

الفصل الثاني

القراءات النظرية والدراسات السابقة

أولاً: القراءات النظرية

- مفهوم الإعداد الخططي
- أهمية الإعداد الخططي
- أهداف الإعداد الخططي
- أنواع الخطط:-

- خطط هجومية
- خطط دفاعية
- خطط تسجيل رقم
- خطط التوقيت
- خطط المسافة
- خطط الأداء الفني
- العوامل المؤثرة في نجاح الإعداد الخططي
- معدل التكيف
- دور المدرب
- الأداء الخططي
- مراحل الإعداد الخططي :-

- الاكتساب المعرفي للمعلومات الخططية
- التدريب على الخطط المختلفة
- اكتساب أساليب خططية مناسبة للمسافة ولأماكن اللعب
- اكتساب أساليب خططية مناسبة لإمكانيات وقدرات اللاعب
- اكتساب أساليب خططية تتناسب وإمكانيات منافسيه
- اكتساب الأداء الخططي في المباريات
- أسباب إخفاق اللاعبين للجمل الخططية
- خصائص المرحلة السنوية تحت ١٧ سنة

ثانياً:- الدراسات السابقة والبحوث المشابهة:-

- عرض للدراسات السابقة
- التعليق على الدراسات السابقة

الفصل الثاني

القراءات النظرية والدراسات السابقة

أولاً: القراءات النظرية

- مفهوم الإعداد الخططي

أشار أمر الله احمد البساطي (١٩٩٨) إلى أن الإعداد الخططي هو اكتساب اللاعب الكثير من المعلومات والمعارف الخططية المتعلقة بطبيعة النشاط وزيادة القدرة على التفكير واتخاذ القرار المناسب لتنفيذ المهارات المختلفة بما يتناسب مع الموقف . (٨ : ٢٦)

يؤكد محمد حسن علاوي (٢٠٠٢) على أن الإعداد الخططي يختلف عن الإعداد الحركي في أن المهارات الحركية عند الإعداد لا تتطلب القدر الكبير من التفكير وخاصة بعد إتقان اللاعب للمهارة الحركية و تثبيتها أما الأداء الخططي فهو يتطلب دائماً قدر كبير من التفكير أثناء المنافسات . (٢٥ : ٨٢)

والإعداد الخططي في المباراة بسلاح الشيش يتكون من الخطط والخطط المضادة التي يستخدمها اللاعب لإحداث التكامل بين استخدام عمل النصل وعمل القدمين في مواجهة أسلوب لعب المنافس . (٣٦)

وتقترح الباحثة مفهوم للإعداد الخططي فالمبارزة نشاط إيجابي يتميز بالكفاح والمواجهة وسرعة إيجاد البدائل الخططية للهجمات الغير ناجحة ومعاودة تسجيل النقاط بعد الدفاع عن طريق إيجاد المواقف التي تتناسب مع وضع ومكان المنافس.

- أهمية الإعداد الخططي

يذكر محمد حسن علاوي (٢٠٠٢) أن الإعداد الخططي تختلف أهميته طبقاً للخصائص المميزة لنوع النشاط الذي يمارسه الفرد فهو يحتل أهمية بالغة بالنسبة للأنشطة التي تتميز بالكفاح والتنافس وجهاً لوجه مثل المنافزلات الفردية كالملاكمة ، المصارعة ، المبارزة والألعاب الرياضية الفردية مثل التنس، تنس الطاولة . (٢٥ : ٨٣)

أن رياضة المبارزة من الرياضات الفردية التي تتطلب تحكم اللاعب في إنفعالاته و تنمية الثقة بالنفس والتركيز والقدرة على التكيف مع تحركات المنافس ، مما يتيح له الفرصة على استخدام المناورة و الإعداد الخططي للموقف على حسب سير المباراة لإحراز لمسة (٣٦)

- أهداف الإعداد الخططي

يذكر مفتي إبراهيم حماد (١٩٩٨) أن أهم أهداف الإعداد الخططي هو الوصول لأعلى درجات الانتباه في المنافسة وتحسين مستوى التوقع والملاحظة الجيدة والإدراك بالمسافة وتناقص الزمن وتحليل المواقف المتغيرة بصورة مستمرة وكذلك اتخاذ القرارات في أقل وقت ممكن واسترجاع أكبر مخزون من الحلول المها ريه لتنفيذ خطط اللعب مع استخدام السمات الإرادية مثل المشاورة وضبط النفس والشجاعة والكفاح. (٢٨: ٢١٩-٢٢٩)

كما يذكر مفتي إبراهيم حماد (١٩٩٤) أن هناك أهداف للإعداد الخططي في كل مرحلة من مراحل الخطة التدريبية السنوية ففي فترة الإعداد العام يكون بالتركيز على الجوانب البدنية و المها ريه والإرادية أما الخططي فيظهر بنسبة ضئيلة أما في فترة الإعداد الخاص فيظهر بوضوح على شكل خطط سهلة بسيطة ثم خطط ذات متطلبات مها ريه أعلى تعقيدا ، أما في مرحلة المباريات التجريبية حيث يكون اللاعب قد وصل إلى إتقان المهارات حيث أنها وسيلة لتنفيذ خطط اللعب عن طريق المحاضرات النظرية العلمية حيث أن الإعداد الخططي يحتاج إلى مواقف تشبه ما قد يحدث في المباراة ،إما في مرحلة المنافسات لا بد على اللاعب أن يحافظ على المستوى الذي وصل إليه في الأداء الخططي مع الاهتمام بالأخطاء الظاهرة في المباريات . (٢٧: ٤٧-٤٩)

كما يذكر أحمد سعيد زهران (٢٠٠٤) أن أهداف الإعداد الخططي هو تنفيذ المهارات المختلفة بالسرعة المطلوبة وفي التوقيت السليم والقدرة على حسن اختيار التصرف المناسب وفقا لمواقف وظروف اللعب والتي تتبدل كل لحظة أثناء المباراة ،وكذلك الاستخدام الأمثل للقدرات العقلية والمتمثلة في الملاحظة الموضوعية والانتباه لمواقف اللعب كحسن التوقع أثناء المباراة وكذلك حسن كفاءة الإدراك المكاني المتمثل في مساحة الملعب والمسافات والإدراك الزمني المتمثل في تناقص الزمن وإدراك سرعة منافسه وكذلك إتقان خطط اللعب المختلفة الهجومية والدفاعية والهجومية المضادة وكذلك التفاعل المبدع مع المواقف الخططية وهذا الهدف هو هدف يصل إلى تحقيقه قله من اللاعبين يتميزون بالإبداع والحرفية الشديدة وكذلك رقي مستوى أدائهم الخططي. (٢: ٢٢٠-٢٢٢)

أن لعبة المباراة بسلاح الشيش هي تفاعل مستمر بين متنافسين فهي علاقة بين الوعي والإدراك بكل من الوقت ،المسافة، واستراتيجيات الهجوم ولدفاع والهجوم المضاد لذا وضحت أهمية الإعداد الخططي في إكتشاف أفضل التوقيات الهجومية والدفاعية والتعرف على مواطن الضعف والقوى لدى المنافس . (٣٦)

- أنواع الخطط

قبل الإشارة إلى أنواع الخطط لابد من تعريف مصطلح الخطة Tektik هو مستعار من لغة الحروب ويقصد به فن الخطط الحربية في غضون المعركة أما في مجال الرياضة فيقصد به فن قيادة المباراة الرياضية ووضع استراتيجيات وخطط اللعب المناسبة . (٢ : ٢٢٠)

وترى الباحثة أن الخطط والإعداد لها يكون للإكساب اللاعب فن التحركات والمراوغة وتوظيف المهارات المكتسبة في التوقيت المناسب أثناء المباراة .

