

تأثير برنامج تدريبات لتطوير بعض عناصر المنظومة الحسية على زمن أداء الهجوم البسيط لدى المبارزين الناشئين تحت ١٥ سنة

دكتور/ محمد عبدالفتاح مغازى البياع مدرس دكتور بكلية التربية الرياضية للبنين - جامعة الإسكندرية.	دكتور/ محمد محمود محمد سليمان أستاذ مساعد بكلية التربية الرياضية للبنين - جامعة الإسكندرية
--	---

المقدمة ومشكلة البحث:

شهدت الأنشطة الرياضية تطوراً سريعاً وفعالاً خلال السنوات الماضية ، وقد ظهر هذا التطور كنتيجة فعلية لكثير من التغيرات التي طرأت على غالبية الأنشطة ، من ضمنها رياضة المبارزة التي حظيت بنصيب وافر من هذه التطورات ، سواء في قانون اللعبة أو في رفع مستوى قدرات المبارزين البدنية والمهارية والخطوية والنفسية والعقلية والتي انعكست بالتالى على تحقيق انجازات رياضية كبيرة في جميع المستويات .

إن ما يميز رياضة المبارزة عن باقى الألعاب الرياضية الأخرى أنها تعتمد على القدرات العقلية بقدر ما تعتمد على القدرات البدنية ، لما كانت أغلب حركات المبارزة مترابطة ، وتتطلب مستوى عال من التركيز ، في الأداء مما يتوجب على المبارز أن يشعر ويفكر ويدرك ويوفق بين جهازيه العصبي والعضلي بصورة أشمل ، حيث تؤدي القدرات العقلية دوراً مميزاً في استيعاب المبارز واكتسابه المعلومات ، ومن ضمن هذه القدرات الإدراك الحس- حركي ، الذي يعد مسؤولاً عن الأفعال الحركية وتفسيرها وتنفيذها من خلال التعرف على المحيط والبيئة المراد عمل الحركة من خلالها.

وتظهر أهمية الإدراك الحس- حركي في الأنشطة الرياضية من خلال إحساس الرياضى بحركة أجزاء جسمه ومدى السيطرة على تغيير وضع الجسم وفقاً لما يتطلبه الواجب الحركي ، إذ تتطلب العضلات العاملة في كل حركة من حركاتها قوة معينة للأداء الحركي تبعاً للانقباضات العضلية وما تتضمنها من إحساس بالجهد العضلي وسرعة الحركة والتوازن . (٣ : ١٢٥)

تعتبر رياضة المبارزة واحدة من الألعاب الرياضية الفردية التي تتطلب من المبارز مجهوداً كبيراً نظراً لما يميزها بأنها من الألعاب التي يواجه خلالها المبارز مواقف مختلفة ومتنوعة تتطلب منه أن يتصرف بسرعة ودقة لتسجيل لمسة على المنافس خلال النزال للحصول على

لمسة صحيحة وفق خطط متنوعة وسريعة تعتمد في الأساس على ردود أفعال مختلفة ومركبة بين المتنافسين، لذا يجب أن يعرف المبارز متى يؤدي حركة خداع أو طعن ضد المنافس ومتى يدافع، وأن يعطى أهمية لكل حركة تصدر من المنافس والانتباه لها سواء بالذراع المسلحة أو بالرجل الأمامية أو أي حركة بالسلاح والربط بين تلك الحركات والتوقع لما سوف يحدث والتحليل ثم اتخاذ القرار والتصرف الحركي المناسب وحسب الموقف الذي يواجهه (٨ : ١٣٣)

وقد أجمع العديد من الخبراء والمتخصصين في مجال المبارزة مثل عباس الرملي (١٩٩٣)، إبراهيم نبيل و تامر نبيل (٢٠١٦) ، حسين حجاج ورمزي الطنبولي (٢٠١٧) على أن المبارزة هي إحدى الرياضات التي تعتمد على كل من المتغيرات البدنية، المهارية، والخطية، والنفسية، وهي عبارة عن مواجهة بين فردين يحاول كل منهما تسجيل لمسة على الآخر قبل أن تسجل عليه لمسة وذلك من خلال استخدام حركات الفر والكر (أماما وخلفا) عن طريق الدمج بين استخدام كل من الذراع المسلحة وتحركات الرجلين، وذلك في إطار تبادل مجموعة من جمل المبارزة بينه وبين منافسه والتي تتكون من مجموعة من المهارات الهجومية، والدفاعية، الرد، والهجوم البسيط، والهجوم المركب، والهجوم المضاد، متنوعات ومكملات الهجوم. (١٣ : ١٦٠)، (٢ : ٤٥)، (٨ : ١٤١)

ويذكر حسين حجاج (١٩٩٥) أن رياضة المبارزة من الأنشطة الرياضية التي تتطلب الإحساس بدقة الأداء المهاري حيث أن الأداء بصورة دقيقة وسريعة تكسب المبارز صفة السبق في الهجوم وبالتالي تمكنه من سرعة الاستجابة لأداء المنافس هذا مما يتطلب السرعة والتسلسل السريع والدقة والتركيز وهذه المتطلبات تعتمد على العمليات العقلية العليا كالانتباه والأدراكات الحس حركية. (٥ : ٤١)

ويؤكد ياسر حجر (٢٠٠٢) أن إتقان المبارز لأداء المهارة والوصول إلي الآلية في الأداء دون التفكير في طريقة الأداء لا يمكن الوصول إليه عند افتقار المبارز للأدراكات الحس حركية من الإحساس بمسافة التبارز بين المبارزين والإحساس البصري والإحساس بالزمن والإحساس الزاوي كل هذه الأدراكات لا بد من امتلاكها لتحقيق المستوي المطلوب. (٢٤ : ١٦)

من خلال العرض السابق ارتأى الباحثان أن تمرينات المنظومة الحسية يمكن أن يكون لها تأثير في تحسين مستوى أداء الهجوم البسيط، حيث أن تمرينات المنظومة الحسية أثبتت تأثيرها في العديد من الرياضات المختلفة، كما أنها يمكن أن تؤثر إيجابياً علي المبارزين أثناء التدريب

المنتظم ، ومن هنا يرى الباحثان ضرورة إستخدام هذا النوع من التمرينات الذى يؤدي الي الإرتفاع من كفاءة المبارز فى مهارات الهجوم بصفة عامة والهجوم البسيط بصفه خاصة ، وكذلك وجد الباحثان عن طريق المسح المرجعى للدراسات والأبحاث العلمية فى مجال رياضة المبارزة على أهمية التعرف علي تأثير برنامج تمرينات لتنمية بعض عناصر المنظومة الحسية لتحسين مستوى أداء الهجوم البسيط لدى المبارزين الناشئين تحت ١٥ سنة ، هذا مما دعا الباحثان إلي إجراء هذه البحث .

عناصر المنظومة الحسية :

هى محصلة ما يقوم به المبارز من المستقبلات الحسية السمعية و البصرية و الإحساس بالزمن لإعطاء تصور متكامل و كافي لوضع الجسم و إتجاهاته . (تعريف إجرائى)

- هدف البحث :

يهدف البحث إلى :

التعرف على تأثير برنامج تمرينات لتنمية بعض عناصر المنظومة الحسية لتحسين زمن أداء الهجوم البسيط لدى المبارزين الناشئين تحت ١٥ سنة

- فروض البحث :

• هناك تأثير للبرنامج التدريبي المقترح بإستخدام عناصر المنظومة الحسية لدى المبارزين الناشئين تحت ١٥ سنة .

• هناك تأثير لتنمية عناصر المنظومة الحسية لتحسين زمن أداء الهجوم البسيط لدى المبارزين الناشئين تحت ١٥ سنة .

• إجراءات البحث :

منهج البحث :

استخدم الباحثان المنهج التجريبي بإستخدام مجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة لملائمته لهذا البحث.

مجالات البحث :

المجال البشرى (العينة) :

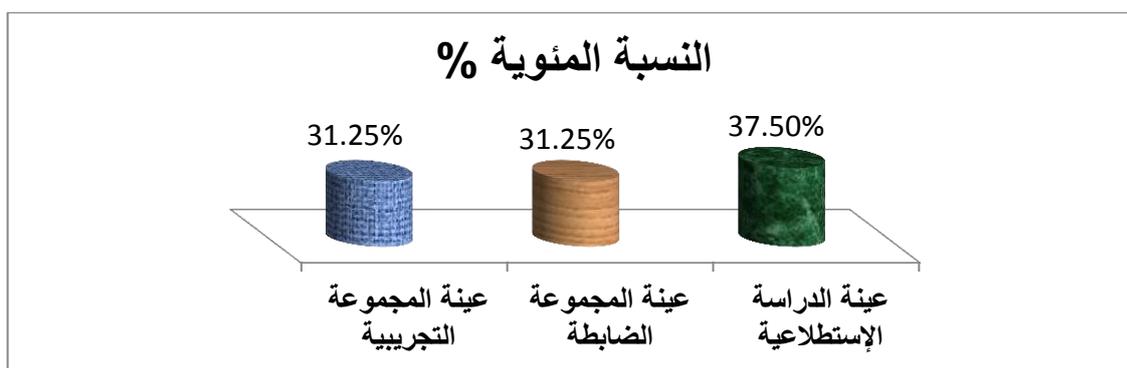
تم إجراء هذا البحث على عينة من المبارزين تحت ١٥ سنة من الأسلحة (الشيش – سيف المبارزة) من نادى سبورتنج الرياضى حيث اشتملت عينة البحث على عدد (١٦) مبارزاً تم توزيعهم كما يلى :

- ١- عدد (٦) مبارزاً لإجراء الدراسات الإستطلاعية.
- ٢- عدد (١٠) مبارزاً لإجراء الدراسة الأساسية ، وتم تقسيمهم عشوائياً إلى مجموعتين أحدهما تجريبية وعددها (٥) مبارزين والآخرى ضابطة وعددها (٥) مبارزين علي ان يراعي في افراد العينة الشروط التالية :
 - ١- مسجل فى الإتحاد المصرى للسلاح .
 - ٢- شارك فى البطولات التى تنظمها منطقة الإسكندرية للسلاح وشارك فى بطولات الجامعة عام ٢٠٢٠ - ٢٠٢١ .
 - ٣- الألتزام والانتظام بمواعيد التدريب .

التوزيع النسبى للعينة والتوصيف الإحصائى للمتغيرات الأساسية واختبارات المنظومة الحسية والاختبارات البدنية قيد البحث

جدول (١) التوزيع النسبى لعينة البحث من إجمالى العينة الكلية للبحث .

النسبة المئوية %	العدد	الدلالات الإحصائية العينة
٣١.٢٥%	٥	عينة المجموعة التجريبية
٣١.٢٥%	٥	عينة المجموعة الضابطة
٣٧.٥٠%	٦	عينة الدراسة الإستطلاعية
١٠٠%	١٦	المجموع



شكل بياني (١) يوضح التوزيع النسبي لعينة البحث الأساسية من إجمالي العينة الكلية للبحث .

جدول (٢) الدلالات الإحصائية للمتغيرات الأساسية لعينة البحث قبل التجربة . ن = ١٠

المتغيرات	الدلالات الإحصائية	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء	معامل التفلطح
السن		سنة	١٢.٩٠	١٣.٠٠	١.٢٠	٠.٧٤-	٠.٨٨-
الطول		سم	١٧٣.٠٠	١٧٣.٠٠	٤.٧٦	٠.٣٢	٠.٩٢-
الوزن		كجم	٧٠.٥٠	٧٠.٥٠	٣.٧٥	٠.٠٥-	٠.٢٠-
العمر التدريبي		سنة	٤.٦٠	٥.٠٠	٠.٥٢	٠.٤٨-	٢.٢٨-

يتضح من جدول (٢) أن البيانات الخاصة بعينة البحث الكلية معتدلة وغير مشتتة وتنسم بالتوزيع الطبيعي للعينة ، حيث تراوحت قيم معامل الإلتواء فيها ما بين (-٠.٧٤ إلى ٠.٣٢) ، وهذه القيمة تقترب من الصفر وتقع في المنحنى الإعتدالي ما بين (± ٣) مما يؤكد على إعتدالية العينة في المتغيرات الأساسية قبل إجراء التجربة .

المجال الزمني :

تم تطبيق البحث خلال الفترة الزمنية من ٢٠٢١/١٠/١٦ م إلى ٢٠٢٢/٢/١٠ م وكانت موزعه كالتالى :

- الدراسة الإسطلاعية الأولى خلال الفترة من ٢٠٢١/١٠/١٦ م إلى ٢٠٢١/١٠/٢٨ م لتحديد إختبارات المنظومة الحسية فى رياضة المبارزة .

- الدراسة الإستطلاعية الثانية خلال الفترة من ٢٠٢١/١٠/٣٠ م إلى ٢٠٢١/١١/٤ م لحساب المعاملات العلمية للاختبارات البدنية .
- إجراء القياسات القبليّة خلال الفترة من ٢٠٢١/١١/٦ م حتى ٢٠٢١/١١/١١ م .
- الدراسة الأساسية خلال الفترة من ٢٠٢١/١١/١٣ م حتى ٢٠٢٢/٢/٣ م .
- إجراء القياسات البعدية خلال الفترة من ٢٠٢٢/٢/٥ م حتى ٢٠٢٢/٢/١٠ م .

المجال المكاني :

تم تطبيق جميع القياسات والاختبارات والبرنامج التدريبي المقترح فى صالة السلاح بنادى سبورتنج الرياضى .

الأدوات المستخدمة فى البحث .

- شريط قياس .
- رستاميتير لقياس الطول الكلى لأقرب سم .
- ميزان طبى لقياس الوزن لأقرب كجم .
- أدوات خاصة برياضة المبارزة (أسلحة وأقنعة) .
- عصابة للعين التأكد من حجب الرؤية أثناء الأداء .

الاختبارات المستخدمة فى البحث :

أولاً : الاختبارات البدنية الخاصة :

مرفق رقم (١)

- ١- اختبار سرعة التقدم للأمام ١٤ م رمزى الطنبولى (١٩٨٨) (٣٣)
- ٢- اختبار سرعة التمهق للـخلف ١٤ م رمزى الطنبولى (١٩٨٨) (٣٣)
- ٣- اختبار التوافق الخاص . ياسر حجر (٢٠٠٧) (٢٥)
- ٤- اختبار الرشاقة الخاصة . خالد جمال (١٩٩٩) (١١)
- ٥- اختبار القوة المميزة بالسرعة للرجلين . ياسر حجر (٢٠٠٧) (٢٥)
- ٦- اختبار التحمل الخاص لحركات الرجلين . رمزى الطنبولى (١٩٨٨) (٣٣)

مرفق رقم (٢)

ثانياً اختبارات المنظومة الحسية الخاصة :

- ١- الادراك الحس - حركى للاتجاه للأمام .
- ٢- الادراك الحس - حركى للاتجاه للخلف .

٣- الادراك الحس - حركى بالزمن .

٤- الادراك الحس - حركى بالمسافة للأمام .

٥- الادراك الحس - حركى بالمسافة للخلف .

٦- الادراك الحس - حركى بالمكان .

جدول (٣) الدلالات الإحصائية لإختبارات المنظومة الحسية لعينة البحث قبل التجربة ن=١٠

الدلالات الإحصائية الإختبارات	وحدة القياس	المتوسط الحسابى	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء	معامل التفلطح
الادراك الحس - حركى للاتجاه للأمام	سم	١٥.٣٠	١٦.٠٠	٣.٣٣	١.١٤-	٠.٣٧
الادراك الحس - حركى للاتجاه للخلف	سم	١٥.٠٠	١٤.٥٠	٢.٤٥	١.٠٢	٠.٦٤
الادراك الحس - حركى بالزمن	ثانية	١٠.٦٠	٩.٥٠	٢.٣٧	٠.٩٨	٠.٢٧-
الادراك الحس - حركى بالمسافة للأمام	سم	٠.٨١	١.٠٨	٠.٧٣	٠.٠٧	١.٤٠-
الادراك الحس - حركى بالمسافة للخلف	سم	١.٠٦	١.٠٠	٠.٥٣	١.١٨	٠.٤٩
الادراك الحس - حركى بالمكان	سم	١.٥٠	٢.٠٠	٠.٧١	١.١٨-	٠.٥٧

يتضح من جدول (٣) أن البيانات الخاصة بعينة البحث الكلية معتدلة وغير مشتتة وتتسم بالتوزيع الطبيعي للعينة ، حيث تراوحت قيم معامل الالتواء فيها ما بين (-١.١٨ إلى ١.١٨) ، وهذه القيمة تقترب من الصفر وتقع فى المنحنى الإعتدالى ما بين (± ٣) مما يؤكد على إعتدالية العينة فى إختبارات المنظومة الحسية قبل إجراء التجربة .

