Please purchase PDFcamp Printer on http://www.verypdf.com/ to remove this watermark.

بناء اختبار الوسادة الحائطية لقياس مطاولة السرعة الحركية للكمات المستقيمة بالملاكمة للمتقدمين

ã . Ï . علي عطشان خلف المشرفاوي

الملخص العربي :

أن الملاكمة ما هي الا صراع بين فردين متنافسين أذ يحاول كل ملاكم بأن يسجل لكمة صحيحة وبتكرارات سريعة وعالية في اداء اللكمات وتتجلى أهمية هذه الدراسة بتزويد المدربين والملاكمين ببيانات علمية أذ تهدف هذه الدراسة الى بناء اختبار الوسادة الحائطية لقياس مطاولة السرعة الحركية للكمات المستقيمة بالملاكمة للمتقدمين كل بحسب المجموعات الوزنية وقد شمل البحث المجتمع المتمثل بملاكمي اندية المنطقة الوسطى المشاركة ببطولة اندية الفرات الأوسط للملاكمين المتقدمين المقامة في مدينة السماوة البالغ عددهم (17) نادي موزعين على الأوزان الخفيفة والمتوسطة والثقيلة بواقع (106) ملاكماً ويمثلون نسبة 100% من مجتمع البحث وقد أسفرت نتائج الدراسة على انه تم بناء هذا الأختبار بطريقة علمية وفق الأداء المشابه للنزال ليتمكن المدرب من أختيار من هو قادر على الأداء الأفضل وبأقل تعب ممكن وبطبيعة الحال ان الأختبار يعطي مؤشرات يستطيع من خلالها المدرب الأستدلال على ملاكميه اثناء الأداء وبالتالي اصبح من الضروري وجود مثل تلك الأختبارات لتسهيل عمل المدربين ومن هذا المنطلق يجب ان نؤكد على ان الأختبار الجيد يجب ان يتماشى مع مبادئ التدريب الرياضي جميعهاً ومن اهم مبادئ التدريب بالملاكمة الذي لايمكن اغفالها في عملية التقويم هو مبدأ الفروق الفردية بين الملاكمين خصوصاً من نفس الوزن اذ يمكن التغلب على ذلك من خلال وجود الأختبارات المبنية على الأسس العلمية لكي يستطيع المدرب من خلالها أختبار ملاكميه لكي يستطيع مشاركة الملاكم الأفضل بالأداء هذا ويعد الأختبار الناجح من الوسائل المهمة لعملية تقويم البرامج التدريبية نفسها وكذلك معرفة مايقدمه الملاكم من أداء .

Please purchase PDFcamp Printer on http://www.verypdf.com/ to remove this watermark.

Building Test of Wall Pad for measurement Motor Speed Endurance of Straight Hits in Boxing for Senior Players

Boxing is a conflict between two fighters; each one tries to score correct hits in a fast and high ways of performance. The importance of this study is to provide the trainers and boxers with scientific data as it aims to build a test wall pad for motor speed endurance of straight hits in boxing for senior players, according to groups of weights. The research society includes (17) clubs of the central region participating in the club championship of Middle Euphrates for the senior boxers held in the city of Samawa, distributed as the light, medium and heavy weights the total number of which is (106) boxers, representing 100% of the research community.

The results of the study show that this test has been built in a scientific way and in accordance with performance similar to the bout so that the coach can choose the player who is capable of better performance and less fatigue. The test also gives indicators through which the coach can infer the assessment of his boxers during a performance. Therefore, it becomes necessary that such tests be made to facilitate the work of trainers.

We must emphasize that a good test must be consistent with all the principles of athletic training. The most important principles of training in boxing can not overlook in the evaluation process the principle of individual differences among the boxers of the same weight in particular. This can be overcome through the presence of tests based on scientific grounds so that the coach can test his boxers to select the best to participate in contests. A successful test is one of the good means for the process of assessing training programs and to be acquainted with what the player can present.

Please purchase PDFcamp Printer on http://www.verypdf.com/ to remove this watermark.

1- التعريف بالبحث

1-1 مقدمة البحث وأهمية

أن الملاكمة ما هي الا صراع بين فردين متنافسين أذ يحاول كل ملاكم بأن يسجل لكمة صحيحة وبتكرارات كثيرة وسريعة على المنافس وعليه يجب امتلاك الملاكم عنصر المطاولة الخاصة بالسرعة الحركية كونها تحتاج الى سرعة عالية في اداء اللكمات ، ولغرض الأرتقاء بذلك يجب الأهتمام بالبحث العلمي الذي يعد الركيزة الأساسية لبناء المستوى العالي والمتقدم للملاكمين ، اذ كانت الجهود مستمرة نحو المزيد من الفهم العميق لما تتضمنه أسس وقواعد ومفهوم علم التدريب الرياضي وبناء الاختبارات المبنية على تلك الأسس من أجل رفع الحالة التدريبية وبلوغ المستويات العليا إذ يستلزم ذلك إلقاء الضوء على كل ما هو جديد ومستحدث في مجال الأختبارات وتطبيقاته بالملاكمة اذ تنقسم الملاكمة الى عدة لكمات ومنها اللكمة المستقيمة التي تعد من اللكمات المهمة والتي أصبح لها الشأن الكبير في نزالات الملاكمة لما لها من دور في تحقيق الفوز في أصعب الظروف وأصبح الملاكم الذي يجيد هذه اللكمات بكل تفاصيلها من الملاكمين المميزين ، ولهذا يسعى أغلب المدربين من تدريب ملاكميهم لغرض التمييز والأشتراك بالبطولات خصوصاً بعدما اخذ التطور العلمي في جانب التدريب الرياضي والأختبارات من خلال وضع المناهج التدريبية وفق أسس علمية سليمة للتدريب على هذه الحالة ، ولكن يبقى الحكم على ذلك من خلال القياس والتقويم بواسطة الاختبارات من اجل فرز الملاكمين وإعطائهم الوصف الدقيق بعيداً عن الحكم الذاتي لمستوى إتقان المطاولة للكمة المستقيمة للملاكمين ، وتتجلى أهمية هذه الدراسة بتزويد المدربين والملاكمين بوسيلة لمعرفة الأفضل من بين الذين يجيدون مطاولة السرعة الحركية للكمات اظافة الى وضع ببيانات عن هذا الجانب المدروس .

1-2- مشكلة البحث :

تعد اللكمة المستقيمة من اللكمات المهمة والأكثر أستخداماً في النزالات والتي أصبح لها الشأن الكبير في تحقيق الفوز وحسم نتيجة النزال ، واخذ المعنين بذلك اهتماماً بالغاً في إيجاد أكثر جدية للملاكمين فضلاً عن سعي اغلب الملاكمين للتمييز بين أقرانهم وخصوصاً من نفس الوزن لغرض الأشتراك بالبطولات الداخلية والخارجية ، ولكن يبقى السؤال من هو الأفضل من بين الملاكمين الذي يستحق أشراكه في تلك البطولة أوغيرها ، ولعدم وجود اختبار لمطاولة السرعة الحركية بالملاكمة وخصوصاً للكمة المستقيمة لجأ الباحث للخوض في هذه المشكلة لبناء

Please purchase PDFcamp Printer on http://www.verypdf.com/ to remove this watermark.

اختبار لمطاولة السرعة الحركية للكمات المستقيمة لما لها من فائدة كبيرة في تحقيق الفوز ومساهمة منه لسد الفراغ العلمي في هذا الجانب دعماً وتطويراً للعبة الملاكمة .

1- 3 - **هدف البحث** :

يهدف البحث الى :

1. بناء اختبار الوسادة الحائطية لقياس مطاولة السرعة الحركية للكمات المستقيمة بالملاكمة للمتقدمين كل بحسب المجموعات الوزنية .

1- 4 - **مجالات البحث** :

1- 4- 1 - المجال البشري : الملاكمين المتقدمين المشاركين ببطولة أندية الفرات الأوسط للموسم الرياضي 2011 ã .

1- 4- 2 - المجال الزماني : من 3 /2011/2 ولغاية 2011/4/15 .

1- 4- 3 - المجال المكاني : قاعة منتدى شباب السماوه للملاكمة ، قاعة كلية التربية الرياضية – جامعة القادسية .

2- **الدراسات النظرية** :

2-1 **الاختبارات** :

تعد الاختبارات أداة هامة من أدوات البحث العلمي ويعد الاختبار طريقة من طرائق القياس التقويمية التي تعتمد على التجريب ، ويعرفه الكثير من الخبراء على انه " مجموعة من الأسئلة او المشكلات او التمرينات تعطى للفرد بهدف التعرف على معارفه او قدراته او أستعداداته او كفاءته "([1]) .

2- 2 **القياس** :

" القياس إحصائياً هو تقدير الأشياء والمستويات تقديراً كمياً وفق إطار معين من المقاييس المدرجة وذلك اعتماداً على القول المأثور (كل ما يوجد ، يوجد بمقدار وكل ما يوجد بمقدار يمكن قياسه) وبالتالي يمكن من خلال ذلك تحديد الفروق الفردية في الظاهرة "[(2)].

2- 3 **أغراض الاختبارات** ([3]) :

---

[1] ليلى السيد فرحات : القياس والأختبار في التربية الرياضية ، ط3 ، القاهرة ، 2005 ، ص36 .

[(2)] محمد جاسم الياسري : الأسس النظرية لأختبارات التربية الرياضية ، ط1 ، دار الضياء للطباعة والتصميم ، النجف ، 2010 ، 24-23Õ .

[3] نزار الطالب ، محمود السامرائي : مبادئ الإحصاء والاختبارات البدنية والرياضية ، دار الكتب للطباعة ، الموصل ، 1981، ص 121-120 .

Please purchase PDFcamp Printer on http://www.verypdf.com/ to remove this watermark.

1- التصنيف : تستخدم الاختبارات الرياضية لتصنيف الطلبة حسب قابليتهم الرياضية ووضعهم في مجموعات ، وهذا ما جعل الباحث يسعى إلى وضع هذا الاختبار لغرض تصنيف الملاكمين حسب الأداء الذي يقدمه الملاكم .

