



## مجلة خاص بوقائع جوث محور التربية الرياضية وطرائق التدريس



بعض أشكال القوة العضلية وعلاقتها بمستوى الأداء الفني للكلمة المستقيمة المباشرة  
والكلمة المستقيمة المضادة

*Some forms of muscle strength in relation to the technical  
performance of direct straight punch and counter straight punch*

الباحثون

م . د ثائر خميس أحمد / كلية بلاد الرافدين الجامعة / ديالى

[dr\\_thaerkhamees@yahoo.com](mailto:dr_thaerkhamees@yahoo.com)

أ . م . د جمال محمد شعيب / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / ديالى

[drjamal99@yahoo.com](mailto:drjamal99@yahoo.com)

أ . م . د ناظم أحمد عكاب / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / ديالى

[Sportqqq53@gmail.com](mailto:Sportqqq53@gmail.com)

\*\*\*\*\*

**Researchers :**

**Dr. Thaer Khamis Ahmed**

**Prof . Asistant . Jamal Mohammed Shuaib**

**Prof . Asistan . Nazem Ahmed Akkab t**

\*\*\*\*\*

### ملخص البحث

هدف البحث إلى التعرف على بعض أشكال القوة العضلية ، وكذلك إيجاد العلاقة بين بعض أشكال القوة العضلية بمستوى الأداء الفني للكلمة المستقيمة المباشرة والكلمة المستقيمة المضادة ، إذ استخدم الباحثون المنهج الوصفي بالعلاقات الارتباطية لملائمته لحل مشكلة البحث ، إذ تكونت عينة البحث من اللاعبين الملاكمين الشباب في نادي بعقوبة الرياضي وبواقع ( 20 ) لاعب ، فضلاً عن استخدام الوسائل والأدوات والأجهزة المناسبة ، وتم إجراء تجربة استطلاعية ، وكذلك إجراء الاختبارات ، وبعد ذلك تم تفرغ البيانات ومعالجتها إحصائياً ، ومن ثم عرضها وتحليلها ومناقشتها ، وتوصل الباحثون لعدة استنتاجات وهي :

1 . أن القوة الانفجارية لم تكن بالمستوى الذي يتناسب مع مستوى الأداء الفني للكلمة المستقيمة المباشرة والكلمة المستقيمة المضادة لدى أفراد عينة البحث .





## مجلة خاص بوقائع بحوث محور التربية الرياضية وطرائق التدريس



- 2 . أن القوة المميزة بالسرعة لم تكن بالمستوى الذي يتناسب مع مستوى الأداء الفني للكلمة المستقيمة المباشرة والكلمة المستقيمة المضادة لدى أفراد عينة البحث .
  - 3 . أن تحمل القوة لم يكن بالمستوى الذي يتناسب مع مستوى الأداء الفني للكلمة المستقيمة المباشرة والكلمة المستقيمة المضادة لدى أفراد عينة البحث .
- ومن خلال الاستنتاجات التي تم التوصل إليها يوصي الباحثون إلى :
- 1 . التأكيد على تطوير القوة العضلية بجميع أشكالها وفقاً لمتطلبات الأداء المهاري للاعبين الملائمة .
  - 2 . استخدام الاختبارات البدنية والمهارية من قبل العاملين في العملية التعليمية والتدريبية قبل البدء بتنفيذ المنهج التدريبي .
  - 3 . إجراء بحوث مشابهه على عينات وفعاليات مختلفة .

### Research Summary

The aim of the research is to identify some forms of muscle strength , As well as finding the relationship between some forms of muscle strength with the level of technical performance of direct straight punch and counter straight punch , The researchers used the descriptive approach to relevance to solve the research problem , The research sample consisted of ( 20 ) young boxers in Baquba Sports Club , As well as using appropriate tools, tools and equipment, and a pilot experiment was conducted , As well as conducting tests , And then the data was emptied and statistically processed , It is then presented , analyzed and discussed , The researcher reached several conclusions :

1. The explosive force was not at a level commensurate with the level of technical performance .
2. The velocity characteristic was not at a level commensurate with the technical performance of the direct straight punch and the counter straight punch of the research sample .
3. The bearing strength was not at a level commensurate with the level of technical performance of direct straight punch and counter straight punch among the research sample .

