيف مبارزة فردى	٥ م	نادى السلاح السكندرى
الخمیس	٢ مارس ٨٩	بطولة الجمهورية سيف تحت ٢٠ سنة	٥ م	صالة استاد القاهرة

- تتویه : ١- سیتم تعیین المشرفین علی كل بطولة قبل موعدها بوقت كلف .
٢- ستقوم اللجنة العليا للحكام بالاتحاد بتعیین الحكام لادارة كل بطولة .
٣- صورة مبلغة لكل من الهيئات الاعضاء والاندیة الاعضاء بالاتحاد .
٤- صورة مبلغة للجنة الطیبة بالاتحاد .
٥- صورة للسادة اعضاء مجلس ادارة الاتحاد
٦- صورة لكل من مناطق الاتحاد (القاهرة - الاسكندریة - بور سعید)
٧- صورة للاعلان بلوحة الاعلانات .
٨- صورة لتخفظ بالملف .

السكرتیر العام

عمید مهندس / سامح عبد الرحمن

منطقة القاهرة للسلاح
حديقة الازكيمة
تليفون: ١١٢٥١٣

منشور دورى رقم ١ لسنة ١٩٨٩

نظرا لتعديل الاتحاد المصرى للسلاح لمواعيد بطولتى :

- ١- الجمهورية لسلاح الشيش رجال تحت ٢٠ سنة لتقام يوم الجمعة ١٩٨٩/١/٢٧
 - ٢- بطولة سلاح السيف المفتوحة تحت ٢٠ سنة لتقام يوم الخميس ١٩٨٩/٢/٢
- والحاقا لبرنامج مسابقات المنطقة المحلى فى المدة من يناير الى فبراير ١٩٨٩

تقرر

تعديل برنامج مسابقات بطولات المنطقة على النحو التالى :

بطولات شهر يناير ١٩٨٩

١- الاحد ١٥	القاهرة شيش اولاد ١٠ سنوات	الساعة ٤ م	المركز الرياضى بالعباسية
٢- الاثنين ٢٣	القاهرة شيش بنات ٢٠ سنة	٤ م	نادى مدينة نصر
٣- الثلاثاء ٢٤	القاهرة شيش بنات ١٢ سنة	٥ م	"
٤- الجمعة ٢٧	القاهرة سيف ٢٠ سنة	١٠ ص	"
	القاهرة شيش بنات ١٤ سنة	١ م	"

بطولات شهر فبراير ١٩٨٩

١- الخميس ٢	القاهرة شيش ١٤ سنة اولاد	الساعة ٤ م	نادى مدينة نصر الرياضى
٢- الجمعة ٣	القاهرة شيش ١٧ سنة بنات	١٠ ص	"
٣- الجمعة ١٠	القاهرة سيف ٢٠ سنة	١٠ ص	"
	القاهرة شيش ١٧ سنة اولاد	١ م	"
٤- الجمعة ١٧	القاهرة سيف مبارزة ١٧ سنة	١٠ ص	"

مع اطيب التمنيات للاعبى الاندية والهيئات الاعضاء بالمنطقة بالتوفيق .

السكرتير العام

(محمد طاحسون)

١٩٨٩/١/١٣

منطقة القاهرة للسلاح
حديقة الازبكية
تليفون ١٣ ٢٥ ٩١

برنامج
مسابقات وطولات المنطقة
المدّة من يناير وحتى مارس ٨٩

اليوم والتاريخ	البطولة	الساعة	صالة نادى
<u>يناير ١٩٨٩</u>			
الخميس ١٢	القاهرة شيش اولاد ١٢ سنة	٥ م	مدينة نصر
الجمعة ١٣	القاهرة سيف ١٧ سنة	١٠ ص	" "
	القاهرة شيش اولاد ٢٠ سنة	١ م	" "
السبت ١٤	القاهرة سيف مبارزة ٢٠ سنة	٤ م	" "
الاحد ١٥	القاهرة شيش اولاد ١٠ سنوات	٥ م	" "
الجمعة ٢٠	القاهرة شيش بنات ٢٠ سنة	١٠ ص	" "
الثلاثاء ٢٤	القاهرة شيش بنات ١٢ سنة	٤ م	" "
الجمعة ٢٧	القاهرة شيش ١٤ سنة اولاد	١٠ ص	" "
<u>فبراير ١٩٨٩</u>			
الجمعة ٣	القاهرة شيش بنات ١٤ سنة	١٠ ص	مدينة نصر
الخميس ٩	القاهرة شيش بنات ١٧ سنة	٥ م	" "
الجمعة ١٠	القاهرة سيف ٢٠ سنة	١٠ ص	" "
	القاهرة شيش اولاد ١٧ سنة	١ م	" "
الجمعة ٢٤	القاهرة سيف مبارزة ١٧ سنة	١٠ ص	" "
<u>مارس ١٩٨٩</u>			

