

تأثير التعلم بأسلوب الدرس الفردي بالذراع الأيسر على سرعة الاستجابة ومستوى الإنجاز لدى لاعبي المبارزة

أ.م.د. علاء عبدالله فلاح

2015م

1436 هـ

مستخلص البحث باللغة العربية.

هدفت الدراسة إلى التعرف على تأثير استخدام المدرب لذراعه الأيسر في الدرس الفردي على سرعة الاستجابة للاعب سلاح الشيش وإنجازه خلال المنافسة. استخدم الباحث المنهج التجريبي لملاءمته طبيعة البحث وتضمنت عينة البحث ثمانية لاعبين بسلاح الشيش في عمر (14-15) سنة وهم يمثلون نسبة 24% من مجتمع البحث.

اهم استنتاجات البحث كانت أن الدرس الفردي للمدرب بالذراع اليمين او اليسار ساهم في تطوير سرعة الاستجابة الحركية لمجموعتي البحث بينما الدرس الفردي بالذراع الأيسر ساهم في تطور اكبر في الانجاز ومعدل اللمسات ضد اللاعب الايسر للمجموعة التجريبية. وقد أوصى الباحث بتنفيذ الدروس الفردية بالذراع الأيسر فضلا عن الأيمن.

Abstract.

Effect the Learning by individual lesson for left hand coach in response time and achievement.

The study aimed to identify the impact of use tow styles in left and right hand's coach in individual lesson on motor response time and achievement (hits rate) for foil fencers. experimental method has been used to carry out research on a subjects consisting of eight foil fencers ages (14 – 15), distributed into two groups. the main conclusions is the individual lesson by left or right hand developed the motor response time for two groups, and developed the hits rate against a left hand fencer for the experimental group. The recommendation indicate to use a left hand in individual lesson in addition to right hand.

1- المبحث الاول: التعريف بالبحث:

1-2 مقدمة البحث وأهميته:

تمتاز رياضات المنازلات الفردية بالخصوصية في المواجهة الفردية من جانب فضلا عن ميزة استخدام الجانب الايسر أو الذراع اليسار من جانب آخر، إذ أن النسبة الضئيلة للإنسان الأيسر بالمقارنة مع الأيمن أعطى ميزة تفضيلية للاعب الأيسر خلال المنافسات.

إن المواجهة بين متنافسين يختلفان في نوع الطرف السائد دفعت المختصين إلى دراسة هذا النوع من الاختلاف إذ تناولت دراسات عديدة مشكلة اللاعب الأيمن عند مواجهته للاعب يستعمل ذراعه اليسرى وضرورة التدريب بشكل يحقق القدرة على المواجهة والنجاح، خصوصا وأن غالبية المدربين في العالم يستخدمون ذراعهم اليمين في الدرس الفردي دون الالتفات الى الحاجة لإعطاء درس بالذراع اليسار، مما يجد اللاعب نفسه في موقف مختلف عند اللعب مع لاعب أيسر باختلاف اتجاهات الهدف وآليات الدفاع المستخدمة وكأن اللعب قد تدرب لموقف آخر، مما يضعف استجابته ويقلل نسبة إنجازه.

مما تقدم تبلورت أهمية البحث، إذ ان أهمية اللاعب الأيسر في الألعاب عموما والمبارزة خصوصا تحتم علينا ضرورة التفكير لتطوير أداء المبارز اليمين وزيادة قدرته وقابليته عند مواجهة اللاعب الأيسر.

2-2 مشكلة البحث:

غالبا ما تكون الرياضة هي المثال الأبرز لتفوق الفرد الأيسر، إذ تبدو فائدته وتأثيره في الألعاب الرياضية التي تتطلب رد فعل سريع وتحكم مكاني جيد، ففي المبارزة مثلا يضم التصنيف العالمي لأفضل ستة عشر مبارز على سبعة مبارزين عسر.(13) إذ دأبت مدارس المبارزة إلى جذب اللاعب الأيسر لما يمتاز به من قابليات غير طبيعية لم يعتاد عليها المبارز عند المواجهة.

لاحظ الباحث فضلا عن النتائج ضعفا واضحا للمبارز العراقي في مواجهة المبارز الأيسر خلال المنافسات، ما يكشف ضعفا في مستوى إعداد وتأهيل المبارز الأيمن لمواجهة المبارز الأيسر، فضلا عن قلة عدد المدربين أصحاب الذراع الأيسر أو من يستخدم دروساً فردية بالذراع الأيسر. خصوصا وان الدرس الفردي أحد أهم أركان عملية التعلم والتدريب.

