

مشكلة البحث:

يعد الانتباه احد العمليات العقلية العليا والذي يلعب دوراً هاماً في المجال الرياضي إذ يعد من المتطلبات الأساسية للأداء الجيد في أي لون من ألوان النشاط الرياضي. ويؤكد المتخصصون أهمية الانتباه في المساهمة في الوصول إلى الأداء الأمثل. حيث ان القصور في الانتباه يعتبر احد المشكلات التي تواجه الأعداد للرياضيين أن المهارات العقلية التي تتحكم في أداء المتعلم أثناء عملية التعلم تعتبر من نواحي المعرفة التي يجب أن يهتم بها المدرب أيا كان مجاله ، حتى يستطيع توجيه المتعلم نحو أفضل وأسرع تعلم، لكي يستجيب للموقف التعليمي ككل بعقله وجسمه وانفعالاته، فهو وحده نفسه جسميه متكاملة تتأثر بنشاطه. (٣٠:٣) (٢٩:٩٧)

تدريب المهارات العقلية يوازي تدريب المهارات الحركية حيث إن كل منهما مهارات يمكن تعلمها ، وتؤدي إلى قمة الأداء كما أنها تساعد على تكوين أساس عقلي قوي وهي مكونات هامة لتدريب أي نشاط رياضي ، فبدونها ممكن أن يضيع على اللاعب فرص النجاح عندما يكون مستعد بدنيا وغير مستعد عقليا. (٦ : ٩)

وتعتبر مظاهر الانتباه في المجال الرياضي من المتغيرات المهمة التي تعكس تأثير التدريب العقلي على الاداء ، حيث تستخدم لغرض تجسيد الاداء عن طريق مراجعة المهارة عقليا ، ويتضمن ذلك التخلص من الاخطاء بتصور الاسلوب الصحيح للاداء الفني ولهذا نجد أن أغلب الذين لديهم فكرة واضحة عن الجوانب الرئيسية لتنفيذ المهارة يستطيعون عن طريق مظاهر الانتباه مقارنة استجاباتهم بالاداء الامثل ومن ثم تصحيح الاستجابات غير الصحيحة . ان تركيز الانتباه " هو حالة موجودة وجوهريه يدركها كل الرياضيين على أنها شرط أساسي للانجاز الرياضي الجيد. فالرياضي الذي يمتلك التركيز العميق يكون قادراً على التوافق البدني والانفعالي والعقلي وتركيز هذه العوامل لتكون كافة الأمور في متناول اليد لغرض الانجاز الرياضي (١٧ : ٣٩ - ٤٠)

وحيث ان رياضة المبارزة احد الرياضات التي يتنافس فيها المبارزين تحت ظروف تتميز بالسرعة الخاطفة والتغيرات المفاجئة وايضا عدم ثبات الأداء من هجوم ودفاع ورد وهذا يتطلب امتلاك انتباه عاليا وتلقائيا لمواجهة المنافس (١٩ : ١٢٦) (٣٢ : ٦٨)

وتعتبر رياضة المبارزة من الرياضات العقلية والتي تتطلب من ممارسيها امتلاك قدرات عقلية للتمكن من الأداء المهاري بصورة افضل فعند وصول المبارز الي الأداء دون تفكير وبصورة الية يمكنه بعد ذلك التفرغ الي التفكير في تنفيذ الخطط وتغيرها وتعديلها تبعاً للمنافس (١١ : ١٢٦) (١ : ٣٥)

ان ممارسة رياضة المبارزة تتطلب من المبارز ان يركز انتباهه علي تحركات المنافس وكذلك علي حركة الذراع المسلحة وهذا يتطلب الأهتمام بالنواحي العقلية للمبارز (١٤ : ٨٣)

فالمبارزة الحديثة تعتمد علي قدرة المبارز في توصيل نصله الي هدف المنافس عن طريق الهجوم اما بفرد الذراع المسلحة او مع الطعن من خلال هجوم مباشر في اتجاه خط التلاحم او غير مباشر في الأتجاه المقابل لخط التلاحم .حيث ان التوقيت الهجومي المناسب احد العوامل التي تساعد المبارز في احراز اللمسة فالقدرة علي استغلال خطأ المنافس في فتح الثغرة ومدى ادراك المبارز لهذه الثغرة وتوقيت فرد الذراع ودقة الهجوم هذا يساعد علي احراز اللمسة والفوز بالنزال .فمباغته الخصم باداء حركة الطعن قبل ادائه لوسائل الدفاع لمنعه من تسجيل لمسه من اهم المهارات التي يجب ان يتمتع بها المبارز وخاصة عند اداء مهارات الهجوم البسيط حيث ان التوقيت الهجومي المناسب احد العوامل التي تساعد المبارز في احراز اللمسة فالقدرة علي استغلال خطأ المنافس في فتح الثغرة ومدى ادراك المبارز لهذه الثغرة وتوقيت فرد الذراع ودقة الهجوم هذا يساعد علي احراز اللمسة والفوز بالنزال (٢٦ : ٥٦) (٢٧ : ٨٧) (٩ : ٩٨) (١٣ : ٤٥) (٢٨ : ١٢٥)

ومن اهم العوامل التي تساعد علي خلخلة اداء المنافس هي حركات الرجلين حيث تؤدي من تقدم وطعن او تقهقر وطعن او وثب وطعن او التقدم ثم تقهقر وطعن او التقدم ثم الوثب والطعن حيث ان المبارزة الحديثة في اشد الحاجة الي هذه المهارات وخاصة اثناء الهجوم حيث ان معظم المبارزين يبدأون اللعب خارج نطاق مسافة التبارز حتي يصعب تسجيل لمسه من وضع التحفز او التقدم بحركة واحدة لذلك يحاول المبارز تغطية هذه المسافة بالتقدم السريع خطوة او خطوتين والطعن لأحراز لمسه وهي الغرض الأساسي من اداء الهجوم في رياضة المبارزة (١٢ : ٦٢) (٢٣ : ٥٤) (٣١ : ١٠٥) (٣٣ : ٥٤)

ان رياضة المبارزة بمختلف اسلحتها تمتاز بان كمية الطاقة العصبية المبذولة اثناء الأداء تختلف من مهارة الي اخري حسب طبيعة ومتطلبات الأداء ففي لحظات معينة نجد المبارز في حالة انتباه حاد ولحظات اخري ضعيف ومن هنا تظهر اهمية الأنتباه حيث يتطلب من المبارزين ان يتمتعوا بدرجة عالية من مظاهره المختلفة والتي تصبح صفة تتسم بها كل مهارة من مهارات المبارزة (١٩ : ١٨٤)

وتعد مهارات الهجوم البسيط من اهم المهارات التي لا بد وان بتقنها المبارز حيث اشارت نتائج الدراسة التي تناولت التحليل الأداء الخططي الهجومي لبطولة كأس العالم لسلاح الشيش لأكثر الهجمات شيوعا كان من اهم نتائجها ان الهجوم البسيط يأتي في المرتبة الأولى لأنواع الهجمات في المباريات الدولية من هجمة مستقيمه وهجمه مغايره وهجمه قاطعه (٥ : ٨)

ويري الباحث ان الأهتمام بمظاهر الأنتباه لا تقتصر علي المبارزين ذو المستويات العليا فقط بل لا بد ان يتم الأهتمام بها من مرحلة التعلم للمبتدئين وللناشئين والتركيز علي الأداء السليم منذ البداية للوصول الي الأداء الأمثل ثم التركيز علي خطط اللعب الهجومية والدفاعية في المراحل المتقدمة .