حيث يذكر مفتي إبراهيم حماد (١٩٩٨) أن خطط جمع خطة وهى تعنى الاستجابات والتحركات المبنية على اختيار وتفكير في المواقف التنافسية لتنتهي بنتائج إيجابية حيث يكون التفكير والاختيار بين بدائل الاستجابات الحركية المتنوعة المتاحة مع إتقان المهارات الحركية للوصول إلى الآلية لتوفير التركيز واختيار بدائل الاستجابات الحركية المختلفة حسب المنافسة . (٢٨ : ٢١٩ - ٢٢٩)

وفيما يلي سرد للأنواع الخطط :-

- خطط هجومية
- خطط دفاعية
- خطط تسجيل رقم
- خطط التوقيت
- خطط المسافة
- خطط التكنيك

- الخطط الهجومية

يذكر محمد حسن علاوي (١٩٩٤) أن الألعاب الرياضية والمنازلات الرياضية والتي تتميز بالمبادأة والتي تشكل نقطة الانطلاق فيها محاولة الهجوم للتغلب على المنافس مع عدم إغفال النواحي الدفاعية مع تضمن إجبار المنافس على البدء بالهجوم ثم محاولة إيقاف بالدفاع ثم القيام بالهجوم المضاد ويتميز بعامل المفاجأة لضمان عدم إعطاء الفرصة للمنافس للاستعداد والدفاع . (٢٣ : ٢٧٤ - ٢٧٥)

والخطة الهجومية في أبسط تفسير لها هي الحركة التي يمكن بها الحصول على لمسة في حالة عدم اتخاذ أي تحرك دفاعي من المنافس وهذا ما يعرف بالهجوم المباشر أما في حالة الهجوم الغير مباشر أو المركب يكون به تهويشه أو خادع أو أكثر قبل الهجوم الأصلي والهجوم يبدأ عند بدء فرد الذراع وليس عند اكتمال فردها مع مراعاة المسافة وغالبا ما يفسر إعادة ثنى الذراع على أنه كسر للهجوم فالهجوم الناجح يظهر بوضوح قبل تنفيذ المنافس للآخر حركة هجومية . (٣٦)

- الخطط الدفاعية

يذكر أحمد سعيد زهران (٢٠٠٤) أنه عندما يرتفع المستوى الفني لكلا اللاعبين أثناء اللعب نجد أن كلا منهما يعتمد أساسا على مرونة الأسلوب الخططي بمحاولة استخدام مختلف الحركات والمهارات الفنية واللاعب البارع هو الذي لا يستخدم الأسلوب الخططي المتسم بالتهور والاندفاع بالهجوم حيث أن هذا الأسلوب يعرضه دائما للهزيمة أما اللاعب الذي ينتقل من الأوضاع الدفاعية إلى الأوضاع الهجومية المضادة مع الإحساس التام بدقة التوقيت المناسب لاستخدام كلا منهم طبقا لظروف المباراة . (٢: ٢٢٤، ٢٢٥)

والدفاع هو التحرك بالنصل لمنع وصول التحرك الهجومي من قبل المنافس مما يعرف بالتوقيت الدفاعي الجيد (٣٦)

- خطط تسجيل رقم

والمقصود بهذه الخطة هو تسجيل رقم أو كسر رقم لاعب والحصول على أعلى نقاط .

- خطط التوقيت

يشير (سبيجينيف تشيكوفسكى ZBIGNIE CHAIKOWFSKI) أن الغرض الأساسي في المباراة هو السبق والتقدم على المنافس مع غلق خط الهجوم في حالة الدفاع أما في الهجوم فيكون السبق والتقدم في التفكير الخططي والتوقع واكتساب المسافة المناسبة لإحراز لمسة . (٣٧)

كما ذكر كلامن (بول باتستي BOULBATESTI ، ويس بروسست LOUISPROST) عن هذا الأمر أن اختيار التوقيت هو ببساطة القدرة على اختيار افضل لحظة لتنفيذ تحرك ما .

كما ذكر (سلطان أوزاراي شينكى ZALTA OZARAY SCHENKER) انه على اللاعب إغنتام لحظة عدم تمكن المنافس من التحرك سواء الهجومي أو الدفاعي أو عدم التفكير في لحظة ما ، مما يتيح للاعب التركيز والقدرة على وضع خطة تتناسب مع لموقف الحالي . (٣٧)

كما يذكر (ليون بريتراند LEON BERTRAND) المؤلف الإنجليزي المشهور في كتابة (أقطع وأطعن CUT AND THRUST) في وصفة الأقل تفصيلا للتوقيت أنه لابد بناء الهجوم على ثلاثة أشياء هي اختيار التوقيت ، إدراك المسافة ، تقدير السرعة حيث يغتنم اللاعب الكسر المناسب من الثانية للتحرك بأقصى سرعة ممكنة وهي تعتبر اللحظة الذهبية . (٣٧)

- خطط المسافة

إن موقع اللاعب على الملعب يؤثر بالغالب على الأداء الخططي المستخدم فلكل منطقة راحتها البدنية والنفسية الخاصة وتظهر الأخطاء كلما قل ارتياح اللاعب أي أن الأخطاء تزداد مع انتقال اللاعب من المنطقة (١) إلى المنطقة (٣) .

المنطقة (١) هي من خط التحفز إلى خط التحفز :-

وهي أكثر المناطق راحة فمعظم المبارزة تتم هنا وهي أكثر مناطق الحلبة تألقاً ومن ثم يقل عدد الأخطاء فيها ولأن اللاعبين يرتاحون فيها فإنها أصعب منطقة للتسجيل .

المنطقة (٢) وهي من خط التحفز إلى خط التحذير (٢) متر :-

ويطلق عليها المنطقة الدفاعية ومن السهل استدراج المهاجم إليها مع قيام المدافع بجعل المهاجم يخطأ قبل وصوله للمنطقة الثالثة . حيث يزيد المهاجم من السرعة والضرب لذا على المدافع أن يحرز لمسه مستقيمة أو هجوم مضاد خاطف حيث يستحسن أن يقف المدافع ولا يتوغل في المنطقة (٣).

المنطقة (٣) من خط التحذير (٢) متر وحتى نهاية الرقعة :-

وهي من أقل المناطق راحة ويتميز اللعب في هذه المنطقة بالتوتر العالي حيث تقع هنا أكبر وأكثر الأخطاء .

ومن العرض السابق يتضح لنا أن عمل القدمين يصبح أكبر وأكثر ارتباطاً مع فقدان التوازن وفقدان التركيز على استراتيجية اللاعب وانهيار المسافة وظهور علامات الذعر مثل زيادة عمل السلاح أو الدفاع والميل للعشوائية في الأداء . (٣٢)

وتقترح الباحثة أن يكون الإعداد الخططي الخاص بالمسافة مقسم إلى معرفة اللاعب لأخطائه في كل منطقة مع التمرين في جميع مختلف المناطق سواء هجوم أو دفاع معرفة المنطقة التي تشكل إزعاج على المنافس سواء قمت بالمبارزة معه أول مرة فيكون عن طريق الملاحظة في بداية المباراة ثم التركيز على المناورة لدفعة إليها أثناء اللعب وإذا كانت المنطقة الثلاثة هي مصدر إزعاج لك كن هادئاً وركز على عمل القدمين بمسافات صغيرة مع مراعاة تعليم اللاعب توليد الأخطاء العادية واستخدامها في إعداد النية الثانية .

