

الباب الثاني

| | |
|---|---------|
| الدراسات النظرية والدراسات المترابطة | 2- |
| الدراسات النظرية | 1-2 |
| مفهوم التمرين وأهميته | 1-1-2 |
| التمرينات العامة | 1-1-1-2 |
| التمرينات الخاصة | 2-1-1-2 |
| التمرينات المهارية | 3-1-1-2 |
| تمرينات المنافسة | 4-1-1-2 |
| الإحساس والإدراك | 2-1-2 |
| العلاقة بين الإحساس والإدراك | 1-2-1-2 |
| الإدراك الحس - حركي | 2-2-1-2 |
| كيف يحدث الإدراك (الحس - حركي) | 3-2-1-2 |
| المدرجات الحس - حركية الخاصة برياضة المبارزة | 4-2-1-2 |
| أهمية الإدراك الحس - حركي في الرياضة المبارزة | 5-2-1-2 |
| مفهوم مركز التحكم | 3-1-2 |
| أبعاد مركز التحكم | 1-3-1-2 |
| صفات ذوي التحكم (الداخلي - الخارجي) | 2-3-1-2 |
| مركز التحكم في الرياضة المبارزة | 3-3-1-2 |
| الهجوم بسلاح الشيش | 4-1-2 |
| الدفاع بسلاح الشيش | 5-1-2 |
| مهارة الرد بسلاح الشيش | 6-1-2 |
| الدراسات المترابطة | 2-2 |
| دراسة عدي غانم الكواز 2000 | 1-2-2 |
| دراسة هيثم محمد كاظم الجبوري 2011 | 2-2-2 |
| دراسة رجاء حسن إسماعيل ألمشاخي 2009 | 3-2-2 |
| مناقشة الدراسات المترابطة | 4-2-2 |

الباب الثاني

2- الدراسات النظرية والدراسات المترابطة:

1-2 الدراسات النظرية:

1-1-2 مفهوم التمرين وأهميته

تستخدم التمرينات الرياضية لأهداف عدة، فهي الوسيلة التي نسعى بواسطتها إلى تطوير التدريب للاعبين التي هي الهدف الحقيقي من عملية التدريب الرياضي.

وبعد التمرين الصفة التي تميز الوحدة التدريبية وعليه يبني مقدار التعلم وتطور الأداء، وتعددت الآراء حول مفهوم التمرين وذلك بسبب تعدد أغراضه فقد أكد (Magill, A, Richard, 1998) " يشكل التمرين والممارسة أحد المتطلبات الرئيسة في اكتساب تعلم المهارات الحركية وإتقانها إذ إن الخصائص الثابتة في نظريات تعلم المهارة هي التأكيد على فوائد التمرين في تعلم المهارات الحركية ، وإن إحدى هذه الخصائص هي : ان ممارسة التمرين تزيد من إعطاء الفرصة للمتعلّم في نجاح أدائه مستقبلاً وتزيد من خبرته على مواجهة متغيرات اللعب الحقيقية ".⁽¹⁾

وأضافت (فاتن ، 2000) " إن الصفة التي تتميز بها الوحدة التعليمية والتدريبية هي التمرين وعليه يبني مقدار التعلم وتطور الأداء وإتقانه ، ولكي يكون التمرين فعالاً ومؤثراً لابد أن يخضع لشروط واعتبارات أساسية ، ولهذا تعددت آراء الباحثين والمتخصصين لتصنيف التمرين وتقويمه ومقدار العوامل المؤثرة فيه والمادة المستخدمة في التمرين والأسلوب وغيره".⁽²⁾

ويشير (وجيه محجوب 2001) إلى "إن التمرين يؤدي إلى تطوير المهارة والوصول بها إلى التكتيك الصحيح والأوتوماتيكية في الأداء والقدرة على معرفة الخطأ وتحديده ويعمل على نقل اثر التعلم إلى مهارات أخرى مشابهة".⁽³⁾

⁽¹⁾Magill, A.Richard (1998): Motor Learning, Concepts and a pplication, bosston, Megraw-Hill,Fifh edition p.226.

⁽²⁾ فاتن إسماعيل العزاوي؛ أثر تداخل أساليب في التعلم و نقل أثره إلى بعض المهارات الاساسية في الكرة الطائرة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد، 2000، ص 19 .

⁽³⁾ ووجيه محجوب؛ التعلم وجدولة التمرين،: (عمان، دار وائل للطباعة والنشر، 2001)، ص 171.

فعره (فتحي احمد) بأنه " الحركات التي نختارها لتمارين الجسم وتربيته تربية متزنة فتكسبه بذلك المرونة وتمكنه من القيام بحركات واسعة النطاق وكبيرة المدى".⁽¹⁾

أما (ناهدة عبد، 2008) فقد عرفت التمرين بأنه " أداء أو إنجاز أو واجب معين بصورة متكررة لغرض اكتساب مهارة بصورة تامة، وكذلك هو كل تعلم منتظم يكون هدفه التقدم السريع لكل من الجوانب الجسمية والعقلية وزيادة التعلم الحركي الأداء الفيللاعب أو المتعلم، وفي تعريف آخر للتمرين "هو عبارة عن حركات عدة أو تكرار أداء حركي يؤدي بغرض معين تحت أسس علمية (فسيولوجية و تشريحية و تربية ... الخ".⁽²⁾

ومن خلال تحليل التعارف السابقة يرى الباحث أن التمرين هو مجموعة من الأوضاع والحركات التي تؤدي من قبل اللاعب لأغراض مختلفة ويدخل فيها عنصري الزمن و التكرار بشرط أن يكون منظما وصولا" باللاعب إلى أقصى قدرة على الأداء.

ووضعت مبادئ أو أسس عدة حول التمرينات ومنها ما وضعها (سجنر) وهي:-⁽³⁾

1-كمية التمرين

ان الشي الرئيس في عملية تعلم المهارات الحركية وتطور ادائها هو الزيادة في عدد محاولات التمرين .

2-نوعية التمرين

وتشمل كيفية اداء التمرين وهدفه واعتماد الدافعية وتجنب الاخطاء وادراك الظروف البيئية للتمرين وحالاته. ويأخذ التمرين مكانة مهمة كشكل اساسي للنشاط التدريبي لأنه يعد الوسيلة الأساسية للأرقام أو تطوير القدرات والمهارات الحركية

(1) فتحي احمد إبراهيم؛ المبادئ والأسس العلمية للتمرينات البدنية والعروض الرياضية . الإسكندرية: دار الوفاء للطباعة والنشر، 2008، ص5.

(2) ناهدة عبد زيد، أساسيات في التعلم الحركي، ط1: (النجف الأشرف، دار الضياء للطباعة والتصميم، 2008)، ص117.

(3)Signer , N.Pobert . Motor Learning and Human Performance , mecmillan publishing Co.inc NewYork , 1980 , P382.

وعلى ذلك اصبح اختيار التمرين ضمن الوحدة التعليمية أو التدريبية مهما جدا وعلى المدرس أو المدرب الالمام بكافة تفاصيل التمرينات وانوعها وتشكيلاتها وتوزيعاتها وتنظيماتها لكي يستطيع ان يكون مؤثرا وفعالا في العملية التعليمية أو التدريبية.

ويذكر (ظافر هاشم 2002) "عند استخدام التمرين يتبع التخطيط السليم والمتدرج والموجه في جدولته وتنظيمه وممارسته، لأن التمرين يرتبط بتأثيره في التعلم ولا بد من عدم إضاعة الوقت الكثير لأن التمرين هو أداء عمل معين أو واجب معين بصورة متكررة لغرض تعلم مهارات مكتسبة بصورة تامة" (1).

ويضيف (schmint 2000) "أن مقدار الوقت الذي يقضيه المتعلم في ممارسته التمرينات هو ليس المؤثر الوحيد في تطور التعلم فقط بل نوعية التمرين أيضاً خلال المدة المحددة، حيث نجد أن المتعلمين في بعض الأحيان يبذلون جهداً كبيراً ولعدة ساعات في تمرين غير مؤثر يسبب لهم الفشل أو الاحباط أو أن نوع المهارة وتصنيفها لم يلائم المحيط الذي يؤدي فيه لهذا يجب أن يضع المدرس أو المدرب في ذهنه أن يكون متقناً ومثابراً ومنضماً لبناء هيكل للتمرين وبأسلوب مؤثر" (2).

أهمية التمرينات:

للتمرين أهمية كبرى في الإعداد البدني العام والخاص والإعداد المهاري أن كان للمبتدئين أو المستويات العليا، وأشار (وجيه محجوب، 2000) إلى "أن أهمية التمارين تكمن في تشكيل أكبر عدد ممكن من العضلات مع تحسين المهارات القديمة وتنمية عناصر اللياقة البدنية للإعداد المهاري والوصول إلى التوافق الآلي ، وأن التمرين يؤهل الفرد الرياضي في الإعداد البدني والفكري واكتساب ربط أجزاء الحركة وجمالها، وهو بمثابة نقل التعلم من المهارة إلى أخرى وأن أهم فائدة من التمرين هي توسيع الإدراك الحسي" (3)

(1) ظافر هاشم. الاسلوب التدريسي المتداخل وتأثيره في التعلم والتطور من خلال الخيارات التنظيمية المكانية لبيئة تعليم التنس، اطروحة دكتوراه، (غير منشورة)، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، 2002، ص25.

(2) Schmidt A. richard and Craig A. wrisberg. Motor Learning and performance. Human Kcnits, 2000. p.232.

(3) ووجيه محجوب؛ المصدر السابق، 2001، 168.

ويشير (Schmidt, 2000) إلى أهمية التمرين في أنه:⁽¹⁾

- ١ - يسهم بقدر كبير في رفع مستوى اللياقة البدنية.
- ٢ - قيمته التربوية لتعويد اللاعب على النظام والدقة في العمل.
- ٣ - الاحتفاظ بصحة القوام وإصلاح العيوب والتشوهات.
- ٤ - يعد التمرين أساساً لإعداد اللاعبين للموسم الرياضي.
- ٥ - يمكن ممارسته لجميع مراحل النمو سواء من ناحيتي الجنس والسن.
- ٦ - تكمن أهمية التمرين في الإعداد البدني العام والخاص لجميع أنواع الأنشطة الرياضية.

وهناك شروط عدة لابد من توافرها في التمرينات وهي :

- ١- أن تكون التمرينات مختلفة ومتنوعة لغرض التأثير الشامل على الجسم.
- ٢- أن يكون ترتيب التمرينات متدرج من البسيط إلى المعقد.
- ٣- أن تعمل التمرينات على زيادة مرونة المفاصل والعضلات وإصلاح الجسم بما يتناسب والنمو الطبيعي.
- ٤- تحقق التمرينات الصفات الحميدة مثل الإرادة والمثابرة.

- أنواع التمرينات الرياضية

تعد التمرينات أسلوباً رئيساً لتطوير حالة التدريب للاعب وتنميته، ويحتاج لاعبو المباراة اليوم للوصول إلى مستوى البطولة لأشكال كاملة ومتنوعة من التمرينات لتأمين البناء الجسمي الأساسي من جهة، والقدرات البدنية والحركية المناسبة لنوع الأداء المهاري والخططي المطلوب تنفيذه من جهة أخرى. تقسيم التمرينات من حيث أغراضها تقسم إلى⁽²⁾.

- التمرينات الأساسية العامة هما (بنائي-حركي).
- تمرينات علاجية .
- تمرينات تعويضية.
- تمرينات استعراضية .

⁽¹⁾Schmidt A.richard and Craig A.wrisberg. O.P. 2000. p.232.

⁽²⁾ فتحي احمد إبراهيم؛ المصدر السابق ، 2008، ص134-146.

- التمارين النظامية.
- التمارين الإصلاحية والتشكيلية.
- التمارين التوافقية وأنواعها.

