



دراسة تحليلية للخطط الهجومية الأكثر استخداماً للملاكمين المشاركين ببطولة العالم إيكاترينبرج ٢٠١٩م

أ.د/ أحمد سعيد أمين خضر

أستاذ تدريب الملاكمة ورئيس قسم نظريات وتطبيقات المنازلات والرياضات الفردية . كلية التربية الرياضية . جامعة السويس .

أ.د/ ياسر محمد عبد الجواد الوراقى

أستاذ تدريب الملاكمة بقسم نظريات وتطبيقات المنازلات والرياضات المائية . كلية التربية الرياضية . جامعة مدينة السادات .

أ.م.د/ السيد كمال عبد الفتاح عيد

أستاذ مساعد بقسم نظريات وتطبيقات المنازلات والرياضات المائية . كلية التربية الرياضية . جامعة مدينة السادات .

الباحث/ محمود محمد حسن رجب

باحث بقسم نظريات وتطبيقات المنازلات والرياضات المائية . كلية التربية الرياضية . جامعة مدينة السادات .

ملخص البحث باللغة العربية

يهدف هذا البحث إلي التعرف علي أكثر الخطط الهجومية استخداماً للملاكمين المشاركين ببطولة العالم إيكاترينبرج ٢٠١٩ ، اشتملت عينة البحث الأساسية علي عدد (٦٤) مباراة اختيرت بطريقة عمدية عشوائية من بطولة العالم إيكاترينبرج ٢٠١٩م للملاكمين المشاركين في البطولة اعتباراً من الأدوار التمهيديّة وحتى الأدوار النهائيّة، وقد تم تقسيمها إلي (٥٦) مباراة لعينة البحث الأساسية، و(٨) مباريات لعينة البحث الاستطلاعية.، استخدم الباحثون اسطوانات (CD) مسجل عليها مباريات الملاكمين المشاركين ببطولة العالم إيكاترينبرج ٢٠١٩م - جهاز كمبيوتر لاستخدامه في عرض المباريات لتحليلها واستخراج البيانات ، برنامج (MV2 PLAYER) لعرض المباريات بسرعات مختلفة . من خلال شكل ونوع وأسلوب وطريقة تنفيذ أكثر الخطط الهجومية والدفاعية استخداماً ومعدلات استخدامها في قيادة وإدارة المباريات للملاكمين المشاركين ببطولة العالم إيكاترينبرج ٢٠١٩م جاءت الاستخلاصات كما يلي:

تحديد أكثر الخطط الهجومية والدفاعية استخداماً للملاكمين المشاركين ببطولة العالم إيكاترينبرج ٢٠١٩م.، وجود أكثر من أداء خططي هجومي ودفاعي مستخدم من قبل الملاكمين في المباريات حسب نوع وشكل وأسلوب وطريقة تنفيذه علي الحلقة.

الكلمات الاستدلالية :

الخطط الهجومية ، للملاكمين ، بطولة العالم إيكاترينبرج ٢٠١٩م





أولاً: المقدمة ومشكلة البحث:

أن التطور الذي حدث في رياضة الملاكمة يرجع إلي تغير طرق وأساليب ومفاهيم التدريب من قبل المدربين, وكذلك تغير مفاهيم اللكم من قبل الملاكمين في استخدامهم لكافة المهارات الفنية الهجومية لإحراز أكبر عدد من النقاط أو الدفاعية لتفادي لكمات المنافس وبناء هجوم مضاد ناجح, حيث يشير كل من صلاح قادوس (١٩٩٣م), عبد العزيز غنيم (١٩٩٥م), محي الدين عابد (١٩٩٦م), يحيي الحاوي (١٩٩٧م) إلي أن رياضة الملاكمة تتميز بالعمل الديناميكي المميز بالقوة والسرعة والقدرة الحركية المتغيرة التي تلاحظ في تحركات الملاكمين أثناء تنفيذ الواجبات الخطئية بتسديد اللكمات أو الدفاع عنها والقيام بالهجوم المضاد, وأن الإعداد البدني والمهاري والخططي أهم العوامل لتحسين عناصر المهارات الفنية. (١٣ : ١١) (٢٩ : ٥٦) (٣١ : ٥١) (٣٥ : ٢٣)

كما يضيف كل من شريف الجرواني (١٩٩٠م), عبد الفتاح خضر (١٩٩٦م), إسماعيل حامد, عبد العزيز غنيم, ضياء العزب, عاطف مغاوري (٢٠٠٥م) إلي أن رياضة الملاكمة تُعتبر من الأنشطة النزالية التي يمكن من خلالها قياس وتقويم قدرات اللاعبين حتى يتمكنوا من أن يحسنوا من قدراتهم على التنافس للوصول لأعلى المستويات الرياضية, ولعل التغير والتطوير الذي حدث لطرق وخطط اللعب هي إحدى هذه القدرات. (١٢ : ١٢٠) (٢٠ : ٣٢) (٩ : ٥٠)

حيث يري كل من عبد الفتاح خضر, محمد طلعت, عبد الرحمن سيف, حمدي الجزائر (٢٠٠٥م), ياسر الوراقى (٢٠٠٧م), أحمد سعيد, أحمد كمال (٢٠١٥م) إلي أنه منذ استخدام الحاسب الآلي في نظام تقييم المباريات في أول بطولة عالم في الملاكمة للكبار بموسكو (١٩٩٠م) ساعد في تذليل صعوبات تقييم الملاكمين بطريقة موضوعية, وإحداث تعديلات في تطوير الأداء المهاري والخططي وطرق التدريب, حيث ابتعد الملاكمين عن الاعتماد علي اللكمات القوية وأصبح الآن التركيز علي جميع النقاط من خلال تسديد أكبر عدد من اللكمات. (٢١ : ١٧) (٣٤ : ١٤) (٥ : ١٢)

ويشير كل من kirchgaessner, Wagner, (١٩٩١م), حسام رفقي (١٩٩٣م), kirchgaessner, Bastian (١٩٩٤م), durjasz, Nowak, (١٩٩٧م) إلي أنه في أثناء سير المباراة تظهر مواقف متغيره تبعاً لظروف المباراة, لذا من الضروري علي الملاكم في هذه الظروف المتغيرة اختيار خطط هجومية ودفاعية مناسبة, وامتلاك الملاكمين لتلك المهارات الفنية يساعدهم علي تحقيق النتائج الرياضية العالية, ولا يتحقق ذلك إلا من خلال تطويرهم أثناء التدريب الخاص بالملاكم, وتظهر في شكل, ونوع, وطريقة إختيار الملاكم للمهارات الفنية الخاصة بالملاكمة





في مختلف المواقف المتغيرة، وأيضاً في كمية معدل استخدامه لتلك المهارات في المباراة الواحدة أو مباريات البطولة، وعلي ذلك تكون خطط الهجوم والدفاع عبارة عن مركب من تلك الأساليب الخاصة به من أجل تحقيق نجاحه في قيادة عمليات سير المباراة، حيث إن هذه الأساليب الخاصة بالملاكم تعطيه إمكانية تنفيذ الواجبات الخطئية المحددة لمختلف ظروف المباراة وفي أماكن اللعب بحلقة الملاكمة وفي حدود القواعد القانونية.

(٤٥ : ٣١) (١٠ : ٢٢٥) (٤٤ : ٣٤) (٤٠ : ٧٦)

ويري كل من redo, tile ski, (١٩٩٠م)، صلاح قادوس (١٩٩٣م)، حسن علاوي (١٩٩٤م)، عصام عبد الخالق (١٩٩٨م) إلي أنه يجب علي المدرب أن يهتم بعملية التدريب الفردي لكل ملاكم في شكل متناسق بين التدريب علي المهارات الهجومية والدفاعية والهجومية المضادة، وبين الأساليب الخطئية في كيفية استخدامها بأنواعها المختلفة وفي أوقاتها المناسبة تبعاً لمواقف اللعب المتغيرة وأماكن اللعب المختلفة بحلقة الملاكمة، ويجب أن تكون عملية التدريب في مجموعات متكافئة واستخدام تدريبات خطئية مختلفة تتلاءم مع مواقف اللعب المتغيرة، ومحاولة الربط بين مستوي الملاكم في المنافسة ومستواه التدريبي. (٤٨ : ٩٨) (١٣ : ٤٥) (٢٧ : ٣٠) (٢٣ : ٥٦)

ويذكر كل من ياسر الوراقى (٢٠٠٢م)، يحيى الحاوي (٢٠٠٢م)، أحمد سعيد (٢٠٠٦م)، أحمد كمال (٢٠٠٧م) عبد الرحمن سيف (٢٠١٠م) أن السلوك الخطئي الناجح يتطلب من اللاعب القدرة علي تغيير سلوكه وتعديله طبقاً لمواقف اللعب في أثناء المنافسة كسرعة استدعاء خبرات المواقف السابقة التي مر بها والتي تسمح بسرعة تصور الموقف كي يضمن استجابة صحيحة، كما أن المنافسات الرياضية تعتبر عاملاً هاماً وضرورياً لكل نشاط رياضي إذ أنها تعد أحد أساليب التقييم المستخدمة بكثرة في الأنشطة الرياضية حيث تقدم وصفاً تفصيلياً لكل من اللاعب والمدرب، وتمثل تقريراً متكاملأ عن مستوى اللاعبين مما يساعد القائمين على اكتشاف نقاط القوة والضعف ووضع خطط العلاج والتطوير عن طريق البيانات والمعلومات المتاحة من عملية التحليل، ومن هذا المفهوم تكون المنافسة الرياضية ما هي إلا اختبار لنتائج عمليات التدريب. (٣٢ : ٢٣) (٣٧ : ٦٣) (٣ : ١٢) (٦ : ٤١) (١٩ : ٧٣)

وفي معظم الأحيان نجد أن اللاعب يستطيع أداء المهارة بصورة جيدة ولا يستطيع بنفس القدر توظيفها في أداء خطئي مناسب للموقف الذي ظهر علي الحلقة، ومن هنا يري الباحثون أن قيادة وإدارة المباراة يتوقف علي بناء خطة المباراة، والتي ترتبط بعملية تفكير الملاكم وقدرته لتحليل وتركيب فعل وسلوك المنافس، وأيضاً علي درجة مستوي امتلاكه للمهارات الفنية التي تتدرب عليها، ومن ذلك





المنطلق تبلورت فكرة هذا البحث والتي ترمى إلى تحليل بعض مباريات بطولة العالم إيكاترينبرج ٢٠١٩م للوقوف علي أكثر الخطط الهجومية والدفاعية استخداماً للملاكمين المشاركين بالبطولة, الأمر الذي يترتب عليه إمكانية المساهمة في وضع البرامج المناسبة للتدريب عليها وتطويرها للارتقاء بالمستوى الفني للاعبين, ومحاولة الربط بين مستوي الملاكم في التدريب ومستواه أثناء المنافسة.

ثانياً: أهمية البحث والحاجة إليه:

١. المساهمة في تقديم تقريراً كميّاً عن أكثر الخطط الهجومية والدفاعية استخداماً للملاكمين المشاركين ببطولة العالم إيكاترينبرج ٢٠١٩م لمحاولة إجراء المقارنات بين ما هو قائم وما ينبغي أن يكون.

٢. المساعدة في وضع توازن لبرامج الأعداد من حيث أكثر الخطط الهجومية والدفاعية استخداماً للملاكمين المشاركين ببطولة العالم إيكاترينبرج ٢٠١٩م باختلاف أنواعها وبين معدلات الاستخدام في المباريات وترتيبها الفعلي من أجل تحقيق نجاح في قيادة عمليات سير المباراة.

