

المراجع

أولاً: المراجع العربية

ثانياً: المراجع الأجنبية

ثالثاً: الشبكة الدولية للمعلومات (الانترنت)

أولاً: المراجع العربية:

١. إبراهيم نبيل عبد العزيز : الأسس الفنية، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، ٢٠٠١م.
٢. _____ : أساسيات التدريب المبارزة، القاهرة ، ٢٠٠٥م.
٣. أبو العلا عبد الفتاح : التدريب الرياضى والأسس الفسيولوجية، دار الفكر العربى، القاهرة ، ١٩٩٧م.
٤. أحمد رشيد : نظرية الإدارة العامة ، دار المعارف ، القاهرة ، ١٩٩٩م.
٥. أسامة صلاح : " تحديد أكثر المناطق استهدافا للمسات فى المبارزة " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الزقازيق ١٩٩٣م.
٦. أسامة عبد الرحمن :المبادئ الأساسية فى المبارزة ، حـ ١، دار الطباعة الحرة ، الإسكندرية ، ٢٠٠٣م.
٧. _____ : المبادئ الأساسية فى المبارزة الشيش ، دار الطباعة الحرة ، الإسكندرية ، ٢٠٠٦م.
٨. _____ : تأثير تعديل الجهاز الكهربى على حراك الأداء الخططى الهجومى لسلاح الشيش ، المجلس العلمى العدد الثامن ، كلية التربية الرياضية ، جامعة حلوان ، ٢٠٠٦م.
٩. أشرف مسعد إبراهيم : " القيمة التنبؤية لاختيارات الاستعداد البدنى والنفسى لاختيار لاعبى المبارزة " ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا ، ١٩٩٢م.
١٠. السيد سامى صلاح : " استراتيجيه التوقيت الهجومى وتأثيرها على مستوى الانجاز لدى لاعبى المبارزة " ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة طنطا ، ٢٠٠٠م.

١١. السيد عبد المقصود : نظريات التدريب الرياضى - تدريب وفسولوجيا القوة، مركز النشر ، القاهرة ، ١٩٩٧م.
١٢. بسطوي سى أحمد : أسس ونظريات التدريب الرياضى ، دار الفكر ، القاهرة ، ١٩٩٩م.
١٣. تامر إبراهيم نبيل : " اللمسات المستهدفة فى سلاح الشيش وعلاقتها بنتائج المباريات " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة حلوان ، ٢٠٠٣م.
١٤. ج.ب.فريزى : الإستراتيجية الناجحة لتخطيط المنشأة ، الشئون الرياضية ، ١٩٩٥م.
١٥. جيهان كمال : "فاعلية بعض المهارات الهجومية والدفاعية المؤثرة على نتائج المباريات لاعبي الفريق القومى لسلاح الشيش" ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة طنطا ، ١٩٩٦م.
١٦. حسين أحمد حجاج ورمزى الطنبولى : المباراة علم وفن ، الفتح للطباعة والنشر ، الإسكندرية ، بدون.
١٧. : المباراة بسلاح الشيش ، الفتح للطباعة والنشر ، الإسكندرية ، بدون.
١٨. حسام محمد عبد الهادى : " توقيت تسجيل اللمسات وعلاقتها بنتائج المباريات كمستهدف لتخطيط استراتيجيه المباريات فى المباراة " ، رسالة ماجستير .
١٩. سامح محمد مجدى : "إحراز اللمسات فى أجزاء الجسم المستهدفة وعلاقتها بنتائج المباريات للاعبى سلاح سيف المباراة" ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة حلوان ، ٢٠٠٢م.
٢٠. رشاد فرج مسعود : "تأثير برنامج تدريبي مقترح للإعداد للهجوم على نتائج المباريات للاعبى سلاح الشيش" ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنوفية ، ٢٠٠٣م.

٢١. طلحة حسام الدين : مقدمة فى الإدارة الرياضية ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، ١٩٩٣م.
٢٢. عباس عبد الفتاح الرملى : المباراة - سلاح الشيش ، دار الفكر العربى ، القاهرة ، ١٩٩٣م.
٢٣. عمر حنفى السكرى : دليل المباراة ، دار المعرفة ، مؤسسة مختار للنشر ، ١٩٩٣.
٢٤. عويس الجبلى : التدريب الرياضى النظرية التطبيقية ، دار C.M.S القاهرة ، ٢٠٠٠م.
٢٥. على السلى : الإدارة العامة ، مكتبة غريب ، القاهرة ، د.ت.
٢٦. فتنات محمد جبريل وآخرون : المباراة بين النظرية والتطبيق ، ملتقى الفكر ، الإسكندرية ، ٢٠٠٠م.
٢٧. قـدرى مرسى : "دراسة لبعض المتغيرات الهجومية فى كرة اليد وأثرها على نتائج المباريات" ، بحث منشور ، مجلة دراسات وبحوث ، جامعة حلوان ، العدد الثالث ، ١٩٨٤م.
٢٨. ماجدة محمود عادل : "إستراتيجية المباراة للاعبى المباراة علاقتها بنتائج المباريات" ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة حلوان ، ٢٠٠٠م.
٢٩. محمد إبراهيم بلال : "إستراتيجية الأداء الهجومى للاعب كرة القدم وعلاقتها ببعض المتغيرات المختارة" ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة حلوان ، ١٩٩٥م.
٣٠. محمد عباس صفوت : "تصميم منظومة للأداء الخطى وتأثيرها على فاعلية الأداء للاعبى الفريق القومى لسلاح السيف" ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنوفية ، ٢٠٠٣م.
٣١. مسعد على محمود وآخرون : المدخل فى علم التدريب الرياضى ، مطبعة دماص ، المنصورة ، ٢٠٠٤م.

٣٢. مفتاحى إبراهيم : التدريب الرياضى الحديث ، دار الفكر ، القاهرة، ١٩٩٨م.

٣٣. نبيل محمد أحمد فوزى : "أثر برنامج تدريبي مقترح لبعض العناصر البدنية على المستوى المهارى وبعض القياسات الوظيفية والجسمية للاعبى سلاح الشيش" ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية للبنين ، جامعة حلوان ، ١٩٩٦.

٣٤. : تأثير استخدام جهاز الكترونى على تنمية دقة وسرعة إحراز اللمسات فى سلاح سيف المبارزة، بحث منشورة ، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية ، كلية التربية الرياضية ، جامعة حلوان ، العدد ٣٩ ، ٢٠٠١.

٣٥. : دراسة تحليلية لإستراتيجية المباراة فى رياضة المبارزة للأسلحة الثلاثة (فردى - فرق) ، بحث منشورة ، مجلة العلوم البدنية والرياضية ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنوفية ، العدد الأول ، ٢٠٠٢م.

ثانيا: المراجع الأجنبية:

36. Academy of arms of fencing : "**Learn to Fence**", printed lee 7.
37. Aldo Nadi : "**On Fencing**" publishers printed in the U.S.A, 1994.
38. A.T.S. Smimonds : "**Fencing to wine**" the sports man's London 1994.
39. Albin piren : "**Stage D'Escrime**" F.E.E, protocol (Egypt-France), Cairo – Egypt, 1999.
40. Alexy senchenof : "**Stage D'Escrime**" F.E.E, Egypt – Cairo, 2000.

41. Bognar, S. : "**Stage D'Esgrime**" International coaching course, Hungarian University of physical Education, Budapest, Hungary, 1999.
42. Botissova, M. and Genovski : "**The Tenique of women Fencers**" Ph.D. prentice Hall Imc, Englewood chiff, 1988.
43. Borock, Un : "**What is fencing**" 2007.
44. Bower, M. : "**Fencing foil**", 6th, printed in the U.S.A, Brown publishers. 1998.
45. Charles A. Sebrg : "**In the Final Analysis**" printed, 2001.
46. Crosinier, K. : "**Fencing with the Epee**", Faber and Faber – Limited, London, 1961.
47. Curr, L : "**Fencing**" printed in California, U.S.A., 1964.
48. Chivalry Maks : "**The 4 Strategis Position**", IFV (3) Escmfr Edu. Corforation, 1999.
49. Czajkovski, 2 : "**Group Instruction in Epee Fencing**", sport, Warswo, 1990.
50. Dan Wathaen : "**Concepts and applications**" (printed in 2006.
51. David Glasser : "**Beginning Foil Fencing**" Department kinesiology, University of Wisconsin Madison, YUFC, 1997.
52. De Beoumont. G.L. : "**Teach Yourself Fencing**", The English University press L.T, Waruis, London, 1968.

53. Dimitrov, Z. : **"The keeping of optimum fighting Distance tremiorska missal"**, Sofia, Polgaria, 1997.
54. Eric valche : **"Manual De Escrime"**, Fedration Francaise d'ecrime, 1999.
55. F.I.E : **Fedration International De'Escrime**
56. Harold Hayes : **"Strategic Balance in chess and Fencing"**, printed in 2007.
57. Harmenberg. J **"Comparison of different tests of fencing performance"**, International Journal of Sports, 2002.
58. Istvan Lukovich : **"Fencing"** Alfoldi printing House, Budapest, Hungary, 1999.
59. John proctor : **"Self Defense of something more"**, printed in 2006.
60. Jone Lou Mance : **"Stage D'Escrime"**, F.E.E protocol (Egypt-Franc) Alex-Egypt, 1997.
61. Lasker. G. : **"Strategy in Fencing"** , 1991.
62. Li. W. : **"On Ouichness, Ferocity Accuracy change of Epee Fencing"** , Journal F.I.E. 1996.
63. Maryhelen Vannier : **"Physical Activities for college women"**, London, 1973.
64. Maxwell R. Garret : **"Foil, Saber, and Epee Fencing"**, America 1995.

65. Mcinerney Marjorie : **"Advanced Fencing"**, Physical Education, Miami, U.S.A, 1991.
66. Mishel Pirean : **"Stage D' Escrime"** F.E.E. Protocol (Egypt-France, Cairo, Egypt), 1995.
67. Nick Evancelista : **"Yhe art and Science of Fencing"**, U.S.A, 1996.
68. Par Lieutenant : **"Fencing the cobal commons"** printed 2001.
69. Pogosov, G. Dawson, J. : **"The art of Fencing"**, Griffen media group, Spartanburg, 1996.
70. Raoul Glery : **"L'Escrime"**, Presses Universitaires De France, 1973.
71. Szepesi, Z : **"Stage D'Escrime"** International coaching course, Hungarian University of physical Education, Budapest, Hungary, 1999.
72. Theodore Katzoff : **"Teching Fencing"** , printed, 2001.
73. Toran, G. C : **"Strategy and Taktics in Fencing"** SDS, Tivista, Dicultura, Sportiva, Roma, Italy, 1995.
74. Visciola, M. : **"Information Strategy in Fencin"** SDS Tivista, Dicultura, Sportiva, Roma, 1995.
75. Warick, W. : **"Foil Fencing We Saundere"**, printed in London, 1971.
76. Zbigniew C. Zajkowvski : **"The value of timing in tactics"**, bad fax comments, Fel, 2006.
77. Zidaro H. : **"Stage D'Escrin"**, F.E.E Protocol, Egypt – France, 2003.

ثالثاً: مواقع الشبكة الدولية للمعلومات (الانترنت).

78. www.britishfencing.com
79. www.bade-fencing.com
80. www.fencing.ca
81. www.usfca.com
82. www.fencing.on.ca
83. www.baf-fencing.com
84. www.johnstark.com/es5.html
85. www.walmart.com/catalog/product
86. <http://saf.pair.com/chess.htm>
87. www.defintionofstrategy.com
88. www.strategydevelopment.com
89. www.engineeringstrategydevelopment.com
90. www.raincityfencingcenter.com
91. [www.strategyreport\(c\)2000-02.com](http://www.strategyreport(c)2000-02.com)
92. www.needsanalysis&strategydefinition.com
93. fencingmaster.com.uk
94. www.fencing.mb.ca
95. www.fencingacademy.org
96. www.fecing.net
97. www.usfencing.org

الترقيات

مرفق (١)

استمارة تحليل المباريات الخاصة بمتغيرات

(الإيقاع – التوقيت – المسافة)

مرفق (٢)

بيان بأسماء السادة الخبراء

مرفق (٢)

بيان بأسماء السادة الخبراء فى مجال المبارزة

م	الاسم	الوظيفة
١	أ.د/ إبراهيم نبيل عبد لعزیز	أستاذ المبارزة - كلية التربية الرياضية - جامعة حلوان
٢	أ.د/ أشرف مسعد إبراهيم	أستاذ المبارزة - كلية التربية الرياضية - جامعة المنيا
٣	أ.م. د/ نبيل محمد أحمد فوزى	أستاذ مساعد المبارزة - كلية التربية الرياضية - جامعة حلوان
٤	د/ محمد المتوكل على الله	مدرس بكلية التربية الرياضية جامعة حلوان - عضو لجنة الحكام بالاتحاد الدولى للمبارزة

مرفق (٣)

برنامج المسابقات المحلية لمواسم

٢٠٠٦/٢٠٠٥ ، ٢٠٠٧/٢٠٠٦ للاتحاد المصري للسلاح

مرق (٣)

الاتحاد المصري للسلام

لجنة المسابقات جدول المسابقات المحلية (النصف الثاني) لبطولات الجمهورية للموسم ٢٠٠٦/٢٠٠٥