جدول (٤) الدلالات الإحصائية للاختبارات البدنية لعينة البحث قبل التجربة . ن = ١٠

معامل التقلطح	معامل الالتواء	الانحراف المعياري	الوسيط	المتوسط الحسابي	وحدة القياس	الدلالات الإحصائية للاختبارات
٢.٩٧	٠.٢٣	٠.٩١	٧.٠٥	٦.٩٠	ثانية	التقدم ١٤ م
٠.١٤	٠.٩٥	٠.٨٩	٦.٩٦	٧.١٥	ثانية	التفهم ٤ م
٠.٠٤	٠.٨٦-	٠.٩١	٦.٢٦	٦.٠٠	ثانية	التوافق الخاص
١.٥١-	٠.٥١-	٠.٥٦	٦.٨٣	٦.٦٢	عدد	الرشاقة
٠.٣٥-	٠.٢٣-	٠.٩٥	٨.٠٠	٧.٧٠	عدد	القوة المميزة بالسرعة
٥.٩٩	٢.٢٦-	٦.٢٥	١٨.٥٠	١٧.٣٠	عدد	التحمل الخاص

يتضح من جدول (٤) أن البيانات الخاصة بعينة البحث الكلية معتدلة وغير مشتتة وتتسم بالتوزيع الطبيعي للعينة ، حيث تراوحت قيم معامل الالتواء فيها ما بين (-٢.٢٦ إلى ٠.٩٥) ، وهذه القيمة تقترب من الصفر وتقع في المنحنى الإعتدالي ما بين (± ٣) مما يؤكد على إعتدالية العينة في الاختبارات البدنية قبل إجراء التجربة .

جدول (٥) الدلالات الإحصائية لزمن أداء مهارات الهجوم البسيط لعينة البحث قبل التجربة . ن = ١٠

معامل التقلطح	معامل الالتواء	الانحراف المعياري	الوسيط	المتوسط الحسابي	وحدة القياس	الدلالات الإحصائية للمهارات
٠.١٥-	٠.١١	٠.١٩	١.١٣	١.١١	زمن	زمن أداء الطعنة المستقيمة
٠.٦١-	٠.٧٧	٠.٢١	١.٤٤	١.٤٩		زمن أداء الهجمة المغايرة
٠.٦٢-	٠.٢٣-	٠.٢٣	١.٠٩	١.١٠		زمن أداء الهجمة القاطعة

يتضح من جدول (٥) أن البيانات الخاصة بعينة البحث الكلية معتدلة وغير مشتتة وتتسم بالتوزيع الطبيعي للعينة ، حيث تراوحت قيم معامل الالتواء فيها ما بين (-٠.٢٣ إلى ٠.٧٧) ،

وهذه القيمة تقترب من الصفر وتقع في المنحنى الإعتدالى ما بين (± 3) مما يؤكد على إعتدالية العينة فى الإختبارات البدنية قبل إجراء التجربة .

- تكافؤ المجموعتين التجريبية والضابطة فى المتغيرات الأساسية والإختبارات البدنية وإختبارات المنظومة الحسية والإختبارات المهارية قيد البحث

جدول (٦) الدلالات الإحصائية للمتغيرات الأساسية للمجموعتين التجريبية والضابطة قبل إجراء التجربة لإيجاد التكافؤ ن = ١٠

مستوى الدلالة	قيمة (ت)	الفرق بين المتوسطين	المجموعة الضابطة ن = ٥		المجموعة التجريبية ن = ٥		وحدة القياس	الدلالات الإحصائية المتغيرات
			ع±	س	ع±	س		
٠.٨١	٠.٢٥	٠.٢٠	١.٣٠	١٢.٨٠	١.٢٢	١٣.٠٠	سنة	السن
١.٠٠	٠.٠٠	٠.٠٠	٤.٣٠	١٧٣.٠٠	٥.٧٠	١٧٣.٠٠	سم	الطول
٠.٤٨	٠.٧٤	١.٨٠	٤.٥٦	٧١.٤٠	٢.٩٧	٦٩.٦٠	كجم	الوزن
١.٠٠	٠.٠٠	٠.٠٠	٠.٥٥	٤.٦٠	٠.٥٥	٤.٦٠	سنة	العمر التدريبي

* قيمة (ت) الجدولية معنوية عند مستوى ٠.٠٥ = (٢.٣١)

يتضح من جدول (٦) عدم وجود فروق معنوية عند مستوى (٠.٠٥) بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة فى المتغيرات الأساسية ، حيث تراوحت قيمة (ت) المحسوبة فيها ما بين (٠.٠٠ إلى ٠.٧٤) وهذه القيمة أقل من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) = (٢.٣١) ومستوى دلالة أكبر من (٠.٠٥) مما يدل على تكافؤ المجموعة التجريبية والضابطة فى المتغيرات الأساسية قبل التجربة .

جدول (٧) الدلالات الإحصائية للإختبارات البدنية للمجموعتين التجريبية والضابطة قبل إجراء التجربة لإيجاد التكافؤ
ن = ١٠

مستوى الدلالة	قيمة (ت)	الفرق بين المتوسطين	المجموعة الضابطة ن = ٥		المجموعة التجريبية ن = ٥		وحدة القياس	الدلالات الإحصائية الإختباريات
			ع±	س	ع±	س		
٠.٥٠	٠.٧٠	٠.٤١	٠.٠٦	٧.١٠	١.٣٢	٦.٦٩	ثانية	التقدم ١٤ م
٠.٠١	*٣.٥٢	١.٣٢	٠.٢٩	٦.٤٩	٠.٧٨	٧.٨١	ثانية	التقهقر ١٤ م
٠.٠٠	*٤.٢٦	١.٤٥	٠.٢٤	٦.٧٢	٠.٧٢	٥.٢٨	ثانية	التوافق الخاص
٠.٠١	*٣.٢٠	٠.٨٠	٠.٥٢	٦.٢٢	٠.٢١	٧.٠٢	عدد	الرشاقة
٠.٧٦	٠.٣٢	٠.٢٠	٠.٨٤	٧.٨٠	١.١٤	٧.٦٠	عدد	القوة المميزة بالسرعة
٠.١٠	١.٨٩	٦.٦٠	٢.٠٧	٢٠.٦٠	٧.٥٢	١٤.٠٠	عدد	التحمل الخاص

* قيمة (ت) الجدولية معنوية عند مستوى ٠.٠٥ = (٢.٣١)

يتضح من جدول (٧) عدم وجود فروق معنوية عند مستوى (٠.٠٥) بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في الإختبارات البدنية ، حيث تراوحت قيمة (ت) المحسوبة في إختبارات (التقدم ١٤ م – القوة المميزة بالسرعة – التحمل الخاص) ما بين (٠.٣٢ إلى ١.٨٩) وهذه القيمة أقل من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) = (٢.٣١) ومستوى دلالة أكبر من (٠.٠٥) مما يدل على تكافؤ المجموعة التجريبية والضابطة في هذه الإختبارات البدنية قبل التجربة ، بينما توجد فروق معنوية في إختبارات (التقهقر ١٤ م – التوافق الخاص – الرشاقة) حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) = (٣.٣١) لذلك سوف يستخدم الباحثان المقارنة بين متوسطات الفروق لهذه الإختبارات في القياس البعدى بين المجموعتين .

جدول (٨) الدلالات الإحصائية لإختبارات المنظومة الحسية للمجموعتين التجريبية والضابطة قبل إجراء التجربة لإيجاد التكافؤ
ن = ١٠

مستوى الدلالة	قيمة (ت)	الفرق بين المتوسطين	المجموعة الضابطة ن = ٥		المجموعة التجريبية ن = ٥		وحدة القياس	الدلالات الإحصائية الإختبارات
			ع±	س	ع±	س		
٠.١١	١.٨٠	٣.٤٠	١.٥٨	١٧.٠٠	٣.٩١	١٣.٦٠	سم	الادراك الحس - حركى للاتجاه للأمام
٠.٢١	١.٣٥	٢.٠٠	١.٥٨	١٤.٠٠	٢.٩٢	١٦.٠٠	سم	الادراك الحس - حركى للاتجاه للخلف
٠.٦٢	٠.٥١	٠.٨٠	١.٣٠	١٠.٢٠	٣.٢٤	١١.٠٠	ثانية	الادراك الحس - حركى بالزمن
٠.١٤	١.٦٢	٠.٦٩	٠.٦٤	٠.٤٧	٠.٧٠	١.١٦	سم	الادراك الحس - حركى بالمسافة للأمام
١.٠٠	٠.٠٠	٠.٠٠	٠.٥٦	١.٠٦	٠.٥٦	١.٠٦	سم	الادراك الحس - حركى بالمسافة للخلف
٠.٦٨	٠.٤٣	٠.٢٠	٠.٥٥	١.٦٠	٠.٨٩	١.٤٠	سم	الادراك الحس - حركى بالمكان

* قيمة (ت) الجدولية معنوية عند مستوى ٠.٠٥ = (٢.٣١)

يتضح من جدول (٨) عدم وجود فروق معنوية عند مستوى (٠.٠٥) بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في إختبارات المنظومة الحسية ، حيث تراوحت قيمة (ت) المحسوبة فيها ما بين (٠.٠٠ إلى ١.٨٠) وهذه القيمة أقل من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) = (٢.٣١) ومستوى دلالة أكبر من (٠.٠٥) مما يدل على تكافؤ المجموعة التجريبية والضابطة في إختبارات المنظومة الحسية قبل التجربة .

جدول (٩) الدلالات الإحصائية لزمن أداء مهارات الهجوم البسيط للمجموعتين التجريبية والضابطة قبل إجراء التجربة لإيجاد التكافؤ
ن = ١٠

مستوى الدلالة	قيمة (ت)	الفرق بين المتوسطين	المجموعة الضابطة ن = ٥		المجموعة التجريبية ن = ٥		وحدة القياس	الدلالات الإحصائية المهارات
			ع±	س	ع±	س		
٠.٧٧	٠.٣٠	٠.٠٤	٠.٢١	١.١٢	٠.١٩	١.٠٩	زمن	زمن أداء الطعنة المستقيمة
٠.٧٩	٠.٢٨	٠.٠٤	٠.٢٢	١.٥٠	٠.٢٢	١.٤٧		زمن أداء الهجمة المغايرة
٠.٤٥	٠.٨٠	٠.١٢	٠.٢٥	١.٠٤	٠.٢٢	١.١٥		زمن أداء الهجمة القاطعة

* قيمة (ت) الجدولية معنوية عند مستوى ٠.٠٥ = (٢.٣١)

يتضح من جدول (٩) عدم وجود فروق معنوية عند مستوى (٠.٠٥) بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في المتغيرات الأساسية ، حيث تراوحت قيمة (ت) المحسوبة فيها ما بين (٠.٣٠ إلى ٠.٨٠) وهذه القيمة أقل من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) = (٢.٣١) ومستوى دلالة أكبر من (٠.٠٥) مما يدل على تكافؤ المجموعة التجريبية والضابطة في زمن أداء مهارات الهجوم البسيط قبل التجربة .

- الدراسات الإستطلاعية :

- الدراسة الإستطلاعية الأولى :

إجريت الدراسة الإستطلاعية الأولى فى الفترة من ١٦/١٠/٢٠٢١ م إلى ٢٨/١٠/٢٠٢١ م .

- هدف الدراسة :

تحديد إختبارات المنظومة الحسية فى رياضة المبارزة .

- إجراءات الدراسة :

١- من خلال المسح العلمى للمراجع العربية والأجنبية والدراسات السابقة لتحديد إختبارات المنظومة الحسية الخاصة فى رياضة المبارزة .

٢- قام الباحثان بتصميم إستمارة إستطلاع رأى السادة الخبراء والتي إشملت على إختبارات المنظومة الحسية الخاصة قيد البحث ، مرفق رقم (٣)

٣- تم عرض الإستمارة على السادة الخبراء . مرفق رقم (٤)

شروط إختيار الخبير :

١- حاصل علي دكتوراه علي الأقل في التربية الرياضية تخصص رياضة المبارزة .

٢- مدرب خبرة لا تقل عن ١٠ سنوات .

٣- لاعب دولي منتخب مصر .

- نتائج الدراسة :

بعد عرض الإستمارة على السادة الخبراء وذلك عن طرق المقابلة الشخصية كان رأيهم بالموافقة لما تحتوية الإستمارة وكانت توجد بعض التعديلات قام الباحثان بإجرائها ، وكانت نسبة موافقة السادة الخبراء على ما تحتويه الإستمارة .

- الدراسة الاستطلاعية الثانية :

إجريت الدراسة الإستطلاعية الثانية فى الفترة من ٣٠/١٠/٢٠٢١ م إلى ٤/١١/٢٠٢١ م .

- هدف الدراسة :

تهدف هذه الدراسة إلى حساب المعاملات العلمية للاختبارات البدنية (الثبات – الصدق) .

- إجراءات الدراسة :

ولإيجاد صدق الاختبارات المقترحة قام الباحثان بإجراء الاختبارات على عدد (٦) مبارزين ، وتم إيجاد معامل صدق الاختبارات المقترحة بطريقة الإرباع الأعلى والإرباع الأدنى ، ولإيجاد معامل الثبات قام الباحثان قام الباحث بإجراء الاختبارات على (٣) مبارزين بتطبيق القياس الأول للاختبارات ثم إعادة تطبيق الاختبارات بعد فترة (٣) أيام حتى لايسمح بتدخل أى تأثير خارجى على مستوى الممارسين ، حيث أنه إذا طالت الفترة بين القياسيين أعطت نتائج غير صحيحة لتدخل عوامل أخرى .

- مواصفات عينة الدراسة :

١- نفس شروط عينة الدراسة الأساسية .

٢- خارج حدود العينة الأساسية .

٣- المبارزين المميزين هم المبارزين الذين وصلوا إلى الأدوار النهائية فى البطولة .

٤- المبارزين غير المميزين هم المبارزين الذين إشتراكوا فى البطولة وخرجوا من الأدوار التمهيدية .

- نتائج الدراسة :

تم حساب المعاملات العلمية للاختبارات المقترحة (الثبات – الصدق) .

المعاملات العلمية (الثبات الصدق) لإختبارات المنظومة الحسية وإختبارات البدنية قيد البحث

جدول (١٠) الفروق بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني في إختبارات المنظومة الحسية قيد البحث (بطريقة إعادة تطبيق الإختبارات)
ن = ٦

مستوى الدلالة	قيمة (ت)	الفرق بين المتوسطين		التطبيق الثاني		التطبيق الأول		وحدة القياس	الدلالات الإحصائية الإختبارات
		ع±	س	ع±	س	ع±	س		
٠.٤٢	١.٠٠	٠.٥٨	٠.٣٣	٢.٠٠	١٦.٠٠	٢.٠٨	١٥.٦٧	سم	الادراك الحس - حركى للاتجاه للأمام
٠.٤٢	١.٠٠	٠.٥٨	٠.٣٣	١.٥٣	١٣.٦٧	١.٠٠	١٤.٠٠	سم	الادراك الحس - حركى للاتجاه للخلف
٠.٤٢	١.٠٠	٠.٥٨	٠.٣٣	٢.٥٢	١٠.٣٣	٢.٦٥	١٠.٠٠	ثانية	الادراك الحس - حركى بالزمن
١.٠٠	٠.٠٠	٠.٠٠	٠.٠٠	٠.٨١	٠.٤٧	٠.٨١	٠.٤٧	سم	الادراك الحس - حركى بالمسافة للأمام
٠.٣٤	١.٢٣	٠.٥٤	٠.٣٨	٠.٦٥	٠.٤٥	٠.٦٢	٠.٨٣	سم	الادراك الحس - حركى بالمسافة للخلف
٠.٤٢	١.٠٠	٠.٥٨	٠.٣٣	٠.٥٨	٤.٣٣	٠.٥٨	٤.٦٧	سم	الادراك الحس - حركى بالمكان

* قيمة (ت) الجدولية معنوية عند مستوى (٠.٠٥) = (٢.٧٨)

يتضح من جدول (١٠) الخاص بالفروق بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني في إختبارات المنظومة الحسية لإيجاد معامل الثبات أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التطبيق الأول والثاني ، حيث تراوحت قيم (ت) المحسوبة فيها ما بين (٠.٠٠ إلى ١.٢٣) وهذه القيمة أقل من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) = (٢.٩٢) ، وبمستوى دلالة أكبر من (٠.٠٥) مما يؤكد أن إختبارات المنظومة الحسية تتميز بالثبات وأنها تعطى نفس النتائج إذا أعيد تطبيقه مرة أخرى على نفس العينة وفي نفس الظروف .