Based on the conclusions reached, the researcher recommends that :

1. Ensure the development of muscle strength in all its forms in accordance with the requirements of the skill performance of boxing players .
2. The use of physical and skill tests by workers in the educational and training process before the implementation of the training curriculum .
3. Conducting similar research on different samples and activities .



لقد شهد العالم في الآونة الأخيرة تطوراً ملحوظاً في المجالات كافة والعلوم المختلفة ومن هذه العلوم علم التدريب الرياضي الذي يعطي الأولوية للمدربين للاهتمام باللاعبين على وفق مبادئ وصيغ علمية توصلهم إلى تحقيق أفضل الانجازات بأقل جهد ممكن وفق استخدام أساليب التدريب الحديثة التي باتت من المؤكد واحدة من البطاقات الراحبة التي يمتلكها المدربون إذا ما استخدمت بصورة صحيحة .

أن لعبة الملاكمة من الألعاب التي يمتاز لاعبوها بالعديد من المتطلبات وبالأخص المتطلبات البدنية ، وذلك لطبيعة الأداء فيها الذي يتميز بالمواقف المختلفة والسريعة التي تتطلب من لاعبي الملاكمة القدرة على أحداث التأثير المباشر للخصم عن طريق استخدام اللكمات المتنوعة وبالأخص اللكمة المستقيمة المباشرة والمضادة من خلال استغلال الثغرات في دفاع الخصم .

" وبعد الإعداد البدني بمراحله المختلفة أهم مكونات الإعداد الرياضي في جميع الرياضات والألعاب ومنها لعبة الملاكمة وما تحتاجه في تنفيذ مهاراتها إلى بعض القدرات البدنية الخاصة ، ولكون لعبة الملاكمة تشتمل على مجموعة كبيرة من اللكمات الهجومية والدفاعية فضلاً عن اللكم في الهجوم المضاد الذي يساعد الملاكم من مفاجئة الخصم بلكمات مضادة مؤثرة عندما يكون الخصم في وضع غير مستقر نتيجة قيامه بالهجوم عليه ، مما تتباين في احتياجاتها إلى أنواع القدرات البدنية الخاصة والملائمة لهذه اللكمات ، ومن هذه القدرات البدنية ( القوة الانفجارية والقوة المميزة بالسرعة وتحمل السرعة وتحمل الاداء ) التي تلعب دور كبير في حسم نزالات الملاكمة " ( نائر خميس : 2018 : 24 ) .

وتكمن مشكلة البحث في احتياج لعبة الملاكمة الى بعض أشكال القوة العضلية والتي يجب توظيفها لخدمة طبيعة الأداء ، ومن خلال متابعة وملاحظة الباحثون لتدريبات الكثير من لاعبي الملاكمة ، وجدوا عدم إمكانية الكثير من اللاعبين إلى إمتلاكهم للقدرات البدنية التي تتلائم مع مستوى الأداء للعديد من اللكمات وبالأخص اللكمة المستقيمة المباشرة والمستقيمة المضادة التي من خلالها يمكن تحقيق الفوز ، لذا أرتأى الباحثون دراسة هذه المشكلة من خلال إيجاد العلاقة بين بعض أشكال القوة العضلية ومستوى الأداء الفني للكمة المستقيمة المباشرة واللكمة المستقيمة المضادة والارتقاء بالمستوى الفني وتحقيق أفضل الانجازات .

وشملت مجالات البحث المجال البشري من لاعبي الملاكمة الشباب في نادي بعقوبة الرياضي وبواقع ( 20 ) لاعب ، والمجال الزمني كان للفترة من 2018 / 6 / 17 ولغاية 2018 / 8 / 15 ، أما المجال المكاني فكان في قاعة الملاكمة في نادي بعقوبة الرياضي .

## 2 - منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

### 2 - 1 منهج البحث

من أهم الخطوات التي يستند عليها نجاح البحث هو اختيار المنهج الملائم لحل المشكلة فالمنهج هو " الطريقة التي ينتهجها الفرد حتى يصل إلى هدف معين" ( أكرم خطابية : 1997 : 19 ) .  
استخدم الباحثون المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية الملائمة لطبيعة مشكله البحث وأهدافه التي تعني " محاولة الربط بين المتغيرات مع بعضها وتحديد العوامل المشتركة وهي تهدف بصفة عامة من خلال الارتباط إلى تحليل الأسباب" ( أحمد خاطر : 1988 : 37 ) .

