

الفصل الثانى

القراءات النظرية والدراسات السابقة والمرتبطة

أولا : القراءات النظرية

- ماهية المبارزة
- الخصائص الفنية لسيف المبارزة
- الصفات الواجب توافرها فى المبارز
- المهارات الحركية الخاصة برياضة المبارزة
- درس المبارزة .
- المبارزة والناشئين
- مظاهر نمو المرحلة السنية من 9 - 12 سنة
- اسس تدريب الناشئين

ثانيا الدراسات السابقة والمرتبطة

- الدراسات العربية .
- الدراسات الاجنبية

ثالثا : التعليق على الدراسات السابقة والمرتبطة

الفصل الثانى

أولاً : القراءات النظرية

ماهية المبارزة :

يذكر جمال عابدين (1984) أن المبارزة ما هى إلا نزال شريف بين لاعبين كل منهما ضد الآخر وذلك بالمواجهة الأمامية بسيفيهما يتبادلان بهما الكر والفر والهجوم والدفاع كل يحاول أن يلامس بالضغط أو الوخز بمقدمة سيفه الهدف المحدد قانوناً على سطح جسم الخصم ، على أن ذلك يتم داخل حدود ميدان اللعب المحدد قانوناً ، بغرض تسجيل العدد القانونى من اللمسات ضد الخصم أولاً ، وقبل أن يسجل هو عليه والتي على أساسها يتحدد من المنتصر ومن المهزوم ، على أن يتم ذلك من خلال حركات هجومية معينة و أوضاع دفاعية مناسبة ، محددة أيضاً قانوناً و عرفاً وتقليدياً ، يقوم بها كل لاعب ضد خصمه (28 : 28) .

ويرى إبراهيم نبيل (1999) أن المبارزة الحديثة هى إحدى مظاهر النشاط الرياضى ، لها أهدافها الرياضية والاجتماعية والنفسية والتربوية ، ولقد انبثقت عن المبارزة القديمة بعد مرورها بعدة تطورات ، ووصلت إلى الوضع الحالى حيث تمارس وفق قوانين معينة وقواعد تنظيمية خاصة تحكم المنازلة بين المتنافسين المتبارزين دون تدخل أو مساعدة من أحد أثناء اللعب سوى آداب هذه الرياضة العريقة من نبل وشرف وأمانة (1 : 37) .

ويذكر السيد معوض (2001) أن المبارزة بصفة عامة منازلة بالمواجهة المباشرة بين اللاعب ومنافسة مما يتحتم معه الفهم المسبق للمنافس واتخاذ الموقف الهجومي أو الدفاعى الملائم والتصرف بطريقة غير متوقعة للمنافس (21 : 14) .

ويشير فريدريك سيموا Fredrik Semoi (1996) أن رياضة المبارزة هى لعبة "الذكاء الحركى" حيث يستخدم المبارز ذكائه فى تحركاته بشكل واسع النطاق سواء فى الحركات الهجومية أو الدفاعية ولا تتم تحركاته بشكل عشوائى وإنما تكون نتيجة لقدرات عقلية خاصة تمكنه من الوصول إلى أفضل المستويات (64 : 15) .

ويذكر باتل Battel (1989) أن رياضة المبارزة إحدى الرياضات التي تناسب جميع الأعمار وكل المستويات الرياضية وذلك لعدم اعتمادها على القوة البدنية بقدر ما تعتمد على النواحي المهارية والفنية للعبة ، بحيث يمكن لممارسي هذه الرياضة الاشتراك في منافسات المبارزة في أي سن ، كما أنها تعتبر إحدى الرياضات الأكثر أماناً نظراً لتوافر القواعد والاشتراطات الخاصة بسلامة اللاعبين وعوامل الأمن والسلامة بها والتي تجعل الإصابة فيها نادرة (65 : 125) .

الخصائص الفنية لسلاح سيف المبارزة :

يتميز سلاح سيف المبارزة بنواحي فنية خاصة عن النوعين الآخرين ويرجع ذلك إلى وجود اختلافات جوهرية في النقاط التالية :

- المواصفات الفنية للسلاح .

- منطقة الهدف القانونية التي يسمح فيها بتحقيق لمسة .

- قواعد التحكيم .

- المهارات الأساسية وأوضاع الاستعداد .

- أساليب اللعب والخطط .

هذا مما دعا الباحث لتوضيح تلك النقاط للوقوف على النواحي الفنية لسلاح سيف المبارزة وفقاً لما يلي :

أولاً : المواصفات الفنية لسلاح سيف المبارزة :

سلاح سيف المبارزة هو أثقل الأسلحة الثلاثة وزناً وأكثرها طولاً وأقواها صلابة وأعرضها مقطعاً ونصله له ثلاثة حدود أسطحة مقعرة الشكل ويتوسط السطح العريض منه مجرى السلك الكهربائي " الذبابة " ، ويجب ألا يقل عمق هذا المجرى عن 1مم ويتراوح الوزن الكلي له من 750-770جم وأقصى طول له 110سم ، كما أن الواقي أكبر وأعمق من واقي سلاح الشيش ، حتى يعطي الحماية الكاملة ليد المبارز (16 : 61) .

ويذكر إبراهيم نبيل (1999) أن الواقى يستخدم لحماية اليد المسلحة للمبارز وتلافى أية إصابة فى أصابعه أو رسغه كما يستفيد منه اللاعب ذو المستوى المهارى المرتفع بالإضافة للنصل فى السيطرة على نصل منافسة فى حركات المسكات النصلية كما يمكن استخدامه فى حركات الدفاع وذلك عن طريق غلق خط التلاحم وغلق اتجاه الهجوم الذي يؤدي المنافس فيه لمستته (1 : 47) .

ويرى الباحث أنه نظراً لطول سلاح سيف المبارزة وكبير مساحة وحجم الواقى فيه فإن هذا بدوره يؤثر على الناحية الفنية من حيث استغلاله فى حماية مناطق الهدف المختلفة وخصوصاً القريبة من ذبابة سيف المنافس والمتمثلة فى الذراع المسلحة أثناء الهجوم ، كما يجب استغلاله فى قفل الوضع والسيطرة على سلاح المنافس أثناء الدفاع وخصوصاً أثناء غلق المسافة بين اللاعبين .

ثانياً : منطقة الهدف القانونية التى يسمح فيها بتحقيق لمسة :

يذكر عمرو السكرى (1993) أن الهدف فى سلاح سيف المبارزة يشمل جميع أجزاء جسم المبارز بما فى ذلك القناع والحذاء عدا السيف نفسه (44 : 39) .

ويرى الباحث أنه نظراً لاتساع منطقة الهدف فى سلاح سيف المبارزة ، فإن ذلك قد انعكس على الناحية الفنية إلى حد كبير نظراً لدخول منطقة الذراع المسلحة فى الهدف ولقربها من ذبابة سيف اللاعب المنافس مما يجعلها عرضة لإحراز لمسات بها ، وذلك بعكس سلاحى الشيش والسيف نظراً لتحديد الهدف فى كليهما بمسافة محدودة .

ونظراً لاتساع منطقة الهدف فى سلاح سيف المبارزة فإن ذلك يعطى فرصة للمهاجم فى إحراز اللمسات ضد خصمه وفى نفس الوقت تقلل الدفاع عن نفسه ، فالمهاجم عرضة للإصابة أو الطعن فى الأجزاء القريبة من المنافس مثل يد وساعد الذراع المسلحة مما يحتم على اللاعب الحرص والانتباه أثناء أداء المهارات الهجومية أو الدفاعية (15 : 25) .

ثالثا : قواعد التحكيم :

يتميز سلاح سيف المبارزة بقواعد تحكيم بسيطة عن سلاحى الشيش والسيف ولكن الاختلاف الجوهرى هو عدم وجود قاعدة " أسبقية الهجوم " وهى من أصعب قواعد التحكيم والتي من الممكن أن تؤدى إلى عدم التحكيم الصحيح فى سلاحى الشيش والسيف وتستخدم تلك القاعدة للفصل فى الهجمات التى قد تبدو متزامنة لكلا المتبارزين حيث تفصل بين اللاعبين وتحدد من المدافع ومن المهاجم (64 : 37) .

ونظرا لاختلاف تلك القاعدة فى سلاح سيف المبارزة فقد أثير ذلك على الناحية الفنية فبدلا من أن يقوم اللاعب بعمل الدفاع والرد ، يقوم بعمل هجمات مضادة وبذلك يمكنه التقليل من الهجوم الأسمى أو على الأقل الوصول فى نفس الوقت وفى تلك الحالة تحتسب اللمسة لصالح كلا اللاعبين .

رابعا : أوضاع الاستعداد والمهارات الأساسية :

نظرا لاتساع منطقة الهدف فى سلاح سيف المبارزة فقد أثير ذلك على وضع الاستعداد فعلى اللاعب أثناء وضع الاستعداد استغلال الواقى فى توفير أكبر قدر من الحماية للذراع المسلحة بحيث يكون اللاعب ما بين الوضع السادس والثامن ، مع الاستدارة بالجسم بحيث يقلل من مساحة الهدف المعرضة لإحراز لمسه من قبل المنافس .

ويذكر إبراهيم نبيل (2003) أن مسافة التبارز تحدد بمقدار بعد طرف سلاح " ذبابة " اللاعب عن أقرب جزء من منطقة الهدف القانونى للمنافس فى نوع السلاح المستخدم (2 : 68) .

و فى سلاح سيف المبارزة يجب الاحتفاظ دائما بمسافة كافية تفصل بين اللاعب وبين منافسه بشكل أكبر من سلاح الشيش ، حيث أن الأجزاء المتقدمة من جسمه مثل يد وساعد الذراع المسلحة تكون قريبة من ذبابة سلاح المنافس مما يعرضه لإحراز لمسه بها (15 : 26) .

وعند قيام لاعب سيف المبارزة بعمل هجوم فاشل على المنافس فمن الممكن استكمال الهجوم بإحدى مكملات الهجوم " الهجمات المستأنفة " (التكملة la remise – التكرار La redoublement – الاستعادة la reprises) دون الوقوع فى قاعدة أسبقية اللمس ، وفى هذا الصدد يشير إبراهيم نبيل (2003) إلى أن الهجمات المستأنفة هي تلك الهجمات التي يقوم بها المهاجم أصلاً والذي قام بالهجوم الأصلي – الذي لم تتحقق لمسته – وذلك بعد فشل هجمته الأصلية سواء بنجاح المنافس فى أداء دفاعه أو خروج ذبابته خارج الهدف أو بأى طريقة أخرى (2 : 123) .