جدول (١١) الفروق بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني في الإختبارات البدنية قيد البحث)
بطريقة إعادة تطبيق الإختبارات)
ن = ٣

مستوى الدلالة	قيمة (ت)	الفرق بين المتوسطين		التطبيق الثاني		التطبيق الأول		وحدة القياس	الدلالات الإحصائية الإختبارات
		ع±	س	ع±	س	ع±	س		
٠.٤٢	١.٠٠	١.١٥	٠.٦٧	٠.٩٠	٦.٠٤	٠.٢٥	٦.٧١	ثانية	التقدم ١٤ م
٠.٤٢	١.٠٠	٠.٢٩	٠.١٧	٠.٥٢	٦.٥٠	٠.٣١	٦.٦٧	ثانية	التقهقر ١٤ م
١.٠٠	٠.٠٠	٠.٠٠	٠.٠٠	١.٠٧	٦.٢٠	١.٠٧	٦.٢٠	ثانية	التوافق الخاص
١.٠٠	٠.٠٠	٠.٠٠	٠.٠٠	٠.٣٢	٥.٩٢	٠.٣٢	٥.٩٢	عدد	الرشاقة
٠.٤٢	١.٠٠	٠.٥٨	٠.٣٣	٠.٥٨	٨.٣٣	١.١٥	٨.٦٧	عدد	القوة المميزة بالسرعة
٠.٤٢	١.٠٠	١.١٥	٠.٦٧	١.٠٠	١٩.٠٠	١.٥٣	١٩.٦٧	عدد	التحمل الخاص

* قيمة (ت) الجدولية معنوية عند مستوى (٠.٠٥) = (٢.٩٢)

يتضح من جدول (١١) الخاص بالفروق بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني فى الإختبارات البدنية لإيجاد معامل الثبات أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التطبيق الأول والثانى ، حيث تراوحت قيم (ت) المحسوبة فيها ما بين (٠.٠٠ إلى ١.٠٠) وهذه القيمة أقل من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) = (٢.٩٢) ، وبمستوى دلالة أكبر من (٠.٠٥) ، وتراوحت قيمة معامل الثبات ما بين (٠.٥٥٩ إلى ٠.٩٩٦) مما يؤكد أن الإختبارات البدنية تتميز بالثبات وأنها تعطى نفس النتائج إذا أعيد تطبيقه مرة أخرى على نفس العينة وفي نفس الظروف .

جدول (١٢) المقارنة بين الإرباع الأعلى والإرباع الأدنى فى إختبارات المنظومة الحسية قيد البحث
ن = ٦

معامل الصدق	مستوى الدلالة	قيمة (ت)	الفرق بين المتوسطين	الإرباع الأدنى ن=٣		الإرباع الأعلى ن=٣		وحدة القياس	الدلالات الإحصائية الإختبارات
				ع±	س	ع±	س		
٠.٩٣	٠.٠١	*٥.١٠	٨.٦٧	٢.٠٨	٢٤.٣٣	٢.٠٨	١٥.٦٧	سم	الادراك الحس - حركى للاتجاه للأمام
٠.٩١	٠.٠١	*٤.٤٦	٨.٦٧	٣.٢١	٢٢.٦٧	١.٠٠	١٤.٠٠	سم	الادراك الحس - حركى للاتجاه للخلف
٠.٨٩	٠.٠٢	*٣.٨٨	٩.٣٣	٣.٢١	١٩.٣٣	٢.٦٥	١٠.٠٠	ثانية	الادراك الحس - حركى بالزمن
٠.٨٥	٠.٠٣	*٣.٢٧	١.٨٠	٠.٥٨	٢.٣٣	٠.٧٦	٠.٥٣	سم	الادراك الحس - حركى بالمسافة للأمام
٠.٩٥	٠.٠٠	*٥.٨١	٢.٨٣	٠.٥٨	٣.٦٧	٠.٦٢	٠.٨٣	سم	الادراك الحس - حركى بالمسافة للخلف
٠.٩٧	٠.٠٠	*٨.٤٩	٤.٠٠	٠.٥٨	٠.٦٧	٠.٥٨	٤.٦٧	سم	الادراك الحس - حركى بالمكان

* قيمة (ت) الجدولية معنوية عند مستوى (٠.٠٥) = (٢.٧٨)

يتضح من جدول (١٢) الخاص بالفروق بين الإرباع الأعلى والإرباع الأدنى فى إختبارات المنظومة الحسية لإيجاد معامل الصدق ، توجد فروق ذات دلالة إحصائية فى جميع الإختبارات حيث تراوحت قيمة (ت) المحسوبة فيها ما بين (٣.٢٧ إلى ٨.٤٩) وهذه القيم أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) = (٢.٧٨) ، وتراوحت قيم معامل الصدق فيها ما بين (٠.٨٥ إلى ٠.٩٧) مما يؤكد صدق إختبارات المنظومة الحسية قيد البحث

جدول (١٣) المقارنة بين الإرباع الأعلى والإرباع الأدنى فى الإختبارات البدنية قيد البحث ن = ٦

معامل الصدق	مستوى الدلالة	قيمة (ت)	الفرق بين المتوسطين	الإرباع الأدنى ن=٣		الإرباع الأعلى ن=٣		وحدة القياس	الدلالات الإحصائية الإختبارات
				ع±	س	ع±	س		
٠.٨٣	٠.٠٤	*٢.٩٤	٢.٦٣	١.٥٣	٩.٣٣	٠.٢٥	٦.٧١	ثانية	التقدم ١٤م
٠.٩٠	٠.٠١	*٤.١٢	٦.٣٣	٢.٦٥	١٣.٠٠	٠.٣١	٦.٦٧	ثانية	التقهقر ١٤م
٠.٩٢	٠.٠١	*٤.٥٤	٦.١٤	٢.٠٨	١٢.٣٣	١.٠٧	٦.٢٠	ثانية	التوافق الخاص
٠.٨٩	٠.٠٢	*٣.٩٢	٥.٧٤	٢.٥٢	١١.٦٧	٠.٣٢	٥.٩٢	عدد	الرشاقة
٠.٩٤	٠.٠١	*٥.٣٠	٥.٠٠	١.١٥	٣.٦٧	١.١٥	٨.٦٧	عدد	القوة المميزة بالسرعة
٠.٩٥	٠.٠٠	*٦.٣٢	٦.٦٧	١.٠٠	١٣.٠٠	١.٥٣	١٩.٦٧	عدد	التحمل الخاص

* قيمة (ت) الجدولية معنوية عند مستوى (٠.٠٥) = (٢.٧٨)

يتضح من جدول (١٣) الخاص بالفروق بين الإرباع الأعلى والإرباع الأدنى فى الإختبارات البدنية لإيجاد معامل الصدق ، توجد فروق ذات دلالة إحصائية فى جميع الإختبارات حيث تراوحت قيمة (ت) المحسوبة فيها ما بين (٢.٩٤ إلى ٦.٣٢) وهذه القيم أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) = (٢.٧٨) ، وتراوحت قيم معامل الصدق فيها ما بين (٠.٨٣ إلى ٠.٩٥) مما يؤكد صدق الإختبارات البدنية قيد البحث .

الدراسة الأساسية :

تم اعداد البرنامج الخاص بتمرينات عناصر المنظومة الحسية عن طريق الإطلاع على الأبحاث العلمية ومن خلال المراجع العلمية إلي أن توصل الباحثان الي وضع الصورة النهائية للبرنامج المقترح وتم التنفيذ بنادى سبورتنج الرياضى .

أسس تصميم البرنامج التدريبي المقترح :

- تحقيق الهدف المطلوب من البرنامج وهو تأثير تطوير بعض عناصر المنظومة الحسية على زمن أداء الهجوم البسيط لدى المبارزين الناشئين تحت ١٥ سنة .
- تنفيذ محتوى البرنامج المقترح وفقا للآتى : يوم عمل ويوم راحة وبصورة فردية .

- استخدام التدرج والاستمرارية فى التطبيق للأحمال التدريبية على ثلاث مراحل كل مرحلة اشتملت على أربع أسابيع بواقع (١٢) وحدة ، وقد تم التدرج كل (٣) وحدات تدريبية ، وروعى خفض الحمل التدريبيى فى الثلاث وحدات الأخيرة كما فى الثلاث وحدات الأولى .
- أن يكون مناسباً للمرحلة السنوية .
- استخدام معدل ضربات القلب (النبض) كمقياس دال على شدة المجهود وتقييم الحمل بالبرنامج التدريبيى ، وتأثيراتها كأساس لتطوير المستوى الرياضى ، وأيضاً فى تقنين فترات الراحة البينية .
- مراعاة عوامل الأمن والسلامة وذلك لتجنب الإصابات .

مرفق (٥)

البرنامج التدريبي المقترح :

٣ أشهر بواقع ١٢ أسبوع	مدة البرنامج
٣ وحدات تدريبية	عدد الوحدات الأسبوعية
١٢ وحدة تدريبية	عدد الوحدات الشهرية
٣٦ وحدة تدريبية	عدد الوحدات الكلية
٩٠ ق	زمن الوحدة التدريبية اليومية
٢٧٠ دقيقة	زمن الوحدات الأسبوعية
١٠٨٠ دقيقة	زمن الوحدات الشهرية
٣٢٤٠ دقيقة تدريبياً بما يعادل ٥٤ ساعة تدريبية	زمن الوحدات الكلية

نموذج لوحدة تدريبية مرفق رقم (٧)

مرفق (٦)

- البرنامج التدريبي للمجموعة الضابطة:

خضعت المجموعة الضابطة للبرنامج المطبق من قبل المدرب داخل نادى سبورتنج الرياضى :

٣ أشهر بواقع ١٢ أسبوع	مدة البرنامج
٣ وحدات تدريبية	عدد الوحدات الأسبوعية
١٢ وحدة تدريبية	عدد الوحدات الشهرية
٣٦ وحدة تدريبية	عدد الوحدات الكلية
٩٠ ق	زمن الوحدة التدريبية اليومية
٢٧٠ دقيقة	زمن الوحدات الأسبوعية
١٠٨٠ دقيقة	زمن الوحدات الشهرية
٣٢٤٠ دقيقة تدريبياً بما يعادل ٥٤ ساعة تدريبية	زمن الوحدات الكلية

المعالجات الإحصائية :

تم إجراء المعالجات الإحصائية باستخدام برنامج Spss حيث تم استخدام المعاملات الآتية :
المتوسط الحسابي ، الإنحراف المعياري ، الوسيط ، معامل الالتواء ، معامل ارتباط بيرسون ، معامل التقاطح ، اختبار " ت " Test- T للتعرف على معنوية الفروق بين متوسطي القيم للمجموعتين التجريبية والضابطة ، اختبار " ت " للفروق للتعرف على معنوية الفروق للمجموعة الواحدة قبل وبعد التجربة ، النسبة المئوية للتحسن % للتعرف على مقدار التحسن الذي حققته كل من المجموعة التجريبية والضابطة ، حجم التأثير وفقاً لمعادلات كوهن ، مربع إيتا .

عرض ومناقشة نتائج البحث :

- عرض الدلالات الإحصائية الخاصة للاختبارات البدنية واختبارات المنظومة الحسية والمهارية قيد البحث للمجموعة التجريبية

- عرض حجم التأثير للاختبارات البدنية واختبارات المنظومة الحسية والمهارية قيد البحث للمجموعة التجريبية

جدول (١٤) الدلالات الإحصائية الخاصة بالاختبارات البدنية ونسبة التحسن للمجموعة التجريبية قبل وبعد التجربة
ن = ٥

نسبة التحسن %	مستوى الدلالة	قيمة (ت)	الفرق بين المتوسطين		القياس البعدي		القياس القبلي		الدلالات الإحصائية الاختبارات
			ع±	س	ع±	س	ع±	س	
٤٢.٧٩%	٠.٠١	*٤.٣٢	١.٤٨	٢.٨٦	٠.٢٣	٣.٨٣	١.٣٢	٦.٦٩	التقدم ١٤ م
٤٦.٦٨%	٠.٠٠	*٩.٣٣	٠.٨٧	٣.٦٥	٠.٢٨	٤.١٦	٠.٧٨	٧.٨١	التفهم ١٤ م
٠.٦٨%	٠.٩٤	٠.٠٨	١.٠٣	٠.٠٤	٠.٧٤	٥.٢٤	٠.٧٢	٥.٢٨	التوافق الخاص
٢٥.٣٥%	٠.٠٠	*٦.٢٥	٠.٦٤	١.٧٨	٠.٧٤	٥.٢٤	٠.٢١	٧.٠٢	الرشاقة
٣٦.٨٤%	٠.٠٠	*٧.٤٨	٠.٨٤	٢.٨٠	١.٥٢	١٠.٤٠	١.١٤	٧.٦٠	القوة المميزة بالسرعة
٩٨.٥٧%	٠.٠١	*٤.٢٧	٧.٢٢	١٣.٨٠	٣.٧٧	٢٧.٨٠	٧.٥٢	١٤.٠٠	التحمل الخاص

* قيمة (ت) الجدولية معنوية عند مستوى ٠.٠٥ = (٢.٧٨)

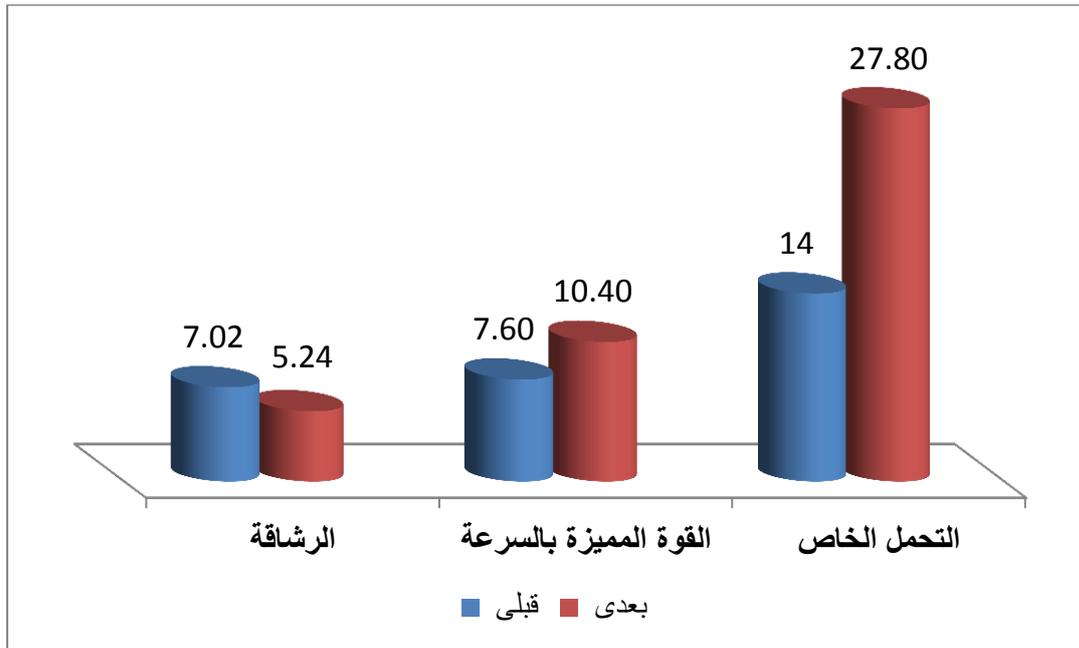
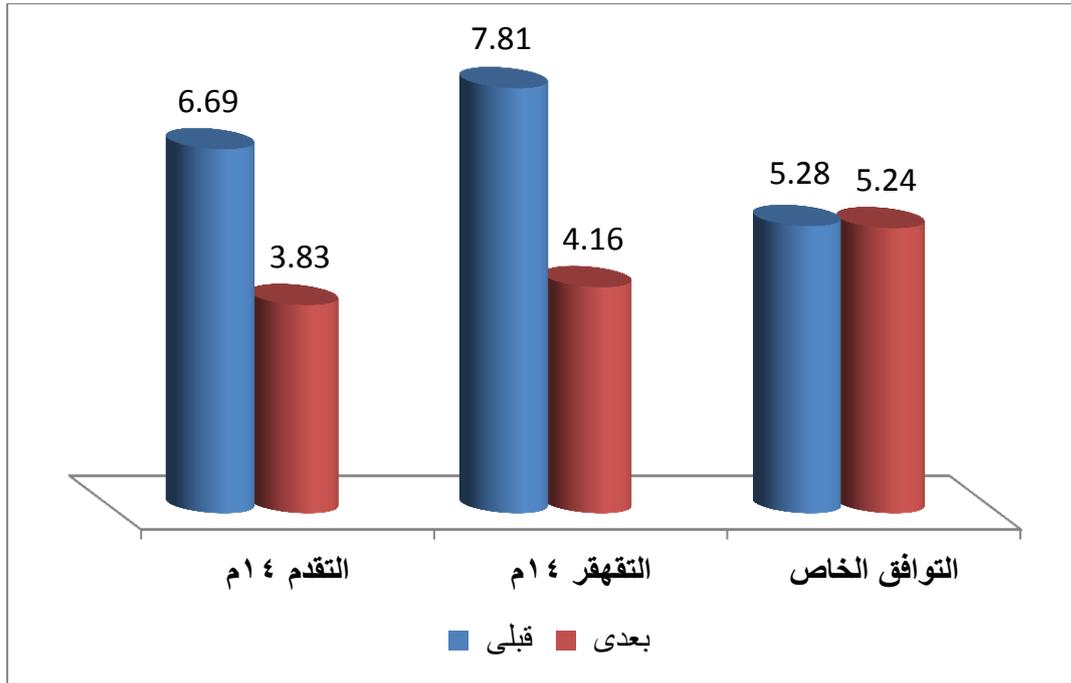
ينتضح من الجدول رقم (١٤) والشكل البياني رقم (٢) الخاص بالدلالات الإحصائية الخاصة بالاختبارات البدنية قبل وبعد التجربة للمجموعة التجريبية : وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) في معظم الاختبارات ، حيث تراوحت قيم (ت) المحسوبة فيها ما بين (٤.٢٧ إلى ٩.٣٣) وهذه القيم

أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) = (٢.٧٨) وبمستوى دلالة أقل ٠.٠٥، بينما لا يوجد فروق دالة إحصائية في إختبار (التوافق الخاص) ، وتراوحت نسب التحسن في جميع الإختبارات البدنية ما بين (٠.٦٨% إلى ٩٨.٥٧%) وذلك لصالح القياس البعدى للمجموعة التجريبية.