وقد قسمت التمرينات حسب آراء الخبراء والمختصين والمدارس كالمدرسة الألمانية والتي جاءت نقلاً عن سيرجي و بوليفسكي الى: (1)

1- التمرينات العامة.

2- التمرينات الخاصة.

3- تمرينات المنافسة.

2-1-1-2 التمرينات العامة: (2)

تعد القاعدة الأساسية في التدريب الرياضي وأنشطته المتعددة وتؤدي هذه التمرينات بشكل متكرر مع إجراء التعديل عليها، من حيث كمية تكرارها والمدة الزمنية التي تستغرقها فضلاً عن العمل على زيادة صعوبتها وإجراء التعديلات عليها بما يتناسب مع قدرات ومستوى اللاعب المتطورة.

2-1-1-2 التمرينات الخاصة: (3)

هي تمرينات جسمية تعمل على تطوير القوة العضلية عند ربطها مع تطوير صفات حركية أخرى بما يتناسب والتركيب الخارجي والداخلي للتمرين الرياضي وهذه العلاقة يمكن ان تشمل الحركة بكاملها او جزء منفردا منها. "التمرينات المرتبطة بنوع الفعالية يكون هدفها الاساسي هو تطوير العناصر الاساسية المرتبطة بنوع الاداء ويكون شكل الاداء لها مشابه لطريقة اداء المنافسة". (4) هي التمرينات التي تهدف لتطوير القدرات البدنية والمهارات الحركية الخاصة وتكامل الأداء المهاري وترقية الفهم الخططي للاعبين لمختلف أنواع الأنشطة الرياضية مثل العاب الكرة والعاب القوى والمبارزة.

(1) سيرجي و بوليفسكي: التمرينات البدنية، (ترجمة) علاء الدين محمد عليوة، ط1، (الاسكندرية، ماهي للنشر والتوزيع، 2010)، ص20.

(2) ناهده عبد زيد الدليمي: مختارات في التعلم الحركي، ط1، النجف، دار الطباعة والتصميم، 2011، ص66.

(3) عبد علي نصيف وقاسم حسن حسين: تدريب القوة، بغداد، الدار العربية للطباعة، 1978، ص73.

(4) عادل تركي حسن الدلولي: مبادئ التدريب الرياضي وتدريبات القوة، العراق، دار الضياء للطباعة والتصميم، 2011، ص74.

ويذكر (البساطي) إن هذه التمرينات الخاصة تأخذ صيغا وأشكالا متنوعة منها⁽¹⁾:

- 1- التمرينات المهارية.
 - 2- التمرينات المهارية والبدنية معا.
 - 3- التمرينات المهارية والخططية.
 - 4- التمرينات المهارية والخططية والبدنية معا.
 - 5- تمرينات المنافسات التدريبية.
- ولهذه التمرينات فوائد عدة منها⁽²⁾:
- 1- مشابهة لواجب اللاعب في اللعب الحقيقي.
 - 2- تختصر وقت التدريب، إذ يتمكن المدرب من إعطاء مهارات عدة في التمرين نفسه.
 - 3- تنمي التوافق الحركي للاعب.
 - 4- تدرب اللاعب على متطلبات وواجبات مركزة في الخطة.
 - 5- تطور الصفات البدنية والمهارات الأساسية والأسس الخططية لدى اللاعب.
- أما فائدة التمرينات الخاصة فتكمن في " كونها موجهة تتمكن من توزيع المؤثرات الحركية منها أكثر من التمرينات الأخرى ، لذا يجب عدم النظر إليها بوصفها احتياطاً بل هي وسيلة فعالة ذات شروط كثيرة ترتبط بالناحية الجسمية ولها دور مهم في الفترة التحضيرية لمختلف الألعاب الرياضية ، وبذلك تؤثر بشكل فعال عند ارتباطها بتمرينات السباقات."⁽³⁾

2-1-1-3 التمرينات المهارية

وتعد التمرينات المهارية من التمرينات الخاصة فإنها تؤدي في مواقف اللعب طبقاً لشروط قانون اللعب، وأنها تعد الوسيلة الأساسية لتطوير حالة التدريب لدى اللاعبين في المرحلة الأخيرة من مدة الإعداد، ولها تأثير إيجابي في تطوير مكونات التدريب البدنية والمهارية والخططية والنفسية لديهم، وترتبط بين هذه المكونات بطريقة منظمة ومنسقة، ويجب اختيار التمرينات التي تحقق الهدف من التدريب بكل وحدة

(1) أحمد أمر الله البساطي؛ أسس وقواعد التدريب الرياضي وتطبيقاته : (الإسكندرية، منشأة المعارف، 1998)، ص26.

(2) سامي الصفار، (وآخرون)؛ كرة القدم، ج 2 : (الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر، 1987)، ص170.

(3) عبد علي نصيف، وقاسم حسن حسين؛ مبادئ علم التدريب الرياضي : (بغداد، مطبعة التعليم العالي، 1987)، ص87.

تدريبية يومية بعناية، وهذا ما أكدته (الببيك) بأن " هذه التمرينات في حد ذاتها الجزء النهائي من الإعداد، حيث يكون الهدف الأساسي هو تحويل كل من الإعداد العام والخاص إلى الاستخدام الفعلي والحقيقي خلال المباريات وهي بمثابة التكيف المسبق للتعرف على نقاط الضعف خلال المباريات"⁽¹⁾.

وفي ضوء ما تقدم يرى الباحث أن رياضة المبارزة كغيرها من الألعاب الرياضية تحتاج إلى تمرينات خاصة بها لإتقان الأداء الحركي لضمان تحقيق المستوى العالي. ومن أجل تحقيق ذلك المستوى العالي لابد من زيادة صعوبة أداء التمرينات للحصول على التكيف فضلاً عن تطور متطلبات الاستجابة المركبة .

2-1-1-4 تمرينات المنافسة:⁽²⁾

تعد الأساس الذي يتم من خلاله إعداد اللاعب بنفس مواصفات الأداء والمسار الحركي التي تؤدي بها المهارات في المنافسات وبنفس الزمن والتي يتم من خلالها تهيئة اللاعب للبطولة أو المنافسة. حيث يسمى تمرين المنافسة هو كل شكل حركي ينسجم مساره الحركي وميزة حمله مع متطلبات المنافسة للفعالية التي يتخصص فيها الرياضي. وعلى أساس شكل الحركات وميزة حمل المنافسة الخاصة (شدة وسعة الحمل ونوعية الحركة) لذلك أصبحت تمرينات المنافسات ذات فعالية خاصة لبناء العلاقة المتناسقة بين عناصر وتكامل مجمل مستوى الفعالية الخاصة. يهدف هذا النوع من التمرينات إلى الوصول باللاعب إلى أعلى المستوى من القدرة على الأداء الحركي والتكوينات والتشكيلات الحركية، وتعطى هذه التمرينات إما للعروض الخاصة في الأماكن المغلقة كصالات التدريب أو تؤديها مجموعة صغيرة أو تؤدي التمرينات فردية في البطولات.

2 - 1 - 2 الإحساس والإدراك

يعد الإحساس أول عملية التي عن طريقها نتعرف على عالمنا الخارجي إذ إن أجسامنا مزودة بأنظمة خاصة لجمع المنبهات أو مثيرات عن طريق الحواس. وهذه الحواس تلتقط المثيرات وتجعلنا نتوافق مع البيئة التي نعيش فيها باستجابات مختلفة

(1) علي فهمي الببيك؛ راحة الرياضي : (الإسكندرية، منشأة المعارف، 1994)، ص97.

(2) هارا: أصول التدريب، (ترجمة) عبد علي نصيف، (الموصل، مطبعة جامعة الموصل، 1990)، ص88-89.

ومناسبة. فعندما تلتقط حواسنا المنبهات ينتقل اثر هذه التنبيهات عن طريق الاعصاب الموردة إلى المراكز العصبية في المخ لكي يتم تفسيرها وترجمتها إلى حالات شعورية بسيطة.

وعرفه (علي 2002) بأنه " استجابة شعورية واعية للأحداث الخارجية والداخلية أي إنه الأثر النفسي الناتج عن تنبيه أية حاسة سواء كانت داخلية أو خارجية " (1) . أما الإدراك فيعد العملية الأساسية الهامة التي يتحقق بها معرفتنا بالعالم الخارجي، ويقوم عليها التعلم المعرفي والمهاري نتيجة لخبرة حسية أو عن طريق المثيرات الحسية المختلفة التي تصطدم بحواسنا ويتم تفسير هذه المثيرات وصياغتها بمعاني يمكن فهمها. وفي هذه البيئة المليئة بالمثيرات يساهم الإدراك على تصنيف و تنظيم ما نلتقاه ونتصرف على ضوء تفسيراتنا للحقيقة التي ندركها. وتزداد قوة الإدراك مع تقدم العمر، وكذلك يرتبط بالمجال الذي يهيمن عليه وما ينجم عن ذلك من التفاعل.

فالإدراك هو " العملية التي نستنتج من خلالها المعلومات أو نتعرف بها على هذه المعلومات نتيجة التنبيه المادي الصادر من حولنا . أو القدرة على معرفة الأشياء عن طريق الحواس " (2).

لأن عملية الإدراك "عملية انتقائية فنحن لا نستجيب لكل المثيرات التي نتعرض لها بل نركز على عدد منها وهذا يبقى التركيز الإدراكي المثيرات في بؤرة الشعور وتقاوم المثيرات المشوشة " (3) .

ولأن الإدراك في جوهره عملية متكاملة حيث تبدأ بنظرة كلية للأشياء ثم ينتقل إلى نظرة جزئية لتفحص محتويات الشيء المدرك للتعرف على مكوناته وبالنتيجة تنتهي بنظرة كلية شاملة بعد التدقيق في تفاصيل المدركات و هكذا يتكامل الإدراك بالانتقال بين الكلي والجزئي حتى تتضح الصورة و تتمايز وتحفظ في الذاكرة كخبرة متراكمة تستخدم عند الحاجة و بذلك تتوسع افق المعرفة الإدراكية وتزداد الخبرات. (4)

(1) علي الأمير ؛ فلسفة النفس . ط1 : (بغداد ، دار الشؤون الثقافية ، أفاق عربية ، 2002) ص146.

(2) احمد محمد الزعبي ؛ علم نفس النمو (الطفولة والمراهقة) : (عمان ، دار زهران للنشر والتوزيع ، 2009) ، ص163.

(3) عبدالستار جبار الضمد ؛ علم النفس في الرياضة ، ط1 : (عمان ، دار الخليج للنشر والطبع ، 2010م) ، ص149.

(4) أنس شكشك ؛ علم النفس العام ، ط1 : (حلب ، دار النهج للدراسات والنشر والتوزيع ، 2008م) ، ص16.

وفي المجال الرياضي تحدث الكثير من الاخطاء الإدراكية بسبب توجيه المتعلم انتباهه إلى جانب معين من الواجب الكلي للحركة ويهمل جوانب أخرى . أوهناك من المثيرات يكون ادراكه صعباً إلا في حالة حدوثها بمستويات مرتفعة . وكذلك لأن ادراك الحركة عملية معقدة تحتاج إلى استثارة العديد من الأعضاء الحسية المختلفة في الجسم لتقديم المعلومات وتفسيرها وإن أي ضعف في هذه الحواس يؤدي إلى الخطاء في الإدراك وبالتالي تعيق عملية تعلم المهارات الحركية .

ولذلك يعتمد الإدراك في المجال الرياضي على أربع عمليات هي :- (1)

أولاً : الاكتشاف (الحركة الرياضية) .

ثانياً : التحويل (تحويل الطاقة من شكل إلى آخر) .

ثالثاً : الارسال (ارسال الاشارات إلى أماكن عملها) .