ويقوم معظم العاملين في مجال التدريب بعمل قدر من تمارين القدمين ولكن كم منا يقوم بذلك ضمن التدريب الهوائي حيث تم التعامل مع عمل القدمين بأسلوب المجموعة على أساس طول المجموعة وليس على أساس الزمن مما يجعل اللاعب الأسرع ينهى مجموعاته أسرع ويحصل على قدر اكبر من الراحة عن اللاعب الأقل خبرة أو الأبطء. كما أن مغزى عمل القدمين هو تعويد الجسم على القيام بسلسلة بسيطة ثم مركبة من التمارين بحيث يمكن استخدام القدمين على افضل نحو في المباراة (٣٢)

- خطط الأداء الفني :-

يشير (ريتشارد جاكسون) إلى أن لعبة السلاح هي تفاعل مستمر بين متنافسين وهي علاقة بين الوعي والإدراك لكل من الوقت ، المسافة واستراتيجيات المباراة لذا فإن التكنيك لا يتم تدريبية بشكل منفصل عن الوعي بالمنافس . (٣٦)

- خطط التكيف مع الظروف الخارجية :-

البيئة المفتوحة تشير إلى التغير الدائم في الظروف حيث يحتاج اللاعب إلى التكيف مع المنافس حيث يستخدم اللاعب أداة وهي السيف فكل حركة لها معنى وكل تغير يجريه المنافس يحتاج إلى إدراك جيد مع فهم العواقب مع تنفيذ التحركات المضادة لتسجيل لمسه ، وبذلك فان لعبة السلاح تقع في أقصى نطاق الرياضات المفتوحة حيث أن الهدف دائم التحرك مع تواجد الذكاء والقيام بالخدع والمناورات لتسجيل لمسة مما يحمل المدرب العبء الأكبر في الوصول باللاعب إلى تكنيك الأداء الآلي بحيث لا يحتاج إلى مجهود ذهني أثناء الأداء المهاري بل إلى التركيز على المنافس . (٣٦)

- خطط التكيف مع المنافس :-

اللاعب الجيد يفهم عواقب تحركاته بالنسبة لتحركات المنافس وذلك يتطلب وعياً بالذات ووعياً بالمنافس حيث يتطور الوعي بالذات مع تعلم التكنيك حيث يبدأ اللاعب توقع كيفية ارتباط حركاته بالمنافس. ويتم ذلك بالتكرار حيث يكتشف افضل لحظة للتنفيذ وذلك ينطبق أيضا على الهجوم والدفاع ، فيجب على اللاعب تعلم تنفيذ بعض المهارات البدنية والفنية كنوع الدفاع ، الهجوم المستخدم ، توقيت المهارات المستخدمة مما يؤدي إلى تطور مهارة الوعي بقدرات المنافس كمدى الدقة ، السرعة ، الهجوم المفضل ، الإيقاع المستخدم ، مدى جودة المنافس في ربط التغيرات بعضها البعض مما يساعد اللاعب على توقع الهجوم والدفاع وفترات الزمنية من خلال ملاحظة عادة ما أو حركة مفضلة لدى المنافس . (٣٦)

- خطط الانتباه للأداء المهاري :-

عند تعليم اللاعب الأداء المهاري يجب تركيز الانتباه للداخل أثناء الحركة كالانتباه إلى وضع الساقين عند استخدام وضع التحفز أو وضع اليد عند الهجوم وأفضل أسلوب لمهارات التكنيك هو التكرار والتركيز الكامل والتغذية الراجعة من المدرب عن الحركة . (٣٦)

- خطط اللاعبين ذات المهارات الفنية العالية

فصاحب التكنيك هو اللاعب الذي يتميز بدرجة عالية من المهارة الفنية للحركات الصحيحة ولكن بشكل لا يرتبط بالمنافس حيث يسجل صعوبة في الفوز رغم مظهره الرائع إلا أنه يعمل بجد ولكن لا يصل إلى مصاف الأبطال حيث يتدرب على أساس أن رياضة المبارزة بالسلاح رياضة لا ترتبط بالمنافس ولهذا لا يتكيف معه حيث يركز على نفسه تحركه مع إهمال المتغيرات الخارجية غير المتوقعة. (٣٦)

أما المحاربين فهم عكس أصحاب التكنيك فهم ضعاف في الأداء المهاري ولكنهم يرتبطون بالمنافس جيدا فاللاعب يركز خارجيا على المنافس مما يساعده على الفوز ، فالبيئة المفتوحة هي ملعب المحارب لتحقيق الفوز بسبب قدرتهم على الارتباط بالمنافس على الرغم من انهم يخطئون الهدف كثيرا بسبب ضعف التحكم في تكنيك الأداء المهاري وكلا اللاعبين لا يصلون إلى المستويات العالية . (٣٦)

- خطط المستويات العليا

إذا حددنا حيزا بين اللاعب المحارب واللاعب التكنيكي فان هذا الحيز الفاصل هو حيز اللاعب البطل حيث يتميز البطل إلى أن يكون محاربا أكثر منه تكنيكي . فخاصية البطل هي شخصية محارب معتدل يرغب في تعلم التكنيك أما باقي الأبطال فهم تكنيكيون علمهم المدرب كيف يرتبطون بالمنافس ، كلما ازدادت صفات المحارب كلما أصبح تعلم التكنيك أمرا صعبا أما اللاعب التكنيكي القوي فانه سيجتهد في العمل على الارتباط بالمنافس إذا وجهه المدرب لذلك وبذلك تتوافر له فرصة في تحقيق الفوز . (٣٦)

- العوامل المؤثرة في نجاح الإعداد الخططي

إن هذه الرياضة تقوم على عملية الإدراك الاستراتيجي للتكنيك الذي يمنح اللاعب التحكم البدني للعب مع تقديم الوعي والاستراتيجية للمهارات العقلية اللازمة لمستويات النفس والتفريق المناسب للمهارة في رياضة السلاح هو قدرة اللاعب على تعديل علاقته بالمنافس للحصول على

ميزة هامة تمكنه من التسجيل وهذا هو جوهر اللعبة والذي يميز الهدف من كل فنون القتال . ومن أهم العوامل المؤثرة في نجاح الإعداد الخططي ما يلي:-

- مراحل تطور الأداء الخططي

إن هذا العمل لا يمكن تعلمه فهو ناتج ثانوي لساعات التدريب والتنافس الطويل وكما زادت تلك الساعات تزايدت قدرة اللاعب على التعرف على المنافس والتكيف معه مما يعنى تعرف اللاعب على الموقف بسرعة والرد دون تردد فاللاعب هنا يفهم الموقف أثناء حدوثه مما يتيح له وقتاً أطول للرد الصحيح . ولو قارنا بين لاعب ذو خبرة بلاعب مبتدئ فسنجد أن اللاعب المبتدئ يربط التحركات بعد حدوثها . أما الثاني يربطها قرب منتصفها أو في نهايتها واللاعب ذو الخبرة العالية يتكيف أثناء بدء الحركة أما اللاعب الموهوب فهو حتى يربطها قبل أن تحدث حيث يمكنه قراءة الحركة المقبلة مما يوضح قدرة المنافس حيث يسمى هذا بالتوقع وهو أعلى معدلات التكيف الذي يمكن أن يصل إليها اللاعب . ولو لاحظنا أن اللاعبين الذين يتميزون بالتكيف العالي يتحركون ببطء أكثر في الحركة حيث يتكيف للحركة أثناء حدوثها وهو ما يفسر خطأ على أنه سرعة في الحركة . حيث أن هذه السرعة الظاهرية للاعب الماهر أدت بكثير من المدربين إلى نسخ صورة السرعة في الدروس . فهم يقومون بزيادة سرعة إيقاع اللاعب دون ربطها بحدود . قدرة المنافس على الرؤية والفهم مما يؤدي باللاعب إلى التحرك بأسرع مما يمكنه لاستغلال أي خطأ وتستخدم السرعة لالتقاط إيقاع الحركات النهائية للضرب والخداع و الطعن المضاد . (٣٦)

- دور المدرب

على المدرب أن يفهم اتجاهات شخصية اللاعب فالناشئ الساعي للتفوق سوف يصبح تكتيكي أما اللاعب الخارجي فهو محارب صلب . ويميل كبار اللاعبين إلى تعلم الجوانب الأداء الخططية بينما يميل الأطفال إلى اللعب بنمط المحاربين فالأطفال يحيون الاستراتيجية ولكن في مثل مرحلتهم لا يملكون تكتيك التنفيذ السليم . كما أن معظم المراهقين يملكون بعض جوانب النوعين معا فهم يبحثون عن المتعة في القتال ولكنهم يرغبون كذلك في تعلم التكتيك أن تم توجيههم جيدا ، ومعرفة نوع شخصية اللاعب يساعد المدرب على تحويله إلى لاعب عالي المستوى . وعن طريق تعليمات المدرب يصنع لاعبا ذات قدرات متوازنة بحيث يتعلم اللاعب كل جوانب اللعبة منذ البداية حيث ينوع توجيهاته لكل لاعب مع تقدم اللاعب في الدروس و أسهل تسلسل تدريبيه هو البدء بتدريبات تكتيك ثم اختبار ثم تدريبات اختبار متعدد يليها تمارين مواقف . (٣٦)