3-2 أهداف البحث:

- التعرف على تأثير استخدام المدرب لذراعه الأيسر في الدرس الفردي على سرعة الاستجابة الحركية من مهارة الطعن ومستوى الإنجاز (معدل اللمسات) للاعب سلاح الشيش خلال المنافسة.
- التعرف على مستوى إنجاز (معدل اللمسات) لاعب سلاح الشيش خلال المنافسة ضد لاعب أيسر.

4-2 فروض البحث:

- إن استخدام المدرب لذراعه الأيسر في الدرس الفردي له تأثير ايجابي في تطوير سرعة الاستجابة الحركية وإنجاز لاعب سلاح الشيش خلال المنافسة.

• هنالك تطور في مستوى انجاز (معدل اللمسات) ل لاعب سلاح الشيش في لقاءه خلال المنافسة ضد لاعب أيسر .

5-2 مجالات البحث:

1-5-1 المجال البشري: لاعبو المركز التدريبي بسلاح الشيش في الاتحاد العراقي للمبارزة بأعمار 14-15 سنة.

2-5-1 المجال الزمني: للمدة من 3014/6/15 الى 2014./9/1

3-5-1 المجال المكاني: القاعة الداخلية للمبارزة التابعة للاتحاد العراقي للمبارزة.

2- المبحث الثاني: الدراسات النظرية.

1-2 سرعة الاستجابة الحركية في رياضة المبارزة:

"هي الزمن المستغرق بين دخول المثير حتى انتهاء الحركة" (38:6) يعني أنها تحتوي زمن رد الفعل فضلا عن زمن الحركة. بينما عرفه ريتشادر "هي المدة الزمنية المتضمنة كل من زمن رد الفعل وزمن الحركة" (27:8) على الرغم من الأهمية الكبيرة للسرعة عند تنفيذ الحركة في رياضة المبارزة إلا أن الجميع يتفق على أهمية وأسبقية الإدراك والتفسير السليم للمؤثرات والحركات التي تواجه المبارز خلال المنافسة أو التدريب قبل التفكير بسرعة التنفيذ التي ستساهم بشكل كبير في تحقيق الهدف من الحركة اللاحقة، لذا يبدأ المعلم بتعليم الحركة ببطء حتى إدراك الأداء وضبطه من المبتدئ منتقلا تدريجيا إلى التنفيذ السريع للمهارة.

في المبارزة يتم تصميم بعض الواجبات أو الاختبارات لتطوير الية للفهم والإدراك لاتخاذ القرار ومن ثم التنفيذ. (12-3:10) السرعة ورد الفعل السريع للمبارز العصري يمكن أن يبهز المشاهد، ففي المستوى العالي لمنافسات المبارزة العديد من اللمسات تحرز بسرعة لا يمكن أن تشاهد بالعين البشرية (9:12) إذ تصنف رياضة المبارزة ضمن الألعاب التي تتطلب مهارات فنية عالية ومزيجا فريداً متقناً وخصوصاً فضلا عن التأني في استخدام المهارات الحركية المتنوعة إجمالاً وبدقة عالية.

2-2 الدرس الفردي:

هو أحد أساليب التعلم والتدريب في لعبة المبارزة، إذ يقف المبارز امام المدرب بمفرده ليستجيب بردود أفعال على حركات المدرب، تلك الحركات التي تحاكي الأداء الفعلي في المباراة ويتم وضع اللاعب في مواقف حركية وخطوية تشابه تلك المواقف التي قد يتعرض لها اللاعب في المباراة. إذ يصمم المدرب حركاته وفقاً لخطة تهدف إلى تعليمه أو تدريبه لمهارة أو خطة محددة باستخدام السيف في أغلب الأحيان أو من دونه. ويختلف نوع الدرس ووقته من مرحلة عمرية إلى أخرى فضلا عن مستوى المبارز وخبرته.

فهو علاقة فردية بين المبارز ومدربه يركز فيه على جانب معين ومحدد لدى المبارز من الحركات والحالات الخطوية أو القدرات. (164:7)

3- المبحث الثالث: منهج البحث واجراءاته الميدانية.

1-3 منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين الضابطة والتجريبية لملاءمته في حل مشكلة البحث والوصول إلى تحقيق أهدافه.