رابعاً : التجهيز (تجهيز المعلومات) .

2-1 - 1-2 العلاقة بين الإحساس والإدراك :

هناك علاقة وطيدة بين الإحساس والإدراك وذلك لأن أي انعدام لحاسة من الحواس سيؤدي إلى انعدام الموضوعات المرتبطة بها ، " فالإدراك يتم عن طريق الإحساسات التي تنتقل عن طريق الأعصاب إلى المخ الذي يؤدي إلى حدوث عملية الإدراك ، فالإنسان يستقبل المنبهات التي ترد له ويحس بها ويترجمها إلى معاني ومفاهيم ، وبذلك لا يمكن أن نقول بأن هناك إدراكاً بدون إحساس أو إحساس بدون أدراك ، ذلك لأن عملية التفسير لكل منهما ويعتمد على الآخر ويكمله " (2)

ويذكر (وجيه 2000) " أن الأحاسيس تشكل الأساس للإدراك ويقترن الإدراك بالأحاسيس التي هي بالأساس ظاهرة أولية بسيطة لظاهرة الإدراك فالإحساس يسبق الإدراك ، إذ إن الإدراك يستمد فعاليته من الحواس التي تنتقل المؤثرات من الأعصاب إلى الحواس ومراكزها في الدماغ إذ تتم عملية الإدراك " (3) .

(1) قاسم حسن حسين؛ علم النفس الرياضي (مبادئه وتطبيقه فب مجال التدريب)، (الموصل، مطبعة التعليم العالي، 1990)، ص 96.

(2) نجاح شلش، وأكرم صبحي؛ المصدر السابق ، 2000، ص 199 .

(3) (وجيه محبوب (وآخرون) ؛ نظريات التعلم والتطور الحركي : (بغداد ، مطبعة وزارة التربية ، 2000) ص 41 .

2-2-1-2 الإدراك الحس - حركي:-

يعد الإدراك الحس -حركي إحدى العمليات العقلية التي تؤدي دوراً مهماً في تكامل الأداء الحركي والشعور العضلي الصحيح عند الأداء لمختلف أجزاء الجسم وفقاً لخصوصية الأداء. إن جميع المعلومات تصل إلينا عن طريق حواسنا المختلفة من خلال منطقة استقبال الرسائل من الحواس ، وعن طريق مناطق في المخ تحلل تلك الرسائل وتعطي لها التفسير المعني والذي يتطلب من المخ إرسال إشارات إلى الجسم لتحقيق عدد كبير من الحركات . والإدراك الحسي - الحركي من العمليات العقلية الكبرى والتي يفسر الفرد عالمه الخارجي وفي ضوء هذا التفسير يحدد نوع السلوك الحركي الذي يستجيب لها. إذ يبدأ بالإحساس بالمشيريات ويتم نقل هذه المشيريات الحسية إلى الأعصاب الحسية لكي ينقل إلى المخ ليفسرها و يقارنها بالخبرات الحركية المخزونة ليتم انتقاء استجابة معينة ونقل الإيعازات عن طريق الأعصاب الحركية إلى أجزاء الجسم للقيام بعدد من الحركات .

ويرى قاسم حسن حسين " أن الإدراك الحس - حركي هو بمثابة الدعامة الأولى لمعرفة الإنسانية فهو يعطي المحسوسات أو الحوافز المختلفة معناً ، والجهازان المختصان بهذه العملية هما الجهاز الحسي (الجهاز المحيطي الخارجي) والجهاز العصبي المركزي وأن سلامة هذين الجهازين ودرجة نموها تؤثران في عملية الإدراك " . (1)

ويتفق الباحث مع (جيف 1995م) في أن الإدراك الحسي الحركي هو "قدرة الفرد على استقبال المعلومات الحسية وتفسيرها والاستجابة لها بنجاح، وهو وسيلة لمعرفة أو تفسير للمعلومات واخراج الاستجابة الحركية " . (2)

أما الباحث يعرف الإدراك الحسي - الحركي بأنها العملية العقلية التي تعطي النتائج عن كيفية تفسير أو تأويل المعلومات الآتية للفرد (المثيرات

(1) قاسم حسن حسين : علم النفس الرياضي : (الموصل، مطابع التعليم العالي، 1990)، ص92.

(2) Jeff Walkley: Motor Skills & Perceptual Motor Programs : (USA , the ACHPER Healthy Lifestyle Journal, 1995) , P18.

(الحسية) عن طريق الحواس بعد تنظيمها ومقارنتها بالخبرات السابقة وكيفية الاستجابة الحركية لها ومن ثم تخزينها في الذاكرة كخبرات سابقة .
ويوضح (ميشيل و جوهان ، 2008م) أن الإدراك الحسي - الحركي هي حلقة الاتصال التي تتوسط بين المعرفة والبيئة الخارجية والتي تتكون من عدة طبقات تعمل بشكل متوازي بينهم و مع بعضهم البعض والتي تعطي القدرة على المعالجة الحسية والمعرفية ، وبدون قدرات الإدراك الحسي - الحركي فإن البيئة لا توفر فضاءً مباشراً في تقديم مساهمات للمعرفة ولا يمكن للمعرفة أن تؤثر بشكل مباشر على البيئة .⁽¹⁾

2- 1 - 2 كيف يحدث الإدراك (الحس . حركي) :

إن عملية الإدراك (الحس . حركي) تعتمد على كل من النظام الحسي والمخ " فالنظام الحسي يكتشف المعلومات ويحولها إلى نبضات عصبية ويجهز بعضها ويرسل معظمها إلى المخ عن طريق الأنسجة العصبية ، إذ يؤدي المخ الدور الرئيس في تجهيز المعلومات الحسية "⁽²⁾ .

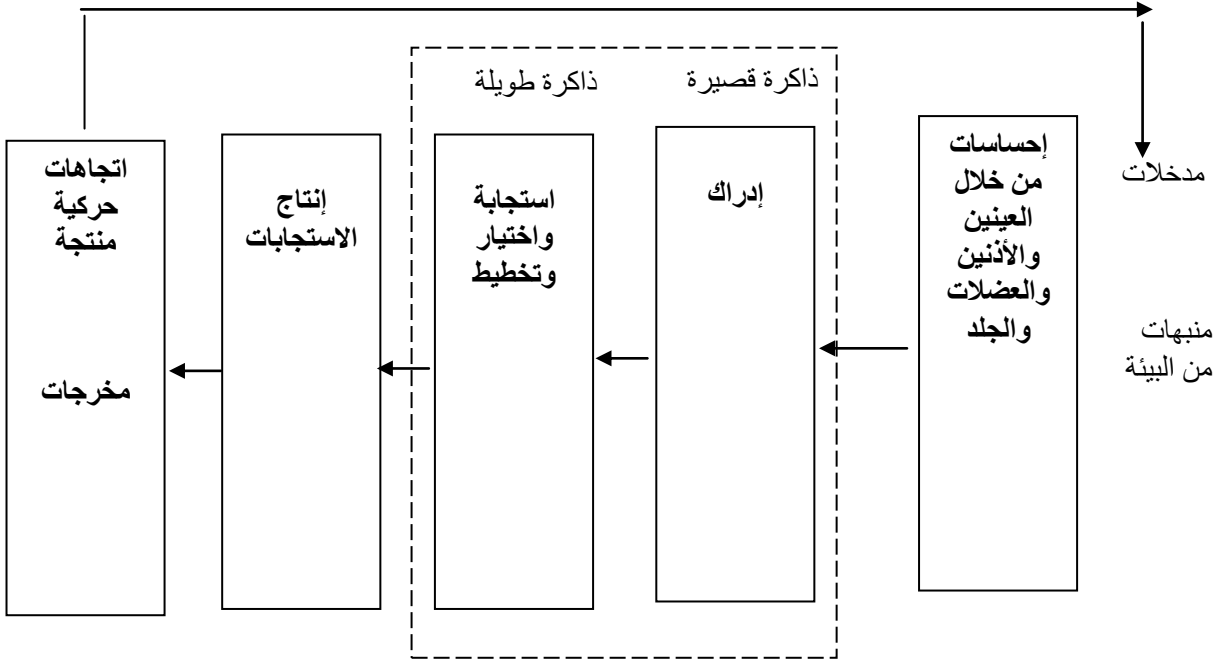
وتتم عملية الإدراك (الحس . حركي) من خلال تتابع مراحل معينة يمكن تلخيصها بما يلي : " التعرف على المعلومات الحسية من خلال قنواتها (السمع والرؤية) وتتم عملية تمييز وانتقاء لها ثم ترسل إلى مناطق معينة ، إذ تتكامل وتخزن خلال خلايا المخ على أساس خبرات الفرد السابقة ، كل هذه المعلومات تتكامل مع الخبرات السابقة والحالية "⁽³⁾. وذلك لانتقاء ما هو ملائم للواجب الحركي لتمريره للمولد الحركي لاتخاذ القرار بأداء الفعالية أو النشاط من خلال الإيعاز إلى الجهاز العضلي للقيام بالأداء "⁽⁴⁾. والشكل (1) يوضح آليه حدوث الإدراك (الحس - حركي).

⁽¹⁾Michel Byrne and John R. Anderson; Enhancing ACT-Rs Perceptual- motor Abilities : (Pittsburgh, Mellon University, PA 15213-3890byrne+@andrew.cmu.edu , 2008) , p 880.

⁽²⁾ محمد صبحي حسنين وحمدى عبد المنعم ؛ الأسس العلمية للكرة الطائرة وطرق القياس ، ط1 : (القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 1997) ص158 .

⁽³⁾ لندال دافيد وف ؛ مدخل علم النفس ، ترجمة سيد الطوب وآخرون ، ط3 : (مصر ، دار ماكجروهيل للنشر،الدار الدولية للنشر ، 1998) ص251 .

⁽⁴⁾ أمين أنور الخولي وأسامة كامل راتب ؛ التربية الحركية : (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1982) ص209 .



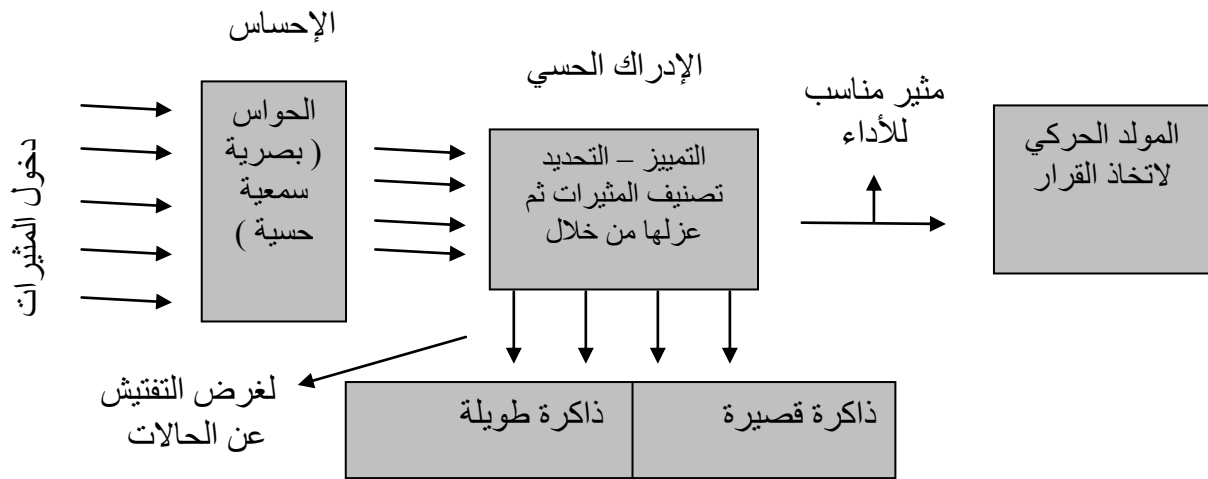
الشكل (1): يوضح آلية حدوث الإدراك (الحس . حركي)

فعندما يقوم مؤثر بالتأثير على الأعصاب الحسية " ينتقل أثر التنبهات بواسطة أعصاب خاصة معينة في المخ ، وهناك يترجم هذا الأثر إلى حالة شعورية نوعية بسيطة هي ما يعرف بالإحساس والمادة الخام يستلمها المخ من أعضاء الحس خلال الأعصاب الحسية تستخدم وتفسر من قبل الفرد بناء على خبرته السابقة، وفي حدود الأنشطة التي قد يكون الشخص منهمكا فيها في تلك اللحظة إذ يتناولها بالتأويل ويفرغ من عنده ما يحيلها معاني ورموز، وعملية التأويل أو تفسير المعلومات تتدخل فيها الذاكرة والمخيلة. فنحن نفسر العناصر في ضوء الخبرات السابقة ، ولذا نختلف في تأويلنا للشيء نفسه لاختلاف خبراتنا السابقة" (1).

