

"فاعلية تطوير أداءات الهجوم المضاد وفقاً لأماكن الحلقة لدى لاعبي الملاكمة الشباب"

أ.د/ سامي محب حافظ

أ.د/ محمود محمد لبيب

د/ رحاب عبد المنعم الرشيدى

م.م/ خالد حمدالله بهيج

مقدمة ومشكلة البحث:

يعد التدريب الرياضي عنصراً أساسياً في تحقيق الأداء الرياضي المتميز، ويهدف التدريب الرياضي إلى تحسين القدرات البدنية والمهارات الفنية للرياضيين كما يتضمن جوانب نفسية وتكتيكية مما يساعد الرياضيون على تطوير التركيز والتحمل النفسي واتخاذ القرارات الصائبة في المواقف التنافسية. ويشير "سامي حافظ" (٢٠٠٥م) أن رياضة الملاكمة من الرياضات التي تأثرت إيجابياً بالعلوم المرتبطة بالمجال الرياضي مثل علم التدريب الرياضي، وقد ظهر ذلك خلال إعداد الملاكمين بدنياً ومهارياً وخططياً ونفسياً، للوصول بهم إلى المستويات العليا. (١٥٩ : ٦)

ويرى الباحثون أن تدريب الملاكمة هو نوع من التدريب الرياضي الشامل الذي يعزز اللياقة البدنية والقوة والتحمل والسرعة والتوازن بالإضافة انه يشمل مجموعة متنوعة من التقنيات والتمارين التي تهدف إلى تحسين الأداء الرياضي للملاكم، كما أن الملاكمة تقدمت تقدماً علمياً ملحوظاً ويظهر هذا التقدم من خلال تغير أسلوب اللكم من قبل الملاكمين وتنوع استخدامهم للعديد من الأساليب الخطئية التي تتناسب مع المواقف المختلفة والمتغيرة اثناء النزال والتي تمكن الملاكم من التغلب على المنافس وتحقيق الفوز.

ويرى "سامي محب وآخرون" (٢٠٢٠م) أن الهجوم المضاد يعتبر أحد أنواع الهجوم الرئيسية الذي يعتمد عليها لاعبي الملاكمة في الحصول على العديد من النقاط أثناء المباراة، وقد ظهر ذلك خلال السنوات العشرة الأخيرة بشكل ملحوظ أثناء البطولات الدولية والعالمية حيث تميز اللاعبون الفائزون بالمراكز المتقدمة في هذه البطولات بإجادتهم أساليب الهجوم المضاد المختلفة، حيث يرجع ذلك الى شدة وحدة عملية التنافس وارتفاع مستوى الأداء المتمثل في زيادة سرعة تنفيذ المهارات الدفاعية والهجومية المضادة والقدرة علي الربط بين الدفاع والهجوم والاستغلال الأمثل لكل إمكانات وقدرات

-أستاذ تدريب الملاكمة ووكيل الكلية للدراسات العليا والبحوث الأسبق- كلية التربية الرياضية جامعة المنصورة وعضو اللجنة العلمية لترقي الأساتذة والأساتذة المساعدين.

-أستاذ التدريب الرياضي ووكيل كلية التربية الرياضية لشئون التعليم والطلاب- كلية التربية الرياضية-جامعة جنوب الوادي.

-مدرس بقسم التدريب الرياضي وعلوم الحركة -كلية التربية الرياضية - جامعة جنوب الوادي.

-مدرس مساعد بقسم التدريب الرياضي وعلوم الحركة- كلية التربية الرياضية - جامعة جنوب الوادي.

الملاكم البدنية والمهارية والخططية. (٧: ١٦٥)

ويري الباحثون ان الهجوم المضاد في الملاكمة أحد أساسيات اللعبة، حيث يساعد على تعزيز القدرة على التفكير الاستراتيجي وتقييم تحركات الخصم وتحسين الاستجابة السريعة والتنقل الفعال. وباستخدامه بشكل صحيح ومناسب، يمكن للملاكم أن يفتح زمان واستدامة سيطرته على المباراة وزيادة فرصه للفوز.

فيتمك كل من "وجيه شمندي" (١٩٩٣م) و"براين Brain" (١٩٩٠م) و"الاشقر Ashker Said el" (٢٠١١م) على أن رياضات المنازلات الفردية تتميز بالتغير السريع والمستمر لكل من عمليات الهجوم والدفاع والهجوم المضاد في المواقف التنافسية مما يتطلب من اللاعب مقدرة الاختيار الدقيق لمختلف المهارات الحركية سواء كانت هجومية او دفاعية او هجومية مضادة وبدرجة فائقة في التحكم من خلال السلوك والهدف الخططي. (١٤: ٧٤) (١٩: ٨١) (١٨: ٩٤) (٢٣: ٦٩)

ويتفق "الجوتى Br. Al Gotay" (٢٠٠٨م) و"هاري ديتتش Harre Detrich" (١٩٩١م) أنه من خلال الأداء الحركي يتحسن السلوك الخططي فهو عبارة عن النتائج للعمليات النفس حركية والتي تتم علي ثلاثة مراحل تتضمن ملاحظة وتحليل طريقة وأسلوب المنافس ثم التحليل والتفكير الخططي والتي يبني عليها الحل الحركي والواجب الخططي " السلوك الخططي " وعند ايجاد التصرف والسلوك الخططي المناسب للموقف التنافسي يقوم اللاعب بأدائه وتكون نتيجة التصرف الخططي إما ايجابية بتحقيق الهدف منه وإما سلبية بالإخفاق او الفشل فإذا كانت ايجابية يقوم اللاعب بأداء نفس السلوك الخططي مستقبلا في المواقف المشابهة وإذا كانت سلبية يقوم اللاعب بتحليل السلوك الخاص به لمعرفة أسباب الفشل. (١٧: ٣٥) (٢١: ١٧)

ويرى "احمد خضر" (٢٠٠٠م) أنه يجب أن يكون هناك ملاكمين متميزين باللعب في أماكن الحلقة المختلفة ومتفهمين الخصائص المميزة لكل مكان من أماكن الحلقة (وسط - أحبال - أركان)، مثلما يوجد في كافة الأنشطة الرياضية الأخرى، لذلك ينبغي أن يكون هناك لاعب في الملاكمة متميز باللعب في أكثر من مكان مع الاعتماد على مستواه الطبيعي في الأماكن الأخرى وليس التمرکز في المكان بل كيفية التصرف في مثل هذه الأماكن عندما يتطلب الموقف تواجدهم فيها. (٢: ٧٨)

ومن خلال متابعة الباحثون لبطولات الملاكمة وتحليل العديد من المباريات ومتابعتهم للجرعات التدريبية لفرق منطقة الأقصر لاحظ الباحثون هبوط في مستوى أداءات الهجوم المضاد لدى لاعبي الملاكمة أثناء المنافسة خاصة عندما يتعرضون لمواقف متنوعة ومفاجئة على الحلقة لا يستطيعون التصرف في معظم تلك المواقف، وعلى الرغم من ان هؤلاء الملاكمين يمتلكون القدرة على أداء الأساليب المهارية المختلفة بصورة جيدة الا انهم لا يستطيعون توظيف تلك الأساليب بنفس القدرة في صورة أداءات تكتيكية تكون مناسبة لتلك المواقف التي تواجههم على أماكن الحلقة المختلفة (وسط الحلقة - منطقة الحبال - أركان الحلقة)، كما ان العديد من المدربين يلجأون إلى تدريب لاعبيهم على

أساليب اللكم الأكثر شيوعاً دون الاهتمام بمدى مناسبتها للموقف التلاكمي فيما يتعلق بمكان التنفيذ على الحلقة لذا يجب على المدرب تدريب ملاكميه بصورة فردية على كيفية الربط بين الأساليب المهارية في صورة أداءات هجومية مضادة داخل أماكن الحلقة حتى يستطيع كل ملاكم أثناء المباراة استدعاء هذه الأداءات التكتيكية التي تدرب عليها وفقاً لاماكن الحلقة بما يتناسب مع المواقف المتغيرة التي يتعرض لها أثناء المنافسة.

حيث يشير كلا من "Hohmann" (٢٠٠٢م)، "سامي حافظ وآخرون" (٢٠٢٠م)، "السيد مصطفى" (٢٠٢٠م) انه يجب علي المدرب أن يهتم بعملية التدريب الفردي في شكل متناسق بين التدريب على المهارات الهجومية والدفاعية بين الخطط المختلفة، كما يجب ان تكون عمليات التدريب في مجموعات متكافئة واستخدام مجموعة من التدريبات الخططية المختلفة، ومحاولة الربط بين مستوى الملاكم في المنافسة ومستواه أثناء التدريب (٢٢: ٥٤) (٧: ٥٠) (١٠: ٣٩)

وبالرجوع إلى الدراسات والمراجع السابقة (١)، (٣)، (٥)، (٩)، (١٦)، (١٨)، (٢٣) تبين عدم قدرة اللاعبين على الربط بين مهارات الملاكمة في شكل أداءات هجوم مضاد وتوظيف هذه الأداءات في أماكن الحلقة (وسط- اركان- حبال) بشكل جيد مما دعا الباحثون إلى التعرف على فاعلية تطوير الهجوم المضاد وفقاً لاماكن الحلقة لدى لاعبي الملاكمة الشباب.

أهداف البحث:

١. تهدف هذه الدراسة إلى الارتفاع بالنواحي الخططية من خلال البحث في أساليب تطوير أداءات الهجوم المضاد وفقاً لاماكن الحلقة (وسط - حبال- اركان).

فروض البحث:

١. توجد فروق دالة احصائياً بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في أداءات الهجوم المضاد وفقاً لاماكن الحلقة ولصالح القياس البعدي.

٢. توجد فروق دالة احصائياً بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في أداءات الهجوم المضاد وفقاً لاماكن الحلقة ولصالح القياس البعدي.

٣. توجد فروق دالة احصائياً بين متوسطات درجات القياسين البعديين للمجموعة الضابطة والتجريبية في أداءات الهجوم المضاد وفقاً لاماكن الحلقة ولصالح المجموعة التجريبية.

