

تحليل فعالية خطط الهجوم لدى ملاكمى الدرجة الأولى

* د . محمد عبد العزيز غنيم

مشكلة البحث وأهميته :

تتميز الملاكمة الحديثة فى الوقت الحالى بمركب من الحركات الفنية المعينة
الممزوجة باللحركات المختلفة والدفاعات المتعددة .

وتظهر فعالية خطط الهجوم للملاكمة فى قدرته على الحياد عن الجوانب القوية
لمنافسه واستخدامه للجوانب الضعيفة فى منافسه وفى نفس الوقت قدرة الملاكم على
استخدام أسلوبه الفردى الخاص فى قيادة المباراة مع مختلف نماذج المنافسين .

ويحتل الجانب الهجومى دورا بارزا فى خطط الملاكمة الحديثة التى تتميز بالحركة
السريعة الايجابية المميزة بالقوة والسرعة والتحمل والمرونة والتوافق الحركى .

* د . محمد عبد العزيز غنيم مدرس بكلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة ، جامعة حلوان .

ونظرا الى أن رياضة الملاكمة تتميز عن غيرها من أنواع الأنشطة الرياضية الأخرى بتقسيم الملاكمين تبعا للسن وفئات الاوزان ومستوى الدرجة مما جعل كل ملاكم فى وزنه يتساوى نسبيا مع منافسه فى القدرات البدنية والوظيفية والمهارية والنفسية ، وبالتالي أصبح من الصعب على الملاكم تنفيذ الحركات الهجومية تحت الظروف التنافسية بسهولة وبدون استخدام الاساليب الخططية ، ويؤكد ذلك ما أظهرته نتائج الدراسة العلمية فى الوقت الحالى من أهمية اعادة الحساب للاعداد الخططى للملاكمين بصورة جديّة حتى للملاكمين فى المستوى العالى ، حيث اتضح للباحثين والمتخصصين فى الملاكمة أثناء البطولات الدولية والعالمية والاوليمبية ان كثير من الملاكمين يختلفون بصورة فردية فيما بينهم عند تنفيذ خطط الهجوم ولا يمتلكون اعادة تركيب العمليات الخططية للهجوم فى قيادة المباراة وعدم كفاية قدرتهم على قيادة المباراة ضد منافس عنيف ، أو عدوانى ، وأيضا فى اللكم من المسافات القصيرة والمتوسطة .

ويتفق كل من (بوجيا فلنسكى Bozo Mgrehcku ، ١٩٨٠ ، ديكتيربوف Quzt & pef ، ١٩٧٩ ، رومانوف ١٩٧٩ ، اجراد وبولوف ppagomouof ١٩٥٦ على أن الهجوم فى الملاكمة يتضمن مجموع الحركات الفنية (هجومية أو دفاعية) ، التى تهدف الى اكتساب النقط أو بعض المميزات التى يسعى اليها الملاكم لانجازها خلال المباراة ، ويشمل الهجوم ١٢ نوع من اللكمات ، ولكل نوع من هذه الأنواع من ٥ - ٦ أنواع من الدفاعات ويمكن استخدام ٢٨ نوع من أنواع الدفاعات للكمات المستقيمة فقط . (٥ : ٦) ، (٦ : ٦) ، (٢٨ : ٧) ، (٣٠ : ٨) .

وقد أظهرت نتائج بعض الدراسات المشابهة أن فعالية الهجوم يمكن تقييمها أو قياسها للملاكمين بواسطة نتائج معدل اللكمات خلال جولات المباراة (٩ : ٤١) ، (١٠ : ١٦٥) .

ويتمكن الملاكم من تحقيق الفوز فى استخدامه لاساليب فى الحلقة التى تعتمد دائما على تنوع واختلاف المهارات الفنية واحساسهم الزمنى (اختيار التوقيت المناسب لاداء المهارات الهجومية أو الدفاعية) والاحساس بالمسافة (القدرة على ربط مختلف المهارات الهجومية والدفاعية ببعضهم) استخدامهم فى الهجوم المضاد بفاعلية) مع الاقتصاد فى الجهود وطبقا لظروف وأوضاع اللكم (٢ : ٢١٧) .