2- التشخيص :إن تشخيص نقاط الضعف هو ضرورة من ضروريات إعداد البرنامج الرياضي الصحيح ، وهذا ماجعلنا من وضع هذه الأداة (الأختبار) لغرض تشخيص نفاط القوة والضعف .

3- تقييم عملية التعليم : إذا لم تحقق فاعلية التعلم أي تحسن في مستوى الفرد أو تغيير في سلوكه فإنها عملية لم تحقق أهدافها ولذلك لابد من وجود أداة تحدد نسبة تحسن المستوى وهو الاختبار .

4- التنبؤ : تستخدم القياسات والاختبارات الرياضية لغرض التنبؤ عن مستوى الفرد في المستقبل.

5- تقييم البرامج : يمكن الاستفادة من النقاط أعلاه في عملية التقييم داخل المدرسة ، ولكن هناك ضرورة لمقارنة مدرسة معينة أو نادي أو منتدى رياضي مع المستوى العام في البلد أو الدولة وفي هذه الحالة يجب أن يكون لدينا جداول قطرية أو عربية لهذا الغرض .

6- التحفيز : يمكن أن تعتبر الاختبارات الرياضية حافزا لتقدم الرياضي وفي كافة المستويات وذلك من خلال النتيجة التي يحققها في الاختبار إذ تعد كمؤشر لمدى تقدم اداء الملاكم.

2- 4 أهمية الاختبارات والمقاييس بصورة عامة :

تعتبر الأختبارات عمل هام في مجال التربية عامة وفي مجال التربية الرياضية بشكل خاص وقد حدد العالم مكلوي أهمية الاختبارات والمقاييس بالأتي ([1]) :

1- تحقيق زيادة الإدراك والمعرفة للنشاط الرياضي .

2- الأحساس والتشويق بالممارسة .

3- التقدم المستمر في مستوى الأداء بالتعرف على تلك النتائج للقياسات .

2-5السرعة الحركية :

السرعة الحركية او سرعة الأداء سرعة انقباض عضلة أو مجموعة عضلية عند اداء الحركات الوحيدة مثل سرعة أداء لكمة معينة([2]) وقد عرفت تعريفات كثيرة فقد عرفت من قبل الكثير من الخبراء على انها (انجاز الحركات المتشابهه في اقل زمن ممكن)([3]) ويتضح من خلال ذلك بان هناك ارتباط بين قوة التحمل والسرعة ويظهر ذلك واضحاً في كثير من الألعاب وخاصة

---

[1] ليلى السيد فرحات : مصدر سبق ذكره ، ط3 ، القاهرة ، 2005 ، ص36

[2] عادل عبد البصير :التدريب الرياضي والتكامل بين المظرية والتطبيق ، مركز الكتاب للنشر ،1999،ص108.

[3] مفتي ابراهيم حمادي : التدريب الرياضي الحديث (التخطيط ، التدريب ، قيادة)، ط1،دار الفكر العربي ، 1998 ، ص162.

Please purchase PDFcamp Printer on http://www.verypdf.com/ to remove this watermark.

الملاكمة نتيجة لتكرار الحركة لعدة مرات وفي مدة زمنية مما يجعل اللاعب في حاجة الى قوة تحمل ولذا يجب في تدريب مثل هذه الأنشطة ان يشمل التمرين على تنمية مقدرات السرعة والقوة العضلية وقوة التحمل)[4] .

2-5-1-اهمية السرعة الحركية بالملاكمة :

تعد سرعة الأداء الحركي لأي نشاط حركي من العناصر المهمة التي تساعد على تحقيق الفوز، فمفاجآة المنافس بالهجوم وسرعة الإنتقال من الدفاع الى الهجوم بطريقة مفاجئة من أهم مقوّمات الفوز وترتبط سرعة الأداء الحركي ارتباطاً وثيقاً بمختلف العناصر المكونة للإعداد البدني ويتوقف ذلك على التوافق الحركي ومستوى الرشاقة ويعتمد سلوك الملاكم في الحلبة على الحركات والمهارات الفنية التي تحدد اسلوب اللكم الخططي إذ أكد ذلك الكثير من الخبراء على انه (يتوقف مستوى السرعة الحركية للملاكم على مدى اكتسابه التوافق الحركي وعلى مرونة المجموعات العضلية والمفاصل وعلى اعداده بوجه عام)[5] .

2-6 المطاولة[1] :

يتميز نشاط الملاكمة عن غيره بالعمل الديناميكي المميز بالقوة والسرعة والقدرة الحركية المتغيرة التي تلاحظ في حركات الملاكمين اثناء توجيه اللكمات المختلفة او الدفاع ضد لكمات مختلفة للمنافس والتي تتوقف على فعل المنافس وسلوكه وهذه القدرة الحركية المتغيرة الشدة تكون كبيرة جداً اثناء النزال في جولات محددة العدد والزمن تتخللها فترات راحة قصيرة تكون غير كافية لإستعادة الشفاء بصورة كاملة وهكذا من جديد يستمر النزال ويبدأ الملاكم الجولة التالية اثناء وجود دين اوكسجيني على التغيرات الوظيفية الأخرى التي نتجت عن الجولات السابقة لأجل الإستمرار في هذا النوع من النشاط بكفاءة وفعالية خلال سير جولات التدريب أذ يجب ان يمتلك الملاكمون المطاولة بنوعيتها المختلفة بمستوى مرتفع، وقد عرف المطاولة كثير من الخبراء والمختصين نذكر بعضاً منهم فقد عرفها (علي ،1994) على انها (القدرة على مواصلة العمل والتغلب على التعب البدني الناتج من ممارسة النشاط البدني والرياضي)[2] .

2-6-1 اهمية المطاولة بالملاكمة :

"المطاولة صفة بدنية اساسية وهامة لأغلب الفعاليات الرياضية وتعد من المؤشرات الهامة التي تحدد حالة الملاكم العامة من خلال المجهود الكبير الذي يبذله اثناء النزال وتعرف بأنها قابلية الملاكم على القيام بالأداء التكتيكي والتكنيكي مع استعمال قوته وسرعته بما ينسجم مع

---

[4] عصام عبد الخالق :التدريب الرياضي نظريات – تطبيقات ،ط3،دار الكتب الجامعية، 1978، ص244

[5] محمود عبد الله واخرون : تعليم وتدريب الملاكمة ، جامعة بغداد ، 1990، ص65.

[1] عبد الفتاح فتحي خضر : المرجع بالملاكمة ، منشأة المعارف ، الأسكندرية ، 1996، ص51.

[2] علي بن صالح [illegible] : علم التدريب الرياضي ،ط1، منشورات جامعة قان يونس، 1994، ص291.

Please purchase PDFcamp Printer on http://www.verypdf.com/ to remove this watermark.

الحالة طيلة فترة النزال دون هبوط في المستوى اوالشعور بالتعب وبما ان لعبة الملاكمة تتطلب من الملاكم تطوير مطاولته الأساسية والتي تتوقف عليها مسألة تكملة النزال بزمنه المقرر قانوناً وبتحكم تام ولياقة بدنية عالية اصبح تكامل صفة المطاولة عند الملاكم ذا أهمية كبيرة في قابلية التقدم ، اما هبوط مستواه فأنه يؤدي الى ضعف المهارات وكثرة الأخطاء التكتيكية إضافة الى ضعف التركيز" ([3]) .

2-6-2 **اللكمة المستقيمة** :

تعدّ اللكمات المستقيمة أول اللكمات أستخداماً وقد عرفت تعريفات كثيرة منها هي (نظام حركي مركب يتحدد في تركيبة واحدة ومن أهم هذه التركيبات (المركبات) هو تقدم حركة القبضة)([4]) ويمكن تقسيمها الى :

Ã- **اللكمات المستقيمة اليسارية للرأس** :

تعد هذه اللكمة من أكثر اللكمات استخداماً في النزالات لقربها من المنافس ولأنها لكمة سهلة الأداء لا تغير كثيراً من وقفة الاستعداد وهي تتميز عن غيرها من ناحية الأساليب الخططية الآتية ([5]):

1- لكمة استكشافية للبحث وكشف خطط المنافس .

2- لكمة تمهيدية للكمات الأساسية للم?ãß .

3- لكمة تفتح ثغرات في جسم المنافس لتنفيذ الواجبات الخططية للملاكم .

4- لكمة تخلص وتؤمن الملاكم بعد تنفيذ اللكمات الأساسية وايقاف الهجوم المضاد .

5- تستخدم لقياس المسافة لتنفيذ الواجبات الهجومية والاحتفاظ بالمسافة المحددة .

6- لكمة تشتت أنتباه المنافس وتربك خططه الهجومية .

7- تستخدم كلكمة جوابية أو مقابلة لجمع النقاط .

8- تؤدي في خط مستقيم لأصابة الهدف .

9- أقل استنفاذاً للطاقة من اللكمات الأخرى .

È- **اللكمة المستقيمة اليسرى للجذع** :

هي نفس أداء اللكمة المستقيمة اليسرى للرأس إلا أنه أثناء أدائها للجذع تنثني الركبتين قليلا حتى تصل قبضة الذراع الضاربة لمكان الهدف وهي تأخذ أثناء تعليمها الخطوات نفسها التدريبية المستخدمة في المستقيمة اليسرى للرأس والاختلاف الوحيد في طريقة الأداء هو أن وزن ثقل

---

[3] عبد الكريم المرجاني :مدى تأثير التدريب الدائري في اعداد الملاكمين المبتدئين ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد، 1987، ص36.

[4] عبد الفتاح فتحي خضر : مصدر سبق ذكره ، 1996 ، 139Õ .

[5] عبد الفتاح فتحي خضر :مصدر السابق الذكر ، 1996 ، 141Õ

Please purchase PDFcamp Printer on http://www.verypdf.com/ to remove this watermark.