خامساً : أساليب اللعب والخطط :

تحتل أساليب اللعب مكانة مهمة فى تحديد الخصائص الفنية للسلاح ونجد أن أساليب اللعب فى سلاح سيف المبارزة تختلف إذا ما قورنت بالنوعين الآخرين من الأسلحة ، فنجد أن أسلوب اللعب " الهجوم " يحتل الصدارة فى المنازلة بسلاح الشيش وذلك لاكتساب أسبقية الهجوم ، بينما يكون الهجوم المضاد هو الأفضل للاعبى المبارزة وخاصة الذين يتمتعون بطول القامة ، وسرعة رد فعل عالية ، بحيث يستغلون هجمات المنافس فى إيقاعه فى أخطاء وفتح ثغرات لهم وإحراز لمسه ناجحة . وهذا ما يؤكد مختار سالم ، تامر سالم (1995) أن الهجوم المضاد من أفضل الأساليب الهجومية الفعالة إذا ما تم أداؤها بصورة سريعة وفى توقيت حركى مناسب فى سلاح سيف المبارزة (57 : 105) .

أما بالنسبة لخطط اللعب فيذكر محمد علاوى (1994) أن الإعداد الخططى يهدف إلى اكتساب الفرد الرياضى للمعلومات والمعارف والقدرات الخططية وإتقانها بالقدر الكافى الذى يمكنه من حسن التصرف فى مختلف المواقف المتعددة والمتغيرة أثناء المنافسات الرياضية " المباريات " (49 : 272) .

ويختلف التعلم الخططى بالنسبة للفرد طبقاً للخصائص المميزة لنوع النشاط الذى يمارسه إذ يحتل التعلم الخططى أهمية بالغة بالنسبة لأنواع الأنشطة التى تتميز بالكفاح والتنافس وجهاً لوجه مثل المنازلات الفردية كالملاكمة والمصارعة

والسلاح....إذ أن أهم ما يميز هذه الأنشطة هو وجود فرد منافس إيجابي فى مواجهة اللاعب مباشرة يحاول بكل قواه إحباط الأهداف التى ينوى الفرد تحقيقها ، وكما يذكر بعض العلماء أن المنافسة فى مثل هذه الأنشطة الرياضية ما هى إلا منافسة بين تفكيرين ، تفكير اللاعب فى مواجهة تفكير منافسه (48 : 123) .

كما يذكر جمال عابدين (1984) أن خطط اللعب فى رياضة المبارزة تبنى على حركات الهجوم المختلفة وطرق وحركات الدفاع المتنوع وتبعاً لمستوى الخصم وإمكانيات ومستوى اللاعب نفسه الذى يقوم بتنفيذ الخطة (28 : 219) .

ويذكر محمد علاوى (1994) أنه كلما زادت درجة إتقان الفرد للمهارات الحركية التى يمكن استخدامها فى خطط اللعب المختلفة أى كلما تميز أداء المهارات الحركية بالآلية ، الأمر الذى لا يحتاج إلى تفكير يذكر ، كلما استطاع الفرد تركيز الجزء الأكبر من عملياته التفكيرية فى خطط اللعب المختلفة (49 : 273) .

وأثناء تنفيذ الخطط فى سيف المبارزة فإنه يجب على اللاعب أن يقوم باختيار المهارات الأساسية التى تمكنه من تنفيذ خطته كما يجب أن تتسم خطط المبارز بالمفاجأة كعمل إعداد للهجوم من خلال عمل التحضيرات المختلفة ، التوقيت الهجومى الجيد والذى يعبر عن اللحظة المناسبة للقيام بأداء الهجوم على المنافس وبأسرع شكل ممكن ومن ثم إحراز لمسه .

وفى هذا الصدد يذكر السيد سامى (2000) أنه تتميز مباريات المبارزة بالحركة المستمرة وسرعة الأداء المتغير والخاطف ولذا يجب على اللاعب تأدية المهارات الفنية (هجومية – دفاعية – رد – هجوم مضاد) بصورة أسرع من منافسه وفى التوقيت الصحيح حتى يحقق الفوز (18 : 18) .

كما يؤكد شريف العوضي (1994) أنه من عوامل إحراز الفوز كفيته إدارة المباراة وانتقاء التوقيت المناسب للانقضاض على المنافس لتسجيل النقاط وإمكانية تحقيق الفوز بالمباراة (35 : 20) .

- الصفات الواجب توافرها في المبارز :

يذكر إيهاب البديوي (1995) أن تحديد إمكانيات الناشئ الملائمة والمطلوبة لنوع معين من النشاط الرياضي يتطلب التعرف بدقة على المواصفات التي يتأسس عليها الوصول إلى مستويات رياضية عالية (24 : 4) .

كما يذكر السيد سامي (2000) أن المستويات الرياضية العالية قد وصلت إلى مستوى عالي جداً حتى أصبح من غير الممكن الاقتراب من هذه المستويات أو تخطيها إلا إذا توافرت العديد من الجوانب والشروط في الرياضي نفسه (18 : 2) .

ويتفق كلاً من عمرو السكري (1993) و إبراهيم نبيل (1999) في أن للمبارز صفات وقدرات وخصائص يجب أن يتمتع بها ، وهذه الصفات تميزه عن باقي لاعبي الرياضات الأخرى ، لأن رياضة المبارزة تتطلب من اللاعب القيام ببذل جهد كبير في وقت محدد مع إمكانية استمراره في أداء هذا الجهد في فترات متقطعة لمدة يوم أو يومين وفقاً لعدد المشتركين معه في المنافسة. ولكي يتفوق اللاعب في هذه الرياضة لابد من توافر بعض المحددات لديه : (الصفات البدنية - القياسات الجسمية " الأنثروبومترية " - العوامل النفسية) (44 : 18) (1 : 38) .

أولاً : الصفات البدنية :

يتفق العديد من الباحثين والمتخصصين في رياضة المبارزة عباس الرملي (1993) ، جمال عابدين (1984) ، السيد سامي (2000) وغيرهم ... على أن رياضة المبارزة تحتاج من ممارسيها إلى صفات بدنية معينة تساعدهم على تحقيق أفضل النتائج (38 : 35) (28 : 28) (18 : 15) .

كما يذكر مختار سالم ، تامر سالم (1995) أنه نظراً لأن رياضة المبارزة تمارس فوق حلبة تعتبر طويلة جداً بالنسبة لعرضها الضيق ، مع تحديدها بخطوط التقسيم اللازمة نجد أن الأداء الحركى فيها يكون سريعاً ودقيقاً مع عدم وجود فرصة للاعب فى الابتعاد أو عدم متابعة حركات منافسه... لذلك يجب أن يتوافر لدى اللاعب درجة عالية من عناصر اللياقة البدنية الشاملة مثل المرونة ، القوة ، السرعة ، الجلد الدورى التنفسى ... الخ (57 : 40) .

كما يذكر إيهاب مفرح (1993) نقلاً عن تشلر Tcheller أن المبارزة شأنها شأن باقى الأنشطة الرياضية التى تتطلب مجموعة متكاملة من الصفات البدنية والتى من أهمها سرعة الأداء وسرعة رد الفعل والقوة المميزة بالسرعة والرشاقة والتحمل والدقة والتوافق ... الخ وذلك لضمان نجاحهم فى الوصول إلى أرقى المستويات فى هذه الرياضة (25 : 7) .

ويتفق الباحث مع كلاً من جمال عابدين (1984) ، عمرو السكرى (1993) ، إبراهيم نبيل (1999) على أن الصفات البدنية الخاصة برياضة المبارزة هى السرعة ، القوة المميزة بالسرعة ، التوافق العضلى العصبى ، التحمل الخاص ، الرشاقة ، الدقة ، المرونة (28 : 32-83) (18 : 44) (1 : 38-40) .

ويذكر إبراهيم نبيل (2003) أن الصفات البدنية التى يجب أن تتوافر فى المبارز هى :

- السرعة .

- الرشاقة .

- القوة المميزة بالسرعة .

- الدقة .

- التوافق العضلى العصبى .

- المرونة .

- التحمل .

ثانياً : القياسات الجسمية :

يذكر أبو العلاء عبد الفتاح ، أحمد الروبي (1983) أن الصفات المورفولوجية للفرد الرياضي الناشئ تعد عاملاً مساعداً أو معوقاً لتقدمه في نشاط رياضي معين ، حيث تحدد صفات مثل الطول والوزن ، ونسب أعضاء الجسم إلى حد كبير المستوى الذي يمكن أن يحققه الرياضي ، فإن كثير من الصفات المورفولوجية تعتبر صفات وراثية (5 : 24) .

ويذكر مختار سالم ، تامر سالم (1995) أنه قد أكدت الدراسات العلمية وخاصة أبحاث كلاً من العالم الأمريكي هيروند Hiron والخبير البريطاني بارنل Parnel أن الأجسام النحيلة هي أكثر أنواع الأجسام استقراراً من غيرها لأنها تتميز بدرجة ثبات عالية للخصائص البدنية المتميزة بالاستمرارية ، ولهذا نجد كقاعدة عامة عند اختيار الناشئين مراعاة أن تتجه أجسامهم بصفة عامة إلى النحافة سواء بالنسبة للبنين أو البنات (57 : 37) .

كما يشير إبراهيم نبيل (1999) إلى أنه يجب أن يتصف لاعبي المبارزة وكذلك المبتدئين الذين يتم انتقائهم لممارسة هذه الرياضة بما يلي من القياسات الجسمية والأنثروبومترية :

- طول كل من الجسم الكلي والطرف السفلي .
- قصر الجذع .
- كبر محيط الساعد ، الفخذ ، الساق .
- صغر محيط الوسط ، الصدر .
- زيادة كل من قوة القبضة ، قوة الأصابع ، السعة الحيوية .

وذلك ضماناً لتفوقهم في تلك الرياضة مستقبلاً لوجود ارتباط دال وعال بين مستوى الأداء ونتائج المباريات وبين تلك الصفات (القياسات) الجسمية وفقاً لما توصلت إليه العديد من البحوث في هذا المجال (1 : 41) .

ثالثا العوامل النفسية :

يشير عباس الرملى (1984) إلى أهمية السمات النفسية لدى لاعبي المباراة في الوصول إلى المستويات العليا ، وقد ذكر أن أهم هذه الصفات هي (الصبر ، قوة العزيمة ، الشجاعة ، قوة الملاحظة ، التفكير المتزن ، القدرة على إتخاذ القرار ، والسرعة في اتخاذه ، النشاط ، التحمل ، الحذر ، عدم التردد ، التحكم في النفس ، المثابرة ، عدم اليأس) (37 : 121) .

ويذكر أشرف مسعد (1992) انه يمكننا التعرف على أهم السمات النفسية لرياضة المباراة من خلال نتائج دراسة عصمت محمد سعيد (1987) والتي أسفرت عن أن أهم السمات النفسية المميزة لرياضة المباراة هي " القيادة - العدوان - الثقة بالنفس - التحكم الانفعالي - التصميم - الثقة - التحمل (14 : 24) .

ويذكر أشرف مسعد (1986) نقلا عن محمد حسن علاوى أن رياضة المباراة من حيث أنها نشاط حركى يمارس باستخدام السلاح كأداة للعب فإنه بالإضافة إلى المتطلبات المهارية والبدنية والخطية الخاصة برياضة المباراة فإنها تحتاج إلى الخصائص النفسية (13 : 18) .

كما يرى مختار سالم ، تامر سالم (1995) أن الناشئ يحتاج في الوصول إلى المستوى المتقدم في المباراة إلى ضرورة توافر عناصر شدة الانتباه واليقظة الدائمة ، مع القدرة الفائقة على ضبط حركاته وحسن تصرفه في المواقف المفاجئة أثناء تعامله مع المنافس (57 : 135) .