م	اليوم	التاريخ	السلاح	المرحلة	البطولة	التوقيت	المصاح	ملاحظات
١	الخميس	٢٠٠٦/٣/٩	شيش	عمومي - سيدات	جمهورية - فردي	٥٥	السلاح المصري	
٢			شيش	عمومي - رجال	جمهورية - فردي	١ ص	السلاح المصري	
	الجمعة	٢٠٠٦/٣/١٠	شيش	عمومي - رجال	جمهورية - فرق	٣ م	السلاح المصري	
			شيش	عمومي - سيدات	جمهورية - فرق	٢ م	السلاح المصري	
بطولة الجائزة الكبرى سلاح الشيش رجال وكاس العالم شيش سيدات								
٣	الخميس	٢٠٠٦/٣/٢٣	سيف	٢٠ سنة - آسان	جمهورية - فردي	٥٥	السلاح المصري	
			سيف	٢٠ سنة - آسان	جمهورية - فرق	(بعد الفردي)	السلاح المصري	
٤	الجمعة	٢٠٠٦/٣/٢٤	سيف	٢٠ سنة - رجال	جمهورية - فردي	١٠ ص	السلاح المصري	
			سيف	٢٠ سنة - رجال	جمهورية - فرق	٣ م	السلاح المصري	
٥	الخميس	٢٠٠٦/٣/٣٠	سيف مبارزة	٢٠ سنة - آسان	جمهورية - فردي	٥٥	السلاح المصري	
٦	الجمعة	٢٠٠٦/٣/٣١	سيف مبارزة	٢٠ سنة - آسان	استكمال الفردي	١٠ ص	السلاح المصري	
			سيف	١٥ سنة - رجال	جمهورية - فردي	٥٥	السلاح المصري	
			سيف	١٥ سنة - آسان	جمهورية - فردي	٧ م	السلاح المصري	
٧	الخميس	٢٠٠٦/٤/٦	سيف	١٥ سنة - رجال	جمهورية - فردي	١ ص	السلاح المصري	
			سيف	١٥ سنة - آسان	جمهورية - فردي	١ م	السلاح المصري	
٨	الجمعة	٢٠٠٦/٤/٧	سيف	١٥ سنة - رجال	جمهورية - فردي	٥٥	السلاح المصري	
			سيف مبارزة	١٥ سنة - آسان	جمهورية - فردي	٥٥	السلاح المصري	
٩	الخميس	٢٠٠٦/٤/١٣	سيف مبارزة	١٥ سنة - رجال	جمهورية - فردي	٥٥	السلاح المصري	
١٠	الجمعة	٢٠٠٦/٤/١٤	سيف مبارزة	١٥ سنة - رجال	جمهورية - فردي	١٠ ص	السلاح المصري	

رئيس لجنة المسابقات

أمن مبر



الاتحاد العمومي للسلام
لجنة المسابقات

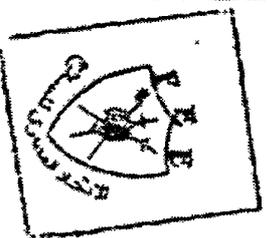
ملاحظات	المصالة	التوقيت	المطولة	المرحلة	الاسلح	اليوم التاريخ	م
	الاسلح العمري	م ٥	جمهورية - فردي	عمومي - سيدات	سيف مبارزة	الاثنين ٢٠٠٦/٤/٢٠	١١
	الاسلح العمري	١ ص	استكمال الفردي	عمومي - سيدات	سيف مبارزة	الجمعة ٢٠٠٦/٤/٢١	١٢
	الاسلح العمري	م ٢	جمهورية - فرق	عمومي - سيدات	سيف مبارزة		
	الاسلح العمري	م ٥	جنفهورية - فردي	١٧ سنة - رجال	سيف مبارزة	الاثنين ٢٠٠٦/٤/٢٧	١٣
	الاسلح العمري	١ ص	جمهورية - فردي	٢٠ سنة - آسات	شيش		
	الاسلح العمري	م ٢	جمهورية - فرق	٢٠ سنة - آسات	شيش	الجمعة ٢٠٠٦/٤/٢٨	
	الاسلح العمري	م ٢	جمهورية - فرق	١٧ سنة - رجال	سيف مبارزة		
	الاسلح العمري	م ٥	جمهورية - فردي	١٧ سنة - آسات	سيف مبارزة	الاثنين ٢٠٠٦/٥/٤	١٥
	الاسلح العمري	١٠ ص	جمهورية - فردي	١٧ سنة - آسات	سيف		
	الاسلح العمري	م ١	جمهورية - فرق	١٧ سنة - آسات	سيف مبارزة	الجمعة ٢٠٠٦/٥/٥	١٦
	الاسلح العمري	م ٢	جمهورية - فرق	١٧ سنة - آسات	سيف		
	الاسلح العمري	م ٥	جمهورية - فردي	عمومي - سيدات	سيف	الاثنين ٢٠٠٦/٥/١١	١٧
	الاسلح العمري	م ١	جمهورية - فرق	١٧ سنة - رجال	سيف		
	الاسلح العمري	١٠ ص	جمهورية - فردي	عمومي - رجال	سيف		
	الاسلح العمري	م ٢	جمهورية - فرق	عمومي - رجال	سيف	الجمعة ٢٠٠٦/٥/١٢	١٨
	الاسلح العمري	م ٥	جمهورية - فردي	عمومي - رجال	سيف مبارزة	الاثنين ٢٠٠٦/٥/١٨	١٩
	الاسلح العمري	١ ص	استكمال - الفردي	عمومي - رجال	سيف مبارزة		
	الاسلح العمري	م ٤	جمهورية - فرق	عمومي - رجال	سيف مبارزة	الجمعة ٢٠٠٦/٥/١٩	٢٠

رئيس لجنة المسابقات
٢٠٠٦
امين صير



برنامج المسابقات المحلية للموسم ٢٠٠٧/٢٠٠٦ (الفترة الثانية)

الوقت	التوقيت	المنافسة	المرحلة	البطولة	التاريخ	اليوم
٥ مساءً	فردى	سيف مبارزة انسات	سنة ٢٠	كاس مصر	٢٠٠٦-١٦ نوفمبر	الجمعة
١٠ صباحاً	فردى	سيف مبارزة انسات	سنة ٢٠	استكمال كاس مصر	٢٠٠٦-١٧ نوفمبر	الجمعة
٤ مساءً	فردى	سيف انسات	سنة ٢٠	كاس مصر		
٥ مساءً	فردى	سيف مبارزة بينين	سنة ٢٠	كاس مصر (عبد القادر عبد الظاهر)	٢٠٠٦-١٢ نوفمبر	الجمعة
١٠ صباحاً	فردى	سيف مبارزة بينين	سنة ٢٠	استكمال كاس مصر	٢٠٠٦-١٤ نوفمبر	الجمعة
٤ مساءً	فردى	سيف بينين	سنة ٢٠	كاس مصر (عاطف زيد)	٢٠٠٦-٢٠ نوفمبر	الجمعة
٥ مساءً	فردى	سيف مبارزة رجال	عمومي	كاس مصر (محمد محيي الدين)	٢٠٠٦-١ نوفمبر	الجمعة
١٠ صباحاً	فردى	سيف مبارزة رجال	عمومي	استكمال كاس مصر	٢٠٠٦-١ ديسمبر	الجمعة
٢ ظهراً	فردى	شيش بينين	سنة ٢٠	كاس مصر		
٥ مساءً	فردى	شيش رجال	عمومي	الجمهورية	٢٠٠٦-٧ ديسمبر	الجمعة
١٠ صباحاً	فردى	سيف مبارزة سيدات	عمومي	الجمهورية		
٥ مساءً	فردى	سيف مبارزة سيدات	عمومي	الجمهورية	٢٠٠٦-٨ ديسمبر	الجمعة
١٠ صباحاً	فردى	سيف سيدات	عمومي	الجمهورية		
٤ مساءً	فردى	سيف سيدات	عمومي	الجمهورية		
٥ مساءً	فردى	شيش رجال	عمومي	الجمهورية		
٥ مساءً	فردى	سيف مبارزة رجال	عمومي	الجمهورية	٢٠٠٦-١٤ ديسمبر	الجمعة
١٠ صباحاً	فردى	سيف رجال	عمومي	الجمهورية		
٤ مساءً	فردى	سيف مبارزة رجال	عمومي	الجمهورية	٢٠٠٦-١٥ ديسمبر	الجمعة
٥ مساءً	فردى	سيف رجال	عمومي	الجمهورية		
٥ مساءً	فردى	شيش سيدات	عمومي	الجمهورية	٢٠٠٦-٢١ ديسمبر	الجمعة
٥ مساءً	فردى	شيش سيدات	عمومي	الجمهورية	٢٠٠٦-٢٢ ديسمبر	الجمعة



٨٠٠٠٠

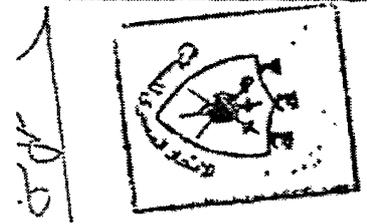
المركز الاولمبي بالمصري	مساء 9	فردى	شوش رجال	عمومي	كاس مصر (الرياضي المصري)	٢٠٠٦-١٨ ديسمبر	الخميس
المركز الاولمبي بالمصري	١٠ صباحا	فردى	شوش رجال	عمومي	استكمال كاس مصر	٢٠٠٦-٢٩ ديسمبر	الجمعة
المركز الاولمبي بالمصري	٤ مساء	فردى	شوش النساء	٢٠ سنة	كاس مصر (جيميل الكابوتوني)	٢٠٠٦-١٨ يناير	الجمعة

لوائح المباريات من ١٧٢٢ - ٢١ يناير لغرة الاستعداد للمسابقات للمنتخب الوطني على ان تستضاف المباريات المنفصله للمنتخب .

المركز الاولمبي بالمصري	مساء 9	فردى	سيف طابات	١٧ سنة	الجمهورية	٢٠٠٧-١ فبراير	الخميس
المركز الاولمبي بالمصري	١٠ صباحا	فردى	سيف مبارزة طابات	١٧ سنة	الجمهورية	٢٠٠٧-١ فبراير	الخميس
نادي الجزيرة الرياضي	١٠ صباحا	فردى	شوش طابات	١٧ سنة	الجمهورية	٢٠٠٧-٢ فبراير	الجمعة
المركز الاولمبي بالمصري	٤ مساء	فرق	سيف طابات	١٧ سنة	الجمهورية	٢٠٠٧-٣ فبراير	الجمعة
نادي الجزيرة الرياضي	٥ مساء	فرق	سيف مبارزة طابات	١٧ سنة	الجمهورية	٢٠٠٧-٣ فبراير	الجمعة
المركز الاولمبي بالمصري	٥ مساء	فردى	سيف مبارزة بينين	٢٠ سنة	الجمهورية	٢٠٠٧-٤ فبراير	الجمعة
المركز الاولمبي بالمصري	٥ مساء	فردى و فرق	سيف مبارزة بينين	٢٠ سنة	استكمال الجمهورية	٢٠٠٧-٥ فبراير	الجمعة
المركز الاولمبي بالمصري	٥ مساء	فردى	شوش آسامت	٢٠ سنة	الجمهورية	٢٠٠٧-٦ فبراير	الجمعة
المركز الاولمبي بالمصري	٥ مساء	فردى	شوش بينين	٢٠ سنة	الجمهورية	٢٠٠٧-٦ فبراير	الجمعة
المركز الاولمبي بالمصري	٤ مساء	فردى	سيف شباب	١٧ سنة	الجمهورية	٢٠٠٧-٨ فبراير	الجمعة
المركز الاولمبي بالمصري	١٠ صباحا	فرق	سيف شباب	١٧ سنة	الجمهورية	٢٠٠٧-٩ فبراير	الجمعة
المركز الاولمبي بالمصري	٥ مساء	فرق	شوش بينين	٢٠ سنة	الجمهورية	٢٠٠٧-٩ فبراير	الجمعة

* بطولة كاس العالم للشباب - القاهرة ٢٠٠٧/٢/١٧ شوش ٢٠٠٧/٢/١٨ سيف مبارزة ٢٠٠٧/٢/١٨

المركز الاولمبي بالمصري	مساء 9	فردى	سيف بينين	٢٠ سنة	الجمهورية	٢٠٠٧-١ مارس	الخميس
المركز الاولمبي بالمصري	١٠ صباحا	فردى	سيف مبارزة آسامت	٢٠ سنة	الجمهورية	٢٠٠٧-١ مارس	الخميس
المركز الاولمبي بالمصري	٥ مساء	فرق	سيف مبارزة آسامت	٢٠ سنة	الجمهورية	٢٠٠٧-٢ مارس	الجمعة
المركز الاولمبي بالمصري	١٠ صباحا	فرق	سيف بينين	٢٠ سنة	الجمهورية	٢٠٠٧-٢ مارس	الجمعة
المركز الاولمبي بالمصري	٥ صباحا	فردى	سيف مبارزة شباب	١٧ سنة	الجمهورية	٢٠٠٧-٢ مارس	الجمعة
المركز الاولمبي بالمصري	٤ مساء	فردى	سيف آسامت	٢٠ سنة	الجمهورية	٢٠٠٧-٢ مارس	الجمعة
المركز الاولمبي بالمصري	١٠ صباحا	فرق	سيف مبارزة شباب	١٧ سنة	الجمهورية	٢٠٠٧-٢ مارس	الجمعة
المركز الاولمبي بالمصري	٤ مساء	فرق	سيف آسامت	٢٠ سنة	الجمهورية	٢٠٠٧-٢٣ مارس	الجمعة



Handwritten signature and date: ٢٠٠٧/٢/١٨

Handwritten text: ٢٠٠٧/٢/١٨

مرفق (٤)

برنامج المسابقات الدولية

لموسم ٢٠٠٦/٢٠٠٧م للاتحاد الدولي



List of competitions

مراقب (4)