ثالثاً: هدف البحث:

يهدف هذا البحث إلي التعرف علي أكثر الخطط الهجومية استخداماً للملاكمين المشاركين ببطولة العالم إيكاترينبرج ٢٠١٩م.

رابعاً: تساؤل البحث:

- ما هي الخطط الهجومية الأكثر استخداماً للملاكمين المشاركين ببطولة العالم إيكاترينبرج ٢٠١٩م؟

خامساً: المصطلحات المستخدمة في البحث:

. الخطط الهجومية والدفاعية في رياضة الملاكمة قيد البحث:

يذكر كل من redo, tile ski (١٩٩٠م), حسام رفقي (١٩٩٣م), عبد الفتاح خضر (١٩٩٦م), ياسر الوراقي (٢٠٠٢م), أحمد سعيد (٢٠٠٥م), أحمد كمال (٢٠٠٧م) أن الخطط الهجومية والدفاعية عبارة عن مجموعة من الأساليب الخاصة والضرورية والتي تظهر في شكل, ونوع, وطريقة تنفيذه للمهارات الفنية الخاصة بالملاكمة في مختلف المواقف المتغيرة, وفي كمية معدل استخدامه لتلك المهارات الفنية في المباراة الواحدة أو البطولة التي يختارها اللاعب من أجل تحقيق النجاح في قيادة عمليات سير المباراة, حيث إن هذه المهارات الهجومية والدفاعية والخطبية عبارة عن وقفة استعداد متزنة في مكان مناسب علي الحلقة, وحركة هادفة للرجلين, وخداع جيد, ولكمات هجومية





صحيحة من مسافة لكم مميزة بالإضافة إلي دفاع ايجابي فعال, وهجوم مضاد ناجح في مكان لعب بحلقة الملاكمة لتعطي اللاعب إمكانية تنفيذ الواجبات الخطئية المحدودة طبقاً لظروف المباراة.
(٩٨ : ٤٨) (٦٥ : ١٠) (٨٨ : ٢٠) (٢٤ : ٣٢) (٣ : ٢) (٩ : ٦)

سادساً: الدراسات المرجعية:

١. أجري أحمد سعيد (٢٠٠٠م) (١) دراسة بعنوان "دراسة تحليلية للمهارات الهجومية وفاعليتها علي نتائج مباريات الملاكمة", وتهدف الدراسة إلي التعرف علي المهارات الهجومية الأكثر استخداماً وفاعليتها علي نتائج مباريات الملاكمة, واشتملت عينة البحث علي (٩٤) مباراة للملاكمين المشتركين في بطولة الجمهورية تحت (١٧) سنة تم تقسيمهم إلي أوزان خفيفة, ومتوسطة, وثقيلة, باستخدام المنهج الوصفي, ومن أهم النتائج اختلاف النسبة المئوية للمهارات الأكثر استخداماً للأوزان الثلاثة (خفيفة, ومتوسطة, وثقيلة), وكانت (٤٤,٦٧%, ٣٥,٨٨%, ١٩,٤٥%) علي التوالي, وكذلك النسبة المئوية للمهارات الأكثر فاعلية للأوزان الثلاثة (٨,٤٢%, ٨,٢٧%, ٨,٢٦%) علي التوالي, ووجود فروق داله إحصائياً بين الفائزين والمهزومين في المهارات الأكثر استخداماً وفاعلية لصالح الفائزين.

٢. أجري ياسر الوراقى (٢٠٠٢م) (٣٢) دراسة بعنوان "دراسة تحليلية لخطط اللعب واستراتيجيات الحلقة لمدارس اللكم في ضوء تغير زمن وعدد الجولات وعلاقتها بنتائج المباريات", وتهدف الدراسة إلي التعرف علي خطط اللعب واستراتيجيات الحلقة لمدارس اللكم المختلفة بدورة أتلانتا (١٩٩٦م) وبدورة سيدني (٢٠٠٠م), وكذلك دراسة تأثير زمن وعدد الجولات علي خطط اللعب واستراتيجيات الحلقة لمدارس اللكم المختلفة ونتائج المباريات, وبلغت عينة البحث (٣٦٠) مباراة للدورتين ابتداءً من دور ال (١٦), مستخدماً المنهج الوصفي, وأهم النتائج وجود أكثر من مدرسة لكم داخل الفريق الواحد, وظهر اختلاف في خطط اللعب واستراتيجيات الحلقة بعد تغير زمن وعدد الجولات, وكذلك تفوق ملاكمي المدرسة الكوبية في مباريات الفوز في الدورتين.

٣. قام أحمد سعيد (٢٠٠٥م) (٢) بدراسة بعنوان "أماكن الحلقة المختلفة في الملاكمة بالدورة الأولمبية بأثينا (٢٠٠٤م)", وتهدف الدراسة إلي التعرف على أماكن الحلقة في الملاكمة بالدورة الأولمبية بأثينا (٢٠٠٤م), اشتملت عينة البحث على عدد (٤٠) مباراة اختيرت عشوائياً من مباريات الدورة الأولمبية بأثينا (٢٠٠٤م) اعتباراً من دور (١٦), باستخدام المنهج الوصفي, وأهم النتائج جاء ترتيب أماكن الحلقة من حيث الاستخدام واستخدامه في الجولات الأربع كالتالي, جاء ترتيب ركن الحلقة في المركز الثالث بتكرار بلغ (٢٥٥) مرة بنسبة مئوية (٢٩,٩٦%), وجاء ترتيب بجانب حبال





الحلقة في المركز الثاني بتكرار (٢٧٦) مرة بنسبة مئوية (٣٢,٤٣٪), وجاء ترتيب وسط الحلقة في المركز الأول بتكرار بلغ (٣٢٠) مرة بنسبة مئوية (٣٧,٦١٪).

٤. قام أحمد سعيد (٢٠٠٦م) (٣) بدراسة بعنوان "تكتيكات وتكتيكات الملاكمة الحديثة بالدورة الأولمبية بأثينا (٢٠٠٤م)", وتهدف الدراسة إلي التعرف علي تكتيكات وتكتيكات الملاكمة الحديثة بالدورة الأولمبية بأثينا (٢٠٠٤م), واشتملت العينة على (٣٠) مباراة اعتبارا من دور الـ (٨ : ٤), باستخدام المنهج الوصفي, وأهم النتائج وجود أكثر من تكتيك وتكتيك مستخدم من قبل الملاكمين في المباريات حسب نوع وشكل وأسلوب وطريقة تنفيذه على الحلقة والمدرسة التي ينتمي لها, وتفوق الفائزين من الأساليب التكتيكية الهجومية والدفاعية, وتفوق المهزومين في الأساليب التكتيكية الهجومية, وتفوق الفائزين والمهزومين في الأساليب التكتيكية الدفاعية, كما توجد فروق دالة احصائيا بين الفائزين والمهزومين في المهارات الأكثر استخداما وفاعلية لصالح الفائزين.

٥. أجرى ضياء العزب, محمود حسين (٢٠٠٦م) (١٥) دراسة بعنوان "الملاكمين المشاركين لمدارس اللكم ونتائجهم في الدورات الاولمبية أطلنطا (١٩٩٦م) سيدني (٢٠٠٠م) أثينا (٢٠٠٤م)", وتهدف الدراسة إلي التعرف على الملاكمين المشاركين لمدارس اللكم ونتائجهم في الدورات الاولمبية أطلنطا (١٩٩٦م) سيدني (٢٠٠٠م) أثينا (٢٠٠٤م), وبلغت عينة البحث (٥٢٥) مباراة, عبارة عن (١٨٠) مباراة بالدورة الأولمبية بأطلنطا, و(١٨٠) مباراة بالدورة الأولمبية سيدني, و(١٦٥) مباراة بالدورة الأولمبية بأثينا ابتداء من دور الـ (١٦), مستخدماً المنهج الوصفي, وأهم النتائج قد حقق ملاكمي المدرسة الكوبية المركز الأول بالنسبة لمباريات الفوز, وأيضاً تفوقهم وثبات أسلوبهم في الدورات الثلاثة عن باقي مدارس اللكم المشاركة.

٦. أجرى ياسر الوراقى (٢٠٠٦م) (٣٣) دراسة بعنوان "برنامج تدريبي للهجوم المضاد الجوابي وتأثيره علي فاعلية أداء الملاكمين", وتهدف الدراسة إلي التعرف على تصميم برنامج تدريبي باستخدام الهجوم المضاد الجوابي للتعرف علي تأثيرها على فاعلية أداء الملاكمين, مستخدماً المنهج التجريبي, اشتملت عينة البحث علي عدد (١٢) ملاكماً من ملاكمي منتخب جامعة المنوفية, ومن أهم النتائج وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسيين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في إجادة الهجوم المضاد الجوابي ولصالح القياس البعدي.

٧. أجرى أحمد كمال (٢٠٠٧م) (٦) دراسة بعنوان "استخدام خطط اللعب الحديثة لتطوير فاعلية الأداء لدى الملاكمين", وتهدف الدراسة إلي التعرف على خطط اللعب الحديثة للملاكمين المنتهين للمدرسة الكوبية لبناء برنامج تدريبي يعتمد على خطط اللعب الحديثة للملاكمين, والتعرف على تأثير





على تطوير فاعلية الأداء لدى الملاكمين، مستخدماً المنهج التجريبي، اشتملت عينة البحث علي عدد (١٠) ملاكمين من ملاكمي منتخب جامعة المنوفية، ومن أهم النتائج تحديد خطط اللعب الحديثة للملاكمين المنتمين للمدرسة الكوبية، إن استخدام خطط اللعب الحديثة اثر تأثيرا ايجابيا على فاعلية الأداء لدى الملاكمين.

٨. أجرى ياسر الوراقى (٢٠٠٧م) (٣٤) دراسة بعنوان "دراسة تحليلية للهجوم من الحركة بالدورة الأولمبية بأثينا ٢٠٠٤م"، وتهدف الدراسة إلي التعرف على الهجوم من الحركة بالدورة الأولمبية بأثينا (٢٠٠٤م)، مستخدماً المنهج الوصفي، واشتملت عينة البحث على (٧٧) مباراة اعتبارا من دور (٨)، ومن أهم النتائج تحديد أساليب الهجوم أثناء الحركة الأكثر استخداما على الحلقة، وتمثلت في اللكمات الهجومية الفردية من الحركة، وكانت هي الأكثر استخداماً تليها اللكمات الهجومية الزوجية، مجموعات اللكم من الحركة.

٩. أجرى كريم أبو الخير (٢٠٠٩م) (٢٥) دراسة بعنوان "برنامج تدريبي باستخدام بعض الأساليب الخطئية المضادة للملاكم الأعسر واثره على مستوى الأداء"، وتهدف الدراسة إلي التعرف على تأثير الأساليب الخطئية المضادة للملاكم الأعسر على مستوى الأداء، مستخدماً المنهج التجريبي، اشتملت عينة البحث علي (١٢) ملاكمين من لاعبي نادي السكة الحديد بطنطا، ومن أهم النتائج وجود فروق دالة إحصائيا بين القياسين القبلي والبعدى ولصالح القياس البعدى في الأساليب الخطئية المضادة والمتمثلة في الهجوم المضاد على الملاكم الأعسر.