مصطلحات البحث:

١. الهجوم المضاد: "أداء اللكمات سواء كانت فردية او مزدوجة او في شكل مجموعات لكم بعد تنفيذ الأداءات الدفاعية مباشرة او خلال تنفيذ الدفاعات." (١٠: ٤)

إجراءات البحث:

- أولاً: منهج البحث:

استخدم الباحثون المنهج التجريبي وذلك باستخدام التصميم التجريبي لمجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة بواسطة القياسين (القبلي والبعدي) لكل مجموعة.

- ثانياً: مجتمع البحث:

يمثل مجتمع البحث لاعبي الملاكمة بمنطقة الاقصر للملاكمة للمرحلة العمرية (١٧-١٩) سنة والمقيدون بسجلات الاتحاد المصري للملاكمة والبالغ عددهم (٥٠) ملاكم. مرفق (١)

- ثالثاً: عينة البحث:

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من لاعبي الملاكمة بنادي المدينة المنورة والمسجلين بالاتحاد المصري للملاكمة وعددهم (٢٠) ملاكم بنسبة (٤٠%) وتم تقسيمهم الى مجموعتين احدهما تجريبية قوامها (١٠) ملاكمين ويطبق عليهم البرنامج المقترح قيد البحث، والاخرى ضابطة وعددهم (١٠) ملاكمين يطبق عليهم البرنامج المتبع بالنادي (التقليدي).

جدول (١) تصنيف أفراد المجتمع والعينة قيد البحث (ن=٥٠)

حجم عينة البحث الاساسية		حجم عينة البحث الاساسية	اجمالي مجتمع البحث
مجموعة ضابطة	مجموعة تجريبية		
(١٠) ملاكمين	(١٠) ملاكمين	(٢٠) ملاكم	(٥٠) ملاكم
(٢٠) ملاكم بنسبة ٤٠ %			

اعتدالية وتجانس عينة البحث:

قام الباحث بتصميم استمارة تسجيل بيانات اللاعبين عينة البحث مرفق (٢)، بهدف إجراء التجانس بين أفراد عينة البحث قبل تطبيق البرنامج، وقد تم ضبط المتغيرات التي قد تؤثر على نتائج البحث (العمر الزمني - الطول - الوزن - العمر التدريبي) حتى يتحقق التجانس بين أفراد العينة، وجدول (٢) يوضح ذلك.

جدول (٢) المعالجات الإحصائية " المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط ومعامل الالتواء في متغيرات (السن، الطول، الوزن، العمر التدريبي) للعينة قيد البحث (ن=٢٠)

معامل الالتواء	الوسيط	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	وحدة القياس	المعالجات الإحصائية المتغيرات قيد الدراسة
٠.٢٠٤-	١٨.٠٠	٠.٨٥٢	١٨.١٠	سنة	السن
٠.٦٤٣-	١.٧٥	٠.٦٨	١.٧٤	سم	الطول
٠.٢٤٨	٦٨.٥٢	١٠.٢٥	٦٨.٨٥	كجم	الوزن
٠.٢٩٦-	٥.٠٠	٠.٨١	٥.١٥	سنة	العمر التدريبي

يتضح من نتائج جدول (٢) أن قيمة معامل الالتواء تراوحت ما بين (٠.٦٤٣- : ٠.٢٤٨) أي انحصرت بين (٣+) مما يشير إلى اعتدالية توزيع العينة في المتغيرات قيد البحث.

جدول (٣) المعالجات الإحصائية " المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط ومعامل الالتواء " في متغيرات الهجوم المضاد تبعًا للمكان على الحلقة للعينة قيد البحث
(ن=٢٠)

المتغيرات قيد الدراسة					المعالجات الإحصائية				
					المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء	
فاعلية الهجوم المضاد تبعًا للمكان على الحلقة	وسط الحلقة	أداءات الهجوم المضاد الناجحة				٥.٧٥	٠.٨٥	٦.٠٠	٠.٠٣٦-
		اجمالي أداءات الهجوم المضاد				١٥.٤٥	١.٣٥	١٥.٥٠	٠.٠٤٧
		معامل فعالية سلوك الهجوم المضاد				٠.٣٧٢	٠.٠٤	٠.٣٧٥	٠.٧٣٢
	منطقة الحبال	أداءات الهجوم المضاد الناجحة				٤.٢٠	٠.٦١	٤.٠٠	٠.١٢٠-
		اجمالي أداءات الهجوم المضاد				١١.٢٥	١.٠٦	١١.٠٠	٠.٥٩١
		معامل فعالية سلوك الهجوم المضاد				٠.٣٧٣	٠.٠٣٩	٠.٣٧٤	٠.٧٢٤-
	منطقة الأركان	أداءات الهجوم المضاد الناجحة				٢.٥٠	٠.٥١	٢.٥٠	٠.٩٩١
		اجمالي أداءات الهجوم المضاد				٦.٦٥	٠.٨١	٦.٠٠	٠.٧٦٦
		معامل فعالية سلوك الهجوم المضاد				٠.٣٧٦	٠.٠٦٧	٠.٣٥٤	٠.٧٨١
الهجوم المضاد بالحلقة	أداءات الهجوم المضاد الناجحة بالحلقة ككل				١٢.٤٥	١.٢٣	١٢.٠٠	٠.٥٠٠	
	اجمالي أداءات الهجوم المضاد بالحلقة ككل				٣٣.٣٥	١.٩٨	٣٣.٠٠	٠.٩٢٠	
	معامل فعالية السلوك الهجومي المضاد للحلقة				٠.٣٧٣	٠.٠٢٤	٠.٣٦٩	٠.٢٠٢	

فاعلية الهجوم المضاد تبعًا للمكان على الحلقة

يتضح من نتائج جدول (٣) أن قيمة معامل الالتواء تراوحت ما بين (٠.٧٢٤- : ٠.٩٢٠) أي انحصرت بين (٣+) مما يشير إلى اعتدالية توزيع العينة في المتغيرات قيد البحث.

تكافؤ عينة البحث:

تم اجراء التكافؤ بين افراد مجموعتي البحث (التجريبية- الضابطة) في المتغيرات المستخدمة قيد البحث كما هو موضح بالجداول التالية:

جدول (٤) المعالجات الإحصائية "المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) المحسوبة " في متغيرات (السن، الطول، الوزن، العمر التدريبي)(ن=١ ن=٢=١٠)

قيمة "ت" المحسوبة	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		وحدة القياس	المعالجات الإحصائية المتغيرات قيد الدراسة
	ع	س	ع	س		
١.٠٠	٠.٨٢	١٨.٠٠	٠.٩٢	١٨.٢٠	سنة	السن
٠.٣٣	٠.٧٧	١.٧٤	٠.٦٢	١.٧٥	سم	الطول
٠.٤٠	١١.٠٧	٦٨.٩٨	٩.٩٥	٦٨.٧٣	كجم	الوزن
١.٠٠	٠.٧٨	٥.٢٠	٠.٨٧	٥.١٠	سنة	العمر التدريبي

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥=٢.٠٨

يوضح جدول (٤) وجود فروق غير دالة احصائياً بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس القبلي للمتغيرات الأساسية قيد البحث حيث تراوحت قيمة ت المحسوبة ما بين (٠.٣٣ : ١.٠٠) وهي اقل من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ مما يشير الى تكافؤ مجموعتي البحث في المتغيرات قيد البحث.

جدول (٥) المعالجات الإحصائية "المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) المحسوبة" في متغيرات الهجوم المضاد تبعًا للمكان على الحلقة للمجموعة التجريبية والضابطة قيد البحث (ن=١=٢=١٠)

قيمة "ت" المحسوبة	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		المعالجات الإحصائية	المتغيرات قيد الدراسة
	ع	م	ع	م		
٠.٨٩٦	٠.٨٧	٥.٩٠	٠.٧٨	٦.٢٠	أداءات الهجوم المضاد الناجحة	وسط الحلقة
٠.٤٨٠	١.١٩	١٥.٩٠	١.١٩	١٦.١٠	اجمالي أداءات الهجوم المضاد	
٠.٩٤٨	٠.٠٣٢	٠.٣٧٠	٠.٠٤٥	٠.٣٨٥	معامل فعالية سلوك الهجوم المضاد	
٠.٥٥٧	٠.٣١	٣.٩٠	٠.٦٦	٤.٠٠	أداءات الهجوم المضاد الناجحة	منطقة الحبال
٠.٨١٨	٠.٨٢	١٠.٧٠	١.١٥	١١.٠٠	اجمالي أداءات الهجوم المضاد	
٠.١١٧	٠.٠٢٢	٠.٣٦٥	٠.٠٤٣	٠.٣٦٣	معامل فعالية سلوك الهجوم المضاد	
٠.٥٥٧	٠.٥١	٢.٤٠	٠.٥٢	٢.٥٠	أداءات الهجوم المضاد الناجحة	منطقة الأركان
١.٥٠	٠.٨٢	٦.٣٠	٠.٨٢	٦.٧٠	اجمالي أداءات الهجوم المضاد	
٠.٤٤٢	٠.٠٥٨	٠.٣٨٠	٠.٠٦٣	٠.٣٧٣	معامل فعالية سلوك الهجوم المضاد	
١.٤٦	١.١٣	١٢.٢٠	١.٣٣	١٢.٧٠	أداءات الهجوم المضاد الناجحة بالحلقة ككل	الهجوم
١.٧١	١.٣٧	٣٢.٩٠	٢.٤٤	٣٣.٨٠	اجمالي أداءات الهجوم المضاد بالحلقة ككل	المضاد
٠.٥٩٦	٠.٠٢٣	٠.٣٧٠	٠.٠٢٥	٠.٣٧٥	معامل فعالية السلوك الهجومي المضاد للحلقة	بالحلقة ككل

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥=٢.٠٨

يوضح جدول (٥) وجود فروق غير دالة إحصائيًا بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس القبلي للمتغيرات الأساسية قيد البحث حيث تراوحت قيمة ت المحسوبة ما بين (٠.١١٧ : ١.٧١) وهي اقل من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ مما يشير الى تكافؤ مجموعتي البحث في المتغيرات قيد البحث.