ويذكر إبراهيم نبيل (1999) أن المباراة رياضة تنافسية يعمل فيها حساب وتقدير لقوة إرادة وذكاء المنافس ، وللعوامل النفسية دورا هاما وأثرا بالغافى التفوق في تلك الرياضة (1 : 41) .

- المهارات الحركية الخاصة برياضة المبارزة :

يذكر عباس الرملى (1984) أن رياضة المبارزة تتعدد فيها المهارات الحركية فمنها ما يؤدي بواسطة الجسم من الثبات أو التقدم أو التقهقر ومنها ما يؤدي بواسطة السلاح فى محاولة جادة من اللاعب للوصول إلى هدف منافسه لتحقيق اللمسات (37 : 22) ، ولقد اتفق كل من السيد عبد المقصود وثناء الجبيلى (1984) ، عباس الرملى (1993) ، محمد عاطف الأبحر (1993) ، على أن المهارات الحركية الخاصة برياضة المبارزة تتكون من :

- مهارات خاصة بأوضاع الجسم وهى ما يطلق عليها المهارات الأساسية فى المبارزة :

La tenue de larme – holding the weapon	حمل السلاح
Salute – salute	التحية
Position de la gard – the guard position-	وضع الاستعداد
Engagement – engagement	التلاحم

- أوضاع المبارزة

Six , Tierce – thid ,sixte position	الوضع السادس ، الثالث
Aureate.prime – first,fourth position	الوضع الرابع ، الأول
Octave , Second – second eight position	الوضع الثامن ، الثانى
Septime ,Quent – fifth , seventh	الوضع السابع ، الخامس

- مهارات خاصة بتحركات القدمين

Marche – the advance	التقدم للأمام
Rombre – the retreat	التقهقر للخلف
Development – the lunge	الطعن
Fleshe – the fleche	حركة السهم الطائر

- حركات مركبة للقدمين

Marche et Development – advance & lunge

التقدم للأمام مع الطعن

Rombra et la Development – retreat & lunge

التقهقر للخلف مع حركة الطعن

Marche et la Rombra – advance & retreat

التقدم للأمام والتقهقر للخلف أكثر من مرة

Ballestra – balestra

الوثب للأمام والطعن

أما بقية المهارات الحركية للمبارزة فمنها ما يتعلق بالهجوم بأنواعه أو الدفاع ومشتملاته أو الرد وهي كالتالي :

- مهارات الهجوم فى المبارزة وتتكون من :

L attaque simple – simple attack

مهارات الهجوم البسيط

Le coup droit – the straight thrust

الهجمة المستقيمة

Le degagement – the disengagement

الهجمة المغيرة

Le coupe

الهجمة القاطعة

Le conter degagement

الهجمة عكس المغيرة

L attaque compose

- مهارات الهجوم المركب :

Coup adroit conter degagement

الهجمة المستقيمة فى عكس المغيرة

Une - deux

الهجمة العددية 1 ، 2

.Une – deux. Trois

الهجمة العددية 1 ، 2 ، 3

Dauplement

الهجمة المزدوجة

Le coup degagement

الهجمة القاطعة – المغيرة

Contr Attaque

- مهارات الهجوم المضاد وتتكون من :

Coup de arret

ضربة الإيقاف

Coup de temps

الهجمة الزمنية

Preparation D attaque

Attaque au fer

La pattement – beat

La pression – pressure

La froissement – graze

Coale – disarmament

Prise defer – taking the blade

Opposition

La loment – bind

Le croise

La envelopement – envelopment

Varites D attaque – renewed attack:

La redoublement

La rmise – remise

A reprise – reprises

Parad simple - simpleparries

Parad semi circulaire –
semicircularparry

Parad circulaire – circularparry

Parad diagonal

Parad Avec romber

Parad compse

- مهارات تتعلق بالإعداد للهجوم :

أولاً : الهجمات النصلية

ضرب النصل

الضغط على النصل

السحق

الانزلاق (الزحقة)

ثانياً : المسكات النصلية

المسكة بالتضاد

المسكة الرابطة

المسكة الهابطة

المسكة الالتفافية

- الهجمة المستأنفة وتنقسم إلى

استعادة الهجوم

تكملة الهجوم

تكرار الهجوم

- المهارات الخاصة بالدفاع فى المبارزة

الدفاع الجانبى البسيط

الدفاع النصف دائرى

الدفاع الدائرى

الدفاع القطرى

الدفاع بالتقهقر للخلف

الدفاع المركب

Ripost et contre ripost

الرد – الرد المضاد :

- من حيث التوقيت الزمنى تتكون من :

Ripost au tacautac

الرد الفورى

Ripost qu temps

الرد المتأخر

- من حيث الاتجاه الحركي :

Ripost Direct – direct riposte

الرد المباشر

Ripost indirectin – direct riposte

الرد الغير مباشر

- من حيث التركيب يتكون من :

La ripost simple – simple riposte

الرد البسيط

La ripost compose – compound riposte

الرد المركب

(37 : 54) (42 : 38) (23 : 20)

درس المبارزة :

يذكر إبراهيم نبيل (2003) أنه فى ذلك الجزء يتم التعامل بصورة فردية بين المدرب واللاعب ، حيث يقوم المدرب بتدريب اللاعب على بعض المهارات التى يحددها هو بما يتناسب مع ذلك اللاعب (2 : 137) .

كما يذكر السيد سامى (2000) أن درس المبارزة يعتبر من الأساسيات الهامة والضرورية التى يجب العناية بها وذلك لحيويته بالنسبة للاعب فى مختلف المراحل التى يمر بها سواء فى المراحل الأولى لممارسته للمبارزة أو فى المراحل المتقدمة (18 : 74) .

ويذكر إبراهيم نبيل (2003) أنه يمكن تقسيم أنواع درس المبارزة بناءً على الهدف من الدرس نفسه ، وكذلك بناءً على الفترة التدريبية نفسها ، وهذا التقسيم كالتالي :

- درس تعليمي .
- درس إصلاح .
- درس خاص .
- درس اختبار .
- درس عام .
- درس علاجي (2 : 139) .

في حين يذكر نبيل فوزي (1996) نقلاً عن العديد من الخبراء ومدربي السلاح أنه يوجد في درس المبارزة ثلاثة أسس يجب مراعاتها وهي :

- الإيقاع Rethem

- الزمن Tempo

- المسافات Distances

ويجب الربط بين هذه الأسس الثلاثة دون الفصل بينهما بحيث يكون هناك توافق تام عند أداء أي مهارة بدرس المبارزة بصورة عامة وفي أي مهارة خاصة بحركات القدمين بصفة خاصة (60 : 31) .

ويذكر السيد سامي (2000) أن درس المبارزة يجب أن يسير وفقاً

للخطوات التالية :

- 1- أسلوب الأداء اللفظي
 - 2- أسلوب الأداء بالإحساس بالنصل
 - 3- أسلوب الأداء بالتحركات / المسافة
 - 4- أسلوب الأداء بغياب النصل
 - 5- أسلوب الأداء الخططي
- Sent Au fer
- Distance
- Absent au fer
- Tactic

1- أسلوب الأداء اللفظي :

يعتبر التدريب بأسلوب الأداء اللفظي هو المرحلة الأولى والأساسية فى الدرس من خلال التركيز على مهارة محددة والذى سيتم بناء الدرس عليها للوصول إلى الناحية الخطئية ، ويبدأ اللاعب فى تطبيق المهارة عن طريق النداء اللفظي أو العددي من المدرب مع مراعاة تجزئة المهارة والتدرج من السهل إلى الصعب والوصول إلى أداء المهارة فى لحظة زمنية واحدة بتسلسل متكامل ، وينبغي على المدرب الاهتمام بالناحية الفنية (التكنيك) لأداء اللاعب .

2- أسلوب الأداء بالإحساس بالنصل :

يتم فى هذه المرحلة من الدرس تطبيق نفس المهارة ولكن بدون نداء من المدرب ، ويتوقف الأداء فيها على إشارة من المدرب بواسطة نصل السلاح والتي تعتبر الثغرة أو المثير لقيام اللاعب بالاستجابة لها بالأداء وينبغي فى هذه المرحلة تركيز الاهتمام على تنمية سرعة الاستجابة للاعب والوصول إلى سرعة رد فعل مثالى لحركات نصل المدرب ، مع عدم إهمال الناحية الفنية والتدرج من السهل إلى الصعب فى مراحل الأداء.

3- أسلوب الأداء بالتحركات (المسافة) :

تعتبر هذه المرحلة من الدرس نقطة تحول فى هدف الدرس من الناحية الفنية حيث يأخذ أسلوب الأداء شكل أقرب إلى المباراة ، وهنا يبدأ المدرب فى التدرج بالمهارة من البسيط إلى المركب بمصاحبة التحركات بالقدم والتقهر بالإضافة إلى أن الأداء يكون من خلال الإحساس بالنصل .

4- أسلوب الأداء بغياب النصل :

بعد التأكد من قدرة اللاعب على أداء المرحلة السابقة بصورة متناسقة ، يبدأ المدرب فى تطبيق المهارة فى شكل واجب حركى أقرب ما يكون فى ظروف المباراة ، وذلك لأن وضع الاستعداد يكون فى غياب النصل لكلاً من اللاعب والمدرب ولذلك فإن الأداء يحتاج إلى تركيز ويقظة من اللاعب وذلك لاحتياج الأداء

إلى سرعة رد فعل تتناسب مع الاحتمالات المتعددة من المدرب مع إعطاء الإشارة للاعب لأداء الواجب الحركي ، وعلى المدرب أن يتدرج من السهل إلى الصعب وذلك بتجزئة المهارة من الثبات أولاً ثم إلى الحركة مع مراعاة توافق وتناسق الأداء والوصول إليه في حركة نصليه متسلسلة بتوافق كامل .

5- أسلوب الأداء الخططي :

في هذه المرحلة يجب أن يضع كلاً من المدرب واللاعب في الاعتبار وجود المنافس الإيجابي الذي سيواجه اللاعب مباشرة في الملعب ، ويحاول بكل قواه إحباط الأهداف التي ينوي اللاعب تحقيقها ، وبذلك فإن مباراة المباراة ما هي إلا منافسة بين " تفكيرين " ، تفكير اللاعب في مواجهة تفكير منافسه . ولهذا تعتبر هذه المرحلة من التدريب ذات أهمية فنية خاصة ، حيث يبدأ اللاعب في اكتساب نواحي الاستراتيجية والتكتيك ، وذلك عن طريق تنفيذ المهارة في شكل خططي وهذا الأداء يختلف عن صورة الأداء الأولى ، حيث أن الأداء الخططي يتطلب دائماً وفي كل وقت إسهام العمليات التفكيرية المتعددة أثناء الأداء نظراً لطبيعة المواقف المتعددة والمتغيرة أثناء المنافسات (18 : 76 ، 77) .

