قسم

التدريب الرياضى وعلوم الحركة

Sports trainning and kinesiology

دفتر التدريب الميدانى

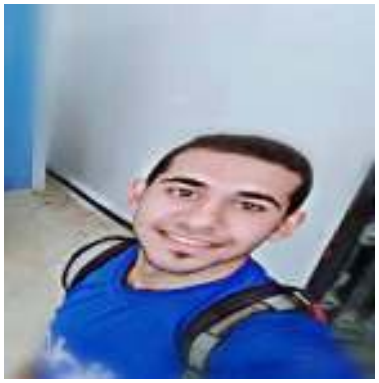
(ملاكمة) (boxing)

بسم الله الرحمن الرحيم

(وَمَا تَوْفِيقِي إِلاَّ بِاللَّهِ عَلَيْهِ تَوَكَّلْتُ وَإِلَيْهِ أُنِيبُ)

(سورة هود من الأية:88)

السيرة الذاتية



الأسم : رمضان أحمد فهمى مكاوى

تاريخ الميلاد: 7/ 1 / 1998

محل الأقامة : عزبة عزيز عزت – قليوب البلد- قليوب - قليوبية

رقم الهاتف : 01002212663

الشهادة العلمية : ثانوية عامة

الشهادات الحاصل عليها فى المجال الرياضى:

- دورة التدريبية فى اصابات الملاعب.

الشهادات الحاصل عليها فى غيرالمجال الرياضى:

- Computer course (win – word – p.point)
- English course (starter)
- Qualified Student Diploma {Computer and English (Elementary) }

الخبرات السابقة فى المجال الرياضى :

- العمل فى مجال التأهيل الحركة و اصابات الملاعب لمدة 3 سنوات.
- العمل فى مجال التأهيل الحركى أطفال ذوى أحتياجات خاصة لمدة 3 سنوات.

BENHA UNIVERSITY
شهادة تقدير
تتقدم جامعة بنها بالشكر والتقدير
إلى/ الطالب/ رمضان أحمد فهمى حمادى كلية تربية رياضية
تقديراً لمشاركته الإيجابية والفعالة والبناءة فى
إجتيازة الدورة التدريبية فى إسعافات الملاعب
مع تمنياتنا بدوام التوفيق ...
منسق عام
الأنشطة الطلابية
(د . خالد عيسوى)
نائب رئيس الجامعة
لشئون التعليم والطلاب
أ.د/ حسام محمد أبو العزم
نائب رئيس الجامعة
(أ.د. هشام أبو الوفا حنين)
رئيس الجامعة
(أ.د. السيد يوسف القاضى)

The Educational Academy

Next
For Training & Education

For Training,Education & Certification

Awards This Certificate To

Ramadan Ahmed Fahmy

For Successful Completion of the Training

Cambridge
Training College Britain

Computer Course
Win , Word , P.Point

English Course
Starter

Serial No. 341

Training Manger

General Manger

Cambridge

CTC Academy

UK

Next Academy
FOR TRAINING & EDUCATION

00261

Certificate

This is to certify that

Ramadan Ahmed Fahmy

has successfully completed a training course in

Qualified Student Diploma

Computer and English (Elementary)

He/She achieved 93 % marks and was placed

in Grade : Excellent

Date : 25 / 7 / 2012

Signature

NTA

This only atraining attendence certificate
from Next Training Academy

كلية التربية الرياضية
قسم المناهج وطرق تدريس
التربية الرياضية

بناء اختبار معرفي في رياضة الملاكمة لطلاب كلية التربية الرياضية

بحث مقدم من
إبراهيم إبراهيم عبده غنيم
المعيد بكلية التربية النوعية بدمياط
شعبة التربية الرياضية

ضمن متطلبات الحصول على درجة الماجستير
في التربية الرياضية

إشراف

الأستاذ الدكتور
أبو النجا أحمد عز الدين
أستاذ المناهج وطرق التدريس بكلية التربية الرياضية
ووكيل الكلية لشئون التعليم والطلاب
جامعة المنصورة

الدكتور
محي الدين السعيد عابد
الأستاذ المساعد بقسم المناهج وطرق التدريس
بكلية التربية الرياضية
جامعة المنصورة

١٤٢٥هـ - ٢٠٠٤م

عنوان الرسالة:

"بناء اختبار معرفي في رياضة الملاكمة لطلاب كلية التربية الرياضية"

اسم الباحث : إبراهيم إبراهيم عبده غنيم

إشراف

م	الاسم	الوظيفة	التوقيع
١	أ.د/ أبو النجا أحمد عز الدين	أستاذ المناهج وطرق تدريس التربية الرياضية ووكيل كلية التربية الرياضية لشئون التعليم والطلاب – جامعة المنصورة	
٢	أ.م.د/محي الدين السعيد عابد	أستاذ مساعد بقسم المناهج وطرق تدريس التربية الرياضية – جامعة المنصورة	