جدول (١٥) يوضح معنوية حجم التأثير في الإختبارات البدنية للمجموعة التجريبية وفقاً لمعادلات كوهن
ن = ٥

الدلالة الإحصائية الإختبارات	وحدة القياس	قيمة (ت)	مستوى الدلالة	ايتا ٢	حجم التأثير	دلالة حجم التأثير
التقدم ١٤م	ثانية	٤.٣٢	٠.٠١	٠.٨٢	٣.٤٩	مرتفع
التقهقر ١٤م	ثانية	٩.٣٣	٠.٠٠	٠.٩٦	٦.٣٦	مرتفع
التوافق الخاص	ثانية	٠.٠٨	٠.٩٤	٠.٠٠	٠.٠٥	منخفض
الرشاقة	عدد	٦.٢٥	٠.٠٠	٠.٩١	٢.٤٤	مرتفع
القوة المميزة بالسرعة	عدد	٧.٤٨	٠.٠٠	٠.٩٣	١.٩٠	مرتفع
التحمل الخاص	عدد	٤.٢٧	٠.٠١	٠.٨٢	٢.٢٢	مرتفع

حجم التأثير : أقل من ٠.٢ ٠.٥ : منخفض ٠.٥ – ٠.٨ : متوسط ٠.٨ فأكثر: مرتفع
يتضح من جدول (١٥) الخاص بمعنوية حجم التأثير في الإختبارات البدنية للمجموعة التجريبية وفقاً لمعادلات كوهن أن قيم حجم التأثير في معظم الإختبارات تراوحت ما بين (١.٩٠ إلى ٦.٣٦) وهذه القيم أكبر من (٠.٨) ولذلك كان تأثير المتغير التجريبي مرتفعاً في هذه الإختبارات ، بينما كانت قيم حجم التأثير منخفض في إختبار (التوافق الخاص) .



الشكل البياني (٢) يوضح الفروق بين متوسطات القياسات القبليّة والبعديّة الخاصّة بالإختبارات البدنيّة للمجموعة التجريبيّة.

جدول (١٦) الدلالات الإحصائية الخاصة باختبارات المنظومة الحسية ونسبة التحسن للمجموعة التجريبية قبل وبعد التجربة
ن = ٥

نسبة التحسن %	مستوى الدلالة	قيمة (ت)	الفرق بين المتوسطين		القياس البعدى		القياس القبلى		الدلالات الإحصائية الإختبارات
			ع±	س	ع±	س	ع±	س	
٦٠.٢٩%	٠.٠٠	*٦.٢٢	٢.٩٥	٨.٢٠	٢.٦١	٥.٤٠	٣.٩١	١٣.٦٠	الادراك الحس - حركى للاتجاه للأمام
٥٠.٠٠%	٠.٠٠	*٥.٦٦	٣.١٦	٨.٠٠	٠.٧١	٨.٠٠	٢.٩٢	١٦.٠٠	الادراك الحس - حركى للاتجاه للخلف
١.٨٢%	٠.٩٠	٠.١٤	٣.٢٧	٠.٢٠	٠.٨٤	١٠.٨٠	٣.٢٤	١١.٠٠	الادراك الحس - حركى بالزمن
٨٠.٩٧%	٠.٠٦	*٢.٦٦	٠.٧٩	٠.٩٤	٠.٢٦	٠.٢٢	٠.٧٠	١.١٦	الادراك الحس - حركى بالمسافة للأمام
٨١.١٣%	٠.٠١	*٤.٦٢	٠.٤٢	٠.٨٦	٠.٢٧	٠.٢٠	٠.٥٦	١.٠٦	الادراك الحس - حركى بالمسافة للخلف
١٧١.٤٣%	٠.٠٠	*٦.٠٠	٠.٨٩	٢.٤٠	١.٣٠	٣.٨٠	٠.٨٩	١.٤٠	الادراك الحس - حركى بالمكان

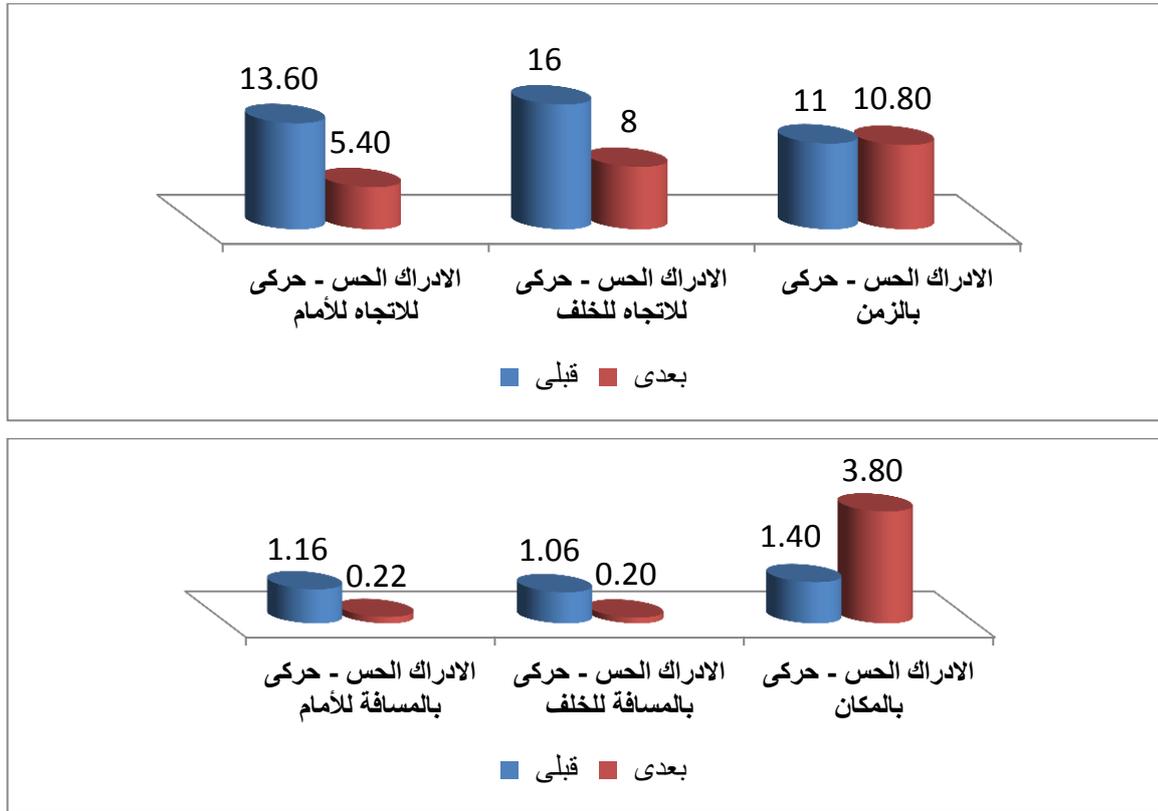
* قيمة (ت) الجدولية فى إتجاه واحد معنوية عند مستوى ٠.٠٥ = (٢.٧٨)

يتضح من الجدول رقم (١٦) والشكل البيانى رقم (٣) الخاص بالدلالات الإحصائية الخاصة بإختبارات المنظومة الحسية قبل وبعد التجربة للمجموعة التجريبية : وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) فى معظم الإختبارات ، حيث تراوحت قيم (ت) المحسوبة فيها ما بين (٢.٦٦ إلى ٦.٢٢) وهذه القيم أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) = (٢.٧٨) وبمستوى دلالة أقل ٠.٠٥ ، بينما لا يوجد فروق دالة إحصائياً فى إختبار (الادراك الحس - حركى بالزمن) ، وتراوحت نسب التحسن فى جميع إختبارات المنظومة الحسية ما بين (١.٨٢% إلى ١٧١.٤٣%) وذلك لصالح القياس البعدى للمجموعة التجريبية .

جدول (١٧) يوضح معنوية حجم التأثير في إختبارات المنظومة الحسية للمجموعة التجريبية وفقاً لمعادلات كوهن .
ن = ٥

دلالة حجم التأثير	حجم التأثير	ايتا ٢	مستوى الدلالة	قيمة (ت)	وحدة القياس	الدلالات الإحصائية الإختباريات
مرتفع	٢.٣٠	٠.٩١	٠.٠٠	٦.٢٢	سم	الادراك الحس - حركى للاتجاه للأمام
مرتفع	٣.٩٩	٠.٨٩	٠.٠٠	٥.٦٦	سم	الادراك الحس - حركى للاتجاه للخلف
منخفض	٠.٠٨	٠.٠٠	٠.٩٠	٠.١٤	ثانية	الادراك الحس - حركى بالزمن
مرتفع	١.٨٢	٠.٦٤	٠.٠٦	٢.٦٦	سم	الادراك الحس - حركى بالمسافة للأمام
مرتفع	١.٥٧	٠.٨٤	٠.٠١	٤.٦٢	سم	الادراك الحس - حركى بالمسافة للخلف
مرتفع	١.٩٨	٠.٩٠	٠.٠٠	٦.٠٠	سم	الادراك الحس - حركى بالمكان

حجم التأثير : أقل من ٠.٢ ٠.٥ : منخفض ٠.٥ - ٠.٨ : متوسط ٠.٨ فأكثر: مرتفع
يتضح من جدول (١٧) الخاص بمعنوية حجم التأثير في إختبارات المنظومة الحسية للمجموعة التجريبية وفقاً لمعادلات كوهن أن قيم حجم التأثير في معظم الإختبارات تراوحت ما بين (١.٥٧ إلى ٣.٩٩) وهذه القيم أكبر من (٠.٨) ولذلك كان تأثير المتغير التجريبي مرتفعاً في هذه الإختبارات ، بينما كانت قيم حجم التأثير منخفض في إختبار (الادراك الحس - حركى بالزمن) .



الشكل البياني (٣) يوضح الفروق بين متوسطات القياسات القبليّة والبعدية الخاصة باختبارات المنظومة الحسية للمجموعة التجريبية .

جدول (١٨) الدلالات الإحصائية الخاصة بزمن أداء مهارات الهجوم البسيط ونسبة التحسن للمجموعة التجريبية قبل وبعد التجربة
ن = ٥

نسبة التحسن %	مستوى الدلالة	قيمة (ت)	الفرق بين المتوسطين		القياس البعدى		القياس القبلى		الدلالات الإحصائية المهارات
			ع±	س	ع±	س	ع±	س	
٤٧.٧٠%	٠.٠٠	*٨.٤١	٠.١٤	٠.٥٢	٠.٠٨	٠.٥٧	٠.١٩	١.٠٩	زمن أداء الطعنة المستقيمة
٤١.٣٤%	٠.٠٠	*٩.١٧	٠.١٥	٠.٦١	٠.١١	٠.٨٦	٠.٢٢	١.٤٧	زمن أداء الهجمة المغايرة
٤٨.٥٣%	٠.٠٠	*٦.٤٢	٠.١٩	٠.٥٦	٠.١١	٠.٥٩	٠.٢٢	١.١٥	زمن أداء الهجمة القاطعة

* قيمة (ت) الجدولية فى إتجاه واحد معنوية عند مستوى ٠.٠٥ = (٢.٧٨)

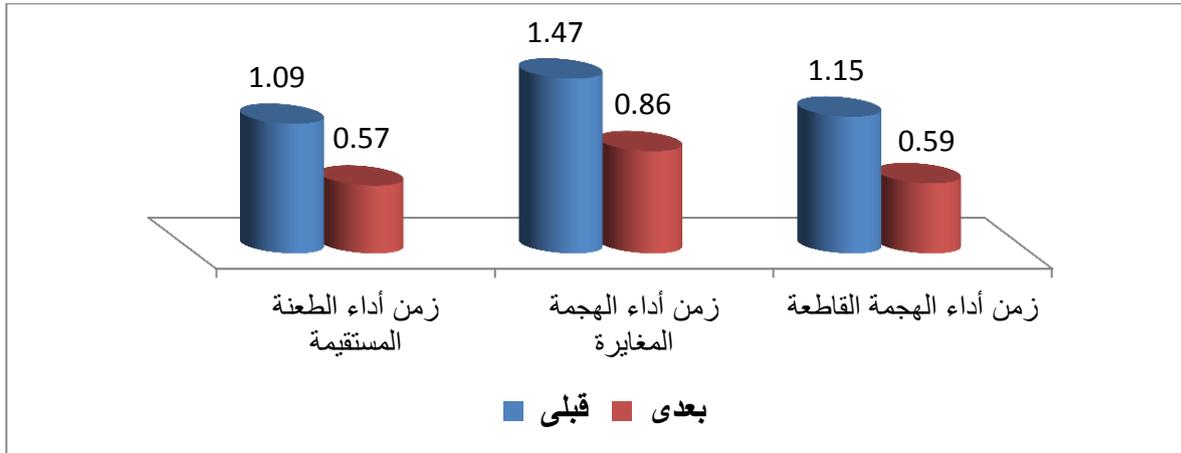
يتضح من الجدول رقم (١٨) والشكل البياني رقم (٥) الخاص بالدلالات الإحصائية الخاصة بزمن أداء مهارات الهجوم البسيط قبل وبعد التجربة للمجموعة التجريبية : وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) فى جميع المهارات ، حيث تراوحت قيم (ت) المحسوبة فيها ما بين (٦.٤٢ إلى ٩.١٧) وهذه القيم أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) = (٢.٧٨) وبمستوى دلالة أقل ٠.٠٥ ، وتراوحت نسب التحسن فى زمن أداء مهارات الهجوم البسيط ما بين (٤١.٣٤% إلى ٤٨.٥٣%) وذلك لصالح القياس البعدى للمجموعة التجريبية.

جدول (١٩) معنوية حجم التأثير فى زمن أداء مهارات الهجوم البسيط للمجموعة التجريبية وفقاً

لمعادلات كوهن . ن = ٥

الدلالة الإحصائية للمهارات	وحدة القياس	قيمة (ت)	مستوى الدلالة	ايتا ٢	حجم التأثير	دلالة حجم التأثير
زمن أداء الطعنة المستقيمة	زمن	٨.٤١	٠.٠٠	٢.٥٨	٠.٩٥	مرتفع
		٩.١٧	٠.٠٠	٢.٥٨	٠.٩٥	مرتفع
		٦.٤٢	٠.٠٠	٣.٠١	٠.٩١	مرتفع

حجم التأثير : أقل من ٠.٢ ٠.٥ : منخفض ٠.٥ – ٠.٨ : متوسط ٠.٨ فأكثر: مرتفع
يتضح من جدول (١٩) الخاص بمعنوية حجم التأثير فى زمن أداء مهارات الهجوم البسيط للمجموعة التجريبية وفقاً لمعادلات كوهن أن قيم حجم التأثير فى جميع المهارات تراوحت ما بين (٠.٩١ إلى ٠.٩٥) وهذه القيم أكبر من (٠.٨) ولذلك كان تأثير المتغير التجريبي مرتفعاً فى هذه المهارات .