ومن خلال المقابلة الشخصية للباحث مع العديد من المدربين بمختلف اندية محافظة الأسكندرية واستطلاع رأيهم في كيفية الأهتمام بالنواحي العقلية والبدنية والمهارية اثناء الدرس اتضح ان الأهتمام بالنواحي المهارية تحتل المركز الأول يليها النواحي البدنية وتاتي النواحي العقلية قي المركز الثالث وتكاد تكون لا تؤدي اساسا بالدرس . من هنا جاءت فكرة البحث في التعرف علي تاثير تطوير بعض مظاهر الأنتباه علي الأداء المهاري للهجوم البسيط كاحد انواع الهجوم الأساسية التي لا بد وان يتقنها الناشئ في مرحلة الأعداد المهاري

هدف البحث :

التعرف علي تاثير تطوير بعض مظاهر الأنتباه من خلال :

- وضع برنامج تدريبي لتطوير بعض مظاهر الأنتباه
- التعرف علي تاثير تطوير بعض مظاهر الأنتباه علي الأداء المهاري للهجوم البسيط لناشئ سلاح الشيش .

فروض البحث :

- ١- هناك تاثير للبرنامج التدريبي المقترح علي مظاهر الأنتباه لناشئ سلاح الشيش .
- ٢ - هناك تاثير لتطوير مظاهر الأنتباه علي الأداء المهاري للهجوم البسيط لناشئ سلاح الشيش .

اجراءات الدراسة :

المنهج المستخدم : استخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمته لطبيعته البحث

مجالات البحث :

المجال المكاني : تم اجراء التجربة و القياسات القبليّة والبعديّة بصالة نادي السلاح السكندري

المجال الزمني : تمت الدراسة في الفترة من ٢١ / ١ / ٢٠١٧ الي ١٠ / ٤ / ٢٠١٧

المجال البشري :

تم اختيار عينه البحث بالطريقة العمدية من نادي السلاح حيث اشتملت الدراسة علي ٢٦ مبارز تم تقسيمهم كما يلي :

- ١ - ١٦ ناشئ بسلاح الشيش تم تقسيمهم عشوائيا الي مجموعتين متساويتين احدهما تجريبية قوامها ٨ مبارزين لتطبيق البرنامج التدريبي والأخري ضابطة وقوامها ٨ مبارزين لتطبيق البرنامج التقليدي .

٢ - ١٠ مبارزينتم تقسيمهم الي ٥ مبارزين مميزين و ٥ مبارزين غير مميزين لاجراء المعاملات العلمية من نادي السلاح السكندري علي ان يراعي في افراد العينة الشروط التالية :-

- ١- جميع افراد العينه مسجلين بالاتحاد المصري للمبارزة موسم ٢٠١٧ / ٢٠١٨
- ٢- لا يقل العمر الزمني عن ١٣ سنة ٣ - لا يقل العمر التدريبي عن ٣ سنوات
- ٤- الأستمرار في التدريب
- ٥- مبارز لسلاح الشيش ممن لم يحققوا نتائج ببطولات الأتحاد وخرجوا من الأدوار الأولي التكافو في متغيرات البحث الاساسية والبدنية (مرفق ١١)

جدول (١) التوصيف الإحصائي لبيانات عينة البحث الكلية في المتغيرات الأولية الأساسية

ن = ٢٦

الدلالات الإحصائية للتوصيف					المتغيرات
المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل التقلطح	معامل الالتواء	
١٣.٨١	١٤	٠.٦٩	٠.٧٨-	٠.٢٨	السن (سنة)
١٦٣.٢٣	١٦٣	١.٤٨	٠.٦٢-	٠.٣٤-	الطول (سم)
٦٢.٣١	٦٢	١.٤٤	٠.٥٧	٠.٢٠	الوزن (كجم)
٤.١٢	٤	٠.٧٧	١.٢١-	٠.٢٠-	عدد سنوات الممارسة (سنة)

يتضح من جدول (١) والخاص بتجانس بيانات عينة البحث الكلية في (المتغيرات الأولية) قبل التجربة أن معاملات الالتواء تتراوح ما بين (-٠.٣٤ إلى ٠.٢٠) مما يدل على أن القياسات المستخلصة قريبة من الإعتدالية حيث أن قيم معامل الالتواء الإعتدالية تتراوح ما بين ± ٠.٣ . وتقرب جدا من الصفر . كما بلغ معامل التقلطح ما بين (-١.٢١ إلى ٠.٥٧) .

ادوات البحث :

القياسات والأختبارات المستخدمة في البحث :

- ١- قياس الطول باستخدام جهاز الرستاميتير لأقرب سم
- ٢- قياس الوزن باستخدام ميزان طبي معاير لأقرب كجم مرفق (١) (٣ : ٨٧)

الأختبارات المستخدمة في البحث :

اولا: القياسات خاصة لتكافؤ افراد العينة من الجانب البدني الخاص:

- اختبار سرعة التقدم للأمام ١٤ م
- اختبار سرعة التقهقر للخلف ١٤ م (٣٤)
- اختبار التحمل الخاص (١٠)
- اختبار التوافق الخاص (٢٥)
- اختبار الرشاقه الخاصة (١٥)

جدول (٣) التوصيف الاحصائي لبيانات عينة البحث (التجريبية والضابطة والكلية) في القدرات البدنية قبل التجربة