### 2 - 2 عينة البحث

اختار الباحثون العينة بالطريقة العمدية من لاعبي الملاكمة لنادي بعقوبة الرياضي إذ " يستخدم هذا النوع من العينات في الدراسات الاستطلاعية وفي البحوث المسحية بوجه خاص " ( وديع وحسين : 1999 : 22 ) ، والبالغ عددهم ( 20 ) من مجموع ( 30 ) لاعب ، وبذلك شكلت نسبة العينة ( 66,666 % ) من المجتمع الأصلي للبحث ولكي تكون التجربة الرئيسة عالية الدقة لجأ الباحثون إلى استخدام معامل الالتواء لمعرفة تجانس العينة لكل من الطول والوزن والعمر .

### 2 - 3 الوسائل والأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث

#### 2-3-1 وسائل جمع المعلومات

المصادر العربية ، الدراسات السابقة ، المقابلات الشخصية ، الملاحظة والاختبار والقياس ، فريق العمل المساعد .

#### 2-3-2 الأدوات والأجهزة المستخدمة في البحث

( حلبة ملاكمة قانونية ، ساعة توقيت إلكترونية نوع (Casio) عدد (2) ، ميزان طبي لقياس الوزن والطول ، طباشير ، صافرة ، كرات طبية عدد (4) .

#### 2 - 4 تحديد متغيرات البحث واختباراتها

قام الباحثون بتحديد متغيرات البحث واختباراتها وفقاً لخبرتهم الميدانية وهي :

1. القوة الانفجارية .
2. القوة المميزة بالسرعة .
3. تحمل القوة .
4. تقويم مستوى الأداء الفني للكلمة المستقيمة المباشرة والكلمة المستقيمة المضادة .

2 - 5 الاختبارات المستخدمة بالبحث

2 - 5 - 1 اختبار رمي الكرة الطبية ( 2 ) كغم إماما من فوق الرأس ومن وضع الثبات  
( بسطويسي : 1997 : 422 ) :

الهدف من الاختبار :

قياس القوة الانفجارية لعضلات الذراعين .

الأدوات :

كرة طبية زنة ( 2 ) كغم ، شريط قياس ، ارض مستوية ، طباشير .

وصف الاختبار :

يقوم اللاعب بالوقوف والقدمان مفتوحتان بعرض الكتفين عند خط البداية ومحاولة ثني ومد الركبتين  
ودفع الكرة الطبية من فوق الرأس لأبعد مسافة ممكنة وبأقصى قوة لديه.

التسجيل :

يتم إعطاء ثلاث محاولات للمختبر وتحتسب المحاولة الأفضل .

2 - 5 - 2 اختبار من وضع الوقوف ثني ومد الركبتين لمدة ( 20 ) ثانية ( حسانين : 1987 :  
232 ) :

الهدف من الاختبار :

قياس القوة المميزة بالسرعة لعضلات الرجلين .

الأدوات اللازمة :

مكان لأداء الاختبار ، ساعة توقيت الكترونية ، صافرة .

مواصفات الاختبار :

يقف اللاعب وقدماه مفتوحتان بعرض الصدر وعند إعطاء إشارة البدء للاعب يقوم بثني ومد  
الركبتين بالكامل ويستمر بالأداء حتي نهاية مدة الاختبار 20 ثانية .

التسجيل :

تحتسب عدد تكرارات الأداء الصحيح لمدة 20 ثانية وتعطى لكل لاعب محاولة واحدة فقط .

2 - 5 - 3 اختبار الاستناد الأمامي ( ثني ومد الذراعين ) لمدة ( 60 ) ثانية ( بسطويسي :  
1997 : 300 ) :

الهدف من الاختبار :

قياس مطاولة القوة العضلية للذراعين .

مواصفات الأختبار :

من وضع الاستناد المائل على الذراعين يقوم اللاعب بثني ومد الذراعين خلال مدة 60 ثانية .



## مجلة خاص بوقائع جوث محور التربية الرياضية وطرائق التدريس



التسجيل :

تسجل للمختبر عدد تكرارات التي والمد خلال 60 ثانية .