- المباراة والناشئين :

إن ملاحظتنا لظاهرة صغر أعمار أبطال العالم في المباراة جاءت نتيجة لاهتمام خبراء التدريب والطب الرياضي بضرورة اختيار الناشئين في سن مبكرة من العمر ، حيث وجدوا أن أنسب الأعمار لتعليم فنون المباراة للناشئين و الناشئات هي ما بين سن العاشرة والثانية عشر حتى تصبح الفرصة كافية أمامهم لتنمية وتطوير قدراتهم البدنية ومهاراتهم الفنية للوصول إلى مرتبة البطولة على أعلى تقدير في سن الثامنة عشر (57 : 45) .

ويذكر أبو العلا عبد الفتاح وأحمد الروبي (1983) أنه من المسلم به أن أصحاب الأرقام القياسية ، والمتفوقين في نشاط رياضي معين ليسوا أفراداً عاديين سواء في استعداداتهم ومهاراتهم البدنية أو سماتهم النفسية (8 : 5) .

لذلك ينبغي الاهتمام بعملية اختيار الناشئين فى سن مبكرة بعد عمل عدة اختبارات لقياس مدى الاستعداد الطبيعي للتقدم فى تدريبات المبارزة والكشف عن المواهب الخاصة والقدرات المتميزة حتى نضمن لهؤلاء الناشئين سرعة الاستجابة لبرامج التدريب والنبوغ فى هذه الرياضة (56 : 35) .

ويرى السيد سامى (1995) أنه يمكن البدء فى ممارسة المبارزة فى سن يتراوح بين (8 - 10) سنوات ، ويمكن أن يستمر اللاعب فى الممارسة لفترات زمنية طويلة (17 : 11) .

ويرى الباحث أنه يمكن البدء فى ممارسة المبارزة من سن 9 سنوات أى فى بداية المرحلة العمرية من (9 - 12) سنة وذلك حتى يصل إلى مستوى البطولة بحد أقصى فى سن 17 سنة . وهذا ما أكدته مختار سالم ، تامر سالم (1995) بأن فترة ثماني سنوات من التدريب المنتظم المدروس علمياً تؤدي إلى اكتساب اللاعب لدرجة عالية من الإتقان المهارى لفنون المبارزة ، والعديد من خبرات اللاعب ، وهذا ما أكدته أعمار أبطال وبطلات الدورات الأولمبية الأخيرة ، والحاصلين على بطولات العالم فى الأسلحة الثلاثة للمبارزة (57 : 35) .

- مظاهر نمو المرحلة السنوية من 9 - 12 سنة :

نظراً لأن الباحث يرى أنه يمكن البدء فى ممارسة المبارزة فى سن 9 سنوات فكان هذا مدعاة لقيام الباحث بتناول هذه المرحلة السنوية (9 - 12) سنه ومظاهر نموها .

يشير محمد إبراهيم شحاته وآخرون (1998) إلى أن المرحلة السنوية من

سن 6 - 12 تنقسم إلى :

الطفولة الوسطى من 6 - 9 سنوات .

الطفولة المتأخرة 9 - 12 سنة . (47 : 18)

وقد اختار الباحث دراسة مظاهر نمو مرحلة الطفولة المتأخرة (9 - 12)
سنه والتي يرى الباحث مناسبتها للبدء فى ممارسة المبارزة .

أولاً : النمو الجسمي والحركي :

يرى حامد عبد السلام (1995) أن المرحلة السنوية من 9 - 12 سنة تتعدل
فيها النسب الجسمية وتصبح قريبة الشبه بها عند الراشد ، وتستطيل الأطراف ،
ويتزايد النمو العضلى ، وتكون العظام أقوى من ذى قبل ، وتكون المقاييس الجسمية
للبنين كما هو موضح بالجدول التالي :

جدول (1)

المقاييس الجسمية للمرحلة السنوية من (9 - 12) سنة

المقاييس الجسمية				وحدة القياس	المتغيرات
12	11	10	9	السنة	العمر
139.5	135.1	131.3	126.9	السنتيمتر	الطول
32.00	29.7	27.4	25.7	الكيلوجرام	الوزن

(20 : 30)

ويذكر أسامة راتب ، أمين الخولى (1994) أن معدل النمو البدنى فى تلك
المرحلة يكون أكثر ثباتا واستقرارا عن أى وقت خلال الطفولة كلها ، إلا أن هذا
المعدل بطيء نسبيا لبقية المراحل (11 : 97 : 98) .

ويرى السيد معوض (2001) أن للمقاييس الأنثروبومترية أهمية كبيرة فى
رياضة المبارزة ، شأنها شأن الرياضات الأخرى ، فمما لا شك فيه أن مقاييس
أطوال الأطراف ، والوزن والأعراض والأعماق ، ونسبة الدهون فى الجسم ذات
أهمية قصوى للمبارز فأطوال الأطراف " على سبيل المثال " تسهم بشكل إيجابي فى
إمكانية توصيل اللمسة والقيام بالدفاعات والرد بصورة ناجحة وسريعة ، وبالتالى
التفوق فى رياضة المبارزة (21 : 20 ، 21) .

ويشير محمد إبراهيم شحاته و آخرون (1998) أن المرحلة السنية من 9 - 12 سنة مرحلة الطفولة المتأخرة تتميز بتزايد النمو البدني عن المرحلة السابقة لها ويزداد نمو العضلات الدقيقة لليدين والأصابع مما يؤدي إلى زيادة التوافق العضلي العصبي ، وكذلك الدقة الحركية والرشاقة للجسم كله ، والطفل هنا دائم الحركة نشيط غير مستقر في مكان واحد وتتميز حركته بالجري المستمر وتتضح الفروق بين الجنسين في النشاط الحركي حيث يتميز نشاط الأولاد بالقوة والعنف في الجري والقفز والشجار والعراك أحيانا (47 : 35) .

وتضيف منى الأزهرى (1996) أن المرحلة السنية من 9 - 12 سنة يتميز الطفل فيها بدرجة كبيرة من التوجيه الهادف لحركاته و القدرة على التحكم فيها وتصبح حركات الطفل أكثر و تتميز بالاقتصاد في الجهد وتتمتع حركات الطفل بقدر كبير من الرشاقة والسرعة والقوة وطفل هذه المرحلة يتميز أيضا بحسن التوقيت وانسيابية وحسن انتقال الحركة من الجذع إلى الذراعين وإلى القدمين وسرعة استيعابه وتعلمه للحركات الجديدة والقدرة على الموائمة الحركية لمختلف الظروف ويكتسب الطفل في هذه المرحلة القدرة على أداء المهارات الحركية دون إنفاق وقت طويل في عملية التعلم والتدريب والممارسة (59 : 54 ، 55) .

وبالرغم من أن هذه الفترة العمرية تتميز بالبطء وإستقرار النمو، فإن الطفل يحقق تقدما سريعا في نواحي التعلم والأداء للألعاب وبعض الأنشطة الرياضية ، حيث أن تميز هذه الفترة بالبطء في نمو الطول والوزن يعطى الطفل فرصة أفضل للسيطرة واستخدام جسمه ، وذلك يفسر لنا التحسن الواضح للطفل في هذه المرحلة العمرية من حيث التوافق والتحكم الحركي ، إن التغير المحدود في حجم الجسم ، والاحتفاظ بالنمو المتوازن بين العظام والأنسجة يعتبر عاملا هاما في زيادة الكفاءة الوظيفية لجسم الطفل (26 : 129) .

وتذكر منى الأزهرى (1996) أنه تعتمد النشاطات الحركية للطفل على نضجه الجسماني وعلى نمو شخصيته ، كما أنها تتأثر بهيئة الجسم عند الطفل إذ أنه كلما تقدم سن الطفل ازدادت قدرته على حفظ التوازن فى النشاطات التى تتطلب المهارة وعلى تجنب السقوط يأخذ الجسم طريقة إلى تحقيق التوازن الثابت ، كما تذكر أن العوامل المؤثرة على النمو الحركى هى :-

- الحالة الجسمية والصحية العامة .
- مستوى النمو الانفعالي عند الطفل .
- التعلم والتدريب الذى يتلقاه الطفل على المهارات الحركية . (59 : 12)

ثانيا : الصفات البدنية :

يذكر إيهاب مفرح (1993) نقلا عن على البيك أن كل صفة من الصفات البدنية لها ديناميكية عمرية محددة حيث يظهر خلال المراحل العمرية المختلفة تطور مختلف بالنسبة لهذه الديناميكية وهنا يجب مراعاة التركيز على التدريبات الأساسية لنمو الصفات البدنية المراد الارتقاء بها فى تلك المراحل السنية التى يمكن من خلالها إحداث أكبر تطور (25 : 14 ، 15) .

كما يذكر رمزي الطنبولى (1988) أن معرفتنا للديناميكية العمرية لبعض خصائص الصفات البدنية ، سوف يساعد بدرجة كبيرة فى تحديد مستوى تنمية الصفات البدنية الخاصة فى الأنشطة الرياضية المختلفة عامة وفى المبارزة بصفة خاصة (34 : 129) .

ويتفق كلا من رمزي الطنبولى (1988) وعلى البيك (1993) على أن المرحلة السنية من (7 - 11) سنة تعتبر من المراحل المناسبة بشكل كبير لتطويع سرعة الحركة وسرعة رد الفعل حيث يمكن بصفة خاصة ملاحظة سرعة الارتقاء بزيادة تردد الحركة (34 : 7) (43 : 31) .

فى حىن ىذكر أبو العلاء عبء الفءاء (1997) أن نمو السرعة الحركىة ىبءأ فى البءء ابءءاء من 14 سنة حتى ىءوءف ءماما فى عمر 16-17 سنة (4 : 201).

وقء اءءلف المءءصصون فى سن بءاءة ءءوافق الحركى لءى الناشئىن الرىاضىىن ، وهءا ما أكءه إىهاب مفرء (1995) نقلا عن كوروبكوف (1960) أن سن ءءوافق الحركى لءى الناشئىن الرىاضىىن قء ىبءأ فى سن من (10 - 11) سنة وءى سن (14 - 15) سنة (25 : 17 ، 18) .

كما ءشهد الفءرة العمرىة 9 - 17 سنة بشكل عام نمواء للرشاقءة مقارئة بالمراهل السابقة ولكن ىءوءف نمو الرشاقءة عنء البناء فى سن 14 سنة وبالنسبة للأولاء ىءوءف عنء سن 17 سنة (14 : 275) .

النمو العقلى :

ىذكر أشرف عبء المنعم (1997) نقلا عن بىابىه Piage أن هءه المرحلة ءسمى مرحلة العملىاء العىنىة وفىها ىنءقل الطفل من مرحلة ءءكىر الأرفى والءىالى إلى ءءكىر المنطقى فى الأشىاء العىنىة فى العالم المءىط أى إلى منطق المءسوساء وءصل مهارة العملىاء العىنىة إلى مءاها فىما بىن 6 - 11 سنة وىساعء هءا على ءءسىن الءاكرة عنء الأطفال وإلى وعىهم بقءراءهم على ءءكىر وكءلك ىنمو الإدراك ءىء ءنمو لءى الطفل فى هءه المرحلة قءراء قرىبة الشبه بءلك ءى ىءلى بها الكبار (11 : 12) .