الدلالات الإحصائية للتوصيف					العدد	المجموعة	القدرات البدنية
معامل الالتواء	معامل التفلطح	الانحراف المعياري	الوسيط	المتوسط الحسابي			
٠.٠٢	١.٣١-	٠.٣٤	٤.٨١	٤.٨١	٨	تجريبية	سرعة التقدم ١٤ م (ث)
٠.٣٠	٠.٢٦-	٠.٢٨	٤.٧٥	٤.٧٧	٨	ضابطة	
٠.١٥	١.٠١-	٠.٣٠	٤.٨	٤.٧٩	١٦	المجموعة الكلية	
٠.٢١-	٢.٢٨-	٠.٤٧	٥.٢	٥.٠٩	٨	تجريبية	سرعة التقهقر ١٤ م (ث)
٠.٤٤-	٢.١٠-	٠.٥٣	٥.٤٣	٥.١٩	٨	ضابطة	
٠.٢٦-	١.٨٨-	٠.٤٩	٥.٣٨	٥.١٤	١٦	المجموعة الكلية	
٠.٠٠	٢.٨٠-	٠.٥٣	٥.٥	٥.٥٠	٨	تجريبية	القوة المميزة بالسرعة (عدد)
٠.٠٧	٠.٧٤	٠.٦٤	٦	٥.٨٨	٨	ضابطة	
٠.٢٠	٠.٣٨-	٠.٦٠	٦	٥.٦٩	١٦	المجموعة الكلية	
٠.٣٥-	٢.١٩	٠.٤٣	١٢.٤	١٢.٣٨	٨	تجريبية	التوافق الخاص (ث)
٠.٦٦	٠.٤٤-	٠.٣٩	١٢.٥	١٢.٥٨	٨	ضابطة	
٠.٠١-	٠.٨٦	٠.٤١	١٢.٥	١٢.٤٨	١٦	المجموعة الكلية	
٠.٢٠	٢.٣١-	٠.٣٥	١٢.٧٨	١٢.٨٣	٨	تجريبية	الرشاقة الخاصة (ث)
١.٠٨-	٠.١٧-	٠.٣٢	١٣.١	١٢.٩٧	٨	ضابطة	
٠.٣٥-	١.٧٤-	٠.٣٣	١٣.٠٥	١٢.٩٠	١٦	المجموعة الكلية	
٠.٢٨-	١.٣٩-	٠.٨٣	٢٦	٢٦.١٣	٨	تجريبية	التحمل الخاص (عدد)
٠.٦٢	١.٤٨-	٠.٨٩	٢٥.٥	٢٥.٧٥	٨	ضابطة	
٠.١٣	١.٦٥-	٠.٨٥	٢٦	٢٥.٩٤	١٦	المجموعة الكلية	

يتضح من جدول (٣) والخاص بتجانس بيانات عينة البحث (التجريبية والضابطة والمجموعة الأساسية الكلية) في القدرات البدنية أن معاملات الالتواء تتراوح ما بين (-١.٠٠٨ إلى ٠.٦٦) مما يدل على أن القياسات المستخلصة قريبة من الإعتدالية حيث أن قيم معامل الالتواء الإعتدالية تتراوح ما بين ± ٠.٣ وتقترب جدا من الصفر كما بلغ معامل التفلطح ما بين (-٢.٨٠ إلى ٢.١٩)

ثانيا : اختبار لقياس مظاهر الأنتباه الخاص برياضة المبارزة (٢١) مرفق (٤)

ثالثا : قياس الأداء المهاري لمهارات الهجوم البسيط مرفق (٦)

ادوات جمع البيانات الخاصة بالبحث :

١- استمارة استطلاع رأي الخبراء لتحديد اهم مظاهر الأنتباه في رياضة المبارزة مرفق (٣)

٢- استمارة تسجيل اختبار مظاهر الأنتباه الخاص للمبارزين مرفق (٥)

٣- جهاز لاب توب

الدراسات الأستطلاعية :

الدراسة الأستطلاعية الأولى :-

تهدف الدراسة الي تحديد اهم مظاهر الأنتباه الخاصة برياضة المبارزة وتم عرض الأستمارة علي السادة الخبراء وعددهم ١٠ خبراء وكانت اراء الخبراء تتراوح ما بين ٥٠% الي ٩٠% وارتضي الباحث بنسبة ٨٠% فيما فوق حيث تم اختيار حجم الأنتباه بنسبة ٨٠% وتوزيع الأنتباه بنسبة ٨٠% وتركيز الأنتباه بنسبة ٩٠% . مرفق (٣) شروط اختيار الخبير :-

١- حاصل علي الماجستير علي الأقل في رياضة المبارزة .

٢- حاصل علي الماجستير في علم النفس الرياضي . مرفق (٧)

الدراسة الأستطلاعية الثانية لحساب المعاملات العلمية لأختبار مظاهر الأنتباه والهجوم البسيط . صدق وثبات الأختبار لمظاهر الأنتباه ومهارات الهجوم البسيط :

حيث تمت الدراسة في الفترة من ٢٤ / ١ / ٢٠١٧ الي ٢٨ / ١ / ٢٠١٧ حيث تم تطبيق الأختبارات علي مجموعتين مميزة واخري غير مميزة وتم تعديل درجة المقياس في اختبار مظاهر الأنتباه من ١ درجة للأجابة الصحيحة الي ٣ درجات ومن ٠ الي ١ درجة للأجابة الخطأ ثم بعد اربع ايام تم ايجاد ثبات الأختبارات علي عينة الدراسة الأستطلاعية (مرفق ١١)

جدول (٦) الفروق بين المجموعة المميزة والمجموعة غير المميزة لإيجاد صدق للأداء المهاري (للحجوم البسيط)

معامل الصدق	قيمة ت	الفرق بين المتوسطين	المجموعة غير المميزة ن = ٥		المجموعة المميزة ن = ٥		الدلالات الإحصائية المتغيرات
			ع±	س	ع±	س	
٠,٨٥٤	*٤,٦٥	٧,٢٠	١,٦٧	١٧,٦٠	٣,٠٣	٢٤,٨٠	طعنة مستقيمة (درجة)
٠,٩٠٨	*٦,١١	٨,٢٠	٠,٨٤	١٦,٢٠	٢,٨٨	٢٤,٤٠	هجمة قاطعة (درجة)
٠,٨٨٧	*٥,٤٣	٧,٤٠	١,٥٨	١٦,٠٠	٢,٦١	٢٣,٤٠	هجمة مغايرة (درجة)

* معنوى عند مستوى ٠,٠٥ = ٢,٢٦

يتضح من جدول (٦) والخاص بدلالة الفروق بين المجموعة المميزة والمجموعة غير المميزة لإيجاد صدق (الأداء المهاري للهجوم البسيط) , وجود فروق معنوية بين المجموعتين لصالح المجموعة المميزة حيث بلغت قيمة ت المحسوبة ما بين (٤,٦٥ الي ٦,١١) وهذه القيم معنوية عند مستوى ٠,٠٥ . كما بلغ معامل الصدق ما بين (٠,٨٥٤ الي ٠,٩٠٨) مما يؤكد ان الأداء المهاري للهجوم البسيط تتسم بالصدق التمييزي . وانها تقيس ما وضعت من اجله.

الدراسة الأساسية

خطوات تنفيذ البرنامج :

القياسات القبلية :

قام الباحث باجراء القياسات القبلية في الفترة من ٢١ / ١ / ٢٠١٧ حتى ٢٣ / ١ / ٢٠١٧ حيث تم اجراء القياسات بصالة نادي السلاح السكندري .

