

## مساهمة الأنماط الجسمية في بعض القدرات البدنية والحركية والمهارات الهجومية والدفاعية لدى طالبات المرحلة الثالثة في رياضة المبارزة

م.د. نورحاتم رضا

١-١- مقدمة البحث وأهميته

١- مقدمة البحث

تعد المبارزة من الألعاب التي تتطلب من ممارسيها بعض المتغيرات البدنية والمميزة لكي يحافظ اللاعب فيها على مستواه البدني ويتمكن من التقدم الفني باتجاه الاداء المهاري الامثل للوصول الى النتائج الافضل بالإضافة الى ذلك الذي يعد بالدرجة اولى لاختبار لاعب المبارزة.

الانماط الجسمية لها دور مهم في رياضة المبارزة اذا ان انتقاء نمط الجسم يسبق التدريب والممارسة اللاعب ذو مستويات عالية وهذا التكوين الجسماني يعزى عن الى اصول وراثية بعد ذلك باحث دور التدريب في التنمية وتطويره.

ان لعبة المبارزة تتطلب حركات سريعة بالأرجل والايدي وحركات ذات هدف ودقة متناهية في الهجوم والدفاع وهذا كله يعتمد على النمط الجسمي للاعب او الطالب الذي له دور في لياقة اللاعب او الطالب سواء البدنية او المهارية .

من هنا جاءت أهمية البحث لمعرفة نسب مساهمة كل نمط من الانماط الجسمية في بعض القدرات البدنية والحركية والمهارات الهجومية والدفاعية في السلاح الشيش لدى الطالبات المرحلة الثالثة لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات.

١-٢ مشكلة البحث:

لكل لعبة رياضية مهاراتها التي تحتاج الى توفر ترابط بين جانب عقلي وبدني والأداء المهاري ورياضة المبارزة واحدة من الألعاب تحتاج الى هذا الترابط ويعد سلاح الشيش هو اخف انواع الاسلحة وأسرع في الاداء الحركي للجسم عن طريق التوازن والتحكم في القوم واقل مساحة للهدف المحدد على سطح الجسم المسموح بالمس في ما اذا ما مقرون بسلاح السيف المبارزة والسيف وذكرنا الشيش لان منهاج الدراسه هو سلاح الشيش. ومن خلال كون الباحثة مدرسة لهذه اللعبة وجدت هناك اختلافا بالأنماط للطالبات وكذلك بنتائج ادائهم من هنا جاءت مشكلة البحث بالتساؤل ماهي نسبة مساهمة كل مكون من الانماط في القدرات البدنية والحركية والمهارات الهجومية والدفاعية بسلاح الشيش لطالبات مرحلة الثالثة لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات .

## ٣-١ اهداف البحث

- التعرف على الانماط الجسمية لطالبات المرحلة الثالثة كليه التربية البدنية وعلوم الرياضية للبنات.
- التعرف على نسب مساهمه مكونات الانماط الجسمية في بعض القدرات البدنية والحركية والمهارات الهجومية والدفاعية لرياضة المبارزة

## 4-1 فرض البحث

- وجود نسب مساهمة مختلفه في النمط الجسمي ب القدرات البدنية والحركية والمهارات الهجومية والدفاعية لرياضة المبارزة لعينة البحث .

## ٥-١ مجالات البحث

- ١-٥-١ المجال البشري طالبات المرحلة الثالثة البالغة عدد من (٣٤).
- ٢-٥-١ المجال الزمني: ٢٥ / ١٠ / ٢٠١٦ الى ٢٧ / ١٠ / ٢٠١٦.
- ٣-٥-١ المجال المكاني: قاعة المبارزة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية للبنات.

## ٢ - منهج البحث وإجراءاته الميدانية :

## ١-٢ منهج البحث:

ان طبيعة المشكلة تلزم الباحثه اختيار المنهج الملائم لذلك استخدمت الباحثة المنهج الوصفي لكونه من اكثر المناهج ملائمة لطبيعية مشكلة البحث .

## ٢-٢ المجتمع البحث

تم تحديد مجتمع البحث بالطريقة العمدية وهن طالبات المرحلة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية /جامعة بغداد للعام الدراسي ٢٠١٧-٢٠١٦ وقد بلغ عدد المجتمع ٣٤ طالبة يمثلون المجتمع بنسبة ١٠٠% .