رئيس القسم وكيل الكلية لشئون الدراسات العليا عميد الكلية

(٣/١٠٠)

المحور الأول : (تاريخ رياضة الملاكمة)

نوع صياغة السؤال	السؤال	مناسب	غير مناسب	ملاحظات
الاختيار من المتعدد	١ – وضع أول قانون للملاكمة على يد / جاك برتون في عام: أ – ١٧٩٤ ب – ١٧٤٣ ج – ١٧٩٦ د – ١٧٩٧			
	٢ – تكون أول اتحاد مصري للملاكمة الهواة في عام : أ – ١٩١١ ب – ١٩٢٥ ج – ١٩٢٣ د – ١٩٤٤			
	٣ – تم إدخال التقنية الحديثة في التحكيم والعمل بها اعتبارا من عام : أ – ١٩٧٨ ب – ١٩٨٩ ج – ١٩٨٦ د – ١٩٨٥			
	٤ – وضع قانون(الماركيز اوف كوينزبرى) و هو ثالث قانون في الملاكمة وما زال يعتمد علي محتوياته حتى الآن في عام: أ – ١٨٥٦ ب – ١٧٥٨ ج – ١٩٥٥ د – ١٨٩٧			
	٥ – تعد أول دولة اهتمت برياضة الملاكمة هي : أ – فرنسا ب – امريكا ج – انجلترا ج – مصر			
الصواب والخطأ	١ – أول من مارس رياضة الملاكمة هم الرومان			
	٢ – يرجع الفضل الأول للمدرب جيمس فيج في تنظيم الملاكمة والتحكيم الاعتباري			
	٣ – تعد المملكة المتحدة ثاني دولة في الاهتمام برياضة الملاكمة			
	٤ – أقيمت أول بطولة اوليمبية تشترك فيها رياضة الملاكمة عام ٦٨٨ق. م			
	٥ – انشئ أول اتحاد مصري للملاكمة الهواة ١٩٢٣			
	٦ – تعد العصور الوسطي هي أكثر و أوسع انتشارا لرياضة الملاكمة			

المحور الثاني : (القانون الدولي للملاكمة) (٣/١٠١)

نوع صياغة السؤال	السؤال	مناسب	غير مناسب	ملاحظات
الصواب والخطأ	١- تعد اللكمات الصحيحة هي اللكمات التي تؤدى بجانب القفاز أو باطن القفاز المفتوح			
	٢- من الواجبات الرئيسية للحكم طرد أي ملاكم يصدر عنه سلوكا عدوانيا			
	٣- يقوم بتسجيل النقاط في كل مباراة ٤ قضاة من الاتحاد الدولي للملاكمة			
	٤- يحق للتابع أن يسحب ملاكمه في اى وقت إذا شعر بهزيمته			
	٥- عدد جولات المباراة في بطولات العالم والدورات الاولمبية القارية ٥ جولات زمن كل جولة دقيقتان فقط			
	٦- تتم عملية الاقتراع قبل عملية الوزن والكشف الطبي			
	٧- عدد الأوزان في رياضة الملاكمة ١١ وزن تبعا للتعديل الأخير في القانون			
	٨- يقوم الملاكم بارتداء جميع أدواته بدون واقي الرأس			
	٩- يستخدم الملاكمون في المباريات و البطولات الدولية قفازات وزنها ١٠أوقيات			
	١٠- يمكن استخدم أربطة(بلداج) طولها ٣م وعرضها ١٠سم للرسغ			
	١١- حلقة الملاكمة مربعة الشكل طول ضلعها ٦١٠سم ولا يزيد ارتفاعها عن ١٥٠سم			
الاختيار من المتعدد	١- حلقة الملاكمة مربعه الشكل طول الضلع من داخل الحبال بتراوح: أ- من ٥٠٠ إلي ٦١٠ سم ب- من ٤٩٠ إلي ٧١٠ سم ج- من ٤٩٠ إلي ٦١٠ سم د- من ٤٩٠ إلي ٦٠٠ سم			
	٢- ارتفاع حلقة الملاكمة عن الأرض بتراوح : أ- من ٩٠الي ١٢٢سم ب- من ٩١الي ١٢٥سم ج- من ٩١الي ١٢٢سم د- من ٩٠الي ١٢٣سم			

٣ - وزن القفاز لجميع أوزان الملاكمة :

أ- ٨أوقية ب- ١٠ أوقية

ج- ١٢أوقية د- ٩أوقية

٤ - مواصفات رباط اليد :