الشكل البياني (٤) يوضح الفروق بين متوسطات القياسات القبليّة والبعدية الخاصة زمن أداء مهارات الهجوم البسيط للمجموعة التجريبية .

يتضح من الجدول (١٤) و (١٥) و (١٦) و (١٧) و (١٨) و (١٩) والشكل البياني رقم (٢) و (٣) و (٤) والخاص بالإختبارات البدنية الخاصة وإختبارات المنظومة الحسية وزمن أداء مهارات الهجوم البسيط ونسبة التحسن للمجموعة التجريبية قبل وبعد التجربة إلى تحسن القياس البعدى على القياس القبلي للمجموعة التجريبية ويعزى الباحثان هذا التحسن فى القياس البعدى على القياس القبلي إلى تأثير برنامج التمرينات لتطوير بعض عناصر المنظومة الحسية والذي طبق على المجموعة التجريبية عينة البحث ، حيث كان له الأثر الواضح من خلال النتائج التى حصل عليها الباحثان .

ويتفق ذلك مع ما ذكره هارا (١٩٧٥) ومحمد حسن علاوى (١٩٩٠) ونبييل فوزى (١٩٩٦) حيث أجمعوا على أن التدريبات المقننة والمناسبة لقدرات اللاعبين تعمل على تحسين مستوى اللياقة البدنية ، وتجعلهم قادرين على أداء المتطلبات الخاصة بالنشاط الممارس بفاعلية وكفاءة عالية، بحيث يكون الهدف من التدريب واضح والواجبات الخاصة بعملية التنفيذ محددة . (٢٢ : ٢٢) ، (١٧ : ٦٢) ، (٢١ : ١٢)

- عرض الدلالات الإحصائية الخاصة للاختبارات البدنية واختبارات المنظومة الحسية والمهارية قيد البحث

للمجموعة الضابطة

- عرض حجم التأثير للاختبارات البدنية واختبارات المنظومة الحسية والمهارية قيد البحث للمجموعة الضابطة

جدول (٢٠) الدلالات الإحصائية الخاصة بالاختبارات البدنية ونسبة التحسن للمجموعة الضابطة قبل وبعد التجربة
ن = ٥

نسبة التحسن %	مستوى الدلالة	قيمة (ت)	الفرق بين المتوسطين		القياس البعدى		القياس القبلى		الدلالات الإحصائية الاختبارات
			ع±	س	ع±	س	ع±	س	
٨.١٤%	٠.٠٤	*٢.٩٩	٠.٤٣	٠.٥٨	٠.٤٣	٦.٥٢	٠.٠٦	٧.١٠	التقدم ١٤م
١١.٩٣%	٠.٠٧	٢.٥٠	٠.٦٩	٠.٧٧	٠.٤٥	٥.٧٢	٠.٢٩	٦.٤٩	التقهقر ١٤م
٧.٢٣%	٠.٠٨	٢.٣٣	٠.٤٧	٠.٤٩	٠.٦٤	٦.٢٤	٠.٢٤	٦.٧٢	التوافق الخاص
٩.٧١%	٠.٠٥	*٢.٨٠	٠.٤٨	٠.٦٠	٠.٨٨	٥.٦٢	٠.٥٢	٦.٢٢	الرشاقة
٢٠.٥١%	٠.٠٨	٢.٣٦	١.٥٢	١.٦٠	١.١٤	٩.٤٠	٠.٨٤	٧.٨٠	القوة المميزة بالسرعة
٢.٩١%	٠.٤٣	٠.٨٨	١.٥٢	٠.٦٠	٢.١٧	٢١.٢٠	٢.٠٧	٢٠.٦٠	التحمل الخاص

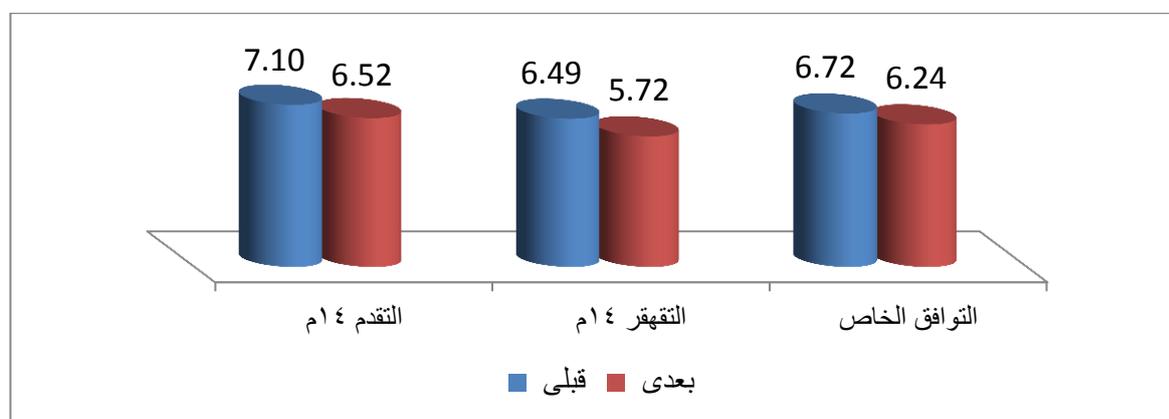
* قيمة (ت) الجدولية معنوية عند مستوى ٠.٠٥ = (٢.٧٨)

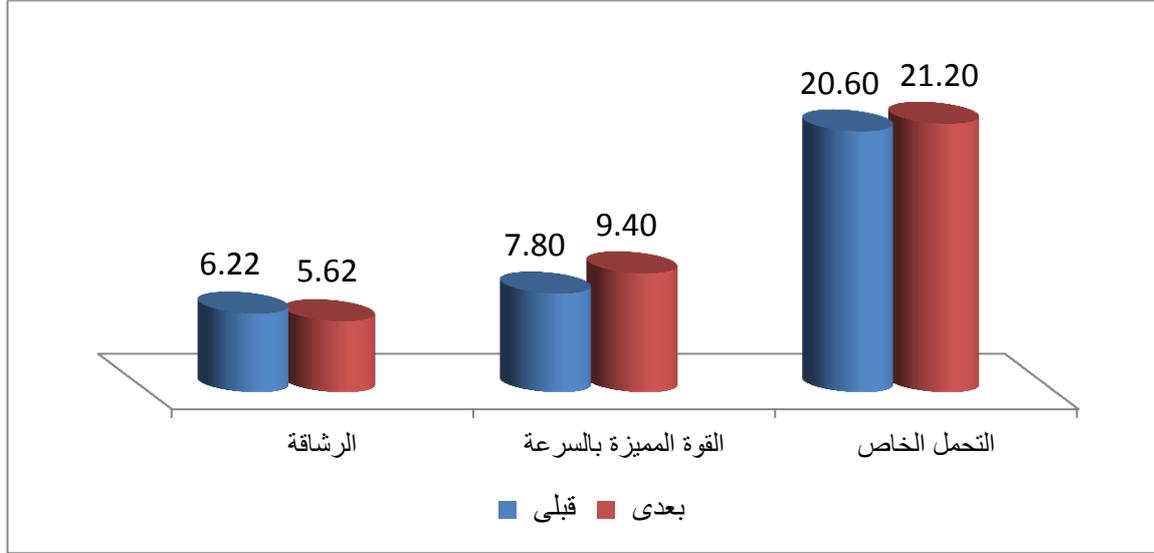
يتضح من الجدول رقم (٢٠) والشكل البياني رقم (٥) الخاص بالدلالات الإحصائية الخاصة بالاختبارات البدنية قبل وبعد التجربة للمجموعة الضابطة : وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) فى إختبارات (التقدم ١٤م – الرشاقة) ، حيث بلغت قيم (ت) المحسوبة فيها (٢.٩٩ ، ٢.٨٠) وهذه القيم أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) = (٢.٧٨) وبمستوى دلالة أقل ٠.٠٥ ، بينما لا يوجد فروق دالة إحصائية فى باقى الإختبارات البدنية ، وتراوحت نسب التحسن فى جميع الإختبارات البدنية ما بين (٢.٩١% إلى ٢٠.٥١%) وذلك لصالح القياس البعدى للمجموعة الضابطة.

جدول (٢١) يوضح معنوية حجم التأثير فى الإختبارات البدنية للمجموعة الضابطة وفقاً لمعادلات كوهن
ن = ٥

دلالة حجم التأثير	حجم التأثير	ايتا ٢	مستوى الدلالة	قيمة (ت)	وحدة القياس	الدلالات الإحصائية الإختبارات
مرتفع	١.٨١	٠.٦٩	٠.٠٤	٢.٩٩	ثانية	التقدم ١٤ م
مرتفع	٢.٠٨	٠.٦١	٠.٠٧	٢.٥٠	ثانية	التقهقر ١٤ م
متوسط	٠.٦٥	٠.٥٨	٠.٠٨	٢.٣٣	ثانية	التوافق الخاص
متوسط	٠.٥٩	٠.٦٦	٠.٠٥	٢.٨٠	عدد	الرشاقة
مرتفع	١.٦١	٠.٥٨	٠.٠٨	٢.٣٦	عدد	القوة المميزة بالسرعة
منخفض	٠.٢٨	٠.١٦	٠.٤٣	٠.٨٨	عدد	التحمل الخاص

حجم التأثير : أقل من ٠.٢ ٠.٥ : منخفض ٠.٥ – ٠.٨ : متوسط ٠.٨ فأكثر: مرتفع
يتضح من جدول (٢٢) الخاص بمعنوية حجم التأثير فى الإختبارات البدنية للمجموعة الضابطة وفقاً لمعادلات كوهن أن قيم حجم التأثير فى إختبارات (التقدم ١٤ م – التقهقر ١٤ م – القوة المميزة بالسرعة) تراوحت ما بين (١.٦١ إلى ٢.٠٨) وهذه القيم أكبر من (٠.٨) ولذلك كان تأثير المتغير التجريبي مرتفعاً فى هذه الإختبارات ، بينما كانت قيم حجم التأثير متوسط فى إختبار (التوافق الخاص – الرشاقة) ، بينما كانت قيم حجم التأثير منخفض فى إختبار (التحمل الخاص) .





الشكل البياني (٥) يوضح الفروق بين متوسطات القياسات القبليّة والبعديّة الخاصّة بالإختبارات البدنيّة للمجموعة الضابطة.

جدول (٢٣) الدلالات الإحصائية الخاصّة بإختبارات المنظومة الحسية ونسبة التحسن للمجموعة الضابطة قبل وبعد التجربة
ن = ٥

نسبة التحسن %	مستوى الدلالة	قيمة (ت)	الفرق بين المتوسطين		القياس البعدي		القياس القبلي		الدلالات الإحصائية الإختبارات
			ع±	س	ع±	س	ع±	س	
١٤.١٢%	٠.١٠	٢.١٤	٢.٥١	٢.٤٠	٢.٧٠	١٤.٦٠	١.٥٨	١٧.٠٠	الادراك الحس - حركي للاتجاه للأمام
١٤.٢٩%	٠.٣٧	١.٠٠	٤.٤٧	٢.٠٠	٤.٧٤	١٦.٠٠	١.٥٨	١٤.٠٠	الادراك الحس - حركي للاتجاه للخلف
٣.٩٢%	٠.٣٧	١.٠٠	٠.٨٩	٠.٤٠	١.٣٠	٩.٨٠	١.٣٠	١٠.٢٠	الادراك الحس - حركي بالزمن
٩٣.٣١%	٠.١٢	١.٩٤	٠.٦١	٠.٥٣	٠.١٠	١.١٠	٠.٥٩	٠.٥٧	الادراك الحس - حركي بالمسافة للأمام
٥.٦٦%	٠.٨٩	٠.١٥	٠.٩٠	٠.٠٦	٠.٧١	١.٠٠	٠.٥٦	١.٠٦	الادراك الحس - حركي بالمسافة للخلف
١٢.٥٠%	٠.٦٢	٠.٥٣	٠.٨٤	٠.٢٠	٠.٥٥	١.٤٠	٠.٥٥	١.٦٠	الادراك الحس - حركي بالمكان

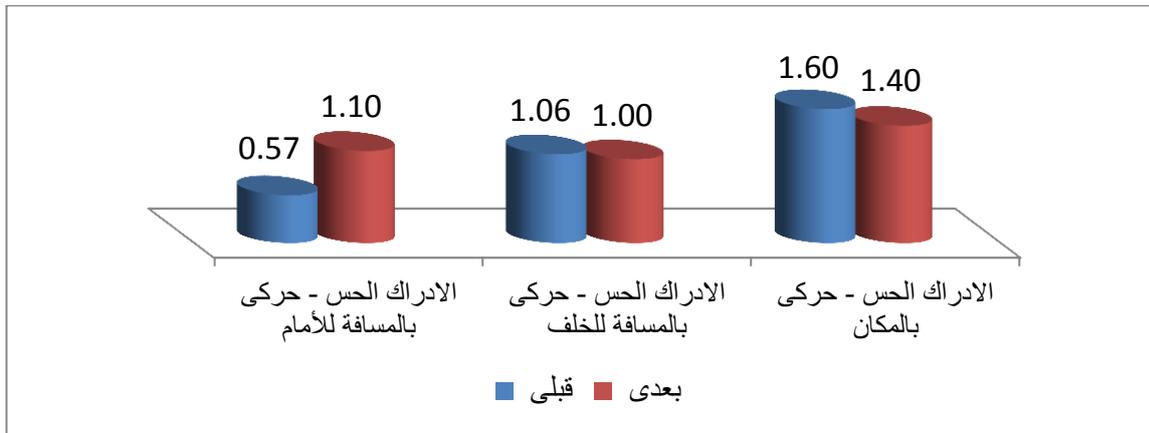
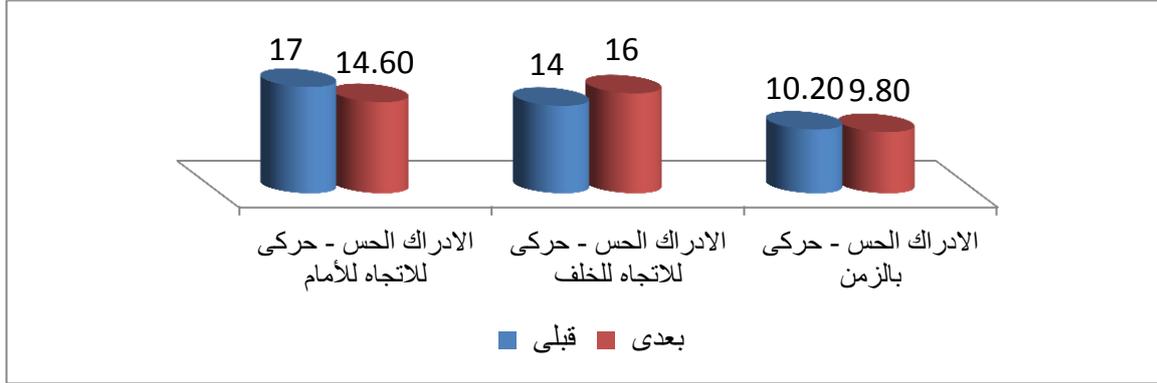
* قيمة (ت) الجدولية في إتجاه واحد معنوية عند مستوى ٠.٠٥ = (٢.٧٨)

يتضح من الجدول رقم (٢٣) والشكل البياني رقم (٦) الخاص بالدلالات الإحصائية الخاصة بإختبارات المنظومة الحسية قبل وبعد التجربة للمجموعة الضابطة : عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) فى جميع الإختبارات ، حيث تراوحت قيم (ت) المحسوبة فيها ما بين (٠.١٥) إلى (٢.١٤) وهذه القيم أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) = (٢.٧٨) وبمستوى دلالة أقل ٠.٠٥ وتراوحت نسب التحسن فى جميع إختبارات المنظومة الحسية ما بين (٣.٩٢% إلى ٩٣.٣١%) وذلك لصالح القياس البعدى للمجموعة الضابطة.