## ٣-٢ ادوات واجهزة وسائل البحث

## ١-٣-٣ الادوات

- سلاح الشيش (٢)

- قناع عدد (٢)

## ٢-٣-٢ الاجهزة المستخدمة:

- شريط القياس

## • ميزان طبي ( لقياس الوزن )

٢-٣-٣ وسائل جمع المعلومات:

- جهاز حاسوب لمعالجة البيانات
- المصادر والمراجع العربية والاجنبية
- شبكة المعلومات الدولية الانترنت
- استمارة تسجيل المعلومات
- الملاحظة والتجربة
- قيام تجربة لمعرفة الصعوبات التي تواجههم خلال اجراء الاختبار
- فريق العمل المساعد

٢-٤ القياسات والاختبارات المستخدمة

٢-٤-١ قياس الانماط الجسمية:

اتبعت الباحثة طريقة هيراتا التي من خلالها تمكنت من معرفة التصنيف الطلاب حسب مستويات الانماط الجسمية ( السمين ٦-٤ فما فوق \* العضلي تتراوح بين ٦-٢٢\*٥-٥٢ والنحيف ٢٤

٥٢ ٥١ ٢٢-٥ فما دون).....معادلة هيراتا المستخدمة لحساب دليل مؤشر الوزن<sup>٥٢ ٥١</sup>  
هي<sup>٥٣</sup>:-

$$\text{دليل الوزن (F)} = \frac{\sqrt[3]{\text{الوزن (كغم)}}}{\text{الطول (سم)}} * 10^3$$

وفيها يتم معرفة المستوى سمينا \* نحيفا \* عضليا وهكذا.

<sup>٥١</sup>محمد صبحي حسنين ؛ القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضة ، ط ٥ : ( القاهرة ، دار فكر عربي ؛ ٢٠٠٣ ) ، ص ٨٥ - ص ٨٧  
<sup>٥٢</sup>مروان عبد المجيد ومحمد جاسم الياسري ؛ القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضة ، ط ١ : ( عمان ، مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع ، ٢٠٠٣ ) ، ص ٢٣٥ - ٢٤٧

<sup>٥٣</sup>ريسان خريبط مجيد ؛ موسوعة القياسات والاختبارات في التربية البدنية والرياضة ، ح ٢ ( البصرة ، مطابع التعليم العالي ، ١٩٨٩ ) ، ص ٢٤٧

## ٢-٤-٢ الاختبارات المستخدمة

١- اختبار القوة المميزة بالسرعة للتقدم بالوثب من وضع الاونكارد<sup>(٥٤)</sup>:

الاختبار :ثلاث وثبات إلى الأمام معاً من وضع الاونكارد .

الهدف من الاختبار : قياس القوة المميزة بالسرعة للرجلين ومن وضع الاونكارد  
مواصفات الأداء :

- تقف اللاعبة بوضع الاستعداد بحيث تشكل قدمها زاوية قائمة ، القدم الأمامية تقريباً إلى الأمام والأخرى متجهة إلى الجانب والمسافة بينهما ١,٥ قدم تقريباً ، الركبتان مثبتتان قليلاً ، الذراع الأمامية المسلحة تشكل زاوية منفرجة مع السلاح ويكون الساعد مع السلاح خطأ موازياً للأرض تقريباً ومقدمة السلاح متجهة إلى الأمام بحيث تكون ذبابة السلاح بمستوى نظر اللاعبة . أما الذراع الخلفية فتكون مرفوعة خلف الرأس بوضع مرتخي .
- تضع اللاعبة قدمها الخلفية خلف خط البداية .
- تعمل اللاعبة على مد الرجلين بقوة ودفع الأرض بالقدمين للوثب أماماً ولثلاث وثبات متتالية إلى أبعد مسافة ممكنة مع بقائها في وضع الاستعداد.

## التسجيل :

- تقاس المسافة من الحافة الداخلية لخط البداية وحتى آخر اثر تتركها اللاعبة عند ملامسة القدم الخلفية للأرض .
- تعطى اللاعبة محاولتين وتسجل المسافة الأفضل .

٢- اختبار سرعة الانتقال في الملعب<sup>(٥٥)</sup>:

الهدف من الاختبار : قياس السرعة الإنتقالية من وضع الاونكارد إلى الأمام والخلف على ملعب المباراة .

مواصفات الأداء : تقف اللاعبة المختبرة في وضع الاستعداد خلف خط البداية وعند سماع إشارة البدء تتقدم اللاعبة بسرعة بخطوط متتابعة نحو الأمام إلى نهاية الملعب الذي يبلغ طوله ١٤ م من ثم تبدأ بالتقهقر إلى الخلف إلى ان تجتاز خط البداية بكتا القدمين .

<sup>(٥٤)</sup> زينب قحطان ؛ تأثير تمرينات بأزمنة مختلفة في تطوير بعض القدرات البدنية الخاصة وعلاقتها بالأداء المهاري لدى لاعبات سلاح الشيش : (رسالة ماجستير ، جامعة بغداد/كلية التربية الرياضية ، ٢٠٠٨ ) ص٣٤ .