- الأداء الخططي

هو عبارة عن استخدام المهارات الفنية في صورة خطط يمكن للاعب استخدامها على حسب مواقف اللعب وعلى حسب اللاعب المنافس له فاللاعب ذو المستوى الأعلى من الناحية الخططية هو الذي يستطيع صنع موقف للاستفادة منه في إحراز الفوز على المنافس باستخدام التهويشات الخادعة أو تغيير السرعات والتوقيات أو قطع المسافات مما يؤدي إلى تركيز اللاعب على تحركات منافسة وتطوير مهاراته الخططية على الرغم من عدم اكتمال قدراته الفنية (٣٢)

- مراحل الإعداد الخططي

يذكر محمد حسن علاوى (١٩٩٤) أن عملية اكتساب المعارف والمعلومات الخططية يساعد على حسن تحليل مواقف اللعبة المختلفة واختيار انسب الحلول اللازمة لمجابهة مواقف المنافسة وهذا الاكتساب يتولد من خلال الشرح والمنافسات النظرية للمواقف المختلفة ومن خلال تطبيق نتائج ذلك بصورة عملية مع استخدام المعارف والمعلومات المكتسبة بصورة خلاقة مبدعة تتناسب مع ما يتميز به من صفات أو سمات ، وليس بطريقة روتينية جامدة. (٢٣: ٢٧٥)

كما ذكر محمد حسن علاوى (٢٠٠٢) أن مراحل الإعداد الخططي تشمل على ثلاثة مراحل أساسية وهى :-

- مرحلة اكتساب المعارف والمعلومات الخططية.

- مرحلة اكتساب وإتقان الأداء الخططي .

- مرحلة تنمية وتطوير القدرات الإبداعية.

أما احمد سعيد زهران (٢٠٠٤) فهو يشير إلى أن مراحل الإعداد الخططي تشمل على ما يلي :-

- اكتساب اللاعب للمعارف والمعلومات الخططية.

- التدريب على الخطط المختلفة.

- اكتساب الأساليب الخططية المناسبة للمسافات و الأماكن.

- اكتساب الأساليب الخططية المناسبة لإمكانيات وقدرات اللاعب .

- اكتساب الأساليب الخططية التي تتناسب مع إمكانيات المنافسين .

- اكتساب الأداء الخططي في المباريات. (٢: ٢٢٧-٢٣٨)

كما يشير مفتى إبراهيم حجاج (١٩٩٨) أن عمليات الإعداد الخططي ومراحلها تستند على التفكير والسلوك والذكاء الخططي ، فالتفكير هو إدراك العلاقات بين كافة العناصر المؤثرة في

الموقف الموجود فيه أما السلوك فهو الحصيلة العملية للتفكير والذي يظهر في صورة أداء خططي في الموقف التنافسي مع الميل إلى الاختيارات المثلى وهو المرتبط بالسلوك . (٢٨: ٢١٩-٢٢٢)

وبصفة عامة فهذه العمليات بصورة عامة متدرجة كالآتي:-

- اكتساب المقدرة على التفكير المنطقي السليم في المواقف الرياضية.
- الربط بين التفكير واتخاذ القرار لتحقيق أفضل النتائج
- الربط بين عنصري المقدرة على التفكير و اتخاذ القرار في السلوك الخططي
- الربط بين التفكير الصحيح واتخاذ القرار السليم وعامل الزمن وهو ما يعرف (بسرعة الأداء الخططي) .
- اكتساب المقدرة على تعديل السلوك طبقا للتغيير الدائم للمتافسين .
- استخدام التغذية الراجعة والتحليل والمناقشة بالوسائل الحديثة. (٢٨: ٢١٩-٢٢٢)

ويتفق ملا من محمد حسن علاوى (٢٠٠٢) ، مفتى إبراهيم حماد (١٩٩٨) على أن مراحل الإعداد الخططي تتكون من :-

- فهم واكتساب المعارف والمعلومات المرتبطة بالأداء الخططي .
- فالهدف من الخطة كيفية أدائها ، توقيت أدائها ، أماكنها في أي مرحلة من مراحل الهجوم أو الدفاع وكافة التصورات المرتبطة بالأداء الخططي وما يجب فعله في كل جزء من أجزائه لابد من وجود فرص للمناقشة وتبادل وجهات النظر بين المدرب واللاعب ليكتسب المعارف عن اقتناع حيث لابد من وجود مرونة وليس جمود في تنفيذ الخطط.

- تنفيذ وإتقان الأداء الخططي .

حيث يتم التدريب النموذج المتقن بالسرعة المناسبة مع ربط النموذج بالشرح والتحليل المنطقي للخطة مع تكرار أداء النموذج في ظروف وأماكن مختلفة حيث يتم تنفيذها في مواقف سهلة غير معقدة ثم تنفيذها في مواقف تحدث خلال المنافسة وكذلك يمكن تنفيذها مع إجراء تغيير في بعض الظروف كالمسافة ، الزمن .

- التفاعل الخلاق مع المواقف الخططية

ليس المقصود الاستجابة لمواقف الخطط بعينها بل التفاعل مع الموقف بقدر واسع من الابتكار والإبداع مع التشجيع على إظهار المقدرة على استخدام الخطط بقدر كبير من الابتكار

والتجديد والتتويج وعدم الارتباط بالنمطية في الأداء مع خلق مواقف خططية غير نمطية قائمة على التفاعل بين اللاعب والموقف الخططي. (٢٥: ٢٣٩)

ومن العرض السابق يتبين أن مراحل الإعداد الخططي والخاصة بالرياضات الفردية التي تعتمد على النزاع بين متنافسين سواء بأداة أو بدون أداة تنقسم إلى :-

- اكتساب المعرفي للمعلومات الخططية

حيث يتضمن هذا معرفة اللاعب بمختلف جوانب الأداء الخططي وقانون اللعبة مع تحليل اللعب حسب المواقف الخططية واختيار انسب الحلول ، فلا بد أن تتناسب المعلومات والمعارف الخططية مع إمكانيات وقدرات اللاعب حيث يسهم هذا في ربط التصورات السمعية والبصرية التي اكتسبها اللاعب بالتصورات الحركية حيث أن الأداء العملي ما هو إلا تطبيق للمعارف والمعلومات المكتسبة.

- التدريب على الخطط المختلفة

حيث يتم أداء اللاعب الذي يتميز بالتكنيك وفق خطط اللعب سواء الهجومية أو الدفاعية مما يتيح للاعب تنفيذ الواجب التكنيك وفق المواقف الخططية وحسب استراتيجية المباراة. كمثال :- أداء اللاعب لمهارة الهجمة المغيرة واللاعب الآخر يقوم بالدفاع البسيط مع الرد ويمكن تصعيب الموقف بأن يقوم اللاعب بأداء أكثر من مهارة هجومية وعلى اللاعب الآخر أن يقوم بالواجب الدفاعي ثم الرد.

- اكتساب أساليب خططية مناسبة للمسافة ولأماكن اللعب

لو قام اللاعب بعد المناورة باكتساب مسافة الطعن في لحظة يركز فيها المنافس على الهجوم وينتظره فإن ذلك غير كاف ، فمن الأكثر أهمية وقيمة أن يحصل على المسافة عند خروج المنافس مؤقتاً عن توازنه وليس عند تركيزه أو انتظاره لحركة من اللاعب الذي أمامه وعلى اللاعب الماهر أن يستدرج منافسه إلى المنطقة الثانية كمهاجم ثم يدافع ويجعل المهاجم يخطئ قبل وصوله للمنطقة الثالثة.

- اكتساب أساليب خططية مناسبة لإمكانيات وقدرات اللاعب

حيث لابد على المدرب معرفة مستوى اللاعب مهارياً ، بدنياً ، نفسياً كإتقان المهارات الأساسية وكذلك الهجومية والدفاعية حيث إتقانها بوعر الجهد والتفكير أثناء أدائها مما يجعله يركز على المنافس وعلى البيئة الخارجية وليس على ذاته، أما بالنسبة لمستواه البدني فالأداء المهاري الجيد والتفكير الخططي الجيد لا يكتب لهما النجاح بدون ارتباطهما بالجانب البدني ،

أما العامل النفسي المرتبط بالقدرات العقلية كالثبات الانفعالي والانتباه والإدراك الزماني والمكاني ، والذكاء من أهم الأسس التي يعتمد عليها السلوك الخططي .