2-3 عينة البحث:

تضمن مجتمع البحث 35 لاعباً لسلاح الشيش بأعمار 14-15 سنة والمسجلين في الاتحاد العراقي للمبارزة في ضوء النتائج التي حصل عليها الباحث من الاتحاد بخصوص نتائجهم تم تحديد عينة البحث بالطريقة العمدية من 8 لاعبين يستخدمون الذراع الأيمن والذين تم تصنيفهم بعد دراسة نتائجهم بأن لديهم أضعف النتائج أثناء مواجهتهم للمبارز الأيسر، تم تقسيمهم على مجموعتين كل مجموعة تضم 4 لاعبين ضابطة وتجريبية. وهم يمثلون نسبة 24% من مجتمع الأصل.

3-3 الأجهزة والأدوات والوسائل المساعدة

استعان الباحث بالأجهزة والأدوات الآتية:

- آلة تصوير رقمية نوع Sony (Digital) يابانية الصنع.
- المصادر والمراجع العربية والأجنبية و شبكة المعلومات العالمية.
- التجارب الاستطلاعية.
- اسلحة شيش.
- ساعة توقيت.
- جهاز لقياس سرعة الاستجابة من حركة الطعن.

4-3 التجربة الاستطلاعية:

أدى الباحث تجربة استطلاعية للتعرف على مدى واقعية الإجراءات فضلا عن التعرف على

- مدى ملائمة الأدوات وصلاحيه الأجهزة المستعملة لإجراءات البحث الميدانية.
- التعرف على الوقت اللازم لإجراءات التجربة.
- العوامل المؤثرة والمعوقات التي قد تظهر عند تنفيذ الاختبارات وإيجاد الحلول البديلة لها.

5-3 إجراءات البحث الميدانية:

تضمنت إجراءات البحث خطوات عديدة كما يلي:

1-5-3 تجانس العينة وتكافؤها:

لتحقيق التجانس بين أفراد العينة فقد قام الباحث بالتأكد من العمر الزمني والتدريبي لكل منهم (إذ أن عينة البحث تتساوى بالفئة العمرية ولهم نفس العمر التدريبي وهو 3 اعوام) ما يحقق تجانساً بين أفراد العينة. بينما اعتمد

الباحث ترتيب و نتائج أفراد العينة في الاختبار القبلي لتحقيق التكافؤ وكما يظهر جدول (1) ذلك، وعلى وفق ذلك تم توزيعهم الى مجموعتي البحث.

جدول (1)

تكافؤ المجموعتين الضابطة والتجريبية في سرعة الاستجابة والانجاز

| نوع الفرق | المعنوية الحقيقية | قيمة ت المحسوبة | المجموعة التجريبية | | المجموعة الضابطة | | المتغيرات |
|-----------|-------------------|-----------------|--------------------|--------|------------------|--------|------------------------|
| | | | ع | س | ع | س | |
| غير دال | .215 | 1.387 | .01258 | .6625 | .01291 | .6750 | سرعة الاستجابة |
| غير دال | .816 | .243 | 1.8929 | 12.750 | .81650 | 13.000 | الانجاز (معدل اللمسات) |

دال ≥ 0.05 تحت درجة حرية 6.

3-5-2 الاختبار القبلي:

تضمن الاختبار القبلي لأفراد العينة اختبار قياس سرعة الاستجابة الحركية لمهارة الطعن (183:1-185)، فضلا عن اختبار إنجازهم* في مواجهة اللاعب الأيسر وفقاً لمباريات تنافسية أعدها الباحث كما مذكور في (3-5-4-2).

3-5-3 تطبيق التجربة:

اتبع الباحث الخطوات الآتية في تطبيق التجربة:

- تم تطبيق اسلوب الدرس الفردي بالذراع الأيسر للمدرب لتعلم المهارات والخطط على المجموعة التجريبية بينما طبق نفس المدرب الدرس الفردي بذراعه الأيمن مع المجموعة الضابطة.
- قام الباحث بالتنسيق مع المدرب المختص بتطبيق التجربة باستخدام الدروس الفردية لتعلم الخطط الجديدة باستخدام المهارات ولأول مرة لعينة البحث، إذ كان الهدف الرئيس لتلك الدروس هو تعلم الربط بين المهارات والبناء الخططي لمواجهة اللاعب المنافس من خلال المهارات النصلية فضلا عن التحضير (التلاحمات، الدفاعات، الهجوم البسيط، الصد والرد، الهجوم المركب).
- تم تطبيق الدرس الفردي للمجموعتين خلال القسم الرئيس من الوحدة التدريبية، كانت المدة الزمنية للتجربة عشرة أسابيع، أربع وحدات تدريبية خلال الأسبوع الواحد (زمن الوحدة التدريبية الواحدة 120 دقيقة، زمن القسم الرئيس 90 دقيقة)*.