وتتم عملية الإدراك الحس . حركي من خلال تتابع مراحل متعددة تبدأ عندما يكون هناك مثير مناسب لنوع الحاسة وبشدة كافية يؤثر فيها مولداً سيالات عصبية يتم نقلها عن طريق الألياف العصبية الحسية الخاصة بتلك الحاسة إلى مناطق في المخ خاصة بتلك الحاسة، مما يؤدي إلى تزويد الدماغ بمعلومات حسية ذاتية يتم تفسيرها عن طريق عملية الإدراك على أساس خبرات الفرد السابقة المخزونة في الذاكرة ،

(1) حلمي المليجي ؛ علم النفس المعاصر ، ط 1 : (بيروت ، دار النهضة العربية ، 2000) ص 205 . (2)

والذي يولد إدراكاً حسيّاً اتجاه المثير وفي ضوءه يتم اتخاذ القرار بشكل يتناسب والموقف الحركي، ويتم تنفيذ القرار من خلال إشارات عصبية حركية من الجهاز العصبي المركزي يتم نقلها عن طريق الألياف العصبية الحركية إلى المجاميع العضلية المسؤولة عن الحركة ، مؤدياً إلى ظهور الاستجابة الحركية لذلك المثير. والشكل (2) يوضح آلية عمله.



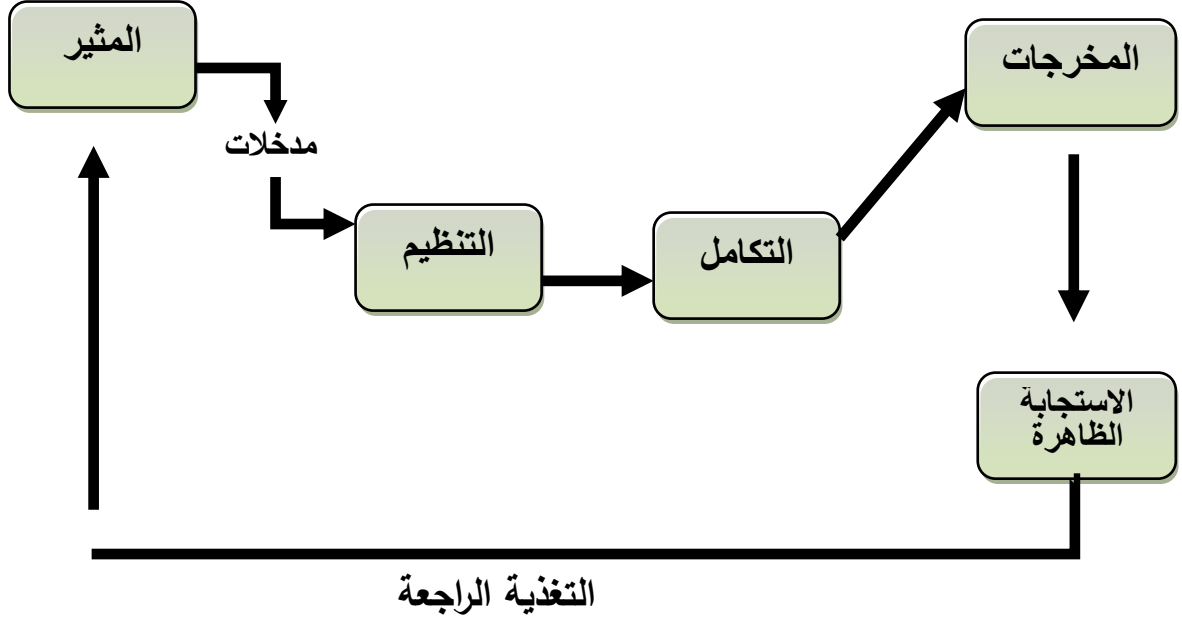
الشكل (2): يوضح آلية عملية الإدراك الحسي - حركي (1)

- إن عملية الإدراك الحسي - الحركي يحدث نتيجة لتتابع مراحل منتظمة و متسلسلة ، و يوضح (كليفتون Clifton) هذه المراحل و كما يلي : - (2)
- 1- المدخلات : استقبال المثيرات الحسية عن طريق المستقبلات الحسية الخارجية والداخلية وتحويلها إلى صورة نموذج لطاقة عصبية إلى المخ .
 - 2- التنظيم : جمع و تبويب كل المثيرات الحسية وجعلها ملائمة للاستعمال في المستقبل.
 - 3- التكامل : الملائمة بين المعلومات الجديدة والمعلومات السابقة و تخزينها .
 - 4- المخرجات : ترجمة المعلومات المتكاملة إلى نموذج جديد من الطاقة العصبية التي تقود إلى الاستجابة .

(1) وجيه محجوب ؛ المصدر السابق ، 2001 ، ص 43 .

(2) الين وديع فرج ؛ خبرات في الألعاب للصغار والكبار ، ط2 : (الاسكندرية ، الناشر منشأة المعارف ، 2002م) ، ص 248.

- 5- الاستجابة : الفعل الظاهري الحقيقي للإدراك الحسي أي الحركة .
- 6- التغذية الراجعة : يحدث للاستجابة الظاهرة التغذية الراجعة إلى قسم من المثيرات في الدائرة مسببا توليدا لمدخلات ومثيرات معدلة، وهذه العملية هو مفتاح النمو الإدراكي. وهذه العمليات يمكن أن يوضحها الشكل (3):



الشكل (3): يوضح مراحل عملية الإدراك الحسي - الحركي كما يوضحها (إلين) نقلاً عن (كليفتون)

يرى الباحث أن عملية الإدراك (الحس - حركي) تتم بمراحل منتظمة (متراصة ومتسلسلة)، وأن وجود أي خلل خلال هذه المراحل يؤثر في مجمل عمليات الإدراك (الحس - حركي)، فنوعية الاستجابة الحركية تعطي تغذية راجعة تؤدي إلى تصحيح الإدراك وبالتالي تصحيح الأخطاء عند الأداء وهذه العملية تكون مستمرة إلى أن يتطابق الأداء مع الواجب الحركي.

2-1-2-4 المدركات الحس - حركية الخاصة بالرياضة المبارزة

تعد دراسة المدركات (الحس - حركية) من الدراسات ذات الأهمية الكبيرة في تعلم أي نشاط من الأنشطة الرياضية والتدريب عليها وخاصة رياضة المبارزة إذ إن

غالبية مهاراتها الحركية البسيطة والمعقدة تعتمد بدرجة كبيرة على القدرة الحركية، وعلى مدى ما يدركه اللاعب للشكل والمجال الذي تمت فيه .

ويلعب الاحساس والإدراك دوراً مهماً وكبيراً في عملية التوافق العصبي العضلي بالنسبة للحركات الرياضية البسيطة والمعقدة التي تتطلب التمييز بين أجزائها المختلفة " فطبيعة الإحساس الحركي بالنسبة لمهارة معينة تؤثر في درجة التوافق لهذه المهارة من حيث إحساس اللاعب بوضع المفاصل (صفة المرونة) ودرجة الشد العضلي (والقوة)"⁽¹⁾.

ترتبط رياضة المبارزة بأنواع عدة من مدركات حس -حركية والتي يمكن تسميتها وتطويرها من خلال المناهج التدريبية الخاصة والتي لها علاقة وطيدة بالأداء المهاري الخاص باللعبة من ناحية الدفاع والهجوم، وإن نجاح لاعب المبارزة في عملية الاستدلال وتحليل مواقف اللعب المختلفة أثناء المباراة يحدده سرعة ودقة استيعابه لكل المدخلات قدر الإمكان، لذا فإن قدرة اللاعب على رؤية الملعب وملاحظة مواقف اللعب المختلفة أثناء المباراة ترتبط بنمو وتطوير خاصية الإدراك الحسي البصري للمكان أو المسافة أو الزمن أو بقوة وسرعة الحركة على وجه التحديد.

ومن أهم هذه المدركات هي:

1- إدراك الإحساس بالمكان:-

وهي قدرة لاعب المبارزة على تحديد المكان النموذجي الذي يستطيع التحرك به خلال التدريب والمنافسة ،علماً أن لاعب المبارزة يتحرك ضمن حدود ميدان خاص بالمنافسة وهذا المكان يكون مرتفع عن الأرض وهو بمسافة (50 سم) وطول الملعب محدد بمسافة (14 م) وعليه يجب على اللاعب التعامل مع هذا المكان بموضوعية وفعالية لتحقيق الإنجاز الصحيح بالتحرك إلى الأمام والخلف وعدم الخروج من الميدان، وهذا يعتمد على المدركات الحس - حركية بالمكان ، بالإضافة

⁽¹⁾نزار الطالب وكامل لويس : علم النفس الرياضي : (الموصل، دار الحكمة للطباعة والنشر، 2001)،

إلى ذلك إدراك العلاقات المكانية في أثناء الأداء الحركي للاعب خلال المنافسة الرياضية.

2- إدراك الإحساس بالزمن:-

ويعني ادراك الزمن قدرة المتعلم (اللاعب) على تحديد زمن المثير وزمن أداء الحركة. وتعد هذه القدرة مهمة في المجال الرياضي، إذ يتحتم عليه أن يكون لديه إحساس تام بالزمن الذي تستغرقه الحركة المتكررة أو المتعاقبة ليتمكن من تحديد سرعة الأداء الحركي. (1)

وفي رياضة المبارزة يعتمد على قدرة اللاعب لتحديد زمن أداء الحركات الخاصة بالهجوم والدفاع والتقدم والتقهقر، أو الأداء الخططي الدفاعي، أو الهجومي الذي يقوم به اللاعب وماهي اللحظات المناسبة للتقدم للهجوم وأخذ لمسة من الخصم وما هو الزمن الحركي للتقهقر بالدفاع من خلال هجوم الخصم، وهذه القدرة بادراك الإحساس بالزمن تلعب دوراً بارزاً في نجاح اللاعب في رياضة المبارزة بأخذ التوقيت المناسب للحصول على اللمة والدفاع من الجسم خلال المنافسة الرياضية.