الدراسة الأساسية :

تم اعداد البرنامج الخاص بتطوير بعض مظاهر الانتباه عن طريق الاطلاع علي الأبحاث العلمية ومن خلال المراجع العلمية الي ان توصل الباحث الي وضع الصورة النهائية للبرنامج المقترح وتم التنفيذ بنادي السلاح السكندري وذلك في الفترة من ٢٩ / ١ / ٢٠١٧ حتى ٦ / ٤ / ٢٠١٧

البرنامج التدريبي

تم تطبيق البرنامج المقترح بواقع ٣ وحدات اسبوعية لمدته ١٠ اسبوع ايام الأحد والثلاثاء والخميس باجمالي ٣٠ وحدة وزمن الوحدة ٩٠ ق و فترات الراحة بين التمرين من ٣٠ : ٤٠ ث وبين المجموعات من ٢ ق الي ٣ ق مع مراعاة الفروق الفردية بين المبارزين علي ان يتم الأداء بواقع ٣ الي ٥ مجموعات والتكرار في المجموعه من ٥ الي ٧ تكرارات

يتم التدرج بالشدة من ٥٠% الي ٧٥% باستخدام التدريب الفترتي منخفض الشدة

عدد الأسابيع = ١٠ اسبوع بواقع ٣ وحدات تدريبية اسبوعيا

عدد الوحدات = ٣٠ = ١٠ × ٣ وحدة تدريبية

زمن الوحدة التدريبية ٩٠ ق

زمن الوحدات اسبوعيا = ٣ × ٩٠ = ٢٧٠ ق اسبوعيا

الزمن الكلي للبرنامج = ١٠ × ٢٧٠ = ٢٧٠٠ ق

محتوي البرنامج

يحتوي البرنامج التدريبي علي

١- جزء الأحماء : مدته ١٠ ق

٢- الجزء الأساسي ومدته ٧٠ ق وينقسم الي ٤٥ ق لتمارين مظاهر الانتباه و ٢٥ ق للتدريب المهاري للمهارات الأساسية للهجوم البسيط

٣ - جزء الختام ومدته ١٠ ق (مرفق ٩)

الأسس التي تم مراعاتها عند تطبيق البرنامج :

- مراعاة الفروق الفردية .
- التأكد من الأداء الصحيح للتمرينات .
- التدرج في التمرينات من السهل إلى الصعب .
- التنوع في التمرينات المعطاة حتى لا يصاب المبارز بالملل .
- رفع الروح المعنوية وخلق روح التنافس بينهم .
- مراعاة إتاحة الفرصة لحرية الحركة أثناء أداء تمرينات البرنامج .
- التدرج في ارتفاع شدة حمل التمرينات للوصول للحالة الطبيعية .

القياسات البعدية

قام الباحث بإجراء القياسات البعدية في الفترة من ٧ / ٤ / ٢٠١٧ حتى ٩ / ٤ / ٢٠١٧ وقد راعى الباحث تطبيق الاختبارات لجميع أفراد عينة البحث بنفس أسلوب تطبيق القياسات القبليّة قياس الأداء الهجومي للهجوم البسيط :-

تم قياس الأداء الهجومي عن طريق ٣ محكمين ودرجة المحكم الواحد ١٠ درجات لكل هجمة (الطعنة المستقيمة والهجمة المغايرة والهجمة القاطعة) درجات المحكم الواحد ٣٠ درجة للثلاث هجمات يضع كل محكم درجة الأداء منفصلة لكل هجمة ويؤخذ مجموع درجات الثلاث محكمين لكل هجمة علي حدي . مواصفات المحكم :-

١- حاصل علي الماجستير علي الأقل في مجال رياضة المبارزة .

٢- مدرب لا تقل الخبرة عن ١٠ سنوات . مرفق (٨)

وفيما يلي نموذج لوحة تدريبية يومية

الرقم	الراحة		التكرارات	المجموعات	الجزء الأساسي		الوقت ب.د.د	الاسم	الوقت ب.د.د	الأسبوع والتاريخ
	بين المجموعات	بين التمرينات			اداء مهاري	تدريبات الانتباه				
٢-١	٢ ق	٣٠ - ٤٠ ث	٥	٣	٢ - ٤ ٦ - ٨	١ - ٢ - ٤ ١٢ - ٢١	٣ - ١ ٢٢ - ٢٩	نموذج ١	٥٥ %	الأحد ٢٠١٧/٢/٢

البرنامج للمجموعة الضابطة

قام الباحث بتنفيذ البرنامج المطبق علي نفس المرحلة السنوية بنادي السلاح السكندري

مدته البرنامج ١٠ اسابيع

عدد الوحدات بالأسبوع : ٣ وحدات يومية

زمن الوحدات التدريبية اليومية: ٩٠ ق مرفق (١٠)

المعالجات الإحصائية :

تم إجراء المعالجات الإحصائية باستخدام برنامج spss حيث تم استخدام المعاملات الأتية:-

المتوسط الحسابي ، الوسيط ، الانحراف المعياري ، معامل الألتواء ، اختبار (ت)، النسبة المئوية للتحسن % للتعرف علي مقدار التحسن الذي حققته كل من المجموعة التجريبية والضابطة

عرض ومناقشة النتائج :

اولا عرض النتائج :-

اولا : الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدى للمجموعة التجريبية:

جدول (١٣) الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدى للمجموعة التجريبية
في (مظاهر الانتباه)
ن = ٨

نسبة التحسن %	قيمة ت	الفرق بين المتوسطين		القياس البعدى		القياس القبلي		الدلالات الإحصائية
		ع±	س	ع±	س	ع±	س	
٧٥.٧١%	*٨.٥٢	٢.٢٠	٦.٦٣	١.٣٠	١٥.٣٨	١.٦٧	٨.٧٥	تركيز الانتباه (درجة)
٨٥.١٤%	*٩.٩٨	٢.٢٣	٧.٨٨	١.٢٥	١٧.١٣	١.٢٨	٩.٢٥	توزيع الانتباه (درجة)
٩٦.٩٧%	*١٨.٩٣	١.٢٠	٨.٠٠	٠.٨٩	١٦.٢٥	١.٠٤	٨.٢٥	حجم الانتباه (درجة)

* معنوى عند مستوى ٠.٠٥ = ٢.٣٦

يتضح من جدول (١٣) و الخاص بالفروق بين القياس القبلي والقياس البعدى في (مظاهر الانتباه) للمجموعة التجريبية و وجود فروق بين القياسين عند مستوى ٠.٠٥ في جميع الاختبارات لصالح القياس البعدى . حيث بلغت قيمة ت ما بين (٨.٥٢ الى ١٨.٩٣) وهذه القيم اكبر من قيمة ت الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ كما تراوحت نسبة التحسن لصالح القياس البعدى ما بين (٧٥.٧١% الى ٩٦.٩٧%)

جدول (١٤) الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التجريبية
في (الاداء المهارى للهجوم البسيط)
ن = ٨

نسبة التحسن %	قيمة ت	الفرق بين المتوسطين		القياس البعدي		القياس القبلي		الدلالات الإحصائية المتغيرات
		ع±	س	ع±	س	ع±	س	
٥٠.٣٤%	*٢٠.٧١	١.٢٥	٩.١٣	٠.٨٩	٢٧.٢٥	٠.٨٣	١٨.١٣	طعنة مستقيمة (درجة)
٥١.٤١%	*٢٦.٠٤	٠.٩٩	٩.١٣	٠.٨٣	٢٦.٨٨	١.٠٤	١٧.٧٥	هجمة قاطعة (درجة)
٣٤.٦٢%	*٢٧.٠٠	٠.٧١	٦.٧٥	١.٠٤	٢٦.٢٥	٠.٩٣	١٩.٥٠	هجمة مغايرة (درجة)