ولابد من تعلم الاساليب الخططية خلال عملية تعلم المهارات الفنية ، حتى يكتسب اللاعب الاحساس الزمنى وتقدير المسافات اللازمة لاستخدام المهارات الفنية واخراجها فى أساليب خططية مناسبة (٢ : ٢١٨) .

وتهدف هذه الدراسة التى يقوم الباحث بها الى محاولة دراسة وتحليل فعالية خطط الهجوم للملاكمين فى موقف يتميز بشدته مثل بطولة الجمهورية للملاكمة ، وذلك باستخدام الاسلوب العلمى فى ضبط وتحليل الحركات الفنية للملاكمين .

وقد وقع اختيار الباحث على ملاكمى الدرجة الاولى نظرا لتأهيلهم فى خلال مراحل الاعداد المختلفة للجوانب السابقة ولديهم الخبرة السابقة لاشتراكهم فى البطولات المحلية والدولية ، بالاضافة الى اختيارهم على ضوء نتائجهم فى هذه البطولة لتكوين المنتخب القومى للملاكمة .

ماهية الاعداد الخططية :

يهدف الاعداد الخططية الى اكتساب الفرد الرياضى المعلومات والمعارف والقدرات الخططية واتقانها بالقدر الكافى الذى يمكنه من حسن التصرف فى مختلف المواقف المتعددة والمتغيرات أثناء المنافسات الرياضية (٤ : ٢٧٢) .

وفى الملاكمة نجد أن أسلوب الملاكم الخططى يعتمد أساسا على مستوى اتقانه للمهارات الفنية والصفات القتالية المختلفة ، حيث أن براعة الملاكم فى اخراج وتنفيذ الطرق والاساليب الخططية المختلفة تتوقف على مستوى اتقانه لمهارات اللكم الفنية ، وعلى قدرته على تنظيم المهارات واستخدامهم السليم بما يتناسب ومميزات المنافس .

ولا يجب تعليم الملاكم المهارات الفنية فقط ، حيث أنه لا يتمكن فى هذه الحالة من تعليم كيفية استخدامها فى الاساليب الخططية . ولذلك يجب على المدرب دائما عند تعلم الملاكم للمهارات الفنية أن يعلمه أيضا كيفية استخدامها فى الاساليب الخططية المناسبة ، وتوقيتها والمسافات التى تستخدم فيهم والتى لا يستطيع الملاكم من اكتسابها واتقانها الا فى ظروف اللكم الحر مع الزميل أثناء التدريب ومع المنافس أثناء المباريات ، حيث أن أسلوب اللكم الحديث يعتمد على براعة الملاكم فى سرعة وفاعلية

تنفيذ الاساليب الهجومية والدفاعية والهجومية المضادة .

ويتكون اللكم على الحلقة من الاساليب الهجومية والدفاعية والهجومية المضادة .
والتي يستخدمها لتحقيق الفوز على منافسه . وعند استخدام الملاكم لهذه الاساليب
يحاول دائما العمل على الاقتصاد فى قوته واختيار التوقيت المناسب لتسديد اللكمات
الهجومية والهجومية المضادة واداء الاساليب الدفاعية المناسبة لتفادى أكبر عدد ممكن
من لكمات المنافس وتسديد أكبر عدد ممكن من اللكمات بسرعة وبفاعلية بواسطة
الاساليب الخططية (الهجوم - الدفاع - الهجوم المضاد) .

ويعرف الهجوم فى الاعداد الخططى بأنه الحركات الهجومية السريعة والفعالية
التي تهدف بصورة مباشرة الى تسديد لكمة أو عدة لكمات فى مناطق اللكم المسموح بها
من جسم المنافس ، ولا بد أن تنفذ الحركات الهجومية فى أوضاع مناسبة ومتنافسة ، ولا
يمكن بأى حال من الاحوال انتظار هذه الأوضاع المناسبة ، بل يجب على الملاكم نفسه من
العمل على ايجاد وخلق هذه الأوضاع المناسبة للقيام بالحركات الهجومية بواسطة
استخدام الطرق والاساليب الخططية المناسبة .