أ- طوله ٢,٥ م ، عرضه ٦سم

ب- طوله ٣,٥ م ، عرضه ٥ سم

ج- طوله ٣ م ، عرضه ٦سم

د- طوله ٢,٥ م ، عرضه ٥ سم

٥ - لكل ملاكم الحق في الاستعانة :

أ- بأربعة مساعدين ب- مساعدان

ج- بثلاث مساعدين د- مساعد واحد

٦ - إذا لم يتوفر العدد الكافي من القضاة لتحكيم المباريات المحلية يكتفي بـ :

أ- ثلاث قضاة فقط ب- أربعة قضاة فقط

ج- قاضي واحد فقط د- قاضيان فقط

(٣/١٠٣)

المحور الثالث : (مبادئ الصحة)

رقم السؤال	السؤال	مناسب	غير مناسب	ملاحظات
السؤال الأول	١- يجب إجراء الكشف الطبي الدوري علي الملاكمين في بداية موسم التدريب			
	٢- يقوم الملاكم بارتداء ملابس ضاغطة " استر تش" أسفل الملابس القانونية			
	٣- تعد حمامات البخار و السونا أحد الوسائل الفعالة لاستعادة الشفاء			
	٤- يجب أن ينظف الملاكم قفازة وواقي الرأس والأسنان قبل المباراة			
	٥- تعد التمرينات الهوائية أفضل الطرق الفعالة لإنقاص الوزن للملاكمين			
	٦- يوصي العلماء باستخدام الصيام الكامل أو العقاقير والأدوية عند إنقاص الوزن			
	٧- تعتبر المنشطات من العوامل الرئيسية في تنشيط اللاعب وتقويته			
	٨- عدم الاهتمام بإعطاء الملاكمين توعية صحية عامة			
السؤال الثاني : اختار من المتعدد	١- إن أفضل طرق إنقاص الوزن هي التي تعتمد علي التالي :- أ- تنظيم الغذاء ب- تعديل السلوك جـ- ممارسة النشاط البدني د- جميع ما سبق			
	٢- أهم أنواع التدليك المستخدمة في الملاكمة هي :- أ- التدليك المائي ب- التدليك المسحي جـ- أ ، ب معا جـ- التدليك الكهربي			
	٣- من الأخطار الناجمة عن تناول المنشطات :- أ- الشطب ب- الشطب وضعف الصحة جـ-الضعف العام د- ليس لها تأثير			
	٤- اتفق الخبراء علي أن أفضل أساليب إنقاص الوزن هي استخدام :- أ- التدريبات الهوائية ب- التدريبات اللاهوائية جـ- العقاقير الطبية جـ- الصيام الكلي			

(٣/١٠٤)

المحور الرابع : (مبادئ التغذية)

نوع السؤال	السؤال	مناسب	غير مناسب	ملاحظات
الصواب والخطأ	١- تعتبر الكربوهيدرات أحد أغذية الطاقة حيث تخزن في الكبد والعضلات علي هيئة جليكوجين			
	٢- تساعد البروتينات في إمداد الجسم بالطاقة اللازمة لأداء المجهود الشاق للملاكم			
	٣- تلعب الأملاح المعدنية دورا هاما في عملية الانقباض والانبساط للعضلات العاملة في الملاكمة			
	٤- يعد الماء أحد المكونات الغذائية الهامة لاحتوائه علي العناصر المعدنية اللازمة للملاكم			
	٥- طريقة تقديم وطهي الطعام ليس لها تأثير نفسي علي الملاكمين			
	٦- يجب إعطاء الملاكمين كميات كبيرة من البروتين والدهون والكربوهيدرات في فترة المنافسات			
	٧- عدم تناول الأغذية النباتية التي تزيد من الحموضة في الجسم بعد فترة المنافسات			
	٨- يجب علي الملاكم تناول الوجبة الأخيرة التي تسبق المنافسة بساعة واحدة فقط			
الاختيار من المتعدد	١- تحتوي الوجبة الاخيرة علي :- أ- الخبز و الفواكه ب- الخضروات جـ- اللحوم والدهون د- أ وب معا			
	٢- في وجبة ما قبل المنافسة يجب الاكثار من :- أ- البروتين الحيواني ب- الفيتامينات جـ- الكربوهيدرات د- الدهون			
	٣- يجب تناول الغذاء قبل بداية المنافسة بحوالي :- أ- ساعة ب- ساعة ونصف جـ- ساعتين د- ثلاث ساعات			
	٤- التغذية خلال الأربع والعشرين ساعة بعد المنافسة يجب :- أ- الإكثار من الدهون والبروتينات ب- الإكثار من الكربوهيدرات و الفواكه جـ- الإكثار من تناول المعادن والبروتين د- الإكثار من تناول [illegible] ب والسكريات			