*يعني الإنجاز هو قدرة المبارز تسجيل لمسة على المنافس (معدل اللمسات)، والمباراة هي أفضل سبيل لتحقيق ذلك

* ملحق (1) أنموذج لبعض مفردات الدرس الفردي التعليمي .

3-5-4 الاختبارات البعدية:

تضمنت الاختبارات البعدية الاتي:

3-5-5 اختبار قياس سرعة الاستجابة الحركية لمهارة الطعن:

يمكن لزمن رد الفعل والاستجابة الحركية أن يساعدنا في تحديد مستوى القدرة الادراكية وصنع القرار في المباراة، إذ يتم تصميم بعض الواجبات أو الاختبارات في رياضة المبارزة لتطوير الية للفهم والإدراك لاتخاذ القرار ومن ثم التنفيذ. (4:10) إذ استخدم الباحث اختبار سرعة الاستجابة الحركية لمثير بصري والمصمم من بيان علي (1:183-185).

3-5-6 مستوى إنجاز اللاعب خلال مواجهة اللاعب الأيسر:

بعد الاطلاع على البحوث السابقة وجد الباحث أن قياس إنجاز لاعب المبارزة من خلال مستوى النتائج المتحققة في المباريات يمكن أن يعد اختباراً موضوعياً وحقيقياً لإنجاز المبارز كما استخدمه بيان علي (1:95) ويعد عدد اللمسات التي يحصل عليها المبارز معيار لإنجازه، إذ قام الباحث بتنظيم منافسات بنظام المجاميع (أربع مجاميع) ضمت المجموعة الواحدة سبعة مبارزين (الاول هو أفضل مبارز في المجموعة التجريبية والثاني أفضل مبارز في المجموعة الضابطة بينما الثالث والرابع مبارزان بذراع يمين والخامس والسادس والسابع بذراع يسار) وهكذا مع سائر المجاميع الثلاث نفس المبارزين من الثالث إلى السابع بينما يتم تغيير الأول والثاني من مجموعتي البحث التجريبية والضابطة وبالترتيب نفسه الثاني مع الثاني والثالث مع الثالث والرابع مع الرابع. إذ قام الباحث بمتابعة وتسجيل عدد اللمسات المسجلة لكل مبارز، وبذلك يكون العدد الكلي الذي يمكن أن يسجله المبارز الواحد خلال المجموعة 30 لمسة كحد أعلى. إذ يحدد عدد اللمسات والانتصارات في كل مجموعة مستوى الإنجاز.

3-6 الوسائل الإحصائية:

تم استخدام نظام التحليل الاحصائي للعلوم التربوية (SPSS) لاستخراج قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري واختبار (T-test) للعينات المرتبطة وغير المرتبطة.

4- الباب الرابع: عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

جدول (2)

نتائج الاختبارين القبلي والبعدي في سرعة الاستجابة للمجموعتين الضابطة والتجريبية

| نوع الفرق | المعنوية الحقيقية | قيمة ت المحسوبة | ف هـ | فَ | الاختبار البعدي | | الاختبار القبلي | | المجموعة |
|-----------|-------------------|-----------------|--------|------|-----------------|-------|-----------------|-------|-----------|
| | | | | | ع± | سَ | ع± | سَ | |
| دال | .006 | 7.000 | .005 | .035 | .005 | .6275 | .01258 | .6625 | التجريبية |
| دال | .022 | 4.382 | .00913 | .04 | .00577 | .6350 | .01291 | .6750 | الضابطة |

دال ≥ 0.05 تحت درجة حرية 3.

جدول (3)

الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمتا (t) المحسوبة والجدولية ونوع الفرق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبار البعدي لسرعة الاستجابة

| نوع الفرق | المعنوية الحقيقية | قيمة ت المحسوبة | المجموعة التجريبية | | المجموعة الضابطة | | المتغيرات |
|-----------|-------------------|-----------------|--------------------|-------|------------------|-------|----------------|
| | | | ع± | سَ | ع± | سَ | |
| غير دال | .097 | 1.964 | .00500 | .6275 | .00577 | .6350 | سرعة الاستجابة |

دال ≥ 0.05 تحت درجة حرية 6.