وتتكون الحركة الهجومية من العناصر التالية :

- التمهيد أو التحضير .
- اللكمة الهجومية الاولى .
- متابعة الهجوم وتعزيزه ثم الخروج (٤ : ٢١٧ - ٢١٩) .

اهداف البحث :

١- التعرف على فاعلية خطط الهجوم (اللكمات الهجومية) والدفاعات المختلفة
خلال جولات المباراة .

٢- التعرف على مستوى فاعلية خطط الهجوم فى ضوء نتائج المباريات .

فروض البحث :

- ١- توجد فروق دالة احصائيا فى تغييرات مستوى فعالية خطط الهجوم من جولة لآخرى .
- ٢- توجد علاقة ايجابية بين فعالية خطط الهجوم ونتائج المباريات .

المصطلحات المستخدمة :

١ - اللكمة الصحيحة :

هى اللكمة التى تصل بالسلاميات الكبرى للاصابع وتحمل معها ثقل الجسم إلى المكان المخصص للكم .

x تعريفات إجرائية .

٢ - فعالية خطط الهجوم :

هو قدرة الملاكم على الإستفادة من خبراته وإعداده البدنى والفنى والنفسى لتنفيذ العديد من الحركات الفنية الصعبة خاصة فى الهجوم والإستفادة من نقاط الضعف التى فى منافسه وتحويلها لصالحه خاصة فى الهجوم المضاد ، وإظهار أسلوبه المميز فى السيطرة على المباراة وقيادتها حتى تحقيق الفوز .

الدراسات السابقة :

لم يتوصل الباحث إلى بحث أو دراسة تطرقت إلى مثل هذا الموضوع رغم أهميته بالنسبة للمدربين والقائمين على الفرق القومية وذلك للوقوف على مدى إستفادة ملاكهم من اللكمات الهجومية المختلفة وكيفية الاستفاده بها لكى يصبح لكل ملاكم أسلوبه الهجومى المميز لاستخدامه فى اللقاءات المحلية والدولية .

فهذا يوضح مدى الاستفادة التطبيقية من هذه الدراسة للمتخصصين فى رياضة الملاكمة خاصة أنها اجريت على بطولة الجمهورية للدرجة الاولى ، ويمكن أيضا الاستفادة بها عند مقارنة مستوى ملاكينا بالمستوى الدولى والعالمى .

اجراءات البحث :

عينة البحث :

طبق البحث على ٤٨ ملاكما من المشتركين فى بطولة الجمهورية للدرجة الاولى ويتكون منهم المنتخب القومى للملاكمة . وقد تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية Purposive Sample ويمثلون جميع أوزان الملاكمة وبعد ذلك تم تقسيمهم الى مجموعتين هما :

المجموعة الأولى : التى وصلت الى الدورالنهائى .

المجموعة الثانية: التى انهزمت فى الدور قبل النهائى .

منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج الوصفى (الدراسات المسحية) لمناسبته لهذا البحث >

المجال الزمنى :

طبق البحث على الملاكمين المشتركين فى بطولة الجمهورية للملاكمة للدرجة الاولى التى اقيمت أيام ١٩ ، ٢٠ ، ٢١ /٦/ ١٩٨٩ بنادى الشبان المسلمين بالقاهرة .

أدوات البحث : استخدم الباحث الادوات التالية :

- ١- جهاز المسجل المرئى (فيديو كاسيت Vedio Tape Recorder) .
- ٢- استمارة لتسجيل عدد اللكمات الصحيحة والخطئة فى كل جولة على حده لكل ملاكم فى المباراة (مرفق ١) قام الباحث باعدادها .
- ٣- استمارة تسجيل نتائج المباريات (Scor Sheet) والمعتمدة من الاتحاد المصرى للملاكمة للهواه .