المحور الخامس : (الإعداد البدني)

(٣/١٠٥)

نوع صياغة السؤال	السؤال	مناسب	مناسب إلى حد ما	ملاحظات
السؤال والخطأ	١- الجري والوثب والحجل والألعاب الصغيرة لا تستخدم عادة في الإحماء لدى الملاكمين			
	٢- يأتي جزء الإعداد البدني قبل جزء الإعداد المهاري في البرنامج			
	٣- يعد اللكم الحر واللكم التخيلي أحد الأساليب الرئيسية لتطوير رشاقة الملاكم			
	٤- يهدف الإعداد البدني الخاص إلى تثبيت مسارات عصبية حركية للمهارات الأساسية			
	٥- تعتبر التمرينات بالأثقال من الركائز الأساسية في تنمية قوة وسرعة اللكمات			
	٦- لا يمكن الاستغناء عن الأدوات والأجهزة المساعدة في تدريب الملاكمة			
	٧- يهدف الإعداد البدني إلى تنمية القدرات الحركية للملاكمين من النواحي العامة والخاصة			
	٨- يفضل أثناء الإعداد البدني للملاكمين الاهتمام بالقوة المميزة بالسرعة والتحمل والرشاقة والمرونة			
	٩- يكون جزء الإعداد البدني بشدة "٨٠- ٩٠%" بالنسبة للناشئين بينما تقل لدى لاعبي المستويات العليا لتكون من "٥٠- ٦٠%" أثناء إعداد اللاعبين			
	١٠- يمكن تطوير القوة الخاصة بالملاكم باستخدام تمرينات حبال الوثب			
	١١- يتم تنمية الرشاقة الخاصة بالملاكم عن طريق تمرينات الأثقال			

(٣/١٠٦)

نوع صياغة السؤال	السؤال	مناسب	غير مناسب	ملاحظات
الاختيار من المتعدد	١- عدم الاحماء الجيد قبل التدريب قد يؤدى الي :- أ- ضمور في العضلات ب- تمزق في العضلات جـ- تقلص في العضلات د- كل ما سبق			
	٢- هدف الإعداد البدني هو :- أ- تنمية جسم الملاكم أساسا حتي نحقق التناسق في بناء الجسم ب- تنمية مقدرة الملاكمين الضرورية لاشتراكهم في المباريات جـ- تنمية القدرات الحركية للملاكمين من النواحي العامة والخاصة د- تناسق وارتباط وتنمية كل القدرات الحركية للملاكمين			
	٣- أهم عناصر اللياقة البدنية في الملاكمة هي :- أ- الدقة ، التوافق ، المرونة ، الاتزان، الخداع ب- السرعة ، القوة ، التحمل ، المراوغة ، الثبات جـ- القوة ، السرعة، التحمل ، المرونة ، الرشاقة د- السرعة ، القوة ، التوافق ، التحمل ، الجلد			
	٤- تعد طريقة التدريب التي تعطي نموذج أفضل للمنافسة هي:- أ- طريقة المنافسة ب- طريقة الجولات الطويلة جـ- طريقة التدريب الفتري د- طريقة الجولات ذات الدقيقتين			
	٥- تشتمل تمرينات الإعداد البدني الخاص للملاكم علي :- أ- التدريب علي أجهزة اللكم المختلفة ب- التدريب علي الكرة الراقصة وكرة السرعة جـ- التدريب مع الزميل بلكم مشروط و غير مشروط د- جميع ما سبق			

المحور السادس : (الإعداد المهاري)

(٣/١٠٧)

نوع صياغة السؤال	السؤال	مناسب	غير مناسب	ملاحظات
الصواب والخطأ	١ – من الأخطاء الشائعة في وقفة الاستعداد هي توزيع ثقل الجسم على القدمين بالتساوي			
	٢ – يجب على الملاكم في وقفة الاستعداد وضع الذراعين بعيدتين عن الجسم و ذلك حتى يمكنه التحرك بسهولة			
	٣ – تعتبر وقفة الاستعداد من أهم المهارات التي يجب أن يحافظ عليها لاعب الملاكمة أثناء أدائه			
	٤- تعد اللكمة المستقيمة هي اللكمة الأولى في الجولة حيث أنها لكمة اختبار قدرات المنافس			
	٥- تعتبر اللكمات الجانبية الأكثر استخداما بعد استخدام الحاسب الآلي في تحكيم رياضة الملاكمة			
	٦- يعتبر الإعداد المهاري الركيزة الأولى للناشئين التي يبني عليها الإعداد الخططي والإعداد النفسي			
	٧- تستخدم اللكمات الجانبية والصاعدة في مسافات اللكم المتوسطة			
	٨- من شروط وقفة الاستعداد السليمة الاتزان والتغطية و سهولة الحركة			
	٩- تقسم اللكمات من حيث الشكل إلى لكمة تمهيدية و أساسية ومضادة			
	١٠- تؤدي اللكمات الصاعدة والمزراع على شكل زاوية قائمة			
	١١- تنقسم وسائل الدفاع في الملاكمة إلى دفاع باستخدام الذراعين ودفاع باستخدام الرجلين فقط			