- وسائل جمع البيانات:

استخدم الباحث لجمع المعلومات والبيانات المتعلقة بهذا البحث الأدوات الآتية:

أ- تحليل المحتوى للمراجع والدراسات السابقة

قام الباحثون في حدود ما توصل اليه من خلال الاطلاع على المؤلفات العلمية والدراسات المرجعية العربية والاجنبية والاتصال بشبكة المعلومات الالكترونية الدولية توصل الباحث إلى الاتي:

١- تحديد الاختبارات التي تقيس فعالية الأداء المهاري للهجوم المضاد وفقاً لاماكن الحلقة. مرفق (٣)

٢- تحديد الاختبارات التي تقيس الأداءات للهجوم المضاد وفقاً لاماكن الحلقة. مرفق (٣)

٣- تحديد اهم محددات البرنامج التدريبي المقترح.

الدراسات الاساسية:

• الهدف من البرنامج:

يهدف البرنامج المقترح الارتفاع بالنواحي الخطئية من خلال البحث في أساليب تطوير أداءات الهجوم المضاد وفقاً لاماكن الحلقة (وسط - حبال - اركان).

• فترة تنفيذ البرنامج:

تم وضع البرنامج التدريبي بعد الاطلاع علي المراجع العلمية المتخصصة في الملاكمة وفي علم التدريب الرياضي وبعض الدراسات السابقة وعرضها على السادة الخبراء، وتم تطبيق البرنامج في فترة الإعداد الخاص، وتصميم مجموعة من التدريبات المناسبة لتنمية أداءات التكتيكية لهجوم المضاد وفقاً لمكان الأداء على الحلقة، مع مراعاة مبدأ التوزيع النسبي والزمني المناسب لفترات التدريب وطبيعة أداء تمرينات البرنامج خلال مدة التنفيذ، على أن تكون المدة الزمنية للبرنامج ١٢ أسبوع وعدد الوحدات التدريبية للبرنامج (٤ وحدات أسبوعيا) وزمن الوحدة التدريبية (١٢٠ دقيقة) وتم مراعاة مبدأ التدرج في زيادة شدة وحجم الحمل خلال مراحل التدريب المختلفة طبقا للهدف.

• الإطار العام للبرنامج:

قام الباحث بالاستعانة بالعديد من المراجع المتخصصة في رياضة الملاكمة والتدريب الرياضي لتصميم استمارة استطلاع رأي للسادة الخبراء مرفق (٧)، بهدف تحديد عناصر البرنامج التدريبي من حيث (مدة البرنامج، عدد وحدات التدريب الاسبوعية، زمن الوحدة التدريبية - دورة الحمل)، وجدول (١٨) يوضح ذلك.

جدول (٦) النسبة المئوية لآراء السادة الخبراء في تحديد محاور البرنامج المقترح

(ن=١٠)

م	المحاور	مجموع آراء الخبراء	النسبة المئوية
١	فترة البرنامج التدريبي المقترح (١٢ اسبوع)	٨	٨٠%
٢	عدد الوحدات في اليوم (وحده تدريبية)	١٠	١٠٠%
٣	عدد الوحدات في الأسبوع (أربع وحدات)	٨	٨٠%
٤	زمن الوحدة التدريبية (٢٠ق)	٨	٨٠%
٥	طريقة التدريب الفكري (مرتفع - منخفض) الشدة	١٠	١٠٠%
٦	دورات حمل التدريب الاسبوعية (١:٢)	١٠	١٠٠%

يوضح جدول (٦) آراء السادة الخبراء في تحديد محاور البرنامج.

ووفقاً لآراء السادة الخبراء تم تحديد الزمن الكلي للتدريب خلال البرنامج المقترح حيث اتفقت معظم الآراء على أن الوحدة التدريبية اليومية (١٢٠) دقيقة بواقع أربع وحدات تدريبية في الأسبوع، وبلغ عدد الأسابيع (١٢) أسبوع، وطريقة التدريب الفكري (مرتفع - منخفض) الشدة. خلال تطبيق برنامج التدريب على عينة البحث تم تثبيت (مدة التدريب - زمن الوحدة التدريبية - عدد الوحدات التدريبية - مواعيد تطبيق الوحدات التدريبية - محتويات الجزء الإعدادي والختامي من الوحدة التدريبية) وكان الاختلاف في محتويات واتجاه التنمية وطريقة تنفيذ الجزء الأساسي.

• محتويات البرنامج التدريبي المقترح:

- يحتوى البرنامج على المراحل التالية:
- المرحلة الأولى:
- مدتها (٣) أسابيع حيث تراوحت شدة الأحمال التدريبية ما بين (٧٠% إلى ٨٦%) وذلك بواقع أربع وحدات تدريبية أسبوعياً.
- المرحلة الثانية:
- مدتها (٥) أسابيع حيث تراوحت شدة الأحمال التدريبية ما بين (٧٥% إلى ٩٠%) وذلك بواقع أربع وحدات أسبوعياً.
- المرحلة الثالثة:
- مدتها (٤) أسابيع حيث تراوحت شدة الأحمال التدريبية ما بين (٧٥% إلى ٩٥%) وذلك بواقع أربع وحدات أسبوعياً.

• درجات الحمل:

استخدم الباحث درجات حمل مختلفة وبصورة منتظمة أثناء تنفيذ الوحدات التدريبية وقد تم تحديد حمل التدريب وفقاً لتقسيم "محمد حسن علاوي" (١٩٩٤م):

• حمل متوسط من ٦٥ % إلى ٧٥ % من أقصى ما يستطيع اللاعب تحمله.

• حمل عالي من ٧٥ % إلى ٨٥ % من أقصى ما يستطيع اللاعب تحمله.

• حمل أقصى ٨٥ % فأكثر من أقصى ما يستطيع اللاعب تحمله. (٥٦:٦٥)

جدول (٧) نسب الشدة المستخدمة خلال أسابيع البرنامج التدريبي

الاسبوع	الشدة	درجة الحمل
• الاول	٧٠%	متوسط
• الثاني	٧٨%	عالي
• الثالث	٨٦%	أقصى
• الرابع	٧٣%	متوسط
• الخامس	٧٩%	عالي
• السادس	٨٦%	اقصى
• السابع	٧٤%	متوسط
• الثامن	٨٣%	عالي
• التاسع	٨٧%	أقصى
• العاشر	٧٥%	متوسط
• الحادي عشر	٩٠%	اقصى
• الثاني عشر	٧٥%	متوسط

• التوزيع الزمني للبرنامج التدريبي المقترح:

زمن البرنامج (١٢) اسبوع ويستمر التدريب أربع أيام أسبوعياً.

زمن الوحدة التدريبية:

- الوحدة التدريبية = ١٢٠ق

- (١٥ ق) احماء

- (١٠٠ق) جزء رئيسي

- (٥ق) ختام

- $$= \text{زمن الجزء الرئيسي في الوحدة التدريبية} \times \text{عدد وحدات التدريب في الأسبوع}$$
- $$100 \times 4 = 400 \text{ ق/أسبوع}$$

- $$= \text{زمن التدريب في الأسبوع} \times \text{عدد أسابيع البرنامج} = 12 \times 400 = 4800 \text{ ق/أسبوع}$$

- بلغ زمن الحمل الأقصى (٦٠٠ اق ق) موزعة بين الأسابيع (٣، ٦، ٩، ١١)

- بلغ زمن الحمل العالي (١٢٠٠ ق) موزعة بين الأسابيع (٢، ٥، ٨).

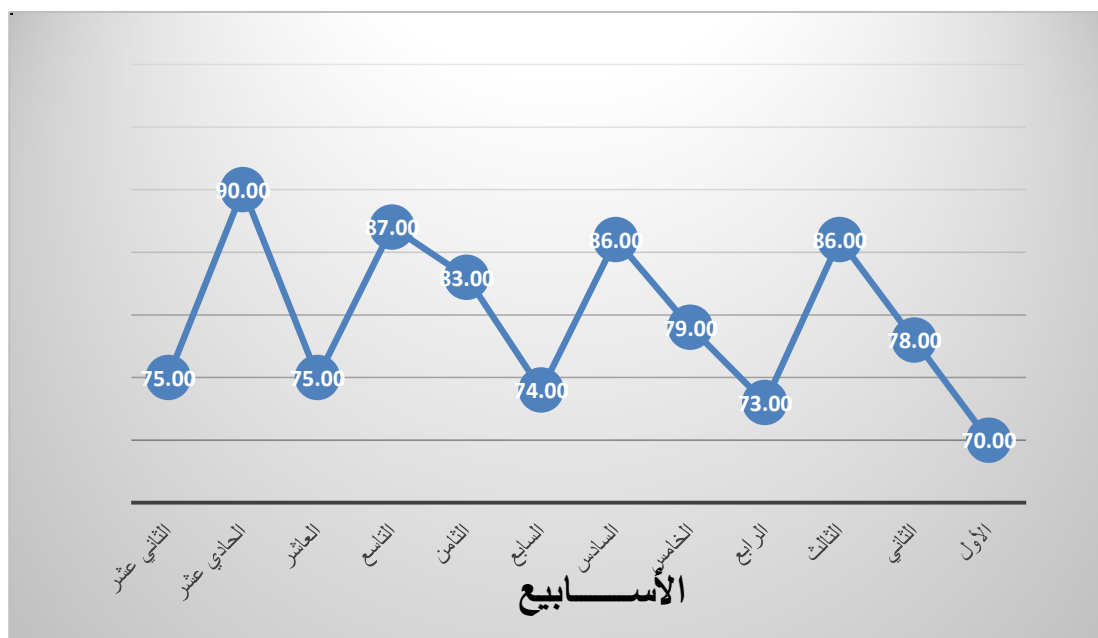
- بلغ زمن الحمل المتوسط (٢٠٠٠ ق) موزعة بين الأسابيع (١، ٤، ٧، ١٠، ١٢).

- بلغ زمن التدريب الكلي للبرنامج ١٦٠٠ + ١٢٠٠ + ٢٠٠٠ = ٤٨٠٠ ق.