جدول (٢٤) يوضح معنوية حجم التأثير فى إختبارات المنظومة الحسية للمجموعة الضابطة وفقاً لمعادلات كوهن .
ن = ٥

الدلالة الإحصائية الإختبارات	وحدة القياس	قيمة (ت)	مستوى الدلالة	ايتا ٢	حجم التأثير	دلالة حجم التأثير
الادراك الحس - حركى للاتجاه للأمام	سم	٢.١٤	٠.١٠	٠.٥٣	١.٠٤	مرتفع
الادراك الحس - حركى للاتجاه للخلف	سم	١.٠٠	٠.٣٧	٠.٢٠	٠.٥٢	متوسط
الادراك الحس - حركى بالزمن	ثانية	١.٠٠	٠.٣٧	٠.٢٠	٠.٣١	منخفض
الادراك الحس - حركى بالمسافة للأمام	سم	١.٩٤	٠.١٢	٠.٤٨	١.٣٤	مرتفع
الادراك الحس - حركى بالمسافة للخلف	سم	٠.١٥	٠.٨٩	٠.٠١	٠.٠٩	منخفض
الادراك الحس - حركى بالمكان	سم	٠.٥٣	٠.٦٢	٠.٠٧	٠.٣٧	منخفض

حجم التأثير : أقل من ٠.٢ ٠.٥ : منخفض ٠.٥ - ٠.٨ : متوسط ٠.٨ فأكثر: مرتفع
يتضح من جدول (٢٤) الخاص بمعنوية حجم التأثير فى إختبارات المنظومة الحسية للمجموعة الضابطة وفقاً لمعادلات كوهن أن قيم حجم التأثير فى (الادراك الحس - حركى للاتجاه للأمام - الادراك الحس - حركى بالمسافة للأمام) بلغت (١.٠٤ ، ١.٣٤) وهذه القيم أكبر من (٠.٨) ولذلك كان تأثير المتغير التجريبي مرتفعاً فى هذه الإختبارات ، بينما كانت قيم حجم التأثير متوسط فى إختبار (الادراك الحس - حركى للاتجاه للخلف) ، بينما كانت قيم حجم التأثير منخفض فى إختبار (الادراك الحس - حركى بالزمن - الادراك الحس - حركى بالمسافة للخلف - الادراك الحس - حركى بالمكان)



الشكل البياني (٦) يوضح الفروق بين متوسطات القياسات القبلية والبعديّة الخاصة باختبارات المنظومة الحسية للمجموعة الضابطة .

جدول (٢٥) الدلالات الإحصائية الخاصة بزمن أداء مهارات الهجوم البسيط ونسبة التحسن للمجموعة

الضابطة قبل وبعد التجربة
ن = ٥

نسبة التحسن %	مستوى الدلالة	قيمة (ت)	الفرق بين المتوسطين		القياس البعدي		القياس القبلي		الدلالات الإحصائية المهارات
			ع±	س	ع±	س	ع±	س	
١٤.٩٥%	٠.٠٣	*٣.٢٩	٠.١١	٠.١٧	٠.١٢	٠.٩٦	٠.٢١	١.١٢	زمن أداء الطعنة المستقيمة
٨.٢٤%	٠.٠٠	*١٠.٦٣	٠.٠٣	٠.١٢	٠.٢١	١.٣٨	٠.٢٢	١.٥٠	زمن أداء الهجمة المغيرة
٩.٤٦%	٠.٠١	*٤.٠٩	٠.٠٥	٠.١٠	٠.٢٣	٠.٩٤	٠.٢٥	١.٠٤	زمن أداء الهجمة القاطعة

* قيمة (ت) الجدولية في اتجاه واحد معنوية عند مستوى ٠.٠٥ = (٢.٧٨)

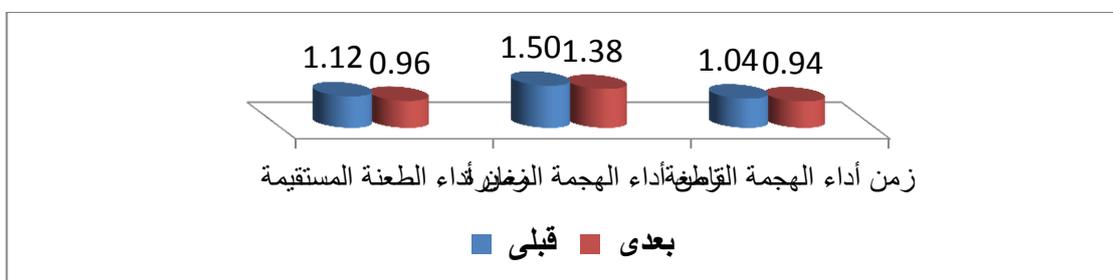
يتضح من الجدول رقم (٢٦) والشكل البياني رقم (٧) الخاص بالدلالات الإحصائية الخاصة بزمن أداء مهارات الهجوم البسيط قبل وبعد التجربة للمجموعة الضابطة : وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) فى جميع المهارات ، حيث تراوحت قيم (ت) المحسوبة فيها ما بين (٣.٢٩) إلى (١٠.٦٣) وهذه القيم أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) = (٢.٧٨) وبمستوى دلالة أقل ٠.٠٥ ، وتراوحت نسب التحسن فى زمن أداء مهارات الهجوم البسيط ما بين (٨.٢٤) % إلى (١٤.٩٥) % وذلك لصالح القياس البعدى للمجموعة الضابطة.

جدول (٢٧) معنوية حجم التأثير فى زمن أداء مهارات الهجوم البسيط للمجموعة الضابطة وفقاً

لمعادلات كوهن .
ن = ٥

دلالة حجم التأثير	حجم التأثير	ايتا ٢	مستوى الدلالة	قيمة (ت)	وحدة القياس	الدلالات الإحصائية للمهارات
متوسط	٠.٧٣	٠.٦٤	٠.٠٣	٣.٢٩	زمن	زمن أداء الطعنة المستقيمة
مرتفع	٠.٩٧	٠.٥٧	٠.٠٠	١٠.٦٣		زمن أداء الهجمة المغايرة
مرتفع	٠.٨١	٠.٤٠	٠.٠١	٤.٠٩		زمن أداء الهجمة القاطعة

حجم التأثير : أقل من ٠.٢ ٠.٥ : منخفض ٠.٥ - ٠.٨ : متوسط ٠.٨ فأكثر: مرتفع
يتضح من جدول (٢٧) الخاص بمعنوية حجم التأثير فى زمن أداء مهارات الهجوم البسيط للمجموعة الضابطة وفقاً لمعادلات كوهن أن قيم حجم التأثير فى مهارات (زمن أداء الهجمة المغايرة - زمن أداء الهجمة القاطعة) بلغت على التوالي (٠.٩٧ إلى ٠.٨١) وهذه القيم أكبر من (٠.٨) ولذلك كان تأثير مرتفعاً فى هذه المهارات .، بينما كان حجم التأثير متوسط فى (زمن أداء الطعنة المستقيمة)



الشكل البياني (٧) يوضح الفروق بين متوسطات القياسات القبليّة والبعدية الخاصة بزمن أداء مهارات الهجوم البسيط للمجموعة الضابطة .

يتضح من الجدول (٢٠) و (٢١) و (٢٢) و (٢٣) و (٢٤) و (٢٥) والشكل البياني رقم (٥) و(٦) و(٧) والخاص بالإختبارات البدنية الخاصة وإختبارات المنظومة الحسية وزمن أداء مهارات الهجوم البسيط ونسبة التحسن للمجموعة الضابطة قبل وبعد التجربة إلى تحسن القياس البعدى على القياس القبلى للمجموعة الضابطة ويعزى الباحثان هذا التحسن فى القياس البعدى على القياس القبلى إلى تأثير البرنامج التدريبى التقليدى والذى طبق على المجموعة الضابطة عينة البحث .

ويرى الباحثان ذلك إلى أن البرنامج التقليدى المتبع مع المجموعة الضابطة يخلو من التدريبات التى تعمل على تطوير الإدراكات الحس – حركية المرتبطة بالمهارات قيد البحث وإن وجدت فإنها لم تكن موجهة ومصممة بطريقة مباشرة إلى تطوير هذه الإدراكات قيد البحث ، وبالتالي أدى ذلك إلى إفتقاد المبارز إلى الخبرة الحركية الخاصة بالمهارة مما أثر بالسلب على تحسين مستوى الأداء المهارى للمجموعة الضابطة ، عنه فى المجموعة التجريبية .

وتتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة حسين حجاج (١٩٨٤) بأن القياس البعدى كان أفضل من القياس القبلى لدى المجموعة الضابطة من خلال الإستمرار فى بذل الجهود وهى فترة التمرين داخل البرنامج المهارى والذى ينتج عنه إشراك أكبر عدد من المجموعات العضلية فى الأداء، وبذلك أدى البرنامج إلى تنمية العضلات المشتركة فى الأداء، حيث ساعد هذا البرنامج على تنمية القدرات العامة والخبرات الخاصة لدى أفراد المجموعة الضابطة . (٦ : ١٤٩)

وتتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة نبيل فوزى (١٩٩٦) وأسامة عبد الرحمن (١٩٩٩) والتي أشارت إلى تفوق القياس البعدى على القياس القبلى للمجموعة الضابطة فى نتائج الإختبارات المطبقة، وارجعوا ذلك إلى تأثير البرنامج التدريبى المطبق على المجموعة لضابطة . (٢١ : ١٠٩ – ١١١) ، (٤ : ١٠٤ – ١١٨)

- عرض نتائج الدلالات الإحصائية الخاصة للاختبارات البدنية واختبارات المنظومة الحسية

والمهارية للمجموعة التجريبية والضابطة بعد التجربة .

- عرض حجم التأثير للاختبارات البدنية واختبارات المنظومة الحسية والمهارية للمجموعة التجريبية

والمجموعة الضابطة بعد التجربة

جدول (٢٨) الدلالات الإحصائية الخاصة بالاختبارات البدنية للمجموعة التجريبية والضابطة بعد

التجربة . ن = ١٠

نسبة الفروق %	مستوى الدلالة	قيمة (ت)	الفرق بين المتوسط ين	المجموعة الضابطة ن = ٥		المجموعة التجريبية ن = ٥		الدلالات الإحصائية الاختبارات
				ع±	س	ع±	س	
٤١.٣٥%	٠.٠٠	*١٢.٢٧	٢.٧٠	٠.٤٣	٦.٥٢	٠.٢٣	٣.٨٣	التقدم ١٤م
٢٧.١٥%	٠.٠٠	*٦.٦٠	١.٥٥	٠.٤٥	٥.٧٢	٠.٢٨	٤.١٦	التقهقر ١٤م
١٥.٩٧%	٠.٠٥	٢.٢٧	١.٠٠	٠.٦٤	٦.٢٤	٠.٧٤	٥.٢٤	التوافق الخاص
٦.٦٩%	٠.٤٩	٠.٧٣	٠.٣٨	٠.٨٨	٥.٦٢	٠.٧٤	٥.٢٤	الرشاقة
١٠.٦٤%	٠.٢٧	١.١٨	١.٠٠	١.١٤	٩.٤٠	١.٥٢	١٠.٤٠	القوة المميزة بالسرعة
٣١.١٣%	٠.٠١	*٣.٣٩	٦.٦٠	٢.١٧	٢١.٢٠	٣.٧٧	٢٧.٨٠	التحمل الخاص

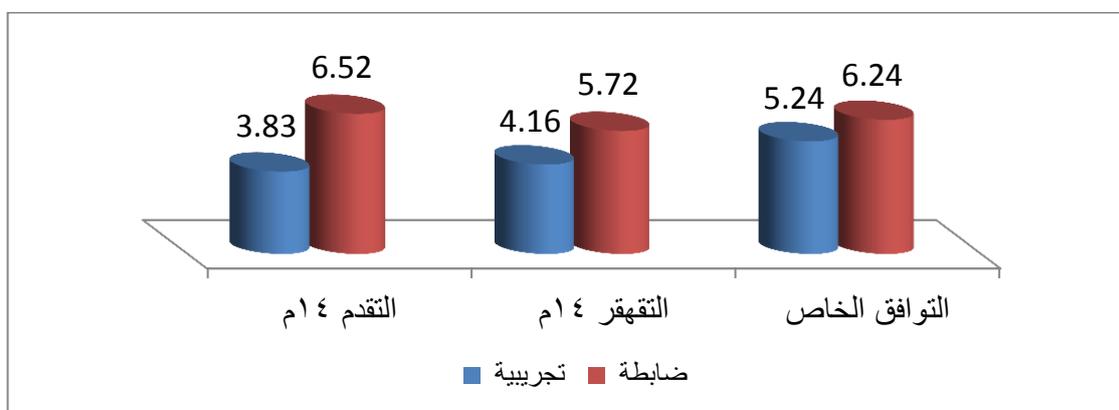
* قيمة (ت) الجدولية معنوية عند مستوى ٠.٠٥ = ٢.٣١

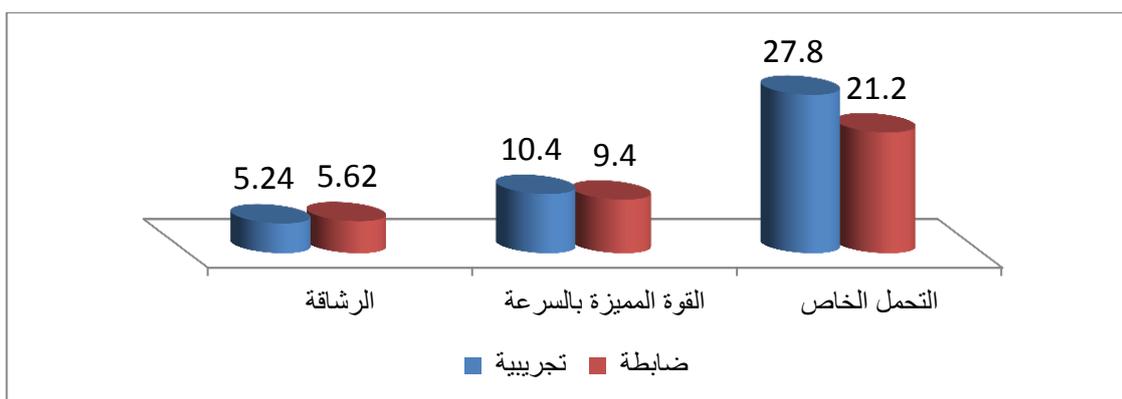
يتضح من الجدول (٢٨) والشكل البياني (٨) الخاص بالدلالات الإحصائية للاختبارات البدنية للمجموعتين التجريبية والضابطة بعد التجربة : وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) في إختبارات (التقدم ١٤م – التقهقر ١٤م – التوافق الخاص) حيث تراوحت قيمة (ت) المحسوبة فيها ما بين (٣.٣٩ إلى ١٢.٢٧) وهذه القيم أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) = (٢.٣١) وبمستوى دلالة أقل من ٠.٠٥ ، بينما لا يوجد فروق دالة إحصائياً في باقى الإختبارات ، وتراوحت نسب الفروق فى جميع الإختبارات البدنية قيد البحث ما بين (٦.٦٩% إلى ٤١.٣٥%) لصالح المجموعة التجريبية .

جدول (٢٩) يوضح معنوية حجم التأثير للإختبارات البدنية للمجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة بعد التجربة وفقاً لمعادلات كوهن
ن = ١٠

دلالة حجم التأثير	حجم التأثير	ايتا ٢	مستوى الدلالة	قيمة (ت)	وحدة القياس	الدلالات الإحصائية للإختبارات
مرتفع	٧.٧٦	٠.٩٥	٠.٠٠	١٢.٢٧	ثانية	التقدم ١٤م
مرتفع	٤.١٧	٠.٨٤	٠.٠٠	٦.٦٠	ثانية	التقهقر ١٤م
مرتفع	١.٤٤	٠.٣٩	٠.٠٥	٢.٢٧	ثانية	التوافق الخاص
منخفض	٠.٤٦	٠.٠٦	٠.٤٩	٠.٧٣	عدد	الرشاقة
متوسط	٠.٧٥	٠.١٥	٠.٢٧	١.١٨	عدد	القوة المميزة بالسرعة
مرتفع	٢.١٥	٠.٥٩	٠.٠١	٣.٣٩	عدد	التحمل الخاص

حجم التأثير : أقل من ٠.٢ ٠.٥ : منخفض ٠.٥ – ٠.٨ : متوسط ٠.٨ فأكثر: مرتفع
يتضح من جدول (٢٩) الخاص بمعنوية حجم التأثير للإختبارات البدنية للمجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة بعد التجربة وفقاً لمعادلات كوهن أن قيم حجم التأثير فى إختبارات (التقدم ١٤م – التقهقر ١٤م – التوافق الخاص – التحمل الخاص) تراوحت ما بين (١.٤٤ إلى ٧.٧٦) وهذه القيم أكبر من (٠.٨) ولذلك كان تأثير المتغير التجريبي مرتفعاً فى هذه الإختبارات ، بينما كانت قيم حجم التأثير متوسط فى إختبار (القوة المميزة بالسرعة) ، بينما كانت قيم حجم التأثير منخفض فى إختبار (الرشاقة) .