(٣/١٠٨)

نوع صياغة السؤال	السؤال	مناسب	غير مناسب	ملاحظات
الاختيار من المتعدد	١ - مهارات رياضة الملاكمة هي : أ – اللكمات المستقيمة ، اللكمات المنحنية ، اللكمات الصاعدة ب – دفاع بالرجلين ، دفاع بالجذع ، دفاع بالذراعين ج – وضع القبضة ، وقفة الاستعداد د – كل ما سبق			
	٢ – تنقسم مهارة الدفاع بالذراعين إلى : أ – إيقاف اللكمة ، إعاقة اللكمة ، دفع اللكمة ب – صد اللكمة ، إطاحة اللكمة ج – الزوغان على جانبي اللكمة د – أ ، ب معا			
	٣ – يتم نقل مركز ثقل الجسم من القدم الخلفية إلى القدم الأمامية في : أ – اللكمات بأنواعها ب - الدفاع بأنواعه ج – تحركات القدمين د – كل ما سبق			
	٤ - أي من هذه المهارات تحتوى على مهارة هجومية : أ – الصد بالمرفق والقفاز المفتوح ب – اللكمات الصاعدة والمنحنية ج – اللكمة المستقيمة مع التحرك للخلف د – كل ما سبق			
	٥ – يتم تنمية الإحساس باللكمات عن طريق أ – الكرات الراقصة ب – أكياس اللكم ج – الكرات المعلقة د – كل ما سبق			
	٦ – يتم أداء نموذج لمهارات اللكم عن طريق : أ – صور للمهارة ب – لاعب متميز ج – المعلم د – كل ما سبق			

المحور السابع : (الإعداد الخططي)

(٣/١٠٩)

نوع بيانات السؤال	السؤال	مناسب	غير مناسب	ملاحظات
الصواب والخطأ	١- لابد من احتواء الإعداد الخططي للملاكم على خطط للإعداد التربوي النفسي			
	٢- يرتكز الجزء الإعدادي بالوحدة التدريبية على تعلم الأداء الفني المهاري وتطوير القدرات البدنية			
	٣- يتميز الجزء الختامي في الوحدة التدريبية بزيادة شدة حمل التدريب عن الجزء التمهيدي			
	٤- تعتبر طريقة الجولات الطويلة أفضل طرق التدريب في الملاكمة			
	٥- تعد الوحدة التدريبية هي الركيزة الأولى لعملية التخطيط			
	٦- اللعب ضد الملاكم الأعسر يختلف عن اللعب ضد الملاكم العادي			
	٧- تستخدم حركات الرجلين السريعة والكمات المستقيمة للحد من تقدم الملاكم قصير القامة			
	٨- أنواع خطط اللعب هي خطط هجومية وخطط دفاعية وخطط تسجيل الأرقام			
	٩- الإعداد الخططي هو إعداد الملاكم لكيفية التلاكم أثناء المباراة على الحلقة			
	١٠- تتميز خطط تسجيل الأرقام بمحاولة تسجيل رقم أو مستوي معين وفق ظروف المباراة			

الاختيار من المتعدد

١- تتميز الخطط الهجومية في الملاكمة بـ :-

أ- بعنصر الدفاع
ب- بعنصر رد الفعل
جـ- أ ، ب معا
د- بعنصر الهجوم

٢- تستخدم الخطط الدفاعية في الملاكمة حين :-

أ- يلجأ الملاكم الي الدفاع
ب- محاولة تجميد نتيجة المباراة
جـ تفوق المنافس
د- جميع ما سبق

٣- تنقسم مراحل الإعداد الخططي الي :-

أ- مرحلة اكتساب المعارف والمعلومات الخططية الشاملة
ب- مرحلة اكتساب وإتقان الأداء الخططي
جـ- أ و ب معا
د- مرحلة تنمية وتطوير القدرات الخلاقة

٤- من أسس نجاح التخطيط الرياضي :-

أ- مرونة الخطة وسهولة تنفيذها
ب- بناء الخطة طبقا للأسس العلمية التربوية
جـ- تطبيق رغبات المدرب
د- أ و ب معا

