

الفصل الخامس

الاستخلاصات والتوصيات

الاستخلاصات .

التوصيات .

الاستخلاصات :

فى ضوء أهداف البحث وفى حدود عينة البحث واستنادا إلى ما أسفرت عنه نتائج التحليل والمعالجات الإحصائية أمكن للباحث التوصل إلى الاستنتاجات التالية :

تم تحديد النسب المئوية لأماكن الهدف المختلفة كما يلي :

- منطقة الصدر بلغت نسبته 28.03 % .
- منطقة يد الذراع المسلحة بلغت نسبتها 16.74%.
- منطقة ساعد الذراع المسلحة بلغت نسبتها 16.32%.
- منطقة الجذع المسلحة بلغت نسبتها 15.27%.
- منطقة عضد الذراع المسلحة بلغت نسبتها 6.90%.
- منطقة فخذ الرجل الأمامية بلغت نسبتها 5.23%.
- منطقة كتف الذراع المسلحة بلغت نسبتها 4.60 % .
- منطقة قدم الرجل الأمامية بلغت نسبتها 3.35%.
- منطقة ساق الرجل الأمامية بلغت نسبتها 2.30%.

ثانيا : دلالة الفروق بين الفوز والهزيمة فى الأدوار المختلفة :

يتضح وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى معنوى 0.05 بين مباريات الفوز والهزيمة لصالح مباريات الفوز فى:

- منطقة الصدر بالدور الأول .
- منطقة الصدر - ساعد الذراع المسلحة - الجذع بالدور الـ 16 .
- منطقة الساعد بالدور الـ 8 .
- منطقة الساعد بالدور الـ 4 .

ثالثاً : دلالة الفروق بين الأدوار المختلفة لأماكن إحراز اللمسات :

من خلال التحليل الإحصائي اتضح وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى

معنوى 0.05 فى المناطق التالية :

- بالنسبة ليد الذراع المسلحة :

- بين الدور الأول وأدوار خروج المغلوب لصالح أدوار خروج المغلوب .

- بالنسبة ليد الذراع المسلحة :

- بين الدور الأول وأدوار خروج المغلوب لصالح أدوار خروج المغلوب .

- بين الدور الـ 16 و كلا من دور (الـ 8 ، دور الـ 4) لصالح دور الـ 8 .

- بين دور الـ 4 ، و بين الدور الـ 8 ، دور الـ 4 لصالح دور الـ 4 .

- بالنسبة لعضد الذراع المسلحة :

- بين الدور الأول وكلا من (دور الـ 8 ، دور الـ 4) لصالح دور الـ 8 ، دور

الـ 4 .

- بين الدور الـ 16 و كلا من دور (الـ 8 ، دور الـ 4) لصالح دور الـ 8 .

- بين دور الـ 4 ، و بين الدور الـ 8 ، دور الـ 4 لصالح دور الـ 4 .

- بالنسبة لكتف الذراع المسلحة :

- بين الدور الأول ودور الـ 8 لصالح دور الـ 8 .

- بين الدور الـ 16 و دور الـ 8 لصالح دور الـ 8 .

- بالنسبة للجذع :

- بين الدور الأول ودور الـ 16 لصالح دور الـ 16 .

- بالنسبة فخذ الرجل الأمامية :

- بين الدور الأول وكلا من دور الـ 16 ، دور الـ 8 لصالح دور الـ 16 ، دور الـ 8 .

- بين دور الـ 8 ، والدور الـ 4 ، لصالح دور الـ 4 .

- بالنسبة لقدم الرجل الأمامية :

- بين الدور الأول ودور الـ 4 لصالح دور الـ 4 .

رابعاً : بالنسبة للأهمية النسبية لمناطق الهدف :

- بلغت الأهمية النسبية للصدر والجذع 80.20% .

- بلغت الأهمية النسبية للصدر 28.4% .

- بلغت الأهمية النسبية لليد والساعد والعضد 20.20% .

- بلغت الأهمية النسبية لليد و الساعد 12.10% .