١٠. قام أحمد سعيد (٢٠١٢م) (٤) دراسة بعنوان "معدلات استخدام مهارات اللكم الهجومية (فردية . زوجية . مجموعات لكم) ودفاعاتها للملاكمين المشاركين بالدورة الاولمبية بلندن (٢٠١٢م)", وتهدف الدراسة إلي التعرف على معدلات استخدام مهارات اللكم الهجومية (فردية . زوجية . مجموعات لكم) ودفاعاتها للملاكمين المشاركين بالدورة الاولمبية بلندن (٢٠١٢م)، مستخدماً المنهج الوصفي، علي عينة قوامها (٨٠) مباراة، ومن أهم النتائج وجود تباين في التكرار والنسبة المئوية والترتيب لأحدث معدلات استخدام مهارات اللكم الهجومية (فردية . زوجية . مجموعات لكم) ودفاعاتها، حيث جاءت اللكمات الفردية في المركز الأول، والزوجية في المركز الثاني، ومجموعة لكم في المركز الثالث، وجاءت دفاعات الذراعين في المركز الأول، والجذع في المركز الثالث، والقدمين في المركز الثاني، وبالنسبة للفروق بين الملاكمين الفائزين والمهزومين كانت لصالح الفائزين في تسديد اللكمة بالذراع، واللكمتان بذراع واحدة (البسيطة) في مكان واحد، ومجموعة اللكم جميعها من المسافة الطويلة، ودفاعات (الكتم . الصد . الميل)، ولصالح المهزومين في تسديد اللكمة بالذراع اليسرى إلي الجذع،





واللكمتان بذراعين مختلفين (المركبة) في مكان واحد، وتسديد مجموعة لكم جميعها من المسافة المتوسطة أو القصيرة، ودفاعات (الدفع . الغطس)، كما لا توجد فروق بين الملاكمين الفائزين والمهزومين في تسديد اللكمة بالذراع اليمنى إلى الرأس، واللكمتان بذراع واحدة (البسيطة) في مكانين مختلفين، واللكمتان بذراعين مختلفين (المركبة) في مكانين مختلفين، ودفاعات الخطو.

١١. أجري أحمد كمال (٢٠١٢م) (٧) دراسة بعنوان "فاعلية الخداعات قبل الهجوم المضاد علي تطوير الأداء الخططي للملاكمين"، وتهدف الدراسة إلي التعرف على فاعلية الخداعات قبل الهجوم المضاد علي تطوير الأداء الخططي للملاكمين، باستخدام المنهج الوصفي والتجريبي للتعرف على الخداعات الفعالة في الدورة الاولمبية ببيكين (٢٠٠٨م)، واختيرت عينة البحث بالطريقة العمدية وعددهم (٢٢) ملاكم مقسمين إلي أساسية (١٤) واستطلاعية (٨)، وأهم النتائج أن أكثر الخداعات الفعالة البسيطة بالذراعين (لكمة ضعيفة . لكمة غير مكتملة)، تليها بالقدمين (نصف خطوة بالرجل الأمامية للأمام)، تليها بالذراع (ميل الجذع للأمام . ميل الجذع للأمام جهة اليسار) والمركبة بالقدمين والذراعين (نصف خطوة بالرجل الأمامية للأمام ثم لكمة غير مكتملة)، تليها بالذراع والذراعين (ميل الجذع للأمام ثم لكمة غير مكتملة).

ب . الدراسات المرجعية الاجنبية:

١. أجرى DURJASZ, D.; NOWAK, T., (١٩٩٧م) (٤٠) دراسة بعنوان "الدفاعات المستخدمة والتغيرات في الأسلوب الخططي وعلاقته بعدد الضربات القاضية بالدورة الاولمبية بأطلنطا (١٩٩٦م)"، وتهدف الدراسة إلي التعرف على الدفاعات المستخدمة والتغيرات في الأسلوب الخططي وعلاقته بعدد الضربات القاضية بالدورة الاولمبية بأطلنطا (١٩٩٦م)، مستخدماً المنهج الوصفي، واشتملت عينة البحث على (٣٦) مباراة هم (٢٤) مباراة في الدور قبل النهائي، (١٢) مباراة في الدور النهائي، ومن أهم النتائج ارتفاع نسبة الدفاعات المستخدمة للملاكمين الفائزين مما أدى إلى التغير في الأسلوب الخططي، وأيضا قلة عدد الضربات القاضية إلى (٤) ضربات قاضية في جميع مباريات الدورة.

٢. أجرى NOWAK, TOMAZ., (٢٠٠١م) (٤٧) دراسة بعنوان "أساليب الهجوم لأفضل الملاكمين الهواة في العالم وأوروبا"، وتهدف الدراسة إلي تحديد أفضل أساليب الهجوم لأفضل الملاكمين الهواة في العالم وأوروبا، مستخدماً المنهج الوصفي، اشتملت العينة علي أداء الملاكمين في نهاية الأدوار النهائية في عدد من بطولات العالم والدورات الأولمبية، ومن أهم النتائج تطور أسلوب





الهجوم من بطولة لأخرى، قل عدد اللكمات داخل مجموعات اللكم والأداء من مسافات اللكم الطويلة والقصيرة.

٣. أجري HUSSEIN, A., (٢٠٠٤م) (٤٣) دراسة بعنوان "أساليب الخداع المستخدمة في الملاكمة بالدورة الأولمبية بسيديني (٢٠٠٠م)", وتهدف الدراسة إلي التعرف علي أنواع الخداع المستخدمة في الملاكمة بالدورة الأولمبية بسيديني، والتعرف على أهم أنواع الخداعات التي تستخدم في مدارس اللكم الحديثة، واستخدم الباحث المنهج الوصفي، اشتملت العينة علي (٢٨) مباراة بالدورة الأولمبية بسيديني، وهم (١٢) من الدور النهائي، (١٦) من الدور قبل النهائي، ومن أهم النتائج تم التوصل إلي (١٩) أسلوب بالخداع بالذراعين والجذع والرجلين، كما إن ملاكمي الأوزان الثقيلة تستخدم الخداعات المركبة أكثر من الخفيفة، واختلاف كبير بين مدارس اللكم في استخدام الخداعات ولصالح ملاكمي كوبا وروسيا.

سابعاً: إجراءات البحث:

١. منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج الوصفي (تحليل المحتوى) لملائمته لطبيعة الدراسة وأهدافها.

٢. مجتمع البحث:

تم اختيار مجتمع البحث بالطريقة العمدية لمباريات الملاكمين المشاركين ببطولة العالم إيكاترينبرج ٢٠١٩م والبالغ عددهم (١٨٣) مباراة اعتباراً من الأدوار (التمهيدية : النهائية).

٣. عينة البحث:

اشتملت عينة البحث الأساسية علي عدد (٦٤) مباراة اختيرت بطريقة عمدية عشوائية من بطولة العالم إيكاترينبرج ٢٠١٩م للملاكمين المشاركين في البطولة اعتباراً من الأدوار التمهيديّة وحتى الأدوار النهائية، وقد تم تقسيمها إلي (٥٦) مباراة لعينة البحث الأساسية، و(٨) مباريات لعينة البحث الاستطلاعية، كما يوضح ذلك جدول (١).

جدول (١)

توصيف مجتمع وعينة البحث

التوصيف	الأدوار	العدد	النسبة المئوية
المجتمع	(التمهيدية : النهائية)	(١٨٣)	١٠٠%
العينة	(التمهيدية : النهائية)	(٥٦)	٣٠,٦٠%
	(التمهيدية)	(٨)	٤,٣٧%
إجمالي عينة البحث			٣٤,٩٧%





يتضح من جدول (١) أن إجمالي مجتمع البحث من مباريات بطولة العالم إيكاترينبرج ٢٠١٩م بلغ (١٨٣) مباراة للملاكمين المشاركين في البطولة اعتباراً من الأدوار (التمهيدية : النهائية), وإجمالي عينة البحث بلغ (٦٤) مباراة بنسبة مئوية بلغت (٣٤,٩٧%), ومقسمة إلي عدد (٥٦) مباراة للعينة الأساسية من الأدوار (التمهيدية . الثمانية . قبل النهائي . النهائي) بنسبة مئوية بلغت (٣٠,٦٠%), وعدد (٨) مباريات للعينة الاستطلاعية من الأدوار (التمهيدية) بنسبة مئوية بلغت (٤,٣٧%).

٤. وسائل وأدوات جمع البيانات:

أ . الأدوات والأجهزة الخاصة لجمع البيانات:

١. اسطوانات (CD) مسجل عليها مباريات الملاكمين المشاركين ببطولة العالم إيكاترينبرج ٢٠١٩م.
٢. جهاز كمبيوتر لاستخدامه في عرض المباريات لتحليلها واستخراج البيانات.
٣. برنامج (MV₂ PLAYER) لعرض المباريات بسرعات مختلفة.

ب . وسائل جمع البيانات:

- قام الباحثون بإعداد عدد (٢) استمارة لتحليل أكثر الخطط الهجومية والدفاعية استخداماً للملاكمين المشاركين ببطولة العالم إيكاترينبرج ٢٠١٩م. مرفق (١)
- تم عرض الاستمارات علي مجموعة من الخبراء وعددهم (٩) وخبراتهم في مجال تدريب رياضة الملاكمة لا تقل عن (٢٠) سنة لإبداء الرأي في مدي صحة ومناسبة استمارات التحليل. مرفق (٢)

٥. الدراسة الاستطلاعية:

أ . صدق المحكمين:

قام الباحثون بإجراء الدراسة الاستطلاعية وذلك في الفترة من يوم الثلاثاء الموافق ٢٠٢٣/٨/١م حتى يوم الثلاثاء الموافق ٢٠٢٣/٨/٨م, حيث تم تحليل أكثر الخطط الهجومية والدفاعية استخداماً للملاكمين المشاركين ببطولة العالم إيكاترينبرج ٢٠١٩م, وذلك لعدد (٨) مباريات من الأدوار التمهيدية, وتم عرض نتائج تحليل هذه المباريات علي الخبراء لإبداء الرأي في صحة التحليل والأسلوب المستخدم, وقد أبدى الخبراء موافقتهم (صدق المحكمين).

ب . ثبات استمارات تحليل المباريات:

قام الباحثون بحساب ثبات استمارات تحليل المباريات من خلال تفرغ بيانات احدي مباريات الدراسة الاستطلاعية (٩) مرات, ثم استعانوا بأحد المدربين ذوي الخبرة والكفاءة لتفرغ بيانات نفس المباراة بنفس العدد, وذلك لحساب نسبة الاتفاق باستخدام معادلة كوبر copper نقلاً عن عفاف عبد



الكريم (١٩٩٠م) أنه يجب ألا تقل نسبة الاتفاق عن (٧٠٪) والتي تعبر عن ثبات الملاحظة كما يلي:

$$أ. \text{ نسبة الاتفاق} = (\text{عدد مرات الاتفاق} / (\text{عدد مرات الاتفاق} + \text{عدد مرات عدم الاتفاق})) \times 100$$

$$ب. \text{ نسبة الاتفاق (عدد مرات الاتفاق بين المدرب والباحثون)} = 100 \times ((1 + 8) / 8) = 100 \times 1.125 = 112.5\%$$

وبما أن نسبة الاتفاق تجاوزت (٧٠٪) فأنها تشير إلي ثبات الاستمارة. (٢٤)

٦. المعالجات الإحصائية:

استخدم الباحثون المعالجات الإحصائية التالية:

أ. نسبة الاتفاق. ب. النسبة المئوية. ج. اختبار ويلك وكسن.