<sup>٥٥</sup> زينب قحطان ؛ المصدر السابق ، ص٣٣ .

## طريقة التسجيل

- تسجل اللاعبة الوقت المستغرق بالثانية وأجزاء من الثانية في قطع المسافة الكلية البالغة ٢×١٤ متراً ذهاباً وإياباً .
- تعطى اللاعبة محاولة واحدة فقط .

٣- اختبار تحمل سرعة الأداء للذراعين والرجلين معاً<sup>٥٦</sup>.

اسم الاختبار : أداء حركة التقدم والطنع والعودة لوضع الاستعداد  
الهدف من الاختبار : قياس تحمل سرعة الأداء للذراعين والرجلين معاً.  
الأدوات المستخدمة : ساعة توقيت - ملعب مبارزة - سلاح الشيش.  
وصف الأداء : من وضع الاستعداد (الاونكارد) التقدم خطوة والطنع ثم الرجوع إلى وضع الاستعداد على ملعب المبارزة ، خلال زمن قدره ٣٠ ثا ، تعطى للمختبر محاولتان وتحسب أفضلها .

طريقة التسجيل :- يتم حساب عدد مرات الأداء ( تقدم - طعن - العودة من الطعن) خلال زمن ٣٠ ثا .

٤- اختبار سرعة الطعن<sup>٥٧</sup> :

وصف الاختبار : يقف المختبر في وضع الاستعداد أمام شاخص عند سماع كلمة أبدأ يقوم بأداء عشر طعنات مع حساب الوقت له .

التسجيل : يقوم المسجل بتسجيل زمن منذ بدء الحركة حتى الطعنه العاشرة.

٥- اختبار الاستجابة الحركية<sup>٥٨</sup>

- الغرض من الاختبار : قياس المقدرة على رد الفعل والتحرك بسرعة وبطريقة صحيحة كاستجابة لمثير

- الأدوات : ساعة إيقاف - شريط قياس - أداة وضع علامات (تخطيط) على الأرض.

- تعليمات الاختبار : يرسم خطان جانبيان متوازيان بطول ٢٠م وعرض ٢م يكون الفرد المفحوص متخذ وضع القرفصاء وضع استعداد العدو في نقطة تقع في منتصف المسافة تماماً بين خطي الجانبين يرفع المختبر أحد ذراعيه الى الأعلى قابضاً على ساعه إيقاف في يده ثم يقوم فجأة

<sup>٥٦</sup> - اسيل ناجي ؛ تأثير تمارين التحمل اللاهوائي بأزمنة مختلفة في تطوير تحمل ( سرعة وقوة الأداء ) لدى لاعبات نادي الفتاة

بالمبارزة : (رساله ماجستير ، جامعه بغداد/كلية التربية الرياضييه للبنات، ٢٠٠٩)ص٦٠.

<sup>٥٧</sup> - بسام عباس ؛ برنامج مقترح لتطوير سرعة ودقة الطعن لدى لاعبي المبارزة في سلاح الشيش : (رسالة ماجستير ، جامعة بغداد / كلية التربية الرياضية ، ١٩٨٣)ص٩٤ .

<sup>٥٨</sup> - جمال محمد علاء الدين وناهد انور صباغ ؛ الأسس المترولوجية لتقويم مستوى الأداء البدني والمهاري والخططي للرياضيين (الأسكندرية ، منشأة المعارف ، ٢٠٠٧)ص٢٠٩ .

بالأشارة بذراعه الى اليمين او اليسار مع تشغيل الساعة وعلى الفرد المفحوص ان يستجيب بالجري بأقصى سرعه في اتجاه الأشاره حتى يصل الى الخط الجانبي يقوم المختبر بأيقاف الساعه بمجرد عبور المفحوص للخط الجانبي وإذا تحرك المفحوصبأتجاه الخطأ تترك الساعه لتعمل حتى يعدل من أتجاهه ويصل الى الخط الجانبي الصحيح .

-تعطى ٥محاولات لكل اتجاه (يمين او يسار )ولكن بنظام عشوائي حتى لا يكون الاتجاه معلوم للأفراد المفحوصين يعطى ٢٠ ثا راحه بين كل محاولة وأخرى .

-يقرأ الزمن في كل محاولة لأقرب ١/١٠ من ثا ثم يسجل متوسط المحاولات العشره .

#### ٦- الرشاقة<sup>٥٩</sup>

أسم الاختبار :- التقدم والتقهقر خلال أقل وقت ممكن .

الغرض من الأختبار :- قياس الرشاقة .

الآدوات :- شريط قياس و ساعة توقيت .