- اكتساب أساليب خططية تتناسب وإمكانات منافسيه

فالمبارزة من الرياضات الفردية ذات الصبغة الذاتية والتي يتوقف الأداء الخططي فيها على القدرات والإمكانات المختلفة للمتنافسين وأساليب لعبهم حيث لابد أن يتعرف اللاعب على المواقف الخططية التي من الجائز أن يتعرض لها في المنافسات :-

اللاعب طويل القامة لابد من التواجد بعيدا عنه بقدر الإمكان ، التحرك باستمرار مع ضرورة امتلاك فرصة الهجمات الكاذبة عند التقدم مع اللعب على حركاته المضادة من المسافات القريبة، أما اللاعب قصير القامة لابد من تجنب الردات المضادة واستخدام ضربة الإيقاف تنفيذ الهجوم عند أدائه التقدم أو الإعداد للهجمات ، بينما اللاعب الأعسر وهذا اللاعب يتميز لسرعة وقوة الدفاع الرابع لذا يجب على اللاعب الثاني أن يتحاشى هذا الدفاع بقدر المستطاع لذا على اللاعب الأيمن أن ينهى هجماته في الاتجاهات الخارجية للاعب الأعسر أي في الاتجاه السادس، الثامن واللاعب الأعسر دائما ينهى هجماته في الاتجاهات السفلية ، أما اللاعب المندفع لابد أن تكون جاهزا بالدفاع وهادئا ويقظا حيث لابد أن تكون هجماته مسبقة بالتقدم وبأي هجمة نصلية لذا فمن الحكمة أن نهرب من التلاحم مع نصله حيث نقلل من فرص الإعداد لهجماته تبعا لعاداته وذلك بالتقهقر أو بالهجمات المضادة أثناء تقدمه ، بينما اللاعب الذي يجيد الهجوم المضاد فكثير من اللاعبين يبدعوا بالهجوم مما يكونوا معرضين لكشف ثغرات عديدة في أدائهم حيث يجب على اللاعب أن لا يتسرع في الهجوم والتمويه والخداع للتمكن من إيجاد فرصة للهجوم السريع والمضاد لمنافسه.

- اكتساب الأداء الخططي في المباريات

هي من أهم المراحل التي تتكون لدى المدرب واللاعب من متابعة المباريات سواء المسجلة أو التجريبية أو الدولية أو المحلية مما يتيح للمدرب من تكوين رأى واضح أو تتكون لديه سرعة توجييه لاعبه حسب إمكانياته وإمكانات المنافس وحسب ظروف ومواقف المباراة فهذه اللحظة هي حصيلة العملية التدريبية على الإعداد الخططي .
إجبار المنافس على اللعب بطريقته وليس بطريقته .
إذا كان يحب الهجوم عليك أن تسبقه بالهجوم .
إذا كان يحب الدفاع والتسجيل بالرد فانتظره ولا تهاجم وادفعه للتقهقر حتى تجبره على الهجوم .

إذا كان يحب الإعداد للهجوم فاحتفظ بنصلك بعيدا عنه أما إذا كان لا يحبه فلأزم نصله سواء بالضرب أو الضرب.

التنوع بالتوقيت والمسافة حيث فتح المسافة ثم غلقها فجأة .

- قم أنت بالبدا بالتسجيل والاحتفاظ بالنقدم وعند نهاية المباراة التزم بالدفاع مما يجعله يأتي إليك مما يجعلك تتوقع هجماته.

- أسباب إخفاق اللاعبين للجمل الخطئية.

يرى (هوفر دويلر) أن من أسباب إخفاق اللاعبين للجمل الخطئية هو عدم الملاحظة الجيدة أو عدم القدرة على الملاحظة والتحليل الاهتمام على الأشياء غير المؤثرة أو أخطاء في تحليل المعلومات البصرية وكذلك أخطاء في تقدير المسافة بين اللاعب والمنافس والملعب و أخطاء في تقدير السرعة للمنافس وكذلك يمكن إيعاز هذا الإخفاق إلى اختيار الجملة الخاطئة أو غير المناسبة للمواقف أو عدم وجود الحل الصحيح في الوقت المناسب ، بطئ رد الفعل الانعكاسي وعدم تأزر الساق والذراع والعقل مع التحكم في المسافة حيث أن زمن الهجوم في هذه الرياضة ٤٠/١ من الثانية لذا فان قصر الوقت اللازم لاتخاذ القرار . ويمكن القول أيضا أن من الأسباب التي تؤدي إلى إخفاق اللاعبين للجمل الخطئية أن على اللاعب أن يسبق منافسه بفكرة واحدة وان يفاجئه بتحريك بأسلوب لا يتوقعه ولا زمن ولا مسافة حي تمتلك القدرة على امتلاك المسافة المناسبة في موقف لا يناسب المنافس. (٣٦) (٢٩ : ٢٣٨) (٢ : ٧٧) (٣٧)

- خصائص المرحلة السنية تحت ١٧ سنة

وهذه المرحلة السنية التي تتميز بالتمرد والعناد والوقت الحرج لكلا الجنسين وهي ما تسمى بالمراهقة وهي تبدأ من (١٢-١٨) سنة . ويتفق محمد حسن علاوي (١٩٩٤) مع الرأي السابق حيث يشير إلى أن مرحلة المراهقة تعتبر فترة انتقال ما بين الطفولة والفتوة أو الشباب، ولقد قام بتقسيم تلك المرحلة داخليا إلى مرحلتين هما:-

- مرحلة التعليم الإعدادي (١٢-١٥ سنة)

- مرحلة التعليم الثانوي (١٥-١٨ سنة)

(٢٣ : ١٣٩-١٤٦)

وفي هذه المرحلة يمكن تنمية الثقة والمهارة للتمكن من مواجهة أي تحدى سواء بالفوز أو الهزيمة مع البدء في تقييم الأداء مع اللاعب نفسه، أن هذه المرحلة هامة بشكل خاص لتحديد اللاعب الموهوب صاحب القدرات الخاصة للنجاح في المستويات الأعلى من المسابقات مع توفير فرصة جيدة للراغبين في التنافس على المستوى المحلي. (٣٦)

- أهم الخصائص الجسمية :

- مرحلة المراهقة المبكرة (١٢-١٤) سنة:-

تتميز بوجود طفرة في نمو الطول والوزن للجنسين ويتميز البنون باتساع الكتفين والبنات يتميزون بزيادة نمو عظم الحوض ويتأخر النمو العضلي عن النمو العظمي الطولي بينما تزداد القوة البدنية وأنسجة العضلات للبنين، وزيادة نمو الأنسجة البدنية للبنات مع ظهور بعض الأعراض الجنسية الثانوية مثل نمو شعر الإبطين والوجه لدى البنين وبروز النهدين واستدارة الإليتين لدى البنات.

- مرحلة المراهقة المتأخرة (١٥-١٨) سنة:-

ازدياد الطول بدرجة طفيفة لدى الجنسين مع زيادة نمو العضلات بدرجة اكبر من نمو العظام ويكون البنون اكثر طولا واقل وزنا من البنات حيث يصل البنون والبنات في نهاية هذه المرحلة إلى النضج الجسمي حيث تتحدد ملامح الجسم في صورته النهائية. (٣ : ١٧١)

- يجب مراعاة ما يلي في هذه المرحلة والخاصة بالخصائص الجسمية:-

- تجنب الأثقال قبل و أثناء سن المراهقة بصورة شديدة حتى لا يؤثر ذلك سلبيا على أجهزة الجسم خلال تلك المرحلة. (٩ : ٨/٤)

- أهم خصائص نمو القدرات الحركية والبدنية :-

- مرحلة المراهقة المبكرة (١٢-١٤) سنة:-

تظهر عمليات الاضطراب والارتباك في حركات الجسم مع الافتقار إلى الرشاقة والزيادة المفرطة في الحركات وعدم الاقتصاد الحركي وعدم استطاعة أداء الحركات التي تتطلب قدر كبير من الدقة والتوازن .