نتائج البحث ومناقشتها :

جدول (١)

النسبة المئوية للحركات الفنية للكمات والدفاعات المستخدمة

لدى ملاكمى الدرجة الاولى

م	البيان	المجموع	%
١	اللكمات الفنية	٧٦٣.	٥٤,٢٥
٢	الدفاعات الصحيحة	٧١١٦	٤٥,٧٥

يتضح من جدول (١) ان النسبة المئوية لاستخدام الحركات الفنية للكمات كانت أعلى من استخدام الحركات الفنية للدفاعات أثناء البطولة لدى ملاكمى الدرجة الاولى ، حيث بلغ الفرق بينهما ٨,٥ ٪ لصالح الحركات الفنية الخاصة باللكمات المختلفة .

وهذا يعنى أن الحركات الفنية الهجومية والتي تظهر فى استخدامها للكلمات بأنواعها تغلب على ملاكضى الدرجة الاولى أكثر من الحركات الفنية الدفاعية .

ويعزى الباحث ذلك الى اعتقاد الملاكين خاصة ملاكضى الدرجة الاولى ان الهجوم على المنافس وتسديد أكبر قدر من الكلمات الهجومية هو الفيصل فى احراز الفوز فى المباراة ، بدلا من تنفيذ خطط هجومية قائمة على مختلف الكلمات التى تؤدى من المسافات المختلفة (الطويلة - المتوسطة - القصيرة) أو استخدام الهجوم المضاد الذى يعتمد أساسا على أداء الملاك حركة دفاعية ناجحة وبعدها يبدأ الهجوم المضاد ، والملاك الذى يقوم بأداء حركات أو مهارات هجومية دون ترتيب أو دون تخطيط لهذا الهجوم يسبب للملاك وقوعة فى أخطاء كثيرة أثناء أداء المجموعات المختلفة من الكلمات بدلا من تنظيم هذه الكلمات والاستفادة من تكرارها بصورة تجعله يقوم بخطة هجومية منتظمة والاستفادة من أخطاء منافسه الدفاعية ومن هنا يبدأ الخطة الهجومية المناسبة للموقف

جدول (٢)

النسبة المئوية لاستخدام الحركات الفنية للكلمات والدفاعات

فى كل جولة من جولات المباراة

النسبة المئوية لاستخدام الكلمات والدفاعات

م	البيان	الجولة الاولى	الجولة الثانية	الجولة الثالثة
		المجموع %	المجموع %	المجموع %
١	معدل الكلمات	٢٤٧٦	٢٥٤٢	٢٦١٢
٢	معدل الدفاعات	٣٥١٧	٢٣٦١	٢٢٣٥

يتضح من جدول (٢) النسبة المئوية لاستخدام الحركات الفنية للكلمات والدفاعات الصحيحة لدى ملاكمى الدرجة الأولى المشتركين فى بطولة الجمهورية للدرجة الأولى وذلك فى كل جولة من جولات المباراة الثلاثة ، حيث ظهر مستوى الزيادة فى كمية اللكمات من جولة إلى أخرى بصورة تدريجية بلغت ٣٢.٦٪ للجولة الأولى ، ٣٢.٤٩٪ للجولة الثانية ، ٣٣.٩١٪ للجولة الثالثة .