جدول رقم (٨) التوزيع الزمني لدرجة حمل التدريب ودورات الحمل (١:٢) خلال اسابيع

البرنامج التدريبي المقترح

[illegible]



شكل رقم (١) توزيع النسب المئوية لشدة الأحمال التدريبية خلال أسابيع البرنامج التدريبي

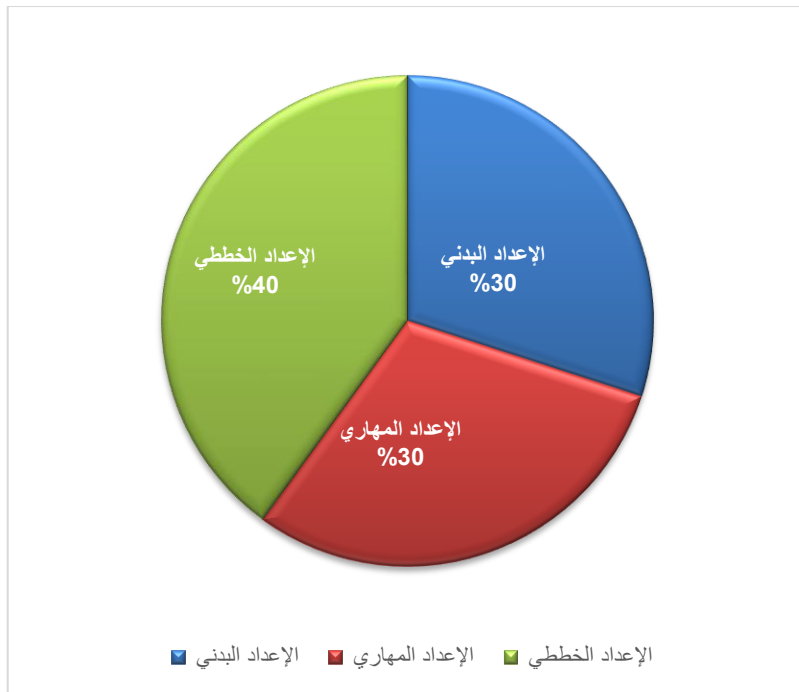
توزيع النسب المئوية لشدة الأحمال التدريبية خلال أسابيع البرنامج التدريبي

توزيع الزمن الكلي للبرنامج على واجباته:

بعد الاطلاع علي المراجع العلمية المتخصصة في الملاكمة وفي علم التدريب الرياضي وبعض الدراسات السابقة وأراء السادة الخبراء تم توزيع الزمن الكلي للبرنامج على واجباته طبقاً للنسب الآتية (الاعداد البدني ٣٠% - الاعداد المهاري ٣٠% - الاعداد الخططي ٤٠%)، جدول (٢١) يوضح ذلك:

جدول (٩) توزيع الزمن الكلي للبرنامج التدريبي على مكوناته

الزمن بالدقائق	طريقة احتساب الزمن بالدقائق	النسبة المئوية	المتغيرات
١٤٤٠ق	$100 / 4800 \times 30$	٣٠%	الاعداد البدني
١٤٤٠ق	$100 / 4800 \times 30$	٣٠%	الاعداد المهاري
١٩٢٠ق	$100 / 4800 \times 40$	٤٠%	الاعداد الخططي
٤٨٠٠ق	$100 / 4800 \times 100$	١٠٠%	المجموع



شكل (٢) النسب المئوية لكل من الإعداد البدني والمهاري والخططي والزمن المخصص له خلال فترة البرنامج المقترح

• تطبيق البرنامج التدريبي المقترح:

قام الباحثون بتطبيق البرنامج التدريبي المقترح في الفترة من يوم السبت (٢٠٢٤/٥/٤م) وحتى يوم الأحد (٢٠٢٤/٨/٤م) وذلك بصالة تدريب الملاكمة بنادي المدينة المنورة بالأقصر بواقع (٤) وحدات في الأسبوع الواحد أي بواقع (٤٨) وحدة تدريبية أثناء البرنامج التدريبي المقترح.

• القياس القبلي:

أجريت القياسات القبلية على أفراد مجموعة عينة البحث وذلك يوم ٢٧/٤/٢٠٢٤م بصالة تدريب الملاكمة وحلقة الملاكمة بنادي المدينة المنورة بالأقصر.

• القياسات البعدية:

تم اجراء القياسات البعدية على عينة البحث ايام ٧/٨/٢٠٢٤م بصالة تدريب الملاكمة وحلقة الملاكمة بنادي المدينة المنورة بالأقصر.

المعالجات الإحصائية المستخدمة:

بعد جمع البيانات وجدولتها تم معالجتها إحصائياً باستخدام استخدام البرنامج الإحصائي (V Spss 25) وفقاً للأساليب الإحصائية التالية: (المتوسط الحسابي، الوسيط، الانحراف المعياري، نسبة التحسن، معامل الالتواء،).

عرض ومناقشة النتائج:

أولاً عرض النتائج:

من خلال هدف البحث وفروضه سوف يعرض الباحثون النتائج وفق ترتيب الفروض كما يأتي:

١. عرض نتائج الفرض الأول: "توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في أداءات الهجوم المضاد وفقاً لماكن الحلقة ولصالح القياس البعدي".

جدول (١٠) دلالة الفروق بين متوسطي درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في متغيرات فاعلية الهجوم المضاد تبعاً للمكان على الحلقة للعينات قيد البحث (ن=١٠)

م	المتغيرات	قبلي			بعدي			نسبة التحسن %	المحسوبة	قيمة "ت"
		المتوسط الحسابي	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري			
١	وسط الحلقة	٦.٢٠	٠.٧٨	٧.٩٠	١.٥٢	٢٧.٤١	٣.٠٤*			
٢		١٦.١٠	١.١٩	١٧.٦٠	٢.١١	٩.٣٢	١.٩٢			
٣		٠.٣٨٥	٠.٠٤٥	٠.٤٤٦	٠.٠٦	١٥.٩٢	٢.٨٤*			
٤	منطقة الحبال	٤.٠٠	٠.٦٦	٤.٥٠	١.١٧	١٢.٥٠	١.٣٤			
٥		١١.٠٠	١.١٥	١١.٤٠	٢.٠٦	٣.٦٣	٠.٨٤٠			
٦		٠.٣٦٣	٠.٠٤٣	٠.٣٩٠	٠.٠٤	٧.٤٦	١.٣٦			
٧	منطقة الأركان	٢.٥٠	٠.٥٢	٢.٨٠	٠.٤٢	١٢.٠٠	١.٤٠			
٨		٦.٧٠	٠.٨٢	٧.٢٠	١.٣١	٧.٤٦	١.٤٦			
٩		٠.٣٧٣	٠.٠٦٣	٠.٣٩٥	٠.٠٧	٦.٠٧	٠.٨٤٠			

تابع جدول (١٠) دلالة الفروق بين متوسطى درجات القياسين القبلى والبعدى

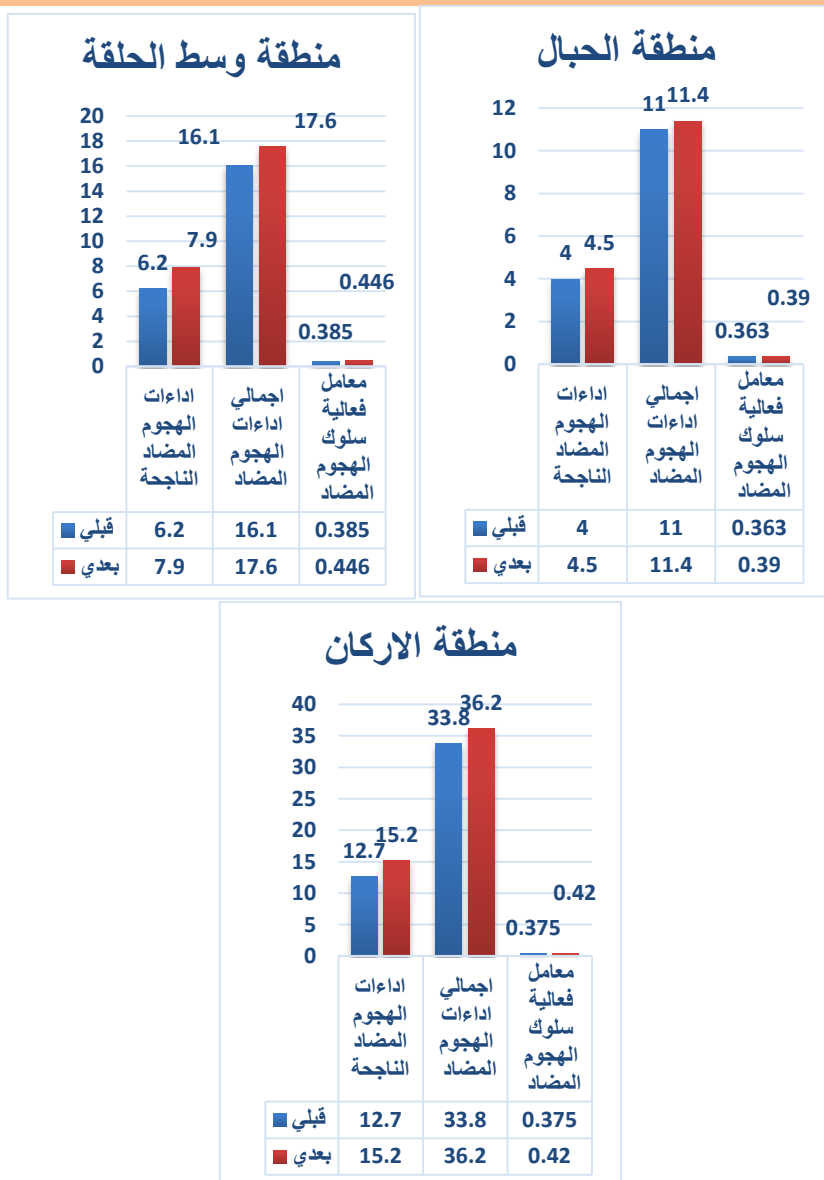
للمجموعة الضابطة في متغيرات فاعلية الهجوم المضاد تبعًا للمكان على الحلقة للعينة