- مرحلة المراهقة المتأخرة (١٥-١٨) سنة

تتميز بالاستقرار والتوافق الحركي العام وتحسن المهارات الحسية والحركية مع سرعة التعلم واكتساب الحركات وإتقانها. (٣ : ١٢١)

- يجب مراعاة ما يلي في هذه المرحلة والخاصة بنمو القدرات الحركية والبدنية:-

عدم التركيز الشديد على إصلاح الأخطاء بصورة متكررة، نظرا لتمييز هذه المرحلة بالارتباك والاضطراب في الأداء الحركي ، والافتقار لبعض عناصر اللياقة البدنية. أن يكون المدرب صبورا مع اللاعبين في بداية هذه المرحلة و التي تتميز بالزيادة المفرطة في الحركات وعدم الاقتصاد الحركي.

- أهم خصائص النمو العقلي والمعرفي.

تزداد القدرة على التركيز والانتباه من حيث مدة الانتباه ومدى الانتباه مع القدرة على التخيل فهو لا يعتمد على الصورة البصرية فقط بل يعتمد على الألفاظ وكذلك نمو القدرة على التركيز مع زيادة القدرة على اكتساب المهارات والمعلومات والتفكير والاستنتاج مع الابتكار والقدرة على إحضار أفكار جديدة وغير معروفة. (٣: ١٢٤)

يجب مراعاة ما يلي في هذه المرحلة والخاصة بالنمو العقلي والمعرفي :-

- التشجيع المستمر للوصول لأوسع مدى من الخبرات الحركية حيث تتميز هذه المرحلة بالتركيز والانتباه واكتساب المهارات والمعلومات .
- الفرصة للابتكار وذلك في خلال جزئية الإحماء في الوحدة التدريبية من حيث بعض التدريبات الجديدة أو بعض الإرعاب الصغيرة. (٩: ١٦/٤)

- أهم خصائص النمو الاجتماعي والانفعالي .

في هذه المرحلة تتسع دائرة المراهق الاجتماعية وزيادة عدد الأصدقاء مع الرغبة في الاستقلال عن الأسرة والولاء الشديد لجماعة الأقران مع زيادة الاهتمام بالمظهر الشخصي ونمو الذكاء الاجتماعي مع الإقبال على المغامرة والمخاطرة مما يدفعه للإقبال على أنشطة الكشف والرحلات. (٣: ١٢٥)

يجب أن يكون المدرب رقيقاً في معاملة المراهق الذي يبحث عن الاستقلال والاعتماد على النفس مما يجعل المراهق ينفذ كافة التوجيهات والواجبات الحركية. (٩: ٢٢/٤)

ثانيا : الدراسات السابقة والبحوث المشابهة

-الدراسات العربية

قام خالد جمال (١٩٩٢) بدراسة بعنوان "تأثير برنامج تدريبي مقترح لتنمية سرعة الاستجابة الحركية لممارسي المبارزة " واستهدفت الدراسة حصر أهم المهارات التي تتطلب سرعة الاستجابة الحركية الخاصة بالمبارزة واستخدم الباحث المنهج التجريبي وبلغت عند البحث ٤٠ لاعبا من لاعبي سلاح الشيش تحت ١٤ سنة وكان من أهم النتائج استخدام المثيرات البصرية والسمعية مما لها من تأثير إيجابي على تنمية سرعة الاستجابة الحركية عند الدراسة في كل من الهجمة المستقيمة ، المغيرة والدفاع الرابع الجانبي ، الضربة ، ضربة الإيقاف ، التكملة (١٣)

أجرى أسامة صلاح فؤاد (١٩٩٣) دراسة لعنوان " تحديد أكثر المناطق استخداما للمسكات في المبارزة " وتهدف الدراسة إلى التعرف على أكثر المناطق استهدافا لسلاح الشيش، واستخدم الباحث المنهج الوصفي وكانت عينة البحث من لاعبي المنتخب القومي لسلاح الشيش ، وكانت أهم نتائج هذه الدراسة حصول منطقة الهدف السادس على اكبر عدد من اللمسكات ، يليه منطقة الهدف الرابع ، ثم القناع كلمسكات غير قانونية ثم الظهر . (٤)

قامت جيهان كمال (١٩٩٦) بدراسة بعنوان "فاعلية بعض المهارات الهجومية والدفاعية المؤثرة على نتائج المباريات للاعبي الفريق القومي لسلاح الشيش " وتهدف هذه الدراسة إلى التعرف على الفروق في تأثير كل من الهجوم والدفاع والهجوم المضاد على نتائج المباريات للاعبي سلاح الشيش ، واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي وكانت أهم نتائج الدراسة الحصول على ثلاث معدلات لنسب مساهمة كل من الهجمات على نتائج المباريات في أدوار المجموعات وخروج المغلوب للاعبين . (١١)

أجرى السيد سامي صلاح الدين (٢٠٠٠) دراسة بعنوان " استراتيجيات التوقيت الهجومية وتأثيرها على مستوى الإنجاز لدى لاعبي المبارزة " ، وتهدف هذه الدراسة إلى تحليل التوقيتات الهجومية السائدة في مباريات المبارزة والتعرف على علاقة هذه التوقيتات بمستوى الإنجاز ووضع خطة تدريبية شاملة لبناء توقيتات يمكن استغلالها ووضع بدائل لاستخدامها ، واشتملت عينة البحث على (٣٠) لاعبا من لاعبي منتخب الغربية للمبارزة تحت ١٧ سنة ، وكانت أهم النتائج أن الاستراتيجية المقترحة لها تأثيراً إيجابياً على مستوى الإنجاز لدى لاعبي المبارزة (٦)

قام حسام محمد عبد الهادي (٢٠٠٠) بدراسة بعنوان توقيتات تسجيل اللمسات وعلاقتها بنتائج المباريات كمستهدف لتخطيط استراتيجية المباريات في المباراة وتهدف هذه الدراسة إلى التعرف على توقيتات اللامسات في كلا من مباريات المجموعات وخروج المغلوب للمراحل السنوية الثلاثة (١٧،٢٠،عمومي) في سلاح الشيش، واشتملت عينة البحث على المباريات التي أقيمت في جميع بطولات الجمهورية للمبارزة لسلاح الشيش خلال الموسم الرياضي (٩٨-١٩٩٩) ومن أهم النتائج وجود علاقة طردية بين الفوز بالمباريات والتبكير بتسجيل اللمسات وذلك في نظام المجموعات ونظام خروج المغلوب . (١٢)

قامت ماجدة محمود عادل (٢٠٠٠) بداسة بعنوان "استراتيجية المباراة للاعبي المباراة وعلاقتها بنتائج المباريات" وتهدف هذه الدراسة إلى التعرف على الجوانب الاستراتيجية للمباراة والخاصة بترتيب اللمسات المؤثرة في الفوز، وأماكن إحراز اللمسات على الحلبة، واشتملت عينة البحث على (٤٢) لاعبا ولاعبة من أفراد الفريق القومي للأسلحة الثلاثة للمراحل السنوية (١٧-٢٠-عمومي) واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي و أظهرت نتائج هذه الدراسة عن أم اللمسة الثالثة في أدوار المجموعات هي اكثر اللمسات تأثيرا في الفوز في المباريات ، وان اللمسة الحادية عشر والثانية عشر هما اكثر اللمسات تأثيرا في الفوز بالمباريات في أدوار خروج المغلوب أما عن أماكن إحراز اللمسات على الحلبة فكانت المنطقة الأولى والثانية. (٢٢)

أجرى السيد سامي صلاح الدين (٢٠٠١) دراسة بعنوان " دراسة تحليلية لاماكن إحراز اللمسات ومساهمتها النسبية في مستوى الإنجاز لناشئات سيف المباراة "، واستخدم الباحث المنهج الوصفي اشتملت عينة البحث على (٤٦) ناشئة من اللاعبات اللاتي اشتركن في بطولة كأس مصر تحت ١٧ سنة، وكانت أهم نتائج هذه الدراسة وجود تباين في كثافة إحراز اللمسات في أماكن الهدف في الأدوار المختلفة للبطولة حيث تزداد نسبة إحراز اللمسات في الذراع المسلحة في الأدوار النهائية ، بينما يحدث تناقص تدريجي في نسبة إحراز اللمسات في الصدر مع الأدوار النهائية. (٧)