Print Close

Competition	Place	Country	Start/End (dd.mm.yy)	Weapon	M/W	Cat.	Type	Event	Statute
Tournoi satellite épée masculine	Aarhus	DEN	09.09.06 / 10.09.06	E	M	S	SA	Ind.	Initial
Kupiten tournament	Turku	FIN	14.10.06 / 14.10.06	E	M	S	SA	Ind.	Initial
Championnats Panaméricains	Valencia	VEN	27.10.06 / 27.10.06	E	M	S	CHZ	Ind.	Modified
Tournoi satellite épée masculine	Copenhague	DEN	28.10.06 / 29.10.06	E	M	S	SA	Ind.	Initial
Championnats Panaméricains	Valencia	VEN	29.10.06 / 29.10.06	E	M	S	CHZ	Team	Modified
Bâse Jeux Sudaméricains	Buenos Aires	ARG	10.11.06 / 15.11.06	E	M	S	QF	Team	Initial
8ème Jeux Sudaméricains	Buenos Aires	ARG	10.11.06 / 15.11.06	E	M	S	QF	Ind.	Initial
Tournoi satellite épée masculine	Doha	NOR	11.11.06 / 12.11.06	E	M	S	SA	Ind.	Initial
51 Trophy of Belgrade	Belgrade	SRB	25.11.06 / 25.11.06	E	M	S	SA	Ind.	Modified
Jeux Asiatiques	Doha	QAT	01.12.06 / 15.12.06	E	M	S	QF	Team	Initial
Jeux Asiatiques	Doha	QAT	01.12.06 / 15.12.06	E	M	S	QF	Ind.	Initial
Coupe du Monde	Kish Island	IRI	12.01.07 / 13.01.07	E	M	S	A	Ind.	Modified
Grand Prix du Qatar 2007	Doha	QAT	19.01.07 / 20.01.07	E	M	S	GP	Ind.	Initial
Coupe du Monde équipes	Doha	QAT	21.01.07 / 21.01.07	E	M	S	EQ	Team	Initial
CM Cheikh Fahed Al-Ahmed Al-Soubhi	Koweït City	KUW	26.01.07 / 27.01.07	E	M	S	GP	Ind.	Initial
Coupe du Monde par équipes	Koweït City	KUW	28.01.07 / 28.01.07	E	M	S	EQ	Team	Initial
Trophée Carroccio	Legnano	ITA	02.02.07 / 03.02.07	E	M	S	A	Ind.	Initial
SAF Pokalen	Stockholm	SWE	10.02.07 / 11.02.07	E	M	S	SA	Ind.	Initial
Coupe du Monde Cidade de Lisboa	Lisbonne	POR	10.02.07 / 11.02.07	E	M	S	A	Ind.	Initial
Glaive de Tallin	Tallin	EST	17.02.07 / 18.02.07	E	M	S	A	Ind.	Initial
Grand Prix de Berne	Berne	SUI	03.03.07 / 04.03.07	E	M	S	A	Ind.	Initial
Challenge Bernadotte Stockholm GP	Stockholm	SWE	09.03.07 / 10.03.07	E	M	S	GP	Ind.	Initial
Scottish International	Edinburgh	GBR	10.03.07 / 11.03.07	E	M	S	SA	Ind.	Initial
Coupe du Monde équipes	Stockholm	SWE	11.03.07 / 11.03.07	E	M	S	EQ	Team	Initial
Heidenheimer Pokal	Heidenheim	GER	23.03.07 / 24.03.07	E	M	S	A	Ind.	Initial
Challenge Mondial	Paris	FRA	11.05.07 / 12.05.07	E	M	S	GP	Ind.	Initial
Coupe du Monde par équipes	Paris	FRA	13.05.07 / 13.05.07	E	M	S	EQ	Team	Initial
Challenge Australias	Sydney	AUS	26.05.07 / 27.05.07	E	M	S	A	Ind.	Initial
Epée internationale	Montréal	CAN	01.06.07 / 02.06.07	E	M	S	GP	Ind.	Modified

Coupe de Montie par équipes	Montréal	CAN	03.06.07 / 03.06.07	E	M	S	EQ	Team	Modified
Copa Mundial de Puerto Rico	Caguas	PUR	06.06.07 / 09.06.07	E	M	S	A	Ind.	Initial
Coupa du Montie	Bogota	COL	15.06.07 / 16.06.07	E	M	S	A	Ind.	Modified
Jockey Club Argentino	Riomas Ares	ARG	23.06.07 / 24.06.07	E	M	S	A	Ind.	Initial
Championnats d'Europe	Gand	BEL	02.07.07 / 07.07.07	E	M	S	CHZ	Ind.	Initial
Championnats d'Europe	Gand	BEL	02.07.07 / 07.07.07	E	M	S	CHZ	Team	Initial
Jeu d'écarts	Alger	ALG	13.07.07 / 13.07.07	E	M	S	CHZ	Ind.	Modified
Jeu Panaméricains	Rio de Janeiro	BRB	14.07.07 / 21.07.07	E	M	S	OF	Team	Initial
Jeu Panaméricains	Rio de Janeiro	BRB	14.07.07 / 21.07.07	E	M	S	OF	Team	Initial
Jeu d'écarts	Alger	ALG	16.07.07 / 16.07.07	E	M	S	CHZ	Team	Modified
Championnats asiatiques seniors	Mankin	CHN	20.09.07 / 25.09.07	E	M	S	CHZ	Ind.	Initial
Championnats asiatiques seniors	Mankin	CHN	20.09.07 / 25.09.07	E	M	S	CHZ	Team	Initial
Championnats Panaméricains	Montreal	CAN	27.08.07 / 31.08.07	E	M	S	CHZ	Team	Modified
Championnats Panaméricains	Montreal	CAN	27.08.07 / 31.08.07	E	M	S	CHZ	Ind.	Modified
Jeux de l'été	Kstanbul	TUR	22.09.07 / 23.09.07	E	M	S	SA	Ind.	Initial
Championnats du Monde	St-Petersbourg	RUS	28.09.07 / 05.10.07	E	M	S	CHM	Ind.	Initial
Championnats du Monde	St-Petersbourg	RUS	28.09.07 / 05.10.07	E	M	S	CHM	Team	Initial

مرفق (٥)

التوزيع الزمني للوحدات التدريبية للبرنامج التدريبي المقترح

مرفق (٥)

التوزيع الزمني للوحدات التدريبية للبرنامج التدريبي المقترح

Day\data	Int %	Vol/min	W.U	F.W	W	L	A.EX	T.M	Poul	O.C	REST	Week
12/2/07 sat	75	173	20	20	-	30	28	60	-	-	15	1
3/2/06 sun	70	125	20	25	-	25		40	-	-	15	
4/12/06 mon	85	170	20	20	-	30	25	60	-	-	15	
5/12/06 tue	80	160	20	25	-	25	25	45	-	-	20	Int 80%
6/12/06 wed	70	200	25	15	10	25	20	55	-	Sw/m30	20	Vol 70%
7/12/06 thu	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	Vol/min
8/12/2006fri	100	180	-	بولة تدريبية				-	180	-	-	1008
9/12/06 sat	75	130	20	25	-	25	-	45	-	-	15	2
10/12/06 sun	80	146	20	26	-	25	15	40	-	-	20	
11/12/06 mon	85	150	20	10	10	30	-	50	-	SUNA10	20	
12/12/06 tue	90	180	20	25	-	30	20	60	-	-	25	int 85%
13/12/06 wed	80	150	20	20	10	25	-	55	-	-	20	vol 65%
14/12/06 thu												vol/min
15/12/06 fri	100	180	-	بولة تدريبية				-	180	-	-	936
16/12/06 sat	70	173	20	20	-	30	28	60	-	-	15	3
17/12/06 sun	80	125	20	25	-	25	-	40	-	-	15	
18/12/06 mon	70	170	20	20	-	30	25	60	-	-	15	
19/12/06 tue	85	160	20	25	-	25	25	45	-	-	20	int 80%
20/12/06 wed	75	200	25	15	10	25	20	55	-	SW/M 30	20	vol 70%
21/12/06 thu	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	vol/min
22/12/06 fri	100	180	-	بولة تدريبية				-	180	-	-	1008
23/12/06 sat	70	173	20	20	-	30	28	60	-	-	15	4
24/12/06 sun	80	125	20	25	-	25	-	40	-	-	15	
25/12/06 mon	70	170	20	20	-	30	25	60	-	-	15	
26/12/06 tue	85	160	20	25	-	25	25	45	-	-	20	int 80%
27/12/06 wed	75	128	20	15	10	20	13	35	-	-	15	vol 65%
28/12/06 thu												vol/min
29/12/06 fri	100	180	-	بولة تدريبية				-	180	-	-	936

Day\data	Int %	Vol/min	W.U	F.W	W	L	A.FX	T.M	Poul	O.C	REST	Week
30/12/06 sat	75	125	20	15	-	25	-	50	-	-	15	5
31/12/06 sun	80	144	20	20	-	29	-	55	-	-	20	
1/1/07 mon	85	129	20	15	-	20	-	44	-	SUNA10	15	
2/1/07 tue	90	157	20	25	10	37		45	-	-	20	int 85%
3/1/07 wed	80	129	20	15	-	29	-	50	-	-	15	vol 60%
4/1/07 thu												vol/min
5/1/07 fri	100	180	-	بولة تدريبية				-	180	-	-	864
6/1/07 sat	70	173	20	20	-	30	28	60	-	-	15	6
7/1/07 sun	80	125	20	25	-	25	-	40	-	-	15	
8/1/07 mon	70	170	20	20	-	30	25	60	-	-	15	
9/1/07 tue	85	160	20	25	-	25	25	45	-	-	20	int 80%
10/1/07 wed	75	128	20	15	10	20	13	35	-	-	15	vol 65%
11/1/07 thu												vol/min
12/1/07 fri	100	180	-	بولة تدريبية				-	180	-	-	936
13/1/07 sat	80	140	20	15	-	25	20	45	-	-	15	7
14/1/07 sun	85	150	20	-	-	20	-	-	فرق ٩٠	-	20	
15/1/07 mon	90	146	20	-	-	25	-	-	فردى ٧١	SUNA 10	20	
16/1/07 tue	80	140	20	15	-	25	20	45	-	-	15	int 85%
17/1/07 wed	75	120	20	15	-	25	-	45	-	-	15	vol 65%
18/1/07 thu	-	-	السفر إلى قطر								-	vol/min
19/1/07 fri	100	240	بطولة الجائزة الكبرى فردي قطر									936
20/1/07 sat	100	180	بطولة الجائزة الكبرى فردي قطر									8
21/1/07 sun	100	120	بطولة الجائزة الكبرى فرق قطر									
22/1/07 mon	السفر إلى الكويت											
23/1/07 tue	85	162	20	25	-	20	-	77	-	-	20	int 90%
24/1/07 wed	65	162	20	25	-	20	-	82	-	-	15	vol 60%
25/1/07 thu												vol/min
26/1/07 fri	100	240	بطولة الجائزة الكبرى فردي الكويت									864

Day\data	Int %	Vol/min	W.U	F.W	W	L	A.EX	T.M	Poul	O.C	REST	Week
27/1/07 sat	100	180										9
28/1/07 sun	100	120										
29/1/07 mon	العودة إلى القاهرة											
30/1/07 tue	60	162	20	25	-	25	20	62	-	-	10	int 90%
1/2/07 wed	85	162	20	25	-	20	25	52	-	-	20	vol 60%
2/2/07 thu												vol/min
3/2/07 fri	100	240					بولة تدريبية		240			864
3/2/07 sat	70	150	20	20	10	25	-	55	-	-	20	10
4/2/07 sun	65	146	20	26	-	25	15	40	-	-	20	
5/2/07 mon	75	180	20	25	-	30	25	60	-	-	20	
6/2/07 tue	65	150	20	10	10	30	-	50	-	-	20	Int 75%
7/2/07 wed	75	130	20	25	-	25	-	45	-	SUNA 10	15	Vol 65%
8/2/07 thu	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	Vol/min
9/2/07 fri	100	180	-				بولة تدريبية	-	180	-	-	936
10/2/07 sat	70	125	20	15	-	25	-	50	-	-	15	11
11/2/07 sun	80	144	20	20	-	29	-	55	-	-	20	
12/2/07 mon	70	129	20	15	-	30	-	44	-	SUNA 10	10	
13/2/07 tue	85	157	20	25	10	37	-	45	-	-	20	Int 80%
14/2/07 wed	75	129	20	15	-	29	-	50	-	-	15	Vol 60%
15/2/07 thu												Vol/min
16/2/07 fri	100	-	-				بولة تدريبية	-	180	-	-	864
17/2/07 sat	70	150	20	20	10	25	-	55	-	-	20	12
18/2/07 sun	80	146	20	26	-	25	15	40	-	-	20	
19/2/07 mon	70	180	20	25	-	30	25	60	-	-	20	
20/2/07 tue	85	150	20	10	10	30	-	50	-	SUNA 10	20	Int 80%
21/2/07 wed	75	130	20	25	-	25	-	45	-	-	15	Vol 65%
22/2/07 thu	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	Vol/min
23/2/07 fri	100	180	-				بولة تدريبية	-	180	-	-	936