جدول (4)

نتائج الاختبارين القبلي والبعدي في الانجاز (معدل اللمسات) للمجموعتين الضابطة والتجريبية

| نوع الفرق | المعنوية الحقيقية | قيمة ت المحسوبة | ف هـ | فَ | الاختبار البعدي | | الاختبار القبلي | | المجموعة |
|-----------|-------------------|-----------------|--------|-------|-----------------|-------|-----------------|--------|-----------|
| | | | | | ع± | سَ | ع± | سَ | |
| دال | .003 | 8.974 | 1.0307 | 9.250 | .8165 | 22.00 | 1.8929 | 12.750 | التجريبية |
| دال | .003 | 8.485 | .7071 | 6.000 | 1.15470 | 19.00 | .8165 | 13.00 | الضابطة |

دال ≥ 0.05 تحت درجة حرية 3.

جدول (5)

الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمتا (t) المحسوبة والجدولية ونوع الفرق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبار البعدي في الانجاز (معدل اللمسات)

| نوع الفرق | المعنوية الحقيقية | قيمة ت المحسوبة | المجموعة التجريبية | | المجموعة الضابطة | | المتغيرات |
|-----------|-------------------|-----------------|--------------------|--------|------------------|--------|------------------------|
| | | | ع± | س | ع± | س | |
| دال | .005 | 4.243 | .81650 | 22.000 | 1.15470 | 19.000 | الانجاز (معدل اللمسات) |

دال ≥ 0.05 تحت درجة حرية 6.

جدول (6)

نتائج الاختبارين القبلي والبعدي في الانجاز ضد الايسر (معدل اللمسات) للمجموعتين الضابطة والتجريبية

| نوع الفرق | المعنوية الحقيقية | قيمة ت المحسوبة | ف هـ | ف | الاختبار البعدي | | الاختبار القبلي | | المجموعة |
|-----------|-------------------|-----------------|--------|--------|-----------------|--------|-----------------|-------|-----------|
| | | | | | ع± | س | ع± | س | |
| دال | .005 | 7.506 | .8660 | 6.50 | .5773 | 12.500 | 1.8257 | 6.000 | التجريبية |
| دال | .015 | 5.000 | .25000 | 1.2500 | 1.7320 | 7.500 | 1.7078 | 6.250 | الضابطة |

دال ≥ 0.05 تحت درجة حرية 3.

جدول (7)

الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمتا (t) المحسوبة والجدولية ونوع الفرق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبار البعدي في الانجاز ضد الايسر (معدل اللمسات)

| نوع الفرق | المعنوية الحقيقية | قيمة ت المحسوبة | المجموعة التجريبية | | المجموعة الضابطة | | المتغيرات |
|-----------|-------------------|-----------------|--------------------|--------|------------------|--------|------------------------|
| | | | ع± | س | ع± | س | |
| دال | .002 | 5.477 | .57735 | 12.500 | 1.7320 | 7.5000 | الانجاز (معدل اللمسات) |

دال ≥ 0.05 تحت درجة حرية 6.

تظهر الجداول (2) (4) (6) أن نوع الفرق بين الاختبارين القبلي والبعدي لمجموعتي البحث كان معنوياً ولصالح الاختبار البعدي في سرعة الاستجابة والإنجاز ضد اللاعب المستخدم لذرعه اليسار وعلى التوالي. اما الجدول (3) فقد أظهر أن الفرق كان عشوائياً بين مجموعتي البحث في الاختبار البعدي لسرعة الاستجابة. وهو ما اختلف عن جدولي (5) و(7) اللذان أظهر أن الفرق كان معنوياً بين مجموعتي البحث في الاختبار البعدي للإنجاز والإنجاز ضد الأيسر على التوالي ولصالح المجموعة التجريبية.