وسائل مساعدة :-

وصف الآداء :- تقف اللاعبة على خط البداية وعند الأشارة في البدء تبدأ ساعة التوقيت بالعمل

فتقوم اللاعبة بالتقدم العادي من نقطة ( أ ) الى نقطة ( ج ) ثم التقهقر العادي من نقطة ( ج )

الى نقطة ( ب ) ثم التقدم العادي من نقطة ( ب ) الى نقطة ( هـ ) ثم التقهقر من نقطة ( هـ )

الى نقطة ( ج ) ثم تقدم عادي من نقطة ( ج ) الى نقطة ( ز ) ثم تقهقر العادي من نقطة ( ز )

( الى نقطة ( أ ) بعدها يتوقف عمل ساعة التوقيت وتسجل زمن المحاولة بالثانية (ثا) .

#### ٧- الدقة<sup>٦٠</sup>

وصف الآداء : يقف المختبر في وضع الاستعداد امام الدوائر المتداخلة التي توضع أمامه وعند

سماع كلمة ( أبدأ ) يقوم بأداء (١) طعنات متتالية بأقصى سرعه مع التأكيد على الدقة .

طريقة التسجيل : تسجيل الدقة بتسجيل اللمسات التي يصيبها المختبر على الدوائر المتداخلة أن

يقوم بتسجيل رقم الدائرة بكل محاولة فاشلة والنتيجة من (١) محاولات ثم أخذ الوسط الحسابي

لها

#### ٨- التوافق

أسم الأختبار :- توافق حركي<sup>٦١</sup>

١ - عبد الهادي حميد التميمي : تصميم أختبار لقياس الرشاقة في رياضة المبارزة ، مجلة كلية التربية الرياضية ، جامعة ديالى ، العدد الربع ، ٢٠٠٤ .

٢٦ - مكي محمود وضياء زكي : نسب مساهمة السرعه الحركية والمرونة بعض المفاصل في السرعه ودقة الطعن في سلاح الشيش ، مجلة الرافين للعلوم الرياضية ، مجلد (١٢) ، العدد (٤٢) ، ٢٠٠٦ ، ص ٢٨٧ .

ظافر ناموس. (اختصاص مبارزه) دفاطمه عبد مالح د.اشراق غالب د.\*

الغرض من الاختبار : معرفة التوافق من خلال حركة الطعن .

الأدوات :- سلاح عدد (٢) ، شريط قياس ، ساعة توقيت ، استمارة تسجيل النتائج .  
طريقة الأداء :- تقف اللاعبة الى الامام ماسكة بكلتا يديها سلاح لأجل الطعن للامام والجانب المختبر يجلس على كرسي معلناً بدء عمل ساعة التوقيت إذ يتم الطعن الى الامام والى الجانب ويكون قياس الزمن من خلال عدد التكرارات في الثانية وعند توقف اللاعبة عن الحركة توقف عمل الساعة ويحتسب التكرار خلال (١٥) ثانية .

#### ٩-تقييم مستوى جمل المباراة

إذ تم تقييم المهارات الهجومية والدفاعية قيد البحث بواسطة ثلاثة محكمين (\*) عن طريق توزيع أقراص فديوية لهم وأستمارة لمأ المعلومات أعدت لهذا الغرض موضحة كيفية تقييم وأحتساب الدرجات وذلك بوضع درجة من (١٠) وأخذ الوسط الحسابي لدرجاتهم .

#### ٢-٥ التجربة الاستطلاعية

قامت الباحثة بالتجربة استطلاعية لغرض التعرف على السلبيات التي قد ترافق تطبيق اللعابات المختبرون وتجاوزها بالاختبار الرئيسي ومعرفة الوقت المستغرق كذلك كفاية فريق العمل المساعد قامت الباحثة بتسجيل الاسماء الطلاب في الاستمارة تحتوي على جدول يتكون من اسماء الطالبات والوزن والطول الخاص بهم.

#### ٢-٦ التجربة الرئيسية:

تم حساب الوزن والطول بالنسبة للطلاب وتطبيق معادلة دليل مؤشر الوزن حيث تم طريقة هيراتا معادلة دليل مؤشر ومن هنا نتمكن من معرفة مستويات الانماط أي صنفها ( سمين \* نحيف \* عضلي ) ويتم ذلك بأجراء الخطوات على:-

١- ترتيب الطالبات المرحلة الثالثة البالغ عددهم (٣٤) حسب أسمائهم في القائمة على شكل

مجموعتين احدها لقياس الطول والأخرى لقياس الوزن لهم.

٢- ومن ثم نحسب دليل مؤشر الوزن بطريقة هيراتا وبمعادلته الخاصه به ومنه نستنتج

صنف الانماط الاجسام ( السمين \* النحيف \* العضلي ) .