ثامناً: عرض ومناقشة النتائج:

اعتماداً علي هدف وتساؤل البحث قام الباحثون بعرض ما تم التوصل إليه من نتائج ومناقشتها بما يتلاءم مع البيانات التي تم الحصول عليها كما يلي:

١. ما هي أكثر الخطط الهجومية والدفاعية استخداماً للملاكمين المشاركين ببطولة العالم إيكاترينبرج ٢٠١٩م؟

أ. أكثر الخطط الهجومية استخداماً:

جدول (٢)

التكرارات والنسبة المئوية والترتيب لأكثر الخطط الهجومية استخداماً

للملاكمين المشاركين ببطولة العالم إيكاترينبرج ٢٠١٩م ن = ٥٦

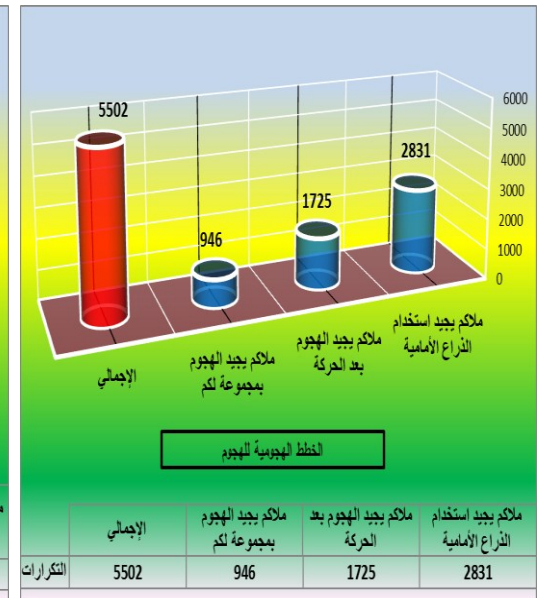
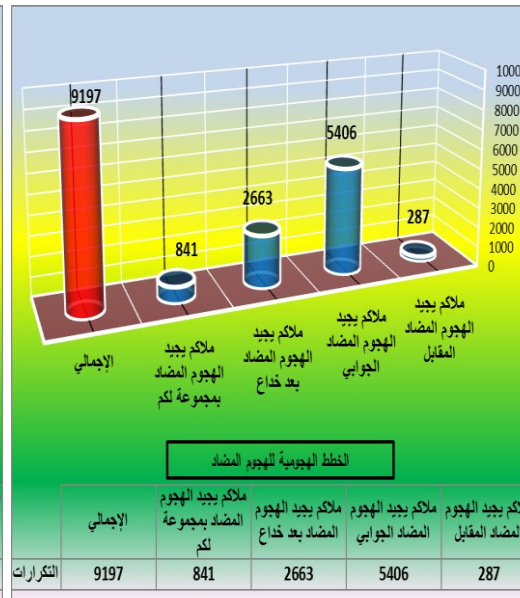
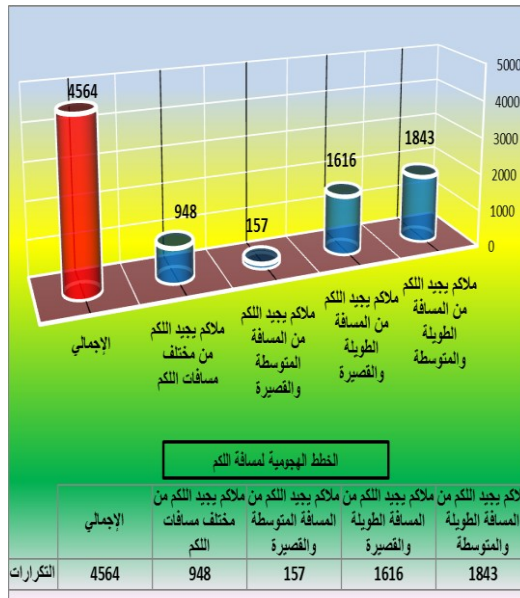
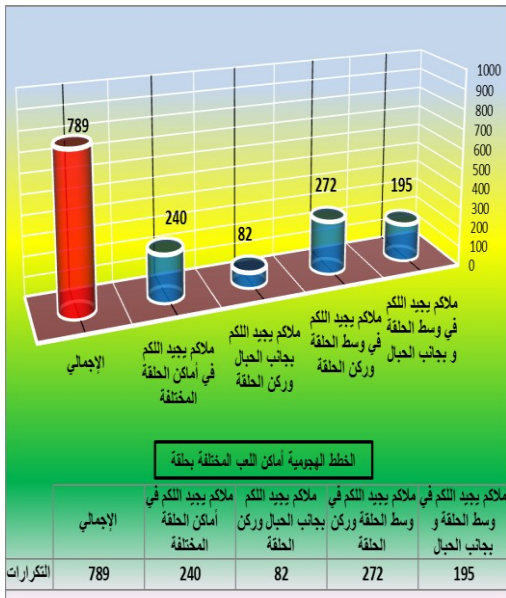
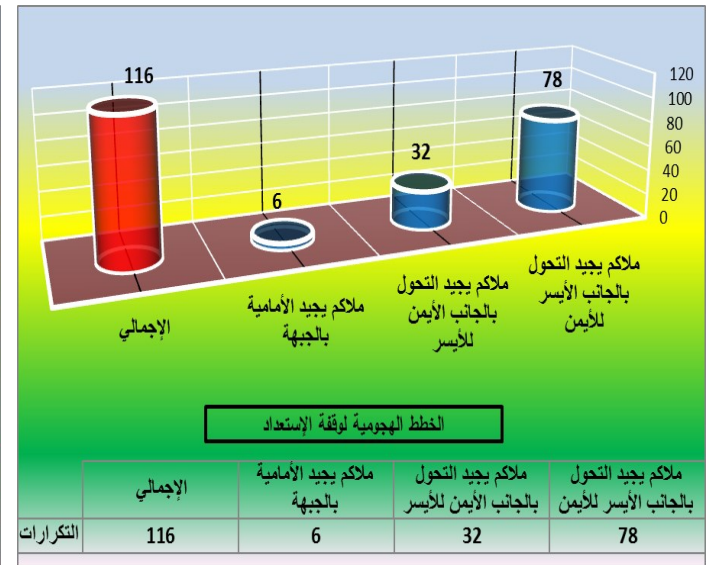
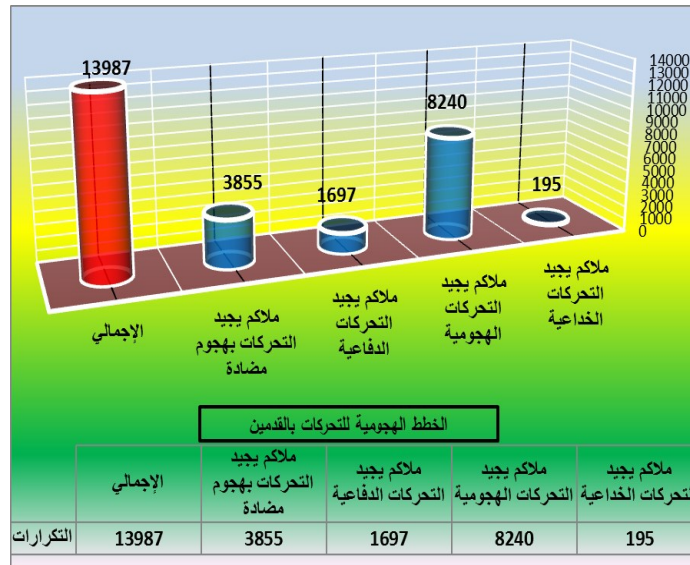
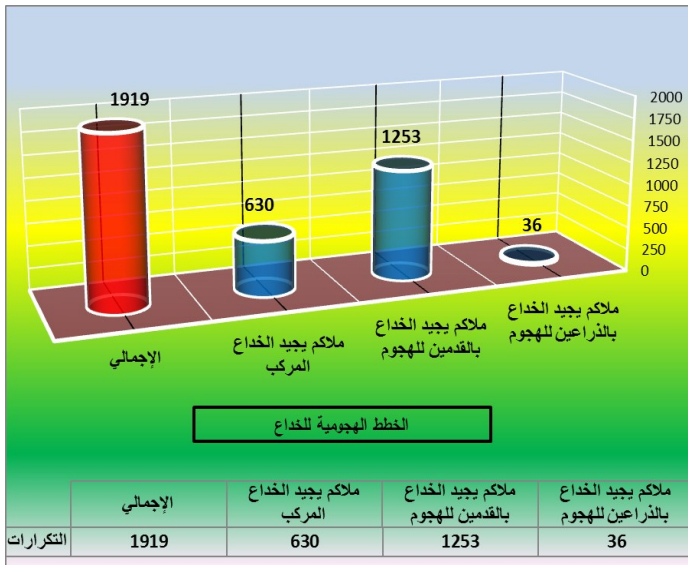
الخطط الهجومية	التكرارات	النسبة المئوية الداخلية	ترتيب داخلي خاص	ترتيب داخلي عام	النسبة المئوية العامة	ترتيب خارجي خاص	ترتيب خارجي عام
وقف الاستعداد	٧٨	٦٧.٢٤١٪	١	٧	٢١.٦٪	٢٢	٧
	٣٢	٢٧.٥٨٦٪	٢		٠.٨٩٪	٢٤	
	٦	٥.١٧٢٪	٣		٠.١٧٪	٢٥	
	١١٦	١٠٠٪			٣٢.٢٢٪		
التحركات بالقدمين	١٩٥	١.٣٩٤٪	٤	١	٥.٤١٪	١٨ مكرر	١
	٨٢٤٠	٥٨.٩١٢٪	١		٢٢.٨٤٢٪	١	
	١٦٩٧	١٢.١٢٣٪	٣		٤.٧٠٤٪	٥	
	٣٨٥٥	٢٧.٥٦١٪	٢		١٠.٦٨٦٪	٣	
	١٣٩٨٧	١٠٠٪			٣٨.٧٧٣٪		
الخداع	٣٦	١.٨٧٦٪	٣	٥	١.٠٠٪	٢٣	٥
	١٢٥٣	٦٥.٢٩٤٪	١		٣.٤٧٣٪	١٠	
	٦٣٠	٣٢.٨٣٠٪	٢		١.٧٤٦٪	١٤	





		٥٠.٣٢٠ %			١٠٠ %	١٩١٩	الإجمالي	
٣	٤	٧.٨٤٨ %	٣	١	٥١.٤٥٤ %	٢٨٣١	الهجوم	
	٨	٤.٧٨٢ %		٢	٣١.٣٥٢ %	١٧٢٥	ملاكم يجيد استخدام الذراع الأمامية	
	١٢	٢.٦٢٢ %		٣	١٧.١٩٤ %	٩٤٦	ملاكم يجيد الهجوم بعد الحركة	
		١٥.٢٥٢ %				٥٥٠٢	ملاكم يجيد الهجوم بمجموعة لكم	
					١٠٠ %	٥٥٠٢	الإجمالي	
٢	١٥	٧.٩٩٦ %	٢	٤	٣.١٢١ %	٢٨٧	الهجوم المضاد	
	٢	١٤.٩٨٦ %		١	٥٨.٧٨٠ %	٥٤٠٦	ملاكم يجيد الهجوم المضاد الجواني	
	٦	٧.٣٨٢ %		٢	٢٨.٩٥٥ %	٢٦٦٣	ملاكم يجيد الهجوم المضاد بعد خداع	
	١٣	٢.٣٣١ %		٣	٩.١٤٤ %	٨٤١	ملاكم يجيد الهجوم المضاد بمجموعة لكم	
		٢٥.٤٩٥ %				٩١٩٧	الإجمالي	
					١٠٠ %	٩١٩٧	الإجمالي	
٤	٧	٥.١٠٩ %	٤	١	٤٠.٣٨١ %	١٨٤٣	مسافات	
	٩	٤.٤٨٠ %		٢	٣٥.٤٠٨ %	١٦١٦	اللكم	
	٢٠	٠.٤٣٥ %		٤	٣.٤٤٠ %	١٥٧	ملاكم يجيد اللكم من المسافة الطويلة والقصيرة	
	١١	٢.٦٢٨ %		٣	٢٠.٧٧١ %	٩٤٨	ملاكم يجيد اللكم من المسافة المتوسطة والقصيرة	
		١٢.٦٥٢ %				٤٥٦٤	ملاكم يجيد اللكم من مختلف مسافات اللكم	
					١٠٠ %	٤٥٦٤	الإجمالي	
					١٠٠ %	٤٥٦٤	الإجمالي	
٦	١٨	٠.٥٤١ %	٦	٣	٢٤.٧١٥ %	١٩٥	أماكن	
	١٦	٠.٧٥٤ %		١	٣٤.٤٧٤ %	٢٧٢	اللعبة المختلفة	
	٢١	٠.٢٢٧ %		٤	١٠.٣٩٣ %	٨٢	بطلة الملاكمة	
	١٧	٠.٦٦٥ %		٢	٣٠.٤١٨ %	٢٤٠	ملاكم يجيد اللكم في أماكن الحلقة المختلفة	
		٢.١٨٧ %				٧٨٩	الإجمالي	
					١٠٠ %	٧٨٩	الإجمالي	
					١٠٠ %	٣٦٠٧٤	الإجمالي العام	