أجرى اشرف مسعد إبراهيم (٢٠٠٢) دراسة بعنوان " دراسة تحليلية لنظم اللعب الهجومي والدفاعي لبطولة كأس العالم لناشئين (٢٠٠١) في رياضة المبارزة (سلاح الشيش) " ، واستهدفت الدراسة تحديد استراتيجية لأداء المهارات الهجومية والدفاعية لناشئ سلاح الشيش، واستخدم الباحث المنهج الوصفي واشتملت عينة البحث على مباريات من نظام خروج المغلوب (١٥) ومباريات بنظام الدوري (٥) لمسات في بطولة كأس العالم للناشئين التي أقيمت في مصر

(٢٠٠١) وكان من أهم نتائج الدراسة أن المهارات الهجومية تأتي في المرتبة الأولى من حيث أهميتها الاستراتيجية تليها المهارات الدفاعية، وتعد مهارة الهجوم البسيط أهم مهارة من المهارات الهجومية وكذلك مهارة الدفاع الجانبي أهم المهارات الدفاعية. (٥)

قام **سامح مجدي (٢٠٠٢)** بدراسة بعنوان " إحرار اللمسات في أجزاء الجسم المستهدفة وعلاقتها بنتائج المباريات للاعبين سلاح سيف المبارزة " وتهدف هذه الدراسة إلى التعرف على معدلات إحرار اللمسات في أجزاء الجسم ، وعلاقة أماكن إحرار اللمسات في أجزاء الجسم المستهدفة، واشتملت عينة البحث مبارزين تحت ١٧ سنة، ٢٠ سنة، العمومي لبطولات الجمهورية والدولية ومنها دورة الألعاب الأولمبية بسيدني (٢٠٠٠) وبطولة العالم للجامعات بالصين (٢٠٠١) وبطولة العالم بفرنسا (٢٠٠١) ، وكانت أهم نتائج هذه الدراسة أكثر أماكن لإحرار اللمسات هي منطقة الجزع لجميع المراحل السنوية لاعبي ٢٠ سنة يعتمدون على الجزع والساق الأمامية والقدم الأمامية لتسجيل اللمسات أما بالنسبة للعمومي كانت مناطق إحرار اللمسات تتمثل في الساعد المسلحة والجزع والرسغ المسلح للمصريين والدوليين. (١٤)

قام **عصام محمد عبد الفتاح (٢٠٠٣)** بدراسة بعنوان " تأثير برنامج خططي لناشئ سلاح الشيش علي مستوي الأداء " وتهدف هذه الدراسة ألي تصميم برنامج خططي للاعبين سلاح الشيش والتعرف علي تأثيره في تحسين مستوي أداء ناشئ سلاح الشيش البنين والبنات في الأداء المهاري ونتائج المباريات ، وكانت عينة البحث ٢٦ ناشئ وناشئة والمقيدين بنادي السلاح المصري تحت (١٣) وكانت أهم النتائج أن البرنامج المقترح أثر إيجابي علي مستوي اللاعبين البنين ، البنات في المباريات وفي مستوي الأداء المهاري وكذلك الأداء الخططي (٢٠)

- الدراسات الأجنبية

قام (**مارجورى ميكاترنى MCINERNEY MARJORIE**) (١٩٩١) بدراسة عنوانها "المبارزة للمتقدمين" واستهدفت هذه الدراسة تصميم برنامج يتضمن استراتيجيات وتكتيكات ومبادئ و أصول المبارزة للمتقدمين، ومعرفة تأثير البرنامج على بتلاميذ الصفوف ٨-١٢ سنة واستخدم الباحث المنهج التجريبي واشتملت عينة البحث على ٥٠ طالب من ٨-١٢ سنة و توصلت النتائج إلى انه بهد تقييم الطلاب عن طريق الاختبارات المكتوبة و المهارية وجد أن المجموعة التجريبية سجلت أعلى نسبة تحسن في تكتيكات ومبادئ أصول المبارزة وتكون عندهم استراتيجية خاصة بالمبارزة. (٣٣)

قام (برونتي ج ، دي سانتس د BRUNETTI-G, DE-DANTIS.D) (١٩٩٢) بدراسة بعنوان "اثر بعض الطرق التدريبية على المهارات الحركية في المبارزة" وتهدف هذه الدراسة إلى التعرف على طرق التدريب سواء التدريبات العامة أو النوعية أثرها على المهارات الحركية في المبارزة ، واستخدم البحث المنهج التجريبي ، وقد بلغ قوام العينة (٢٠) مبارز تم تقسيمهم إلى مجموعتين ، الأولى استخدمت التدريبات العامة طبقا لما تتضمنه من مهارات حركية ولمجموعة الثانية استخدمت التدريبات الخاصة في حالة حضور المدرب أو عدمه ، واستخدام مواقف تدريبية تنافسية، وقد توصلت هذه الدراسة إلى النتائج التالية : زيادة مستوى أداء المهارات الحركية للمبارزين في كلا المجموعتين. إن التدريبات النوعية أدت إلى تحسن مطرد في مستوى أداء المهارات الحركية للمبارزين عن المجموعة الأولى (٣٠)

قام (فانكلين ستلكي FRANKLIN STUCKY) (١٩٩٣) بدراسة بعنوان "المبارزة في إيجاز" واستهدفت إلى تقديم خطط توفر قائمة بالخبرات والمهارات التي سيتعين تعلمها واكتسابها عند البناء والتخطيط للمبارزة واستخدم الباحث المنهج التجريبي واشتملت عينة البحث (٢٠٠) طالبا، وتوصلت النتائج إلى فاعلية الخطط المقدمة من قبل الباحث في تحسين مستوى المجموعة التجريبية بعد إجراء الاختبارات المهارية. (٣٥)

قام (جون لومونسيه JONE LOU MONCE) (١٩٩٧) بتجربة عملية تتضمن بعض المتغيرات المهارية وتأثيرها في استراتيجية المباراة سواء كانت دفاعية أو هجومية ، زمن المباراة ، أماكن إحراز اللمسات في الجسم ، مناطق التبارز المختلفة على الحلبة، خطوط التلاحم ، واستخدم الباحث المنهج التجريبي وكانت قوام العينة ٢٠٠ لاعب ولاعبة وكان من أبرزها المتغير الخاص بأفضل الأماكن لإحراز اللمسات على حلبة المبارزة باستخدام كل المهارات الهجومية والدفاعية ، كذلك المتغير الخاص بتحديد اللمسة المؤثرة في الفوز بالمباراة عن ترتيب اللمسات والتي تحدد من الذي سيفوز بالمباراة. (٣٢)

قام كلا من (أي . يويو E. YIOU ، م.س. دو MC. DO) في فبراير (٢٠٠٠) بدراسة بعنوان "إمكانية قيام التدريب المكثف بتحسين سرعة أداء اللمسة عند أدائه وحده بنفس قدر أدائه بالاشتراك مع الطعنة. واستهدفت الدراسة فرضية اثر التدريب على الأداء الخاص بالحركة البسيطة عندما تكون جزءا من حركة مركبة . حيث تم فحص الأداء لعملية فرد الذراع المسلحة مع اللمس منفردة ثم في داخل حركة مركبة وكانت العينة (٤) لاعبين دوليين وخمسة لاعبين جدد وكانت أهم النتائج انه: أداء الفرد للذراع المسلحة مع اللمسة وحدها من الممكن مقارنتها بين المجموعتين كان الأداء أعلى المجموعة عالي الخبرة عن المجموعة الأخرى في حركة الفرد +

الطعن. وتماشيا مع مبدأ برينشتاين عن اثر التدريب على التحكم الحركي فقد اقترح الباحثان أن الخبراء استغلوا ميزة القوة الناجمة أثناء الطعن بينما لم يستغلها الجدد. (٣٤)