قيد البحث (ن = ١٠)

رقم	المتغيرات	قنلي		عطي		نسبة التحسن %	قيمة "ت" المحسوبة
		الحسابي المتوسط	المعياري الانحراف	الحسابي المتوسط	المعياري الانحراف		
١٠	الهجوم المضاد بالحلقة ككل فاعلية الهجوم المضاد تبعًا للمكان على الحلقة	أداءات الهجوم المضاد الناجحة بالحلقة ككل	١٢.٧٠	١.٣٣	١٥.٢٠	٠.٩١	١٩.٦٨
١١		إجمالي أداءات الهجوم المضاد بالحلقة ككل	٣٣.٨٠	٢.٤٤	٣٦.٢٠	١.٦٨	٧.١٠٠
١٢		معامل فاعلية السلوك الهجومي المضاد للحلقة	٠.٣٧٥	٠.٠٢٥	٠.٤٢٠	٠.٠٣	١١.٩٧

قيمة (ت) الحدودية عند مستوى (٠.٠٥) = ٢.٠٨ * دال

يتضح من نتائج جدول (٦) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) بين متوسطي درجات القياسين القبلي والبعدي ولصالح متوسط درجات القياسي البعدي في متغيرات فعالية الهجوم المضاد تبعاً للمكان على الحلقة في أداءات الهجوم المضاد الناجحة ومعامل فعالية السلوك الهجومي بوسط الحلقة ومتغيرات الهجوم المضاد بالحلقة ككل للمجموعة الضابطة حيث تراوحت قيمة "ت" المحسوبة ما بين (٢.٨٤ : ٣.٨٢)، كما يتضح عدم وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) بين متوسطي درجات القياس القبلي والبعدي في متغيرات فعالية الهجوم المضاد تبعاً للمكان على الحلقة في منطقة الأركان ومنطقة الحبال حيث تراوحت قيمة ت المحسوبة ما بين (٠.١٢٨ : ١.٤٦)، كما بلغت نسبة التحسن لجميع المتغيرات (٣٠.٦٣% : ٢٧.٤١%).



شكل رقم (١) المتوسطات الحسابية لنتائج القياسات القبلية والبعدية للمجموعة

الضابطة في متغيرات فاعلية الهجوم المضاد تبعًا للمكان على الحلقة

٢. عرض نتائج الفرض الثاني: توجد فروق دالة احصائيًا بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في أداءات الهجوم المضاد وفقًا لاماكن الحلقة ولصالح القياس البعدي".

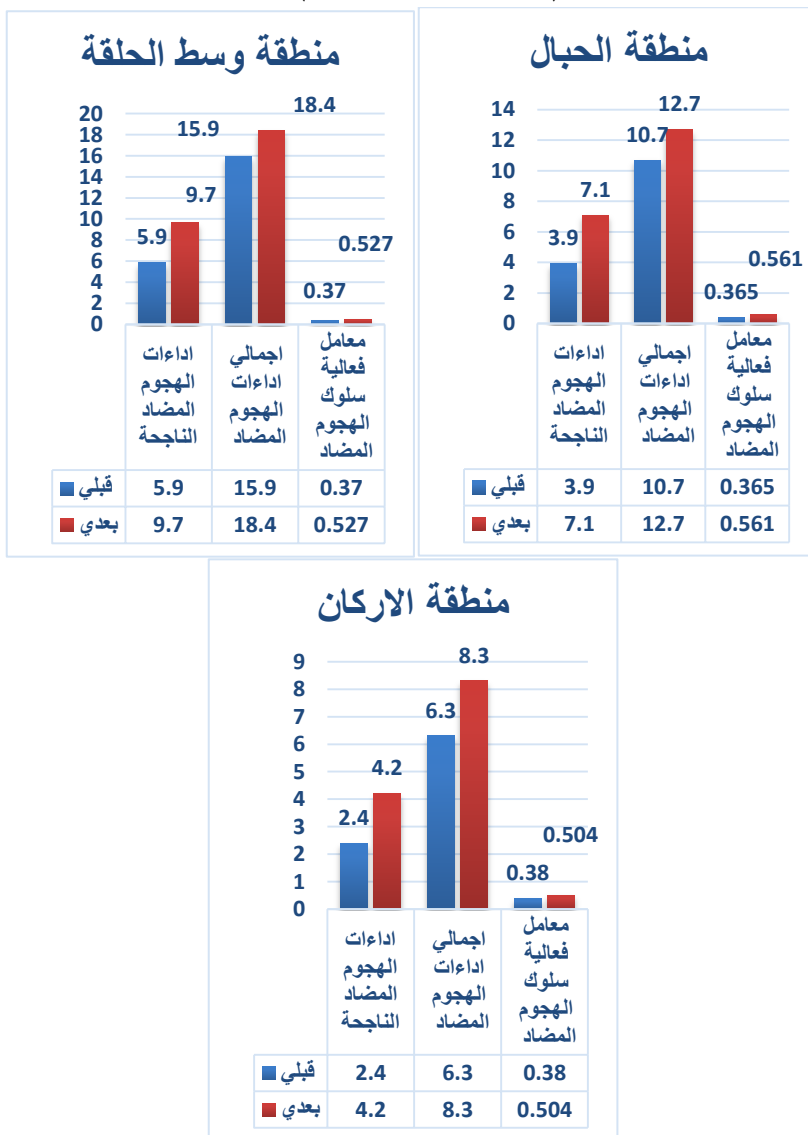
جدول (٧) دلالة الفروق بين متوسطي درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في متغيرات فاعلية الهجوم المضاد تبعاً للمكان على الحلقة للعينة قيد البحث (ن=١٠)

٥	المتغيرات						المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات	المتغيرات
---	-----------	--	--	--	--	--	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) = ٢.٠٨ * دال

يتضح من نتائج جدول (٧) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) بين متوسطي درجات القياسين القبلي والبعدي في متغيرات فاعلية الهجوم المضاد تبعاً للمكان على الحلقة للمجموعة

التجريبية ولصالح متوسط درجات القياس البعدي حيث تراوحت قيمة "ت" المحسوبة ما بين (٣.٥٣ : ١٣.٠٣) ، كما بلغت نسبة التحسن (١٥.٧٢ % : ٨٢.٠٥ %).



شكل (٢) المتوسطات الحسابية لنتائج القياسات القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية

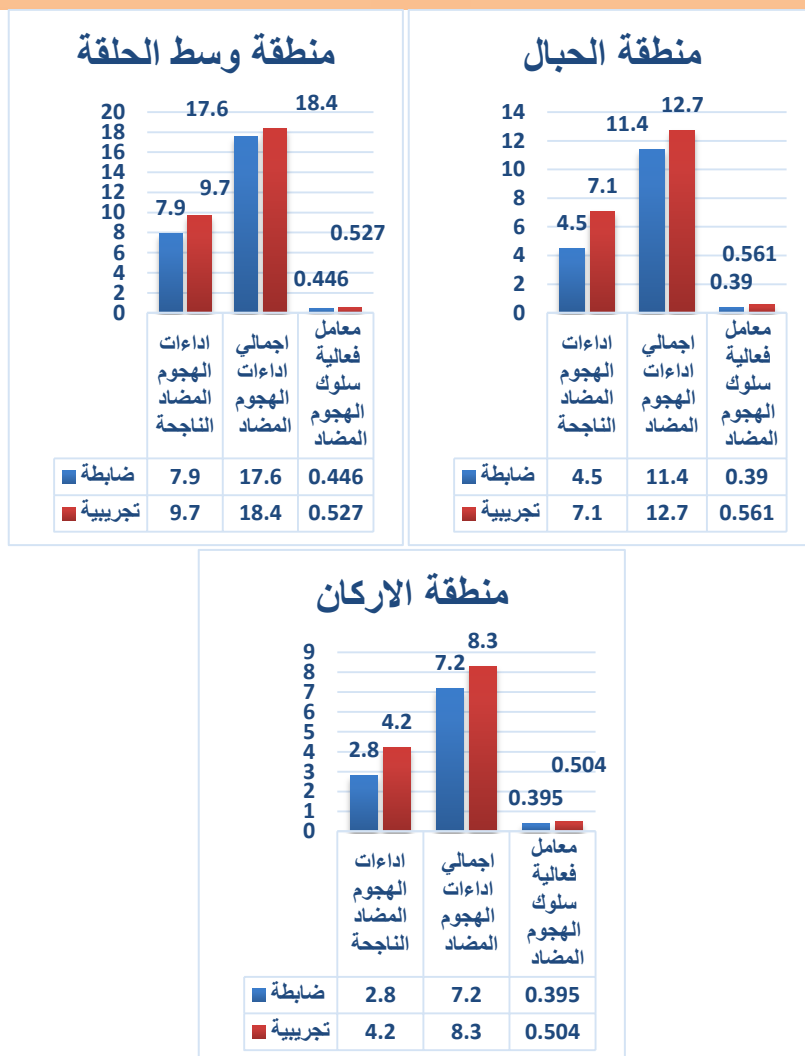
في متغيرات فاعلية الهجوم المضاد تبعاً للمكان على الحلقة

٣. عرض نتائج الفرض الثالث: "توجد فروق دالة احصائية بين متوسطات درجات القياسين البعدين للمجموعة الضابطة والتجريبية في أداءات الهجوم المضاد وفقاً لاماكن الحلقة ولصالح المجموعة التجريبية".