شكل (١)

التكرارات والنسبة المئوية والترتيب لأكثر الخطط الهجومية استخداماً للملاكمين المشاركين ببطولة العالم إيكاترينبرج ٢٠١٩م



يتضح من جدول (٢) شكل (١) وجود تباين في التكرارات والنسبة المئوية والترتيب لأكثر الخطط الهجومية استخداماً للملاكمين المشاركين ببطولة العالم إيكاترينبرج ٢٠١٩م في مباريات عينة البحث، حيث بلغ الإجمالي العام للاستخدام (٣٦٠٧٤) مرة وموزعة كما يلي:
وقفة الاستعداد:

وجود تباين في التكرارات والنسبة المئوية والترتيب لمعدلات استخدام وقفة الاستعداد لأكثر أنواع الخطط الهجومية استخداماً، حيث جاءت في المركز السابع والأخير من الترتيب الخارجي العام لاستخدام الملاكمين المشاركين بتكرارات بلغت (١١٦) مرة بنسبة مئوية بلغت (٠,٣٢٢%) من الإجمالي العام للاستخدام، وكانت موزعة كما يلي:

- الملاكمين الذين يجيدون استخدام التحول من وقفة الاستعداد بالجانب الأيسر للأيمن أكثر أنواع الخطط الهجومية استخداماً بوقفة الاستعداد لذا حققت المركز الأول من الترتيب الداخلي الخاص بتكرارات بلغت (٧٨) مرة، وبنسبة مئوية بلغت (٦٧,٢٤١%)، والمركز الثاني والعشرون من الترتيب الخارجي الخاص بنسبة مئوية بلغت (٠,٢١٦%).

- الملاكمين الذين يجيدون استخدام التحول من وقفة الاستعداد بالجانب الأيمن للأيسر حققت المركز الثاني من الترتيب الداخلي الخاص بتكرارات بلغت (٣٢) مرة، وبنسبة مئوية بلغت (٢٧,٥٨٦%)، والمركز الرابع والعشرون من الترتيب الخارجي الخاص بنسبة مئوية بلغت (٠,٠٨٩%).

- الملاكمين الذين يجيدون استخدام وقفة الاستعداد الأمامية بالجبهة حققت المركز الثالث من الترتيب الداخلي الخاص بتكرارات بلغت (٦) مرة، وبنسبة مئوية بلغت (٥,١٧٢%)، والمركز الخامس والعشرون من الترتيب الخارجي الخاص بنسبة مئوية بلغت (٠,٠١٧%).

ويعزي الباحثون تلك النتائج إلي أن كل دولة من دول العالم المشاركة في الدورة تنتمي إلي مدرسة لكم تختلف في التحول من وقفة الاستعداد الخاصة بها عن الأخرى، حيث أن الملاكمين الذين يجيدون استخدام التحول من وقفة الاستعداد بالجانب الأيسر لأيمن أكثر أنواع الخطط الهجومية استخداماً، يليها بالجانب الأيمن للأيسر، وأخيراً الأمامية بالجبهة.

ويتفق ذلك مع ما أشار إليه كل من عبد الفتاح خضر (١٩٩٦م)، أحمد سعيد (٢٠٠٦م)، أحمد كمال (٢٠٠٧م) أنه أثناء سير المباراة توجد ظروف ومواقف متغيرة تتوقف علي حركات المنافس، وهذا يؤدي إلي تغيير وقفة الاستعداد للملاكم طبقاً لحركات المنافس، كما أن وقفة الاستعداد هو الوضع الذي يتخذه الملاكم لبداية اللكم مع منافسه، والاحتفاظ بهذا الوضع في مواقف كثيرة خلال





جولات المباراة، ومما يميز هذا الوضع أنه يعطي الملائم التغطية والاتزان وسهولة الحركة واسترخاء العضلات، وأيضا القدرة علي أداء المهارات الفنية الهجومية والدفاعية في نفس الوقت. (٢٠ : ١٢٧) (٣ : ٢٢) (٦ : ١٣) .
التحركات بالقدمين:

وجود تباين في التكرارات والنسبة المئوية والترتيب لمعدلات استخدام التحركات بالقدمين لأكثر أنواع الخطط الهجومية استخداماً، حيث جاءت في المركز الأول من الترتيب الخارجي العام لاستخدام الملائم المشاركين بتكرارات بلغت (١٣٩٨٧) مرة بنسبة مئوية بلغت (٣٨,٧٧٣%) من الإجمالي العام للاستخدام، وكانت موزعة كما يلي:

- الملائم الذين يجيدون استخدام التحركات بالقدمين الهجومية أكثر أنواع الخطط الهجومية استخداماً بالتحركات بالقدمين لذا حققوا المركز الأول من الترتيب الداخلي الخاص بتكرارات بلغت (٨٢٤٠) مرة، وبنسبة مئوية بلغت (٥٨,٩١٢%)، والمركز الأول من الترتيب الخارجي الخاص بنسبة مئوية بلغت (٢٢,٨٤٢%).
- الملائم الذين يجيدون استخدام التحركات بالقدمين بهجوم مضاد حققوا المركز الثاني من الترتيب الداخلي الخاص بتكرارات بلغت (٣٨٥٥) مرة، وبنسبة مئوية بلغت (٢٧,٥٦١%)، والمركز الثالث من الترتيب الخارجي الخاص بنسبة مئوية بلغت (١٠,٦٨٦%).
- الملائم الذين يجيدون استخدام التحركات بالقدمين الدفاعية حققوا المركز الثالث من الترتيب الداخلي الخاص بتكرارات بلغت (١٦٩٧) مرة، وبنسبة مئوية بلغت (١٢,٢١٣٣٤١%)، والمركز الخامس من الترتيب الخارجي الخاص بنسبة مئوية بلغت (٤,٧٠٤%).
- الملائم الذين يجيدون استخدام التحركات بالقدمين الخداعية حققوا المركز الرابع من الترتيب الداخلي الخاص بتكرارات بلغت (١٩٥) مرة، وبنسبة مئوية بلغت (١,٣٩٤%)، والمركز الثامن عشر مكرر من الترتيب الخارجي الخاص بنسبة مئوية بلغت (٠,٥٤١%).

ويعزي الباحثون تلك النتائج إلي أن كل دولة من دول العالم المشاركة في الدورة تنتمي إلي مدرسة لكم تختلف في التحركات بالقدمين الخاصة بها عن الأخرى، حيث أن الملائم الذين يجيدون استخدام التحركات الهجومية بالقدمين أكثر أنواع الخطط الهجومية استخداماً، يليها هجوم مضاد، يليها الدفاعية، وأخيراً الخداعية.

وهذا ما يتفق مع كل من سامي محب (٢٠٠٥م)، ضياء العزب، محمود حسين (٢٠٠٦م)، ياسر الوراقى (٢٠٠٧م) أن عملية إتقان الملائم للتحركات بالقدمين في الهجوم والدفاع والهجوم





المضاد تعتبر من الأسس الهامة في تقاضي لكمات المنافس وأنهاك قواه بالتحرك السريع حوله، وحيث تلعب سرعة ودقة التحركات بالقدمين دوراً هاماً في تقدير المسافة أثناء تسديد اللكمات، كما أن تبادل استخدام حركات الرجلين في الهجوم والدفاع والهجوم المضاد يسهل للملاكم الانتقال علي الحلقة بسرعة واتزان، كما أن ملاكمي المستويات العليا يتميزون بإجادتهم لجميع مهارات التحرك بالقدمين والتي من أهم متطلبات الوصول إلي المستويات العليا. (١١ : ١٢٣) (١٥ : ٢٧) (٣٤ : ٣٣) .
الخداع:

وجود تباين في التكرارات والنسبة المئوية والترتيب لمعدلات استخدام الخداع لأكثر أنواع الخطط الهجومية استخداماً، حيث جاءت في المركز الخامس من الترتيب الخارجي العام لاستخدام الملاكمين المشاركين بتكرارات بلغت (١٩١٩) مرة بنسبة مئوية بلغت (٥,٣٢٠%) من الإجمالي العام للاستخدام، وكانت موزعة كما يلي:

- الملاكمين الذين يجيدون استخدام الخداع بالقدمين للهجوم أكثر أنواع الخطط الهجومية استخداماً بالخداع لذا حققوا المركز الأول من الترتيب الداخلي الخاص بتكرارات بلغت (١٢٥٣) مرة، وبنسبة مئوية بلغت (٦٥,٢٩٤%)، والمركز العاشر من الترتيب الخارجي الخاص بنسبة مئوية بلغت (٣,٤٧٣%).
- الملاكمين الذين يجيدون استخدام الخداع المركب حققوا المركز الثاني من الترتيب الداخلي الخاص بتكرارات بلغت (٦٣٠) مرة، وبنسبة مئوية بلغت (٣٢,٨٣٠%)، والمركز الرابع عشر من الترتيب الخارجي الخاص بنسبة مئوية بلغت (١,٧٤٦%).
- الملاكمين الذين يجيدون استخدام الخداع بالذراعين للهجوم وعددهم (١٢) ملاكم حققوا الثالث من الترتيب الداخلي الخاص بتكرارات بلغت (٣٦) مرة، وبنسبة مئوية بلغت (١,٨٧٦%)، والمركز الثالث والعشرون من الترتيب الخارجي الخاص بنسبة مئوية بلغت (٠,١٠٠%).