نشاط دولسى

بطولة كاس سافاريا الدولية للناشئين والناشئات تحت ١٤ و ١٦ سنة شيش اولاد وبنات وسيف وسيف
ومبارزة بالمجر ١٩ و ٢٠ مارس ١٩٨٩

يمكن للاندية والهيئات الاعضاء بالمنطقة الاشتراك في هذه البطولة بفرق مستقلة تحت اشراف المنطقة

ملاحظات ١- بطولات تحت ١٠ سنة مواليد ٧٩ و ٨٠ ويحق للاعبى الدور النهائى الاشتراك في بطولات
تحت ١٢ سنة

٢- بطولات ١٢ سنة مواليد ٧٧/٧٨ ويحق للاعبى الدور النهائى الاشتراك في بطولات تحت ١٤ سنة

٣- بطولات ١٤ سنة مواليد ٧٥/٧٦ ويحق للاعبى الدور النهائى الاشتراك في بطولات تحت ١٧ سنة

٤- بطولات تحت ١٧ سنة مواليد ٧٢/٧٣ لاسلحة الشيش رجال وانسات وسيف مبارزة ومفتوحة السن
لسلاح السيف

٥- بطولات تحت ٢٠ سنة مواليد ٦٩/٧٠ لاسلحة الشيش رجال وانسات وسيف مبارزة ومفتوحة السن
لسلاح السيف

مع اطيب تمنيات المنطقة للاعبين وانعيتهم بالتوفيق
السكرتير العام
محمد طاحسون

ملحق (هـ)

استمارة استبيان لعناصر اللياقة البدنية
الخاصة بلاعب سلاح الشيش

بسم الله الرحمن الرحيم

استمارة استبيان

ارجو من سيادتكم التكرم بترتيب اهم عناصر اللياقة البدنية الخاصة بلاعب سلاح الشيش من وجه نظرك حسب اولويتها في التدريب كدليل للياقة اللاعب البدنية مع تعريف اللاعب الناشئ .

عناصر اللياقة البدنية :

- | | |
|-------------------------|-------------------|
| ١- القوة العضلية | ٦- السرعة |
| ٢- الرشاقة | ٧- الدقة |
| ٣- المرونة | ٨- القدرة |
| ٤- التوازن | ٩- التوافق |
| ٥- الجلد الدوري والتنفس | ١٠- سرعة رد الفعل |

ترتيب العناصر من وجهة نظرك :

الاسم :

مكان التدريب او التدريس

تعريف اللاعب الناشئ هو :

اتقدم لك بخالص الشكر لتفضلك باملاء هذه الاستمارة .

الباحثة : أمل فاروق

مستخلص البحث باللغة العربية

- موضوع البحث : الأنماط المزاجية ومؤشر اللياقة البدنية وعلاقتها بنتائج مباريات الفريق القوي للمبارزة للناشئين *
- هدف البحث : التعرف على العلاقة بين نتائج المباريات وكل من الأنماط المزاجية ومؤشر اللياقة البدنية لكل من الناشئين والناشئات لرياضة المبارزة بسلاح الشيش •
- عينة البحث : اشتملت عينة البحث على المنتخب القوي للناشئين والناشئات في رياضة المبارزة بسلاح الشيش وبلغ عددهم ٤٠ لاعب ولاعبة مقسمين الى ٢٠ لاعب و ٢٠ لاعبة •
- منهج البحث : المنهج الوصفي لملائمته لطبيعة الدراسة •
- مجالات البحث : المجال الزمني تم التنفيذ الدراسة من الفترة ١٨/٥/٨٨ حتى ١٥/٤/٨٩ المجال الجغرافي ثم اخذ القياسات بنادى السلاح المصرى والاستاد الرياضى •
- ادوات البحث : استخدمت الباحثة للتعرف على النمط المزاجى قائمة الانماط المزاجية اعداد سان ستريلار SAN STRELAR واعدتها في صورتها العربية محمد حسن علوى وللتعرف على اللياقة البدنية استخدمت الباحثة بطارية روجرز "Rogers"
- نتائج البحث : اسفرت نتائج البحث على مايلى :
وجود ارتباط موجب بين الانماط المزاجية متمثلة في (الاشارة ودينامية العمليات العصبية) ومؤشر اللياقة البدنية ونتيجة المباريات لكل من ناشئين وناشئات رياضة المبارزة بسلاح الشيش كما دلت النتائج على ان افضل نمط مزاجى لناشئين رياضة المبارزة هو زيادة الاثارة لدرجة معقولة (متوسطة) وللناشئات رياضة المبارزة هو دينامية العمليات العصبية •