قام (ل.ر.ويليام L.R.WILLIAMS ، ا. ، والمزلى ALMSLEY A.W.) في أغسطس (٢٠٠٠) بدراسة بعنوان "تعديل الاستجابة في السلاح والفروق بين اللاعبين الماهرة والجدد". وقد أجريت هذه الدراسة في كلية التربية الرياضية جامعة (اوتاجو، دونين)، نيوزلندا. حيث قاما بدراسة زمن رد الفعل RT وزمن الحركة MT وإجمالي زمن الاستجابة RMT والدقة لدى (٣) لاعبين مهرة و(٣) لاعبين جدد وتم استخدام المنهج الوصفي حيث يتطلب النموذج طعنة كاملة وتم استخدام رسم النشاط الكهربى في العضلات المختارة في الذراع والساق ومقارنة بروفيل الاستجابة لدى المجموعتين. حيث دلت النتائج إن اللاعبين الماهرة كان زمن الحركة بطيء وزمن رد الفعل سريع أدى هذا إلى إجمالي زمن استجابة اقصر بشكل دال . رسام العضلات الكهربى دل على إن اللاعبين الماهرة تحرك خمس عضلات من ستة قيد البحث وكانت العضلات تعمل اكثر تناغما واكثر نسقا وثباتا مما يدل على إن قياسات زمن الاستجابة والتوافق العضلي العصبي يميز المستوى المهارى لدى لاعبي السلاح وتلفت الانتباه إلى التطبيقات العملية لقياس المهارة والتدريب. (٣٤)

قاما كلا من (ل.ويليامز L.R.WILLIAMS ، ا. والمزلى WALMSLY A.) في ديسمبر (٢٠٠١) بدراسة بعنوان "توقيت الاستجابة والتوافق العضلي لدى لاعبي السلاح". مقارنة بين اللاعبين الماهرة واللاعبين الجدد . وقد أجريت الدراسة في كلية التربية الرياضية جامعة اوتاجو، دونين، نيوزلندا. وكانت العينة (٣) لاعبين مهرة و(٣) لاعبين جدد وتم استخدام المنهج الوصفي حيث تم قياس زمن رد الفعل RT ، زمن الحركة MT وإجمالي زمن الاستجابة RMT والدقة لدى اللاعبين الماهرة والجدد تحت ثلاثة متغيرات من مسافة الحركة (طعن قصير ، طعن متوسط، طعن طويل) وكانت من أهم النتائج أن اللاعبين الماهرة أسرع في RT ، RMT وظهروا في مستوى عالي من الدقة ولم يتحقق صحة الافتراض الذي يقول أم زيادة الاختيارات تؤدي إلى زيادة RT وقد وجد أن ثبات عالي النسق لاستجابة العينة. (٣٤)

- التعليق على الدراسات السابقة

من خلال العرض السابق للدراسات والبحوث و التي تناولت رياضة المبارزة من الجانب البدني ، المهارى ، الخططي ، التدريب ستقوم الباحثة بمناقشة هذه الدراسات من حيث الأهداف ، العينة ، المنهج المستخدم ، أهم النتائج المستخلصة من هذه الدراسات بهدف عرض أوجه الشبه والاختلاف بين هذه الدراسات والدراسة الحالية وأيضاً توضيح مدى الاستفادة منها في الدراسة الحالية :

- الأهداف :

تري الباحثة على الرغم من اختلاف بعض الدراسات من حيث الهدف إلا أنها تالقت جميعها في الجوانب المتعلقة بالعملية التدريبية حيث سعت كل دراسة للتوصل إلى هدفها سواء الهدف البدني ، أو المهارى ، الخططي ، التدريبي ويمكننا تصنيف الدراسات إلى :

- دراسات تناولت الجانب البدني:

- دراسة خالد جمال (١٩٩٢) (١٣)

- دراسة كلا من (ل.ر.وليامز ، والمزلى A. WALMSLY) ديسمبر (٢٠٠١) (٣٤)

- دراسات تناولت الجانب الخططي:

- دراسة أسامه صلاح فؤاد (١٩٩٣) (٤) .

- دراسة جيهان كمال (١٩٩٦) (١١) .

- دراسة السيد سامي (٢٠٠٠) (٦) .

- دراسة حسام عبد الهادي (٢٠٠٠) (١٢) .

- دراسة ماجدة محمود (٢٠٠٠) (٢٢) .

- دراسة اشرف مسعد (٢٠٠٢) (٥) .

- دراسة السيد سامي (٢٠٠١) (٧) .

- دراسة سامح مجدي (٢٠٠٢) (١٤) .

- دراسة فرانكلين ستلكى FRANKLINSTULKY (١٩٩٣) (٣٥) .

- دراسات تناولت الجانب المهارى :

- دراسة جون لومونسيه JONE LOUMONCE (١٩٩٧) (٣٢) .

- دراسة ل.ر. وليامز L.R.WILLIAMS ، ا.و. والمزلى A.WALMSLY (٢٠٠٠)

(٣٤) .

- دراسات تناولت الجانب التدريبي :

- دراسة مارجورس ميكارنزي MCINENEY MARKOIE (١٩٩١) (٣٣)
- دراسة بروننتي ج BRUNETTI .J (٣٠)
- دراسة دي سانتس د DE.DANTIS.D (١٩٩٢) (٣٠) .
- دراسة كلا من S . يو E. YOU ، م . س . دو ، MC.DO (٢٠٠٠) (٣٤) .
- دراسة ل. رويليامز L.R WILLIAMS ، أ . المزلي A. WALMSLY (٢٠٠١) (٣٤) .
- دراسة السيد سامي (٢٠٠٠) (٦) .

ومن العرض السابق للدراسات ونوعيتها من حيث الأهداف إلا أن الباحثة لم تتعرض لأية دراسة عربية أو أجنبية قد تعرضت لوضع برنامج للإعداد الخططي ومدى تأثيره على مستوى الإنجاز لدى لاعبي سلاح الشيش إلا أن كل هذه الدراسات قد تناولت جوانب بسيطة خدمت الباحثة في وضع الأساس الراسخ لهذه الدراسة حتى تكون بداية لوضع المزيد من البرامج الخططية التي اغفل عن تقديم أهمية هذا الجزء في جميع الدراسات السابقة.

- المنهج المستخدم :

استخدمت بعض الدراسات المنهج التجريبي كأسلوب يتناسب مع طبيعة معالجتها للمشكلة كدراسة خالد جمال (١٩٩٢) (١٣) ، السيد سامي (٢٠٠٠) (٦) ، ماجدة محمود (٢٠٠٠) (٢٢) ، ماجوري ماكينزي (١٩٩١) (٣٣) (بروننتي ج. ، دي سانتس د. (١٩٩٢) (٣٠) ، فرانكلين وستلبي (١٩٩٣) (٣٥) ، وجون لومنسيه (١٩٩٧) (٣٢) ، ل.ر.وليامز، أ.المزلي (٢٠٠٠) (٣٤) ، ي.يو ، م.س.دو (٢٠٠٠) (٣٠) ، ل.ر.وليامز، أ.المزلي (٢٠٠١) (٣٤) .

أما البعض الآخر فقد استخدم المنهج الوصفي كأسلوب يتناسب مع طبيعة الدراسة كما في دراسة أسامة صلاح (١٩٩٣) (٤) ، جيهان كمال (١٩٩٦) (١١) ، حسام عبد الهادي (٢٠٠٠) (١٢) ، السيد سامي (٢٠٠١) (٦) ، اشرف مسعد (٢٠٠٢) (٥) ، سامح مجدي (٢٠٠٢) (١٤) .

- العينة :-

لقد اتخذت كل دراسة العينة المناسبة لها والتي تتفق مع طبيعة الدراسة من حيث الحجم ، السن وقد تنوعت أساليب اختيار العينات ما بين الطريقة العشوائية والعمدية والتي تتراوح ما بين فرد واحد و ٣٠٠ فرد .

- أهم النتائج المستخلصة : -

تنوعت واختلفت نتائج البحوث والدراسات السابقة كلا حسب هدفه فمنها ما تعلق بالجانب البدني ، المهارى ، الخططي ، التدريبي، وهذا ما دفع الباحثة إلى الدقة في وضع الأهداف والفروض مع إمكانية التعرف على الأسلوب الإحصائي الملائم لتلك الدراسة.