ويعزي الباحثون تلك النتائج إلي أن كل دولة من دول العالم المشاركة في الدورة تنتمي إلي مدرسة لكم تختلف في الخداع الخاصة بها عن الأخرى، حيث أن الملاكمين الذين يجيدون استخدام الخداع بالقدمين للهجوم أكثر أنواع الخطط الهجومية استخداماً، يليها المركبة، وأخيراً بالذراعين للهجوم. ويتفق ذلك مع النتائج التي توصل إليها أيمن رشاد HUSSEIN, A. (٢٠٠٤م)، ضياء العزب، محمود حسين (٢٠٠٦م)، أحمد سعيد (٢٠١٢م)، أحمد كمال (٢٠١٢م) في دراسة استهدفت التعرف علي أنواع الخداعات أن ملاكمي الأوزان الثقيلة تستخدم الخداعات المركبة أكثر من





الأوزان الخفيفة, كما أن ملاكمي المستويات العليا يتميزون بإجادتهم لجميع المهارات الخداعية بالقدمين, وبالذراع, وبالذراعين, وأجادة هذه المهارات أهم متطلبات تحقيق الفوز.
(٤٣ : ٩٩) (١٥ : ٤٥) (٤ : ٣٢) (٧ : ٢٢)

. الهجوم:

وجود تباين في التكرارات والنسبة المئوية والترتيب لمعدلات استخدام الهجوم لأكثر أنواع الخطط الهجومية استخداماً, حيث جاءت في المركز الثالث من الترتيب الخارجي العام لاستخدام الملاكمين المشاركين بتكرارات بلغت (٥٥٠٢) مرة بنسبة مئوية بلغت (١٥,٢٥٢%) من الإجمالي العام للاستخدام, وكانت موزعة كما يلي:

- الملاكمين الذين يجيدون استخدام الهجوم بالذراع الأمامية أكثر أنواع الخطط الهجومية بالهجوم استخداماً لذا حققوا المركز الأول من الترتيب الداخلي الخاص بتكرارات بلغت (٢٨٣١) مرة, وبنسبة مئوية بلغت (٥١,٤٥٤%), والمركز الرابع من الترتيب الخارجي الخاص بنسبة مئوية بلغت (٧,٨٤٨%).
- الملاكمين الذين يجيدون استخدام الهجوم بعد التحرك حققوا الثاني من الترتيب الداخلي الخاص بتكرارات بلغت (١٧٢٥) مرة, وبنسبة مئوية بلغت (٣١,٣٥٢%), والمركز الثامن من الترتيب الخارجي الخاص بنسبة مئوية بلغت (٤,٧٨٢%).
- الملاكمين الذين يجيدون استخدام الهجوم بمجموعة لكم حققوا الثالث من الترتيب الداخلي الخاص بتكرارات بلغت (٩٤٦) مرة, وبنسبة مئوية بلغت (١٧,١٩٤%), والمركز الثاني عشر من الترتيب الخارجي الخاص بنسبة مئوية بلغت (٢,٦٢٢%).

ويعزي الباحثون تلك النتائج إلي أن كل دولة من دول العالم المشاركة في الدورة تنتمي إلي مدرسة لكم تختلف في الهجوم الخاصة بها عن الأخرى, حيث أن الملاكمين الذين يجيدون استخدام الهجوم بالذراع الأمامية أكثر أنواع الخطط الهجومية استخداماً, يليها بعد التحرك, وأخيراً بمجموعة لكم. وتتفق تلك النتائج مع ما توصل إليه كل من عبد العزيز غنيم (١٩٩٥م), يحيى الحاوي (١٩٩٧م), ضياء العزب (١٩٩٨م), ليهمان, LEHMANN, (٢٠٠٠م) أن استخدام الذراع الأمامية في اللكم تعتبر من أفضل الوسائل لفتح الثغرات في المنافس لتسجيل أكبر عدد من النقاط من خلال تسديدها كلكمة أساسية, كما أن استخدام الملاكمين للمهارات الهجومية يرجع إلي أن طبيعة المهارات الهجومية من لكمات فردية أو زوجية أو مجموعات اللكم تتطلب من اللاعب سرعة في الأداء, والعمل بأقصى جهد ممكن في فترة زمنية قصيرة جداً, وبالتالي يجب أن يكون الملاك لدية





القدرة علي الأداء الفعلي السريع, حيث ابتعد الملاكمين في أدائهم عن الكلمات القوية واتجهوا إلي الكلمات السريعة وتمتاز بالقوة المميزة بالسرعة لتحقيق أكبر عدد من النقاط. (٢٩ : ٧٨) (٣٥ : ٥٣) (١٤ : ٣٢) (٤٦ : ٦٦)

. الهجوم المضاد:

وجود تباين في التكرارات والنسبة المئوية والترتيب لمعدلات استخدام الهجوم المضاد لأكثر أنواع الخطط الهجومية استخداماً, حيث جاءت في المركز الثاني من الترتيب الخارجي العام لاستخدام الملاكمين المشاركين بتكرارات بلغت (٩١٩٧) مرة بنسبة مئوية بلغت (٢٥,٤٩٥%) من الإجمالي العام للاستخدام, وكانت موزعة كما يلي:

- الملاكمين الذين يجيدون استخدام الهجوم المضاد الجوابي أكثر أنواع الخطط الهجومية استخداماً بالهجوم المضاد لذا حققوا الأول من الترتيب الداخلي الخاص بتكرارات بلغت (٥٤٠٦) مرة, وبنسبة مئوية بلغت (٥٨,٧٨٠%), والمركز الثاني من الترتيب الخارجي الخاص بنسبة مئوية بلغت (١٤,٩٨٦%).

- الملاكمين الذين يجيدون استخدام الهجوم المضاد بعد خداع حققوا الثاني من الترتيب الداخلي الخاص بتكرارات بلغت (٢٦٦٣) مرة, وبنسبة مئوية بلغت (٢٨,٩٥٥%), والمركز السادس من الترتيب الخارجي الخاص بنسبة مئوية بلغت (٧,٣٨٢%).

- الملاكمين الذين يجيدون استخدام الهجوم المضاد بمجموعة لكم حققوا الثالث من الترتيب الداخلي الخاص بتكرارات بلغت (٨٤١) مرة, وبنسبة مئوية بلغت (٩,١٤٤%), والمركز الثالث عشر من الترتيب الخارجي الخاص بنسبة مئوية بلغت (٢,٣٣١%).

- الملاكمين الذين يجيدون استخدام الهجوم المضاد المقابل حققوا الرابع من الترتيب الداخلي الخاص بتكرارات بلغت (٢٨٧) مرة, وبنسبة مئوية بلغت (٣,١٢١%), والمركز الخامس عشر من الترتيب الخارجي الخاص بنسبة مئوية بلغت (٠,٧٩٦%).

ويعزي الباحثون تلك النتائج إلي أن كل دولة من دول العالم المشاركة في الدورة تنتمي إلي مدرسة لكم تختلف في الهجوم المضاد الخاصة بها عن الأخرى, حيث أن الملاكمين الذين يجيدون استخدام الهجوم المضاد الجوابي أكثر أنواع الخطط الهجومية استخداماً, يليها بعد خداع, يليها بمجموعة لكم, وأخيراً المقابل.

وتتفق تلك النتائج مع ما أشار إليه كل من كريستوفر **CHERISTOPHER** (١٩٩٧م),

فيدلير **FIEDLER** (١٩٩٧م), يحيي الحاوي (٢٠٠٢م), ضياء العزب, محمود حسين





(٢٠٠٦م), ياسر الوراقى (٢٠٠٦م), كريم أبو الخير (٢٠٠٩م) أن أساليب الهجوم المضاد الحديثة تتطلب قدر كبير من الرشاقة والمرونة والسرعة في اتخاذ القرار, ويعتمد الكثير من الملاكمين ذوي المستويات العالية علي استخدام أساليب الهجوم المضاد الجوابي, والمراوغة والخداع كوسيلة فعالة لتنفيذ الهجوم المضاد بنجاح, كما أن ملاكمي المستويات العليا يتميزون بإجادتهم لمجموعة كبيرة من مهارات الهجوم المضاد الجوابي.

(٣٩ : ٥٤) (٤٢ : ٤٥) (٣٧ : ٧٦) (١٥ : ٣٤) (٣٣ : ٦٢) (٢٥ : ٧٦)

. مسافات اللكم:

وجود تباين في التكرارات والنسبة المئوية والترتيب لمعدلات استخدام مسافات اللكم لأكثر أنواع الخطط الهجومية استخداماً, حيث جاءت في المركز الرابع من الترتيب الخارجي العام لاستخدام الملاكمين المشاركين بتكرارات بلغت (٤٥٦٤) مرة بنسبة مئوية بلغت (١٢,٦٥٢%) من الإجمالي العام للاستخدام, وكانت موزعة كما يلي:

- الملاكمين الذين يجيدون استخدام مسافة اللكم الطويلة والمتوسطة أكثر أنواع الخطط الهجومية استخداماً بمسافات اللكم لذا حققوا المركز الأول من الترتيب الداخلي الخاص بتكرارات بلغت (١٨٤٣) مرة, وبنسبة مئوية بلغت (٤٠,٣٨١%), والمركز السابع من الترتيب الخارجي الخاص بنسبة مئوية بلغت (٥,١٠٩%).
- الملاكمين الذين يجيدون استخدام مسافة اللكم الطويلة والقصيرة حققوا الثاني من الترتيب الداخلي الخاص بتكرارات بلغت (١٦١٦) مرة, وبنسبة مئوية بلغت (٣٥,٤٠٨%), والمركز التاسع من الترتيب الخارجي الخاص بنسبة مئوية بلغت (٤,٤٨٠%).
- الملاكمين الذين يجيدون استخدام مسافة اللكم مختلف مسافات اللكم حققوا الثالث من الترتيب الداخلي الخاص بتكرارات بلغت (٩٤٨) مرة, وبنسبة مئوية بلغت (٢٠,٧٧١%), والمركز الحادي عشر من الترتيب الخارجي الخاص بنسبة مئوية بلغت (٢,٦٢٨%).
- الملاكمين الذين يجيدون استخدام مسافة اللكم المتوسطة والقصيرة حققوا الرابع من الترتيب الداخلي الخاص بتكرارات بلغت (١٥٧) مرة, وبنسبة مئوية بلغت (٣,٤٤٠%), والمركز العشرون من الترتيب الخارجي الخاص بنسبة مئوية بلغت (٠,٤٣٥%).

ويعزي الباحثون تلك النتائج إلي أن كل دولة من دول العالم المشاركة في الدورة تنتمي إلي مدرسة لکم تختلف في مسافة اللكم الخاصة بها عن الأخرى, حيث أن الملاكمين الذين يجيدون استخدام مسافة اللكم الطويلة ومسافة اللكم المتوسطة أكثر أنواع الخطط الهجومية استخداماً, يليها





مسافة اللكم الطويلة ومسافة اللكم القصيرة، يليها مختلف مسافات اللكم، وأخيراً مسافة اللكم المتوسطة ومسافة اللكم القصيرة.