3- إدراك الإحساس بالمسافة:-

وهي قدرة اللاعب بتحديد مسافة اللاعب المنافس ومكان وقوفه ومسافة امتداد الذراع والسلاح في حالة الاستعداد والهجوم لأخذ لمسة والدفاع عن الجسم (الهدف)، وقرب اليد التي تحمل السلاح من الجسم، والتعرف أيضاً على مسافة أداء حركة السهم للحصول على لمسة، ومتى يتم تنفيذ هذه المهارة ومتى يتم التقهقر والهروب من هجوم المنافس، ولأي مسافة يتم التقهقر لأخذ الوضع الدفاعي المناسب، وبعد الإحساس بالمسافة بالأهمية للاعب المبارزة أثناء المنافسة الرياضية. بما آخر من الضروري اهتمام اللاعب بمسافة التبارز لكونها معيار لضبط تحركه على الملاعب أمام المنافس أو عند تنفيذ الدرس التدريبي مع المدرب، لكون إن المبارزة الحديثة تعتمد كثيراً على المسافة وضبطها فهي جوهر نجاح المبارز في تسجيل اللمة على هدف منافسه. ويعتمد إدراك المسافة على عمل كلتي العينين وبعد أن تسجل شبكية العينين صوراً في بعدين إلا إن الإنسان يدرك عالماً من ثلاثة

(1) عبدالستار جبار الضمد؛ المصدر السابق، 2010، ص 123.

إبعاد فالإنسان يستخدم المنبهات الفسيولوجية والمنبهات المرتبطة بالحركة والمنبهات المصورة ليرى المسافة، إذ " ترسل العينان المعلومات إلى الدماغ من خلال العصب البصري، الموقع الذي تدمج وتفسر فيه المعلومات على أساس ظاهرة من ثلاثة أبعاد، هذا الدمج هو أساس المعلومات الواردة من كل عين على أساس نظام بعدين ويحول فيما بعد إلى معلومات ثلاثية الأبعاد".⁽¹⁾

4- إدراك الإحساس بالقوة العضلية:-

وهي قدرة لاعب المباراة لإظهار القوة العضلية المثالية واللازمة للأداء الحركي المناسب ، كإظهار أقصى قوة عضلية ، أو قوة متوسطة ، أو قوة قليلة كما هو الحال في حالة الطعن أو التقدم أو عند أداء حركة السهم لأخذ لمسة.

5- إدراك الإحساس بالسرعة الحركية:-

وهي قدرة لاعب المباراة على إدراك الإحساس بالسرعة الخاصة بالأداء الحركي للمهارات الحركية الدفاعية والهجومية، هل كانت سرعة الحركة سريعة أو بطيئة، أو متوسطة؟ وتتم من خلال إدراكه لسرعة تقدم المنافس لأخذ لمسة وإدراك سرعة تقدم السلاح الخاص بالمنافس لأخذ لمسة، ومن ثم إدراكه سرعة التفهقر إلى الخلف من قبل اللاعب نفسه والعمل بالإحساس بسرعة الانقضاض بالتقدم على المنافس قبل التحضير للموقف الدفاعي الخاص به لأخذ لمسة وهكذا يعد الإحساس بالسرعة للاعب المباراة من الأمور الهامة بهذه الرياضة .

وفي (حركة الطعن) مثلاً؛ التي هي عملية توافقية بين الاستثارة البصرية والسلوك الحركي ويقوم المخ بعقد علاقة بينهما لتكوين الاستجابة المناسبة للموقف استناداً إلى الخبرات المهارية السابقة .وتشمل التوافق بين العين واليد والرجل و الأنشطة التي تتطلب اثنين أو أكثر من القدرات الإدراكية والأنماط الحركية. إذ يكون هناك انتقال للإشارة العصبية بين الجهازين العصبي العضلي و تتطلب هذا قدرًا من التوافق بين الجهازين العصبي والعضلي. وهي " عملية توافقية و تتضمن متابعة الأشياء بنجاح، وهنا يكون للمتابعة البصرية دور مهم ".⁽²⁾

(1) دوني كاندسون و كريك مورسن ؛ التحليل النوعي في علم الحركة (سلسلة التحليل الحركي 2) ، ترجمة بتصرف (صريح عبدالكريم و وهبي علوان) : (بغداد ، دار الكتب ، 2010 م) ، ص 69 .

(2) أمين أنور، وأسامة كامل راتب؛ المصدر السابق، 1982، ص 200.

2-1-2 أهمية الإدراك الحس - حركي في الرياضة المبارزة :-

يحتل موضوع الإدراك الحس - حركي مكانة مهمة في مجال التربية الرياضية بصورة عامة، والرياضة المبارزة بصورة خاصة لكون الإدراك والإحساس يؤثران بشكل مباشر في خصوصية هذه الرياضة. وذلك لأن الإحساس والإدراك يدخلان في خصوصية كل رياضة تحتاج إلى عمليات عقلية عليا مثل التركيز والانتباه والإدراك والإحساس ومن هنا تأتي أهمية الإدراك الحس - حركي في الرياضة المبارزة.

إذ " يمثل الإدراك (الحس - حركي) وظيفة من الوظائف النفسية والحركية والعقلية المهمة التي تسهم في استيعاب الفرد واكتسابه العادات والقدرات الحركية في كثير من الأنشطة الرياضية التي تحتاج إلى دقة تقدير العلاقات المكانية والزمانية والحركية، إذ إن مستقبلات الإدراك هي المسؤولة عن تغير وضع الجسم وتشكيله وتكيفه واتجاهه وعلاقة أجزائه بعضها ببعض الآخر" (1).

وتكمن هذه الأهمية في التنفيذ الجيد للمهارات الرياضية المعقدة والتي تحتاج إلى نوعية خاصة من القوة فعند أداء أية حركة رياضية يجب أن يحضر الإدراك الحس - حركي وقت الأداء وبعبارة أخرى يكون الخطأ كبيراً وواضحاً لاسيما في عدم تركيز الكمية اللازمة في قوة انقباض العضلات المشاركة في الأداء السليم " (2).

وربما الرياضة المبارزة يختلف الإدراك الحس - حركي بين اللاعبين على أرض الملعب إذ تظهر اختلافات دقيقة في الإحساس بالسلاح وفي حركة الرجلين والذراع المسلحة، فهناك من اللاعبين من يمتلك القدرة على السيطرة على سلاح المنافس خلال المباراة ومن ثم تسجيل اللبسة في التوقيت المناسب.

إضافة إلى ذلك يلعب الإدراك دوراً مهماً في حل المشكلات الخطئية التي تواجه اللاعب أثناء المنافسة لكون ظروف الأداء تتغير مع استمرار اللعب من مباراة إلى أخرى والتبارز مع مبارزين مختلفي الأداء وهذا يحتم على اللاعب المبارزة امتلاك درجات عالية من الإدراك لمواجهة المواقف المختلفة أثناء المنافسة.

(1) عمر عادل ؛ اثر تنمية بعض متغيرات الادراك الحس حركي على تعلم سباحة الصدر ، الجامعة الاردنية، كلية التربية الرياضية، 1998، ص15.

(2) خليل إبراهيم العزاوي : تأثير التدريب الذهني في تطوير بعض متغيرات الإدراك الحس - حركي ومستوى الأداء لتعلم مهارة الكب على العقلة ، رسالة ماجستير ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، 2000، ص 17.

2-1-3 مفهوم مركز التحكم

إن لكل نشاط رياضي مجموعة من السمات والخصائص النفسية التي تميزه عن غيره من سائر الأنشطة الرياضية ولقد ازداد في الآونة الأخيرة الاهتمام بالناحية النفسية والشخصية ومقاييسهما وما لهما من أهمية في تحقيق الإنجاز والوصول إلى المستويات العليا للحصول على الإنجازات الرياضية الكبيرة. ويعد مركز التحكم واحد من أهم المتغيرات النفسية التي تساهم في تحقيق أفضل النتائج لارتباطه بسلوك اللاعبين.

وتشير (فاطمة حلمي، 1984) إلى " أن مركز التحكم مبني أساساً على التوقعات والتدعيمات، وتتم دراسته على أنه متغير ضمن إطار نظرية التعلم الاجتماعي وهو يشكل جزءاً هاماً للصفات الشخصية والفروق المميزة بين الأفراد"⁽¹⁾.

يعد مركز التحكم أحد ابنية الشخصية وأحد المفاهيم المؤثرة في السلوك الإنساني والتي انبثقت من هذه النظرية. ويصفه (ليفكورت Lefcourt) على " أنه يعد من ابعاد الشخصية. إذ يؤثر في العديد من أنواع السلوك وأن اعتقاد الفرد بأنه يستطيع التحكم في أموره الخاصة والعامة يسمح له بالاستمرار على قيد الحياة من دون قهر ويتمتع بحياته ومن ثم يمكنه من التوافق مع البيئة التي يعيش فيها."⁽²⁾

ويقول (رونر Rohner) "أنه مرتبط باعتقاد الفرد بأن لديه القدرة على السيطرة في الأحداث والأفعال الخاصة بحياته الشخصية بمركز التحكم الداخلي، بينما يرتبط اعتقاد الفرد بأن ليست لديه القدرة على السيطرة في الأحداث والأفعال الخاصة بحياته بمركز التحكم الخارجي."⁽³⁾

وينظر إلى مركز التحكم بوصفه متغيراً أساسياً من متغيرات الشخصية، يتعلق بعقيدة الفرد حول أي العوامل هي الأقوى والأكثر تحكماً في النتائج المهمة في

(1) فاطمة حلمي حسن فريد ؛ دراسة مركز التحكم وعلاقته بالتفكير الابتكاري لدى طلاب المرحلة الثانوية العامة : رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية جامعة الزقازيق ، عام 1984 ، ص 14.

(2) Lefcourt , Herbret : Locus Of Control Current , Trends In Theory And Research New Jersey . Hil solate . (1976) p. 77.

(3) Rohner : Parental Acceptance, Rejection The Development Of Children's Locus Of Control , Journal of psychology (1980) p.15.

حياتهم: العوامل الذاتية من مهارة وقدرة وكفاءة أم العوامل الخارجية من صدفة وحظ وقدر. (1)

ونقلًا عن (أسماء عبد محي) يعد تعريف (روتر Rotter) لمركز التحكم من أكثر التعريفات شيوعاً لأن روتر أول من تناول هذا المفهوم الذي يفترض "أن الأفراد يختلفون في تعميم توقعاتهم حول مصادر التعزيز فالأفراد الذين لديهم ضبط داخلي يعتقدون أن التدعيمات التي تحدث في حياتهم تعود إلى سلوكهم وقدرتهم بعكس الافراد الذين لديهم ضبط خارجي فيعتقدون أن التدعيمات أو المكافأة في حياتهم تسيطر عليها قوى خارجية كالحظ والصدفة والقدر. (2)

إن موضوع تحديد بعدي مركز التحكم أما داخلياً أو خارجياً لا يعني " أن الأفراد ينقسمون بصورة مطلقة إلى ذوي ضبط داخلي أو ذوي ضبط خارجي . لأنه لا توجد أنماط نقية من فئتي الضبط (الداخلي - الخارجي)، فقد يكون الفرد داخلي الضبط في بعض المواقف وخارجي الضبط في مواقف أخرى " (3)

2-1-3 أبعاد مركز التحكم

إن الاتصاف بالضبط الداخلي أو الخارجي يعتمد بشكل أساس على مدى إدراك الفرد للعلاقة بين السلوك والاستجابات في البيئة وعلى مدى شعورهم بالمسؤولية الشخصية تجاه الاحداث فجوهر الضبط إذن هو الاعتقاد بوجود العلاقة بين الفعل والنتيجة. (4)

أما (روتر، 1966) الذي أوضح بأن مركز التحكم يتعلق بالدرجة التي يدرك بها الفرد نتيجة الأحداث في حياته. ويعتقد أيضاً أن الأفراد يتوزعون على خط متصل بالنسبة لمركز التحكم إذ يقع على أحد طرفيه ذوو مركز التحكم الداخلي وعلى الطرف الآخر ذوو مركز التحكم الخارجي. (5)

(1) زيدان الشناوي وعبدالممنع الشناوي؛ علاقة موضع الضبط بالدافع للإنجاز لدى طلبة وطالبات الجامعة، مجلة جرش للبحوث والدراسات، العدد 1، الأردن، 1997، ص 231.