جدول (٨) دلالة الفروق بين متوسطي القياسين البعديين للمجموعة الضابطة والتجريبية في متغيرات فاعلية الهجوم المضاد تبعاً للمكان على الحلقة للعينه قيد البحث (ن=١٠)

م	المتغيرات	بعدي ضابطة		بعدي تجريبية		المتوسطين الفرق بين	المحسوبة قيمة "ت"	
		الحسابي المتوسط	المعياري الانحراف	الحسابي المتوسط	المعياري الانحراف			
١	وسط الحلقة	أداءات الهجوم المضاد الناجحة	٧.٩٠	١.٥٢	٩.٧٠	٠.٩٤	١.٨٠	* ٣.٥١
٢		اجمالي أداءات الهجوم المضاد	١٧.٦٠	٢.١١	١٨.٤٠	١.٥٠	٠.٨٠	* ٢.٢١
٣		معامل فعالية سلوك الهجوم المضاد	٠.٤٤٦	٠.٠٦	٠.٥٢٧	٠.٠٤	٠.٠٨١	* ٤.٧٥
٤	منطقة الحبال	أداءات الهجوم المضاد الناجحة	٤.٥٠	١.١٧	٧.١٠٠	٠.٩٩	٢.٦٠	* ٤.٩٩
٥		اجمالي أداءات الهجوم المضاد	١١.٤٠	٢.٠٦	١٢.٧٠	١.٤٩	١.٣٠	* ٢.٢٩
٦		معامل فعالية سلوك الهجوم المضاد	٠.٣٩٠	٠.٠٤	٠.٥٦١	٠.٠٧	٠.١٧١	* ٨.١٣
٧	منطقة الأركان	أداءات الهجوم المضاد الناجحة	٢.٨٠	٠.٤٢	٤.٢٠	١.٢٢	١.٤٠	* ٣.٧٧
٨		اجمالي أداءات الهجوم المضاد	٧.٢٠	١.٣١	٨.٣٠	١.٦٣	١.١٠٠	* ٢.٦٧
٩		معامل فعالية سلوك الهجوم المضاد	٠.٣٩٥	٠.٠٧	٠.٥٠٤	٠.٠٨	٠.١٠٨	* ٣.٨٢
١٠	الهجوم المضاد بالحلقة ككل	أداءات الهجوم المضاد الناجحة بالحلقة ككل	١٥.٢٠	٠.٩١	٢١.٠٠	٢.٤٤	٥.٨٠	* ٨.٩٠
١١		اجمالي أداءات الهجوم المضاد بالحلقة ككل	٣٦.٢٠	١.٦٨	٣٩.٤٠	٣.٥٠	٣.٢٠	* ٤.٨٣
١٢		معامل فعالية السلوك الهجومي المضاد للحلقة	٠.٤٢٠	٠.٠٣	٠.٥٣٣	٠.٠٤	٠.١١٣	* ٧.٨١

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) = ٢.٠٨ * دال يتضح من نتائج جدول (٨) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠٥) بين متوسطي درجات القياسين البعديين بين المجموعتين الضابطة والتجريبية لصالح متوسط القياس البعدي في متغيرات فاعلية الهجوم المضاد تبعاً للمكان على الحلقة للمجموعة التجريبية حيث تراوحت قيمة "ت" المحسوبة ما بين (٢.٢١ : ٨.٩٠).



شكل رقم (٣) المتوسطات الحسابية لنتائج القياسات البعدية للمجموعة الضابطة

والتجريبية في متغيرات فاعلية الهجوم المضاد تبعاً للمكان على الحلقة

ثانياً: تفسير ومناقشة النتائج:

في ضوء نتائج التحليل الإحصائي، وفي حدود القياسات المستخدمة واسترشاداً بالمراجع العلمية والدراسات السابقة سوف يتم مناقشة النتائج تبعاً لأهداف البحث وفروضه للوصول إلى الهدف الرئيسي من هذه الدراسة على النحو التالي:

مناقشة الفرض الأول: والذي ينص "توجد فروق دالة احصائية بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في أداءات الهجوم المضاد وفقاً لاماكن الحلقة ولصالح القياس البعدي".

كما يتضح من جدول (٦) وشكل (١) ان متغيرات فاعلية الهجوم المضاد تبعًا للمكان على الحلقة قيد الدراسة قد تحسنت لدى لاعبي المجموعة الضابطة حيث إن هناك تفاوت في نسبة التحسن فنجد أن أعلى نسبة تحسن كانت ٢٧.٤١ % لأداءات الهجوم المضاد بوسط الحلقة وكانت اقل نسبة ٣.٦٣ % في اجمالي أداءات الهجوم المضاد بمنطقة الحبال، الا ان على رغم التحسن البسيط الحادث كانت قيمة ت المحسوبة دالة فقط في أداءات الهجوم المضاد الناجحة بوسط الحلقة وكانت فيها نسبة التحسن (٢٧.٤١%) ومعامل فعالية سلوك الهجوم المضاد بوسط الحلقة وكانت فيها نسبة التحسن (١٥.٩٢%) ، وأداءات الهجوم المضاد بالحلقة ككل وكانت بنسبة تحسن (١٩.٦٨%) واجمالي أداءات الهجوم المضاد بالحلقة ككل وكانت نسبة التحسن (٧.١٠%) ومعامل فعالية السلوك الهجومي المضاد بالحلقة ككل وكانت نسبة التحسن فيها (١١.٩٧%).

وقد يرجع الباحثون تحسن مستوى لاعبي المجموعة الضابطة في المتغيرات السابقة إلى تأثير البرنامج التقليدي وتدريب على المهارات المركبة لدى اللاعبين بوسط الحلقة بشكل أكبر منه في غيره الامر الذي أدى بدوره إلى زيادة نسبية بأداءات الهجوم المضاد الناجحة بوسط الحلقة على الرغم من قلة عدد هذه الأداءات الكلية الامر الذي ادى إلى وجود تحسن نسبي في معامل فعالية السلوك الهجومي المضاد بوسط الحلقة. حيث يشير "احمد عيد" (٢٠١٦م) انه لضمان الوصول إلى المستويات الرياضية العالمية لابد من متابعة وتقييم ما تم إنجازه من تقدم في مجال الملائمة يتيح على أساسه وضع تكتيكات للهجوم المضاد لتنفيذها في أماكن الحلقة المختلفة اثناء المنافسة. (٣ : ١)

وتتفق نتائج هذه الدراسة مع دراسة كلاً من "احمد عيد" (٢٠١٦م)، "السيد عيد" (٢٠١٩م)، "ياسر الوراق" (٢٠٢٠م) من أجل تحقيق المستويات العالمية في رياضة الملائمة، يجب مراقبة وتقييم التقدم الذي تم تحقيقه في هذا المجال، وذلك لتمكين وضع تكتيكات الهجوم المضاد وتنفيذها في مواقع مختلفة داخل الحلبة اثناء المنافسة. (٣ : ٨٤) (٤ : ٦٣٨) (١٥ : ٦٨)

كما يتضح من جدول (٦) والشكل (١)(٢) ان قيمة ت المحسوبة كانت غير دالة في متغيرات الهجوم المضاد تبعًا للمكان على الحلقة في منطقة الحبال ومنطقة الأركان حيث كانت قيمة ت المحسوبة تتراوح ما بين (٠.٨٤ : ١.٩٢) وهي اقل من قيمتها الجدولية.

وقد ويرجع الباحثون عدم دلالة هذه المتغيرات ونسبة التحسن الغير مؤثرة بشكل كبير إلى انه على الرغم من التزام المدرب بالبرنامج التقليدي كانت تدريباته المهارية والتكتيكية بشكل عشوائي بالنسبة للمكان على الحلقة فلم يكن المدرب يعطي اهتمامًا لإعطاء جرعات تدريبية ومهارات مركبة وتكتيكية بأماكن متنوعة على الحلقة ولكن اقتصر ذلك على التدريب الحر والتدريب بوسط الحلقة الامر الذي أدى إلى عدم قدرة اللاعبين على الوصول بمستوى الأداء عند منطقة الحبال والاركان إلى شكل جيد نظرًا لقلة التدريب بهذه المناطق والتركيز على التدريب مع اهمال مناطق الحلقة المختلفة

وهذا ما يشير اليه " Buekers, Martinus et all " "بيوكيرز، مارتينوس وآخرون " (٢٠١٩م) ان الاستراتيجية والتكتيكات في أي رياضة تعد نقطة حاسمة حيث من خلالها يتم تحديد نوايا اللاعبين والجراءات الدفاعية والهجومية لكل لاعب، ودائما ما يجب على اللاعب استخدام استراتيجيته واساليبه التكتيكية لتحقيق النجاح في الجوانب الهجومية والدفاعية لتصبح القرارات التي يتخذها اللاعب مرئية في الأداء. (٢٠: ٤)

وبذلك تحقق الفرض الاول والذي ينص علي: توجد فروق دالة احصائيا بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في أداءات الهجوم المضاد وفقاً لاماكن الحلقة ولصالح القياس البعدي".

مناقشة الفرض الثاني "توجد فروق دالة احصائيا بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في أداءات الهجوم المضاد وفقاً لاماكن الحلقة ولصالح القياس البعدي".

كما يتضح من نتائج جدول (٧) وشكل (٢) ان متغيرات فاعلية الهجوم المضاد تبعا للمكان على الحلقة قد تحسنت بشكل ملحوظ حيث كانت نسبة التحسن في وسط الحلقة متفاوتة بلغت نسبة التحسن لأداءات الهجوم المضاد الناجحة ٦٤.٤٠% وكانت اجمالي أداءات الهجوم المضاد وسط الحلقة ١٥.٧٢% وكانت نسبة تحسن معامل فعالية السلوك الهجوم المضاد بوسط الحلقة ٢٠.٥٤%، اما عن منطقة الحبال فكانت نسبة التحسن لأداءات الهجوم المضاد الناجحة ٨٢.٠٥% وكانت اجمالي أداءات الهجوم المضاد ١٨.٦٩% وكانت نسبة تحسن معامل فعالية سلوك الهجوم المضاد بمنطقة الحبال ٥٣.٩٠%، اما عن منطقة الأركان فكانت نسبة تحسن أداءات الهجوم المضاد الناجحة ٣١.٧٤% وكانت نسبة تحسن معامل فعالية سلوك الهجوم المضاد بآداءات الهجوم المضاد الناجحة ٧٢.١٣% واجمالي أداءات الهجوم المضاد بالحلقة ككل ٣٢.٥٢%، كما حدث تحسناً في الهجوم المضاد بالحلقة ككل حيث بلغت نسبة التحسن بآداءات الهجوم المضاد الناجحة بالحلقة ١٩.٧٥% وكانت نسبة تحسن معامل فعالية سلوك الهجوم المضاد بالحلقة ككل ٤٣.٩٠%.