Day\data	Int %	Vol/min	W.U	F.W	W	L	A.EX	T.M	Poul	O.C	REST	Week
24/2/07 sat	75	130	20	25	-	25	-	45	-	-	15	13
25/2/07 sun	80	146	20	26	-	25	15	40	-	-	20	
26/2/07 mon	85	150	20	10	10	30	-	50	-	SUNA 10	20	
27/2/07 tue	90	180	20	25	-	30	20	60	-	-	25	Int 85%
28/2/07 wed	80	150	20	20	10	25	-	55	-	-	20	Vol 65%
1/3/07 thu												Vol/min
2/3/07 fri	100	180	-	بولة تدريبية				-	180	-	-	936
3/3/07 sat	75	120	20	15	-	20	-	50	-	-	15	14
4/3/07 sun	80	130	20	20	-	25	-	45	-	-	20	
5/3/07 mon	85	120	20	15	-	30	-	40	-	-	15	
6/3/07 tue	90	130	20	15	10	20	-	45	-	-	20	Int 85%
7/3/07 wed	80	124	20	15	-	24	-	50	-	-	15	Vol 60%
8/3/07 thu												Vol/min
9/3/07 fri	100	240		بطولة السويد								864
10/3/07 sat	100	180		بطولة المغارة الكبرى فردي								15
11/3/07 sun	100	120		بطولة المغارة الكبرى فرق								
12/3/07 mon				العودة إلى القاهرة								
13/3/07 tue	60	162	20	25	-	25	20	62	-	-	10	Int 90%
14/3/07 wed	85	162	20	25	-	35	10	52	-	-	20	Vol 60%
15/3/07 thu	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	Vol/min
16/3/07 fri	100	240		بولة تدريبية					240			864
17/3/07 sat	70	130	20	25	-	25	-	45	-	-	15	16
18/3/07 sun	80	146	20	26	-	25	15	40	-	-	20	
19/3/07 mon	70	150	20	10	10	30	-	50	-	SUNA 10	20	
20/3/07 tue	85	180	20	25	-	30	20	60	-	-	25	Int 80%
21/3/07 wed	75	150	20	20	10	25	-	55	-	-	20	Vol 65%
22/3/07 thu												Vol/min
23/3/07 fri	100	180	-	بولة تدريبية				-	180	-	-	936

Day\data	Int %	Vol/min	W.U	F.W	W	L	A.EX	T.M	Poul	O.C	REST	Week	
24/3/07 sat	75	130	20	25	-	25	-	45	-	-	15	17	
25/3/07 sun	80	146	20	26	-	25	15	40	-	-	20		
26/3/07 mon	85	150	20	10	10	30	-	50	-	SUNA 10	20		
27/3/07 tue	90	180	20	25	-	30	20	60	-	-	25	Int 85%	
28/3/07 wed	80	150	20	20	10	25	-	55	-	-	20	Vol 65%	
29/3/07 thu												Vol/min	
30/3/07 fri	100	180	-	بطولة تدريبية					180	-	-		936
31/3/07 sat	85	125	20	15	-	25	-	50	-	-	15	18	
1/4/07 sun	95	129	20	15	-	29	-	40	-	SUNA 10	15		
2/4/07 mon	80	144	20	20	-	29	-	55	-	-	20		
3/4/07 tue	85	129	20	15	-	30	-	49	-	-	15	Int 90%	
4/4/07 wed												Vol 60%	
5/4/07 thu	90	157										Vol/min	
6/4/07 fri	100	180										864	

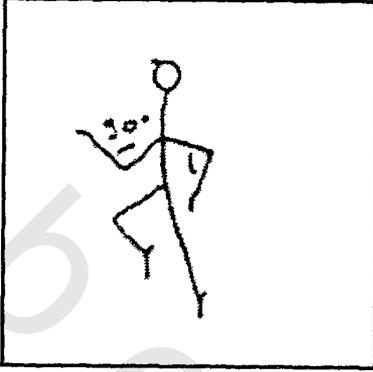
الاحصائيات	
اجمالي عدد الوحدات التدريبية ٧٨ وحدة	%٦١,٩١
اجمالي عدد ايام السفر خارج البلاد ٥ ايام	%٣,٩٦
اجمالي عدد البطولات الدولية اجمالي ٩ ايام	%٧,١٩
اجمالي عدد البطولات المحلية ٢ يوم	%١,٥٨
اجمالي عدد المصنرات التدريبية المغلقة ٢ يوم	%١,٥٨
اجمالي عدد الراحات الاسبوعية ١٦ يوم	%١٥,٦٩
اجمالي عدد الیولات التدريبية المحسوبة ١٤ يوم	%١١,١١
اجمالي ايام ووحدات البرنامج ١٢٦ يوم	%١٠٠

مرفق (٦)

نماذج للجري المتنوع

مرفق (٦)

نماذج للجري المتنوع



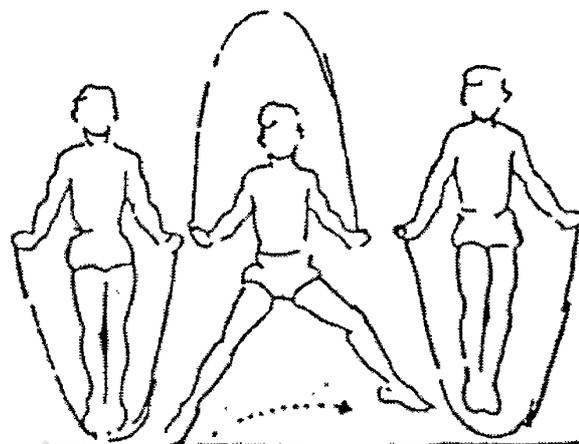
- الجرى الجانبى.
- الجرى بالظهر.
- الجرى مع أداء بعض التمرينات بالذراعين.
- أداء وثبة عند سماع الإشارة أثناء الجرى.
- ثنى الركبتين نصفاً عند سماع الإشارة أثناء الجرى.
- أداء حركة السهم الطائر (خطوة واحدة) من الجرى عند سماع الإشارة.
- الوثب فوق سيف (ثابت أو متحرك) أثناء الجرى.
- المرور أسفل سيف (ثابت أو متحرك) أثناء الجرى.
- الوثب عالياً لمحاولة لمس ذبابة سيف عالياً أثناء الجرى.
- الجرى بين الحواجز (الجرى الزجراجى).
- الجرى فوق حواجز (مقاعد سويدية) بمسافات مختلفة.
- الجرى مع لمس المقعدة بالمشطين.
- الجرى مع رفع الركبتين عالياً.
- الجرى الجانبى مواجه الزميل مع أداء بعض التمرينات أثناء الجرى.
- الجرى بخطوات واسعة.
- الجرى بأقصى سرعة لمسافات قصيرة.
- تتابعات.
- الجرى على السير المحرك مع التغيير فى الإيقاع.
- الجرى على السير المتحرك مع مقاومة ارتفاع الجهاز (التغيير فى ارتفاعات الجهاز)

مرفق (٧)

نماذج لتدريبات الحبل

مرفق (٧)

نماذج لبعض التدريبات باستخدام الحبل (سرعة - توافق - رشاقة)

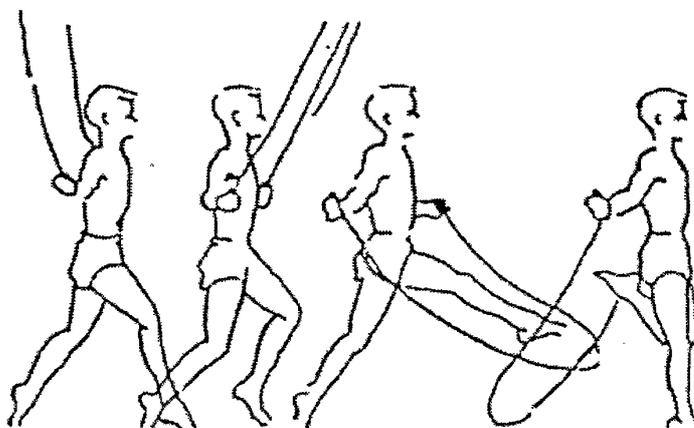


(وقوف) ، الوثب بالحبل مع تنوع حركات الرجلين لفترة زمنية محددة

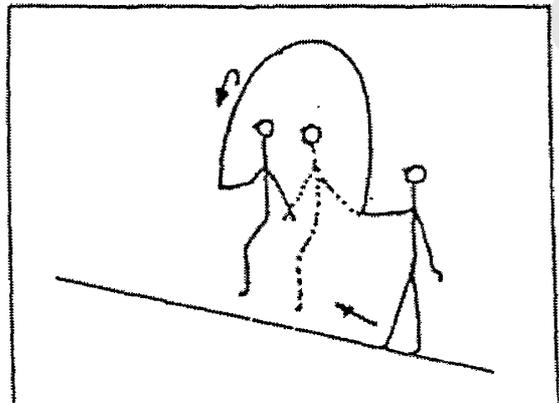
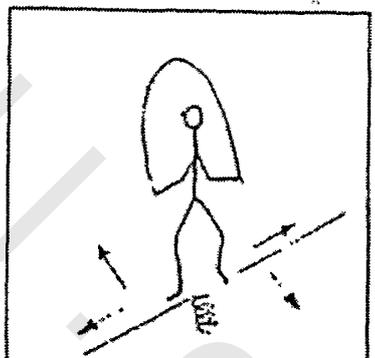
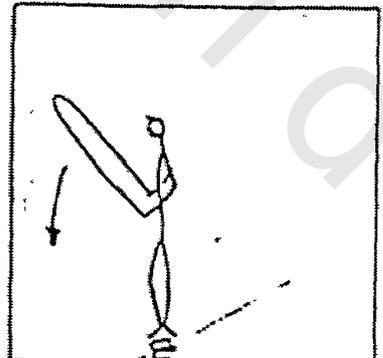
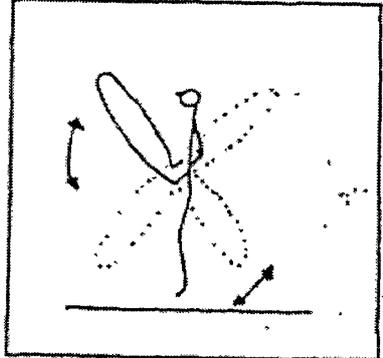
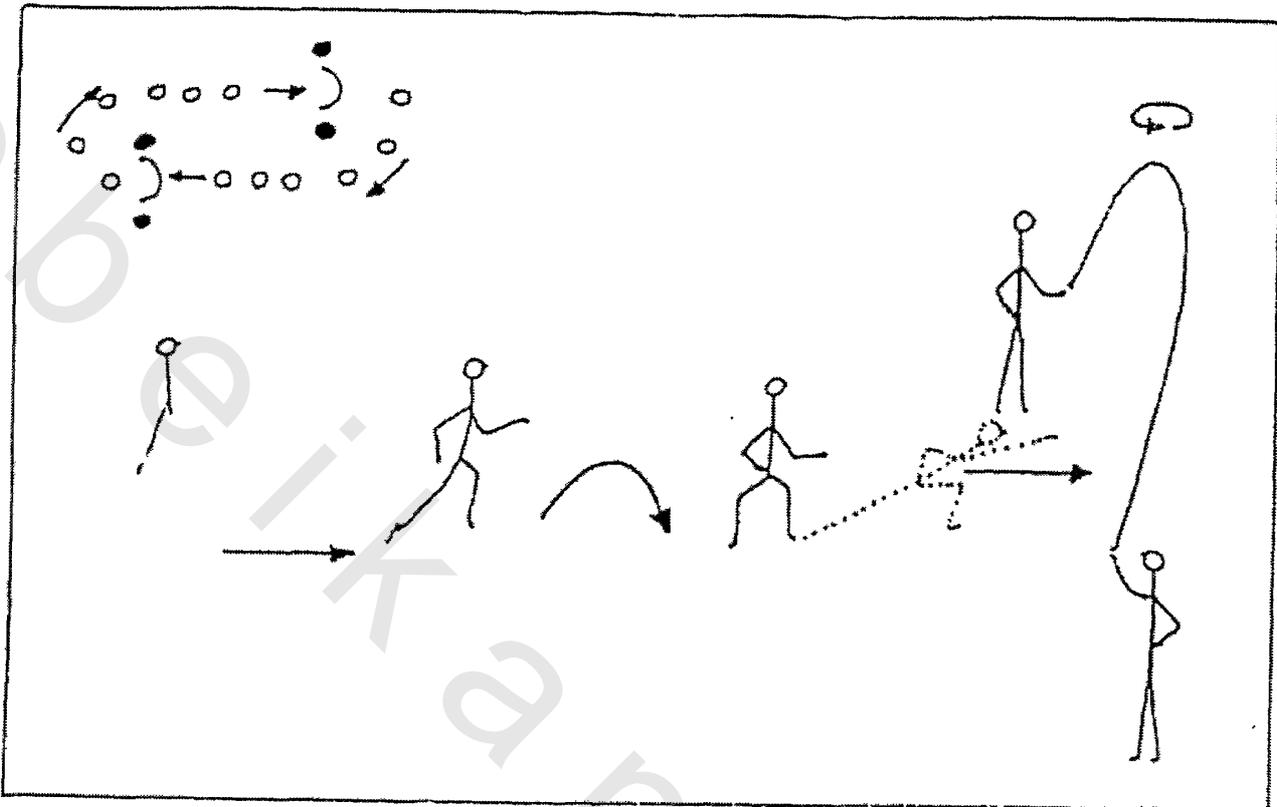


(وقوف) ، الوثب بالحبل في المكان مع تنوع السرعة.

(وقوف) ، الوثب بالحبل مع أداء عدد معين من الوثبات في فترة زمنية محددة.



(وقوف) ، الوثب بالحبل مع التحرك في اتجاهات مختلفة مع اتجاه حركة المدرب والزميل



بعض التدريبات باستخدام حبل موضوع على الأرض:

(وقوف مواجه)، الوثب أماماً وخلفاً لفترة زمنية محددة.

(وقوف مواجه)، الوثب بقدم واحدة ، أماماً وخلفاً لفترة زمنية محددة.

(وقوف جانبا)، الوثب جانبا لفترة زمنية محددة.

(وقوف جانبا)، الوثب جانبا بقدم واحدة لفترة زمنية محددة.

(وقوف مواجه)، الخطو أماما خلف في أربع ثم الوثب أماما خلفا أربع.

(وقوف جانبا)، الوثب جانبا في عدتين ثم الوثب ثم الوثب فتحا ثم الوثب مع تقاطع الساقين.