الجسم موزع على القدمين بالتساوي مع ميل الجذع أماما وإلى اليمين بدرجة مناسبة لتفادي لكمات المنافس المقابل ([1]).

آ- اللكمة المستقيمة اليمنى للرأس :

تعد هذه اللكمة من اللكمات القوية المهمة ذات التأثير الفعال في مستوى سير اللكم لما تتميز به من المدى الحركي الكبير الناتج من لف الجذع وربطها بالدفاع الكبير من القدم اليمنى كما أن الوضع الابتدائي المناسب لقبضة الذراع اليمنى يمكنها من دقة وقوة التسديد([2]) .

آ- اللكمة المستقيمة اليمنى للجذع :

"وتعد هذه اللكمة أكثر استخداماً من المستقيمة اليمنى الموجهة إلى الرأس بسبب انخفاض وضعها وتؤدي هذه اللكمة بعد التمهيد لها بلكمة يسارية إذ تعدّ هذه اللكمة من اللكمات القوية والفعالة التأثير في الهجوم عند اصابتها للمعدة وتعد من ضمن اللكمات التي تؤدي ضربتها المفاجئة والسريعة إلى سقوط المنافس بالضربة القاضية"([3]) .

3- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

3-1 منهج البحث :

استخدم الباحث المنهج الوصفي لملائمته لطبيعة حل مشكلة البحث .

3-2 مجتمع وعينة البحث :

شمل مجتمع البحث ملاكمي اندية المنطقة الوسطى المشاركة ببطولة اندية الفرات الأوسط للملاكمين المتقدمين المقامة في مدينة السماوة على قاعة منتدى شباب السماوه للفترة من 28 /2/ 2011 ولغاية 2011/3/2 البالغ عدد هم (17) نادي موزعين على الأوزان الخفيفة والمتوسطة والثقيلة بواقع (106) ملاكماً ويمثلون نسبة 100% من مجتمع البحث وكما مبين في جدول (1) .

جدول (1)

يبين الأندية المشاركة وعدد الملاكمين وعينة البناء بحسب الأوزان الخفيفة والمتوسطة والثقيلة لعينة البحث

الأندية	الخفيفة	المتوسطة	الثقيلة

[1] عبد الفتاح فتحي خضر : المصدر السابق الذكر ، 1996 ، Õ147.

[2] وديع ياسين التكريتي وأخرون : المبادى التعليمية في الملاكمة ،ج1، مطابع جامعة الموصل ، 1983 ، Õ190 .

[3] وديع ياسين التكريتي وآخرون : مصدر السابق الذكر ، 1983 ، Õ194 .

Please purchase PDFcamp Printer on http://www.verypdf.com/ to remove this watermark.

3	2	4	[illegible]
-	1	3	نجف
2	2	2	روضتين
3	-	3	شباب الحسين
-	2	1	بلدي
2	3	5	حلة
-	3	2	جفل
1	1	3	شوملي
1	3	3	ديوانية
3	2	2	[illegible]
1	3	4	رافدين
3	2	1	اتفاق
2	2	3	سماوه
1	2	2	خضر
3	2	1	السلمان
2	1	2	ثورة العشرين
3	1	3	الرميثة
30	32	44	مجموع عينة البناء

3-3 الأجهزة والأدوات والوسائل المستخدمة بالبحث :

- المصادر العربية - الملاحظة والتجريب - استمارة استطلاع أراء المختصين في المجال الرياضي(*) - استمارات لجمع وتفريغ البيانات - قفازات ملاكمة عدد (10) - وسائد حائط بأحجام مختلفة بعدد (3) - صافرة لبدء الاختبار - ساعة توقيت عدد (6) .

3-4 تحديد صلاحية الأختبار

عمل الباحث على عرض الاختبار بشكل استبيان على بعض المختصين(*) في المجال الرياضي بالملاكمة وفي مجال الاختبارات لتحديد مدى صلاحية الاختبار ككل وكان عددهم (17) مختص وتم معالجة الاستبيان إحصائياً وقد ظهرت نتائج (كا2) المحسوبة اكبر من قيمتها الجدولية وبذلك يكون الأختبار ذو صلاحية كبيرة .

3-4-1 طريقة تصميم الاختبار

(*) ينظر ملحق (1)

(*) ينظر ملحق (2) .

Please purchase PDFcamp Printer on http://www.verypdf.com/ to remove this watermark.

Ç- كيفية تحديد القياسات لكل وسادة من الوسائد :

بعد الاطلاع على المصادر الخاصة بالملاكمة لم يجد الباحث أي قياس للوسادة الحائطية من حيث الطول والعرض وأرتفاعها عن الأرض والمسافة بينها وبين الملاكم وبعد أخذ القياسات الجسمية لأغلب الملاكمين من خلال عمل الباحث بتدريب منتخب محافظة الديوانية ومدرباً لنادي الرافدين الرياضي لذلك تم تحديد ذلك وفقاً لمايأتي وحسب المجموعات الوزنية :

الأوزان الخفيفة : تم ذلك من خلال أخذ متوسط أعراض الصدر المثالية لملاكمي äÇæ?Ç الخفيفة لفئة المتقدمين أذ كان متوسط أعراض الصدر يساوي (34 سم) ومن خلال ذلك تم تحديد العرض للوسادة الحائطية البالغ (68 سم) وبارتفاع قدره (76 سم) أما المسافة بين الوسادة وبين الملاكم فقد تم الأعتماد على أقصى مد للذراعين لتحديد المسافة بحيث تكون الزاوية بين الساعد والعضد أثناء الأداء للكمة 180 درجة أي على أقصى طول للذراع حتى يكون متوازياً من حيث أداء اللكم على الوسادة ولا تنحرف اللكمة عن مداها الطبيعي على الوسادة ، أما من حيث الأرتفاع عن الأرض فقد تم أخذ متوسط الطول المثالي لملاكمي äÇæ?Ç الخفيفة لفئة المتقدمين الذي كان يساوي (165 سم) وبذلك تم التصميم بأرتفاع الوسادة عن الأرض يقدر بـ (94 سم) حتى يكون متوازياً من حيث أداء اللكم على الوسادة وتكون بمستوى الرأس وحتى الجذع ولاتخرج اللكمة عن الوسادة الحائطية لأداء اللكمة المستقيمة .

الأوزان المتوسطة : تم ذلك من خلال أخذ متوسط أعراض الصدر المثالية لملاكمي äÇæ?Ç المتوسطة لفئة المتقدمين أذ كان متوسط أعراض الصدر يساو ى (39 سم) ومن خلال ذلك تم تحديد العرض للوسادة الحائطية البالغ (78 سم) وبارتفاع قدره (86 سم) أما المسافة بين الوسادة وبين الملاكم فقد تم الأعتماد على أقصى مد للذراعين لتحديد المسافة بحيث تكون الزاوية بين الساعد والعضد أثناء الأداء للكمة 180 درجة أي على أقصى طول للذراع حتى يكون متوازياً من حيث أداء اللكم على الوسادة ولا تنحرف اللكمة عن مداها الطبيعي على الوسادة ، أما من حيث الأرتفاع عن الأرض فقد تم أخذ متوسط الطول المثالي لملاكمي äÇæ?Ç الخفيفة لفئة المتقدمين الذي كان يساوي (168 سم) وبذلك تم التصميم بأرتفاع الوسادة عن الأرض يقدر بـ (87 سم) حتى يكون متوازياً من حيث أداء اللكم على الوسادة وتكون بمستوى الرأس وحتى الجذع ولاتخرج اللكمة عن الوسادة الحائطية لأداء اللكمة المستقيمة .

الأوزان الثقيلة : تم ذلك من خلال أخذ متوسط أعراض الصدر المثالية لملاكمي äÇæ?Ç الثقيلة لفئة المتقدمين أذ كان متوسط أعراض الصدر يساوي (42 سم) ومن خلال ذلك تم تحديد العرض للوسادة الحائطية البالغ (84 سم) وبارتفاع قدره (92 سم) أما المسافة بين الوسادة وبين الملاكم فقد تم الأعتماد على أقصى مد للذراعين لتحديد المسافة بحيث تكون الزاوية بين الساعد والعضد أثناء الأداء للكمة 180 درجة أي على أقصى طول للذراع حتى يكون متوازياً من حيث

Please purchase PDFcamp Printer on http://www.verypdf.com/ to remove this watermark.

أداء اللكم على الوسادة ولا تنحرف اللكمة عن مداها الطبيعي على الوسادة ، أما من حيث الأرتفاع عن الأرض فقد تم أخذ متوسط الطول المثالي لملاكمي ذوي الخفيفة لفئة المتقدمين الذي كان يساوي (173 سم) وبذلك تم التصميم بأرتفاع الوسادة عن الأرض يقدر بـ (86 سم) حتى يكون متوازياً من حيث أداء اللكم على الوسادة وتكون بمستوى الرأس وحتى الجذع ولاتخرج اللكمة عن الوسادة الحائطية لأداء اللكمة المستقيمة .

التعليمات :

1. يبدأ العمل مع صافرة البدء (الساعة) وينتهي مع توقفها .
2. يحتسب فقط عدد اللكمات المستقيمة الصحيحة بكل أنواعها كل بحسب الوسادة المخصصة .
3. يتم أداء الأختبار من وضع الحركة المشابه للنزال الحقيقي .

È- كيفية تحديد تقييم اللكمة الصحيحة أو التسجيل :

يتم أحتساب اللكمات الصحيحة فقط من خلال المحكمين وبحسب المجموعات الوزنية للملاكمين وفقاً للشروط التالية :

1. أن تكون اللكمة مصحوبة بثقل الجسم أو الكتف .
2. أن تصيب الأهداف المسموح اللكم عليها .
3. أن تكون القبضة مغلقة بأحكام .
4. أن تكون اللكمة بمقدمة القبضة .

أما في حالة مخالفة تلك الشروط للكم فتعد اللكمة غير صحيحة ولايتم أعطائها درجة وتعطى نقطة واحدة فقط لكل لكمة صحيحة .