مناقشة النتائج:

كلما كان هنالك تكرارات كثيرة على الاستجابة لحافز معين فإن ذلك سيسرع من عملية اتخاذ القرار ومن ثم يقلل من زمن رد الفعل ويزيد من سرعته (67:5) أما منى الخفاجي فقد أشارت إلى أن (K.Lee & Brend) ذكروا أن في تعاقب التمرين تقوى العلاقة بين الدماغ والعضلات ويساعد التكرار على إهمال المحفزات الخارجية في أداء الحركة، ليخدم هذا التعاقب في خضوع الجسم إلى تغيير في التحسن بالقدرات البدنية والمهارة الرياضية. (70:4) وهو ما ظهر على مجموعتي البحث واتفق مع ما أشار له مصطفى حسن "من خلال التدريب المخطط والمنظم يمكن تحسين السرعة الحركية بتنسيق ووافق العمل بين الوحدات الحركية المشتركة في الأداء الحركي". (45:3)

يرى الباحث أن التكرار في الأداء والملاحظة تحت الإشراف المباشر للمدرب خلال الدرس الفردي قد انعكس على تطور في سرعة الاستجابة بشكل لم يظهر فرقا بين أفراد مجموعتي البحث.

يلاحظ أن الفرق واضحا في الإنجاز والإنجاز ضد الأيسر، إذ يرى الباحث أن استخدام المدرب لظرفه الأيسر في الدرس الفردي بشكل ممنهج وفقاً لتخطيط هادف كان له أثر كبير في تقدم مستوى الإنجاز وسرعة الاستجابة لدى أفراد العينة التجريبية، إذ يبدو أنه تطابق مع ما أشار إليه "شمت" في أن المتعلمين الذين يمارسون تنوعات عدة في التمرين ستقوي عندهم فكرة توليد قيم مختلفة وبمديات متنوعة من الأداء وهذا سيؤدي إلى القدرة الأفضل لتهيئة برامج حركية متنوعة وجديدة. (267:9) وهو ما هدفت له الدروس الفردية التعليمية بالذراع اليسار وتطابق مع نتيجة دراسة زينو بروسيل التي أثبتت أن تدريبات المبارزة بالدرس الفردي مع المدرب والمتضمنة لحركات النصل المتنوعة كالصد والضرب وغيرها تؤثر في تطوير مهارات الإدراك والفهم فضلا عن القدرة على معالجة الخطأ أثناء اللعب. (43:11)

على الرغم من تطور الأداء الذي ظهر في مجموعتي البحث، وهو أمر طبيعي، كما أشار ظافر هاشم أن يكون هناك تطور في التعلم إذا ما اتبع المعلم خطوات وأسس سليمة في التعلم (2: 102). إلا أن الفرق ظهر واضحا لصالح المجموعة التجريبية وذلك للفرق الكبير في معدل اللمسات الذي سجله أفراد العينة عند مواجهة اللاعب الأيسر خصوصا أثناء المنافسة وهو ما يظهر تأثير وفائدة الدروس الفردية بالذراع الأيسر.

ويرى الباحث أن الدرس الفردي بالذراع اليسار للمدرب قد وضع اللاعب في ظروف مشابهة إلى تلك التي سيتعرض لها على الملعب مما رفع من مستوى قدرته على التكامل مع الأداء وزاد من نسبة إنجازه بعدد اللمسات عند اللعب مع المنافس.

5- المبحث الخامس: الاستنتاجات والتوصيات.

1-5 الاستنتاجات:

1. أثر الدرس الفردي بالذراع اليمين و اليسار في تطور سرعة الاستجابة الحركية والإنجاز أثناء المنافسة لمجموعتي البحث.

2. لا توجد فروق دالة بين مجموعتي البحث في سرعة الاستجابة الحركية رغم تغيير استخدام المدرب للذراع اثناء الدرس الفردي.

3. ظهر الفرق بين مجموعتي البحث في مستوى الإنجاز ولصالح المجموعة التجريبية.

4. ظهرت فروق دالة بين المجموعتين في مستوى الانجاز ولصالح المجموعة التجريبية عند مواجهة اللاعب الأيسر.

2-5 التوصيات:

1. إعداد وتنظيم الدرس الفردي والمتضمن لحركات النصل المتنوعة لتطوير عملية الاداء والاعداد الخططي الصحيح.
2. تنفيذ الدروس الفردية بالذراع الأيسر فضلا عن الأيمن لتحقيق التنوع وتوليد مواقف متنوعة قد يتعرض لها اللاعب إضافة الى تمكين اللاعب عند مواجهة المنافس سواء كان أيمن او أيسر.
3. أهمية اهتمام المدرب والالتفات الى تنوع طرق تنفيذ الدروس الفردية والتي تعمل على زيادة الانجاز فضلا عن عدم الاعتماد على الذراع اليمين فقط .