٣- أدت الباحثة الاختبارات استغرقت ٧ أيام ومن ضمنها منافسة بين لاعبين لغرض تقييم

اداء المهارات الهجومية والدفاعية لكل طالبة اذ كانت المنافسة على ملعبين داخل قاعه

المبارزة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات.

<sup>٦١</sup> - بيان علي الخاقاني : تدريب وتدریس السلاح الشیش لطلبة كليات ومعاهد التربية الرياضية. 3

٧-٢ الوسائل الاحصائية :استخدمت الباحثة الحقيبه الإحصائية spss

٣- عرض وتحليل ومناقشه النتائج

٣-١ عرض وتحليل ومناقشة النتائج لعينة البحث .

جدول رقم (١)

النمط الجسمي	العدد	النسبة المئوية
النحيف	صفر	صفر
العضلي	٢٣	٦٧,٦ %
السمين	١١	٣٢%

تبين من الجدول اعلاه ان طالبات المرحلة الثالثة لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات والذين عددهن (٣٤) طالبة من غير المؤجلات .اذ ان عدد شعبة الالف (١٦) وشعبة الباء (١٨) بلغ عدد النمط النحيف (٠) بنسبة مئوية (٠) من المجموع الكلي. اما النمط العضلي يبلغ (23) بنسبة مئوية (67.6%) من المجموع الكلي. اما النمط السمين يبلغ (١١) بنسبة مئوية (٣٢%) من المجموع الكلي .

٣-٢ عرض وتحليل نتائج الوصف الاحصائي لنمط الجسمي لعينة البحث .

جدول رقم (٢)

مكون النمط	الوسط الحسابي	الانحراف
النمط العضلي	٢٣,٣٣	٠,٥٥
النمط السمين	٢٤,٩٣٦	٠,٤٦٥

تبين من الجدول اعلاه ان طالبات المرحلة الثالثة الذين يبلغ عددهن (٣٤) طالبة نلاحظ ان النمط العضلي الوسط الحسابي له بلغ (٢٣,٣٣) والانحراف بلغ (٠,٥٥) اما الوسط الحسابي في النمط السمين بلغ (٢٤,٩٣٦) والانحراف بلغ (٠,٤٦٥).

٣-٣ عرض نتائج الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لمتغيرات البحث

جدول رقم (٣)

الانحراف المعياري	وسط حسابي	النمط	المتغيرات
٠,٧٢	٣,٣١	عضلي	القوة المميزة بالسرعة
١,٧٨	٢,٥٦	سمين	
٠,٣٥	٧,١٨	عضلي	سرعة الانتقال بالملعب
١,٤٧	٩,٧٣	سمين	
٠,٥١٢	٢,١١	عضلي	سرعة الطعن
١,٦٢	٣,٥١١	سمين	
٠,٩٥	٢١,٥	عضلي	تحمل سرعة الأداء للذراعين والرجلين
١,٢١	٢١,٤	سمين	



١,٤٨	٢٨,٣	عضلي	التوافق
١,٥٣	٢٧,٤	سمين	
١,٤١	١٦,٢	عضلي	الرشاقة
١,٨٨	١٩,٤	سمين	
٠,٨٦	٨,٢	عضلي	الدقة
١,٢٣٤	٧,٩	سمين	
٠,٩٢	٣,٣	عضلي	الاستجابة الحركية
١,٤٥	٢,١٤٢	سمين	
١,٦	٧,١	عضلي	الدفاع النصف الدائري
١,٩٨	٨,٢٢	سمين	
١,٣	٧,٤	عضلي	الدفاع الافقي
١,٤٥	٧,٥٢	سمين	
٠,٤٨	٧,٨	عضلي	الدفاع الدائري
١,٥٦	٨,١	سمين	
٠,١٩	٦,٢	عضلي	الهجوم بتغير الاتجاه
١,٣٥	٥,٤	سمين	
٠,٢٩٨	٥,٩	عضلي	الهجوم الدائرية
١,٦٣	٦,١٣	سمين	
٠,٣٤٨	٦,٨	عضلي	الهجوم المستقيمة المباشرة
١,٨٦	٥,٣	سمين	

تبين من الجدول اعلاه نتائج الوصف الاحصائي من وسط حسابي وانحراف معياري لاختبارات قيد الدراسة لمجتمع طالبات المرحلة الثالثة لدرس المبارزة .  
٣-٤ عرض الارتباط و نسب المساهمة الأنماط الجسمية بالقدرات البدنية لعينة البحث

جدول رقم (٤)