ويعزي الباحثون التحسن الناتج إلى فاعلية البرنامج التدريبي المقترح وفقاً لاستراتيجيات الحلقة والذي كان يهدف إلى تطوير تكتيكات وتدريبات الهجوم المضاد تبعا للمكان وطبيعة الأسلوب على الحلقة الامر الذي ادي الى زيادة في عدد الأداءات الهجومية الناجحة من جهة وزيادة اجمالي الأداءات من جهة اخري وبالتالي ارتفع مستوى فاعلية سلوك الهجوم المضاد بالحلقة ككل.

ويتفق هذا مع ما ذكره "احمد عيد" (٢٠١٦م) (٣)، "السيد عيد" (٢٠١٩م) (٨)، "السيد موسى" (٢٠٢٠م) (١٠)، "ياسر الوراقى" (٢٠٢٠م) (١٥) بانه لا يجب اطلاقاً تعليم اللاعب المهارات الفنية فقط، بل يجب دمجها واستخدامها في الأساليب الخطئية المناسبة والمرتبطة بتوقيات والمسافات في

ظل ظروف مشابهة مع ظروف المباريات وان الادراك المكاني والزمني الجيد يمكن اللاعب من أداء المهارات الفنية والتكتيكية بصورة أفضل.

ويرجع الباحثون الارتفاع في مستوى نتائج قياسات عينة الدراسة إلى الأسلوب المقترح والبرنامج بنمذجة التدريب من خلال الاستراتيجية الخاصة بالأداء الزماني والمكاني والذي كان بمثابة موديلات أداءات مهارية وخططية معدة مسبقاً تم اختزانها داخل الذاكرة الحركية والتي تستثار بمجرد تعرض اللاعب لظروف مشابهة لها اثناء النزال والتي تظهر في شكل خطط موقفيه تم التدريب عليها.

حيث يؤكد "احمد عيد" (٢٠١٦م) (٣) انه لضمان الوصول إلى المستويات الرياضية العالمية لابد من متابعة وتقييم ما تم إنجازه من تقدم في مجال الملاكمة يتيح على أساسه وضع تكتيكات للهجوم المضاد لتنفيذها في أماكن الحلقة المختلفة اثناء المنافسة.

وبذلك تحقق الفرض الثاني والذي ينص علي: توجد فروق دالة احصائياً بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في أداءات الهجوم المضاد وفقاً لاماكن الحلقة ولصالح القياس البعدي".

مناقشة الفرض الثالث: توجد فروق دالة احصائياً بين متوسطات درجات القياسين البعدين للمجموعة الضابطة والتجريبية في أداءات الهجوم المضاد وفقاً لاماكن الحلقة ولصالح المجموعة التجريبية".

كما يتضح من جدول (٨) والشكل (٣) أن المجموعة التجريبية قد تحسنت في جميع متغيرات الهجوم المضاد تبعاً للمكان على الحلقة قيد الدراسة عن المجموعة الضابطة تحسناً ملحوظاً ويعزى الباحث الفروق الدالة احصائياً في فرق القياسين البعدين بين المجموعتين التجريبية والضابطة في متغيرات الهجوم المضاد قيد الدراسة إلى التأثير الإيجابي للبرنامج التدريبي المقترح وفقاً لاستراتيجيات الحلقة والذي اهتم بشكل كبير بتطبيق تدريبات الهجوم المضاد في كل مكان بالحلقة على حدى حيث ركز البرنامج على وضع زمن معين لكل جزء من أجزاء الحلقة وتجهيز موديلات من النماذج التي قد يمكن ان يتعرض لها اللاعب خلال المنافسة في أي مكان على الحلقة .

ويرى الباحثون انه في ظل هذه النتائج والفروق بين القياسين البعدين لصالح المجموعة التجريبية ما هو الا نتاج الاستراتيجية المقترحة والمطبقة من قبل الباحث والمرتبطة بتطوير الأداءات الهجومية المضادة تبعاً لمكان وطبيعة وأسلوب الأداء المكاني على الحلقة وفي ظل التوقيت الزمني لجولات المباراة قد أحرزت تقدماً ملحوظاً في متغيرات الدراسة والمتمثلة في زيادة عدد وفاعلية الأداءات التكتيكية تبعاً لاستراتيجية المكان والزمان خلال الأداء المباراتي وكذلك العمل على تطوير مستوى الإنجاز.

كما يرجع الباحثون الارتفاع في مستوى نتائج قياسات المجموعة التجريبية إلى الأسلوب المقترح بنمذجة التدريب من خلال الاستراتيجيات الخاصة بالأداء الزماني والمكاني الذي كان بمثابة موديلات

أداءات مهارية وخططية معدة مسبقاً تم اختزانها في الذاكرة الحركية والتي تستثار بمجرد التعرض لمواقف مماثلة خلال المباراة حيث يشير " السيد موسى" (٢٠١٣م) ان أسلوب تدريبات المنافسة أو ما يعرف بنمذجة التدريب (Modeling Training) وهو نموذج مصغر من المنافسة وتكون الأداءات خلاله بنفس الصورة والشكل وتقرب من الشدة في المنافسة ويواجه اللاعب خلال التدريب بهذا الأسلوب ضغوطاً مماثلة لتلك الضغوط التي يواجهها خلال المنافسات. (١٢ : ١)

وتتفق هذه النتائج مع دراسة كلاً من " سعيد الأشقر said elashker" (٢٠١١م) (١٨) "احمد عيد" (٢٠١٦م) (٣)، "السيد عيد" (٢٠١٩م) (٨)، "ياسر الوراقى" (٢٠٢٠م) (١٥)، "السيد عيد" (٢٠٢٣م) (٩) ان الاعداد البدني الجيد والأداء الخططي العالي يشكلان أساساً من المهارات المركبة والمتتابعة في الملاكمة. يسمح هذا النوع من التدريب للملاكم بتطوير نماذج تكتيكية متنوعة للكم المختلفة، مما يؤدي في النهاية إلى تحسين المستوى الفني والأداء العام للملاكم.

وبذلك تحقق الفرض الثالث والذي ينص علي: توجد فروق دالة احصائياً بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في أداءات الهجوم المضاد وفقاً لاماكن الحلقة ولصالح القياس البعدي".

• استنتاجات البحث:

من أهم الاستنتاجات التي توصل اليها الباحثون ما يلي :

١. أظهر البرنامج المتبع تأثيراً ايجابياً في أداءات الهجوم المضاد الناجحة ومعامل فعالية سلوك الهجوم المضاد بوسط الحلقة وفاعلية الهجوم المضاد بالحلقة ككل، كما لم تكن النتائج دالة احصائياً لكل من منطقة الحبال ومنطقة الاركان لدى لاعبي المجموعة الضابطة.
٢. أظهر البرنامج المقترح تأثيراً ايجابياً في فاعلية الهجوم المضاد تبعاً للمكان على الحلقة لكل من (وسط الحلقة، منطقة الاركان، منطقة الحبال، الحلقة ككل) لدى لاعبي المجموعة التجريبية.
٣. أظهرت الفروق بين متوسطات القياسات البعدية للمجموعتين (الضابطة والتجريبية) في فاعلية الهجوم المضاد تبعاً للمكان على الحلقة (وسط الحلقة، منطقة الحبال، اركان الحلقة، الحلقة ككل) ولصالح المجموعة التجريبية والتي استخدمت البرنامج المقترح.
٤. وقد اوضحت الدراسة ارتفاع مستوى الأداءات التكتيكية تبعاً للاستراتيجية المكانية والمرتبطة بوسط الحلقة ومنطقة الحبال ومنطقة الاركان لدى المجموعة التجريبية والتي استخدمت البرنامج المقترح.

• توصيات البحث:

من أهم التوصيات التي يوصي بها الباحثون ما يلي:

٥. الاستفادة من البرنامج التدريبي المقترح وفقاً لاماكن الحلقة لتطوير الهجوم المضاد لمستوى قطاع الموهوبين في رياضة الملاكمة.
٦. ضرورة اهتمام المدربين بفترة إعداد الملاكمين وعدم الإسراع في إشراكهم في المنافسات قبل تطوير قدراتهم البدنية الخاصة والمهارية والخطئية باستخدام البرامج التدريبية المقننة التي تتوافق مع التطورات الحديثة في مجال تدريب الملاكمة وكذلك اهتمام المدربين بتطوير الهجوم المضاد وفقاً لاستراتيجيات الحلقة أثناء التدريبات.
٧. الاستفادة من الاختبارات البدنية والمهارية والخطئية التي استخدمها الباحث لتقييم وتقويم مستوى اللاعبين وإجراء دراسات مماثلة لهذه الدراسة على المراحل السنية الأخرى.

المراجع

أولاً: قائمة المراجع باللغة العربية:

١. احمد سعيد السيد، سامي محب حافظ، محمود احمد عبد الدايم (٢٠٢٠م): "تأثير تدريبات التوازن الحركي على فاعلية الهجوم المضاد للكلمات "الفردية - الزوجية" لملاكمي المنتخب القومي"، المجلة العلمية لعلوم التربية البدنية والرياضة، كلية التربية الرياضية، جامعة المنصورة.
٢. احمد سعيد خضر (٢٠٠٠م): "دراسة تحليلية للمهارات الهجومية وفاعليتها على نتائج مباريات الملاكمة"، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية بالاسادات، جامعة المنوفية.
٣. احمد كمال عبد الفتاح عيد (٢٠١٦م): "تكتيكات ملاكمي مدارس اللكم الهجومية والهجومية المضادة وفقاً لاماكن الحلقة المختلفة بالدورة الأولمبية بلندن ٢٠١٢م، بحث منشور، المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة، كلية التربية الرياضية للبنين جامعة حلوان، ع ٧٧، ٢٢-٩١.
٤. احمد كمال عبد الفتاح عيد (٢٠١٨م): "معدلات استخدام الهجوم المضاد (الجوابي. المقابل) وفقاً لمناطق اللكم المؤثرة لملاكمي الاوزان المختلفة بالدورة الأولمبية برمودي جانيرو (٢٠١٦م)"، بحث منشور، كلية التربية الرياضية للبنين جامعة حلوان، ع ٨٢، ج ١، ٥٨١-٦٤٨.
٥. جمال عبد الباسط إسماعيل (٢٠١٥م): "فاعلية برنامج تدريبي مقترح لتطوير مهاره الهجوم المضاد للملاكمين الناشئين، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم"، كلية التربية الرياضية للبنين جامعة حلوان.
٦. سامي محب حافظ (٢٠٠٥م): "تأثير التدريبات البليومترية على تنمية القدرة العضلية وسرعة حركات الرجلين لاعبي الملاكمة"، بحث منشور، المجلة العلمية لعلوم التربية البدنية والرياضة، كلية التربية الرياضية جامعة المنصورة.