الشكل البياني (٨) يوضح الفروق بين متوسطات القياسات البعدية الخاصة بالإختبارات البدنية للمجموعة التجريبية والضابطة بعد التجربة

جدول (٣٠) الدلالات الإحصائية الخاصة بمتوسطات الفروق في إختبار (التقهقر ١٤م – التوافق الخاص – الرشاقة) للمجموعة التجريبية والضابطة بعد التجربة. (عدم تكافؤ بين المجموعتين).

ن = ١٠

نسبة الفروق %	مستوى الدلالة	قيمة (ت)	الفرق بين المتوسطين	المجموعة الضابطة ن = ٥		المجموعة التجريبية ن = ٥		الدلالات الإحصائية الإختبار
				ع±	س	ع±	س	
٣٧١.٠٦%	٠.٠٠	*٥.٧٦	٢.٨٧	٠.٦٩	٠.٧٧	٠.٨٧	٣.٦٥	التقهقر ١٤م
٦٣.٧٩%	٠.٣٥	٠.٩٩	٠.٣١	٠.٤٧	٠.٤٩	٠.٥٢	٠.٨٠	التوافق الخاص
١٩٤.٧٠%	٠.٠١	*٣.٢٩	١.١٨	٠.٤٨	٠.٦٠	٠.٦٤	١.٧٨	الرشاقة

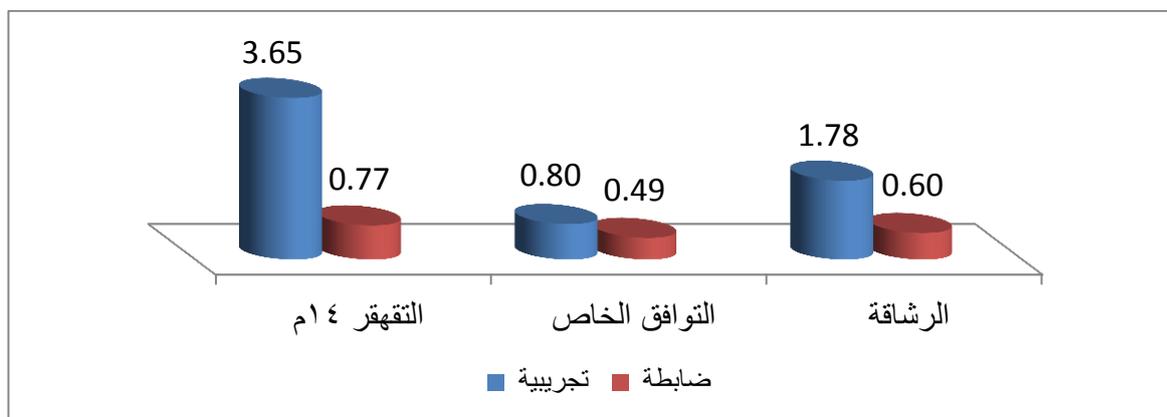
* قيمة (ت) الجدولية معنوية عند مستوى ٠.٠٥ = ٢.٣١

يتضح من الجدول (٣٠) والشكل البياني (٩) الخاص بمتوسطات الفروق في إختبار (التقهقر ١٤م – التوافق الخاص – الرشاقة) للمجموعة التجريبية والضابطة بعد التجربة : وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) في إختبارات (التقهقر ١٤م – الرشاقة) حيث بلغت قيمة (ت) المحسوبة فيها على التوالي (٥.٧٦ ، ٣.٢٩) وهذه القيمة أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) = (٢.٣١) وبمستوى دلالة أقل من ٠.٠٥ ، بينما لا يوجد فروق دالة إحصائية في إختبار (التوافق الخاص) وتراوحت نسب الفروق في هذه الإختبارات قيد البحث ما بين (٦٣.٧٩% إلى ٣٧١.٠٦%) لصالح المجموعة التجريبية .

جدول (٣١) يوضح معنوية حجم التأثير لمتوسطات الفروق في إختبار (التقهقر ١٤ م – التوافق الخاص - الرشاقة) للمجموعة التجريبية والضابطة بعد التجربة . (عدم تكافؤ بين المجموعتين)
ن = ١٠

دلالة حجم التأثير	حجم التأثير	ايتا ٢	مستوى الدلالة	قيمة (ت)	وحدة القياس	الدلالات الإحصائية الإختبار
مرتفع	٣.٦٥	٠.٨١	٠.٠٠	٥.٧٦	ثانية	التقهقر ١٤ م
متوسط	٠.٦٣	٠.١١	٠.٣٥	٠.٩٩	ثانية	التوافق الخاص
مرتفع	٢.٠٨	٠.٥٨	٠.٠١	٣.٢٩	عدد	الرشاقة

حجم التأثير : أقل من ٠.٢ ٠.٥ : منخفض ٠.٥ – ٠.٨ : متوسط ٠.٨ فأكثر: مرتفع
يتضح من جدول (٣١) الخاص بمعنوية حجم التأثير لمتوسطات الفروق في إختبارات (التقهقر ١٤ م – التوافق الخاص - الرشاقة) للمجموعة التجريبية والضابطة بعد التجربة وفقا لمعادلات كوهن أن قيم حجم التأثير في إختبار (التقهقر ١٤ م – الرشاقة) بلغت على التوالي (٣.٦٥ ، ٢.٠٨) وهذه القيم أكبر من (٠.٨) ولذلك كان تأثير المتغير التجريبي مرتفعا في هذه الإختبارات ، بينما كان حجم التأثير متوسط في إختبار (التوافق الخاص) .



الشكل البياني (١٠) يوضح الفروق بين متوسطات الفروق في إختبار (الإختبارات البدنية) للمجموعة التجريبية والضابطة بعد التجربة (عدم تكافؤ بين المجموعتين) .

جدول (٣٢) الدلالات الإحصائية الخاصة بإختبارات المنظومة الحسية للمجموعة التجريبية والضابطة بعد التجربة .
ن = ١٠

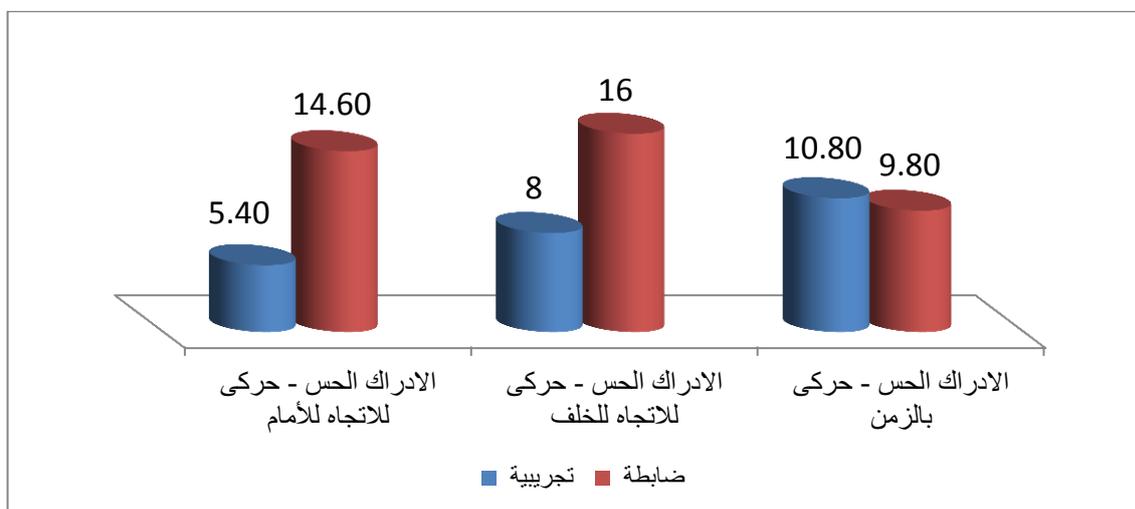
نسبة الفروق %	مستوى الدلالة	قيمة (ت)	الفرق بين المتوسطين	المجموعة الضابطة ن = ٥		المجموعة التجريبية ن = ٥		الدلالات الإحصائية الإختبارات
				ع±	س	ع±	س	
٦٣.٠١%	٠.٠٠	*٥.٤٨	٩.٢٠	٢.٧٠	١٤.٦٠	٢.٦١	٥.٤٠	الادراك الحس - حركى للاتجاه للأمام
٥٠.٠٠%	٠.٠١	*٣.٧٣	٨.٠٠	٤.٧٤	١٦.٠٠	٠.٧١	٨.٠٠	الادراك الحس - حركى للاتجاه للخلف
١٠.٢٠%	٠.١٩	١.٤٤	١.٠٠	١.٣٠	٩.٨٠	٠.٨٤	١٠.٨٠	الادراك الحس - حركى بالزمن
٧٠.٨٦%	٠.٠٠	*٦.٥٢	٠.٧٨	٠.١٠	١.١٠	٠.٢٥	٠.٣٢	الادراك الحس - حركى بالمسافة للأمام
٥٤.٠٠%	٠.١٧	١.٥٢	٠.٥٤	٠.٧١	١.٠٠	٠.٣٦	٠.٤٦	الادراك الحس - حركى بالمسافة للخلف
١٧١.٤٣%	٠.٠١	*٣.٧٩	٢.٤٠	٠.٥٥	١.٤٠	١.٣٠	٣.٨٠	الادراك الحس - حركى بالمكان

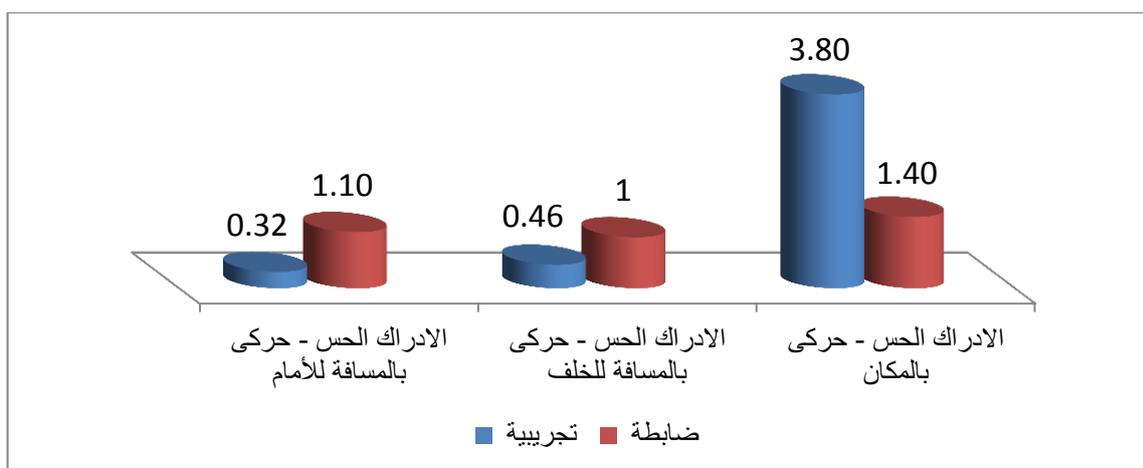
* قيمة (ت) الجدولية معنوية عند مستوى ٠.٠٥ = ٢.٣١
يتضح من الجدول (٣٢) الخاص بالدلالات الإحصائية لإختبارات المنظومة الحسية للمجموعتين التجريبية والضابطة بعد التجربة : وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) فى إختبارات (الادراك الحس - حركى للاتجاه للأمام - الادراك الحس - حركى للاتجاه للخلف - الادراك الحس - حركى بالمسافة للأمام - الادراك الحس - حركى بالمكان) حيث تراوحت قيمة (ت) المحسوبة فيها ما بين (٣.٧٣ إلى ٦.٥٢) وهذه القيم أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) = (٢.٣١) وبمستوى دلالة أقل من ٠.٠٥ ، بينما لا يوجد فروق دالة إحصائياً فى باقى الإختبارات ، وتراوحت نسب الفروق فى جميع إختبارات المنظومة الحسية قيد البحث ما بين (١٠.٢٠% إلى ١٧١.٤٣%) لصالح المجموعة التجريبية .

جدول (٣٣) يوضح معنوية حجم التأثير لإختبارات المنظومة الحسية للمجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة بعد التجربة وفقاً لمعادلات كوهن
ن = ١٠

الدالات الإحصائية الاختبارات	وحدة القياس	قيمة (ت)	مستوى الدلالة	ايتا ٢	حجم التأثير	دلالة حجم التأثير
الادراك الحس - حركى للاتجاه للأمام	سم	٥.٤٨	٠.٠٠	٠.٧٩	٣.٤٦	مرتفع
الادراك الحس - حركى للاتجاه للخلف	سم	٣.٧٣	٠.٠١	٠.٦٣	٢.٣٦	مرتفع
الادراك الحس - حركى بالزمن	ثانية	١.٤٤	٠.١٩	٠.٢١	٠.٩١	مرتفع
الادراك الحس - حركى بالمسافة للأمام	سم	٦.٥٢	٠.٠٠	٠.٨٤	٤.١٣	مرتفع
الادراك الحس - حركى بالمسافة للخلف	سم	١.٥٢	٠.١٧	٠.٢٢	٠.٩٦	مرتفع
الادراك الحس - حركى بالمكان	سم	٣.٧٩	٠.٠١	٠.٦٤	٢.٤٠	مرتفع

حجم التأثير : أقل من ٠.٢ ٠.٥ : منخفض ٠.٥ - ٠.٨ : متوسط ٠.٨ فأكثر: مرتفع
يتضح من جدول (٣٣) الخاص بمعنوية حجم التأثير للإختبارات المنظومة الحسية للمجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة بعد التجربة وفقاً لمعادلات كوهن أن قيم حجم التأثير فى جميع الإختبارات تراوحت ما بين (٠.٩١ إلى ٤.١٣) وهذه القيم أكبر من (٠.٨) ولذلك كان تأثير المتغير التجريبى مرتفعاً فى إختبارات المنظومة الحسية .





الشكل البياني (١١) يوضح الفروق بين متوسطات القياسات البعدية الخاصة باختبارات المنظومة الحسية للمجموعة التجريبية والضابطة بعد التجربة

جدول (٣٤) الدلالات الإحصائية الخاصة بزمن أداء مهارات الهجوم البسيط للمجموعة التجريبية والضابطة بعد التجربة .
١٠ = ن

نسبة الفروق %	مستوى الدلالة	قيمة (ت)	الفرق بين المتوسطين	المجموعة الضابطة ن = ٥		المجموعة التجريبية ن = ٥		الدلالات الإحصائية المهارات
				ع±	س	ع±	س	
٤٠.٥٩%	٠.٠٠	*٦.٠٥	٠.٣٩	٠.١٢	٠.٩٦	٠.٠٨	٠.٥٧	زمن أداء الطعنة المستقيمة
٣٧.٦٨%	٠.٠٠	*٤.٩٦	٠.٥٢	٠.٢١	١.٣٨	٠.١١	٠.٨٦	زمن أداء الهجمة المغايرة
٣٦.٦٧%	٠.٠٢	*٢.٩٨	٠.٣٤	٠.٢٣	٠.٩٤	٠.١١	٠.٥٩	زمن أداء الهجمة القاطعة

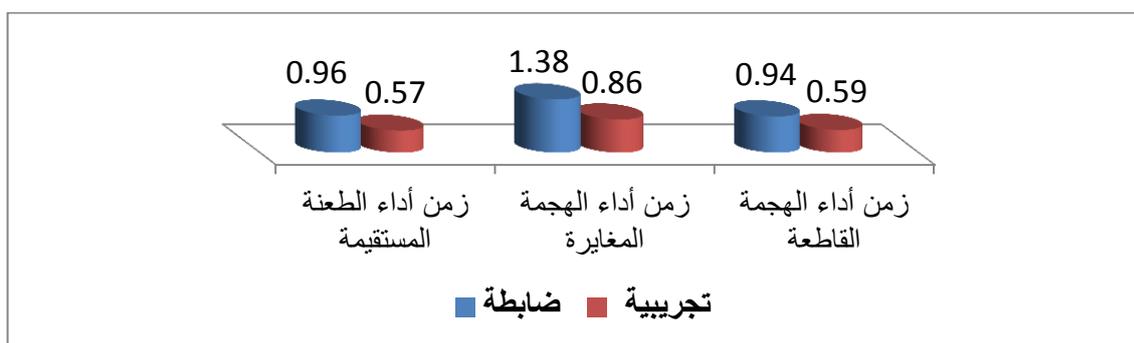
* قيمة (ت) الجدولية معنوية عند مستوى ٠.٠٥ = ٢.٣١

يتضح من الجدول () الخاص بالدلالات الإحصائية لزمن أداء مهارات الهجوم البسيط للمجموعتين التجريبية والضابطة بعد التجربة : وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) فى جميع المهارات حيث تراوحت قيمة (ت) المحسوبة فيها ما بين (٢.٩٨ إلى ٦.٠٥) وهذه القيم أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) = (٢.٣١) وبمستوى دلالة أقل من ٠.٠٥ ، وتراوحت نسب الفروق فى جميع مهارات الهجوم البسيط قيد البحث ما بين (٣٦.٦٧% إلى ٤٠.٥٩%) لصالح المجموعة التجريبية .