(وقوف مواجه) الخطو أماما خلفاً في أربع على العقب ثم الخطو أماماً خلفاً في أربع على المشط.

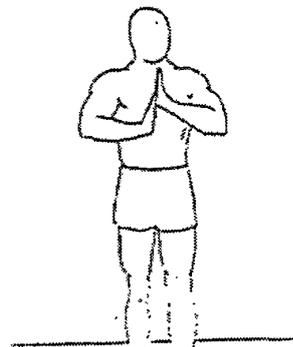
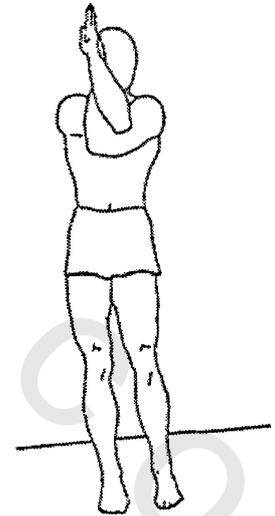
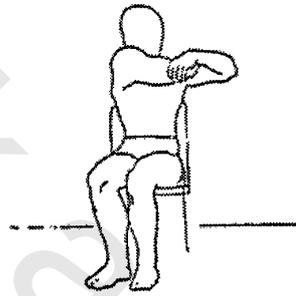
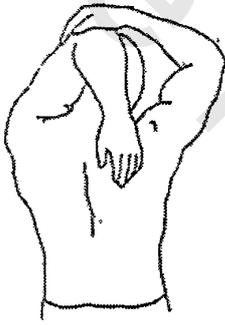
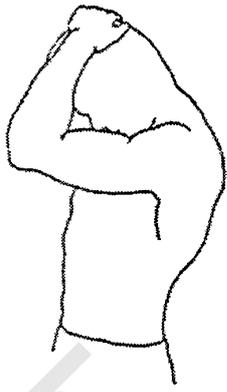
(وقوف مواجه) الخطو أماما خلفاً مع التغير في سرعة الإيقاع.

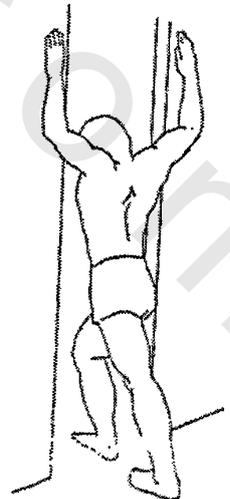
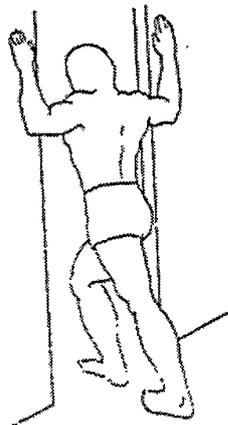
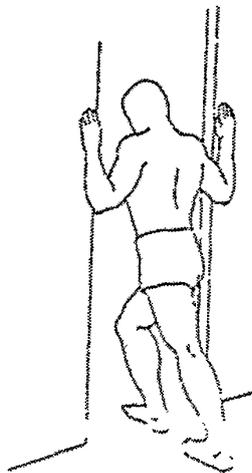
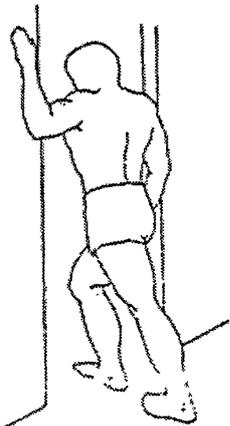
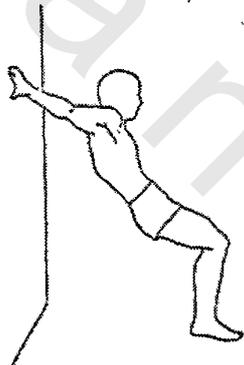
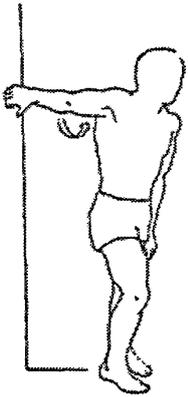
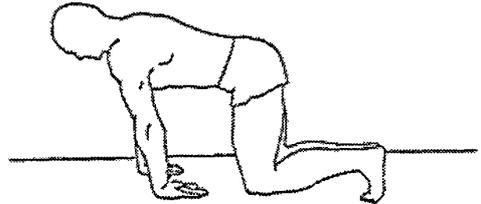
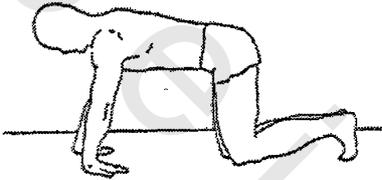
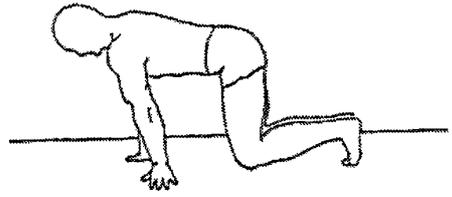
ويمكن أداء جميع التدريبات السابق ذكرها باستخدام الحبل مع التغير في كل فترة الأداء لكل تدريب ، سرعة الأداء خلال التدريب الواحد ، الإيقاع الحركي.

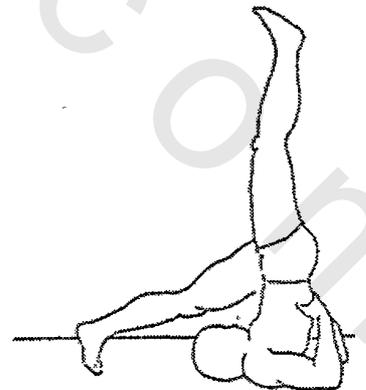
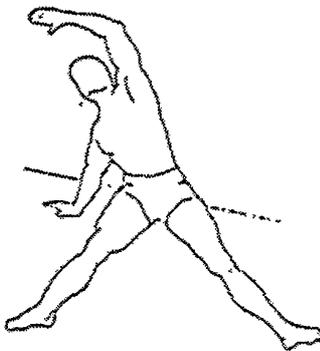
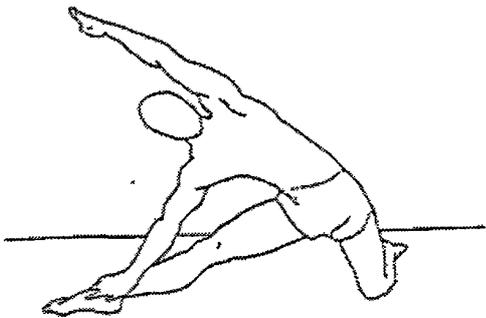
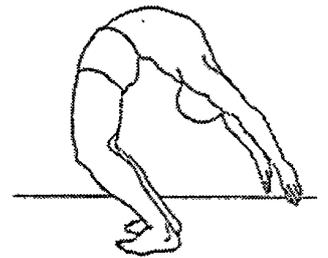
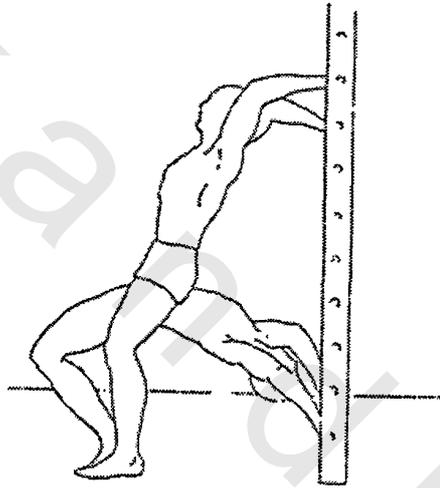
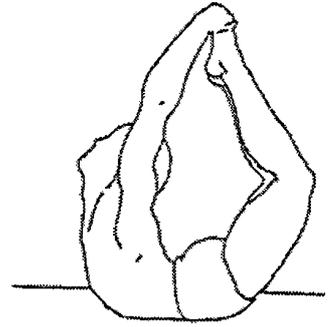
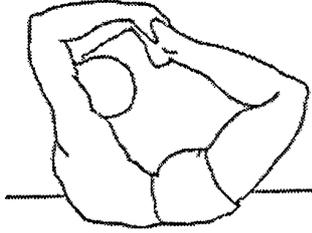
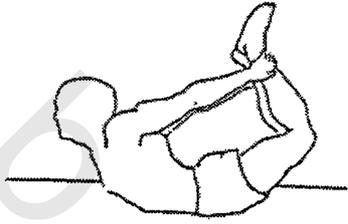
مرفق (٨)

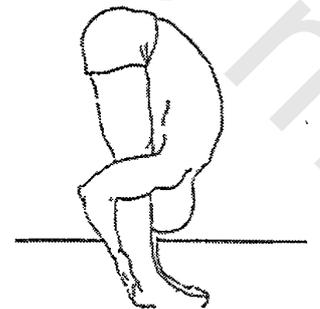
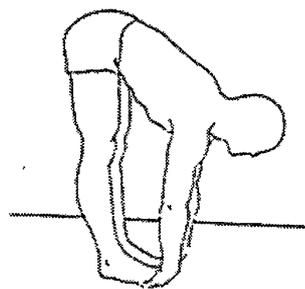
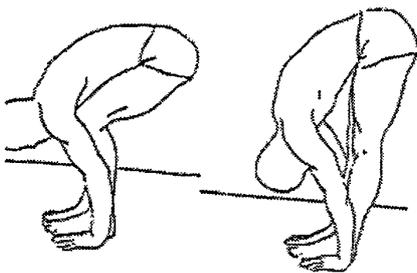
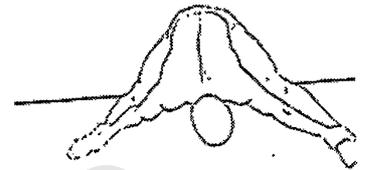
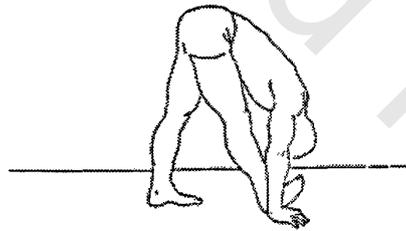
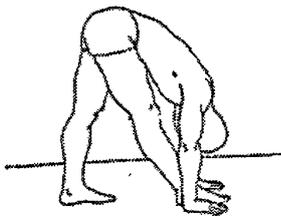
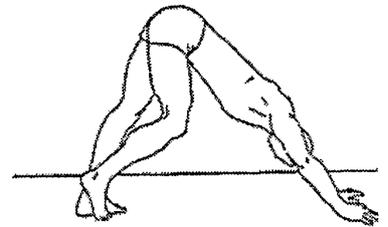
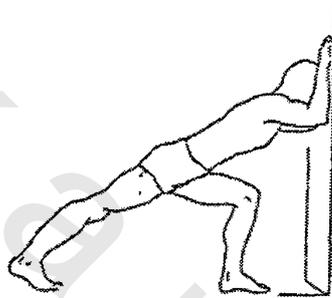
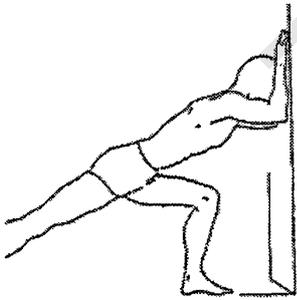
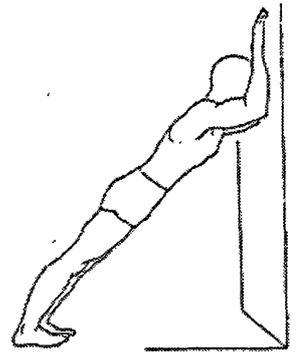
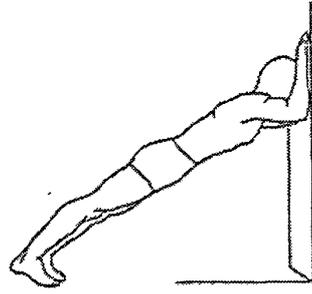
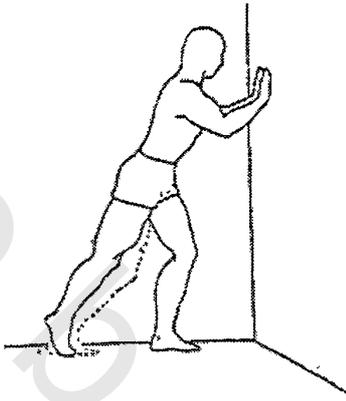
نماذج لتدريبات الإطالة

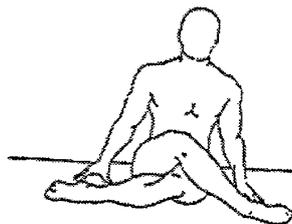
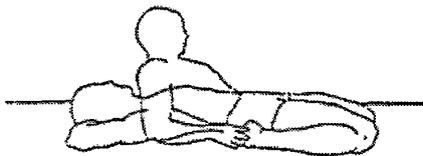
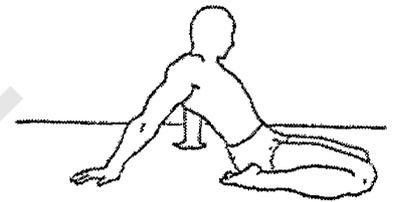
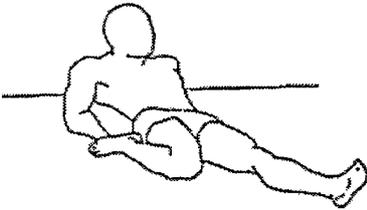
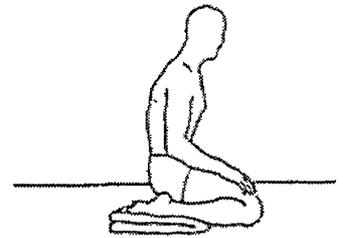
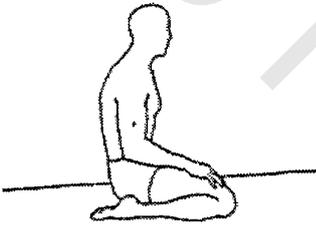
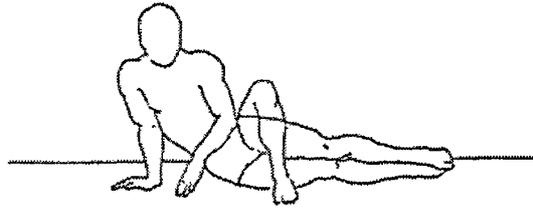
مرقق (۸)