المصادر:

1. بيان علي الخاقاني؛ المحددات الاساسية لاختيار الناشئين في رياضة المبارزة: (اطروحة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، 1997).
2. ظافر هاشم؛ الاسلوب التدريسي المتداخل وتأثيره في التعلم والتطور من خلال الخيارات التنظيمية المكانية لبيئة تعليم التنس: (اطروحة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، 2002).
3. مصطفى حسن عبد الكريم؛ تأثير منهج تدريبي مقترح في تطوير دقة وسرعة الطعن في لعبة المبارزة للمعاقين (رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، 2000).
4. منى الخفاجي؛ تأثير تمرينات مقترحة في تطوير العلاقة بين سرعة الاستجابة الحركية ودقة التصويب للاعبين سلاح الشيش بأعمار (10-12) سنة: (رسالة ماجستير، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، 2013).
5. يعرب خيون؛ التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق: بغداد، الصخرة للطباعة، ط2، 2002).
6. يعرب خيون؛ التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق: (بغداد، الكلمة الطيبة، 2010).
7. National coaching certification program:level 3, Published and distributed by: Canadian Fencing Federation,1600 James Naismith Drive, Gloucester, Ontario, K1B 5N.
8. Richard A. Magill;motor control and performance, concepts and applications 9th edition,(Singapore,Mc Craw Hill.2011).
9. Schmudt and wrisberge , Motor Learning and performance ,Third edition ,human kinetics, 2004.
10. Virtual science library: Martínez de Quel (and other): Decision making in fencing training and its relationship with reaction time, Journal: E-balonmano.com: Revista de

Ciencias del Deporte ISSN: 1885-7019 Year: 2011 Volume: 7 Pages: 3-12 Provider: DOAJ Publisher: Federaci?n Extreme?a de Balonmano.

11. Virtual science library , Zbigniew Borysiuk, THE SIGNIFICANCE OF SENSORIMOTOR RESPONSE COMPONENTS AND EMG SIGNALS DEPENDING ON STIMULI TYPE IN FENCING, *Acta Univ. Palacki. Olomuc., Gymn. 2008, vol. 38, no. 1.* p43-51
12. Vincent H. Bradford, Motor Learning Principles and their Application to Teaching and Coaching Fencing, The Sword master, published by THE OFFICIAL PUBLICATION OF THE UNITED STATES FENCING COACHES' ASSOCIATION. Summer 2003.
13. <http://www.anythingleft-handed.co.uk/sports.html>

ملحق (1)

أنموذج لبعض مفردات الدرس الفردي التعليمي

م: مدرب ل: لاعب

ملاحظة: تؤدي التمارين اولاً من الثبات ثم مع التحرك.

خطوة إلى الأمام، خطوة مع حركة الطعن *marche – fente*، وثب مع حركة الطعن *bond en avant – fente*، الهجوم الطائر *Fleche*.

هدف الدرس: تعلم ضرب النصل و الصد بالتضاد

1. م: هجوم مباشر. ل: يقوم بالصد بضرب نصل المدرب والرد المباشر أثناء التقهقر.

2. م: يواصل هجومه (امتداد حركة الطعن). ل: صد جانبي بالتضاد والرد بالتضاد

هدف الدرس: تعلم الصد بالاعتراض من الثبات أو بالتقهقر

1. م: هجوم غير مباشر (مغيرة). ل: الصد الثاني و الرد بالتضاد.

2. م: هجوم مباشر (غير عميق). ل: الصد (من الثبات) و الرد.

3. م: هجوم مباشر عميق. ل: الصد مع التقهقر والرد.

4. م: هجوم بتهويشة الهجوم المباشر مع بداية حركة الطعن. ل: يحاول صد التهويشة من الثبات (دون

تقهقر).

5. م: يراوغ الصد مع نهاية حركة الطعن. ل: الصد مع التقهقر والرد.

تمارين التهويشة – المغيرة

هدف الدرس: تعلم التهويشة – المغيرة أو ضرب النصل و الهجوم

1. م: يبدأ بخطوة إلى الأمام (دون فرد الذراع). ل: تهويشة مع بداية الهجوم.

2. م: يحاول الصد مع نهاية الخطوة إلى الأمام. ل: يراوغ الصد ويحرز اللمسة مع نهاية الطعن.

3. م: يفرد ذراعه مع خطوة إلى الأمام. ل: يضرب النصل و يهجم بحركة الطعن.