مستوى الدالة	نسبة الخطأ	F قيمة	مساهمة	معامل ارتباط قيمة (r)	انماط	المهارات الهجومية
معنوي	٠,٠٠٨	٧,٤٣	٠,٤٥	٠,٦٧	النمط عضلي	القوة المميزة بالسرعة
معنوي	٠,٠٠٢	٦,٢٢	٠,٣٣	٠,٤٦	النمط سمين	سرعة الانتقال بالملاعب
معنوي	٠,٠٠١	٨,٣٢	٠,٥٥	٠,٧٤	النمط عضلي	سرعة الطعن
معنوي	٠,٠٠٤	٥,٠٦٧	٠,٤٠٩	٠,٦٢	النمط سمين	
معنوي	٠,٠٠٠	٩,٦٢	٠,٦٧	٠,٨٢	النمط عضلي	

معنوي	٠,٠٠٥	٧,٥٤	٠,٥٦	٠,٦٤	النمط سمين	
معنوي	٠,٠٠٣	٨,٤٥	٠,٤٥	٠,٦٩	النمط العضلي	تحمل سرعة الأداء للذراعين والرجلين
معنوي	٠,٠٠٥	٧,٦٥٢	٠,٥٥	٠,٧٣	النمط السمين	

٣-٤ عرض الارتباط و نسب المساهمة الأنماط الجسمية بالقدرات الحركية لعينة البحث

جدول رقم (٥)

المهارات الهجومية	انماط	معامل ارتباط قيمة (r)	مساهمة	F قيمة	نسبة الخطأ	مستوى الدالة
التوافق	النمط عضلي	٠,٨٧	٠,٧٢١	٨,٣٣	٠,٠٠٦	معنوي
	النمط سمين	٠,٨٤	٠,٧٧	٩,٤٥	٠,٠٠٣	معنوي
الاستجابة	النمط عضلي	٠,٧٦	٠,٥٣	٨,٣٢	٠,٠٠١	معنوي
	النمط سمين	٠,٦٩	٠,٥٥	٧,٤٤	٠,٠٠٣	معنوي
الدقة	النمط عضلي	٠,٧٨	٠,٦٦	٩,٦٢	٠,٠٠٨	معنوي
	النمط سمين	٠,٧٥	٠,٦١	٥,٤٧٦	٠,٠٠٣	معنوي
الاستجابة الحركية	النمط عضلي	٠,٧٤	٠,٤٥	٦,١٢٩	٠,٠٠٩	معنوي
	النمط سمين	٠,٦١	٠,٣١	٦,٧٨٢	٠,٠٠٥	معنوي

٣-٤ عرض الارتباط و نسب المساهمة الأنماط الجسمية بالمهارات الدفاعية لعينة البحث

جدول رقم (٦)

المهارات الهجومية	انماط	معامل ارتباط قيمة (r)	مساهمة	F قيمة	نسبة الخطأ	مستوى الدالة
الدفاع النصف الدائري	النمط عضلي	٠,٦٧	٠,٤٤٧	٧,٨٤	٠,٠٠٠	معنوي
	النمط سمين	٠,٤٦	٠,٣٤	٤,٦١٨	٠,٠٢١	غير معنوي
الدفاع الافقي	النمط عضلي	٠,٧٨	٠,٥٤	٧,٣٦٢	٠,٠٠٤	معنوي
	النمط سمين	٠,٧٥	٠,٤٨	٦,١٢٩	٠,٠٠٣	معنوي
الدفاع الدائري	النمط عضلي	٠,٧١	٠,٥٦	٦,٤٩٢	٠,٠٠٧	معنوي

معنوي	٠,٠٠٥	٨,٧٨	٠,٦١	٠,٨٤	النمط سمين
-------	-------	------	------	------	------------

٣-٤ عرض الارتباط ونسب المساهمة كل بالمهارات الهجومية لعينة البحث

جدول رقم (٧)

المهارات الهجومية	انماط	معامل ارتباط قيمة (r)	مساهمة	F قيمة	نسبة الخطأ	مستوى الدالة
هجمة تغيير الاتجاه	النمط عضلي	٠,٦٧	٠,٤٧	٧,٤٣	٠,٠٠٦	معنوي
	النمط سمين	٠,٦١	٠,٣٤	٥,٥٨٣	٠,٠٠٤	معنوي
الهجمة الدائرية	النمط عضلي	٠,٧٥٢	٠,٥٤٦	٨,٣٢	٠,٠٠١	معنوي
	النمط سمين	٠,٦٢	٠,٤٤	٧,٠١٢	٠,٠٠٣	معنوي
الهجمة المستقيمة المباشرة	النمط عضلي	٠,٨٧	٠,٦٢	٩,٦٢	٠,٠٠٠	معنوي
	النمط سمين	٠,٦٤	٠,٤١	٧,٣٧	٠,٠٠٤٣	معنوي