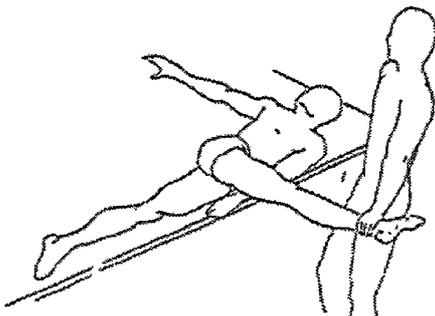
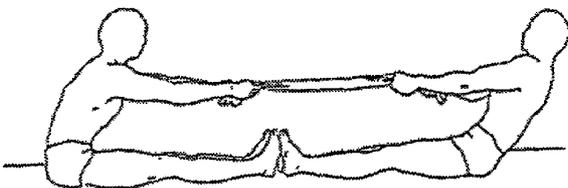
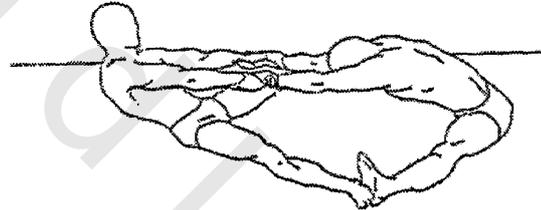
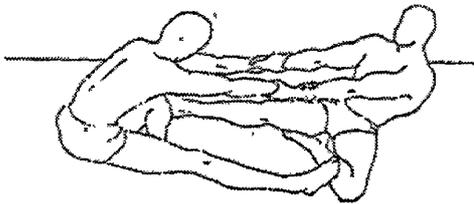
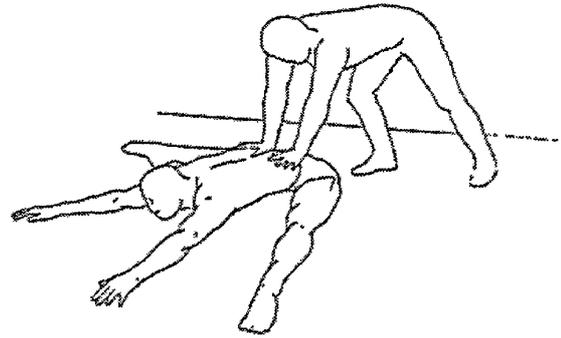
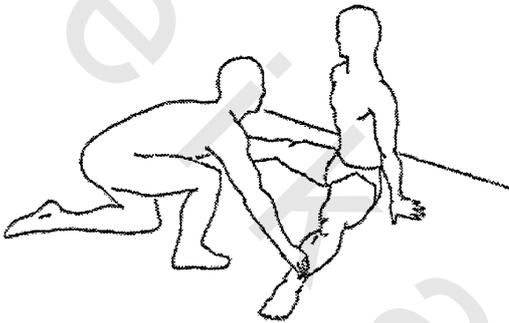
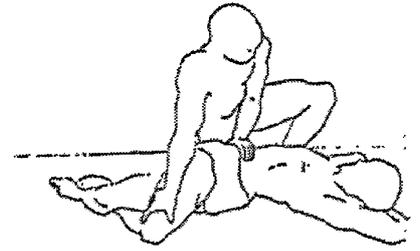
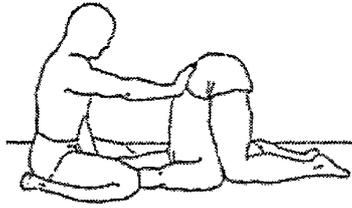
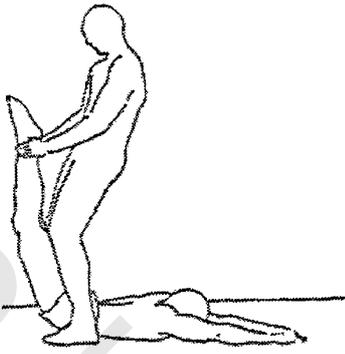


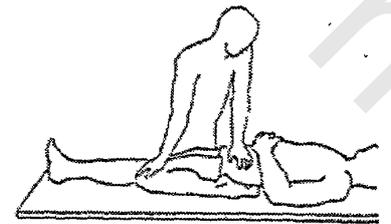
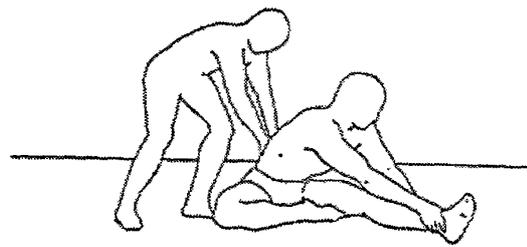
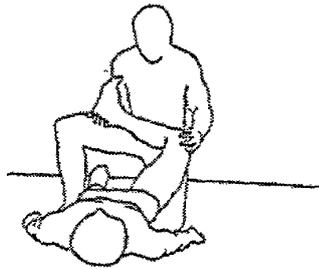
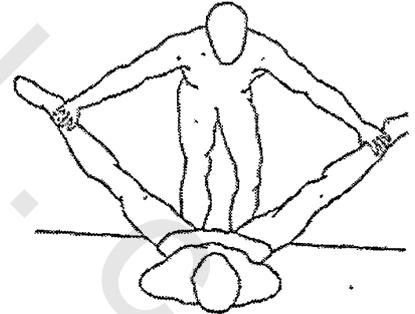
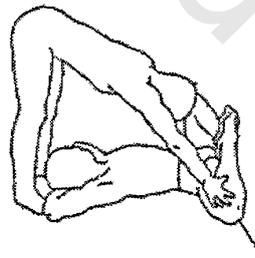
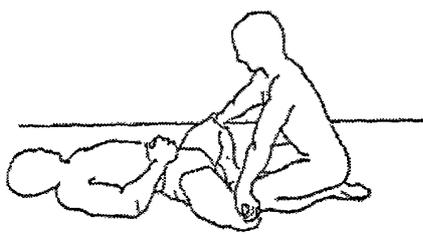
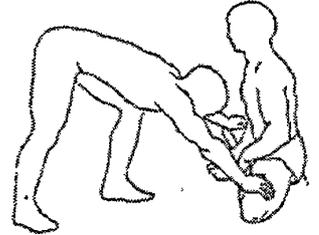
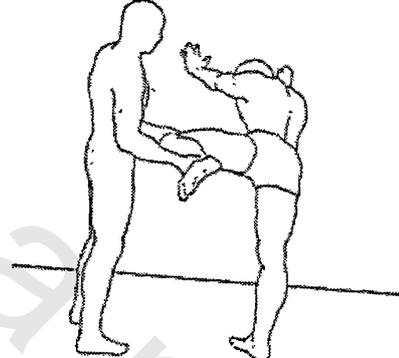
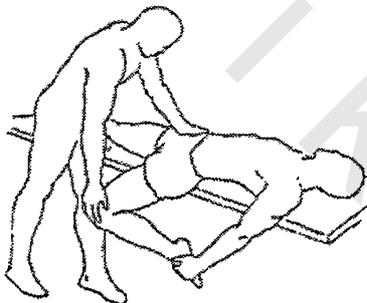
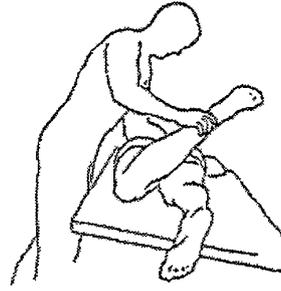
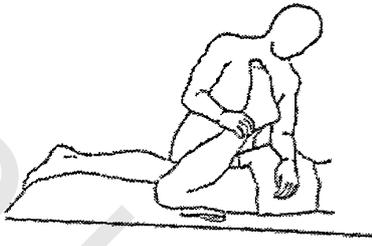


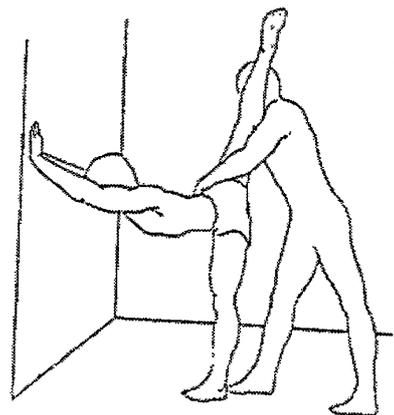
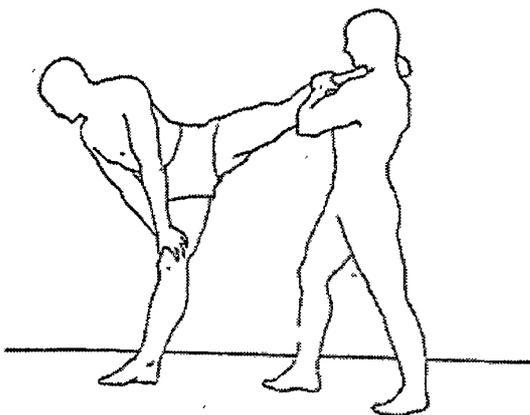
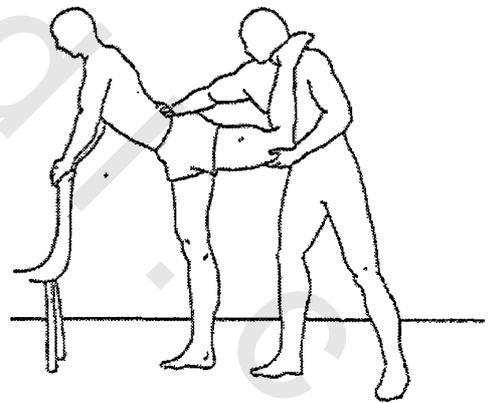
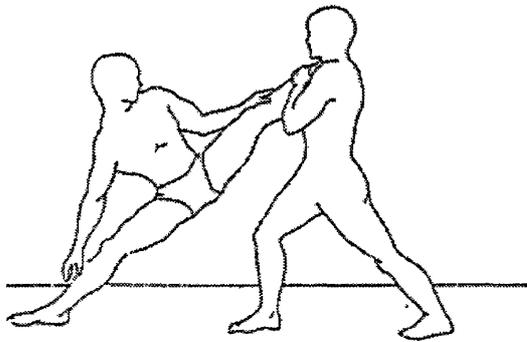
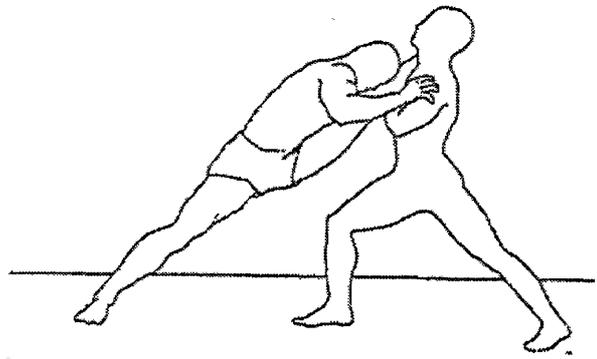
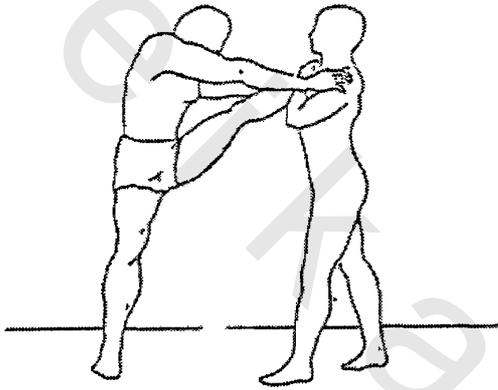
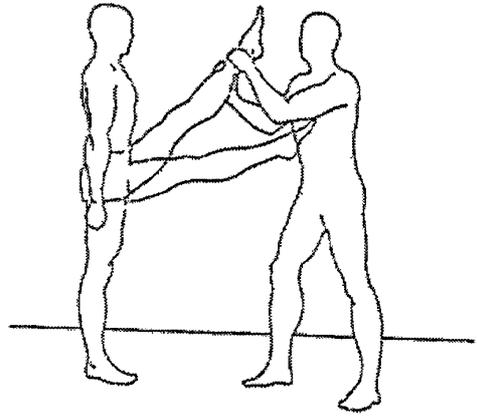
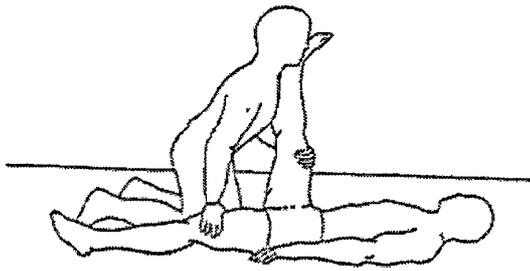