* معنوى عند مستوى ٠.٠٥ = ٢.٣٦

يتضح من جدول (١٤) و الخاص بالفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي في (الاداء المهارى للهجوم البسيط) للمجموعة التجريبية و جود فروق بين القياسين عند مستوى ٠.٠٥ في جميع الاختبارات لصالح القياس البعدي . حيث بلغت قيمة ت ما بين (٢٠.٧١ الى ٢٧.٠٠) وهذه القيم اكبر من قيمة ت الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ كما تراوحت نسبة التحسن لصالح القياس البعدي ما بين (٣٤.٦٢% الى ٥١.٤١%)
ثانيا - الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة الضابطة:

جدول (١٥) الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة الضابطة
في (مظاهر الانتباه) و (الاداء المهارى للهجوم البسيط) ن = ٨

نسبة التحسن %	قيمة ت	الفرق بين المتوسطين		القياس البعدي		القياس القبلي		الدلالات الإحصائية المتغيرات
		ع±	س	ع±	س	ع±	س	
١٨.٧٥%	*٣.٩٧	١.٠٧	١.٥٠	٠.٧٦	٩.٥٠	١.٠٧	٨.٠٠	تركيز الانتباه (درجة)
٨.٣٣%	١.١١	١.٩١	٠.٧٥	٠.٨٩	٩.٧٥	١.٥١	٩.٠٠	توزيع الانتباه (درجة)
١٧.١٩%	*٣.٦٧	١.٠٦	١.٣٨	٠.٥٢	٩.٣٨	١.٠٧	٨.٠٠	حجم الانتباه (درجة)
١٨.١٢%	*١٠.٤٢	٠.٩٢	٣.٣٨	٠.٧٦	٢٢.٠٠	١.١٩	١٨.٦٣	طعنة مستقيمة (درجة)
٢٠.١٤%	*١٠.٦٩	٠.٩٣	٣.٥٠	٠.٨٣	٢٠.٨٨	٠.٧٤	١٧.٣٨	هجمة قاطعة (درجة)
١٥.٠٣%	*٥.٢٤	١.٥٥	٢.٨٨	١.٣١	٢٢.٠٠	١.٦٤	١٩.١٣	هجمة مغايرة (درجة)

• معنوى عند مستوى ٠.٠٥ = ٢.٣٦

يتضح من جدول (١٥) و الخاص بالفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي في (مظاهر الانتباه) والأداء المهارى للهجوم البسيط للمجموعة الضابطة و جود فروق معنوية بين القياسين عند مستوى ٠.٠٥ في (تركيز الانتباه ، حجم الانتباه) . حيث بلغت قيمة ت ما بين (٣.٦٧ الى ٣.٩٧) وهذه القيم اكبر من قيمة ت الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ ولم تظهر فروق بين القياسين في (توزيع الانتباه) كما تراوحت نسبة التحسن لصالح القياس البعدي ما بين (٨.٣٣% الى ٢٠.١٤%)

ثالثا - الفروق بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في متغيرات البحث بعد التجربة
جدول (١٧) الفروق بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في (مظاهر الانتباه) بعد التجربة

نسبة الفروق %	قيمة ت	الفرق بين المتوسطين	المجموعة الضابطة ن = ٨		المجموعة التجريبية ن = ٨		الدلالات الإحصائية المتغيرات
			ع±	س	ع±	س	
٣٨.٢١%	*١١.٠٣	٥.٨٨	٠.٧٦	٩.٥٠	١.٣٠	١٥.٣٨	تركيز الانتباه (درجة)
٤٣.٠٧%	*١٣.٦٤	٧.٣٨	٠.٨٩	٩.٧٥	١.٢٥	١٧.١٣	توزيع الانتباه (درجة)
٤٢.٣١%	*١٨.٩٤	٦.٨٨	٠.٥٢	٩.٣٨	٠.٨٩	١٦.٢٥	حجم الانتباه (درجة)

* معنوي عند مستوى ٠.٠٥ = ٢.١٤

يتضح من جدول (١٧) والشكل البياني رقم (١٧) والخاص بالفروق بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياس البعدي في (مظاهر الانتباه) وجود فروق بين المجموعتين عند مستوى ٠.٠٥ في جميع الاختبارات لصالح المجموعة التجريبية . حيث بلغت قيمة ت ما بين (١١.٠٣ الى ١٨.٩٤) وهذه القيم اكبر من قيمة ت الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ . كما بلغت نسبة الفروق بين المجموعتين ما بين (٣٨.٢١% الى ٤٣.٠٧%)

جدول (١٨) الفروق بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في (الاداء المهارى للهجوم البسيط) بعد التجربة

نسبة الفروق %	قيمة ت	الفرق بين المتوسطين	المجموعة الضابطة ن = ٨		المجموعة التجريبية ن = ٨		الدلالات الإحصائية المتغيرات
			ع±	س	ع±	س	
١٩.٢٧%	*١٢.٧٥	٥.٢٥	٠.٧٦	٢٢.٠٠	٠.٨٩	٢٧.٢٥	طعنة مستقيمة (درجة)
٢٢.٣٣%	*١٤.٣٨	٦.٠٠	٠.٨٣	٢٠.٨٨	٠.٨٣	٢٦.٨٨	هجمة قاطعة (درجة)
١٦.١٩%	*٧.٢٠	٤.٢٥	١.٣١	٢٢.٠٠	١.٠٤	٢٦.٢٥	هجمة مغايرة (درجة)

* معنوي عند مستوى ٠.٠٥ = ٢.١٤ يتضح من جدول (١٨) والشكل البياني رقم (١٨) والخاص بالفروق بين المجموعة التجريبية والمجموعة

الضابطة في القياس البعدي في (الاداء المهارى للهجوم البسيط) وجود فروق بين المجموعتين عند مستوى ٠.٠٥ في جميع الاختبارات لصالح المجموعة التجريبية . حيث بلغت قيمة ت ما بين (٧.٢٠ الى ١٤.٣٨) وهذه القيم اكبر من قيمة ت الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ . كما بلغت نسبة الفروق بين المجموعتين ما بين (١٦.١٩% الى ٢٢.٣٣%)

ثانيا مناقشة النتائج :-

يتضح من جدول (٩) والخاص بتجانس بيانات عينة البحث (التجريبية والضابطة والمجموعة الأساسية الكلية) في اختبارات مظاهر الانتباه أن معاملات الالتواء تتراوح ما بين (-٠.٦٤ إلى ٠.٥٤) مما يدل على أن القياسات المستخلصة قريبة من الإعتدالية حيث أن قيم معامل الالتواء الإعتدالية تتراوح ما بين ± ٠.٣ وتقترب جدا من الصفر كما بلغ معامل النقلح ما بين (-٢.٨٠ إلى ٠.٧٤) وهذا يعنى أن تذبذب المنحنى الاعتدالى يعتبر مقبولا وفى