3-5 التجربة الاستطلاعية :

التجربة الأستطلاعية تعني " تدريب عملي للباحث للوقوف بنفسه على السلبيات والأيجابيات التي تقابله أثناء أجراء الأختبارات لتفاديها مستقبلآ "([1]) ولهذا فقد أجرى الباحث تجربته الأستطلاعية في يوم الأحد المصادف 2011/2/20 الساعة العاشرة صباحاً على عينة مكونة من (8) ملاكمين من منتخب جامعة القادسية وكان الغرض من التجربة الأستطلاعية مايأتي :

- التعرف على كفاءة فريق العمل المساعد وبهذا كانوا ذو كفاءة عالية .
- التأكد من صلاحية الأجهزة والأدوات المستخدمة بالبحث ومن هنا تم معرفة حجم القفاز الذي يجب ان يكون (10) اوقية من خلال ما اقره الأتحاد العراقي المركزي للملاكمة .

---

[1] قاسم المندلاوي وأخرون : الأختبارات والقياس والتقويم في التربية الرياضية ، جامعة الموصل ، مطبعة التعليم العالي ، 1989، ص107.

Please purchase PDFcamp Printer on http://www.verypdf.com/ to remove this watermark.

- التعرف على الاخطاء والصعوبات التي قد تظهر في التجربة الرئيسة .
- التعرف على الوقت المستغرق لتطبيق الاختبار .

3-6 اجراءات البناء :

بعد الاستعانة بالمصادر العلمية والأستئناس بأراء الخبراء والمختصين بالملاكمة لجا الباحث الى تصميم اختبار الوسادة الحائطية لمطاولة السرعة الحركية للكمات المستقيمة ولأغراض استكمال الرصانة العلمية للاختبار الجيد وحتى يكون متمتعاً بالصفات اللازمة لاستخدامه من قبل الباحثين والمهتمين بالتدريب تضمن أجراء البناء التعامل مع عينة متمثلة بملاكمي اندية الفرات الأوسط البالغ عددها (106) ملاكم موزعة على المجموعات الوزنية وهي (الخفيفة بعدد (44) ملاكماً - المتوسطة بعدد (32) ملاكماً - والأوزان الثقيلة بعدد (30) ملاكماً ، هذا وقد تم تصوير الأداء على الوسادة الحائطية للملاكمين المتقدمين بكامرة التصوير والتي كانت تبعد مسافة (2 متر) وبأرتفاع (1.90) متر وقد كان مكان الكامره في الزاوية المقابلة للملاكمين بحيث عند عرض التصوير على الخبير المقوّم يتم رؤية الملاكم بوضوح تام عند أداءه على الوسادة الحائطية بزمن دقيقة واحدة وبعد ذلك تم عرض التصوير على مجموعة من الخبراء والمحكمين(*) لغرض تسجيل اللكمات الصحيحة فقط باستمارة خاصة للتسجيل ، أذ كان تصوير الأداء للملاكمين كل بحسب المجموعة الوزنية له وبالتالي وضع الباحث التصوير بشكل مجمل بأقراص(CD) كل بحسب المجموعة الوزنية بحيث يتعذر على المقّوم للأداء المهاري معرفة اي ملاكم يختبر من خلال دمجهم بحسب المجموعات الوزنية هذا وقد تسلسل الباحث في اجراءات البناء مايلي :

3-6-1 صدق الاختبار

فقد استعمل الباحث صدق المحكمين وهو أحد أنواع الصدق ويحسب هذا الصدق بعد عرضه على مجموعة من الخبراء والمختصين وكما مبين في ملحق (2) للأخذ بملاحظاتهم العلمية عن الاختبار المبتكر وقد أجابوا بقدرة الاختبار على قياس ما وضع من أجله فعلاً وبهذا إن الاختبار المستخدم هو صادق في قياس الصفة التي وضع من أجلها [1] .

3-6-2 ثبات الأختبار

يقصد به هو" أن يعطي الاختبار النتائج نفسها تقريباً إذا ما أعيد تطبيقه على الأفراد نفسهم وتحت نفس الظروف"[2] وبهذا فقد تم اختبار (8) ملاكمين لكل مجموعة وزنية من ملاكمي اندية الديوانية المشاركة بالبطولة مع تصوير الأداء وعرضه على الخبراء والمحكمين ، وبعد مدة

(*) ينظر ملحق (3) .

[1] منير الدين عويس: دليل البحث العلمي، القاهرة، دار الفكر العربي، 1999، ص55.

[2] نزار الطالب ومحمود السامرائي : مصدر سبق ذكره ، 1981 ، ص142 .

Please purchase PDFcamp Printer on http://www.verypdf.com/ to remove this watermark.

(سبعة) أيام تم أعادة الاختبار مرة أخرى لمعرفة مدى ثبات قيم الاختبار للملاكمين من قبل نفس المحكمين ، وبعد أن فرغت البيانات الخاصة باختبار الثبات قام الباحث بمعالجتها إحصائياً ، وذلك باستخراج قيمة معامل الارتباط بين درجات الاختبارين للاختبار أذ تعتبر طريقة أعادة الاختبار من انسب الطرق التي تلائم هكذا نوع من البحوث وبذلك فقد تم استخراج قيمة معامل الارتباط بين درجات المحكمين .

3-6-3 موضوعية الأختبار

الموضوعية تعني "عدم اختلاف المقدرين في الحكم على شيء ما ، أوعلى موضوع معين)"([3]) وكلما قل التباين بين المحكمين دل ذلك على إن الاختبار يتمتع بموضوعية ، وبهذا فقد تم اختيار(8) ملاكمين بشكل طبقي لكل مجموعة وزنية من الأداء المقّوم من قبل الخبراء والمختصين ، ولمعرفة مدى موضوعية قيم الاختبار للملاكمين من قبل نفس المحكمين فقد قيّمت من قبل محكمين اثنين([*]) وبعد أن فرغت البيانات الخاصة باختبار الموضوعية قام الباحث بمعالجتها إحصائياً وذلك باستخراج قيمة معامل الارتباط بين درجات الحكمين لنتائج الأختبار المبتكر .

4-6-3 مستوى الصعوبة

ان الاختبار المناسب هو الذي لا يكون صعباً بحيث يتعذر اداءه من قبل المختبرين لذا لجا الباحث إلى التعرف على صعوبة الاختبار من خلال إيجاد نتائج الاختبار للعينة من خلال نتائج المحكمين والخبراء الذين قيّموا الأختبار وعرضها على المنحنى (منحنى التوزيع الطبيعي) وتم ذلك من خلال إيجاد أختبار (مربع كاي) ومن خلال ذلك دل هذا الأختبار على عدم وجود انحراف بالتوزيع الطبيعي بمعنى ان العينة تتوزع طبيعياً على الاختبار أي ان الاختبار لم يكن من الصعوبة المعيقة لإجرائه .

5-6-3 القدرة التميزية

قام الباحث بتطبيق الاختبار على العينة المتمثلة بالملاكمين المتقدمين اذ بلغ عددهم (106) ملاكماً موزعين بحسب المجموعات الوزنية ثم بعد ذلك عمل الباحث على ترتيب النتائج التي حصلوا عليها من قبل الخبراء والمحكمين الذين قيّموا الأختبار بصورة تنازلية ثم اخذ الباحث التعامل مع كل مجموعة وزنية على حده أذ كانت المجموعة الوزنية الخفيفة (المجموعة الأولى)

---

[3] مصطفى حسين باهي:المعاملات العلمية بين النظرية والتطبيق ،مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، 1995،، ص 64 .

[*] المحمكين هم :

1- سمير راجي : مدرس مساعد ، كلية التربية الرياضية ، جامعة القادسية، ملاكمة.

2- قاسم لفتة : مدرس مساعد ، كلية التربية الرياضية ، جامعة القادسية ، وحكم سابق بالملاكمة .

Please purchase PDFcamp Printer on http://www.verypdf.com/ to remove this watermark.

تشكل نسبة (50%) من القيم من الأعلى وبلغ عدد أفراد المجموعة الأولى (21) ملاكماً والمجموعة الثانية تشكل نسبة (50%) من القيم السفلى وبلغ عدد أفراد المجموعة (21) ملاكماً أيضاً ، أما بالنسبة المجموعة الوزنية المتوسطة (المجموعة الأولى) تشكل نسبة (50%) من القيم من الأعلى وبلغ عدد أفراد المجموعة الأولى (16) ملاكماً والمجموعة الثانية تشكل نسبة (50%) من القيم السفلى وبلغ عدد أفراد المجموعة (16) ملاكماً أيضاً ، أما بالنسبة المجموعة الوزنية الثقيلة (المجموعة الأولى) تشكل نسبة (50%) من القيم من الأعلى وبلغ عدد أفراد المجموعة الأولى (15) ملاكماً والمجموعة الثانية تشكل نسبة (50%) من القيم السفلى وبلغ عدد أفراد المجموعة (15) ملاكماً أيضاً ومن ثم تم استخراج قيمة (ت المحتسبة) للعينات المستقلة وكل بحسب المجموعة الوزنية . ومن خلال ما تقدم فقد اكتملت أجراءات البناء للأختبار وبهذا أصبح الاختبار جاهزاً من حيث البناء كل بحسب مجموعته الوزنية .

3 - 7– الشكل النهائي للأختبار

اسم الأختبار : اللكم على الوسادة الحائطية لمدة دقيقة

الغرض من الاختبار : قياس مطاولة السرعة الحركية للكمات المستقيمة بالملاكمة .

الأدوات اللازمة : صافرة لبدء الاختبار ، قفازات ملاكمة ، وسائد حائط عدد (3) بأحجام مختلفة ، ساعة توقيت ، أستمارة تسجيل .