وىذكر مءمء علاوى (1998) أنه فى ءلك المرحلة ىءطور إدراك الطفل للعلاقاء بىن أجزاء الأشىاء المركبة منها ، نظرا لاءساع مءى إدراكه وبءلك ىسءطىع ءركىب الأشىاء المءقءة بالإضافة إلى أن الطفل ىصءب أكثر وعىا وإءراكا بالمشاكل ءى ءمىز بقءر مءىن من ءءقىء وىزءاء نضء العملىاء العقلىة كالأءكر وءءكىر ، إذ ىنءقل الطفل من طور ءءكىر الوىالى إلى طور الواقعىة ، كما ءزءاء قءراءه على الاءءباه وءءركىز من ءىء المءى والمءة (50 : 105) .

وهذا ما يؤكد **حامد عبد السلام (1995)** أنه في الغالب ينمو لدى الطفل في هذه المرحلة 9 - 12 سنة نمو مفهوم الذات نمواً سريعاً سوياً موجياً كما يزداد مدى الانتباه ومدته وحدته وتزداد القدرة على التركيز بانتظام كما يظهر التخيل الإبداعي والقدرة على تعلم ونمو المفاهيم ومن أمثلة ذلك مفهوم العدل والظلم والصواب والخطأ (30 : 271) .

ويذكر **محمد علاوى (1998)** نقلاً عن مانيل أن التعلم الحركي في تلك المرحلة ، لا يحدث عن طريق التحليل الإدراكي التفكيرى للمهارة الحركية كما هو الحال غالباً بالنسبة للبالغين ، فالأطفال لا يقومون بالتأمل والتفكير لفترة طويلة في جزئيات المهارة الحركية ، بل نجدهم يقومون باستيعاب المهارة الحركية ككل ، ويقومون مباشرة بالتقليد (50 : 65) .

ويذكر **السيد سامى (2000)** نقلاً عن " جوركن GorKin " بأن الطفل في هذه المرحلة يصبح في مقدوره سرعة تثبيت المهارات الحركية الجديدة المكتسبة ، وهذا يساهم بدوره في عملية التعلم من أول وهلة ومن ناحية أخرى فإن تطور النمو الحادث في الجهاز العصبى المركزى وخاصة بالنسبة لقشرة المخ يساعد الطفل على حسن الاستفادة من المهارات الحركية السابق تعلمها . أي الاستفادة من الخبرات الحركية وذلك في غضون عملية تعلم المهارات الحركية الجديدة . ومما تقدم يتضح لنا أن هذه المرحلة هي السن المناسب للتخصص الرياضى المبكر فى معظم الأنشطة الرياضية (18 : 20 ، 21) .

النمو الانفعالي :

يذكر **حامد عبد السلام (1995)** أن طفل هذه المرحلة يتميز بأنه يحاول التخلص من الطفولة والشعور بأنه قد كبر وهذه تعتبر مرحلة الاستقرار والثبات الانفعالي ولذا يطلق كثيراً من الباحثين على هذه المرحلة اسم مرحلة (الطفولة الهادئة) ويلاحظ ضبط الانفعالات ومحاولة السيطرة على النفس وعدم إفلات الانفعالات ويتضح الميل للمرح وتنمو الاتجاهات الوجدانية وتقل مظاهر الثورة

الخارجية ويتسم التعبير عن الغضب لطفل المرحلة السنية من (9 - 12) سنة مرحلة الطفولة المتأخرة بالمقاومة السلبية للغضب مع التمتمة ببعض الألفاظ وظهور تعبيرات الوجه (30 : 275) .

وتضيف منى الأزهرى (1986) أن طفل هذه المرحلة يتميز أيضا بالقلق والخوف وتقلب المزاج بين الجبن والشجاعة تارة والمرح والاكثاب تارة أخرى وتزداد حساسية ويكثر من الشكوى (63 : 54 ، 55) .

وترى هبة روى (2000) أن الإعداد النفسى للاعب السلاح يؤدي إلى إتقان الأداء المهارى فى جميع المواقف المتباينة حيث أنه لا بد من أن يهيىء نفسه بالإستعداد الشامل والثقة بالنفس وهى صفة مكتسبة وليست موروثه مما يؤدي إلى رفع درجة الاستعداد ، حيث أن لاعب السلاح يلعب أكثر من مباراة فى نفس اليوم لذلك لا بد من تهيئته للراحة والاسترخاء فى الفواصل الزمنية بين المباريات التنافسية (61 : 25) .

النمو الاجتماعى :

تذكر منى الأزهرى (1986) أن طفل هذه المرحلة ينخرط مع أقرانه من الأطفال فى جماعات تصح معاييرها لدى الطفل أهم من معايير الأسرة وأن الجماعات التي ينضم إليها الطفل يكون لها أثر كبير من حيث تحديد اتجاهاته وآماله وأوجه نشاطه المختلفة (59 : 54،55) .

ويرى حامد عبد السلام (1995) أن المرحلة من سن 9-12 سنة يزداد بها احتكاك الطفل بجماعات الكبار واكتسابه معاييرهم واتجاهاتهم وقيمهم فالذكر يتابع بشغف مايجرى فى وسط الشباب والرجال ويلاحظ زيادة نقد الطفل لتصرفات الكبار وتضايقه الأوامر والنواهي ويثور على الروتين ويزداد تأثير جماعة الرفاق ويكون التفاعل الاجتماعى مع الأقران على أشده فى التعاون والتنافس والولاء والتماسك ويسود اللعب الجماعى والمباريات (30 : 276)

أسس تدريب الناشئين :

إن الهدف الرئيسي من التدريب الرياضى هو محاولة الوصول بالفرد إلى أعلى مستوى رياضى ممكن فى نوع معين من أنواع الأنشطة الرياضية . وعلى ذلك فإن التدريب الرياضى يشكل أساسا ما يسمى " برياضة المستويات " أو " رياضة البطولات " أى ممارسة النشاط الرياضى بغرض تحقيق أحسن ما يمكن من المستوى الرياضى فى البطولات أو المنافسات الرياضية المختلفة (49 : 36) .

ويتفق كلا من محمد علاوى (1994) ، مفتى إبراهيم (1996) ، أسامة كامل (2001) ، أمر الله البساطى (1998) ، محمد علاوى وأبو العلا عبد الفتاح (2000) ، عثمان رفعت (2003) على أن أسس تدريب الناشئين هى :

أولا : الاستجابة الفردية للتدريب .

ثانيا : الوصول بالحمل إلى الحد الخارجى لمقدرة الناشئين .

ثالثا : التكيف .

رابعا : التقدم المناسب بدرجة الحمل .

خامسا : خصوصية التدريب .

سادسا : التموج .

سابعا : العودة للحالة الطبيعية .

ثامنا : برمجة تدريب الناشئين . (49 : 36-39) (58 : 205-219) (10 : 171-182)

(22 : 52 - 72) (51 : 27-31) (40 : 30 - 39) .

أولا : الاستجابة الفردية للتدريب :

إن التدريب الرياضى عملية تربوية ذات صبغة " فردية " لدرجة كبيرة إذ أنها تراعى الفروق الفردية من حيث درجة المستوى أو العمر أو الجنس فعلى سبيل المثال يختلف تدريب الناشئ عن تدريب لاعب الدرجة الثانية الذى يختلف بالتالى عن تدريب اللاعب الدولى (49 : 38) .

ويتفق كلا من مفتى إبراهيم (1996) ، أسامه راتب (2001) أنه من الطبيعي أن يكون الناشئون غير متشابهون فى القدرات حتى فى المرحلة السنوية الواحدة ، ويرجع ذلك إلى العديد من الأسباب منها الوراثة والتغذية ، والنضج ، والبيئة التى يعيشون فيها وبالتالي فان استجاباتهم وتقبلهم واستفادتهم من التمرين الواحد تكون مختلفة (58 : 205) ، (10 : 175) .

كما تشير الفردية فى التدريب إلى مراعاة الفروق الفردية بين الرياضيين حتى ولو كانت أعمارهم ونتائجهم متساوية فليس معنى تساوى الأعمار والنتائج فى بداية التدريب أنه سيظل كل اللاعبين بنفس المستوى مع استمرار العملية التدريبية ، فكل رياضى استجاباته الرياضية المختلفة وكذلك فكل رياضى له خصائصه الفردية التى تميزه عن غيره (23 : 69) .

ويذكر محمد علاوى ، أبو العلا عبد الفتاح (2000) أنه لا يتشابه الأفراد فى قدراتهم وخصائصهم البيولوجية والعقلية وغيرها ، وأن هناك دائما فروق فردية بين الأفراد فى تحملهم لأداء حمل التدريب ، ولذلك فإنه عند تشكيل حمل التدريب يجب أن يتم فى ضوء هذه الفروق (51 : 30) .

ويرى الباحث أن الفردية فى التدريب تتحقق فى المباراة من خلال درس المباراة ، حيث يتم التعامل فيه بصورة فردية بين المدرب واللاعب للتدريب على المهارات المختلفة والتى تتناسب مع خصائص وقدرات اللاعب ، وهذا ما يؤكد إبراهيم نبيل (2003) حيث يشير إلى أن التعامل فى درس المباراة يتم بصورة فردية بين اللاعب والمدرب ، حيث يقوم المدرب بتدريب اللاعب على بعض المهارات التى يحددها هو بما يتناسب مع ذلك اللاعب (2 : 137) .

ثانيا : الوصول بالحمل إلى الحد الخارجى لمقدرة الناشئين .

يذكر مفتى إبراهيم (1996) أنه يجب أن يقدم للناشئين حمل تدريب يتناسب مع قدراتهم ، كلما تكيفت أجسامهم على الحمل المقدم كان من الأهمية العمل على

زيادة هذا الحمل فى الوقت المناسب وبالدرجة المناسبة وهو ما يزيد قدراتهم وكفاءتهم (58 : 207) .

كما يذكر محمد علاوى ، أبو العلا عبد الفتاح (2000) أنه يجب على المدرب أن يستخدم حمل التدريب بحيث يؤدى ذلك إلى حدوث حالة التعب Fatigue ، ولكنه فى نفس الوقت يتجنب وصول اللاعب إلى حالة الاجهاد Exhaustion ، حيث تؤدى هذه الحالة إلى عدم قدرة اللاعب على التدريب أو المنافسة (51 : 29) .

ويذكر أسامة كامل (1998) أنه عندما يصل اللاعب إلى مرحلة التكيف مع الحمل التدريبي ، فإن هذا الحمل لا يؤدى إلى حدوث تأثيرات تؤدى إلى تطور الحالة التدريبية للاعب . لذلك تبدو الحاجة إلى زيادة الحمل over Load ، وتتحقق الزيادة من خلال ثلاثة عوامل وهى : (التكرار - الشدة - الزمن) (9 : 175) .