وتتفق هذه النتائج مع ما أشار إليه كل من **حسام رफी (١٩٩٣م)**، **عبد الفتاح خضر (١٩٩٦م)** **عرفة السيد (١٩٩٧م)**، **يحيى الحاوي (٢٠٠٤م)** أن الملاكمة الحديثة تركز في الوقت الحالي على ثلاث أنواع أساسية لمسافات اللكم أثناء المباراة، وهذه الأنواع هي اللكم من المسافة الطويلة، والمسافة المتوسطة، والمسافة القصيرة، ولتحقيق الفوز في المباراة يجب على الملاكم امتلاك وإتقان القدرة على اللكم من مختلف هذه المسافات، ومن تحليل المباريات الدولية والعالمية والأولمبية في السنوات العشر الماضية أتضح أن الملاكمين ذوى المستوى الرفيع في تحقيق المراكز الأولى لهذه البطولات يمتلكون القدرة العالية في كيفية الدمج والمزج بين الأنواع المختلفة لمسافات اللكم، أي قدرة الملاكم علي اللكم من مسافات اللكم من المسافة الطويلة إلي المسافة المتوسطة أو من المسافة الطويلة إلي المسافة القصيرة أو من المسافة المتوسطة إلي المسافة القصيرة والعكس صحيح، وأيضاً قدرته علي الاحتفاظ باللكم في المسافة التي يتميز بها علي منافسه سواء كان ذلك في الهجوم أو الدفاع أو الهجوم المضاد وهذا يتطلب قدرات حركية وفنية عالية جداً من جانب الملاكمين حتى يستطيعوا الوصول إلي الشكل الخططي الحديث لقيادة المباراة. (١٠ : ٣٣١) (٢٠ : ٤٥) (٢٢ : ٢٣) (١٠ : ٣٨) (٢٣)

كما تتفق تلك النتائج مع ما أشار إليه كل من **عبد الرحمن سيف (١٩٩٠م)**، **عبد الفتاح خضر (١٩٩٦م)**، **ضياء العزب (١٩٩٨م)** إلي أنه لكي يتحقق الفوز للملاكم يجب أن يجيد اللعب من المسافة الطويلة لتنفيذ المهارات الهجومية والهجوم المضاد، حيث إن اللعب من المسافة المتوسطة يجعل إمكانية المهارات الهجومية تزيد بدرجة كبيرة وتقل نسبة المهارات الهجومية المضادة بصورة واضحة، وأيضاً اللكم من المسافة القريبة يجعل إمكانية اللكم تكون محدودة بصورة واضحة جداً، كما إن مسافة اللكم الطويل تتيح للملاكم فرصة التعرف علي قدرات رد فعل المنافس وكشف طرق لعبه واستخدامه للمهارات الخداعية والدفاعية بسهولة من مسافة اللكم المتوسطة والقصيرة. (١٨ : ٧٤) (٢٠ : ٢١٢) (١٤ : ١٨)

. أماكن اللعب المختلفة بحلقة الملاكمة:

وجود تباين في التكرارات والنسبة المئوية والترتيب لمعدلات استخدام أماكن اللعب المختلفة بحلقة الملاكمة لأكثر أنواع الخطط الهجومية استخداماً، حيث جاءت في المركز السادس من الترتيب





الخارجي العام لاستخدام الملاكمين المشاركين بتكرارات بلغت (٧٨٩) مرة بنسبة مئوية بلغت (٢,١٨٧٪) من الإجمالي العام للاستخدام, وكانت موزعة كما يلي:

- الملاكمين الذين يجيدون استخدام مكان اللعب بوسط حلقة الملاكمة وركن الحلقة أكثر أنواع الخطط الهجومية استخداماً بأماكن اللعب المختلفة بحلقة الملاكمة لذا حققوا المركز الأول من الترتيب الداخلي الخاص بتكرارات بلغت (٢٧٢) مرة, وبنسبة مئوية بلغت (٣٤,٤٧٤٪), والمركز السادس عشر من الترتيب الخارجي الخاص بنسبة مئوية بلغت (٠,٧٥٤٪).
- الملاكمين الذين يجيدون استخدام أماكن اللعب المختلفة بحلقة الملاكمة حققوا الثاني من الترتيب الداخلي الخاص بتكرارات بلغت (٢٤٠) مرة, وبنسبة مئوية بلغت (٣٠,٤١٨٪), والمركز السابع عشر من الترتيب الخارجي الخاص بنسبة مئوية بلغت (٠,٦٦٥٪).
- الملاكمين الذين يجيدون استخدام مكان اللعب بوسط الحلقة وبجانب حبال الحلقة حققوا الثالث من الترتيب الداخلي الخاص بتكرارات بلغت (١٩٥) مرة, وبنسبة مئوية بلغت (٢٤,٧١٥٪), والمركز الثامن عشر من الترتيب الخارجي الخاص بنسبة مئوية بلغت (٠,٥٤١٪).
- الملاكمين الذين يجيدون استخدام مكان اللعب بجانب حبال الحلقة وركن الحلقة حققوا المركز الرابع من الترتيب الداخلي الخاص بتكرارات بلغت (٨٢) مرة, وبنسبة مئوية بلغت (١٠,٣٩٣٪), والمركز الحادي والعشرون من الترتيب الخارجي الخاص بنسبة مئوية بلغت (٠,٢٢٧٪).

ويعزي الباحثون تلك النتائج إلي أن كل دولة من دول العالم المشاركة في الدورة تنتمي إلي مدرسة لكم تختلف في أماكن اللعب المختلفة بحلقة الملاكمة الخاصة بها عن الأخرى, حيث أن الملاكمين الذين يجيدون استخدام مكان اللعب بوسط الحلقة وبركن الحلقة أكثر أنواع الخطط الهجومية استخداماً, يليها أماكن اللعب المختلفة بحلقة الملاكمة, يليها وسط الحلقة وبجانب حبال الحلقة, وأخيراً يليها بجانب حبال الحلقة وركن الحلقة.

وهذا يتفق مع ما أشار إليه عبد الفتاح خضر (١٩٩٦م), سامي محب (٢٠٠٥م), أحمد سعيد (٢٠٠٥م) أن الوصول إلي الشكل التخطيطي الحديث لقيادة المباراة يتضمن المزج بين الأنواع الرئيسية للشكل التخطيطي, أي قدرة الملاكم علي اللكم في أماكن اللعب المختلفة بحلقة الملاكمة في مكان اللعب بركن الحلقة إلي وسط الحلقة أو بركن الحلقة إلي بجانب حبال الحلقة أو بوسط الحلقة إلي بجانب حبال الحلقة, وأيضاً قدرته علي الاحتفاظ باللكم في مكان اللعب علي الحلقة الذي يتميز فيه.

(٢٠ : ٦٦) (١١ : ٣٢) (٢ : ٣)





كما تتفق هذه النتائج مع ما توصل إليه أحمد سعيد (٢٠٠٦م) حيث جاء ترتيب مكان اللعب وسط الحلقة في المركز الأول من حيث الاستخدام, يليه مكان اللعب بجانب حبال الحلقة, يليه مكان اللعب بركن الحلقة, وذلك للاعتقاد السائد من امتلاك الحلقة والسيطرة علي المنافس يأتي من التمرکز في وسط الحلقة أطول وقت ممكن, وأيضاً لطول الفترة الزمنية التي يتواجد فيها اللاعبون, وأيضاً لأداء الكثير من المهارات والخطط الهجومية في هذا المكان من الحلقة. (٣)

ويتفق ذلك مع ما توصل إليه كل من عاطف مغاوري, عبد العزيز غنيم (١٩٩٠م), عبد الفتاح خضر (١٩٩٦م), أحمد سعيد (٢٠٠٠م), ضياء العزب, محمود حسين (٢٠٠٦م) إلي أن ملاكمي المستويات العليا يتميزون بإجادتهم لمجموعة من المهارات الهجومية والمهارات الهجومية المضادة, وأن اللكمات تلعب دوراً مميزاً عن غيرها من الحركات الفنية أثناء الهجوم أو الهجوم المضاد, ويمكن اكتساب النقط وتحقيق ما يسعى إليه الملاكم خلال المباراة. (١٧) (٢٠) (١) (١٥)

ويعزي الباحثون ذلك إلي أن الملاكمين المهزومين أعتمدوا في منافساتهم علي مهارات فنية هجومية دون الاستفادة من توظيف هذه المهارات مع خطط اللكم للخروج بأفضل الخطط الهجومية والهجومية المضادة واستغلالهم في التوازن بين الدفاع والهجوم, وهذا ما يتفق مع كل من واجنير, WAGNER (١٩٩١م), فيرلاج وامان Verlag Woman (١٩٩٦م), حسن علاوي (١٩٩٧م) بأنه يجب علي القائمين علي شئون تعليم وتدريب الملاكمين أن يختارون من بين المهارات والخطط ما يتناسب وقدرات وإمكانيات الملاكمين حتى يتحقق لهم الفوز والوصول إلي المستويات العليا.

(٥٢ : ٧٣) (٥١ : ٦٧) (٢٨ : ٥٦)

ويرجع الباحثون ذلك إلي إتقان الملاكمين الفائزين لهذه المهارات التي تساعد في الربط بينها وبين المهارات الهجومية والهجومية المضادة, وذلك لامتلاك الحلقة والسيطرة علي المنافس من خلال وقفة استعداد مميزة, وتحرك سليم, ومكان مناسب يستطيع من خلاله تنفيذ الواجبات الخطئية المطلوبة, وهذا ما يتفق مع كل من ستاوفر, STAUFFER (١٩٩٣), إسماعيل حامد, عبد العزيز غنيم, ضياء العزب, عاطف مغاوري (٢٠٠٥م), أحمد كمال (٢٠١٦) أنه كلما أرتفع مستوي الملاكم إلي المستوي العالمي, أو الأولمبي نجده يعتمد علي استخدام أماكن الحلقة المختلفة في توظيف خطط اللعب وفقاً لما يتميزون به سواء في مكان وسط الحلقة, أو بجانب الحبال, أو ركن الحلقة, كما أن الملاكمين يفضلون اللكم من المسافة القريبة بصورة نشطة وفعالة, ويستخدمون من أساليب الخداع بالجذع والرجلين ما يتناسب مع مسافات اللكم التي يتميزون باللعب فيها. (٥٠ : ٤٥) (٩ : ٣٥١) (٨ : ١٢)





تاسعاً: الاستخلاصات والتوصيات:

أ . الاستخلاصات:

من خلال شكل ونوع وأسلوب وطريقة تنفيذ أكثر الخطط الهجومية والدفاعية استخداماً ومعدلات استخدامها في قيادة وإدارة المباريات للملاكمين المشاركين ببطولة العالم إيكاترينبرج ٢٠١٩م جاءت الاستخلاصات كما يلي:

١. تحديد أكثر الخطط الهجومية والدفاعية استخداماً للملاكمين المشاركين ببطولة العالم إيكاترينبرج ٢٠١٩م.

٢. وجود أكثر من أداء خططي هجومي ودفاعي مستخدم من قبل الملاكمين في المباريات حسب نوع وشكل وأسلوب وطريقة تنفيذه علي الحلقة.

ب . التوصيات:

في ضوء نتائج هذه الدراسة قام الباحثون بالتوصيات التالية:

١. محاولة العمل علي تغيير المفاهيم السابقة من خلال شكل ونوع وأسلوب وطريقة تنفيذ أكثر الخطط الهجومية والدفاعية استخداماً في قيادة وإدارة المباريات.

٢. يجب تحسين السلوك التمهيدي الفني والخططي لإدارة المباراة بما جاء في الدراسة الحالية تبعاً للمواقف المتغيرة والمفاجئة في المباراة.

٣. قياس مستوي امتلاك الملاكم لوسائل السلوك الخطط الهجومية والدفاعية الحديثة بمقارنته بما جاء من نتائج في هذه الدراسة.

٤. إقامة ندوات ودورات عملية لتوجيه أنظار كل المسؤولين من مدربين ومساعدتهم ولاعبين لأهمية استخدام الخطط الهجومية والدفاعية في إدارة المباريات.

٥. توجيه نتائج هذه الدراسة وخطوات تنفيذها إلي العاملين في مجال التدريب في الملاكمة وكيفية الاستفادة منها لجميع المراحل السنوية المختلفة.