Helwan University
Faculty of Physical Education for Girls
Cairo

The relationship between patterns of
temperaments, physical fitness index
and game's results of the national
team for beginners in Fencing

By

AMAL FAROUK ALI SALEM

An Instructor in department of Water Sport and Fights
A submitted thesis in partial Fullfilment
of the Master Degree in Physical Education
Under the Supervision of

Prof., Dr. Fathiah Taha Mahmoud Chelkamy
Department of Water Sports and Fights
Faculty of Physical Education For Girls in
Cairo.

Assist., Prof. Dr. Nagwa Abd ElFatah Ismael
Department of Water Sport and Fights.
Faculty of Physical Education for Girls in
Cairo.

Assist., Prof. Dr. Soheir Mostafa Mohamed El Basyouny
Department of Water Sports and Fights
Faculty of Physical Education For Girls in
Cairo.

Thirdly: Summary of the research:

1) The Subject:

Fencing is considered as one of sports that requires a high body exertion from the player besides it is considered as a mental and rational Sport. Fencing is the attack and guard sport between two competitors, each one of them is trying to score hits (upon the other with a certain weapon (Foil - épée - Sabre). (12 - 37).

Through competitions, the competitive positions lead to positive and negative effects on the performance of different motor skills (18 - 104). The differences of the competitive positions may lead to change of the player's pattern of temperament from its normal one. Besides was noticed that the player's requirements of general physical fitness is considered as a base upon which the special fitness and skills of the activity are established.

Through this study, the researcher is trying to identify the patterns of temperaments for male, female beginners in foil fencing by applying the "list concerning the patterns of temperaments" which was translated into Arabic by Mohamed Hassan Allawy. as well as finding the physical fitness index by using "Rogers" Battery through the "PFI's" equation. Also to find their relationship with game's results of the national team for beginners of both sexes in

fencing so as to get results that may assist foil trainers for achieving a better standard for the practitioners.

2) The Problem:

The Problem of the research was defined through the notice and observation of the researcher to the foil fencers during training and games. She observed the dissimilarities of the players in the pattern of temperament which may have an effect upon the game's results. Also the neurotic player differs from the calm one as well as the quick responsive player differs from the slow one. Hence, the researcher wanted to find out the best pattern of temperament of the foil fencer besides finding the relationship between that and his physical fitness. The player may have a high level of fitness yet he gains less hits than a player who has medium level of physical fitness but with a certain pattern of temperament. The different patterns may lead to unexpected results during games.

As already stated, the problem of the research is concerned with identifying the pattern of temperament for the foil fencers, besides the relationship of that with the player's physical fitness and its contributions in achieving the greatest possible number of hits against the other fencer. This is for

male and female beginners of the national team under 20 years in fencing.

The Aims:

The aim of this research is to identify:

- 1) The patterns of temperaments, pre and post the game, for beginners of both sexes in foil fencing.
- 2) The difference in patterns of temperaments, physical fitness index and game's results between the high and low levels for male beginners in foil fencing.
- 3) The difference in patterns of temperaments, physical fitness index and game's results between the high and low levels for female beginners in foil fencing.
- 4) The relationship between patterns of temperaments, physical fitness index and game's results of both high and low level for male beginners in foil fencing.
- 5) The relationship between patterns of temperaments, physical fitness index and game's results of both high and low level for female beginners in foil fencing.
- 6) The relationship between patterns of temperaments and physical fitness index for both male and female beginners in foil fencing.