ويتحقق تحديد الحد الأقصى من الحمل الخارجى للناشئ من خلال استخدام المدرب لبطاقات التسجيل للاعبين والتي يحدد فيها كل المتغيرات الخاصة بالناشئ من (البيانات الشخصية - الجوانب البدنية - الجوانب المهارية - التغيرات الفسيولوجية) ، ومن خلال التغيرات الفسيولوجية يمكن الحكم على مدى فاعلية الحمل التدريبى للناشئ .

ثالثا : التكيف :

يشير أمر الله البساطي (1998) إلى أن التكيف Adaptation والتقدم الذي يحدث فى مستوى إنجاز الأعضاء والأجهزة الداخلية للجسم نتيجة أداء احمال داخلية وخارجية تتخطى مستوى اللاعب الراهن ، وتؤدى هذه الأحمال إلى هدم مواد ، ويتم تعويض هذه المواد أثناء مرحلة استعادة استجماع القوى بحيث تزيد عادة عن المستوى الأصلي (22 : 60) .

كما يذكر مفتى إبراهيم (1996) أن التدريب الرياضى المقتن يحدث تغيرات فى الاجهزة العضوية لجسم الناشئين ، ففى كل وحدة تدريب يحدث لديهم

تغيرات طفيفة جدا ودقيقة ، وهو أمر لا يمكن لمسه وملاحظته بالحواس العادية ولكن يمكن لمسة بعد مرور فترات طويلة نسبيا وهذا التغيير يكون إيجابيا بمعنى أنه يحدث تحسن فى كفاءة عمل الأجهزة الوظيفية بالجسم مثل الجهاز التنفسى والجهاز البصرى والجهاز العضلى والجهاز العصبى ، فإن هذا التحسن هو ما يطلق عليه تكيف الجسم للحمل الواقع عليه (58 : 207) .

ويمكن للمدرب ملاحظة وصول الناشئ إلى مرحلة التكيف من خلال التغيرات الفسيولوجية المختلفة والتي تحدث للناشئ نتيجة للتدريب المستمر الذى يؤدي إلى الارتقاء بالقدرات الوظيفية للناشئ . وهذا ما أكده السيد معوض (2001) حيث يشير إلى أن التدريب الرياضى يؤدي إلى حدوث تغيرات فسيولوجية تشمل جميع أجهزة الجسم تقريبا ، ويتقدم مستوى الأداء الرياضى كلما كانت هذه التغيرات إيجابية بما يحقق التكيف الفسيولوجى لأجهزة الجسم المختلفة لأداء الحمل البدني وتحمل الأداء بكفاءة عالية مع الاقتصاد فى الجهد (21: 23) .

كما يذكر نبيل فوزى (1996) أن التأثير الفسيولوجى يزداد نتيجة حمل التدريب خلال الوحدة التدريبية الواحدة ونتيجة للتدريب المتكرر لفترات طويلة تظهر ظاهرة التكيف لكل من الجهازين العصبى والعضلى ، وظاهرة التكيف هذه تشمل أيضا النواحي الفسيولوجية (60 : 49) .

رابعا : التقدم المناسب بدرجة الحمل .

يشير محمد علاوى ، أبو العلا عبد الفتاح (2000) إلى أنه يمكن زيادة حمل التدريب بطريقة تدريجية وعلى فترات زمنية تسمح بحدوث التكيف الفسيولوجى ، وهذه الفترات تتراوح ما بين الأسابيع و الأشهر والسنوات ، ولتحقيق زيادة الحمل يفضل دائما التدرج بزيادة إحدى مكوناته ، وبناءا على ذلك فان الاساس العام هنا أن تكون الفترات الأولى للتدريب تتميز باستخدام الحمل المنخفض مع التدرج فى زيادة دوام الحمل فى البداية ثم بعد ذلك يتم زيادة شدة الحمل تدريجيا (51 : 29) .

كما يذكر كلا من مفتي إبراهيم (1996) ، أسامة كامل (2001) أنه تشير الدلائل بالنسبة لتدريب الناشئين أن التكيف الفسيولوجي يكون أكثر ثباتا ، ويؤدى إلى تطور المستوى بسرعة إذا ما زاد حجم الحمل ، ويتم الارتفاع بالشدة بحذر ، ويتم ذلك على المراحل التالية :

- زيادة عدد مرات التدريب إلى أن يصل الناشئ إلى التدريب اليومى .
- زيادة حجم التدريب فى كل وحدة تدريبية مع ثبات كثافة وشدة الحمل .
- زيادة كثافة الوحدة التدريبية .

وتجدر الإشارة إلى أن المراحل أو الخطوات السابقة لا تتم فى وقت واحد إذ يمكن أن يؤدى ذلك إلى ظاهرة التدريب الزائد (over Load) ، ولذلك يجب أن تحدث بالتدرج (58 : 216) ، (10 : 176 ، 177) .

خامسا : خصوصية التدريب :

يرى أمر الله البساطى (1998) أن خصوصية التدريب أحد القوانين الأساسية التى تحكم عملية التدريب فى تحقيق الهدف منه وهو المستوى العالى من الإنجاز فى النشاط المختار (22 : 66) .

ويشير مفتي إبراهيم (1996) إلى أن الموازنة بين خصوصية التدريب وشموليته واحدة من أهم أساسيات تدريب الناشئين ، وفى المراحل السنية المبكرة يكون المحتوى التدريبي يغلب عليه الشمولية ، وكلما زاد عمر الناشئ ازدادت خصوصيته فى التدريب وقلت شموليته ثم تتساوى الشمولية والخصوصية إلى أن تزداد خصوصية التدريب عن شموليته فى المراحل المتقدمة للناشئين (58 : 216) .

وتتضح الموازنة بين شمولية التدريب وخصوصيته فى أن الناشئ فى بداية الأمر يقوم بتعلم المهارات الأساسية الخاصة بالمبارزة عامة ، ثم يلي ذلك مرحلة التخصص واللعب بسلاح معين والتدريب على المهارات الفنية الخاصة به . وهذا ما يؤكد مفتي إبراهيم (1996) فى أن خصوصية التدريب تعنى التركيز على مهارات حركية خاصة بعينها خلال تدريب الناشئين أكثر من غيرها (58 : 216) .

سادسا : التموج :

يقصد بهذا المبدأ تبادل الارتفاع والانخفاض عند التخطيط لحمل التدريب وعدم السير على وتيرة واحدة أو مستوى واحد مع اختلاف نوع أو فترة تموجات حمل التدريب .

كما يذكر عثمان رفعت (2003) أن وضع اللاعب طوال العام تحت تاثير الحمل العالى لا يؤدي إلى النتيجة المطلوبة ، فوصول اللاعب إلى فترة التحميل الشديد يكون عادة في نهاية الفترة التحضيرية وبداية فترة المسابقات ، ويجب إلا يستمر لمدة طويلة ، حيث أن جسم الإنسان وأجهزته الحيوية الداخلية لا تستطيع تحمل حمل التدريب العالى المستمر دون انقطاع ، لذلك يجب الرجوع هنا إلى مبدأ التحميل الفترى ، أي الصعود بالحمل لفترة معينة ولهدف معين ثم الهبوط به أيضا لفترة معينة ولهدف معين (40 : 39) .

ويجب ألا يؤدي التموج في التدريب إلى انقطاع فترة التدريب طوال العام ولكن يجب مراعاة الفترات التدريبية (الإعدادية - المسابقات - الانتقالية) ، مما يؤمن عملية الارتقاء بالمستوى وفي الوقت نفسه عدم الإصابة بالحمل الزائد .

سابعا : العودة للحالة الطبيعية :

ويذكر أمر الله البساطي (1998) أن فهم العلاقة الصحيحة بين مستوى الحمل وفترة الراحة المناسبة هي المدخل الرئيسي للارتقاء بمستوى الإنجاز الرياضي حيث يبقى التدريب على أعضاء الجسم المختلفة عبئا يحتاج اللاعب بعدها إلى راحة لاستعادة قواه وإمكانية التكرار مرة ثانية بالمستوى الذى يتناسب واتجاه الحمل (53 : 22) .

يذكر أسامة راتب (2001) أنه عند أداء حمل بدنى فإن جسم الإنسان تحدث فيه مجموعة من العمليات الوظيفية مرتبطة بعضها ببعض ، ويبدأ عمل الجسم لاستعادة الشفاء مباشرة بعد الانتهاء من الحمل البدنى (174 : 10) .

أما عن استعادة الشفاء فى رياضة المبارزة تظهر فى خلال ساعتين إلى ثلاثة بعد التدريب ، ويستعيد اللاعب شفاؤه تماما بعد حوالى (13 – 14) ساعة من التدريب حيث يعود إلى مستواه الأول قبل بداية المباراة (67 : 67) .

ثامنا : برمجة تدريب الناشئين :

من أبرز الخصائص التي تميز التدريب الرياضى فى العصر الحديث اعتماده على المعارف والمعلومات العلمية . فالتدريب الرياضى الحديث يستمد مادته من العديد من العلوم الطبيعية والإنسانية كالطب الرياضى والميكانيكا الحيوية وعلم الحركة وعلم النفس الرياضى والتربية وعلم الاجتماع الرياضى ... الخ وغير ذلك من المعارف والمعلومات التي ترتبط تطبيقاتها بالمجال الرياضى (49 : 37) .

كما يذكر مفتي إبراهيم (1996) أن العمل بالأسلوب المنظم العلمي يضمن الارتقاء بمستوى الناشئين والوصول بهم إلى أفضل مستوى ممكن (58 : 218) .

كما نجد أنه هناك بعض الحالات الخاصة التي يحتاج فيها المدرب إلى التغيير فى برنامج التدريب الخاص بالناشئ نظرا للتغير فى مواعيد المنافسات ، أو قد يكون التغيير للاعبى الخماسى نظرا لاشتراكهم فى أكثر من لعبة غير السلاح وفى هذه الحالة يجب التنسيق بين مدربي الألعاب المختلفة وذلك ضمانا لسير العملية التدريبية فى مسارها الصحيح .

ثانيا الدراسات السابقة والمرتبطة بالبحث :

قام الباحث بمسح شامل للدراسات والبحوث التي أجريت في المجال الرياضي السابقة والمرتبطة بموضوع البحث في العديد من المصادر العلمية من أجل التعرف على ما استخدمته تلك الدراسات من عينه وأى المناهج استخدمت وما توصلت إليه من نتائج حتى تكون عوناً للباحث في إجراءات بحثه وفي حدود ما توصل إليه الباحث من الدراسات العربية والأجنبية والتي أجريت في الفترة ما بين عام (1987) وعام (2001) وكان عددهم (26) دراسة كالاتي :

أولا : الدراسات العربية وعددهم (23) دراسة :

1- دراسات تناولت لاعبي و ناشئي الرياضات المتباينة وعددهم (8)

2- دراسات تناولت لاعبي و ناشئي المبارزة وعددهم (7)

3- دراسات تناولت المهارات الأكثر شيوعا (4)

4- دراسات تناولت أماكن الهدف في المبارزة . (4)

ثانيا : الدراسات الأجنبية وعددهم (3) .