تحت مستوى دلالة ٠,٠٥

### ٣-٥ مناقشة النتائج

تبين من النتائج المعروضة في الجدول هناك ارتباط بين الأنماط الجسمية و ( القدرات البدنية والحركية والمهارات الهجومية والدفاعية ) كذلك هناك اختلاف بالارتباط وبنسب المساهمة بين النمطين العضلي والسمين والمتغيرات قيد الدراسة كما مبين في الجداول ويعود هذا الى ان النمط العضلي أدائه افضل من النمط السمين كذلك يدخل سبب اخر هو ان عدد عينة النمط العضلي ٢٣ حيث يشكل نسبة ٦٧,٦% من المجتمع بينما عدد عينة النمط السمين ١١ ويشكل نسبة ٣٢% من المجتمع

ان هذه الأرقام تمثل نتائج اختبارات المرحلة الثالثة لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات الخاصة بالمتغيرات قيد الدراسة

ان معنويه الارتباط الذي وجدناه في القدرات البدنية والحركية يرجع الى ان لعبة المباراة تحتاج الى صفات عديدة حيث اكد ( جمال وعمرو ) الى ان المباراة تحتاج الى العديد من الصفات ومن هذه الصفات هي قوه وسرعه وتحمل والتوافق العضلي والعصبي ودقه . (٦٢) (٦٣)

(٦٢) جمال عبد الحميد عابدين، اصول المباراة والتدريب: (القاهرة، دار المعارف، ١٩٧٤) ص ٢١

(٦٣) عمرو السكري، عمر السكري، دليل المباراة، ط ١، (جامعة حلوان، دار المعارف، ١٩٩٣) ص ٢٣-١٨

تري الباحثة بان نتائج النمط العضلي اعلى من النمط السمين يرجع الى المهارات المؤداة في لعبة المباراة تحتاج إلى خفة بالحركة ورشاقة في الأداء لذا فان المبارز يحتاج إلى مواصفات بدنية تتوافق مع الأداء وبعبارة أخرى يؤدي إلى انخفاض مستوى الأداء . وذلك بسبب الدهون تعيق السرعة في الأداء . إذ تشير سميرة خليل " إن التخلص من الشحوم في العضلة يقلل الاحتكاك واللزوجة فيحدث تقلص عضلي سريع وبكفاءة عالية" (٦٤) . كذلك إن دقة الطعن تعتبر من الحركات الأساسية في لعبة المباراة وتعزو الباحثة ذلك لما لها من مكانة ودور كبير لتحقيق الفوز فهي ختام حركة الهجوم لان من خلالها يختم اللاعب المهاجم الهجوم بحركة الطعن على (هدف المنافس) لإحراز لمسه وتحقيق الفوز

اما الاستجابة الحركية فالمبارزة تتميز برد الفعل السريع حسب مواقف اللعب لتحرك اللاعب نحو الهدف لإحراز لمسه فالمبارزة من الألعاب السريعة بطبيعتها لذا فهي تحتاج إلى استجابة عالية ودقيقة لتحقيق رد فعل صحيح ومتوقع وهذا ما أكده محمد صبحي حسنين إن الاستجابات العالية لها فائدة كبيرة في العديد من الأنشطة الرياضية منها المباراة (٦٥) ان حركات الدفاعية والهجومية ماهي الا توجيه الجسم أما تقدم أو تقهقر أو دفاع أو هجوم ومن خلال التوافق يؤدي اللاعب عدة حركات متجمعة مع بعضها البعض وهذا ما أكده (ألين وديع) (١) بان التوافق هو إدماج عدة حركات مع بعضها البعض.

فالمبارزة تعتمد على تغيير حركات الجسم من الهجوم إلى الدفاع أو من التقدم إلى التقهقر بسرعة لتمكن المنافس من إحراز لمسه على اللاعب وتعزو الباحثة بين من جدول هناك علاقة ارتباط بين بعض المهارات الهجومية والنمط الجسمي قيد البحث أي ان نسبة مساهمة لدى ذوي النمط العضلي هو افضل وتعزو الباحثة ذلك الى ان اصحاب النمط العضلي يتميزون عن بقية الانماط الجسمية الاخرى لانهم يتميزون بكتلة عضلية اما نسبة المساهمة تبين ان الانماط الجسمية تسهم في بعض المهارات الهجومية قيد البحث

(الهجمة تغير الاتجاه ، الهجمة الدائرية ، هجمة المستقيمة المباشرة) اذا احتلت النمط العضلي في الهجمات المرتبة أولى و ترى الباحثة أن النمط العضلي يرتبط ارتباط وثيقا بالفوز في المباريات وكفاءة اداء مختلف المهارات الهجومية والدفاعية في المباراة وهذا للاعب المباراة يحتاج قوة عضلي وصفات جسمية ذلك لأنه يعتمد على اسبقية الهجوم في الفوز .