المتوسط وليس متذبذبا لأعلى ولا لأسفل مما يؤكد تجانس أفراد مجموعة البحث (التجريبية والضابطة والمجموعة الأساسية الكلية) في اختبارات مظاهر الانتباه قبل التجربة

و يتضح من جدول (١٠) والخاص بتجانس بيانات عينة البحث (التجريبية والضابطة والمجموعة الأساسية الكلية) في الأداء المهاري للهجوم البسيط أن معاملات الالتواء تتراوح ما بين (-١.٠٠٨ إلى ٠.٠٠٠) مما يدل على أن القياسات المستخلصة قريبة من الإعتدالية حيث أن قيم معامل الالتواء الإعتدالية تتراوح ما بين ± ٠.٣ . وتقترب جدا من الصفر كما بلغ معامل التقلطح ما بين (-١.٣٩ إلى ١.٣٩) وهذا يعنى أن تذبذب المنحنى الاعتدالى يعتبر مقبولا وفى المتوسط وليس متذبذبا لأعلى ولا لأسفل مما يؤكد تجانس أفراد مجموعة البحث (التجريبية والضابطة والمجموعة الأساسية الكلية) في الأداء المهاري للهجوم البسيط قبل التجربة .

ويتضح من جدول (١١) و الخاص بالفروق بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في (مظاهر الانتباه) . أن قيمة (ت) المحسوبة تراوحت ما بين (٠.٣٦ إلى ١.٠٠٧) و هذه القيم غير معنوية عند مستوى ٠.٠٥ مما يدل على عدم وجود فروق معنوية بين المجموعتين وتأكيد أن هناك تكافؤ بين مجموعتى البحث في مظاهر الانتباه قبل التجربة. ويتضح من جدول (١٢) و الخاص بالفروق بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في (الأداء المهاري للهجوم البسيط) . أن قيمة (ت) المحسوبة تراوحت ما بين (٠.٥٦ إلى ٠.٩٧) و هذه القيم غير معنوية عند مستوى ٠.٠٥ مما يدل على عدم وجود فروق معنوية بين المجموعتين وتأكيد أن هناك تكافؤ بين مجموعتى البحث في الأداء المهاري للهجوم البسيط قبل التجربة.

يتضح من جدول (١٣) والشكل رقم (١) الخاص بالفروق بين القياس القبلى والقياس البعدى فى (مظاهر الانتباه) للمجموعة التجريبية و جود فروق بين القياسين عند مستوى ٠.٠٥ فى جميع الاختبارات لصالح القياس البعدى . حيث بلغت قيمة ت ما بين (٨.٥٢ الى ١٨.٩٣) وهذه القيم اكبر من قيمة ت الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ كما تراوحت نسبة التحسن لصالح القياس البعدى ما بين (٧٥.٧١% الى ٩٦.٩٧%) . كما يتضح من جدول (١٤) والشكل رقم (٢) الخاص بالفروق بين القياس القبلى والقياس البعدى فى (الأداء المهاري للهجوم البسيط) للمجموعة التجريبية و جود فروق بين القياسين عند مستوى ٠.٠٥ فى جميع الاختبارات لصالح القياس البعدى . حيث بلغت قيمة ت ما بين (٢٠.٧١ الى ٢٧.٠٠) وهذه القيم اكبر من قيمة ت الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ كما تراوحت نسبة التحسن لصالح القياس البعدى ما بين (٣٤.٦٢% الى ٥١.٤١%) .

ويعزى الباحث هذه الفروق بين القياس القبلى والقياس البعدى للمجموعة التجريبية في مظاهر الأنتباه ومستوي الأداء المهاري للهجوم البسيط الي تطبيق البرنامج التدريبي المقترح والذي اشتمل علي تدريبات خاصة برياضة المبارزة لحجم الأنتباه وتركيز الأنتباه وتوزيع الأنتباه وتم تقنين هذه التدريبات بطريقة علمية تتناسب مع العمر التدريبي لناشئ

المبارزة مما ادت الي تحسن في هذه المظاهر وبالتالي اثرت علي مستوي اداء الهجوم البسيط لناشئ المبارزة بسلاح الشيش . وهذا يتفق مع نتائج الدراسات التي تناولت برامج تدريبية لتطوير مظاهر الانتباه وتأثيرها علي القدرات البدنية والمهارية الخاصة لمعظم الرياضات سواء فردية او جماعية حيث ادي تطبيق البرنامج الي تحسن بين القياس القبلي والقياس البعدي لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية

(٧ : ١٤) (١٦ : ١٣١) (٨ : ٩١) (٢٢ : ٧١)

يتضح من جدول (١٥) والشكل رقم (٣) الخاص بالفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي في (مظاهر الانتباه) للمجموعة الضابطة و جود فروق معنوية بين القياسين عند مستوى ٠.٠٥ في (تركيز الانتباه ، حجم الانتباه) . حيث بلغت قيمة ت ما بين (٣.٦٧ الى ٣.٩٧) وهذه القيم اكبر من قيمة ت الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ ولم تظهر فروق بين القياسين في (توزيع الانتباه) كما تراوحت نسبة التحسن لصالح القياس البعدي ما بين (٨.٣٣% الى ١٨.٧٥%) كما يتضح من جدول (١٦) والشكل رقم (٤) الخاص بالفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي في (الاداء المهارى للهجوم البسيط) للمجموعة الضابطة و جود فروق بين القياسين عند مستوى ٠.٠٥ في جميع الاختبارات لصالح القياس البعدي . حيث بلغت قيمة ت ما بين (٥.٢٤ الى ٠.١٠) وهذه القيم اكبر من قيمة ت الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ كما تراوحت نسبة التحسن لصالح القياس البعدي ما بين (١٥.٠٣% الى ٢٠.١٤%) .