جدول (٣٥) يوضح معنوية حجم التأثير لزمن أداء مهارات الهجوم البسيط للمجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة بعد التجربة وفقاً لمعادلات كوهن $n = 10$

دلالة حجم التأثير	حجم التأثير	ايتا ٢	مستوى الدلالة	قيمة (ت)	وحدة القياس	الدلالات الإحصائية للمهارات
مرتفع	٣.٨٣	٠.٨٢	٠.٠٠	٦.٠٥	زمن	زمن أداء الطعنة المستقيمة
مرتفع	٣.١٤	٠.٧٥	٠.٠٠	٤.٩٦		زمن أداء الهجمة المغايرة
مرتفع	١.٨٨	٠.٥٣	٠.٠٢	٢.٩٨		زمن أداء الهجمة القاطعة

حجم التأثير : أقل من ٠.٢ ٠.٥ : منخفض ٠.٥ – ٠.٨ : متوسط ٠.٨ فأكثر: مرتفع
يتضح من جدول (٣٥) الخاص بمعنوية حجم التأثير لزمن أداء مهارات الهجوم البسيط للمجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة بعد التجربة وفقاً لمعادلات كوهن أن قيم حجم التأثير في جميع المهارات تراوحت ما بين (١.٨٨ إلى ٣.٨٣) وهذه القيم أكبر من (٠.٨) ولذلك كان تأثير المتغير التجريبي مرتفعاً في جميع مهارات الهجوم البسيط .



الشكل البياني (١٢) يوضح الفروق بين متوسطات القياسات البعدية الخاصة بزمن أداء مهارات الهجوم البسيط للمجموعة التجريبية والضابطة بعد التجربة

يتضح من الجدول (٢٨) و (٢٩) و (٣٠) و (٣١) و (٣٢) و (٣٣) و (٣٤) و (٣٥) والشكل البياني رقم (٨) و (٩) و (١٠) و (١١) و (١٢) والخاص بالإختبارات البدنية الخاصة وإختبارات المنظومة الحسية وزمن أداء مهارات الهجوم البسيط ونسبة التحسن للمجموعة التجريبية والضابطة بعد التجربة إلى تحسن قياسات المجموعة التجريبية على قياسات المجموعة الضابطة ويعزى الباحثان هذا التحسن إلى تأثير البرنامج التدريبي المقترح والذي طبق على المجموعة التجريبية عينة البحث .

ويتفق ذلك مع نتائج ممدوح محمد (١٩٩٥) (١٩)، طارق محمد (١٩٩٧) (١٢)، محمد أحمد (١٩٩٧) (١٦)، غادة فاروق (١٩٩٨) (١٥)، إبراهيم مجدى (١٩٩٨) (١)، منير مصطفى (١٩٩٨) (٢٠)، سهير محمد (١٩٩٩) (١٠)، هالة زهران (١٩٩٩) (٢٣)، سعيد غريب (٢٠٠٤) (٩)، ضياء

أحمد (٢٠٠٧) (١١) ، والتي تشير إلى أن البرامج التدريبية بما تحتويه من تدريبات لمتغيرات الإدراك الحس – حركي ذات فاعلية وتؤدي إلى تطوير هذه المتغيرات وكذلك تحسين مستوى الأداء المهارى فى مختلف الأنشطة الرياضية .

فالبرامج التدريبية التى تحتوى على تدريبات لتنمية الإدراك الحس – حركية ذات تأثير فعال وتؤدي إلى تحسين وظائف الجهاز الحس – حركي . (٨ : ١٢٩)

ويعتبر الإدراك الحس – حركي من أهم الوظائف النفس – حركية والتي تساهم فى إكتساب وإتقان المهارات الحركية فى كثير من الأنشطة الرياضية ، والتي تتطلب بالضرورة دقة تقدير العلاقات المكانية والزمانية والحركية ، كما يشكل أساس التحكم الدقيق للناشئ فى أداء حركاته المختلفة . (٩ : ١١٣)

إتضح أن هناك ارتباطاً قوياً معنوياً بين مهارة الهجوم البسيط واختبارات المنظومة الحسية ، ويعتقد الباحثون أن سبب ظهور علاقة الارتباط القوية المعنوية يرجع إلى تشابه تكتيك كل مهارة مع اختبار الإدراك الخاص بها، فضلاً عن أن التدريب المستمر والمتواصل أدى إلى زيادة قدرة المبارز على التركيز ودقة الأداء المهارى وهذا أدى بدوره إلى تنمية عملية الإدراك لهذه المهارة ، وهذا ما أكده مفتي إبراهيم فى أن إجادة المهارة الحركية الحسية ناتج عن قيام المتعلم بجهد مما يؤدي إلى تغير سلوكه الحركي إلى الأفضل ، كما أن القدرات البدنية هي حجر الأساس لممارسة الأنشطة الرياضية فمن خلال التعرف علي ما يمتلكه الفرد من قدرات حركية يمكن التنبؤ لما يحققه من مستوى الإنجاز الرياضي. (١٨ : ١٠٢)

بينما يشير عصام عبد الخالق (٢٠٠٥) إلي أن التمرينات البدنية تعتبر من الوسائل الرئيسية التي تعمل علي تطوير وتنمية الحالة التدريبية للفرد ، ويرتكز واجب التمرينات البدنية في مراحل تدريب المستويات العالية في تطوير مستوي إمكانات الفرد بما يتناسب مع متطلبات النشاط الرياضي الممارس ، لهذا يتم اختيار التمرينات المناسبة التي تضمن التقدم السريع للمستوي في النشاط الرياضي الممارس . (١٤ : ٢٨)

الإستنتاجات والتوصيات :

في ضوء نتائج البحث توصل الباحثان الي الإستنتاجات التالية :

١. أن استخدام تمرينات لتطوير عناصر المنظومة الحسية أدى إلي تحسن في القدرات البدنية الخاصة للمبارزين الناشئين تحت ١٥ سنة .

٢. أن استخدام تمارين لتطوير عناصر المنظومة الحسية أدى إلي تحسن في زمن أداء الهجوم البسيط للمبارزين الناشئين تحت ١٥ سنة .

٣. صلاحية إختبارات المنظومة الحسية المصمم من قبل الباحثان في القياس لدى المبارزين

التوصيات :

١. تطبيق البرنامج التدريبي المقترح باستخدام تمارين عناصر المنظومة الحسية للمبارزين الناشئين تحت ١٥ سنة لأنه كان له تأثير فعال على تطوير زمن أداء الهجوم البسيط .

٢. الإستفادة من الإختبارات المصممة من قبل الباحثان على مستوى الإتحادات والهيئات والمناطق لتسهيل عملية القياسات سواء في انتقاء الناشئين أو تقويم مستوى المبارزين كمؤشر لتحديد مستوى المبارزين .

٣. ضرورة إجراء دراسات وبحوث مشابهة على عينات أخرى، فضلا عن إجراء دراسات مقارنة للتعرف على الإدراك الحس- حركي بين المبارزين والمبارزات .

أولا : المراجع العربية :

- ١- إبراهيم مجدي صالح (١٩٩٨) : تأثير برنامج تدريبي لتنمية بعض متغيرات الإدراك الحس – حركي على مهارة التمرير والتصويب لناشئ كرة القدم ، مجله نظريات وتطبيقات بحوث التربية الرياضية ، العدد ٣٠ ، الاسكندرية .
- ٢- إبراهيم نبيل عبد العزيز ، تامر : المرجع الحديث فى المبارزة، الطبعة الاولى ، مركز الكتاب الحديث ، كلية التربية الرياضية بالهرم . (٢٠١٦)
- ٣- أبو العلا عبد الفتاح ومحمد صبحي : فسيولوجيا ومورفولوجيا الرياضي وطرق القياس والتقييم، ط١ ، القاهرة، دار الفكر العربى . (١٩٩٧) حسانين
- ٤- اسامة عبد الرحمن علي (١٩٩٩) : تأثير اختلاف الوسط التدريبي علي فعالية الأداء لحركات الرجلين للمبارزين الناشئين تحت ١٧ سنة ، رسالة دكتوراه ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الإسكندرية .
- ٥- حامد احمد وآخرون (١٩٨٦) : تأثير تطبيق برنامج تدريبي مقترح على مستوى الكفاءة الوظيفية للجهاز الحس – حركي لدى ناشئ الجمباز " ، المجلة العلمية للتربية الرياضية ، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة ، جامعه حلوان .
- ٦- حسين احمد حجاج (١٩٨٤) : تأثير تنمية التحمل الخاص على دقة طعنة المبارزين المبتدئين ،

- رسالة دكتوراه ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين بأبى قير ، جامعة الإسكندرية .
- ٧- حسين احمد حجاج (١٩٩٥) : دلالة مساهمة بعض الصفات البدنية في مستوى الأداء المهاري للمبارزات الناشئات ، بحث منشور ، مجلة نظريات وتطبيقات العدد ٢٤ ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الإسكندرية .
- ٨- حسين أحمد حجاج ، رمزى عبد : المبارزة - تعلم المهارات الأساسية ، كلية التربية الرياضية للبنين -جامعة الإسكندرية، الفتح للطباعة ، الإسكندرية . (٢٠١٧)
- ٩- سعيد غريب محمد (٢٠٠٤) : تأثير برنامج تدريبي مقترح على بعض المدركات الحس حركيه ودقه التصويب لدى ناشئ كرة السلة تحت ١٤ سنه ، رسالة ماجستير ، كليه التربية الرياضية للبنين ، جامعه الزقازيق .
- ١٠- سهير محمد البسيونى (١٩٩٩) : تأثير برنامج مقترح لتنمية بعض مكونات الإدراك الحس - حركي الخاصة على تعلم مهارة الإرسال الساحق في الكرة الطائرة ، المجلة العلمية ، الرياضة علوم وفنون ، المجلد الحادي عشر .
- ١١- ضياء احمد طلعت (٢٠٠٧) : " تطوير بعض متغيرات الإدراك الحس - حركي وتأثيرها على سرعه ودقه الضربة اللولبية لناشئ تنس الطاولة " رسالة ماجستير ، كليه التربية الرياضية للبنين ، جامعه الزقازيق .
- ١٢- طارق محمد النصيرى (١٩٩٧) : تأثير تطوير متغيرات الإدراك الحس - حركى على بعض المهارات لناشئ كرة اليد ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الزقازيق .
- ١٣- عباس عبد الفتاح الرملى (١٩٩٣) : المبارزة فى سلاح الشيش ، دار الفكر العربى ، القاهرة .
- ١٤- عصام الدين مصطفى عبد الخالق : التدريب الرياضى ، نظريات وتطبيقات ، ط ١٢ ، دار المعارف ، الإسكندرية . (٢٠٠٥)
- ١٥- غادة فاروق عبدالعزيز (١٩٩٨) : تأثير برنامج مقترح لتنمية بعض مكونات الإدراك الحس - حركي الخاصة بالكرة الطائرة على أداء بعض المهارات الأساسية ، رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة ، جامعة حلوان .
- ١٦- محمد أحمد السيد (١٩٩٧) : تطوير مستوى بعض القدرات الحس - حركية لدى ناشئ كرة السلة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الزقازيق .
- ١٧- محمد حسن علاوى (١٩٩٠) : علم التدريب الرياضى ، دار المعارف ، القاهرة .
- ١٨- مفتي إبراهيم حماد (١٩٩٨) : التدريب الرياضي الحديث ، تخطيط وتطبيق وقيادة ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- ١٩- ممدوح محمد سعد (١٩٩٥) : تطوير بعض متغيرات الإدراك الحس - حركى لناشئ كرة القدم ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الزقازيق .
- ٢٠- منير مصطفى عابدين (١٩٩٨) : تأثير برنامج مقترح لتنمية بعض مكونات الإدراك الحس -حركي

- على الأداء المهارى لناشئ كرة السلة ، رسالة الدكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعه حلوان .
- ٢١- نبيل محمد فوزي (١٩٩٦) : اثر برنامج مقترح ببعض العناصر البدنية علي المستوى المهارى وبعض القياسات الوظيفية والجسمية للاعبى سلاح الشيش . رسالة دكتوراة غير منشورة . كلية التربية الرياضية للبنين . جامعة حلوان .
- ٢٢- هارا (١٩٧٥) : أصول التدريب الرياضى ، ترجمة عبده نصيف ، مطبعة أوفست ، التحرير ، بغداد .
- ٢٣- هاله مالك زهران (١٩٩٩) : تاثير برنامج مقترح لتنمية بعض متغيرات الإدراك الحس – حركي والتحكم في التنفس على سباحه الزحف على البطن ، مجله بحوث التربية الرياضية بنين ، جامعه الزقازيق ، المجلد ٢٢ ، العدد ٥٠
- ٢٤- ياسر محمد حجر (٢٠٠٢) : علاقة الباراميترات الكين انثروبومتري ببعض الأدراكات الحس حركية للمبارزين الناشئين للمراحل السنوية تحت ١٧ سنه ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الإسكندرية .

مستخلص :

تأثير برنامج تمارينات لتطوير بعض عناصر المنظومة الحسية على زمن أداء الهجوم البسيط لدى المبارزين الناشئين تحت ١٥ سنة

يهدف البحث إلى التعرف على تأثير برنامج تمارينات لتنمية بعض عناصر المنظومة الحسية لتحسين زمن أداء الهجوم البسيط لدى المبارزين الناشئين تحت ١٥ سنة ، (٢٠٢١ / ٢٠٢٢) ، وتم إجراء هذا البحث على عينة من المبارزين تحت ١٥ سنة من الأسلحة (الشيش – سيف المبارزة) من نادي سيورتنج الرياضى حيث اشتملت عينة البحث على عدد (١٦) مبارزاً ، وقد تم التوصل إلى

- ١- أن استخدام تمارينات لتطوير عناصر المنظومة الحسية أدى إلى تحسن في القدرات البدنية الخاصة للمبارزين الناشئين تحت ١٥ سنة .
- ٢- أن استخدام تمارينات لتطوير عناصر المنظومة الحسية أدى إلى تحسن في زمن أداء الهجوم البسيط للمبارزين الناشئين تحت ١٥ سنة .
- ٣- صلاحية إختبارات المنظومة الحسية المصمم من قبل الباحثان فى القياس لدى المبارزين .

Abstract

The effect of a program of exercises to develop some elements of the sensory system on the performance time of the simple attack among the juvenile fencers under 15 years

The research aims to identify the effect of an exercise program to develop some elements of the sensory system to improve the performance time of the simple attack for the juvenile fencers under 15 years (2021 / 2022). From the Sporting Club, where the research sample included (16) fencing, and it was reached.

1- The use of exercises to develop the elements of the sensory system led to an improvement in the special physical abilities of the junior fencers under 15 years of age.

2- The use of exercises to develop the elements of the sensory system led to an improvement in the performance time of the simple attack of the junior fencers under 15 years old.

3- The validity of the sensory system tests designed by the researchers in the measurement of fencers.

Recommendations:

1- Implementation of the proposed training program using the exercises of the elements of the sensory system for the juvenile fencers under 15 years of age because it had an effective impact on the development of the time of performing the simple attack.

2- Take advantage of the tests designed by researchers at the level of federations, authorities, and regions to facilitate the process of measurements, whether in the selection of juniors or evaluation of the level of fencers as an indicator to determine the level of fencers.

3- The necessity of conducting similar studies and research on other samples, as well as conducting comparative studies to identify the kinesthetic perception between fencers and duels.