عاشرا: قائمة المراجع:

أ . المراجع العربية:

١. أحمد سعيد أمين خضر (٢٠٠٠م): "دراسة تحليلية للمهارات الهجومية وفاعليتها علي نتائج مباريات الملاكمة", رسالة ماجستير, غير منشورة, كلية التربية الرياضية بمدينة, جامعة المنوفية.
٢. أحمد سعيد أمين خضر (٢٠٠٥م): "أماكن الحلقة المختلفة في الملاكمة بالدورة الأولمبية بأثينا ٢٠٠٤م", بحث منشور, مجلة التربية البدنية والرياضة, السنة الخامسة, العدد الثامن, المجلد الأول, جامعة المنوفية.
٣. أحمد سعيد أمين خضر (٢٠٠٦م): "تكتيكات وتكتيكات الملاكمة الحديثة بالدورة الأولمبية بأثينا ٢٠٠٤م", بحث منشور, مجلة العلوم البدنية والرياضية, كلية التربية الرياضية بالسادات, السنة ٥, العدد ٨, المجلد ٢, جامعة المنوفية.
٤. أحمد سعيد أمين خضر (٢٠١٢م): "معدلات استخدام مهارات اللكم الهجومية (فردية - زوجية - مجموعات لكم) ودفاعاتها للملاكمين المشاركين بالدورة الاولمبية بلندن (٢٠١٢م)", بحث منشور, المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة, كلية التربية الرياضية للبنين, جامعة حلوان.
٥. أحمد سعيد أمين خضر, أحمد كمال عبد الفتاح عيد (٢٠١٥م): "تأثير استخدام أساليب فن الحلقة على تنمية بعض المتغيرات البدنية والخطوية للملاكمين الشباب", بحث منشور, المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة, كلية التربية الرياضية, جامعة حلوان.
٦. أحمد كمال عبد الفتاح عيد (٢٠٠٧م): "استخدام خطط اللعب الحديثة لتطوير فاعلية الاداء لدى الملاكمين", رسالة ماجستير, غير منشورة, كلية التربية الرياضية بالسادات, جامعة المنوفية.
٧. أحمد كمال عبد الفتاح عيد (٢٠١٢م): "فاعلية الخداعات قبل الهجوم المضاد علي تطوير الأداء الخطي للملاكمين", رسالة دكتوراه, غير منشور, كلية التربية الرياضية, جامعة المنوفية.
٨. أحمد كمال عبد الفتاح عيد (٢٠١٦م): "تكتيكات ملاكمي مدارس اللكم الهجومية والهجومية المضادة وفقا لأماكن الحلقة المختلفة بالدورة الأولمبية بلندن ٢٠١٢م", بحث منشور, المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة, كلية التربية الرياضية للبنين جامعة حلوان.





٩. إسماعيل حامد عثمان, محمد عبد العزيز غنيم, ضياء الدين محمد العزب, عاطف مغاوري شعلان (٢٠٠٥م): تعليم وتدريب الملاكمة, ط٣, القاهرة.
١٠. حسام رفقي عثمان (١٩٩٣م): الملاكمة بين النظرية والتطبيق, مكتبة النهضة المصرية, القاهرة.
١١. سامي محب حافظ (٢٠٠٥م): المدخل إلى الملاكمة الحديثة, ط٢, مكتبة شجرة الدر بالمنصورة.
١٢. شريف فؤاد الجرواني (١٩٩٠م): "علاقة دافعية الانجاز بمستوى الأداء لدي ملاكمي الدرجة الأولى بمحافظة الغربية", رسالة ماجستير, غير منشوره, كلية التربية الرياضية, جامعة طنطا.
١٣. صلاح السيد قادوس (١٩٩٣م): الأسس العلمية الحديثة في رياضة الملاكمة, دار المعارف, القاهرة.
١٤. ضياء الدين محمد العزب (١٩٩٨م): "دراسة تحليلية لنتائج مدارس اللكم بالدورة الأولمبية بأطنطا ١٩٩٦م", بحث منشور, المجلة العلمية المتخصصة للتربية الرياضية والرياضة, كلية التربية الرياضية, جامعة حلوان.
١٥. ضياء الدين محمد العزب, محمود حسن حسين (٢٠٠٦م): "دراسة تحليلية لنتائج مدارس اللكم في الدورات الاولمبية (أطنطا ١٩٩٦م . سيدني ٢٠٠٠م . أثينا ٢٠٠٤م)", بحث منشور, مجلة التربية البدنية والرياضة, السنة الخامسة, العدد الثامن, المجلد الثاني, جامعة المنوفية.
١٦. عاطف مغاوري شعلان (١٩٩٣م): "أنواع اللكمات المسددة إلى مناطق اللكم المستهدفة لدى ملاكمي الفريق القومي", بحث منشور, المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة, كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة, العدد ١٨, جامعة حلوان.
١٧. عاطف مغاوري شعلان, محمد عبد العزيز غنيم (١٩٩٠م): "تحديد أكثر أنواع اللكمات استخداماً في مباراة الملاكمة", المجلة العلمية للتربية الرياضية والرياضة, العدد السادس, كلية التربية الرياضية للبنين, العدد ٢٠, جامعة حلوان.
١٨. عبد الرحمن سيف (١٩٩٠م): "دراسة مقارنة لمجموعات اللكم من مختلف المسافات وعلاقتها بنتائج المباريات", بحث منشور, المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة, العدد ٦, جامعة حلوان.
١٩. عبد الرحمن عبد العظيم سيف (٢٠١٠م): التغيرات البيوكيميائية للتدريب المستمر والفترى للملاكمين, منشأة المعارف الاسكندرية.
٢٠. عبد الفتاح فتحى خضر (١٩٩٦م): المرجع في الملاكمة, منشأة المعارف, الإسكندرية.





٢١. عبد الفتاح فتحى خضر، محمد طلعت إبراهيم، عبد الرحمن عبد العظيم سيف، حمدى عبد المقصود الجزار (٢٠٠٥م): الملاكمة، الجزء الثانى، كلية التربية الرياضية للبنين بأبى قير الأسكندرية.
٢٢. عرفة عرفة السيد (١٩٩٧م): "تأثير برنامج تدريبي للإعداد البدني الخاص على بعض المهارات الأساسية للملاكمين الناشئين"، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة قناة السويس.
٢٣. عصام عبد الخالق (١٩٩٨م): المرحلة الإعدادية للملاكمة الحديثة، دار الكتب الجامعية، مطبعة الاعتماد، السكندرية.
٢٤. عفاف عبد الكريم (١٩٩٠م): "دراسة تحليلية للمهارات الأساسية للكرة الطائرة"، رسالة دكتوراة، غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الإسكندرية.
٢٥. كريم حسن أبو الخير (٢٠٠٩م): "برنامج تدريبي باستخدام بعض الأساليب الخطئية المضادة للملاكم الأيسر واثره على مستوى الأداء"، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، طنطا.
٢٦. محسن رمضان علي (١٩٩٠م): "الدفاعات وعلاقتها بنتائج المباريات في الملاكمة"، رسالة ماجستير، غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان.
٢٧. محمد حسن علاوي (١٩٩٤م): علم النفس الرياضي، ط٩، دار المعارف.
٢٨. محمد حسن علاوي (١٩٩٧م): سيكولوجية التدريب والمنافسات، ط٤، دار المعارف.
٢٩. محمد عبد العزيز غنيم (١٩٩٥م): "دراسة تحليلية لفاعلية خطط الهجوم والدفاع لملاكمي الدول العربية"، مجلة كلية التربية الرياضية، جامعة طنطا.
٣٠. محمد محمد زكي، أحمد سعيد أمين خضر، عاصم علي قنديل (٢٠٢٠م): "تصنيف الملاكمين (الفائزين . المهزومين) طبقاً لأساليب فن الحلقة وأماكن اللعب المختلفة بدورة الألعاب الاولمبية ريو دي جانيرو ٢٠١٦م"، بحث منشور، مجلة نظريات وتطبيقات التربية البدنية وعلوم الرياضة، كلية التربية الرياضية، جامعة مدينة السادات.
٣١. محيي الدين السعيد عابد (١٩٩٦م): "التخطيط لتدريب الملاكمة المصرية في ضوء استخدام الحاسب الآلي في التحكيم"، رسالة دكتوراة، كلية التربية الرياضية، جامعة الزقازيق.
٣٢. ياسر محمد عبد الجواد الوراقى (٢٠٠٢م): "دراسة تحليلية لخطط اللعب واستراتيجيات الحلقة لمدارس اللكم في ضوء تغير زمن وعدد الجولات وعلاقتها بنتائج المباريات"، رسالة ماجستير، غير منشورة، كلية التربية الرياضية بمدينة السادات، جامعة المنوفية.





٣٣. ياسر محمد عبد الجواد الوراقى (٢٠٠٦م): "برنامج تدريبي للهجوم المضاد الجوابى وتأثيره على فاعلية أداء الملاكمين"، رسالة دكتوراة، غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة المنوفية.
٣٤. ياسر محمد عبد الجواد الوراقى (٢٠٠٧م): "دراسة تحليلية للهجوم من الحركة بالدورة الأولمبية بأثينا ٢٠٠٤م"، بحث منشور، مجلة العلوم البدنية والرياضة، كلية التربية الرياضية، السنة ٦، العدد ١١، جامعة المنوفية.

٣٥. يحيى إسماعيل الحاوي (١٩٩٧م): الملاكمة، المركز العربي للنشر، الزقازيق.

٣٦. يحيى إسماعيل الحاوي (٢٠٠٠م): الملاكمة (أسس نظرية . تطبيقات عملية)، مكتبة العزيز للكمبيوتر، الزقازيق.

٣٧. يحيى إسماعيل الحاوي (٢٠٠٢م): المدرّب الرياضي بين الأسلوب التقليدي والتقنية الحديثة في مجال التدريب، المركز العربي للنشر، الزقازيق.

٣٨. يحيى إسماعيل الحاوي (٢٠٠٤م): الموهبة الرياضية والإبداع الحركي، المركز العربي، الزقازيق.
ب . المراجع الأجنبية:

- 39- CHERISTOPHSLEE (1997): An empirical shotgun of boxing match predication using a logistic regression analysis lounge song jail when gamin and tallish goon.
- 40- DURJASZ, D.; NOWAK, T., (1997): Boxer in den 90er Jared –Veranda unguent am Kamp filed Sport wacky now, 34 (1/2), 10-12. (Abstract auf detach in Spoilt).
- 41- ELLWANGER,S,(1998): ELLWANGER, U Boxed, Basics Stuttgart.
- 42- FIEDLER, H.,(1997): Boxed fur Eeinsteiger.2-Aufl, Berlin.
- 43- HUSSEIN, A., (2004): Die Fin 10 is Boxer. Eire Untersuchung is Bonspiel deer Olympics en Spieled Sydney 2004.Dissertaion. Socialisms eschew fleche Faculties deer Unit Gottingen.
- 44- KIRCHGASSNER, H.; BASTIAN, M., (1994): Our Assail dung deer Handlings channeling eat in den Zweig amps portrait dirge stilt an deer Sport art Boxer Theories und praxis der Korperkult, 33 (2),.
- 45- KIRCHGASSNER, H ; WAGNER, K., (1991): Uterus change our Object veering sorters edifies cheer Schelling epistle stinger imp Boxer. Theories und praxis deer Keep erupt, 20 (2), 117-125.
- 46- LEHMANN, G., (2000): Assayer training in Kamp portrait. Munster.





- 47- NOWAK, TOMAZ., (2001): technique of attack of the best amateur boxers of the world and Europe.
- 48- REDO, R.; TILEWSKI, G., (1990): Eon Computer restitutes punk wert systemic Boxer. Sport wyczynowy, (Abstraction duets chin Spoilt).
- 49- SONNEENBERG, H, (1998): Boxed fetched met der Faust Berlin.
- 50- STAUFFER,R, (1993): Boxer under Menschen.
- 51-Verlag Woman (1996): Dozen Fichte ant deer Faust 18- Never betel Haulage.
- 52- WAGNER, K. (1991): Uterus change our Object veering sorters edifies cheer Schelling epistle stinger imp Boxer.

ج - شبكة المعلومات (الانترنت):

- 53- <http://www.livestrong.com/article/466118-ballistic-exercises>.
- 54- <http://www.livestrong.com/article/531917-definition-of-a-ballistic-exercise>.
- 55- <http://www.en.wikipedia.org/wiki/Ballistic-of-a-poylomitireik-Training>.