٥- يجب علي الملاكم عند لعبة مع ملاكم أعسر أن يقوم بـ :-

أ- الإبتعاد عن يده اليسرى
ب- التقهقر للخلف
جـ- الدوران علي الحلقة عكس قبضته اليسرى
د- الدوران علي الحلقة في اتجاه قبضته اليسري

٦- يجب عند ملاكمة اللعب طويل القامة :-

أ- تسديد لكمات قوية للجذع
ب- أ ، ب معا
ج- تسديد لكمات قصيرة متعددة متنوعة
الدفاع السلبي بالتغطية

نوع السؤال	السؤال	مناسب	غير مناسب	ملاحظات
الصواب والخطأ	١- يمكن الفصل بين الإعداد النفسي طويل المدى والإعداد النفسي قصير المدى			
	٢- إتاحة الفرصة للملاكم لمعرفة المواقف التي تواجهه علي الحلقة مع منافسيه له تأثير سلبي عليه			
	٣- تعتبر حالة اللامبالاة نتيجة زيادة عمليات الكف في الجهاز العصبي مع هبوط عمليات الإثارة العصبية			
	٤- تزداد عملية الإثارة العصبية في مراكز متعددة من الجهاز العصبي في حالة حمي البداية			
	٥- حالة الاستعداد للكفاح يكون فيها الملاكم علي استعداد تام للكفاح بإرادة قوية			
	٦- يهدف الإعداد النفسي طويل المدى إلي تطوير دوافع الملاكمين			
	٧- تنقسم مراحل الإعداد النفسي إلي إعداد نفسي طويل المدى وقصير المدى			
	٨- تؤثر الحالة النفسية الجيدة للملاكم تأثيرا إيجابيا في نتيجة المباراة			
الاختيار من المتعدد	١- يتحقق الإعداد النفسي طويل المدى باستخدام :- أ- إعطاء الملاكم نزهه خلوية ب- الاهتمام بالملاكم وإمداده بالمعارف والمعلومات الخاصة بالملاكمة جـ- تهيئة جو من الحماس والاحتراق النفسي د- الاهتمام بإشباع رغبات الملاكم			
	٢- التوتر والقلق وزيادة عدد نبضات القلب من علامات :- أ- حالة عدم اللامبالاة ب- حالة حمي البداية جـ- حالة الاستعداد للكفاح د- حالة من النشاط والحيوية			
	٣- يجب إعطاء الملاكم راحة تامة قبل المباراة تتراوح ما بين :- أ- يوم واحد فقط ب- من يوم إلي يومين جـ- من يومين إلي ثلاثة أيام د- من ثلاثة أيام إلي أربعة أيام			
	٤- يجب تدريب الملاكم خلال الإعداد النفسي علي :- أ- بذل الجهد والكفاح ب- التلاكم في جو المباراة جـ- تعزيز الملاكم وتشجيعه د- جميع ما سبق			

المحور التاسع : (الإصابات الشائعة)

نوع صياغة السؤال	السؤال	مناسب	غير مناسب	ملاحظات
الصواب والخطأ	١- من العوامل المساعدة لحدوث شج الحاجب هو امتواء عظمتي الحاجب			
	٢- يخفض الملاكم رأسه للأمام لإيقاف نزيف الأنف			
	٣-تحدث حالة الإغماء نتيجة تلقي الملاكم لكمة قوية جدا في الرأس			
	٤- يجب وضع المفصل المخلوع في وضع مريح وعدم تحريكه بأي اتجاه			
	٥- يحدث تمزق في أربطة الكتف نتيجة اللكمات العنيفة			
	٦- تستخدم الجبيرة في علاج الكسور والخلع			
	٧- تحدث الإصابات نتيجة الحمل الزائد في التدريب			
الاختيار من المتعدد	١- الإصابات الناتجة عن احتكاك الملاكمين بأرضية الحلقة والحبال هي أ- الخلع والكسر والتمزق ب- النزيف والحرق والجروح جـ- الكدمات و التسلخات د- المليخ والكسر المضاعف			
	٢- في علاج الكدمات ونزيف الأنف تستخدم :- أ- خلات الرصاص ب- الماء البارد والثلج جـ- مسكنات الألم د- ملح اليود			
	٣- أنواع الكسور في رياضة الملاكمة هي :- أ- كسر عظم الأنف وعظام اليد ب- كسر الأضلاع العائمة جـ- أ و ب معا د- كسر الساعد والترقوة			
	٤- يمكن تلافي إصابات رياضة الملاكمة بـ :- أ- تطبيق الواجب الدفاعي بشكل جيد ب- تطبيق الواجب الهجومي جـ- الاهتمام بعلاج الإصابات د- جميع ما سبق			
	٥- يحدث تمزق العضلات بين الضلوع نتيجة :- أ- اللكمات الصاعدة في البطن ب- اللكمات المباشرة لمنطقة الضلوع العائمة جـ- اللكمات المستقيمة في الرأس د- اللكمات الجانبية في الفك			