- بلغت الأهمية النسبية للفخذ والساق و القدم 4.30% .

- بلغت الأهمية النسبية للفخذ والساق 4.10% .

- بلغت الأهمية النسبية لليد 0.80% .

- بلغت الأهمية النسبية للفخذ 0.05% .

التوصيات :

بناءا على النتائج التى تم التوصل إليها يتقدم الباحث بالتوصيات التالية :

1 - الاستفادة من الأهمية النسبية لمناطق الهدف المختلفة والتي أثبتت نجاحها فى تفوق اللاعبين الدوليين ف- الاستفادة من الأهمية النسبى سيف المبارزة والعمل على استخدامها فى ضوء الجملة الحركية فى درس المبارزة ، وذلك لزيادة خبرة اللاعبين بمختلف أنواع المهارات الهجومية والدفاعية .

2 - تدريب اللاعبين على كيفية اصطناع المواقف التى تتيح لهم الاستغلال الأمثل لإحراز اللمسات فى أماكن الهدف المختلفة الأكثر شيوعا .

3 - أن تتضمن المواقف التنافسية فى الدرس والمباريات التنافسية المختلفة (المباريات التدريبية) تدريب اللاعبين على بناء الخطط التى تتيح لهم استخدام تلك النسب مع التعامل بصورة سريعة مع المواقف المختلفة

4 - إجراء الدورات التدريبية للمدربين من خلال الأساتذة المتخصصين فى المبارزة لاطلاعهم على آخر ما وصل إليه البحث العلمى فى مجال المبارزة والاستفادة منه للارتقاء بالمستوى المهارى والفنى للاعبى وناشئى المبارزة .

5 - إجراء المزيد من البحوث على الأهمية النسبية لمناطق الهدف المختلفة فى الأسلحة الأخرى (الشيش - السبر)

المراجع

- اولا : المراجع العربية
- ثانيا : المراجع الاجنبية

المراجع

أولا : المراجع العربية : -

- 1 إبراهيم نبيل عبد العزيز : الأسس الفنية للمبارزة ، مركز الكتاب للنشر ، 1999
- 2 ----- : أساسيات فن المبارزة ، 2003 .
- 3 إبراهيم نبيل عبد العزيز : دراسة علاقة مفاصل الجسم وبعض الأطوال النسبية بدقة
، منير محمد النمر
اصابة الهدف فى رياضة المبارزة ، بحث منشور ، المجلد
الأول ، كلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة ، جامعة
حلوان ، 1987 .
- 4 أبو العلا أحمد عبد الفتاح : التدريب الرياضى الأسس الفسيولوجية ، دار الفكر العربى
، القاهرة ، 1997 .
- 5 أبو العلا أحمد عبد الفتاح : اختبارات انتقاء وتوجيه الموهوبين فى التربية الرياضية ،
أحمد عمر الروبى
المركز القومى للبحوث التربوية ، 1983 .
- 6 أحمد عبد العزيز محمد : دراسة تحليله لبعض المتغيرات المورفولوجية لانتقاء
المبتدئين فى رياضة المصارعة ، رسالة دكتوراه غير
منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة ، جامعة
حلوان ، 1993 .
- 7 أحمد فراج مراد : محددات انتقاء الناشئين فى رياضة كرة القدم ، رسالة
دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين
بالزقازيق ، جامعة الزقازيق ، 1994 .
- 8 أسامة صلاح فؤاد : تحديد أكثر المناطق استهدافا للمساة فى المبارزة ، رسالة
ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة
الزقازيق ، 1993 .
- 9 أسامه كامل راتب : النمو الحركى ، مدخل للنمو المتكامل للطفل والمراهق ، دار
الفكر العربى ، القاهرة ، 1998 .
- 10 ----- : الإعداد النفسى للناشئين دليل الإرشاد والتوجيه للمدربين
والإداريين وأولياء الأمور ، دار الفكر العربى ، 2001 .