2 - 5 - 4 اختبار الملاكمة الحرة لاحتساب مجموع اللكمات الناجحة ومجموع اللكمات

المستقيمة المضادة الناجحة ( مجيد : 2009 : 68 ) :

الغرض من الاختبار :

تقويم أداء مجموع اللكمات المستقيمة الناجحة والمضادة الناجحة

الأدوات المستخدمة:

( كفوف ملاكمة - 10 - أونس ، حلبة ملاكمة ، ساعة توقيت ، استمارة لمنح الدرجات ، جهاز

تصوير ، جهاز تحكيم الكتروني يدوي عدد 2 )

طريقة إجراء الاختبار :

يقف المختبران في ركن الحلبة وعند سماع بدء الجولة تبدأ المنافسة الحرة ولمدة ( 2 ) دقيقة جولة

واحدة ويكلف حكام دوليين بتسجيل مجموع اللكمات المستقيمة الناجحة ومجموع اللكمات المستقيمة

المضادة الناجحة مستخدمين الجهاز الالكتروني لتسجيل اللكمات الصحيحة .

شروط الأداء :

1. يسمح لكلا المختبرين باستخدام أنواع اللكمات المستقيمة .
2. تسجيل مجموع اللكمات المستقيمة الناجحة واللكمات المضادة الناجحة .
3. يستخدم الجهاز الالكتروني لتسجيل اللكمات الصحيحة .
4. يتم تصوير الاختبار بجهاز تصوير للتأكد من صحة الدرجات .
5. يشرف على تحكيم النزالات حكام دوليين .

التسجيل :

تسجل مجموع اللكمات المستقيمة الناجحة ومجموع اللكمات المستقيمة المضادة .



استمارة تسجيل الكلمات الملاكمة الحرة :

ت	اسم الملاكم المختبر	مجموع الكلمات المستقيمة المضادة الناجحة	المجموع الكلي للكلمات الناجحة
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			

## 2 - 6 التجربة الاستطلاعية

من اجل الوصول إلى أفضل طريقة لإجراء الاختبارات التي تؤدي بدورها إلى الحصول على نتائج صحيحة حيث قام الباحثون بإجراء تجربة استطلاعية يوم الخميس المصادف 21 / 6 / 2018 و بالطريقة العشوائية على ( 4 ) لاعبين من العينة نفسها ، والغرض من التجربة الاستطلاعية التعرف على ما يلي :

- صلاحية العينة المختارة والاختبارات الخاصة بها .
- مدى انسجام الاختبارات مع مستوى وقدرات المختبرين .
- الوقت الذي تستغرقه الاختبارات المعنية بالبحث .
- التعرف على مدى تفهم فريق العمل لأجراء الاختبارات فضلا عن كيفية تسجيل النتائج .

## 2 - 7 إجراءات البحث الميدانية

قام الباحثون بإجراء الاختبارات الخاصة ببحثهم في يوم الخميس المصادف 6 / 2018 إذ تم إجراء اختبارات القوة العضلية وتقويم مستوى الأداء الفني للكلمة المستقيمة المباشرة والكلمة المستقيمة المضادة لأفراد عينة البحث ، وبعدها تم جمع المعلومات وتفرغ البيانات قام الباحثون بإجراء المعاملات الإحصائية من اجل تحقيق أهداف وفروض البحث .

استخدم الباحث الوسائل الإحصائية المناسبة لموضوع البحث وكانت على وفق نظام الحقيبة

الإحصائية ( spss )

- 1 . النسبة المئوية .
- 2 . الوسط الحسابي .
- 3 . الانحراف المعياري .
- 4 . معامل الالتواء .
- 5 . الارتباط البسيط ( بيرسون ) .

#### 4 - عرض وتحليل ومناقشة النتائج

يتضمن هذا الباب عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها لذلك قام الباحثون بعرض نتائج البحث على شكل جدول كونها تعد وسيلة توضيحية لنتائج البحث كما قام الباحثون بمناقشة النتائج للوصول إلى تحقيق أهداف وفروض البحث .

4 - 1 عرض وتحليل ومناقشة نتائج اختبارات بعض أشكال القوة العضلية ومستوى الأداء الفني للكلمة المستقيمة المباشرة .