وصف الاختبار :

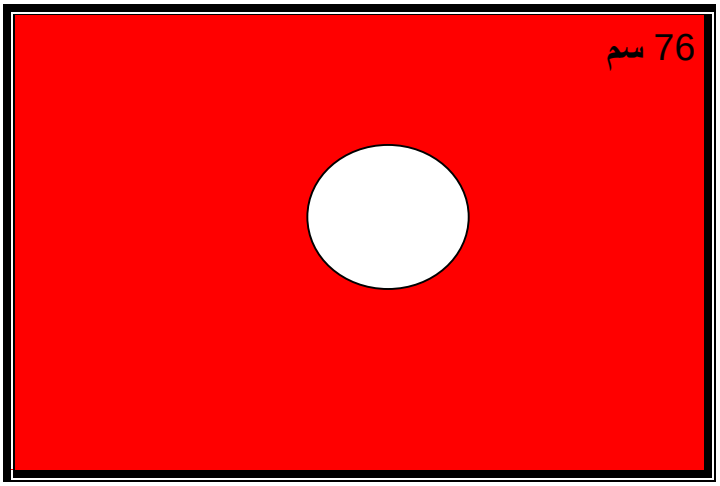
تم تقسيم وصف الأختبار بحسب المجموعة الوزنية وكما يأتي :

الأوزان الخفيفة : أداء اللكمات المستقيمة على الوسادة الحائطية لمدة دقيقة .

يقف المختبر بجانب الملاكم الذي يواجه الوسادة الحائطية والتي تكون بمستوى الرأس والجذع بعرض (68) سم وأرتفاع (76) سم وبأرتفاع عن الأرض يقدر بـ (94) سم وتقدّر المسافة بينه وبين الوسادة بحسب طول ذراعيه وعند الأشارة بأعطاء أذن البدء للمختبر يتم تشغيل الساعة ويبدأ الملاكم بتسديد اللكمة المستقيمة على الوسادة الحائطية ، ويستمر الملاكم بالتسديد لمدة (1) دقيقة ويقف مع أيقاف الساعة ويقوم المحكمين بتسجيل اللكمات المستقيمة الصحيحة فقط وكما مبين في شكل (1) .

68 سم

Please purchase PDFcamp Printer on http://www.verypdf.com/ to remove this watermark.

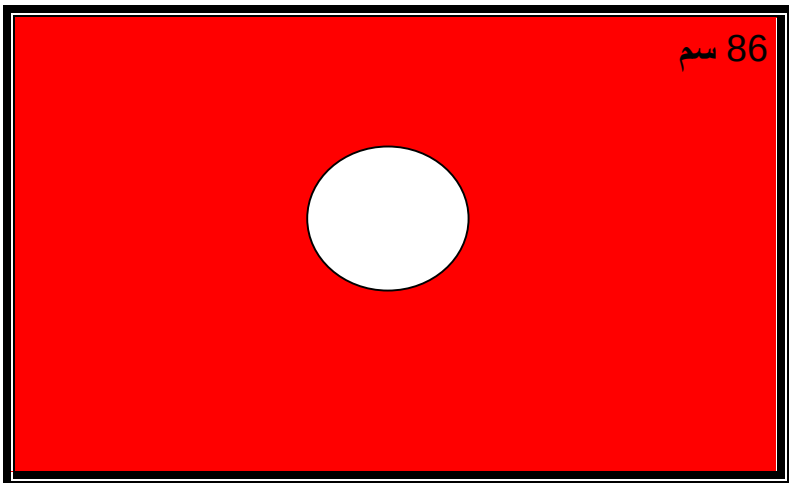


شكل (1)

يوضح الوسادة للأوزان الخفيفة

الأوزان المتوسطة : أداء اللكمة المستقيمة على الوسادة الحائطية لمدة دقيقة.

يقف المختبر بجانب الملاكم الذي يواجه الوسادة الحائطية التي تكون بمستوى الرأس والجذع بعرض (78) سم وأرتفاع (86) سم وبأرتفاع عن الأرض يقدر بـ (87) سم وتقدّر المسافة بينه وبين الوسادة بحسب طول ذراعيه وعند الأشارة بتشغيل المختبر الساعة يبدأ الملاكم بتسديد اللكمة المستقيمة على الوسادة الحائطية ، ويستمر الملاكم بالتسديد لمدة (1) دقيقة ويقف مع أيقاف الساعة ويقوم المحكمين بتسجيل اللكمات المستقيمة الصحيحة فقط وكما مبين في شكل (2) .



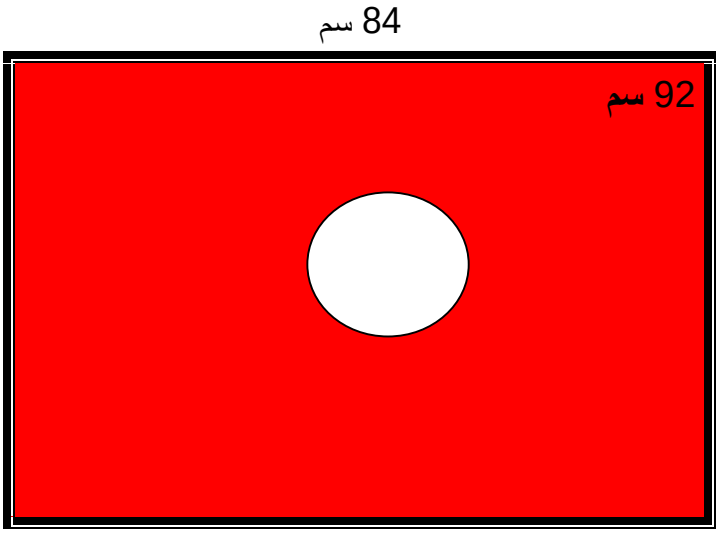
شكل (2)

يوضح الوسادة للأوزان المتوسطة

الأوزان الثقيلة : أداء اللكمات المستقيمة على الوسادة الحائطية لمدة دقيقة.

Please purchase PDFcamp Printer on http://www.verypdf.com/ to remove this watermark.

يقف المختبر بجانب الملاكم الذي يواجه الوسادة الحائطية التي تكون بمستوى الرأس وحتى الجذع وبعرض (84) سم وأرتفاع (92) سم وبأرتفاع عن الأرض يقدر بـ (86) سم وتقدّر المسافة بينه وبين الوسادة بحسب طول ذراعيه وعند الأشارة بتشغيل المختبر الساعة يبدأ الملاكم بتسديد اللكمات المستقيمة على الوسادة الحائطية ، ويستمر الملاكم بالتسديد لمدة (1) دقيقة ويقف مع أيقاف الساعة ويقوم المحكمين بتسجيل اللكمات الصحيحة فقط وكما مبين في شكل (3) .



شكل (3)

يوضح الوسادة للاوزان الثقيلة

ومن الجدير بالذكر ان الباحث تبنى اهمية مطاولة السرعة الحركية لبناء الأختبار بالملاكمة اذ تعد صفة بدنية اساسية وهامة وتعد من المؤشرات التي تحدد حالة الملاكم من خلال المجهود الكبير الذي يبذله اثناء النزال اذ يتوقف عليها الأداء التكتيكي والتكنيكي وسرعة وتركيز بالأداء وكذلك الدقة في اللكمة الصحيحة اي في المكان المناسب ومنها يجب ان يكون الأختبار منسجماً مع حالة الملاكم طيلة فترة النزال ومن هنا عمل الباحث على مراعاة تلك الأمور التي يجب ان تتوفر في أي اختبار عند بناءه بتلك المواصفات العلمية ونحن نجد السرعة في مضمون الأختبار وهذا واضح من خلال احتساب اكبر عدد ممكن من اللكمات خلال الزمن المحدد للملاكم ، كما ان الاختبار اخذ شكل المهارة الحقيقية بمعنى انه أضفي عليه أجواء مشابهة للعب الحقيقي بالملاكمة مما يعطي صدقاً عالياً للاختبار ، أما مسالة الدقة فهي من الاهمية البالغة في الأختبار بحيث أخذت جانباً اساسياً في عملية احتساب اللكمات الصحيحة ولا يعنى بالدقة هنا المعنى التفصيلي لها من حيث الدقة العالية وانما يمكن اعتبار مسار اللكمة بشكل صحيح إلى المنطقة المحددة على الوسادة تحت متطلبات السرعة شكل من اشكال الدقة التي تمت مراعاتها في بناء الاختبار وهذا يتوقف على التركيز المستمر للمنافس بالملاكمة .

Please purchase PDFcamp Printer on http://www.verypdf.com/ to remove this watermark.

3- 8- الوسائل الإحصائية :

استخدم الباحث الوسائل الإحصائية التالية بأستخدام الحقيبة الأحصائية (spss) ([1]):

- الوسط الحسابي .
- الانحراف المعياري .
- الارتباط البسيط (بيرسون) .
- مربع كاي .
- ت للعينات المستقلة .

4- عرض وتحليل ومناقشة النتائج :

4-1 عرض وتحليل النتائج :

4-1-1 عرض وتحليل نتائج صلاحية الأختبار

جدول (2)

يبين قيمة اختبار (2Œ) المحسوبة لتحديد صلاحية الأختبار المبتكر لعينة البحث

المتغير	عدد الخبراء		نسبة الأتفاق	قيمة كا محسوبة	نوع É¤?Ïá
	يصلح	لايصلح			
اختبار الوسادة الحائطية لمطاولة السرعة الحركية للكمات المستقيمة بالملاكمة للمتقدمين	17	صفر	%100	17	معنوي

قيمة كا2 الجدولية = 3.84 بدرجة حرية (ä – 1) = 2 – 1 =1 **ومستوى دلالة**(0.05)

يبين جدول (2) نتائج تحديد صلاحية الاختبار المبتكر لعينة البحث للمجموعات الوزنية الثلاثة أذ ظهر بأن الأختبار ذو صلاحية كبيرة من خلال النتائج التي تم الحصول عليها من خلال استخدام (مربع كاي) والسبب في ذلك يعود الى ان الأختبار قد تم بناءه بطريقة تناسب عينة البحث وبشكل علمي .