٧. سامي محب حافظ، محمود احمد عبد الدايم، احمد سعيد السيد (٢٠٢٠م): "تأثير تدريبات التوازن الحركي على فاعلية الهجوم المضاد للكدمات (الفردية- الزوجية) لملاكمي المنتخب القومي، بحث منشور المجلة العلمية لعلوم التربية البدنية والرياضية، كلية التربية الرياضية جامعة المنصورة.
 ٨. السيد كمال عبد الفتاح عيد (٢٠١٩م): "خطط اللعب الهجومية المضادة الأكثر استخدامًا بأماكن الحلقة المختلفة خلال جولات المباراة لملاكمي بطولة العالم بهامبورج (٢٠١٧م)"، بحث منشور مجلة جامعة مدينة السادات للتربية البدنية والرياضية، كلية التربية الرياضية جامعة مدينة السادات، ٣١٤، ٣٨.
 ٩. السيد كمال عبد الفتاح عيد (٢٠٢٣م): "تأثير برنامج تدريبي للهجوم المضاد (الجوابي. المقابل) بعد خداع على تطوير مستوى الأداء لدى ملاكمين الدرجة الأولى"، بحث منشور المجلة العلمية لعلوم التربية البدنية والرياضية المتخصصة، كلية التربية الرياضية جامعة اسوان، ج١٤، ع١، ٥٦ - ٨٤.
 ١٠. السيد مصطفى حسن (٢٠٢٠م): "دراسة تحليلية لأداءات الهجوم المضاد ببطولة افريقيا للملاكمة ٢٠٢٠ المؤهلة للأولمبياد"، بحث منشور بالمجلة العلمية لعلوم وفنون الرياضة بكلية التربية الرياضية للبنات بالجزيرة جامعة حلوان.
 ١١. السيد مصطفى حسن (٢٠٠٦م): "استراتيجيات تطوير فاعلية الأداء التكتيكي لبعض مهارات اللكم والركل لدى لاعبي الكيك بوكس"، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين جامعة الإسكندرية.
 ١٢. السيد مصطفى حسن (٢٠١٣م): "تأثير استخدام تدريبات اللكم على كفاء المدرب بأسلوب نموذج المنافسة على فاعلية الاداء للملاكمين، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الاسكندرية، ٢٠١٣م.
 ١٣. عبد الفتاح فتحي خضر (١٩٩٦م): "المرجع في الملاكمة"، منشأة المعارف، الاسكندرية.
 ١٤. وجيه شمendi (١٩٩٣م): "الكاراتيه الحديث بين النظرية والتطبيق" ط١، دار خطاب للطباعة والنشر، القاهرة.
 ١٥. ياسر محمد عبد الجواد الوراق (٢٠٢٠م): "دراسة تحليلية لأساليب وأماكن اللعب على الحلقة للملاكم طويل وقصير القامة ببطولة العالم الدوحة (٢٠١٥م)"، بحث منشور المجلة العلمية لعلوم وفنون الرياضية، كلية التربية الرياضية للبنات جامعة حلوان، مج١٧، ١-٧٥.
- ثانيا المراجع الأجنبية:

16. Akopyan Alexander Onikovich, M. I. Egorov, L. A. Kulagina, V. A. Pankov, S. I. Telyuk (2017): "Study of anticipation reactions in boxing" Bulletin of sports science. bokse (date of access: 09/12/2023).

17. Al Gotay (2008): "Boxing Basics the Techniques and Knowledge Needed to Excel in the Sport of Boxing" Paperback July 22

18. Ashker, Said el(2011) : "Technical and tactical aspects that differentiat winning and losing performances in boxing". International Journal of Performance Analysis in Sport. Volume 11, 2011 – Issue 2
19. Braion. E (1990): "Self Defense". Application century New York.
20. Buekers, Martinus & Montagne, Gilles & Ibáñez–Gijón, Jorge. (2019): "Strategy and tactics in sports from an ecological–dynamical–perspective" What is in there for coaches and players?". Movement & Sport Sciences – Science & Motricité. 10.1051/sm/2019026
21. Harre dietrich(1991) : "Couches Manual". Meck Co. London.
22. Hohmann,A,(2004) : "Lames M U an Eon Furring in die training" swished shaft, 2 haulage web ells hemi.
23. Yun Hou, Xiangui Bu,(2022): "The Effect of Interval Training on the Displacement Speed of Male Good Boxers", *Journal of Environmental and Public Health*, vol. 2022, Article ID 1431615, 6 pages, 2022. <https://doi.org/10.1155/2022/1431615>

ملخص البحث باللغة العربية

"فاعلية تطوير أداءات الهجوم المضاد وفقاً لأماكن الحلقة لدى لاعبي

الملاكمة الشباب"

أ.د/ محمود محمد لبيب

أ.د/ سامي محب حافظ

م.م/ خالد حمد الله بهيج

د/ رهاب عبد المنعم الرشيدى

تعد رياضة الملاكمة إحدى الرياضات التي تتميز باستقلالية في الأداء المتميز بالقوة والسرعة والتحمل والقدرة الحركية المتغيرة والتميز في الأداء المهاري والخططي من خلال تنفيذ الحركات الفنية طبقاً لمواقف اللكم المختلفة. ولقد استهدفت هذه الدراسة إلى الارتفاع بالنواحي الخططية من خلال البحث في أساليب تطوير أداءات الهجوم المضاد وفقاً لأماكن الحلقة (وسط - حبال - أركان)، استخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمته لهدف وفروض البحث وذلك بالتصميم التجريبي لمجموعتين أحدهما ضابطة والأخرى تجريبية عن طريق القياس القبلي والبعدي، وكان قوام كل منها ١٠ لاعبين يمثلون المرحلة العمرية ١٧-١٩ سنة، كما استند الباحث إلى الأدوات والوسائل التي تعمل على تحقيق البحث وأشارت أهم النتائج إلى ارتفاع مستوى عينة البحث الضابطة والتجريبية إلى وتوقع عينة البحث التجريبية في متغيرات الهجوم المضاد تبعاً للمكان على الحلقة عن المجموعة الضابطة التي حدث لها تحسن بنسبة بسيطة مقارنة بالمجموعة التجريبية التي استخدمت البرنامج التدريبي المقترح . واستناداً على نتائج الدراسة يوصي الباحثون بمراعاة استخدام تدريبات الهجوم المضاد وفقاً لاستراتيجيات الحلقة المكانية والزمانية لقطاع الموهوبين ومحاولة وضرة الاهتمام بتنمية القدرات البدنية الخاصة بمراحل المستويات العليا من خلال استخدام تدريبات الهجوم المضاد في رياضة الملاكمة وذلك لما لها من تأثير إيجابي على رفع مستوى فاعلية الأداء .

-أستاذ تدريب الملاكمة ووكيل الكلية للدراسات العليا والبحوث الأسبق-كلية التربية الرياضية جامعة المنصورة وعضو اللجنة العلمية لترقي الأساتذة والأساتذة المساعدين .
-أستاذ التدريب الرياضي ووكيل كلية التربية الرياضية لشئون التعليم والطلاب - كلية التربية الرياضية-جامعة جنوب الوادي .

-مدرس بقسم التدريب الرياضي وعلوم الحركة -كلية التربية الرياضية - جامعة جنوب الوادي .
-مدرس مساعد بقسم التدريب الرياضي وعلوم الحركة -كلية التربية الرياضية - جامعة جنوب الوادي .

Summary

"Effectiveness of Developing Counterattack Performance Based on Ring Positions among Young Boxers"

Prof.Dr.Sami Moheb Hafez

Prof.Dr.Mahmoud Mohamed Labib

Dr.Rehab Abdel Moneim Al-Rashidi

M.M.Khaled Hamdallah Bahig

Boxing is a sport known for its independent performance characterized by strength, speed, endurance, variable mobility, and skillful execution of technical movements according to different boxing situations. This study aimed to enhance strategic aspects by investigating methods to develop counterattack performance based on ring positions (center, ropes, corners). The researcher employed an experimental approach suitable for the research objective and hypotheses by designing two groups: control and experimental. Pre- and post-measurements were taken, with each group consisting of 10 players in the age range of 17-19 years. The researcher relied on tools and techniques that contribute to achieving the research objectives. The most significant results indicated an improvement in the counterattack variables based on ring positions for the experimental group compared to the control group, which showed a slight improvement. The proposed training program was used by the experimental group.

Based on the study's findings, the researchers recommends incorporating counterattack training exercises according to spatial and temporal ring strategies for talented individuals. It is essential to focus on developing physical capacities at higher levels by utilizing counterattack training exercises in boxing, as they have a positive impact on enhancing performance effectiveness.

-Professor of Boxing Training and former Vice Dean for Graduate Studies and Research - Faculty of Physical Education, Mansoura University and member of the Scientific Committee for the Promotion of Professors and Assistant Professors.

-Professor of Sports Training and Vice Dean for Education and Student Affairs - Faculty of Physical Education - South Valley University.

-Lecturer in the Department of Sports Training and Movement Sciences - Faculty of Physical Education - South Valley University.

-Assistant Lecturer in the Department of Sports Training and Movement Sciences - Faculty of Physical Education - South Valley University.