سميرة خليل : الرياضة العلاجية ، بغداد ، دار الحكمة ، ١٩٩٠ ، ص٣٨ (٦٤)

محمد صبحي حسنين : التحليل العاملي للقدرات البدنية في مجالات التربية البدنية والرياضية ، ط٢ (القاهرة ، دار الفكر العربي - ١٩٩٦ ص ٦٠٢٣٤)

**٤- الاستنتاجات والتوصيات****٤-١ الاستنتاجات**

- ١- ان طالبات المرحلة الثالثة عددهن ٣٤ ينقسمن الى من نمطين عضلي عدد ٢٣ ونمط سمين بعدد ١١ اما النحيف فلا يوجد (صفر).
- ٢- هناك علاقة معنوية بين (النمط العضلي ، النمط السمين) و(القدرات البدنية والحركية والمهارات الهجومية والدفاعية) .
- ٣- هناك اختلاف في نسب المساهمة للنمطين ومتغيرات البحث قيد الدراسة .

**٤-٢ التوصيات**

- ١- على المدرب عند اختيار لاعب المباراة يجب اخضاعه لاختبارات الخاصة بالقدرات البدنية والحركية .
- ٢- على المدرب تنمية وتدريب القدرات البدنية والحركية لتعليم وصقل المهارات الدفاعية والهجومية .
- ٣- يجب عمل دراسات مشابهه لمعرفة نتائج لاعبين اندية و منتخب لان النتائج المستخرجة تمثل نتائج اختبار طالبات .

## المصادر

- اسيل ناجي ؛ تأثير تمارين التحمل اللاهوائي بأزمنة مختلفة في تطوير تحمل ( سرعة وقوة الأداء ) لدى لاعبات نادي الفتاة بالمبارزة : (رسالة ماجستير . جامعه بغداد/كلية التربية الرياضية للبنات، ٢٠٠٩).
- بسام عباس ؛ برنامج مقترح لتطوير سرعة ودقة الطعن لدى لاعبي المبارزة في سلاح الشيش (رسالة ماجستير، جامعة بغداد / كلية التربية الرياضية ، ١٩٨٣).
- بيان علي الخاقاني : تدريب وتدريب السلاح الشيش لطلبة كليات ومعاهد التربية الرياضية .
- ريسان خريبط مجيد ؛ موسوعة القياسات والاختبارات في التربية البدنية والرياضة ، ح ٢ ( البصرة ، مطابع التعليم العالي ، ١٩٨٩ )،
- <sup>(١)</sup> زينب قحطان ؛ تأثير تمارين بأزمنة مختلفة في تطوير بعض القدرات البدنية الخاصة وعلاقتها بالأداء المهاري لدى لاعبات سلاح الشيش : (رسالة ماجستير ، جامعة بغداد/كلية التربية الرياضية ، ٢٠٠٨ )
- جمال محمد علاء الدين وناهد انور صباغ ؛ الأسس المترولوجية لتقويم مستوى الأداء البدني والمهاري والخططي للرياضيين : (الأسكندرية ، منشأة المعارف ، ٢٠٠٧).
- عبد الهادي حميد التميمي : تصميم اختبار لقياس الرشاقة في رياضة المبارزة ، مجلة كلية التربية الرياضية ، جامعة ديالى ، العدد الربع ، ٢٠٠٤ .
- مكي محمود وضياء زكي : نسب مساهمة السرعة الحركية والمرونة بعض المفاصل في السرعة ودقة الطعن في سلاح الشيش ، مجلة الرافيدين للعلوم الرياضية ، مجلد (١٢) ، العدد (٤٢) ٢٠٠٦ .
- جمال عبد الحميد عابدين، اصول المبارزة والتدريب : (القاهرة، دار المعارف، ١٩٧٤) ---
- عمرو - عمر السكري ، دليل المبارزة ، ط ١ ، (جامعة حلوان ، دار المعارف ، ١٩٩٣). ، ١٩٩٠ ،
- سميرة خليل : الرياضة العلاجية ، بغداد ، دار الحكمة ، ١٩٩٠ ، -
- 1996 ط ٢ ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، -محمد صبحي حسانين : التحليل العاملي للقدرات
- مروان عبد المجيد ومحمد جاسم الياسري ؛ القياس والتقويم في التربية البدنية ورياضة ، ط ١ ( عمان ، مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع ، ٢٠٠٣ )
- محمد صبحي حسانين ؛ القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضة ، ط ٥ : ( القاهرة ، دار فكر عربي ؛ ٢٠٠٣ )