4-1-2 عرض وتحليل نتائج ثبات الاختبار:

جدول (3)

يبين قيمة معامل الارتباط (Ñ) المحسوبة لثبات الاختبار للمجموعات الوزنية

المتغير	المجموعة الوزنية	عدد العينة	قيمة (Ñ) المحسوبة	Sig	النتيجة
الثبات	الخفيفة	8	0.90	0.000	معنوية
	المتوسطة	8	0.86	0.000	معنوية
	الثقيلة	8	0.88	0.000	معنوية

[1] ترجمة واعداد لجنة التأليف والترجمة : الأحصاء بأستخدام ال SPSS ، ط1 ، الشعاع للنشر والعلوم ، 1997 ، ص135- 312- 315 .

Please purchase PDFcamp Printer on http://www.verypdf.com/ to remove this watermark.

قيمة (Ñ) الجدولية = 0.707 عند درجة حرية ن – 2 = 8- 2 = 6 وبمستوى (0.05) Éá?Ï

يبين جدول (3) قيمة معامل الارتباط البسيط لثبات الاختبار المبتكر للمجموعات الوزنية الثلاثة أذ تبين ان الثبات كان عالياً وللمجموعات الوزنية الثلاثة وتم معرفة ذلك من خلال قيمة معامل الأرتباط البسيط اذ كانت قيمتها عالية وبالتالي يدل ذلك على ثبات فاعلية الأختبار المبتكر .

4-1-3 عرض وتحليل نتائج موضوعية الاختبار:

جدول (4)

يبين قيمة معامل الارتباط (Ñ) المحسوبة لموضوعية الاختبار

المتغير	المجموعة الوزنية	عدد العينة	قيمة (Ñ) المحسوبة	Sig	النتيجة
الموضوعية	الخفيفة	8	0.91	0.000	معنوية
	المتوسطة	8	0.87	0.000	معنوية
	الثقيلة	8	0.89	0.000	معنوية

قيمة (Ñ) الجدولية = 0.707 عند درجة حرية ن – 2 = 8- 2 = 6 وبمستوى (0.05) Éá?Ï

يبين جدول (4) قيمة معامل الارتباط البسيط(Ñ) لموضوعية الأختبار المبتكر للمجموعات الوزنية الثلاثة أذ تبين ان الأختبار ذو موضوعية عالية وتم معرفة ذلك من خلال قيمة معامل الأرتباط البسيط اذ كانت قيمتها عالية وبالتالي يدل على عدم وجود اختلاف بين نتائج المحكمين .

4-1-4 عرض وتحليل نتائج مستوى صعوبة الاختبار:

جدول (5)

يبين نتائج مستوى الصعوبة للأختبار باستخدام(مربع كاي) للمجموعات الوزنية الثلاثة

المتغير	المجموعة الوزنية	ÏÏÚ العينة	الوسط الحسابي	الأنحراف المعياري	ì áÚÇ قيمة	اقل قيمة	مربع í ¢	Sig	النتيجة
مستوى	الخفيفة	44	33.27	2.63	44	20	45.46	0.369	عشوائية

Please purchase PDFcamp Printer on http://www.verypdf.com/ to remove this watermark.

الصعوبة	المتوسطة	32	36.53	3.55	42	28	10.72	0.999	عشوائية
	الثقيلة	30	27.73	4.73	37	20	23.43	0.756	عشوائية

تبين من خلال جدول (5) ان نتائج الصعوبة للأختبار المبتكر كان عشوائياً من خلال عدم وجود انحراف بالتوزيع الطبيعي وتم معرفة ذلك من خلال قيمة (Ç í) المحسوبة اذ كانت قيمتها اقل من القيمة الجدولية والبالغة على التوالي (61.66 – 43.77 – 42.56) عند درجة حرية على التوالي (43 – 31 – 29) بمستوى دلالة (0.05) بمعنى ان العينة تتوزع توزيعاً طبيعياً على الأختبار .

4-1-5 عرض وتحليل نتائج القدرةالتميزية للأختبار:

جدول (6)

يبين نتائج القدرة التميزية لاختبار مطاولة السرعة الحركية للكمات المستقيمة كل بحسب المجموعات الوزنية باستخدام اختبار (t)للعينات المستقلة

المجموعة الوزنية	ÏÏÚ العينة	المجاميع	Ó	Ú	درجة الحرية	Ê محسوبة	Sig	النتيجة
Çلخفيفة	44	العليا	37.77	2.40	42	7.75	0.000	معنوية
		الدنيا	28.77	4.87				
المتوسطة	32	العليا	39.37	1.62	30	7.63	0.000	معنوية
		الدنيا	33.68	2.49				
الثقيلة	30	العليا	31.53	3.37	28	7.48	0.000	معنوية
		الدنيا	23.93	2.01				

تبين من خلال جدول (6) ان نتائج الأختبار لعينة البحث وللمجموعات الوزنية الثلاثة كانت معنوية من خلال قيمة (Ê) المحسوبة اذ كانت اكبر من قيمتها الجدولية البالغة على التوالي (2.02 – 2.04 – 2.04) وبهذا يكون الأختبار المبتكر قد تميز بالقدرة على التمييز بين المجموعتين العليا والدنيا لكل مجموعة من المجموعات الوزنية ومن خلال ذلك نستطيع ان نؤكد على ان الأختبار الناجح له القدرة على التمييز او فرز مجموعتين مختلفتين من النتائج للعينة .

4-2 مناقشة النتائج:

ان نزال الملاكمة يتميز بالعمل الديناميكي والمفاجئ ولذلك يتطلب من الملاكم اداء اللكمات بالسرعة العالية وبشكل مستمر وهذا سيؤدي الى ظهور التعب وبمستويات مختلفة من حيث وقت

Please purchase PDFcamp Printer on http://www.verypdf.com/ to remove this watermark.

الظهور للملاكم وبالتالي يفقد المقاومة اثناء النزال من حيث مطاولة الأداء التي تتطلب السرعة العالية وعندها لايستطيع الملاكم تطبيق الخطة الموضوعة له من قبل المدرب اثناء الأداء الحقيقي ومن خلال ذلك يكون على الملاكم عبئاً كبيراً اثناء المشاركة بالمحافل المحلية والدولية ومن هنا نؤكد ان للمدرب غاية من العبئ في أختيار الملاكم الجيد ووفقاً لذلك يجب ان يكون هناك معايير لأختيار الملاكم الجيد من قبل المدرب حتى يكون في أفضل تمثيل للبلد وبما أن لعبة الملاكمة هي لعبة المطاولة المقرونة بالتكرارات السريعة وبأقل زمن ممكن لذلك علينا سد الفراغ العلمي لهذه الناحية العلمية وفقاً لتلك المتطلبات حتى يتمكن المدرب من معرفة مستوى كل ملاكم ودرجة أشراكه في البطولة لأن الأداء السريع المتكرر بالملاكمة يتطلب بذل أقصى مايمكن لغرض أحراز النتيجة وبهذا تم بناء هذا الأختبار حتى يتمكن المدرب من أختيار من هو قادر على الأداء الأفضل وبأقل تعب ممكن وبهذا فقد كان الأختبار يمثل صلاحية عالية نتيجة لما جاء في جدول (2) لأنه مبني على الأسس العلمية التي تؤهله لذلك بمعنى انه قادر على قياس الصفة المراد معرفتها والسبب يعود على ذلك ان الأختبار يمتلك ارتباطاً كبيراً بالشي الذي تم من أجله فعلاً (القياس) وبطبيعة الحال ان الأختبار يعطي مؤشرات يستطيع من خلالها المدرب الأستدلال على ملاكميه وكذلك على الملاكم نفسه اثناء الأداء وبالتالي اصبح من الضروري وجود مثل تلك الأختبارات لتسهيل عمل المدربين ، ولايكفي ان يكون الأختبار صالح فقط وانما يجب ان يتحلى الأختبار بمبدأ الوثوق أي أنه يعطي نفس النتائج اذا اعيد على نفس المشتركين وهذا ما أكده جدول (3) اذ من الواضح ان من اسهل طرق تقييم ذلك اعادة الأختبار على نفس الملاكمين ويعطي نفس النتائج او قريبة من ذلك وبمعنى اخر ان الأختبار لايعد صالح للقياس الا أذا توافر فيه تلك الشروط ويلاحظ من خلال ذلك ان الأختبار قد توافرت فيه تلك الشروط وبهذا يكون مناسباً لقياس ما وضع من أجله فعلاً ولتحقيق الشروط العلمية للأختبار الناجح تم استعراضه على المحكمين وبذلك تبين من خلال جدول (4) ان الأختبار يتمتع بموضوعية عالية وانه مجرد من الأحكام الذاتية وهذا ما أكده الكثير من المصادر العلمية وذ Ñ منها (ان الأستيعاب الكامل من المختبر يؤدي الى ارتفاع معامل الموضوعية)([1]) ، هذا ويجب ان يكون الأختبار الذي تم بناءه ليس صعباً ولاسهلاً بحيث يتعذر أداءه على الملاكمين لذا لجا الباحث للتعرف على صعوبة الاختبار من خلال إيجاد نتائج الاختبار للعينة وعرضها عل ا منحنى التوزيع الطبيعي ومن خلال نتائج جدول (5) تبين ان قيمة (مربع كاي) تدل على عدم وجود انحراف بالتوزيع الطبيعي بمعنى ان العينة تتوزع طبيعياً على الاختبار أي ان الاختبار لم يكن من الصعوبة المعيقة لإجرائه والسبب في ذلك يعود الى ان الأختبار تم بناءه على اسا Ó

[1] ليلى السيد فرحات : مصدر سبق ذكره ، 2005 ، ص 171.

Please purchase PDFcamp Printer on http://www.verypdf.com/ to remove this watermark.