المحور العاشر : (الأدوات والأجهزة)

نوع صياغة السؤال	السؤال	مناسب	غير مناسب	ملاحظات
الصواب والخطأ	١- تعمل حبال الوثب على تطوير وسرعة الأداء الحركي لدى الملاكمين			
	٢- تعد الكرة المترددة من الأدوات الهامة التي تنمي قوة اللكمات			
	٣- يساعد كيس اللكم في تنمية سرعة الضربات المتلاحقة وسرعة رد الفعل			
	٤- تساهم الكرات المعلقة في تطوير وتحسين دقة تسديد اللكمات وتركيز الانتباه			
	٥- تتضح أهمية مرآة التدريب بصفة خاصة أثناء تدريبات الملاكمة مع الزميل			
	٦- تساهم الكرة الراقصة في تنمية سرعة رد الفعل			
الاختيار من المتعدد	١- من الأدوات والأجهزة المستخدمة في تعليم وتدريب الملاكمة هي : أ- الحبال وأكياس اللكم وكفوف المدرب ب- الكرات الراقصة والمعلقة والمترددة ج- ترامبولين الحائط ومرآة التدريب د - كل ما سبق			
	٢- أي الأدوات التالية يساهم في تنمية عنصر الدقة : أ- أكياس اللكم ج- الكرات المترددة ب- الكرات المعلقة د- ترامبولين الحائط			
	٣- الغرض من استخدام مرآة التدريب هو : أ- تطوير اللكم التخيلي ب- اكتشاف الأخطاء وإصلاحها ج- أ ، ب معا د- تنمية وتطوير سرعة رد الفعل			
	٤- الكرة الراقصة من الأدوات التي تساعد في : أ- تنمية قوة اللكمات ب- التقليل من سرعة تحركات القدمين للملاكمين ج- تحسين اللكم التخيلي د- تنمية درجة التوافق العضلي العصبي			
	٥- تساهم أكياس اللكم ذات العلامات الملونة في تنمية :- أ- عنصر التحمل ب- عنصر الاتزان جـ- عنصر الدقة د- عنصر المرونة			
	٦- من الأدوات الحديثة في رياضة الملاكمة :- أ- الكرات المعلقة ب- أكياس اللكم ج- الملاكم الآلي د- الترامبولين			

مفتاح التصحيح لمفردات الاختبار المعرفي

الأول		الثاني		الثالث		الرابع		الخامس		السادس		السابع		الثامن		التاسع		العاشر	
م	الإجابة	م	الإجابة	م	الإجابة	م	الإجابة	م	الإجابة	م	الإجابة	م	الإجابة	م	الإجابة	م	الإجابة	م	الإجابة
١	x	١	x	١	/	١	/	١	x	١	x	١	/	١	x	١	x	١	/
٢	/	٢	/	٢	x	٢	x	٢	/	٢	x	٢	x	٢	x	٢	x	٢	x
٣	x	٣	x	٣	/	٣	/	٣	/	٣	/	٣	x	٣	/	٣	/	٣	x
٤	/	٤	x	٤	/	٤	/	٤	/	٤	/	٤	/	٤	/	٤	/	٤	x
٥	/	٥	/	٥	/	٥	x	٥	x	٥	x	٥	/	٥	/	٥	/	٥	/
٦	x	٦	x	٦	x	٦	x	٦	/	٦	/	٦	/	٦	/	٦	/	٦	/
-		٧	x	٧	x	٧	x	٧	/	٧	x	٧	/	٧	/	٧	/	-	
-		٨	x	٨	x	٨	x	٨	/	٨	/	٨	/	٨	/	-		-	
-		٩	/	-		-		٩	x	٩	x	٩	/	-		-		-	
-		١٠	x	-		-		١٠	x	١٠	x	١٠	/	-		-		-	
-		١١	x	-		-		١١	x	١١	x	-		-		-		-	
١	ب	١	ج	١	د	١	د	١	د	١	د	١	ج	١	ب	١	ج	١	د
٢	ج	٢	ج	٢	ج	٢	أ	٢	د	٢	د	٢	د	٢	ب	٢	ب	٢	ب
٣	ب	٣	ب	٣	ب	٣	د	٣	ج	٣	أ	٣	ج	٣	أ	٣	ج	٣	ج
٤	ج	٤	د	٤	أ	٤	ب	٤	أ	٤	ب	٤	د	٤	د	٤	د	٤	د
٥	أ	٥	ب	-		-		٥	د	٥	ب	٥	ج	-		٥	ب	٥	ج
-		٦	أ	-		-		-		٦	ج	٦	ب	-		-		-	ج