The Hypotheses:

Enlightened by the aims of the research, the researcher suggested the following hypotheses:

- 1) There are significant differences between the various measurements in the patterns of temperaments for both male and female beginners in foil fencing.
- 2) There are significant differences in the patterns of temperaments, "PFI", and game's results between the high and low levels in favour of the high one for the male beginners in foil fencing.
- 3) There are significant differences in the patterns of temperaments, "PFI", and game's results between the high and low levels in favour of the high one for the female beginners in foil fencing.
- 4) There is a positive correlation between the patterns of temperaments, "PFI", and game's results concerning the high and low levels in favour of the high one for male beginners in foil fencing.
- 5) There is a positive correlation between the patterns of temperaments, "PFI", and game's results concerning the high-and low levels in favour of the high one for female beginners in foil fencing.
- 6) There is a positive correlation between the patterns of temperaments, "PFI" and game's results for male and female beginners in foil fencing.

5) The Sample:

The sample of the research was purposively selected from the national team for beginners of both sexes in foil fencing. The number was 40 beginners, divided into two groups; 20 males and 20 females.

6) The Method:

The researcher used the descriptive method as it fits the nature of study.

7) The Range:

- A. Time range; the study was conducted from 18/5/88 to 15/4/89.
- B. Geographical range; the measurements concerning the pilot study and the main study were done in the Egyptian Fencing club, Maadi club, Alexandria Fencing club, Nasr City club, Cairo Stadium.

8) The Articles:

1. In order to identify the pattern of temperament, the researcher used the "list concerning patterns of temperaments by San Strelau" and which was translated into Arabic by Mohamed Hassan Allawy. The list comprised three dimensions (intensity of excitement process - vigour of desistance process - Dynamic nerve process).

2. To identify the general physical fitness for the players, the researcher used Rogers Battery of the muscular strength as a physical fitness index.

9) The Pilot Study:

10 male and 10 female players of foil fencing were selected and who represented the sample of the research as well as outside the main one. The pilot study was applied on them from 18/5/88 to 30/6/88

10) The main study:

The main study was applied on the national team for beginners under 20 years, of both sexes in foil fencing. Their number was 40 male and female beginners, the study for whom was applied from the 1st of July, 1988 to the end of March 1989.

11) Conclusions:

The results of the research indicated that:

1. There were differences of statistical significance between the various measurements for male beginners in foil fencing concerning the intensity of excitement process. There were no differences of statistical significance in the desistance and the dynamic nerve process. On the other hand there were differences of statistical significance in the patterns of temperaments concerning the 3 dimensions (excitement - desistance - dynamic

nerve process) for female beginners in foil fencing.

2. There were differences of statistical significance in the patterns of temperaments represented in excitement, physical fitness index and game's results (represented in the hits for him, and counter-attack) between the high and low levels in favour of the high one for male beginners in foil fencing.
3. There are differences of statistical significance in the patterns of temperaments (dynamic nerve process), PFI, and game's results (between hits upon him and excitement between attack, counter-attack and the dynamic nerve process) between the high and low levels in favour of the high one for female beginners in foil fencing.
4. There was a positive correlation between patterns of temperaments (excitements), PFI, and game's results concerning the high and low levels in favour of the high one for male beginners of foil fencing.
5. There was a positive correlation between patterns of temperaments (dynamic nerve process), physical fitness index and game's results concerning high and low levels in favour of high one for female

beginners in foil fencing.

6. There was a positive correlation between patterns of temperaments (excitement - dynamic nerve process), physical fitness index and game's results for beginners of both sexes in foil fencing.

Moreover the results indicated that:

The best pattern of temperament for male beginner in fencing is the reasonable increasing of excitement while for female beginners is the dynamic nerve process.

Recommendations:

Enlightened by to the aims of the research and within the limitations of its sample and its depending upon the results, the researcher recommended the following:

1. Providing a programme of the stimulated adjustment before games in order to care with the Excitennent state as well as the motor skills.
2. Good preparation of the player befor games in and following aspects; psychological, skill ful and physical.
3. The coach should choose the appropriate player in respect to championship's importance.
4. Special Concern with general and special physical fitness of the player together with using the physical fitness index regularly during the athletic season.

5. Using and applying the list concerning patterns of temperament upon players of different teams so as to achieve the preferable pattern of every player together with the coach's endeavour to reach the ideal pattern. Namely the dynamic nerve process for female beginners and the reasonable increasing of excitement for male beginners in order to achieve better results.