#### جدول رقم ( 1 )

يبين قيم الأوساط الحسابية و الانحرافات المعيارية وقيمة ( ر ) المحتسبة والجدولية ودلالة الفروق لبعض أنواع القوة العضلية ومستوى الأداء الفني للكلمة المستقيمة المباشرة لإفراد عينة البحث .

ت	الاختبارات	س -	ع	قيمة معامل الارتباط		دلالة الفروق
				بيرسون ( ر )	المحسوبة الجدولية	
1	اختبار رمي الكرة الطيبة ( 2 ) كغم أماماً من فوق الرأس ومن وضع الثبات	4.5	0.834	0.385	غير معنوي	غير
2	اختبار من وضع الوقوف ثني ومد الركبتين لمدة ( 20 ) ثانية	26.4	1,336	0,416	غير معنوي	غير
3	اختبار الاستناد الأمامي ( ثني ومد الذراعين ) لمدة ( 60 ) ثانية	35.6	2.446	0.377	غير معنوي	غير
4	اختبار تقويم مستوى الأداء الفني للكلمة المستقيمة المباشرة الناجحة	13,4	0,896			

تحت مستوى دلالة ( 0.05 ) ودرجة حرية ( 18 )



## 4 - 1 - 1 تحليل ومناقشة نتائج اختبارات بعض أشكال القوة العضلية ومستوى الأداء الفني للكلمة المستقيمة المباشرة الناجحة

من خلال الجدول رقم ( 1 ) والذي يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة ( ر ) المحتسبة والجدولية ودلالة الفروق لاختبارات بعض أشكال القوة العضلية واختبار تقويم مستوى الأداء الفني للكلمة المستقيمة المباشرة الناجحة ، إذ تبين إن قيمة الوسط الحسابي لاختبار رمي الكرة الطبية ( 2 ) كغم إماما من فوق الرأس ومن وضع الثبات والبالغة ( 4.5 ) وانحراف معياري مقداره ( 0.834 ) ، وكذلك قيمة الوسط الحسابي لاختبار تقويم مستوى الأداء الفني للكلمة المستقيمة المباشرة الناجحة والتي بلغت ( 13.4 ) وانحراف معياري مقداره ( 0.896 ) وقيمة ( ر ) المحتسبة والبالغة ( 0.385 ) وهي أصغر من قيمة ( ر ) الجدولية والبالغة ( 0.44 ) تحت مستوى دلالة ( 0.05 ) ودرجة حرية ( 18 ) ، مما يدل على عدم وجود فروق معنوية بين اختبار رمي الكرة الطبية ( 2 ) كغم إماما من فوق الرأس ومن وضع الثبات واختبار تقويم مستوى الأداء الفني للكلمة المستقيمة المباشرة الناجحة .

وكذلك يبين الجدول ( 1 ) قيمة الوسط الحسابي لاختبار من وضع الوقوف ثني ومد الركبتين لمدة ( 20 ) ثانية وهي ( 26.4 ) وانحراف معياري مقداره ( 1.336 ) وقيمة ( ر ) المحتسبة والبالغة ( 0.416 ) وهي اصغر من قيمة ( ر ) الجدولية والبالغة ( 0.44 ) تحت مستوى دلالة ( 0.05 ) ودرجة حرية ( 18 ) ، مما يدل على عدم وجود فروق معنوية بين اختبار من وضع الوقوف ثني ومد الركبتين لمدة ( 20 ) ثانية واختبار تقويم مستوى الأداء الفني للكلمة المستقيمة المباشرة الناجحة .

ويبين الجدول ( 1 ) قيمة الوسط الحسابي لاختبار الاستناد الأمامي ( ثني ومد الذراعين ) لمدة ( 60 ) ثانية وهي ( 35.6 ) وانحراف معياري مقداره ( 2.446 ) وقيمة ( ر ) المحتسبة والبالغة ( 0.377 ) وهي اصغر من قيمة ( ر ) الجدولية والبالغة ( 0.44 ) تحت مستوى دلالة ( 0.05 ) ودرجة حرية ( 18 ) ، مما يدل على عدم وجود فروق معنوية بين اختبار الاستناد الأمامي ( ثني ومد الذراعين ) لمدة ( 60 ) ثانية واختبار تقويم مستوى الأداء الفني للكلمة المستقيمة المباشرة الناجحة .