- 11 أسامه كامل راتب ، أمين : التربية الحركية للطفل ، الطبعة الثالثة ، دار الفكر العربى ، القاهرة ، 1994 .
- 12 أشرف عبد المنعم أحمد : تأثير برنامج جمباز موانع على بعض القدرات البدنية لتلاميذ المرحلة الابتدائية بالمعاهد الأزهرية ، ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا ، 1997 .
- 13 أشرف مسعد إبراهيم : محاضرات فى سلاح الشيش ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا ، 1986 .
- 14 أشرف مسعد إبراهيم : القيمة التنبؤية لاختبارات الاستعداد البدنى والنفسى لاختبارات لاعبى المبارزة ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا ، 1992 .
- 15 الاتحاد المصرى للسلاح : دورة الحكام الدوليون وحكام الدرجة الأولى فى سلاح سيف المبارزة ، اللجنة العليا للحكام ، كلية التربية الرياضية ، جامعة طنطا ، 1998 .
- 16 ----- : دورة حكام سيف المبارزة ، اللجنة العليا للحكام ، بمركز الخدمة العامة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة طنطا 2003 .
- 17 السيد سامى صلاح الدين : تأثير استخدام كل من الأهداف الثابتة والمتحركة على الدقة فى المبارزة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة طنطا ، 1995 .
- 18 ----- : استراتيجية التوقيت الهجومى وتأثيرها على مستوى الإنجاز لدى لاعبى المبارزة ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة طنطا ، 2000 .
- 19 ----- : دراسة تحليله لاماكن إحراز اللمسات ومساهماتها النسبية فى مستوى الإنجاز لناشئات سيف المبارزة ، بحث منشور ، مؤتمر التعليم مدى الحياة من اجل أنسات وسيدات أكثر نشاطا ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعه الإسكندرية ، 2001 .

- 20 السيد عبد المقصود ، : الحديث فى المصارزة ، دار بورسعيد للطباعة ، الإسكندرية ،
ثناء الجبيلى 1984 .
- 21 السيد معوض الحسينى : بعض محددات انتقاء ناشئى المصارزة ومساهمتها النسبية فى
مستوى الإنجاز، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية
التربية الرياضية ، جامعة حلوان ، 2001 .
- 22 أمر الله احمد البساطى : أسس وقواعد التدريب الرياضى وتطبيقاته ، منشأة المعارف
، الإسكندرية ، 1998 .
- 23 ايمن أحمد البساطى : محددات انتقاء الناشئين فى رياضة الهوكى ، رسالة دكتوراه
غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين بالزقازيق ،
جامعة الزقازيق ، 1995 .
- 24 إيهاب محمد فوزى : وضع مجموعة اختبارات بدنية وفسولوجية ونفسية كأساس
لانتقاء ناشئى المصارعة ، رسالة دكتوراه غير منشورة ،
كلية التربية الرياضية ، جامعة طنطا ، 1995 .
- 25 إيهاب محمد مفرح : دراسة الصفات البدنية الخاصة لدى ناشئى المصارزة ، رسالة
ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين
بالإسكندرية ، جامعة الإسكندرية ، 1993 .
- 26 توما جورج خورى : سيكولوجية النمو عند الطفل والمراهق ، المؤسسة الجامعية
للدراسات والنشر والتوزيع ، 2000 .
- 27 جمال زاهر إبراهيم : تصميم بطارية لقياس المهارات الحركية لدى الناشئين فى
المصارزة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية
الرياضية للبنين ، جامعة الزقازيق ، 1989 .
- 28 جمال عبد الحميد عابدين : أصول المصارزة ، دار المعارف ، القاهرة ، 1984 .
- 29 جيهان يوسف الصاوى : البروفيل البيولوجى الخاص برياضة التايكوندو كأساس
لعملية الانتقاء ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية
الرياضية ، جامعة الزقازيق ، 1999 .