وسوف يقوم الباحث باستعراض تلك الأبحاث من حيث (العنوان – التاريخ

– الهدف – المنهج – العينة – أهم النتائج) كما يلي :

جدول (2)

أولاً : الدراسات العربية

1 - دراسات تناولت لاعبي وناشئي الرياضات متباينة :

المرجع	أهم النتائج	العينة	المنهج	الهدف	العنوان	التاريخ	الاسم	م
6	استخلاص بطارية اختبار مورفولوجية لانتقاء المصارعين في ضوء العوامل المستخلصة لكل مجموعة أوزان على حدة ، وكذلك بطارية اختبار مورفولوجية للمصارعين بوجه عام	66 لاعب	الوصفي	دراسة أهم القياسات المورفولوجية التي تميز لاعبي المصارعة نوى المستوى العالي وتحديد أهم الصفات المورفولوجية كمعايير لانتقاء الناشئي المصارعة	تحليل بعض المتغيرات المورفولوجية لانتقاء المبتدئين في رياضة المصارعة	1993	أحمد عبد العزيز محمد	1
7	تم قبول (10) عوامل من العوامل المستخلصة لبناء بطارية الاختبار لانتقاء ناشئي كرة القدم .	28 لاعب	الوصفي	التعرف على المحددات الجسمية ، البدنية ، مهارية ، الفسيولوجية ، والنفسية المميزة للاعبين كرة القدم كأساس لانتقاء الناشئين	محددات انتقاء الناشئين في رياضة كرة القدم	1994	أحمد فراج أحمد مراد	2
42	توصل الباحث إلى أهم الموصفات الجسمية لميزة لاعبي التايكوندو .	50 ناشئي	الوصفي	التعرف على القياسات الجسمية للاعبين التايكوندو الناشئين تحت 12 سنة	دراسة بعض الصفات البدنية والقياسات الجسمية للاعبين التايكوندو لانتقاء الناشئين تحت 12 سنة	1994	عفاف حسين علي الديب	3
23	تم قبول عشرة عوامل من العوامل المستخلصة لبناء بطارية الاختبارات الخاصة بناشئي رياضة الهوكي	133 ناشئي	الوصفي	التعرف على المحددات الجسمية ، البدنية ، مهارية ، الفسيولوجية ، والنفسية المميزة لناشئي الهوكي والتي يمكن على أساسها انتقاء ناشئي الهوكي	محددات انتقاء الناشئين في رياضة الهوكي	1995	أيمن أحمد البساطي	4

تابع جدول (2)

1 - دراسات تناولت لاعبي وناشئي الرياضات متباينة :

المرجع	أهم النتائج	العينة	المنهج	الهدف	العنوان	التاريخ	الاسم	م
24	أسفرت النتائج عن بطارية اختبار بدنية فسيولوجية نفسية لانتقاء ناشئي لمصارعة	99 لاعب	الوصفي	التعرف على مجموعة المتغيرات التي تمثل العوامل المسستتخصصة من الجوانب البدنية و الفسيولوجية و النفسية	وضع مجموعة اختبارات بدنية و فسيولوجية و نفسية كأساس لانتقاء ناشئي المصارعة	1995	إيهاب محمد فوزى البديوى	5
33	تم قبول سست عوامل تمثل البطارية الخاصة بالصفات البدنية .. كما تم قبول تسع عوامل تمثل البطارية الخاصة بالقياسات الاثثروبومترية	72 ناشيء	الوصفي	وضع بطارية لقياس الصفات البدنية الخاصة و بطارية للقياسات الجسمية لانتقاء ناشئي الجودو للمرحلة السنية من (10 - 12) سنة	وضع اختبار لبعض الصفات البدنية الخاصة و القياسات الاثثروبومترية في الجودو	1996	خلف محمد الاسوقى	6
56	تم تحديد وترييب المتغيرات البيولوجية حسب نسب مساهمتها فى المستوى الرقمى لسباق (50) متر وبالتالي استخلاص بطارية انتقاء بيولوجى لسباحى (50) متر	52 ناشيء	الوصفي	التعرف على المتغيرات البيولوجية لانتقاء السباحين و التعرف على المساهمة النسبية للمحددات البيولوجية المختارة فى مستوى أداء السباحين	بعض المحددات البيولوجية لانتقاء السباحين الناشئين و مساهمتها النسبية فى مستوى الإنجاز	1997	محمد محمود أحمد	7
29	استخلاص تسعة متغيرات مورفولوجية ، و خمسة متغيرات فسيولوجية ، و عشرة متغيرات بدنية يمكن الاعتماد عليها كمحددات لانتقاء لاعبات رياضة التايكواندو	28 لاعبة	الوصفي	التعرف على المتغيرات المورفولوجية - الفسيولوجية - البدنية " للاعبات رياض التايكواندو	البروفيل البيولوجى الخاص برياضة التايكواندو كأساس لعملية الانتقاء	1999	جهان يوسف الصاوى	8

تابع جدول (2)

2 - دراسات تناولات لاعبي و ناشئي المبارزة :

م	الاسم	التاريخ	العنوان	الهدف	المنهج	العينة	أهم النتائج	المرجع
1	مجدى أحمد شندى	1987	فروق القياسات الجسميه لدى مبارزى الفرق القوميه و الناشئين فى الأسلحة الثلاثه	تحديد مواصفات الأبعاد الجسميه للفرق القوميه (كبار - ناشئين) فى الأسلحة الثلاثه ، وتحديد فروق القياسات الجسميه لدى لاعبي الفرق القومى (كبار - ناشئين) فى الأسلحة الثلاثه	الوصفى	47 مبارز	- تميز لاعبي سيف المبارزة فى كل من الطول ، طول الساعد ، طول الذراع ، طول الرجل ، طول الساق . تميز ناشيء سيف المبارزة فى كل من الطول ، طول الساق .	46
2	رمزى الطنبولى	1988	دراسة الديناميكية العمرية للصفات الحركية فى التركيب التدرجى لعدة سنوات لدى المبارزين الناشئين	دراسة الديناميكية العمرية للإعداد البدنى ومستوى الصفات الحركية الخاصة لدى المبارزين الناشئين لتحديد الأساليب والطرق العلمية للإعداد البدنى	الوصفى	50 ناشيء	تميز القوة المميزة بالسرعة و قوة السرعة فى المرحلة من 18 - 19 ، التوافق الحركى ينمو فى المرحلتين 14 - 15 ، 16 - 17 سنة للمبارزين	34
3	جمال زاهر	1989	تصميم بطارية لقياس المهارات الحركية لدى الناشئين فى المبارزة	وقع بطارية اختبارات لقياس المهارات الحركية لدى الناشئين فى المبارزة بسلاح الشيش للمرحلة السنيه من (16 - 20) سنة	الوصفى	70 ناشيء	الاختبارات المرشحة لقياس المهارات الحركية الخاصة برياضة المبارزة بسلاح الشيش تتجمع حول عاملين هما سرعة الاستجابة الحركية ، وعامل دقة الأداء	27
4	إيهاب محمد مفرح	1993	دراسة الصفات البدنية الخاصة لدى ناشيء المبارزة	التعرف على العلاقة الديناميكية العمرية وتطور الصفات البدنية الخاصة لدى ناشئي المبارزة	الوصفى	102 ناشيء	تطور مؤشرات الديناميكية العمرية للمراحل السنيه 10 20 سنة فى كل من (سرعة رد الفعل - التوافق الحركى - الرشاقة - التحمل - الدقة) .	25

تابع جدول (2)

2 - دراسات تناولت لاعبي و ناشئي المبارزة :

المرجع	أهم النتائج	العينة	المنهج	الهدف	العنوان	التاريخ	الاسم	م
31	تظهر المساهمة الفعالة لمضلات الرجلين في حركات النصل الهجومية ، والدفاعية في الرد تتضح أهمية قوة القبضة	24 مباراة	الوصفي	التعرف على دلالة بعض الصفات البدنية المساهمة في مستوى الاداء المهارى للأجيزات الناشئات	دراسة مساهمة بعض الصفات البدنية في مستوى الاداء المهارى للمبارزات الناشئات	1995	حسين أحمد حجاج	5
32	وجود فروق في مستوى القدرات الحركية الخاصة بلاعبي المبارزة بين مجموعات المبارزين الثلاثة في مكون (التوافق ، ودقة وسرعة فرد النزاع) لصالح الناشئ وسيف المبارزة.	45 مبارز	الوصفي	التعرف على البناء العاملي البسيط للقدرة الحركية للمبارزين	بناء بطارية اختبار لقياس القدرة الحركية للاعبى المبارزة فوق 17 سنة	1999	خالد جمال محمود	6
21	تم تحديد المواسمات الاثربو مترية او الفسيولوجية والبدنية الضرورية للاعبى المبارزة والتي من خلالها يمكن انتقاء الناشئين .	64 مبارز	الوصفي	التعرف على العلاقة بين المتغيرات قيد البحث ومستوى إنجاز لاعبي المبارزة لانتقاء الناشئين على أساسها	بعض محددات انتقاء ناشئي المبارزة ومساهمتها النسبية في مستوى الإنجاز	2001	السيد معوض الحسيني	7

تابع جدول (2)

3 - دراسات تناولت المهارات الأكثر شيوعا :

المرجع	أهم النتائج	العينة	المنهج	الهدف	العنوان	التاريخ	الاسم	م
53	- هناك فروق ذات دلالة معنوية عند مستوى (0.05) لصالح مجموعات اللكمات المستقيمة الزوجية والبسيطة المركبة من مسافات اللكم المترسطة .	93 ملاكما	الوصفي	التعرف على مجموعات اللكمات المستخدمة من مسافات اللكم المختلفة .	تحديد أكثر أنواع مجموعات اللكمات المستخدمة استخداما مستخدما من مسافات اللكم المختلفة لمدى ملاكمي الدرجة الأولى	1989	محمد طلعت ابراهيم	1
39	تفوق ملاكمي منطقة الإسكندرية في إجمالي مجموعات اللكم من المسافات المختلفة بالمقارنة بملاكمي منطقة الجيزة ووسط الدلتا وجنوب الدلتا .	56 ملاكمي	الوصفي	التعرف على مجموعات اللكم من مختلف المسافات وعلاقتها بنتائج المباريات	دراسة مقارنة لمجموعات اللكم من مختلف المسافات لملاكمي الدرجة الأولى وعلاقتها بنتائج المباريات	1990	عبد الرحمن عبد العظيم سيف	2
55	تميز عدد كبير من الملاكمين بتسديد أكبر عدد من اللكمات في منطقة الوجه " الرأس " وقلة تسديد اللكمات في منطقة الجذع وهي أكبر المناطق المصروح باللكم فيها قانونا	84 ملاكمي	الوصفي	التعرف على الطريقة المتبعة في تدريب الملاكمة من ناحية تسديد أكبر عدد من اللكمات في منطقة الجذع والوجه	اثر تسديد عدد أكبر من اللكمات في منطقة الجذع على نتائج مباريات الملاكمة	1990	محمد عبد العزیز عظیم	3
36	مهارة (بك تشاجي) هي أكثر مهارات الرجلين استخداما تليها مهارة (تي دوليو تشاجي)	120 لاعب	الوصفي	تحليل المهارات الأساسية للتعرف على أكثرها استخداما وعلاقتها بنتائج المباريات	دراسة تحليلية للمهارات الأكثر شيوعا وعلاقتها بنتائج المباريات لدى لاعبي التايكواندو	1997	عادل محمود غانم	4