وعلى العكس من ذلك يلاحظ انخفاض النسبة المئوية للحركات الدفاعية فى الجولة الثالثة عن الجولة الثانية عن الجولة الأولى . بينما ظهر استخدام ملاكمى الدرجة الأولى للحركات الفنية الدفاعية فى الجولة الأولى أفضل من الجولتين الثانية والثالثة

ويعزى الباحث ذلك إلى أن ملاكمى الدرجة الأولى وهم من الملاكمين المتميزين بالخبرة السابقة والعديدة عندما يتقابلون فى لقاءات مثل بطولة الجمهورية يكون كل ملاكم ملماً بمميزات وعيوب منافسه فى نفس الوزن . وعلى هذا يقوم كل ملاكم بعملية إستكشاف لخطط منافسه وغالباً ما يكون هذا فى الجولة الأولى حتى يستطيع أن يعرف ما هى الخطة التى سوف يستخدمها منافسه فى هذه المباراة ، فعلى هذا نجد أن الجولة الأولى غالباً ما تتمتع بالحركات الدفاعية عن الحركات الهجومية وغالباً ما نجد أن الجولة الأولى فى معظم مباريات ملاكمى الدرجة الأولى ما تنتهى بالتعادل ٢٠/٢٠ لأن التلاكم يكون على شكل استكشافات .

جدول (٣)

المتوسط الحسابى والانحراف المعيارى وقيمة "ت" لفعالية

خط الهجوم لملاكمى الدرجة الأولى

البيان	مجموعة الدور النهائى (٢٤ن)		مجموعة الدور قبل النهائى (٢٤ن)		قيمة "ت"
	م	ع	م	ع	
معدل فعالية الهجوم	٣١٧.٧٢	٦٢	٢٠.١	٩١	٧٢.٧٢ ×

× عند مستوى ٠.٥ ر

يتضح من جدول (٣) أنه توجد فروق دالة إحصائياً بين مجموعتي الدور النهائى والدور قبل النهائى فى فعالية الهجوم لصالح مجموعة الدور النهائى .

حيث بلغ المتوسط الحسابى لمجموعة الدور النهائى ٣١٧ و٧٢ والانحراف المعيارى ٦٢ ر ، ومجموعة الدور قبل النهائى ٣٠١ والانحراف المعيارى ٩١ ر .

وهذا يوضح مدى استخدام الخطط الهجومية فى إحراز الفوز وتحقيق نتيجة أفضل فى المباراة . فكلما استخدم الملائم الاسلوب الهجومى المنظم كلما استطاع أن يصل إلى منافسه وتسديد مجموعة من اللكمات الصحيحة فى المكان المخصص لها سواء فى منطقة اللكم العليا أو منطقة اللكم السفلى ، وبذلك يحصل على النقاط المساعدة التى تعمل على تجميع أكبر عدد من النقاط لإحراز الفوز بالنقط .

كما أن الملائمان يتقابلان فى مساحة الحلقة المحددة بمقاييس محددة طبقاً للقانون الدولى للهواه وكل منهما على مستوى معين من الإعداد البدنى من حيث القوة ، السرعة ، التحمل ، المرونة ، الرشاقة ، وعلى مستوى معين من اتقان الاعداد المهارى من حيث دقة اللكمات ودقة استخدامهم الحركات الدفاعية ، وكل منهما أيضاً على قدر معين من الإعداد الإدارى والنفسى من حيث امتلاكه لعنصر المبادأة ، الثقة بالنفس ، الجرأة ، والشجاعة ، عدم التردد ، الاصرار ، المثابرة .

ويحاول كل منهما استخدام هذه المميزات والخواص بتفهم وبوعى تام لاخراجهم فى أساليب خطية تمكنه من السيطرة على المباراة وتحقيق الفوز .

وعلى هذا يتضح أن الملائم الذى يستطيع أن ينمى إعداد الخطة السليم يستطيع أن يقوم بعمل الحركات الهجومية المطلوبة فى الوقت والمكان المناسبين وبذلك يستطيع أن يسيطر على مجريات المباراة وأيضاً يستطيع أن يقوم بالهجوم المضاد السليم بعد أداء المهارة الدفاعية الصحيحة لهجمة منافسة فالملائم الذى يستطيع أن يؤدى المهارة الدفاعية السليمة وأداء الهجوم بطريقة منظمة وبطريقة خطية يكون الفوز حليفه .