- 30 حامد عبد السلام زهران : علم نفس النمو والطفولة والمراهقة ، الطبعة الخامسة ، عالم الكتاب للنشر ، القاهرة ، 1995 .
- 31 حسين أحمد حجاج : دراسة مساهمة بعض الصفات البدنية فى مستوى الأداء المهارى للمبارزات الناشئات ، بحث منشور ، نظريات وتطبيقات ، العدد الرابع والعشرين ، كلية التربية الرياضية للبنين بالإسكندرية ، جامعه الإسكندرية ، 1995 .
- 32 خالد جمال محمود : بناء بطارية اختبار لقياس القدرة الحركية للاعبى المبارزة فوق 17 سنة ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين بالإسكندرية ، بالهرم ، جامعة حلوان ، 1999 .
- 33 خلف محمود الدسوقي : وضع بطارية اختبار لبعض الصفات البدنية الخاصة والقياسات الانثروبومترية لناشئى الجودو ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ببورسعيد ، جامعة قناة السويس ، 1996 .
- 34 رمزى عبد القادر : دراسة الديناميكية العمرية للصفات الحركية فى التركيب التدريبى لعدة سنوات لدى المبارزين الناشئين ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين بسأبي قير ، جامعة الإسكندرية ، 1988 .
- 35 شريف عبد القادر : تحليل بعض مهارات الموجات الهجومية لدى لاعبى المستوى العليا فى الكاراتيه كأساس لوضع برنامج مقترح للتدريب على هذه المهارات ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا ، 1989 .
- 36 عادل محمود غانم : دراسة تحليله للمهارات الأكثر شيوعا وعلاقتها بنتائج المباريات لدى لاعبى التايكوندو ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة طنطا ، 1997 .
- 37 عباس عبد الفتاح الرملى : المبارزة سلاح الشيش ، دار الفكر العربى ، القاهرة 1984 .
- 38 ----- : المبارزة سلاح الشيش ، دار الفكر العربى ، ط 13 القاهرة 1993 ،

- 39 عبد الرحمن عبد العظيم : دراسة مقارنة لمجموعات اللكم من مختلف المسافات
سيف
لملاكمى الدرجة الأولى وعلاقتها بنتائج المباريات ، بحث
منشور ، مجلة النظريات والتطبيقات ، العدد السادس ، كلية
التربية الرياضية للبنين بآبى قير ، جامعة الإسكندرية 1990 .
- 40 عثمان محمد رفعت : الدراسة التخصصية للمدربين (162) ، الأكاديمية الأولمبية
للقادة الرياضيين ، اللجنة الأولمبية المصرية ، إستاند القاهرة
، 2003 .
- 41 عصمت محمد سعيد : دراسة مقارنة للدافعية الرياضية لدى لاعبات رياضة
المبارزة والتايكوندو ، بحث منشور ، المؤتمر الأول للتربية
الرياضية ، المجلد الثالث ، كلية التربية الرياضية للبنات
بالقاهرة ، 1987 .
- 42 عفاف حسين على الديب : دراسة بعض الصفات البدنية والقياسات الجسمية للاعبى
التايكوندو لانتقاء الناشئين تحت 12 سنة ، رسالة ماجستير
غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين بآبى قير ،
جامعة الإسكندرية ، 1994 .
- 43 على فهمى الببىك : تخطيط التدريب الرياضى ، منشأة المعارف ، الإسكندرية ،
1993 .
- 44 عمرو السكرى : دليل المبارزة ، دار المعرفة ، القاهرة ، 1993 .
- 45 ماجدة محمود أبو العزم : استراتيجية المباراة للاعبى المبارزة وعلاقتها بنتائج
المباريات ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية
الرياضية للبنات بالقاهرة ، جامعة حلوان ، 2000 .
- 46 مجدى احمد شندى : فروق القياسات الجسمية لدى مبارزى الفرق القومية
والناشئين فى الأسلحة الثلاثة ، رسالة ماجستير ، كلية
التربية الرياضية للبنين ، جامعة الزقازيق ، 1987 .
- 47 محمد إبراهيم شحاته : أساسيات التمرينات البدنية ، منشأة المعارف ، الإسكندرية ،
ومحروس محمد فتديـل
وآخرون . 1998