4 - 2 عرض وتحليل ومناقشة نتائج اختبارات بعض أشكال القوة العضلية ومستوى الأداء الفني للكلمة المستقيمة المضادة .

## جدول رقم ( 2 )

يبين قيم الأوساط الحسابية و الانحرافات المعيارية وقيمة ( ر ) المحتسبة والجدولية ودلالة الفروق لبعض أنواع القوة العضلية ومستوى الأداء الفني للكلمة المستقيمة المضادة لإفراد عينة البحث .

ت	الاختبارات	س -	ع	قيمة معامل الارتباط		دلالة الفروق
				بيرسون ( ر )	المحسوبة الجدولية	
1	اختبار رمي الكرة الطبية ( 2 ) كغم أماماً من فوق الرأس ومن وضع الثبات	4.5	0.834	0.324	غير معنوي	غير
2	اختبار من وضع الوقوف ثني ومد الركبتين لمدة ( 20 ) ثانية	26.4	1,336	0.395	غير معنوي	غير
3	اختبار الاستناد الأمامي ( ثني ومد الذراعين ) لمدة ( 60 ) ثانية	35.6	2.446	0.315	0.44	غير معنوي
4	اختبار تقويم مستوى الأداء الفني للكلمة المستقيمة المضادة الناجحة	11.5	0.707			

تحت مستوى دلالة ( 0.05 ) ودرجة حرية ( 18 )

4 - 2 - 1 تحليل ومناقشة نتائج اختبارات بعض أشكال القوة العضلية ومستوى الأداء الفني للكلمة المستقيمة المضادة الناجحة

من خلال الجدول رقم ( 2 ) والذي يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة ( ر ) المحتسبة والجدولية ودلالة الفروق لاختبارات بعض أشكال القوة العضلية واختبار تقويم مستوى الأداء الفني للكلمة المستقيمة المضادة الناجحة ، إذ تبين إن قيمة الوسط الحسابي لاختبار رمي الكرة الطبية ( 2 ) كغم إماماً من فوق الرأس ومن وضع الثبات والبالغة ( 4.5 ) وانحراف معياري مقداره ( 0.834 ) ، وكذلك قيمة الوسط الحسابي لاختبار تقويم مستوى الأداء الفني للكلمة المستقيمة المضادة الناجحة والتي بلغت ( 11.5 ) وانحراف معياري مقداره ( 0.707 ) وقيمة ( ر ) المحتسبة والبالغة ( 0.324 ) وهي أصغر من قيمة ( ر ) الجدولية والبالغة ( 0.44 ) تحت مستوى دلالة ( 0.05 ) ودرجة حرية ( 18 ) ، مما يدل على عدم وجود فروق معنوية بين اختبار رمي الكرة الطبية ( 2 ) كغم إماماً من فوق الرأس ومن وضع الثبات واختبار تقويم مستوى الأداء الفني للكلمة المستقيمة المضادة الناجحة .

وكذلك يبين الجدول ( 2 ) قيمة الوسط الحسابي لاختبار من وضع الوقوف ثني ومد الركبتين لمدة ( 20 ) ثانية وهي ( 26.4 ) وانحراف معياري مقداره ( 1.336 ) وقيمة ( ر ) المحتسبة والبالغة ( 0.395 ) وهي اصغر من قيمة ( ر ) الجدولية والبالغة ( 0.44 ) تحت مستوى دلالة ( 0.05 ) ودرجة حرية ( 18 ) ، مما يدل على عدم وجود فروق معنوية بين اختبار من وضع الوقوف ثني ومد الركبتين لمدة ( 20 ) ثانية واختبار تقويم مستوى الأداء الفني للكلمة المستقيمة المضادة الناجحة .

ويبين الجدول ( 2 ) قيمة الوسط الحسابي لاختبار الاستناد الأمامي (ثني ومد الذراعين ) لمدة ( 60 ) ثانية وهي ( 35.6 ) وانحراف معياري مقداره ( 2.446 ) وقيمة ( ر ) المحتسبة والبالغة ( 0.315 ) وهي اصغر من قيمة ( ر ) الجدولية والبالغة ( 0.44 ) تحت مستوى دلالة ( 0.05 ) ودرجة حرية ( 18 ) ، مما يدل على عدم وجود فروق معنوية بين اختبار الاستناد الأمامي ( ثني ومد الذراعين ) لمدة ( 60 ) ثانية واختبار تقويم مستوى الأداء الفني للكلمة المستقيمة المضادة الناجحة .