تابع جدول (2)

4 - دراسات تناولت أماكن الهدف في المباراة :

المرجع	أهم النتائج	العينة	المنهج	الهدف	العنوان	التاريخ	الاسم	م
3	كان من أهم النتائج وجود ارتباط دال إحصائياً بين مرونة المفاصل المختارة ودقة اصابتة الهدف ، فيما عدا مفصل الكتف في الاتجاه الجانبي	51 مبارز	الوصفي	إيجاد العلاقة بين مرونة مفاصل (الكتف - العمود الفقري - الفخذ) في الاتجاهات الثلاثية (الأمامي - الجانبي - الخلفي) ودقة إصابة الهدف في رياضة المبارزة .	دراسة علاقة مرونة مفاصل الجسم وبعض الأطوال النسبية بدقة إصابة الهدف في رياضة المبارزة	1987	إبراهيم نبيل ، منير مراد	1
8	حصلت منطقة الساس على أكبر عدد من اللمسات المسجلة يليها الرابع ، القناع ، الظهر	11 مبارز	الوصفي	التعرف على أكثر المناطق استهدفاً لللمسات في المبارزة بسلاح الشمش	تحديد أكثر المناطق استهدفاً لللمسات في المبارزة	1993	أسامة صلاح فؤاد	2
17	- وجود فروق دالة إحصائية في مستوى الدقة في الأهداف الثابتة والمتحركة للمجموعة التجريبية . - وجود فروق دالة إحصائية لصالح الأهداف المتحركة عن الأهداف الثابتة	64 طالب	الوصفي	معرفة تأثير استخدام كل من الأهداف الثابتة والمتحركة على الدقة في المبارزة	تأثير استخدام كل من الأهداف الثابتة والمتحركة على الدقة في المبارزة	1995	السيد سامي صلاح الدين	3
19	- تباين كثافة اللمسات في أماكن الهدف المختلفة . - تباين نسب المساهمة لأماكن إحراز اللمسات في مستوى الإنجاز .	62 لاعبة	الوصفي	التعرف على كثافة اللمسات في أماكن إحراز اللمسات المختلفة ومساهمتها النسبية في مستوى الإنجاز لدى لاعبات سيف المبارزة	دراسة تحليلية لأماكن إحراز اللمسات في مساهمتها النسبية في مستوى الإنجاز لدى لاعبات سيف المبارزة	2001	السيد سامي صلاح الدي	4

تابع جدول (2)

ثانيا : الدراسات الأجنبية في المباراة :

المرجع	أهم النتائج	العينة	المنهج	الهدف	العنوان	التاريخ	الاسم	م
68	ضرورة التدريب المبارز من خلال التركيز على يد المنافس حيث سجلت المجموعة التجريبية أعلى نسبة تحسن	20 مبارز	التجريبي	تدريب المبارز من خلال التركيز على يد المنافس	تدريب العين على المسابقات في المباراة	1989	دار وليام Daerell Williams	4
64	وجود فروق دالة إحصائيا بين كلا من المجموعة التجريبية الخاصة بالدقة ، المجموعة التجريبية الخاصة بالدقة لصالح المجموعة التجريبية الخاصة بالدقة .	34 مبارز	التجريبي	التعرف على أثر برنامج تدريبي في تحسن المستوى المهاري فوزي المباراة	أثر برنامج تدريبي خاص بالسرعة ، الدقة على الأداء في المباراة للناشئين .	1992	ريلى ولخرون Reilly J. T	5
67	التوصل إلى العلاقة السلبية بين الزيادة في سرعة الاستجابة الحركية ومستوى الإنجاز كما توجد علاقة إيجابية بين كلا من الدقة ومستوى الإنجاز .	52 مبارز	الوصفي	معرفة العلاقة بين مكونات السرعة والدقة الحركية و مستوى الإنجاز لدى اللاعبين الدوليون .	علاقة مكونات السرعة والدقة الحركية بمستوى الإنجاز .	2000	ساندر ال ، ليفرس فيكتور Sander L, Lefevers victor	7

التعليق على الدراسات السابقة والمرتبطة :

من خلال العرض السابق للدراسات والبحوث السابقة والمرتبطة يمكن الاستفادة من تلك الدراسات فى الدراسة الحالية من حيث :

أولا :الأهداف :-

بالرغم من اختلاف هذه الدراسات من حيث الهدف ، إلا أن الباحث يرى أن أوجه الاختلاف هذه وإن اختلفت من حيث الهدف ظاهريا ، إلا أنه يمكن تقسيمها إلى :

1- دراسات تناولت الخصائص المختلفة للاعبى وناشئى الرياضات المتباينة :

كدراسة أحمد عبد العزيز محمد (1993) (6) ، دراسة أحمد فراج مراد (1994) (7) ، عفاف حسين على الديب (1994) (42) ، ودراسة أيمن أحمد البساطى (1995) (23) ، ودراسة إيهاب محمد فوزى البديوى (1995) (24) ، ودراسة خلف محمد الدسوقي (1996) (33) ، ودراسة محمد محمود أحمد (1997) (56) ، ودراسة جيهان يوسف الصاوى (1999) (29) .

2- دراسات تناولت الخصائص المختلفة للاعبى وناشئى المبارزة :

كدراسة مجدى أحمد شندى (1987) (46) ، ودراسة رمزى الطنبولى (1988) (34) ، ودراسة جمال زاهر (1989) (27) ، ودراسة وليم دارل Williams Darell (1989) (68) ، ودراسة ريلى واخرون Reilly J.t (1992) (64) ، ودراسة إيهاب محمود مفرح (1993) (25) ، و حسين أحمد حجاج (1995) (31) ، خالد جمال محمود (1999) (32) ، ودراسة ساندر ال ، ليفرس فيكتور Sander al .Levers vector (1999) (32) ، ودراسة السيد معوض الحسينى (2001) (21) .

3- دراسات تناولت المهارات الأكثر شيوعا :

كدراسة محمد طلعت إبراهيم (1989) (53) ، ودراسة محمد عبد العزيز غنيم (1990) (58) ، ودراسة عبد الرحمن عبد العظيم سيف (1995) (39) ، ودراسة عادل محمود غانم (1997) (36) .

4- دراسات تناولت أماكن الهدف في المباراة :

كدراسة إبراهيم نبيل عبد العزيز ، ومنير مراد (1987) (3) ، ودراسة أسامه صلاح فؤاد (1993) (8) ، ودراسة السيد سامى صلاح الدين (1995) (17) ، ودراسة السيد سامى صلاح الدين (2002) (19).

إلا أن الباحث يرى أنه على حد علمه وما خلصت إليه قراءاته النظرية واطلاعه في مجال المباراة أنه لم يتعرض أي من الباحثين في الدراسات السابقة لدراسة أكثر المناطق استهدافا للمسات عدا دراسة أسامة صلاح فؤاد (1993) (8) والتي تعرض فيها إلى أكثر المناطق استهدافا للمسات لمبارزة سلاح الشيش باستخدام مادة كيميائية على بدلة السلاح ، دراسة السيد سامى صلاح الدين (2002) (19) والذي تعرض فيها إلى أماكن اللمسات وعلاقتها بمستوى الإنجاز لناشئات سيف المباراة ، و هذا مما دعا الباحث للبدء من حيث انتهى هؤلاء الباحثون في تحديد أكثر المناطق استهدافا للمسات كأساس لوضع أسس تدريبية لناشئى سيف المباراة .

ثانيا : المنهج المستخدم :

استخدمت جميع الدراسات المنهج الوصفي ، عدا دراسة وليم دارل Williams Darell (1989) (68) ، ودراسة ريلي واخرون Reilly J.t (1992) (64) وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي لمناسبته وملاءمته لطبيعة البحث .

ثالثاً : العينة :

اتخذت كل دراسة العينة المناسبة والتي تتفق مع طبيعتها من حيث الحجم ، أما من حيث السن ، والنوع فيمكن تقسيمه إلى :

1- دراسات تناولت لاعبي الدرجة الأولى و اللاعبين الدوليين : -

كدراسة إبراهيم نبيل عبد العزيز ، ومنير مراد (1987)(3) ، ودراسة محمد طلعت إبراهيم (1989) (53) ، ودراسة وليم دارل Williams Darell (1989) (68) ، ودراسة محمد عبد العزيز غنيم (1990) (55) ، ودراسة أحمد عبد العزيز محمد (1993) (6) ، ودراسة أسامه صلاح فؤاد (1993) (8) ، ودراسة أحمد فراج مواد (1994) (7) ، ودراسة السيد سامى صلاح الدين (1995) (17) ، ودراسة إيهاب محمد فوزى البديوى (1995) (24) ، ودراسة عبد الرحمن عبد العظيم سيف (1995) (39) ، ودراسة عادل محمود غانم (1997) (36) ، ودراسة جيهان يوسف الصاوى (1999) (29) ، ، ودراسة ساندر ال ، ليفرس فيكتور Sander al Levers vector (2000) (66) .

2- دراسات تناولت الناشئين :

كدراسة مجدى أحمد شندى (1987) (46) ، ودراسة رمزى الطنبولى (1988) (34) ، ودراسة جمال زاهر (1989) (27) ، ودراسة ريلى واخرون Reilly J.t (1992) (64) ، ودراسة إيهاب محمود مفرح (1993) (25) عفاف حسين على الديب (1994) (42) ، ودراسة أيمن أحمد البساطى (1995) (23) ، ودراسة حسين أحمد حجاج (1995) (31) ، ودراسة خلف محمد الدسوقي (1996) (33) ، ، خالد جمال محمود (1999) (34) ، ودراسة السيد سامى صلاح الدين (2001) (19) ، ودراسة السيد معوض الحسينى (2001) (21) .

هذا مما ساعد الباحث فى اختيار وتحديد عينه بحثة بالطريقة العمديّة من لاعبي المبارزة المشتركين بالدورة الاولمبية بسيدنى عام 2000 وبلغ عدد اللاعبين (30) لاعباً .

رابعاً : النتائج :

اختلفت نتائج البحوث والدراسات السابقة كل حسب هدفه فمنها ما تناولت لاعبي و ناشئى المبارزة وخصائصهم المختلفة ومنها ما تناولت أماكن إحراز اللمسات ، ومنها ما تناولت الناشئين فى رياضات متباينة ومنها ما تناولت المهارات الأكثر شيوعاً .

الاستفادة من البحوث والدراسات السابقة :

من خلال التعقيب على الدراسات السابقة خلص الباحث ببعض أوجه الاستفادة

أهمها :-

- 1- تحديد أهداف البحث .
- 2- تحديد المنهج الملائم لطبيعة موضوع البحث .
- 3- تحديد نوع وشروط العينة بما يتلاءم مع موضوع البحث .
- 4- تحديد أهم النتائج التى تفيد البحث .
- 5- استند الباحث على نتائج الدراسات السابقة فى تفسير ومناقشة نتائج دراسته .