- 48 محمد حسن علاوى : سيكولوجية التدريب والمنافسات ، الطبعة السابعة ، دار المعارف ، القاهرة ، 1992 .
- 49 : ----- : علم التدريب الرياضى ، ط13 ، دار الفكر العربى 1994 .
- 50 : ----- : سيكولوجية النمو للمربى الرياضى ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، 1998 .
- 51 محمد حسن علاوى ، أبو : فسيولوجيا التدريب الرياضى ، دار الفكر العربى ، القاهرة ، 2000 .
- 52 محمد سمير الفقى ، : المبارزة ، الفتح للطباعة والنشر ، الإسكندرية ، 1993 .
- رمزى الطنبولى
- 53 محمد طلعت إبراهيم : تحديد أكثر مجموعات الكلمات استخداما من مسافات اللكم المختلفة لدى ملاكمى الدرجة الأولى ، بحيث منشور ، مجلة علمية نظريات وتطبيقات ، العدد السادس ، الإسكندرية ، 1989 .
- 54 محمد عاطف الابحر : السلاح ، المجلس الأعلى للشباب والرياضة ، 1993 .
- 55 محمد عبد العزيز غنيم : اثر تسديد عدد أكبر من الكلمات فى منطقة الجذع على نتلج مباريات الملاكمة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الزقازيق ، 1990 .
- 56 محمد محمود أحمد : بعض المحددات البيولوجية لانتقاء السباحين الناشئين ومساهمتها النسبية فى مستوى الإنجاز ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة ، جامعة حلوان ، 1997 .
- 57 مختار سالم ، تامر سالم : فن المبارزة للناشئين ، مؤسسة المعارف ، بيروت، 1995 .
- 58 مفتى إبراهيم حماد : التدريب الرياضى للجنسين من الطفولة الى المراهقة ، دار الفكر العربى ، القاهرة ، 1996 .

- 59 منى أحمد الأزهرى : دراسة تحليله تقويمية لمناهج التربية الرياضية بالمرحلة الابتدائية ومدى مقابقتها لخصائص النمو بالمرحلة ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الزقازيق ، 1996 .
- 60 نبيل محمد احمد فوزى : تأثير برنامج مقترح لبض العناصر البدنية على المستوى المهارى وبعض القياسات الوظيفية والجسمية للاعبى سلاح الشيش ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة ، جامعة حلوان ، 1996 .
- 61 هبة روى ابن المعاطى : التنبؤ بمستوى الأداء المهارى فى ضوء بعض المتغيرات الجسمية والبدنية لدى طالبات تخصص المبارزة بكلية التربية الرياضية بطنطا ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة طنطا ، 2000 .

ثانيا : المراجع الأجنبية : -

- ⁶² **De Beaumont ,C. L .** Teach Yourself Fencing , The English Univirsty Press Ltd ., ST. PAULS House , Warwish Lane , London , 1998 .
- ⁶³ **Dimitrov :** The Keeping of Optimum fighting deistance TemiorsKa missol, Sofia , 1997 .
- ⁶⁴ **Fredrec semoi** : Fencing the worlds oldest modern sport . the national broadcasting company , colrado , U.S.A.1996 .
- ⁶⁵ **Patell Semoi** : The improveement of motor skills in fencing ,SDS,rivsita, di , culturiva , Roman . mar 1989 .
- ⁶⁶ **Sander L ,Lefevers victor** : Relationships Between Components of Speed , Accuracy , and Fencing SUCCESS,The Annual Meeting of the Amercin Alliance for Health , Physical Education , and Recreation , 1999.
- ⁶⁷ **Reilly J.t** : “ Physiological Profiles of fencer male and female taekwondo (itf) black belts – London ,1992 .
- ⁶⁸ **Williams – Darell** : Visual – Skills Traning The Eyes Bardford , Vincevt ,1989 .