## 4 - 2 مناقشة نتائج علاقة الارتباط بين أشكال القوة العضلية ومستوى الأداء الفني للكلمة المستقيمة المباشرة والكلمة المستقيمة المضادة .

دلت نتائج اختبارات بعض أشكال القوة العضلية والموضحة في الجدول ( 1 ، 2 ) عدم وجود علاقة ارتباط معنوية بين بعض أشكال القوة العضلية بمستوى الأداء الفني للكلمة المستقيمة المباشرة والكلمة المستقيمة المضادة ، ويعزو الباحثون السبب في هذه العلاقة الغير معنوية إلى أن التمرينات المستخدمة في المنهج التدريبي للاعب الملاكمة لم تؤثر بشكل ايجابي في تطوير بعض أشكال القوة العضلية التي يحتاجها لاعب الملاكمة بسبب عدم المواظبة على التدريب المستمر رغم إتباع الشروط العلمية في بناء الوحدات التدريبية والاستفادة من الأدوات المساعدة وغيرها التي تسهم في زيادة قدرة اللاعب على الأداء المهاري الصحيح في حال تطور القوة العضلية .

## 4 - الخاتمة

### من خلال ما تقدم تم التوصل إلى الاستنتاجات الآتية

- 1 . أن القوة الانفجارية لم تكن بالمستوى الذي يتناسب مع مستوى الأداء الفني للكلمة المستقيمة المباشرة والكلمة المستقيمة المضادة لدى أفراد عينة البحث .
- 2 . أن القوة المميزة بالسرعة لم تكن بالمستوى الذي يتناسب مع مستوى الأداء الفني للكلمة المستقيمة المباشرة والكلمة المستقيمة المضادة لدى أفراد عينة البحث .
- 3 . أن تحمل القوة لم تكن بالمستوى الذي يتناسب مع مستوى الأداء الفني للكلمة المستقيمة المباشرة والكلمة المستقيمة المضادة لدى أفراد عينة البحث .

### من خلال ما توصل من الاستنتاجات يوصي الباحثون :

- 1 . التأكد على تطوير القوة العضلية بجميع أشكالها وفقاً لمتطلبات الأداء المهاري للاعب الملاكمة .



## مجلة خاص بوقائع بحوث محور التربية الرياضية وطرائق التدريس



2 . استخدام الاختبارات البدنية والمهارية من قبل العاملين في العملية التعليمية والتدريبية قبل البدء بتنفيذ المنهج التدريبي .

3 . إجراء بحوث مشابهه على عينات وفعاليات مختلفة .

المصادر

- ❖ احمد خاطر نجم ( وآخرون) ؛ دليل الباحث : ( الرياض ، دار المريخ للنشر ، 1988 ) .
- ❖ أكرم خطايبية ؛ المناهج المعاصرة في التربية الرياضية : ط1 ( عمان ، دار الفكر ، 1997).
- ❖ بسطويسي احمد ؛ سباقات المضمار ومسابقات الميدان تعليم ، تكنيك، تدريب : ( القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1997 ) .
- ❖ ثائر خميس أحمد ؛ تأثير تمارينات خاصة في النشاط الكهربائي لبعض العضلات العاملة والقدرات البدنية والهجوم المضاد لدى منتخب شباب العراق بالملكمة : ( أطروحة دكتوراه ، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ، جامعة ديالى ، 2018 ) .
- ❖ مجيد عبد الحسين ؛ تأثير التمارين المهارية الخاصة في تعليم اللكمات المستقيمة المضادة وعلاقتها بنتيجة نزالات الأشبال بالملكمة : ( رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، 2009 ) .
- ❖ محمد صبحي حسانين ؛ التقويم والقياس في التربية البدنية ، ج2 ، ط2 : ( القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1987 ) .
- ❖ وديع ياسين وحسن محمد عبد ؛ التطبيقات الإحصائية واستخدامات الحاسوب في بحوث التربية الرياضية : ( جامعة الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ، 1999 ) .