(2) أسماء عبد محي؛ مفهوم الذات وعلاقته بموقع الضبط لدى العائدين من الاسر ، أطروحة دكتوراه (غير منشورة)، كلية التربية ، ابن رشد، جامعة بغداد، 2002، ص 13

(3) أسماء عبد محي؛ نفس المصدر السابق ، 2002، ص 29.

(4) بشرى كاظم سلمان الحوشان؛ الفشل المتعلم وعلاقته بمركز التحكم ودافع الإنجاز والتخصص والجنس لطلبة جامعة بغداد، أطروحة دكتوراه (غير منشورة)، فلسفة في علم النفس التربوي، 2000، ص 45.

(5) Rotter : Generalized Expectation for internal versus External control of roin forement
psychodogicol monographs , General and Applied,New York, VoI (86) no (1) 1966 . p 19.

بينما يعرف (ريكمان Ruckman) مركز التحكم الداخلي بأنه " اعتقاد الفرد ان لديه القدرة على السيطرة في الأحداث والأفعال الخاصة بحياته الشخصية . ومركز التحكم الخارجي هو اعتقاد الفرد أنه ليس لديه القدرة على السيطرة في الأحداث والأفعال الخاصة في حياته الشخصية " (1)

يوجد لمركز التحكم بعدين هما:

أولاً: مركز التحكم الداخلي

يعبر عن العوامل الكامنة في الإنسان والذي يعتقد معها بأنها مسؤولة عما يحققه من نجاح أو فشل. وتتمثل هذه الفئة " بإدراك الفرد أن نتائج الأحداث سواء أكانت سلبية أم ايجابية ترتبط بالدرجة الأولى بالعوامل الداخلية لشخصيته مثل الذكاء أو المهارة أو القدرة أو الجهد المبذول أو سمات شخصية مميزة يتصف بها. " (2)

أما خصائص مركز التحكم الداخلي فتتمثل في كونهم أكثر حذراً وانتباهاً لنواحي البيئة المختلفة التي تزودهم بمعلومات مفيدة لسلوكهم المستقبلي، وهم يتخذون خطوات جادة تتميز بالفعالية والتمكن لتحسين احوال البيئة. وأنهم أكثر اهتمام بقدراتهم وفشلهم ويضعون قيمة كبيرة لتعزيز المهارات، وهم يقاومون المغريات التي يمكن أن تؤثر فيهم. " (3) وأشار (قيس محمد علي الجحيشي، 2004) إلى أن " عدداً من السمات لذوي التحكم الداخلي دون التحكم الخارجي وهي التقدير العالي للشخصية، والتوجه الإيجابي نحو الحياة، والتحصيل الدراسي العالي، والقدرة على التوافق الاجتماعي، وقوة الأنا، ومستوى قلق واطئ، ودافع للإنجاز العالي، والقدرة على اتخاذ القرار وسيطرة الطالب على البيئة التعليمية. " (4)

توصل (هارتو و سليكمان) إلى نتيجة اساسية في ان الاشخاص من ذوي التحكم الداخلي يتمتعون بنشاط اكبر في تعاملهم مع الحياة وبيعثون على ملذاتها

(1) Ruckman .R,M.Schermer: Relationship Between Self Establishment And Internal Conutrol For Men And Women. Psychological Reports. 1973، P106.

(2) عبد الكريم سليم علي؛ مركز التحكم النظرية والمفهوم ،ط1: (الموصل، مكتب المنار ومكتب العلا، 2003)، ص55.

(3) هناء رجب حسن الدليمي ؛ مركز التحكم وعلاقته بالتحصيل لدى طلبة الصف الرابع الاعادي، رسالة ماجستير ، (غير منشورة)، كلية التربية، جامعة بغداد، 1988، ص36.

(4) قيس محمد علي الجحيشي ؛ اثر برنامج تربوي في تغيير مركز التحكم الخارجي الى داخلي لدى طلبة المرحلة الاعادية، اطروحة دكتوراه (غير منشورة)، كلية التربية جامعة الموصل، 2004، ص35.

واحباطاتها في حين يدرك الاشخاص ذوي الضبط الخارجي الذات في كونها اكثر عجزاً في التأثير في مجريات احداث الحياة⁽¹⁾.

ولكون ذوي السيطرة الداخلية هم الافضل في السيطرة على البيئة والنجاح في الحياة العملية فقد قدم عالم النفس ريتشارد جاومز (Richard gaomes) عدداً من الارشادات عن كيفية تحويل ذي الضبط الخارجي إلى ذي ضبط داخلي . وهي : (2)

1. أن يحدد نقاط القوة والضعف الكامنة فيه
2. أن يتعلم كيفية اختيار أهدافه بشكل محدد والمعرفة الجادة لقدراته واستعداداته الشخصية وحقائق الموقف الموجود فيه
3. أن يتعلم كيفية تحديد العمل أو النشاط المركز الذي يمكنه القيام به الآن والذي يساعده على الوصول إلى هدفه.

ثانياً: مركز التحكم الخارجي

وهي الفئة التي ترى ان التدعيم الذي يتبع السلوك خارج عن نطاق تحكمها أو سيطرتها وغير متسق مع سلوكها، فيعبر عن العوامل الخارجية الموجودة في البيئة المحيطة ولا دخل للإنسان بها ويعتقد الفرد بأنها المسؤولة عن نتائج سلوكه إ يظهر الافراد حالة من الفشل (العجز).

إذ يعرفها (سليكمان) بأنها " حالة نفسية تنتج عندما تكون الأحداث في البيئة خارجة عن الضبط أو السيطرة. إذ يوصف هؤلاء بضعف درجة الإحساس بالمسؤولية الشخصية عن نتائج افعالهم فضلاً عن افتقارهم السيطرة على الأحداث في البيئة"⁽³⁾.

وأشار (دروزة وعبد العزيز، 1997) إلى "إن أفراد التحكم الخارجي يتميزون بكونهم أكثر وهماً وقلقاً وعدوانيةً وتشككاً وأقل ثقةً بالآخرين وبأنفسهم وأقل تبصراً

(1) Perrin . L . A : Personality theoy assessment ons research, New York, 1980, p 527.

(2) عبد الله حميد العتاب : موقع الضبط وعلاقته بأساليب المعاملة الوالدية لدى طلبة المرحلة الدراسية المتوسطة ، رسالة ماجستير ، كلية التربية (ابن رشد) جامعة بغداد ، 2001 ، ص3.

(3) Silegman , M – E : Heippiessness : Ondepression deiopment and death. Sanfrancisco, W.H. freeman & company 1975 , p 9.

للأمر من الداخليين ولا يستطيعون ضبط ما يحدث لهم وهم مضطربون وغير مرتاحين وغير مكتفين ويعزون مسؤولية فشلهم للقوى الخارجية وللناس الآخرين.⁽¹⁾

2-1-3-2 صفات ذوي التحكم (الداخلي - الخارجي)

هنالك مجموعة من الخصائص العامة يحددها روتر لذوي التحكم الداخلي ولذوي التحكم الخارجي⁽²⁾. كما مبين في الجدول (1).

الجدول (1)

يبين صفات ذوي التحكم (الداخلي - الخارجي)

| ت | مركز التحكم الداخلي | ت | مركز التحكم الخارجي |
|----|---|----|--|
| 1 | يميل إلى عزو الفشل أو التراجع الدراسي إلى الجهد المناسب | 1 | يميل إلى عزو الفشل أو التراجع الدراسي إلى الحظ أو صعوبة المهمة |
| 2 | أكثر ميلاً إلى الاستقلالية | 2 | أكثر ميلاً إلى الخضوع |
| 3 | لديه قدرات جيدة في ما يتعلق بحل المشكلات التي تواجهه | 3 | قدراته محدودة في حل المشكلات |
| 4 | ثقته بذاته عالية | 4 | ثقته بذاته منخفضة |
| 5 | يتحمل المسؤولية | 5 | يميل إلى تجنب المسؤولية |
| 6 | يتمتع بصحة نفسية جيدة | 6 | يميل في سلوكه إلى القلق والاكتئاب |
| 7 | أكثر ميلاً إلى الاعتماد على الذات | 7 | أكثر ميلاً إلى الاعتماد على الآخرين |
| 8 | يميل إلى بذل الجهد للحصول على المعلومات | 8 | أقل اهتماماً في الحصول على المعلومات |
| 9 | أكثر ميلاً إلى المثابرة | 9 | أقل ميلاً إلى المثابرة |
| 10 | يشارك في النشاط الاجتماعي | 10 | لا يميل إلى المشاركة في النشاط الاجتماعي |
| 11 | يتحكم في انفعالاته | 11 | يميل إلى الاندفاعية |
| 12 | يميل إلى تأكيد الذات | 12 | يميل إلى قبول الأمر الواقع |
| 13 | يغلب عليه الشعور بالتفاؤل | 13 | أقل ميلاً إلى التفاؤل |
| 14 | يميل إلى إيجاد بدائل السلوك غير الناجح | 14 | أقل ميلاً إلى إيجاد بدائل السلوك عند مروره بخبرة الفشل |

(1) أفنان دروزة، وأحمد عبد العزيز؛ العلاقة بين مركز الضبط ومتغيرات تتعلق بالتعلم في نظام "التعليم التقليدي" مقابل نظام التعليم المفتوح، مجلة التعريب، المنظمة العربية للتربية والثقافة والعلوم، دمشق، العدد 13، سوريا، 1997، ص 64.

(2) الريالات فليحان سليمان؛ أساليب التنشئة الأسرية وعلاقتها بمركز الضبط والتحصيل الدراسي لدى الطلبة المراجعين لمركز الإرشاد في كليات المجتمع الحكومية في الأردن، أطروحة دكتوراه (غير منشورة) كلية التربية (ابن رشد)، جامعة بغداد . 1997 . ص 121 .

2-1-3-3 مركز التحكم في الرياضة المبارزة

إن الاتصاف بالتحكم الداخلي - الخارجي يعتمد بشكل اساس على مدى إدراك الفرد للعلاقة بين السلوك والاستجابات في البيئة وعلى مدى شعوره بالمسؤولية الشخصية تجاه الأحداث فجوهر التحكم أذن هو " الاعتقاد بوجود علاقة بين الفعل والنتيجة ويمثل مركز التحكم في الرياضة بناء نفسياً يشير إلى اعتقاد اللاعبين عما إذا كانوا يضبطون شخصياً ما يحدث لهم ويتحكمون فيه واللاعبون ممن يظهرون تحكماً داخلياً يميلون إلى الاعتقاد بأن سلوكهم في المواقف التنافسية يؤثر في النتائج أما اللاعبون الذين يبدون ضبطاً خارجياً يميلون إلى عزو نتائجهم إلى عوامل خارجية مثل (الحكم / الجمهور - الخصم / أدوات اللعب - الصدفة - القدر - الحظ / المدرب نفسه).⁽¹⁾

وفي الواقع إن كل اللاعبين ومنهم لاعبي رياضة المبارزة لديه مزيج من نوعي التحكم الداخلي والخارجي ولكن الاختلاف في درجة سيطرة أي منهما بمعنى أن رياضياً يغلب عليه التحكم الخارجي وآخر يكون النوع السائد عنده هو التحكم الداخلي، وهنا "تظهر أهمية دور كل من الرياضي والمدرب في معرفة النوع السائد لدى الرياضي هل هو التحكم الخارجي أم التحكم الداخلي" ⁽²⁾.

ويرى الباحث إن لاعب المبارزة من الضروري أن يتمتع بالتحكم الداخلي أكثر من التحكم الخارجي خاصة إنه لايسمح للمدرب خلال المباراة أن يعطي أي توجيهات للاعب وإنما يعتمد لاعب المبارزة على قدراته وإمكاناته في التحرك على الملعب وأداءه المهاري والخططي في مواجهة منافسه الفوز عليه.