علمي حديث من خلال اداء الملاكم على الوسادة وهو مشابه الى اللكم اثناء النزالات وبالتالي يستطيع الملاكمين من تطبيقه وفقاً لخصائصهم الجسمانية والبدنية ونلاحظ ايضاً ازدياد الثقة بالنفس لدى كل فرد عند التطبيق وتبيان روح المنافسة مابين الملاكمين لأبراز محصلة الجيد لخوض النزالات وتحقيق افضل الأنجازات وكلما تمكن الفرد من تحقيق افضل حالة في الأداء كلما قرب من مشاركته في النزالات المحلية والخارجية ، أذ لايخفى على كثير من الباحثين والمدربين ان من مواصفات الاختبار الناجح يجب ان تكون لديه القدرة على التمييز مابين مجموعتين من الدرجات بحيث تكون احدى المجموعات من الدرجات تمثل المستوى العالي لأداء الملاكمين على هذا الاختبار والمجموعة الأخرى تمثل المستوى الواطئ لأداء الملاكمين إذ ان من الطبيعي ان تتفاوت قدرات الملاكمين في تحصيلهم على أي اختبار كما وصف بأن الاختبار الغير المميز بأنه لا يصلح للتطبيق إذ يعني بالضرورة ان جميع افراد العينة قد حصلوا على درجات متقاربة مما يدل على وجود خلل في تكوينه إذ يجمع علماء النفس والاختبارات والقياس ان الطبيعة البشرية متفاوتة في قدراتها على اداء أي نشاط ومن خلال ذلك نلاحظ نتائج جدول (6) أذ تبين ان الأختبار له القدرة على فرز مجموعتين مختلفتين من النتائج للعينة ما اكده الكثير من الخبراء أذ ان (الأختبار الجيد هو الأختبار الذي ينجح في التمييز بين)([1])، ومن هذا المنطلق يجب ان نؤكد على ان الأختبار الجيد يجب ان يتماشى مع مبادئ التدريب الرياضي جميعهاً ومن اهم مبادئ الملاكمة الذي لايمكن اغفالها في عملية التقويم هو مبدأ الفروق الفردية بين الملاكمين خصوصاً من نفس الوزن وهنا تعد مشكلة كبيرة يواجهها المدربين من حيث من يختار في هذا الوزن اذ يمكن التغلب على ذلك من خلال وجود الأختبارات المبنية على الأسس العلمية والتي تتمتع بالشروط العلمية لكي يستطيع المدرب من خلالها أختبار ملاكميه لكي يستطيع مشاركة الملاكم الأفضل بالأداء ، هذا ويعد الأختبار الناجح من الوسائل المهمة لعملية تقويم البرامج التدريبية نفسها وكذلك معرفة مايقدمه الملاكم من

5-الاستنتاجات والتوصيات

5-1 – الاستنتاجات :

استنتج الباحث مايأتي :

1- ان الأختبار المبتكر صالح لأختبار مطاولة السرعة الحركية للملاكمين المتقدمين وله إمكانية الأستخدام في القياس .

2- ان للأختبار المبتكر القدرة على التمييز ما بين الملاكمين المختبرين .

---

[1] محمد جاسم الياسري : مصدر سبق ذكره ، 2010 ، ص 53 .

Please purchase PDFcamp Printer on http://www.verypdf.com/ to remove this watermark.

5- 2- **التوصيات** :

من خلال الأستنتاجات يوصي الباحث مايأتي :

1- استخدام هذا الاختبار المبتكر في قياس مطاولة السرعة الحركية للملاكمين المتقدمين في البحوث المستقبلية .

2- يمكن للمدربين من خلال هذا الأختبار التحقق من صفة مطاولة السرعة الحركية في تقييم اللكمات المستقيمة .

3- ضرورة الأستفادة من هذا الاختبار المبتكر من قبل المدربين لغرض تحديد الملاكم الأفضل بالأشتراك في النزالات الرسمية .

4- اجراء دراسات مشابهة ولفئات عمرية اخرى .

المصادر

1- ترجمة واعداد لجنة التأليف والترجمة : الأحصاء بأستخدام الـ spss ، ط1 ، الشعاع للنشر والعلوم ، 1997.

2- عادل عبد البصير: التدريب الرياضي والتكامل بين المظرية والتطبيق ، مركز الكتاب للنشر ، 1999 .

3- عصام عبد الخالق : التدريب الرياضي نظريات – تطبيقات ، ط3، دار الكتب الجامعية، 1978 .

4- عبد الفتاح فتحي خضر : المرجع بالملاكمة ، منشأة المعارف ، الأسكندرية ، 1996 .

5- عبد الكريم المرجاني :مدى تأثير التدريب الدائري في اعداد الملاكمين المبتدئين ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد، 1987 .

6-علي بن صالح الهرهوري:علم التدريب الرياضي ، ط1، منشورات جامعة قان يونس،1994 .

7- قاسم المندلاوي وأخرون : الأختبارات والقياس والتقويم في التربية الرياضية ، جامعة الموصل ، مطبعة التعليم العالي ، 1989 .

8- ليلى السيد فرحات : القياس والأختبار في التربية الرياضية ، ط3 ، القاهرة ، 2005 .

9- محمد جاسم الياسري : الأسس النظرية لأختبارات التربية الرياضية ، ط1 ، دار الضياء للطباعة والتصميم ، النجف ، 2010 .

10- مفتي ابراهيم حمادي : التدريب الرياضي الحديث (التخطيط ، التدريب ، قيادة)، ط1، دار الفكر العربي ، [illegible] ، 1998 .

11- مصطفى حسين باهي : المعاملات العلمية بين النظرية والتطبيق ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، 1995 .

12- محمود عبد الله واخرون : تعليم وتدريب الملاكمة ، جامعة بغداد ، 1990 .

Please purchase PDFcamp Printer on http://www.verypdf.com/ to remove this watermark.

13- منير الدين عويس : دليل البحث العلمي ، القاهرة، دار الفكر العربي، 1999 .
14- نزار الطالب ومحمود السامرائي : مبادئ الإحصاء والاختبارات البدنية والرياضية ، ÑÇ الكتب للطباعة والنشر ، جامعة الموصل ، 1981.
15- وديع ياسين التكريتي وأخرون : المبادى التعليمية في الملاكمة ،ج1، مطابع جامعة الموصل ، 1983 .

الملاحق

ملحق (1)

جامعة القادسية

كلية التربية الرياضية

استمارة استطلاع أراء الخبراء والمختصين في المجال الرياضي

الأستاذ الفاضل :- ..... **المحترم**

تحية طيبة ....

يروم الباحث إجراء البحث الموسوم (بناء اختبار الوسادة الحائطية لمطاولة السرعة الحركية للكمات المستقيمة بالملاكمة للمتقدمين) م ولكونكم من أصحاب الخبرة و الاختصاص . ارجوا أبداء رأيكم حول الاختبار المبتكر المرفق تصاميمه طياً من حيث صدقه في قياس مطاولة السرعة الحركية للكمات المستقيمة بالملاكمة وإبداء رأيكم وملاحظاتكم التي من شانها أن تدعم البحث و ترصينه شاكرين حسن تعاونكم .

التأريخ :

اللقب العلمي :

الجامعة :

التوقيع :

الباحث

í áÚ Ï.ã

عطشان خلف

طريقة تصميم الاختبار

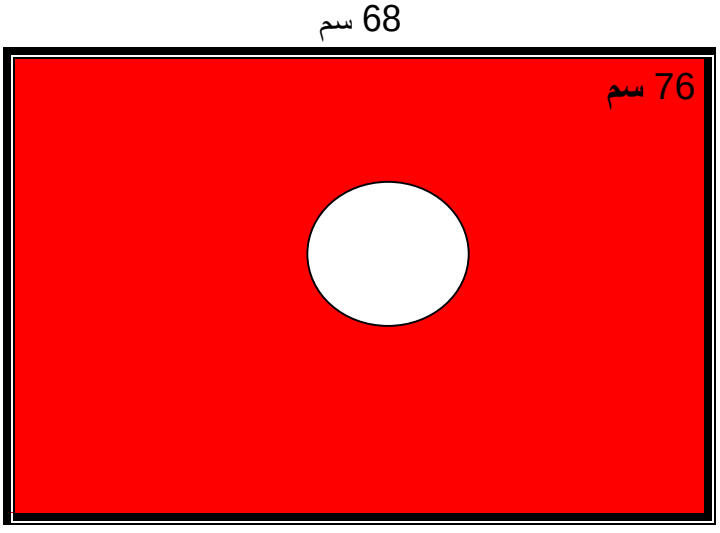
كيفية تحديد القياسات لكل وسادة من الوسائد :

بعد الاطلاع على المصادر الخاصة بالملاكمة لم يجد الباحث أي قياس للوسادة الحائطية من حيث الطول والعرض وأرتفاعها عن الأرض والمسافة بينها وبين الملاكم وبعد أخذ القياسات

Please purchase PDFcamp Printer on http://www.verypdf.com/ to remove this watermark.

الجسمية لأغلب الملاكمين من خلال عمل الباحث بتدريب منتخب محافظة الديوانية ومدرباً لنادي الرافدين الرياضي لذلك تم تحديد ذلك وفقاً لمايأتي وحسب المجموعات الوزنية :

الأوزان الخفيفة : تم ذلك من خلال أخذ متوسط أعراض الصدر المثالية لملاكمي الخفيفة لفئة المتقدمين أذ كان متوسط أعراض الصدر يساوي (34 سم) ومن خلال ذلك تم تحديد العرض للوسادة الحائطية البالغ (68 سم) وبارتفاع قدره (76 سم) أما المسافة بين الوسادة وبين الملاكم فقد تم الأعتماد على أقصى مد للذراعين لتحديد المسافة بحيث تكون الزاوية بين الساعد والعضد أثناء الأداء للكمة 180 درجة أي على أقصى طول للذراع حتى يكون متوازياً من حيث الوسادة ولا تنحرف اللكمة عن مداها الطبيعي على الوسادة ، أما من حيث الأرتفاع عن الأرض فقد تم أخذ متوسط الطول المثالي لملاكمي الخفيفة لفئة المتقدمين الذي كان يساوي (165 سم) وبذلك تم التصميم بأرتفاع الوسادة عن الأرض يقدر بـ (94 سم) حتى يكون متوازياً من حيث أداء اللكم على الوسادة وتكون بمستوى الرأس وحتى الجذع ولاتخرج اللكمة عن الوسادة الحائطية لأداء اللكمة المستقيمة وكما مبين في شكل (1) .