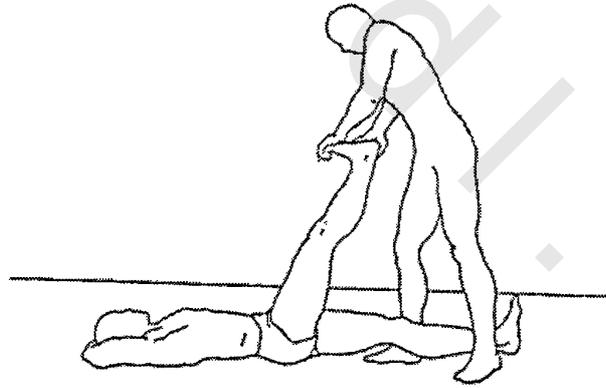
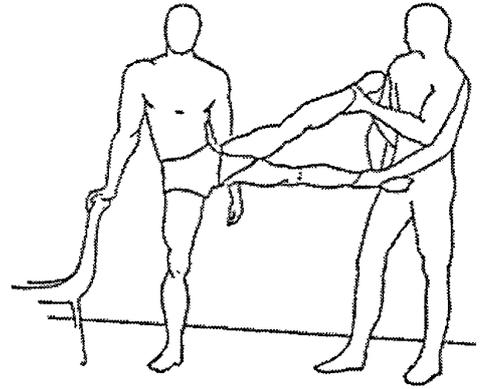
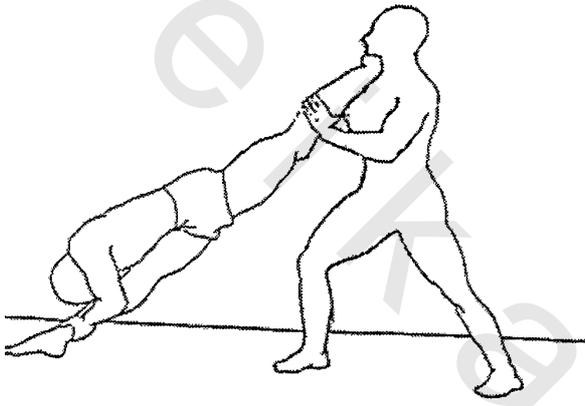












مرفق (٩)

نماذج لتدريبات القدمين

مرفق (٩)

نماذج لتدريبات القدمين

- تحركات مختلفة حرة لفترة زمنية معينة بدون سيف.
- تحركات مختلفة حرة لفترة زمنية معينة باستخدام السيف.
- تحركات أمامية وخلفية فقط عكس أحد اللاعبين (لضبط المسافات).
- تحركات مع طعنات عكس أحد اللاعبين (سرعات).
- تحركات زوجية (لاعب فى وضع التحفز يحركه لاعب فى وضع الوقوف العادى)
- تحركات زوجية (كلا اللاعبين فى وضع التحفز ويحرك أحدهما الآخر).
- تحركات حرة مع تنفيذ أعداد معينة من مهارات معينة فى فترة زمنية معينة.
- تحركات مع إشارة المدرب لأداء مهارة ما أو مجموعة من المهارات.
- أداء عدد معين من ضربات القدمين قبل أداء مهارة ما.
- الثبات فى (وضع الاستعداد-فرد الذراع- الطعن).
- التحرك فى خط مستقيم مع غلق العينين ومحاولة الاستمرار فى خط مستقيم.
- تحركات جماعية تسبقها أو تليها بعض حركات التوافق بإحدى القدمين أو كلاهما.
- أداء مجموعة من الطعنات من وضع ثنى الركبتين كاملاً من وضع التحفز.
- تدريبات القدمين باستخدام السير المتحرك:
- التغيير فى السرعات.
- التغيير فى ارتفاعات الجهاز.

- الطعن ثم العودة ، تقدم مع الطعن ثم العودة ، (٢) تقدم الطعن العودة ، (٣) تقدم الطعن ثم العودة ، الطعن ثم العودة ، الطعن ثم العودة تقهقر ، الطعن العودة ثم (٢ تقهقر)، الطعن (٣) تقهقر .
- تقدم - تقهقر- طعن ثم (العودة) ، تقدم طعن ثم العودة تقهقر ، (٢) تقدم طعن العودة (٢) تقهقر ، تقدم هجمة السهم تقهقر.
- تقهقر طعن (العودة) ، تقدم طعن (العودة) ، (٢) تقهقر طعن العودة (٢) تقدم طعن العودة.
- طعن العودة ، طعن ثم العودة بالرجل الخلفية أداء السهم للعودة.
- تقهقر أداء السهم (العودة) ، ثم (٣) تقهقر أداء السهم (العودة).
- تقدم أداء السهم العودة، أداء السهم مرتين متتاليتين ثم (العودة)، ٢ تقهقر ، ثم (٢) أداء لسهم.
- أداء السهم (العودة) ، (٢) تقهقر ، أداء السهم (العودة) ، (٢) تقهقر ، ثم أداء السهم العودة (٤) تقهقر.
- تقدم صغير ، تقدم واسعة ، تقدم صغيرة ثم الطعن.
- تقدم صغيرة ، تقدم واسعة ، تقدم صغيرة ثم أداء السهم.
- تقهقر واسعة ، تقهقر صغير تقهقر واسعة الطعن .
- تقهقر واسعة تقهقر صغير تقهقر واسعة الطعن أداء السهم .
- تقدم ١/٢ طعن أداء السهم.

مرفق (١٠)

نماذج للدروس الفردية

مرفق (١٠)

نموذج للدروس الفردى

الجملة	المدرّب	لاعب
١	فتح خط التلاحم (من الثبات)	عمل هجمة المستقيم (من الثبات) فى الصدر
٢	نفس التمرين مع (التقهقر)	نفس الهجمة مع عمل (تقدم) فى الصدر
٣	نفس التمرين مع المسافة المتوسطة	نفس الهجمة مع (الطعن) فى الصدر
٤	فتح خط التلاحم (من الثبات)	عمل هجمة المستقيم مع التقدم فى الساعد
٥	فتح خط التلاحم مع التقهقر	هجمة المستقيم مع الطعن فى الساعد
٦	الفرد الغير كامل للذراع فى الوضع السادس للاعب	عمل دفاع دائرى مع الطعن فى الساعد
٧	نفس التمرين مع الضغط على العضل	نفس الأداء مع عمل مغيره ثم الطعن فى الساعد
٨	نفس التمرين مع الضغط على العضل ثم عمل دفاع رابع	نفس الأداء مع عمل هجمة العديدية ال فى الذراع المسلحة
٩	نفس التمرين	نفس الأداء مع الطعن فى الحذاء
١٠	نفس التمرين مع التقهقر	نفس التمرين مع أداء الوثبة السهمية فى الصدر
١١	من مسافة متوسطة أداء فرد غير كامل للذراع مع التقدم	مع الطعن أثناء تقدم المدرّب (التضاد)

مرفق (١١)

نماذج لتدريبات الحائط

مرفق (١١) نماذج لتدريبات الحائط

- ١- التدريب الحر أمام لوحات الطعن (يقوم اللاعب بأداء مجموعة من اللمسات مستخدماً مجموعة من المهارات التي يجيدها لفترة زمنية محددة) (٢ ق) مثلاً.
- ٢- الطعن بعدد ثابت (٢٠ طعنة) مع تغير المسافات والتحركات باستمرار.
- ٣- التدريب على فرد الذراع فقط وإحراز اللمسات لمدة ٢٠ ث.
- ٤- التدريب على فرد الذراع والتقدم وإحراز اللمسات لمدة ٣٠ ث.
- ٥- التدريب على الطعن وإحراز اللمسات لمدة ٣٠ ث.
- ٦- التدريب على الدفاع والرد من الرابع بمساعدة الزميل ، يعلق سيف أمام لوحة الطعن (الأداء بإعداد وجرعات معينة بكل من فرد الذراع ، التقدم ، الطعن).
- ٧- نفس التدريب السابق ولكن من السادس.
- ٨- نفس التدريب السابق من السابع.
- ٩- نفس التدريب السابق من الثامن.

مرفق (١٢)

نماذج للمباريات التدريبية

مرفق (١٢)

نماذج للمباريات التدريبية

- مباراة تقليدية ولكن على أن يبدأ أحد اللاعبين دائما من خط النهاية للملعب وعند إحراز أى لمسة صحيحة سواء له أو عليه يعود لبداية المباراة من نفس الخط بدلا من خط التحفز ، وبالتالي يبدأ الخصم من خط التحفز للاعب المنافس ، ثم التبديل فى مباراة أخرى (مع تطبيق نفس القوانين) ، وذلك للتدريب على التعديل الجديد فى قانون الملعب بإلغاء خطى الإنذار لسلاح الشيش والسيف وسيف المبارزة ، وأصبحت تحتسب اللسة على اللاعب بمجرد خروجه بكلتا القدمين من الخط النهائى سواء على الأرض أو فى الهواء.

- مباراة تقليدية إلا أن نهاية المباراة من (١٠٥ نقطة) ويتم الحساب كالتالى:

- ١- لمسة صحيحة أحرزت من هجوم صحيح ٢٠ نقطة.
- ٢- لمسة صحيحة أحرزت من فداغ ورد صحيح ١٥ نقطة.
- ٣- لمسة صحيحة أحرزت من هجوم مضاد ١٠ نقاط
- ٤- لمسة صحيحة أحرزت من أى مهارة أخرى مثل:
متنوعات الهجوم أو الإعداد وغيره ٥ نقاط.

وبالنسبة لسيف المبارزة تتم المباراة كالتالى:

- ١- لمسة فى رسغ اليد Manchette ٢٠ نقطة
- ٢- لمسة فى الذراع المسلحة أو القدم ١٥ نقطة
- ٣- لمسة فى القناع ١٠ نقاط
- ٤- لمسة فى أى منطقة من الجسم أو الرجلين ٥ نقاط

- مع ملاحظة أن هذا النوع من المباريات يتم فيه احتساب اللاعب الفائز الذى يستطيع أن يحرز (١٠٥ نقطة تماما) ل أكثر ولا أقل قبل الآخر ، ويفيد هذا التدريب على وضع الخطة قبل

المباراة وكذلك مرونة الخطة وتعديلها في أى وقت بناء على أى تغييرات تلاحظ على طريقة أداء المنافس.

- مباراة تقليدية بحيث تبدأ المباراة بفوز أحد اللاعبين على الأخرى ٣/ صفر وتستمر المباراة لمدة دقيقة واحدة فقط ثم التبديل فى الدقيقة الأخرى ، ويتم احتساب الفائز باحتساب فارق اللمسات بين اللاعبين (وهذه تفيد فى القدرة على الأداء المنظم والتخطيط السليم عندما يهزم اللاعب وتوشك المباراة على الانتهاء).

- مباراة تقليدية على أن يقوم أحد اللاعبين بالهجوم ومحاولة إحراز لمسات بالهجوم بينما يقوم المنافس بالدفاع والرد فقط . ولا تحسب أى لمسات لكلا اللاعبين إلا من خلال طريقة الأداء المطلوبة منهم (التدريب المهارى).

- يمكن أداء نفس التدريب السابق ولكن مع وقوف اللاعب المدافع ملاصقا للحائط بينما يقف المهاجم على بعد لا يقل عن مسافة الطعن ويؤدى نفس الأداء بعدد معين (١٠ هجمات ثم التبديل).

- مباراة تقليدية تماما على أن يتم خصم نقطة من أى لاعب يقوم بأداء هجوم مضاد (فى حالة اللاعب الذى يكثر من الهجوم المضاد أثناء المباريات).

- مباراة تقليدية مع تحديد زمن معين ، حيث يقوم المتبارزان بالتبارز لفترة زمنية معينة يتم احتساب النتيجة فى نهاية تلك الفترة ومن أمثلة ذلك : مباراة لمدة (١٠) ق مباراة لمدة (١٥)ق.

- مباراة تقليدية على أن يقف أحد المبارزين عند نهاية الملعب والمنافس يبدأ من خط تحفز المبارز الأول.

مرفق (١٣)

نماذج للمباريات التنافسية

مرفق (١٣)

نماذج للمباريات التنافسية

- إن هذا الجزء من الوحدة التدريبية يشتمل على تنافس - فوز - هزيمة - تعادل وغير ذلك من مظاهر المنافسات ، وفيما يلي ذكر لبعض النماذج للمباريات التنافسية.
- اشترك جميع اللاعبين في مجموعة واحدة (Poule) بدون النظر إلى عدد اللاعبين الكلي ، على أن تكون المباراة من (٥) لمسات.
 - تقسم اللاعبين على مجموعات (Poules) مختلفة حيث يتم التقسيم بعد ذلك بضم الفائزين في مجموعة والمهزومين في مجموعة أخرى.
 - الاشتراك في مجموعة يتبارز فيها كل لاعب مع الآخر (٣) مباريات كل منهما (٥) لمسات ، مع وجود (١ق) راحة بين كل مباراة والأخرى.
 - اشترك اللاعبين في مباريات مع حساب أكبر عدد من المباريات لكل لاعب.
 - إقامة مباريات بنظام الفرق بعد التعديل الجديد للقانون (التتابع).
 - اشترك اللاعبين في دورة كاملة بحيث تستغرق الدورة ٢٥ ق تقريبا على أن يتبارز اللاعبين كل متبارزين معاً لمدة ٤ق متواصل وبدون توقف وبدون حساب لعدد اللمسات ثم توقف المباريات في وقت واحد ويقوم كل لاعب بالتبديل مع اللاعب الذي على يمينه في شكل دائري خلال (٣٠ - ٤٠ق) ثم ٤ ق أخرى تبارز وهكذا.
 - يتوقف استخدام تلك النماذج على كل من عدد اللاعبين خلال الوحدة التدريبية - عدد الأجهزة والملاعب - الوقت المحدد لذلك الجزء من الوحدة التدريبية بالإضافة إلى الهدف الأساسي من تلك الوحدة التدريبية.