وأشار (فينر) إلى إنه عقب حدوث نتيجة معينة لإنجاز معين أو لسلوك ما، فإن الفرد ينشغل في محاولة التعرف على سبب حدوث هذه النتيجة أو محاولة تفسيرها. وفي ضوء ذلك قام (واينر) بدمج العوامل الأساسية التي هي (المحاولة والقدرة، صعوبة المهمة، الحظ) التي قد يعزى إليها اسباب النجاح أو الفشل أو أسباب الأداء أو السلوك وقام بصياغتها في إطار بعدين رئيسيين هما:

(1) محمود عبد الفتاح عنان : سيكولوجية التربية البدنية والرياضية (النظرية والتطبيق والتجريب)

ط1، القاهرة، دار الفكر العربي، 1995، ص192.

(2) إسامة كامل راتب : تدريب المهارات النفسية - مفاهيم وتطبيقات في المجال الرياضي، : (القاهرة، دار الفكر العربي، 2004)، ص82.

- 1- عوامل داخلية (شخصية) * القدرة عامل داخلي مستقر
* المجهود عامل داخلي غير مستقر
- 2- عوامل خارجية (بيئية) * صعوبة مهمة عامل خارجي مستقر
* الحظ عامل خارجي غير مستقر

و يرى (ماك كيجي Mac Keachie، 1976) " أن اللاعبين ذوي التحكم الداخلي يبذلون الجهد في مواقف المنافسات حيث يعتقدون أن تحقيق الفوز يعتمد على جهودهم بينما لا تبذل مجموعة التحكم الخارجي جهداً مماثلاً لأن أفرادها لا يتوقعون أن جهودهم سوف يكون لها أثر يذكر على النتائج" (1).

فإن اللاعبين الذين يعتقدون بأن " قدراتهم وقبلياتهم المهارية والبدنية وطبيعة أدائهم في السباقات وما يترتب على نجاحهم أو فشلهم يعود إلى أسباب داخلية تعود إليهم فهؤلاء هم ذوو مركز التحكم الداخلي بينما نجد اللاعبين ذوي مركز التحكم الخارجي يعتقدون بأن ما يحدث لهم في السباقات من نجاح أو فشل طبيعة أدائهم يعود إلى أسباب خارجية مثل (الحظ أو الصدفة أو القدر أو الآخرين) ". (2)

2-1-4 الهجوم بسلاح الشيش:

يعد الهجوم ركناً أساسياً في المباراة بسلاح الشيش فمن خلاله يستطيع اللاعب المهاجم بتسجيل لمسة على الهدف القانوني للمنافس. ويعرفا وفقاً لما ورد بالقانون الدولي للمبارزة بأنه " الهجوم : هي الحركة الهجومية التي يبدأ تنفيذها بمد الذراع والتي تهدد بصفة مستمرة منطقة الهدف القانوني للمنافس قبل أداء حركة الطعن أو حركة السهم (Fleche)". (3)

ويشير (عباس الرملي، 1993) إلى أن " المباراة تتسم بتنوع حركاتها الهجومية والدفاعية ولهذا يستحسن عند التدريب والتعليم أن يدمج بينهما وأن لا يفصلا عن بعضهما ، فالمبارزة ليست هجوماً فقط كما لا تقتصر على الدفاع وحده. فمن النادر أن نفصل أحدهما عن الآخر فالمهاجم يجب أن يعود بعد هجومه الفاشل

(1) Mc Keachie .W.J.: Doyle cl and Maffett M.M. : psychology ,thieird Edition by A.A.Addison Wesley publishing company Melano Park Calitornia ,1976 , P75.

(2) ناظم شاكر الوتار : مركز التحكم وعلاقته بمستوى الأداء المهاري في الكرة الطائرة ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الموصل ، 1993 ص35

(3) ظافر ناموس خلف، و(آخرون)؛ القانون الدولي للعبة المبارزة : (بغداد، مكتب الكرار، 2007)، ص7.

ليدافع، ولذلك على المدافع أن يحاول اكتساب حق الهجوم بعد قيامه بالمناورة الدفاعية الناجحة.⁽¹⁾

ويذكر (إبراهيم نبيل عبد العزيز، 2006) بأن (الهجوم) " هو تلك الحركات التي يقوم بها اللاعب لمحاولة تسجيل لمسة في هدف اللاعب المنافس ، ويتم ذلك بمد الذراع فقط أو بمد الذراع مصحوبا بالطعن (الحركة الانبساطية) أو التقدم للإمام، ويتم ذلك إما في اتجاه التلاحم أو في الاتجاه المغاير لاتجاه التلاحم." ⁽²⁾

ويشير (بيان علي الخاقاني، 2007) إلى أن " الهجوم عبارة عن حركة أو عدة حركات يقوم بها اللاعب المهاجم ، ويكون أما بمد الذراع المسلحة أو مد الذراع مع التقدم بأنواعه أو مد الذراع المسلحة مع الطعن أو مد الذراع المسلحة مع حركة السهم، والغرض منه الوصول إلى تحقيق لمسة، وإن الهجوم إذا نفذ ضد المنافس في حركة واحدة وتوقيت زمني واحد يسمى هذا النوع من الهجوم بالهجوم البسيط، أما إذا نفذ في أكثر من حركة واحدة يسمى بالهجوم المركب." ⁽³⁾

2-1-5 الدفاع بسلاح الشيش:

يعد الدفاع في المباراة ركناً من أركانها الهامة " هي الحركة الدفاعية التي تؤدي بالسلاح لتمكن وصول الهجوم وتحقيق اللسة." ⁽⁴⁾ ويتكون الدفاع من " مجموعة الحركات التي تستخدم لصد الحركات الهجومية. لذا فإن الدفاع بأي طريقة كانت يعد من أهم الأركان في خطة المباراة ليس فقط لأنه يمنع المتنافس من تسجيل اللسات، بل على أساسه يمكن اختيار الضربات لبناء الهجمات المختلفة." ⁽⁵⁾

والدفاع في المباراة بصفة عامة " عبارة عن أوضاع يلجأ إليها اللاعب المدافع ليتمكن من منع أو صد أو تحويل ذبابة نصل سلاح المهاجم من أن تصل إلى

(1) عباس عبدالفتاح الرملي؛ المباراة- سلاح الشيش : (القاهرة، دار الفكر العربي، 1993) ، ص209.

(2) إبراهيم نبيل عبدالعزيز؛ الأسس الفنية لرياضة المباراة ، ط3: (القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 2006)، ص119.

(3) بيان علي عبد علي الخاقاني؛ تدريس وتدريب سلاح الشيش ، ط1: (عمان، دار دجلة ناشرون وموزعون،

2007)، ص85.

(4) ظافر ناموس خلف، و(آخرون)؛ المصدر السابق، 2007، ص7.

(5) عباس عبدالفتاح الرملي؛ المصدر السابق ، 1993، ص221.

الهدف وتسجيل اللمسات عليه، إذ إن الدفاع دائماً يسبقه هجوم من جانب اللاعب المنافس". (1)

وتشير (فاطمة عبد مالح، 2011) إلى إن "الدفاع هو قيام اللاعب المدافع بإفشال الهجوم الذي يؤديه اللاعب المهاجم بمنع وصول ذبابة سلاح المهاجم إلى هدف المدافع بواسطة صد أو ازاحة السلاح مع الذبابة باتخاذ أحد الأوضاع الدفاعية". (2)

2-1-6 مهارة الرد بسلاح الشيش:

يشكل الرد الركن الأساس في أسلحة المبارزة وخاصة سلاح الشيش، وتتم بحركة واحدة أو عدت حركات متبادلة بين اللاعبين المهاجم والمدافع. والرد " هو الحركة الهجومية التي يؤديها المبرز الذي صد الهجوم". في سلاح الشيش "يعطي الدفاع الأهمية للرد : والرد البسيط يمكن أن يكون مباشراً أو غير مباشر ولكن لإلغاء أي حركة تالية للمهاجم يجب أن يتم الرد سريعاً دون تردد أو تأخير". (3) أي بمعنى إن الرد لا يمكن تنفيذه مالم يكون هناك عملية هجوم من المنافس ويليه دفاع ناجح يقوم به اللاعب المدافع.

ويشير (بيان على الخاقاني، 2007) إلى أن " الرد يشكل الإجابة السريعة الحازمة للمدافع، كلما فكر المهاجم في القيام بهجوم ما، وتدفعه دائماً إلى التردد أو الإحجام والإقلال منه، كما أن استخدام حركة الرد ذاتها أثناء المباراة تعتبر فرصة ثمينة للاعب المدافع في الحصول على لمسة أو الإصابة لصالحه من اللاعب المنافس". (4)

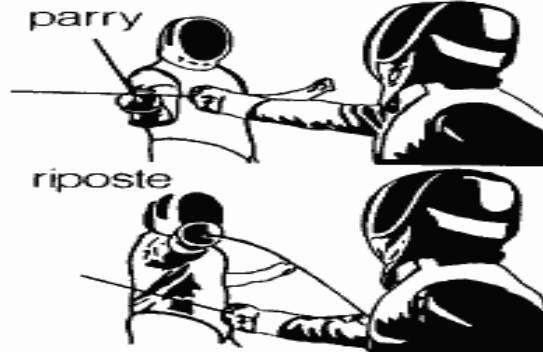
والرد " عبارة عن حركة هجومية أو الرد على حركة الهجوم المنافس بعد القيام بالدفاع ضد هذا الهجوم مباشرة دون تردد مع توجيه ذبابة السيف بدقة وإحكام في اتجاه هدف المنافس المكشوف بعد الدفاع وإبعاد نصل سلاحه بعيداً عن خط الهجوم". (5)

(1) جمال عبدالحميد عابدين؛ أصول المبارزة : (القاهرة، دار المعارف، 1984)، ص105.
 (2) فاطمة عبد مالح، و(آخرون)؛ أسس رياضة المبارزة، ط1: (عمان، مكتبة، المجتمع العربي للنشر والتوزيع، 2011)، ص145.
 (3) ظافر ناموس خلف، و(آخرون)؛ المصدر السابق، 2007، ص7، ص25.
 (4) بيان علي عبد علي الخاقاني؛ نفس المصدر السابق، 2007، ص127.
 (5) ليلى هدايت، و(آخرون)؛ الميائزة بسلاح الشيش : (جامعة حلوان، كلية التربية الرياضية للبنات بالجيزة، 1999)، ص38.

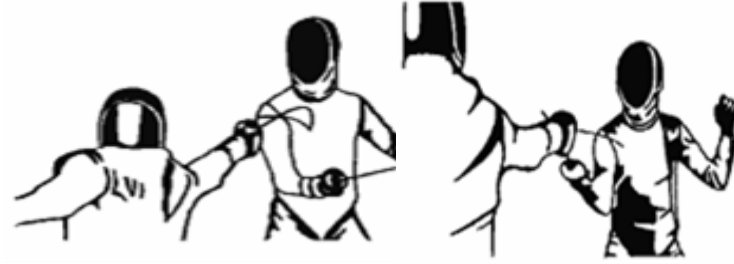
إن أهمية الرد بالنسبة للاعب المدافع تأتي بعد إتقان أداء أنواع الدفاع المختلفة كي لا يفقد الفرص التي تنتهي لتسجيل اللمسات عند إفشال هجوم المنافس. لذلك يجب على لاعب المدافع " أداء حركة الرد بعد كل دفاع ناجح ضد هجمات المنافس. فاللاعب الذي يهمل استعمال حركة الرد بصفة مستمرة فإنه يفقد فرصاً كثيرة تتاح له لتسجيل اللمسات وربما يفقد نتيجة المباراة التي يخوضها. (1)

ويتوقف أداء حركة الرد على عدة عوامل هي: (2)

- 1- السيطرة على ذبابة سلاح المهاجم.
- 2- الرد الفوري.
- 3- اتجاه طرف السلاح إلى هدف المهاجم ويتم بسيطرة الأصابع.
- 4- فصل اتصال النصلين بحركة طرف السلاح للأمام.
- 5- مد الذراع بمستوى الكتف.