الاستخلاصات :

١ - اتضح من نتائج هذه الدراسة أن الحركات الفنية الهجومية المستخدمة لدى

ملاكمى الدرجة الأولى كانت للكلمات بمختلف أنواعها (المستقيمات - المنحنيات - الصاعدات) بينما احتلت الحركات الفنية الخاصة بالدفاع المرتبة الثانية .

٢ - بمقارنة نتائج فعالية خطط الهجوم لعينة البحث نجد أن مجموعة الدور النهائى التى حققت نتائج الفوز فى منافساتها كانت أفضل فى مستوى خطط الهجوم وفعاليتها عن مجموعة الدور قبل النهائى .

٣ - اتضح من نتائج هذه الدراسة أن متوسط فعالية خطط الهجوم لمجموعة الدور النهائى ترتفع بصورة تدريجية من الجولة الأولى إلى الجولة الثانية وتصل إلى أقصى ارتفاع لها فى الجولة الثالثة والأخيرة والتى غالباً ما تحدد الملامك الفائز بالمباراة .

التوصيات :

١ - الاهتمام برفع مستوى فعالية الكلمات المستقيمة (اليسرى واليمنى) وذلك من خلال طرق ونظم التدريب فى الملاكمة الحديثة بتحسين تحمل تكرار الأداء ، نظراً لأن هذه الكلمات تستخدم بنسبة كبيرة عن باقى أنواع الكلمات الأخرى فى المباراة .

٢ - الاهتمام بالحركات الفنية الهجومية مع الاهتمام بالحركات الفنية الدفاعية المناسبة للحركات الهجومية حتى يستطيع الملامك القيام بعملية الهجوم المضاد .

٣ - يجب أن يتعرف مدربى الملاكمة بجمهورية مصر العربية خاصة مدربى فرق الدرجة الأولى على فاعلية الخطط الهجومية فى الملاكمة وتأثيرها على نتائج المباريات حتى يستطيعوا القيام بتدريب لاعبيهم على الكثير من هذه الخطط لتنفيذها أثناء المباراة .

٤ - محاولة القيام بدراسات مماثلة على فرق الناشئين لمحاولة التعرف على تحديد فاعلية الهجوم والدفاع على نتائج المباريات .

٥ - مقارنة نتائج الفرق القومية من حيث تحديد فعالية الخطط الهجومية مع بعض الفرق المتقدمة فى مجال الملاكمة .

المراجع

١ - اسماعيل حامد عثمان ، : تفسير القانون الدولي للملاكمة للهواة ، وترجمة محمد مسعد فرغلي دليل الحكام والقضاة ، مطبعة المليجي ، الجيزة ، ١٩٧٨

٢ - عبد الحميد أحمد محمد : الملاكمة . الطبعة الخامسة ، دار الفكر العربي ، ١٩٨٩ .

٣ - فؤاد البهي السيد : علم النفس الإحصائي ، الطبعة الثالثة ، دار الفكر العربي ١٩٧٩

٤ - محمد حسن علاوي : علم التدريب الرياضي ، الطبعة الخامسة ، دار المعارف بمصر ، ١٩٧٧ .

5 - I . Blodov U.M. , Khodadov N.A.e Drog - Denameka Cpets - cialnoe Kashectv Boxerov Vecokoe Kvalefekatce , Moskva , Jor , Box , ej . god . , 19 L , ctr . 41-43 .

6 - Bogeivlencke E.N. e dgro . - Pcekhologetshecke Acpekte Oboshenei Tekneka Boxa , Moskva , Jornal Box . ej . god . 1980 , ctr . 6 .

7 - Box - Pravela Corevnovanee , " Ves " , Moskva , 1975 , ctr . 21 .

8 - Dektereof E.P. . - Box , " Fec " ; Moskva , 1979 , ctp . 21 .

9 - Gradobolof K . v . - Box , 2 ezd , " Fec " , Moskva , 1956 . ctr .

30

10 - Kleshev V.N. , Djeroin G.O.e drog - Boivai ditelnoct u Trmperament , Moskva , Jor . Box , ej . god . , 1981 , ctr .