ويعزي الباحث هذه الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي لمظاهر الانتباه ومستوي الأداء المهارى للهجوم البسيط الي تطبيق البرنامج التقليدي المطبق بالنادي حيث ادي هذا البرنامج الي تحسن ملموس في مظاهر الانتباه عدا توزيع الانتباه وايضا كانت نسبة التحسن اقل اذا ما قورنت بنسبة تحسن المجموعة التجريبية وهذا انعكاس للبرنامج الذي يعتمد بشكل كبير علي الجانب المهارى فقط ولا يضع اهتمام الي الجانب العقلي للمبارز ويتضح ايضا تطبيق البرنامج التقليدي في نتائج مستوي الأداء حيث ادي الي تحسن في مهارات الهجوم البسيط وهذا كله يمكن ارجاعه الي البرنامج التقليدي والدروس التي يقدمها المدرب الي المبارزين في البرنامج التقليدي

وهذا يتفق مع نتائج الدراسات التي تؤكد ان التدريب المستمر والمنتظم داخل البرنامج المهارى والذي يؤدي الي اشتراك اكبر عدد من المجموعات العضلية في الأداء تساعد علي تنمية القدرات البدنية وايضا الخبرات للمبارز نتيجة تطبيق هذا البرنامج لذلك حدثت الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة الضابطة لصالح القياس البعدي

(١٠ : ١٤٩) (٢٣ : ١٠٩) (٤ : ١٠٤) (٢٢ : ٧٦)

يتضح من جدول (١٧) و الشكل البياني رقم (٥) و الخاص بالفروق بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياس البعدى في (مظاهر الانتباه) وجود فروق بين المجموعتين عند مستوى ٠.٠٥ في جميع الاختبارات لصالح المجموعة التجريبية . حيث بلغت قيمة ت ما بين (١١.٠٣ الى ١٨.٩٤) وهذه القيم اكبر من قيمة ت الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ . كما بلغت نسبة الفروق بين المجموعتين ما بين (٣٨.٢١% الى ٤٣.٠٧%) . كما يتضح من جدول (١٨) و الشكل البياني رقم (٦) و الخاص بالفروق بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياس البعدى في (الاداء المهارى للهجوم البسيط) وجود فروق بين المجموعتين عند مستوى ٠.٠٥ في جميع الاختبارات لصالح المجموعة التجريبية . حيث بلغت قيمة ت ما بين (٧.٢٠ الى ١٤.٣٨) وهذه القيم اكبر من قيمة ت الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ . كما بلغت نسبة الفروق بين المجموعتين ما بين (١٦.١٩% الى ٢٢.٣٣%)

ويتعزى الباحث هذه الفروق بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة لصالح المجموعة التجريبية الي تطبيق البرنامج التدريبي الذي اهتم بتطوير مظاهر الانتباه من تركيز الانتباه المتمثل في تثبيت انتباه المبارز علي مثير محدد وتضييق انتباهه الي هذا المثير وايضا توزيع الانتباه من خلال إستيعاب مثيرين أو أكثر في وقت واحد وبنفس الحدة وحجم الانتباه وهو عدد المعلومات أو المثيرات التي يمكن للمبارز الانتباه إليها من بين المعلومات أو المثيرات المدركة في لحظة معينة من الزمن .وهذا كله تم من خلال البرنامج التدريبي الذي اشتمل علي تمارينات بالكرات والأطواق الصغيرة من الثبات ومن الحركة

ايضا علي لوحة الطعن ومع الزميل حيث اعتمدت هذه التدريبات علي الأهتمام بالجانب العقلي وهو بدوره له تاثير علي الجوانب المهارية والبدنية للمبارز وهذا انعكس علي نتائج القياسات بين المجموعتين وايضا نسبة التحسن والتي تشير الي تحسن المجموعة التجريبية عن المجموعة الضابطة في مظاهر الانتباه وايضا مستوي الأداء المهاري لناشئ المباراة بسلاح الشيش .

حيث اظهرت نتائج الدراسات التي تناولت المهارات العقلية الي أن تدريب المهارات العقلية ساعد على تحسن الأداء المهاري لمهارات المباراة بينما نجد أن المجموعة الضابطة اقل تقدما في مستوى الأداء المهارين المجموعة التجريبية (١٩ : ١٩٠) (٢٠ : ٢٣) (١٨ : ٢٦) (٢٤ : ٦٨) (٢ : ٧٩) (٢٢ : ٨٣) من خلال عرض المناقشة تم التحقق من الفرض الأول والفرض الثاني

في ضوء المناقشة السابقة وما تحقق من فروض البحث تم التوصل الي الاستنتاجات التالية :-

١- ادي البرنامج التدريبي المقترح الي تطوير مظاهر الانتباه لناشئ المباراة بسلاح الشيش

٢- ادي تطوير مظاهر الأنتباه الي تحسن في مستوى الأداء المهاري لمهارات الهجوم البسيط لناشئ المبارزة بسلاح الشيش .

يوصي الباحث بالتوصيات التالية :

- ١- تطبيق البرنامج المقترح لتطوير مظاهر الأنتباه لما له تاثير علي مستوى الأداء المهاري للهجوم البسيط .
- ٢- استخدام اختبار مظاهر الأنتباه للتعرف علي مستوى المبارز في الجوانب العقلية ثم الأهتمام في تحسين هذه الجوانب العقلية .
- ٣- اجراء المزيد من الدراسات الخاصة بالنواحي النفسية والعقلية علي المراحل السنية المختلفة وايضا علي المبارزات
- ٤- اجراء المزيد من الدراسات المشابهه علي الأسلحة الأخرى (سلاح السيف وسلاح سيف المبارزة)

أولاً: المراجع العربية:

- ١ ابراهيم نبيل عبد العزيز ٢٠٠١ الأسس الفنية للمبارزة ، ط٢، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة
- ٢ احمد فتحي عبد الهادي ٢٠٠٥ تأثير برنامج تدريبي مقترح علي تطوير دقة وسرعة الأداء المهاري لناشئ سلاح سيف المبارزة ،، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة طنطا
- ٣ احمد خاطر ، علي فهمي البيك ١٩٩٦ القياس في المجال الرياضي ، دار المعارف ، القاهرة
- ٤ اسامة عبد الرحمن علي ١٩٩٩ تأثير اختلاف الوسط التدريبي علي فعالية الأداء لحركات الرجلين للمبارزين الناشئين تحت ١٧ سنه ، رسالة دكتوراه ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الإسكندرية .
- ٥ اسامة عبد الرحمن علي ٢٠٠٢ تحليل الأداء الخططي الهجومي لبطولة كأس العالم بالقاهرة لسلاح الشيش رجال (٢٠٠١) .مجلة كلية التربية الرياضية للبنات . جامعة الإسكندرية . العدد ٢٣ . علم نفس الرياضة ، المفاهيم والتطبيقات ، الطبعة الثالثة، دار الفكر العربي ، القاهرة
- ٦ اسامة كامل راتب ٢٠٠٠ برنامج تطبيقي مقترح لتنمية تركيز الانتباه وتأثيره على سرعة ودقة أداء ناشئ تنس الطاولة لبعض المبادئ الأساسية الهجومية والدفاعية ، رسالة ماجستير ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الإسكندرية .
- ٧ امام جابر امام ٢٠٠٠ برنامج تدريبات موقفية لتنمية بعض مظاهر الانتباه وأثره على مستوى الأداء المهارى للمهاجمين الناشئين فى كرة القدم ، رسالة دكتوراه ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الإسكندرية .
- ٨ أمين محمد عبد العزيز ٢٠١١ دراسة استراتيجية التوقيت الهجومي وتأثيرها علي مستوى الأنجاز لدي لاعبي المبارزة . رسالة دكتوراه غير منشورة . كلية التربية الرياضية . جامعة طنطا .
- ٩- السيد سامي صلاح ٢٠٠٠ تأثير تنمية التحمل الخاص علي دقة طعنه المبارزين المبتدئين ،