شكل (1)

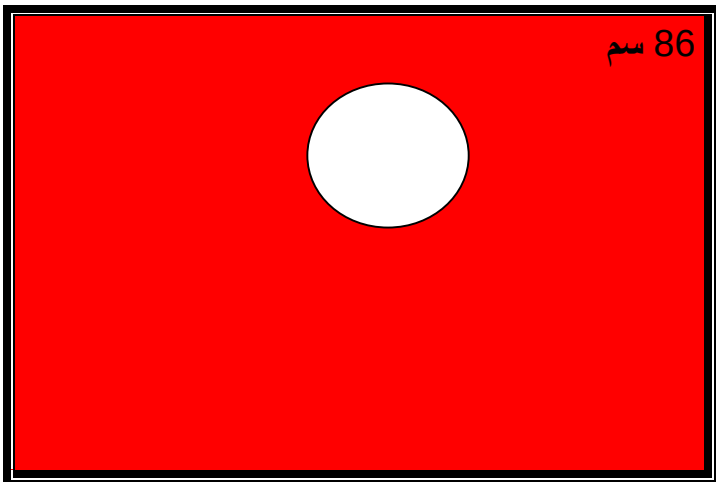
يوضح الوسادة للأوزان الخفيفة

الأوزان المتوسطة : تم ذلك من خلال أخذ متوسط أعراض الصدر المثالية لملاكمي المتوسطة لفئة المتقدمين أذ كان متوسط أعراض الصدر يساوي (39 سم) ومن خلال ذلك تم

Please purchase PDFcamp Printer on http://www.verypdf.com/ to remove this watermark.

تحديد العرض للوسادة الحائطية البالغ (78 سم) وبارتفاع قدره (86 سم) أما المسافة بين الوسادة وبين الملاكم فقد تم الأعتماد على أقصى مد للذراعين لتحديد المسافة بحيث تكون الزاوية بين الساعد والعضد أثناء الأداء للكمة 180 درجة أي على أقصى طول للذراع حتى يكون متوازياً من حيث أداء اللكم على الوسادة ولا تنحرف اللكمة عن مداها الطبيعي على الوسادة ، أما من حيث الأرتفاع عن الأرض فقد تم أخذ متوسط الطول المثالي لملاكمي äÇæ?Ç الخفيفة لفئة المتقدمين الذي كان يساوي (168 سم) وبذلك تم التصميم بأرتفاع الوسادة عن الأرض يقدر بـ (87 سم) حتى يكون متوازياً من حيث أداء اللكم على الوسادة وتكون بمستوى الرأس وحتى الجذع ولاتخرج اللكمة عن الوسادة الحائطية لأداء اللكمة المستقيمة وكما مبين في شكل (2) .

78 سم



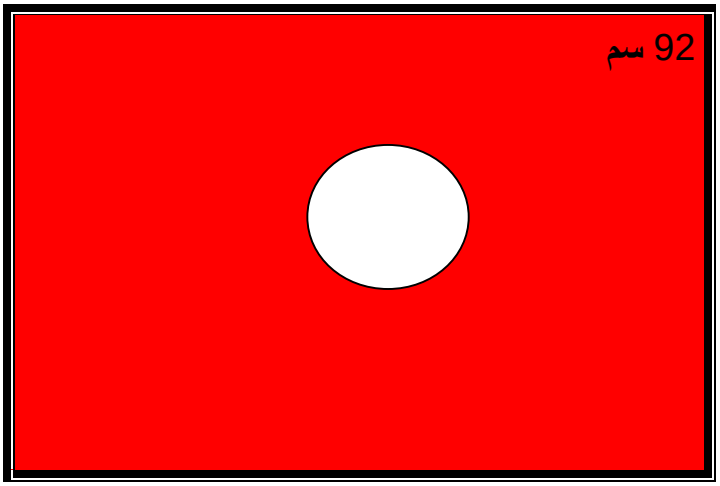
شكل (2)

يوضح الوسادة للأوزان المتوسطة

الأوزان الثقيلة : تم ذلك من خلال أخذ متوسط أعراض الصدر المثالية لملاكمي äÇæ?Ç الثقيلة لفئة المتقدمين أذ كان متوسط أعراض الصدر يساوي (42 سم) ومن خلال ذلك تم تحديد العرض للوسادة الحائطية البالغ (84 سم) وبارتفاع قدره (92 سم) أما المسافة بين الوسادة وبين الملاكم فقد تم الأعتماد على أقصى مد للذراعين لتحديد المسافة بحيث تكون الزاوية بين الساعد والعضد أثناء الأداء للكمة 180 درجة أي على أقصى طول للذراع حتى يكون متوازياً من حيث أداء اللكم على الوسادة ولا تنحرف اللكمة عن مداها الطبيعي على الوسادة ، أما من حيث الأرتفاع عن الأرض فقد تم أخذ متوسط الطول المثالي لملاكمي äÇæ?Ç الخفيفة لفئة المتقدمين الذي كان يساوي (173 سم) وبذلك تم التصميم بأرتفاع الوسادة عن الأرض يقدر بـ (86 سم) حتى يكون متوازياً من حيث أداء اللكم على الوسادة وتكون بمستوى الرأس وحتى الجذع ولاتخرج اللكمة عن الوسادة الحائطية لأداء اللكمة المستقيمة وكما مبين في شكل (3) .

84 سم

Please purchase PDFcamp Printer on http://www.verypdf.com/ to remove this watermark.



شكل (3)

يوضح الوسادة للاوزان الثقيلة

التعليمات :

1. يبدأ العمل مع صافرة البدء (الساعة) وينتهي مع توقفها .
2. يحتسب فقط عدد اللكمات المستقيمة الصحيحة بكل أنواعها كل بحسب الوسادة المخصصة ßâá .
3. يتم أداء الأختبار من وضع الحركة المشابه للنزال الحقيقي .

È- كيفية تحديد تقييم اللكمة الصحيحةأوالتسجيل :

يتم أحتساب اللكمات الصحيحة فقط من خلال المحكمين وبحسب المجموعات الوزنية للملاكمين وفقاً للشروط التالية :

1. أن تكون اللكمة مصحوبة بثقل الجسم أو الكتف .
2. أن تصيب الأهداف المسموح اللكم عليها .
3. أن تكون القبضة مغلقة بأحكام .
4. أن تكون اللكمة بمقدمة القبضة .

أما في حالة مخالفة تلك الشروط للكم فتعد اللكمة غير صحيحة ولايتم أعطائها درجة وتعطى نقطة واحدة فقط لكل لكمة صحيحة .

ملحق (2)

اسماء الخبراء والمختصين

1- Ï. محمد جسام عرب : استاذ ، كلية التربية الرياضية ، جامعةبغداد ، علم نفس .

2- Ï. ابراهيم رحمه : أستاذ مساعد ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المثنى ، تدريب رياضي /ملاكمة .

3- Ï. كمال جلال : استاذ مساعد ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، تعلم حركي.

Please purchase PDFcamp Printer on http://www.verypdf.com/ to remove this watermark.

4- أ. عبد الكاظم جليل حسان : استاذ مساعد ، كلية التربية الرياضية،جامعة البصرة ، علم نفس

5- أ. عباس حسين : استاذ مساعد ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بابل /ملاكمة.

6- مهدي كنعان : مدرس مساعد ، كلية التربية الرياضية ، جامعة البصرة ، تدريب رياضي /ملاكمة.

7- سمير راجي : مدرس مساعد ، كلية التربية الرياضية ، جامعة القادسية، ملاكمة.

8- سامر عبد الهادي : مدرس مساعد ، كلية التربية الرياضية ،جامعة كربلاء ، ملاكمة .

9- فراس عبد المنعم : مدرس مساعد ، كلية التربية الرياضية ، جامعة ديالى ، علم نفس / ملاكمة.

10- قاسم لفتة : مدرس مساعد ، كلية التربية الرياضية ، جامعة القادسية ، وحكم سابق بالملاكمة .

11 - السيد حمود هاشم : مدرب درجة دولية وعضو اتحاد مركزي ورئيس اتحاد الملاكمة فرع ميسان .

12- السيد محسن صالح هويدي : مدرب درجة دولية وعضو اتحاد مركزي ورئيس اتحاد الملاكمة فرع بابل .

13- نجاح عبد الهادي : بكالوريوس تربية رياضية ، حكم دولي ، ملاكمة .

14-السيد سعد لفتة كزار: مدرب درجة دولية ورئيس اتحاد الملاكمة فرع الديوانية ، ملاكمة.

15- السيد صادق زيدان : بكالوريوس تربية رياضية ، عضو الأتحاد الفرعي لمحافظة الديوانية، ملاكمة.

16- السيد جعفر هاشم حمود : بكالوريوس تربية رياضية ، خبير لعبة الملاكمة في محافظة ميسان .

17- السيد خالد هاشم حمود : مدرب محافظة ميسان ، بطل دولي ، ملاكمة .

ملحق (3)

الخبراء والمختصين لتقييم الأداء المهاري

1- سمير راجي : مدرس مساعد ، كلية التربية الرياضية ، جامعة القادسية، ملاكمة.

2- قاسم لفتة : مدرس مساعد ، كلية التربية الرياضية ، جامعة القادسية ، حكم سابق بالملاكمة .

3-. السيد سعد لفتة كزار : مدرب درجة دولية ورئيس اتحاد الملاكمة فرع الديوانية ، ملاكمة.

4- السيد صادق زيدان : بكالوريوس تربية رياضية ،عضو الأتحاد الفرعي لمحافظة الديوانية، ملاكمة.

5- السيد حسن عبد الرضا : مساعد مدرب منتخب محافظة الديوانية / ملاكمة .