الشكل (4): يوضح مهارة الرد البسيط المباشر



الشكل (5) : يوضح مهارة الرد غير المباشر (تغيير الاتجاه)

(1) صباح نوري، و(آخرون)؛ المبادئ النظرية في تعلم المبارزة، ط1: (بغداد، مطبعة النور، 2011)، ص144.

(2) عادل فاضل علي، وعلاء عبدالله فلاح؛ تعلم المبارزة وقواعدها: (بغداد، مطبعة الكلمة الطيبة، 2013)، ص76.

ومن أنواع الرد فهي: (1)

- **الرد السريع** : هو الحركة التي تتم مباشرةً بعد القيام بدفاع ناجح باستخدام طريقة الضرب على نصل سلاح المهاجم في نفس الاتجاه .
 - **الرد المتأخر** : هو الحركة التي تتم بعد الانتظار فترة زمنية مناسبة بعد عمل دفاع ناجح في الاتجاه الذي تم فيه الدفاع .
- وهناك أنواع للرد منها أن يكون بسيطاً مباشراً أو غير مباشر (بتغيير الاتجاه) أو أن يكون مركباً دائرياً أو بالعددية .

ويعتمد أداء الرد وبقية المهارات الهجومية والدفاعية بالمبارزة على تقدير المبارز لمسافة التبارز التي لها دور في المبارزة سواء في المباريات أو التدريب، والمدرّب القدير بإحساسه الدقيق الواعي بالمسافة هو الذي يساعد لاعبيه في التعرف على المسافات المناسبة لكل منهم وفقاً لوضع منافسيهم. إذ إن مسافة التبارز " لاتقاس بالسنتيمتر، أو البوصة، أو المتر بل تقاس بمدى مناسبتها لتحقيق الهدف هو إتاحة الفرصة لملامسة هدف المنافس." (2)

وتعرف مسافة التبارز بأنها " المسافة المحصورة بين المتبارزين بحيث لا يتمكن أحدهما من الهجوم وأخذ اللمسة إلا بواسطة إحدى حركات التقدم أو الطعن." (3)

أما (عبد الهادي حميد، 2008) فيشير إلى أن هناك نوعين من مسافة التبارز، أما أن تكون مسافة مناسبة: وهي المسافة التي يستطيع اللاعب المهاجم من خلالها تحقيق لمسة على هدف اللاعب المنافس عند قيامه بحركة هجوم سريعة ومباغطة. أو مسافة غير مناسبة: وهي المسافة التي لا يتمكن اللاعب من خلالها من تحقيق اللمسة بسبب كبر المسافة بينه وبين المنافس." (4)

ومسافة التبارز " هي الفضاء الذي يقع بين مبارزين، والذي يعد معياراً مهماً لضبط تحرك المبارز ضد منافسه على الملعب، أو تحرك المبارز أما مدرّبه خلال الدرس الفردي....والمبارزة الحديثة تطورت إذ أصبحت تعتمد بشكل كبير على

(1) عبد الهادي حميد، وعبد الكريم فاضل؛ رياضة المبارزة (اسس فنية- تعليم- تدريب- تحكيم)، (جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، 2008)، ص58.

(2) إبراهيم نبيل عبدالعزيز؛ أساسيات تدريب المبارزة : (القاهرة، جامعة حلوان، 2006، ص91.

(3) فاطمة عبد مالح، و(آخرون)؛ المصدر السابق، 2011، ص116.

(4) عبد الهادي حميد، وعبد الكريم فاضل؛ نفس المصدر السابق، 2008، ص43.

المسافة بين المبارز ومنافسه، لذا فمن المعقول القول إن السيطرة على المسافة هي جوهر النجاح. فالسيطرة على المسافة تساعد على ضبط وضع الجسم في المدى الصحيح للهجوم أو لتجنب هجوم المنافس. كما يمكن استدراج المنافس للفخ وتجنب المواقف الخطرة وضبط إيقاع التحرك. وهي ثلاثة أنواع (صغيرة - فرد الذراع، متوسطة - حركة الطعن أو السهم، كبيرة - خطوة مع الطعن).⁽¹⁾

(1) عادل فاضل علي، وعلاء عبدالله فلاح؛ المصدر السابق، 2013، ص103.

2-2 الدراسات المترابطة

2-2-1 دراسة عدي غانم الكواز 2000⁽¹⁾

عنوانها: (السلوك القيادي لمدربي كرة القدم من وجهة نظر اللاعبين وفقا لمركز التحكم لأندية الدرجة الأولى).

هدفت الدراسة إلى معرفة انماط السلوك القيادي لمدربي الأندية المشاركة في بطولة الأندية القطر لفرق الدرجة الأولى وفقا لمركز التحكم وقد تكونت عينة البحث من مدربي ولاعبي الأندية المشاركة في بطولة اندية القطر الدرجة الأولى بكرة القدم للعام (1999-2000)، وبلغت عينة البحث (26) مدربا و (457) لاعبا تم اعتماد أداتين إحداهما (مقياس فيفروجونز) للتعرف على انماط السلوك القيادي والثاني مقياس (نأويكي-ديوك) للتعرف على موقع الضبط وتمت معالجة البيانات احصائيا باستخدام النسبة المئوية والاختبار التائي وتحليل التباين واختبار اقل فرق معنوي (L.S.D).

وقد اظهرت نتائج الدراسة أن مركز التحكم السائد بين مدربي اندية الدرجة الأولى هو مركز التحكم الداخلي. وأن المدربين ذوي التحكم الداخلي يهتمون بالعمل أكثر من اهتمامهم بالعلاقات الإنسانية بينما المدربون ذوو التحكم الخارجي يكون اهتمامهم بالعمل والعلاقات الإنسانية بشكل متدنٍ.

(1) عدي غانم الكواز ؛ السلوك القيادي لمدربي كرة القدم من وجهة نظر اللاعبين وفقا لمركز التحكم لاندية الدرجة الاولى، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة الموصل، 2000 .

2-2-2 دراسة هيثم محمد كاظم الجبوري 2011⁽¹⁾

عنوانها: (تأثير تمرينات للإدراك الحس _حركي والاسترخاء العقلي في الأداء المهاري والخططي الفردي للاعبين الشباب بكرة القدم).
هدفت الأطروحة إلى:

- 1-إعداد تمرينات خاصة للإدراك الحس _ حركي ، والاسترخاء العقلي لتطوير الأداء المهاري، والخططي الفردي للاعبين الشباب بكرة القدم.
 - 2-التعرف على تأثير تمرينات الإدراك الحس _ حركي، والاسترخاء العقلي على الأداء المهاري، والخططي الفردي للاعبين الشباب بكرة القدم.
 - 3-التعرف على أفضلية المجموعتين الضابطة والتجريبية تطوراً للأداء المهاري والخططي الفردي بكرة القدم وفي الاختبار البعدي.
- واستخدم الباحث المنهج التجريبي بأسلوب المجموعتين المتكافئتين (التجريبية والضابطة على عينة مكونة من (26) لاعباً بكرة القدم من شباب ناديي بابل والمدحيتية.

وتضمن البحث الإجراءات الميدانية المتمثلة بإجراء الاختبارات على العينة ومعالجتها بوسائل إحصائية مناسبة ليخرج الباحث بجملة من الاستنتاجات المهمة كان أهمها الآتي:-

- 1-أدت التمرينات الخاصة للإدراك الحس _حركي إلى تطور الإدراك الحس حركي لدى أفراد عينة للمجموعة التجريبية والتي ظهرت في الاختبارات البعدية.
- 2-التطور الحاصل في أداء المهارات الخاصة بهذا البحث في لعبة كرة القدم وللمجموعة التجريبية.
- 3-يظهر أيضاً أن زيادة الاسترخاء العقلي وقلة في التوتر الحاصل قبل المباريات للمجموعة التجريبية نتيجة التمرينات التي استخدمت.
- 4-أثرت التمرينات ايجابياً على مستوى الأداء الخططي والمهاري الفردي لعينة البحث التجريبية

(1) هيثم محمد كاظم الجبوري؛ تأثير تمرينات للإدراك الحس _حركي والاسترخاء العقلي في الأداء المهاري والخططي الفردي للاعبين الشباب بكرة القدم، أطروحة دكتوراه (غير منشورة)، كلية التربية الرياضية، جامعة بابل، 2011.

2-2-3 رجاء حسن إسماعيل المشايخي 2009⁽¹⁾

عنوانها: (تأثير التمرينات التوافقية والإدراكية الخاصة في تطوير مستوى الأداء لبعض مهارات سلاح الشيش).

أهداف البحث :

1. وضع تمرينات توافقية وإدراكية لتطوير مستوى الأداء لبعض مهارات سلاح الشيش لدى لاعبات نادي الفتاة .
 2. التعرف على الفروق بين الاختبارات القبلية والبعدية وللمجموعتين التجريبية والضابطة في القدرات التوافقية والإدراكية ومستوى الأداء لبعض مهارات سلاح الشيش .
 3. التعرف على الفروق بين الاختبارات البعدية وللمجموعتين التجريبية والضابطة للقدرات التوافقية والإدراكية ومستوى الأداء لبعض مهارات سلاح الشيش .
- استخدمت الباحثة المنهج التجريبي لملائمته وطبيعة المشكلة، إذ تم اختيار لاعبات نادي فتاة بغداد الرياضي للمبارزة والبالغ عددهن (20) لاعبه قسمت إلى مجموعتين، مجموعة تجريبية وشملت (10) لاعبات. مجموعة ضابطة وشملت (10) لاعبات.

توصلت الباحثة إلى الاستنتاجات التالية :-

1. تطور القدرات التوافقية والإدراكية لدى أفراد المجموعة التجريبية .
2. تطور المجموعة التجريبية في القدرات التوافقية والإدراكية بدلالة إحصائية مقارنة بالمجموعة الضابطة .
3. حققت المجموعة التجريبية نسب تطور كبيرة للقدرات التوافقية والإدراكية.
4. تطور المجموعة التجريبية في الأداء المهاري لجميع المهارات قيد الدراسة بدلالة إحصائية مقارنة بالمجموعة الضابطة .

(1) رجاء حسن إسماعيل المشايخي؛ تأثير التمرينات التوافقية والإدراكية الخاصة في تطوير مستوى الأداء لبعض مهارات سلاح الشيش ، رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة بغداد، 2009.

2-2-4 مناقشة الدراسات السابقة

استخدمت الدراسة (عدي غانم الكواز) مركز التحكم كمتغير تابع وهذا تشابه مع الدراسة الحالية، وكذلك تشابهت في العينة المستخدمة التي كانت من اللاعبين، أما المنهج المستخدم في الدراسة الحالية فكان المنهج التجريبي إما (عدي الكواز) الذي استخدم المنهج الوصفي.

تشابهت الدراسة (هيثم محمد كاظم) مع الدراسة الحالية في استخدام تمارين الإدراكية الحس-حركية كمتغير مستقل وفي استخدام المنهج التجريبي، وكانت عينة الدراسة السابقة من اللاعبين الشباب ومع رياضة الفرقية (كرة القدم)، أما الدراسة الحالية استخدمت مع رياضة فردية (المبارزة).

وشابهت الدراسة الحالية دراسة (رجاء حسن) في استخدام المنهج التجريبي. أما العينة فكانت من اللاعبات واستخدام المهارات الهجومية والدفاعية واختلفت معها في استخدام مهارة الرد.