- رسالة دكتوراه غير منشورة ،كلية التربية الرياضية للبنين بآبي قير ،
جامعة الإسكندرية .
- القيم التنبؤيه لآمن أداء حركات آجديد الهجوم بآستخدام بعض مآهر
الآنتباه لمبارزى سلاح الشيش والسيف وسيف المبارزة ، نظريات
وتطبيقات ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الإسكندرية .
- دلاله مساهمة بعض الصفات البدنية في مستوى الأداء المهاري للمبارزات
الناشآت ، بحث منشور ، مجلة نظريات وتطبيقات العدد ٢٤ ، كلية التربية
الرياضية للبنين ، جامعة الإسكندرية .
- ١١ حسين احمـد حجاج ١٩٩٤
- ١٢ حسين احمـد حجاج ١٩٩٥
- ١٣- حسين احمـد حجاج و رمزي عبد القادر الطنبولـ المبارزة بسلاح الشيش "تعلم مهارات - شرح بعض مواد القانون "
الفتح للطباعة والنشر ،الإسكندرية . ٢٠٠٤
- ١٤- حسين احمـد حجاج و رمزي عبد القادر الطنبولـ المبارزة علم وفن " تعليم المهارات الأساسية - شرح مواد القانون " ،
الفتح للطباعة والنشر ، الإسكندرية . ٢٠٠٥
- ١٥ خالد جمال محمود ١٩٩٩
- بناء بطارية اختبار لقياس القدرة الحركية للاعبى المبارزة فوق ١٧ سنة
، رسالة دكتوراة غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة
حلوان
- ١٦ خالد فريد عزت ٢٠٠٧
- تأثير برنامج تـمريـنات نوعية لتـنمية القـدرات التـوافقية على بعض
مآهر الآنتباه ومستوى الأداء الفنى لناشئـ رياضة الجودو ، رسالة
دكتوراه ، كلية التربية الرياضية للبنين ، غير منشورة ، جامعة
المنصورة .
- ١٧ سليمان علي حسن ١٩٨١
- علم النفس التربوي دار الكتاب للطباعة والنشر
- ١٨ غادة عمر محمد محمود ٢٠١٤
- تأثير التصور العقلي على تحسين مستوى أداء مهارات الهجوم
المركب فى المبارزة كلية التربية الرياضية للبنات الإسكندرية
- ١٩ فـتـتات مـحمد جـبريل ،
دقة تسديد الطعنة وارتباطها بدرجات مآهر الآنتباه للمبارزين ، بحث
منشور ، مجلة كلية التربية الرياضية ، جامعة المنصورة ، العدد
السابع ، الجزء الأول . ١٩٨٥

- ٢٠ أثر تنمية التصور العقلي علي حالة قلق المنافسة وعلاقتها بمستوي الأداء للمبارزين، رسالة دكتوراه، غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق
- ٢١ ٢٠٠٩ محمد محمود سليمان رسالة ماجستير ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين بأبي قير ، جامعة الإسكندرية .
- ٢٢ ٢٠١٣ محمد محمود سليمان حركات تجديد الهجوم للمبارزين الناشئين ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين بابي قير ، جامعه الإسكندرية .
- ٢٣ ١٩٩٦ نبيل محمد فوزي وبعض القياسات الوظيفية والجسمية للاعبين سلاح الشيش ، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية بنين ، جامعة حلوان .
- ٢٤ ٢٠٠١ وائل جلال الأسيوطي تطوير سرعة ودقة الأداء فى رياضة المبارزة ، رسالة دكتوراه ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الزقازيق .
- تأثير استخدام التدريب المتقاطع علي تطوير فاعلية اداء حركات الرجلين والهجوم البسيط لمبتدئ المبارزة .رسالة دكتوراه. كلية التربية الرياضية للبنين . جامعة الإسكندرية .
- ٢٥ ياسر محمد حجر ٢٠٠٧

ثانياً: المراجع الأجنبية

- ٢٦ Aldo, N . 1994 On Fencing Publishers Printed in the United states of America
- ٢٧ Bower, M. 1990 Foil fencing ,6th .,ed.,wmc,c.,Brown publishers, printed in the united states of America,
- ٢٨ Enrique Lopez, Francisco Saucedo ,Enrique Navarro 2007. Analysis of the fencing lunge phase in EPEE,12th Annual Congress of the ECSS,11-14 July, Jyvaskyla , Finland
- ٢٩ Jean Loup 1997 Stage D Escrime,F.E.E protocol, Egypt, France.cairo
- ٣٠ Newsom,-g,Knight,-P,Balnave,-R2003 Use of mental imagery to limit strengt lossafter immobiliztion,gournal- of sport-rehabilitation
- ٣١ Nick, E.1996 Fencing Publishers The Art and Science Of Printed in the United states of America
- ٣٢ Simmonds A.T & Morton 1994 Fencing to Wen, printed in Great Britain pablised

ثالثا المراجع الروسية

- ٣٣ تيشلر د.ا.د.& موفشفيتش الأعداد البدني للمبارزين الناشئين ،موسكو
- ٣٤ رمزي عبد القادر الطنبولي ١٩٨٨ الديناميكية العمرية للصفات الحركية في البناء التدريبي لعدد سنوات لدي المبارزين والمبارزات الناشئين ،بحث دكتوراه في فلسفة التربية الرياضية ،معهد الثقافة البدنية والرياضية ،موسكو .

ترجمة من اللغة الروسية للعربية أ.د رمزي عبد القادر الطنبولي

الملخص

- يهدف البحث الي التعرف علي تاثير تطوير بعض مظاهر الأنتباه علي الأداء المهاري للهجوم البسيط لناشئ سلاح الشيش من خلال وضع برنامج تدريبي والتعرف علي تاثير هذا البرنامج علي مستوي اداء مهارات الهجوم البسيط لناشئ سلاح الشيش وتم تطبيق البحث علي ١٦ ناشئ بسلاح الشيش بنادي السلاح السكندري وتم التوصل الي النتائج التالية :-
- ١- ادي البرنامج التدريبي المقترح الي تطوير مظاهر الأنتباه لناشئ سلاح الشيش
 - ٢- ادي تطوير مظاهر الأنتباه الي تحسن في مستوي الأداء المهاري لمهارات الهجوم البسيط لناشئ سلاح

Abstract

The aim of the research is to identify the effect of developing some aspects of the attention on the skillful performance of the simple attack of the junior foil fencing Through the development of a training program and identify the impact of this program on the level of performance of simple attack skills of the origin foil fencing The research was carried out on 16 young men with a fencer at the Alexandria fencing Club The following results were achieved:

- 1 - The proposed training program to develop aspects of attention to the origin of the foil fencing
- 2 - The development of aspects of attention to the improvement in the level of skill performance of the skills of simple attack of the origin of the foil fencing