ملخص البحث

ملخص البحث باللغة العربية

ملخص البحث باللغة الأجنبية

ملخص البحث

" تأثير برنامج تدريبي لبعض المتغيرات الخطئية على نتائج المباريات للاعبى الفريق القومى لسلاح سيف المبارزة "

إن رياضة المبارزة تعد من الرياضات القديمة جداً التي قد مارسها الإنسان، حيث بدأت ممارستها كوسيلة للدفاع عن النفس والقتال في الحروب والمعارك، ثم تحولت بعد ذلك إلى رياضة يمارسها الإنسان من أجل الفوز حيث وضعت لها قوانين معينة وقواعد تنظيمية خاصة تحكم المنازلة بين المتبارزين، ورياضة المبارزة تعتبر من الأنشطة التي يمارسها الأفراد لتطوير قدراتهم البدنية والعقلية والنفسية والوجدانية، ويعتبر من يمارسها من الرياضيين المميزين بالقدرات العقلية ومستويات الذكاء المرتفعة وخاصة من أصحاب الانجازات، وذلك لما تقدمه هذه الرياضة من الصفات البدنية والعقلية والنفسية.

ويعتمد التطبيق الأمثل للتكتيك، والقدرة على إدارة المباراة تكتيكياً على العديد من العناصر والمتغيرات مثل (اللياقة البدنية العامة، النواحي الفنية والمهارية من حيث إعداد الحركات لتفادي اللمسات وإحراز اللمسات، الحالة النفسية للمبارزة، قدرته على تركيز الانتباه، التحكم في النفس، أداء إحماء جيد وكاف، المسافات المناسبة، حسن اختيار التوقيت المناسب) كل ذلك يعتبر من العوامل الأساسية التي تساعد المبارز على قياده المباراة لصالحه، كذلك تساعده على إدراك فهم واستيعاب التحليل الخططي مما يؤهله لإظهار قدراته الفنية والمهارية للفوز بالمباراة.

إن من أهم عوامل نجاح الهجمة هو حسن اختيار التوقيت الصحيح والمسافة المناسبة مع مراعاة الدقة في الأداء وبسرعة، ويعتمد التكتيك في رياضة المبارزة على اختيار الزمن أو التوقيت (TEMPO) حيث أن المبارز يجب أن يكون لديه القدرة على التوقيت المناسب للهجوم على منافسة، وبطبيعة الحال لا يقصد باختيار التوقيت منفرداً، وإنما يرتبط به عناصر أخرى مثل المسافة (Distance)، كيفية الوصول إلى الخطة المفاجئة من خلال تغيير الإيقاع الحركي (Rhythm) وكل ذلك يجعل التكتيك ظاهرة مركبة ومعقدة.

هدف البحث:

يهدف البحث إلي التعرف علي تأثير برنامج تدريبي للمتغيرات الخططية (المسافة- التوقيت- الإيقاع الحركي) علي نتائج المباريات وذلك من خلال :

تصميم برنامج تدريبي للمتغيرات الخططية قيد البحث للاعبي الفريق القومي لسلاح سيف المبارزة.

التعرف علي تأثير البرنامج التدريبي لكل من (المسافة- التوقيت- الإيقاع) علي نتائج المباريات للاعبين المصريين.

التعرف علي الاختلافات بين المتغيرات الخططية قيد البحث ونتائج المباريات لكل من اللاعبين المصريين والدوليين.

فروض البحث:

▪ هناك علاقة ذات دلالة معنوية لنتائج البرنامج المقترح لكل من المتغيرات الخططية (المسافة- التوقيت- الإيقاع) علي اللاعبين.

▪ هناك علاقة ذات دلالة معنوية بين المتغيرات الخططية قيد البحث ونتائج المباريات لكل من اللاعبين المصريين والدوليين لصالح اللاعبين الدوليين.

منهج البحث:

استخدم في هذا البحث المنهج التجريبي بطريقة القياسات القبليّة والبعدية علي مجموعة واحدة لملائمة هذا المنهج مع طبيعة تلك الدراسة.

عينة البحث:

١- اختيار العينة

أولاً: تم اختيار عينة من المباريات المحلية والدولية للاعبي المنتخب الوطني للسلاح في سلاح سيف المبارزة (رجال) بالطريقة العشوائية، حيث اشتملت هذه العينة علي (٥٢) مباراة تمثل أدوار خروج المغلوب.

ثانياً: تم اختيار عينة من المباريات الدولية للاعبين الأجانب في سلاح سيف المبارزة (رجال) بالطريقة العشوائية، واشتملت هذه العينة علي (٤٨) مباراة تمثل أدوار خروج المغلوب.

ثالثاً: تم اختيار اللاعبين عينة البحث بالطريقة العمدية، حيث اشتملت علي لاعبي الفريق القومي لسلاح سيف المبارزة (رجال) وعددهم (١٢) لاعباً.

التجربة الأساسية للبحث:

١- تنفيذ التجربة :

تم تنفيذ البرنامج التدريبي علي مدار (١٨) أسبوع وذلك في الفترة من ٢٠٠٦/١٢/٢م وحتى ٢٠٠٧/٤/٦م.

٢- البرنامج التدريبي :

يهدف البرنامج إلي تنمية بعض المتغيرات الخططية (الإيقاع- التوقيت- المسافة) للاعبي الفريق القومي لسلاح سيف المبارزة.

الاستنتاجات:

من خلال ما توصلت إليه هذه الدراسة يمكن استنتاج ما يلي :

- أظهر أحدث البرنامج التدريبي المقترح باستخدام بعض المتغيرات الخططية (الإيقاع- التوقيت - المسافة) تغيرات دالة إحصائياً على نتائج مباريات لاعبي الفريق القومي لسلاح سيف المبارزة.
- ظهرت فروق بين القياس القبلي والبعدي للاعبي الفريق القومي في المتغيرات قيد البحث نتيجة تأثير البرنامج التدريبي المقترح
- أظهر البرنامج التدريبي مدى أهمية المتغيرات (الإيقاع - التوقيت - المسافة) بنتائج المباريات.

التوصيات :

في حدود النتائج التي أسفر عنها هذا البحث يوصي الباحث بما يلي :

- توجيه اهتمام المدربين إلى البرامج الخططية في العملية التدريبية للمبارزين وعدم لتركيز على النواحي المهارية فقط.
- توجيه العملية التدريبية لضبط وإتقان المتغيرات الخططية لإستراتيجية المبارزة

- استخدام التدريبات الزوجية وتدريبات الحائط وتحركات القدمين فى نتيجة وتطوير النواحي الخطئية للمبارزين.
- التركيز على المتغيرات (الإيقاع – التوقيت – المسافة) فى البرامج التدريبية الأخرى أثناء عملية التدريبية للمبارزين ولا سيما المبارزين الناشئين مع مراعاة التغيير والتعديل فى شدة الحمل والحجم والكثافة بما يتناسب والمرحلة.
- إجراء مثل هذا النوع من الدراسات على لاعبات سلاح سيف المبارزة سيدات خاصة أن هناك قصور خطئى فى هذا النوع من الأسلحة.
- ان يطبق البرنامج المقترح على جميع لاعبي سيف المبارزة فى جمهورية مصر العربية .
- مراعاة الفروق الفردية بين اللاعبين عند تنفيذ مثل هذه البرامج التدريبية ، حيث يستلزم ذلك وضع مجموعة من البرامج الفردية لبعض اللاعبين بالإضافة إلى البرنامج الأساسي حتى يمكن تلافى أوجه القصور الفردية.

مستخلص البحث

تأثير برنامج تدريبي لبعض المتغيرات الخططية على نتائج المباريات للاعبى الفريق القومى
لسلاح سيف المبارزة

يهدف هذا البحث إلى التعرف على تأثير برنامج تدريبي للمتغيرات الخططية (الإيقاع - التوقيت - المسافة) على نتائج المباريات وذلك من خلال تصميم برنامج تدريبي للمتغيرات الخططية قيد البحث للاعبى الفريق القومى لسلاح سيف المبارزة.

وقد استخدم الباحث المنهج الوصفى فى تحليل المباريات ، ثم تم استخدام المنهج التجريبي على عينة قوامها (١٢ لاعبا) هم لاعبى الفريق القومى لسلاح سيف المبارزة خلال الفترة ٢٠٠٦/١٢/٢ حتى ٢٠٠٧/٤/١٨م.

وقد أسفرت النتائج عن تأثير البرنامج التدريبي فى تطوير استخدام المتغيرات الخططية (الإيقاع - التوقيت - المسافة) والذى انعكس على نتائج المباريات.

ومن أهم توصيات البحث التركيز على المتغيرات (الإيقاع - التوقيت - المسافة) فى البرامج التدريبية الأخرى أثناء العملية التدريبية للاعبين ولاسيما اللاعبين الناشئين فى البرامج التدريبية الأخرى أثناء العملية التدريبية للاعبين ولاسيما اللاعبين الناشئين مع مراعاة التغيير والتعديل فى شدة الحمل والحجم والكثافة بما يتناسب مع المرحلة السنوية.



Mansoura University
Faculty of Physical Education

**Effect of Training program of some variables tactical on
matches results of Epee national team Fencers**

A Thesis Presented

By

SAMEH MOHAMED MAGDY

Assis. Lecturer at Sport Training Department
Faculty of Physical Education - Mansoura University

Supervisors

Prof. Dr. Mosaad Aly Mahmoud

Professor at sport training Department and
Dean of the faculty of physical Education
Mansoura University

Dr. Usama Abd El-Rahman Aly

Assis. Professor at sport training Department
Faculty of Physical Education
Mansoura University

2007



Mansoura University
Faculty of Physical Education

**Effect of Training program of some variables tactical on
matches results of Epee national team Fencers**

A Thesis Presented

By

SAMEH MOHAMED MAGDY

Assis. Lecturer at Sport Training Department
Faculty of Physical Education - Mansoura University

Supervisors

Prof. Dr. Mosaad Aly Mahmoud

Professor at sport training Department and
Dean of the faculty of physical Education
Mansoura University

Dr. Usama Abd El-Rahman Aly

Assis. Professor at sport training Department
Faculty of Physical Education
Mansoura University

2007

Research Summery

Effect of Training program of some variables tactical on matches results, of Epee national tram Fencers

The Fencing Sport is one of the oldest sports known to man. It started at the begging as means of self-defense, and fighting in wars and battles, and then turned out to be a sport people play for the sake of competition, and rules were generated to regulate such competitions. Fencing Sport is among activities people exercise to enhance their physical, mental psychological and emotional capabilities, and those athletes who practice the sport are enjoy high mental abilities and good level of intelligence, and this is clearly noticed in the champions.

The optimal application of the tactics, and the ability to manage the game tactically are affected by many elements and variables such as (general physical fitness, technical and skill aspects, the psychological state of the Fencer, his ability to focus on the game, self-control, good Warning-up and correct distance, good timing). All of these factors are essential to enable the fencer to lead the math for his side.

Among the most important success factors for the attack is the good choice of timing and distance, taking into account the appropriate speed and the required accuracy, Which means that, the fencer should be able to determine the right timing (Tempo), a long with the suitable (Distance) and (Rhythm) not taking each component independently from the others.

Research Objectives:

The research aims at identifying the effect of the Variable Tactical Training Program (Distance - Tempo - Movement Rhythm) on matches' results, and this is dome through:

- Designing the perceived Variable Tactical Training Program for the Egyptian Epee fencing team
- Studying the relationship between the training program regarding (Distance - Tempo - Movement Rhythm) and results of the National Team fencers.
- Studying the differences between the perceived Variables and national and international Fencers' results.

Research Hypothesis

- There is a significant relationship between the perceived training program and Fencers results
- There is a significant relationship between the perceived training program and national and international Fencers results showing supremacy for international fencers.

Methodology

Experimental: By comparing fencers results before applying the program, and their results after applying the program.

Sample

Sample selection:

1. Random selection of national and international matches to member fencers of the national team of Egypt (Men's Epee). 52 matches were chosen from the Direct -Elimination rounds.
2. Random selection of matches from international competitions for international fencers (Men's Epee). 48 matches were chosen from the Direct -Elimination rounds.
3. 12 fencers from the national team Egypt (Men's Epee) were chosen intentionally.

Research main experiment:

1. Experiment application; the Program was applied for the period of 18 weeks between December 2nd 2006 to April 6th 2007
2. Training Program; The Program aims at enhancing the Tactical Variables (Distance - Tempo - Movement Rhythm) for the Egyptian Epee Fencing Team

Conclusion

The research concluded the following:

1. A significant relationship between the perceived training program and Fencers results was statistically proven.
2. A noticeable difference between the two (Prior and After) results for the same fencers was found.
3. The Program showed a good level of importance through the clear improvement in results.

Implications

Based on the research results, the researcher implies the following:

- Directing fencing trainers to pay more attention to Tactical training and not focus only skills training
- Directing the training system to excelling in the Strategic Tactical Fencing.
- Footwork, dual-exercising and wall trainings should be emphasized to attain the desired Tactics.
- Trainer should emphasize on applying the same concept in the rest of the training elements in the training process, starting with young fencers.
- Applying the perceived Program on all Egyptian fencers.
- Taking to consideration the individual differences from one fencer to another , thus the program should have some of its parts tailored to suit all fencers

Abstract

Effect of Training program of some variables tactical on matches results of Epee national team Fencers

This research aims at identifying the effect of the variable Tactical Training program (Distance – Tempo – Movement Rhythm) on matches results, and this is done through designing the perceived variable tactical training program for the Egyptian Epee fencing team.

The research concluded the following: a significant relationship between the perceived training program and fencers results was statistically proven, a noticeable difference between the two (Prior and after) results for the same fencers was found.

The research results try to applying the perceived program on all Egyptian fencers, taking into consideration the individual differences from one fencer to another, thus the program should have some of its parts tailored to suit all fencers.