المحور الأول "تاريخ رياضة الملاكمة"

ضع علامة صواب أو خطأ أمام العبارات التالية :-

١- أول من مارس رياضة الملاكمة هم الرومان ( )

٢ - يرجع الفضل الأول للمدرب جيمس فيج في تنظيم الملاكمة والتحكيم الاعتباري ( )

٣ - تعد المملكة المتحدة ثاني دولة في الاهتمام برياضة الملاكمة ( )

٤ - أقيمت أول بطولة أوليمبية تشترك فيها رياضة الملاكمة عام ٦٨٨ق.م ( )

٥- أنشئ أول اتحاد مصري للملاكمة الهواه ١٩٢٣م ( )

٦- تعد العصور الوسطي هي أكثر وأوسع انتشارا لرياضة الملاكمة ( )

ضع دائرة حول الإجابة الصحيحة :-

١ – وضع أول قانون للملاكمة على يد / جاك برتون في عام:

أ – ١٧٩٤ ب – ١٧٤٣

ج – ١٧٩٦ د - ١٧٩٧

٢ - تكون أول اتحاد مصرى للملاكمة الهواة في عام :

أ – ١٩١١ ب – ١٩٢٥

ج –١٩٢٣ د – ١٩٤٤

٣ - تم إدخال التقنية الحديثة في التحكيم والعمل بها اعتبارا من عام :

أ – ١٩٧٨ ب – ١٩٨٩

ج – ١٩٨٦ د – ١٩٨٥

٤ – تعد أول دولة اهتمت برياضة الملاكمة هي :

أ – فرنسا ب – أمريكا

ج – انجلترا ج – مصر

٥- وضع قانون(الماركيز اوف كوينزبرى) وهو ثالث قانون في الملاكمة وما زال يعتمد على محتوياته حتى الآن في عام:

أ – ١٨٥٦ ب – ١٧٥٨

ج – ١٦٥٥ د – ١٨٩٧

المحور الثاني "القانون الدولي للملاكمة"

ضع علامة صواب أو خطأ أمام العبارات التالية :-

١- تعد اللكمات الصحيحة هي اللكمات التي تؤدى بجانب القفاز أو باطن القفاز المفتوح ( )

٢- من الواجبات الرئيسية للحكم طرد أي ملاكم يصدر عنة سلوكا عدوانيا ( )

٣- يحق للتابع أن يسحب ملاكمه في اى وقت إذا شعر بهزيمته ( )

٤- عدد جولات المباراة في بطولات العالم والدورات الاولمبية القارية ٥ جولات زمن كل جولة دقيقتان فقط ( )

٥- تتم عملية الاقتراع قبل عملية الوزن والكشف الطبي ( )

٦- يقوم الملاكم بارتداء جميع أدواته بدون واقي الرأس ( )

٧- يستخدم الملاكمون في المباريات والبطولات الدولية قفازات وزنها ١٠أوقيات ( )

٨- حلقة الملاكمة مربعة الشكل طول ضلعها ٦١٠سم ولا يزيد ارتفاعها عن ١٥٠سم ( )

ضع دائرة حول الإجابة الصحيحة:-

١- حلقة الملاكمة مربعه الشكل طول الضلع من داخل الحبال يتراوح:

أ- من ٤٥٠ إلي ٦١٠ سم
ب- من ٤٩٠ إلي ٧١٠ سم
ج- من ٤٩٠ إلي ٦١٠ سم
د- من ٤٩٠ إلي ٦٠٠ سم

٢- ارتفاع حلقة الملاكمة عن الأرض يتراوح :

أ- من ٩٠الي ١٢٢سم
ب- من ٩١الي ١٢٥سم
ج- من ٩١الي ١٢٢سم
د- من ٩٠الي ١٢٣سم

٣- وزن القفاز لجميع أوزان الملاكمة :

أ- ٨أوقية
ب- ١٠ أوقية
ج- ١٢أوقية
د- ٩أوقية

٤- مواصفات رباط اليد :

أ- طوله ٢,٥ م ، عرضه ٦سم
ب- طوله ٣,٥ م ، عرضه ٥ سم
ج- طوله ٣ م ، عرضه ٦سم
د- طوله ٢,٥ م ، عرضه ٥ سم

٥- لكل ملاكم الحق في الاستعانة :

أ- باربعة مساعدين
ب- مساعدان
ج- بثلاث مساعدين
د- مساعد واحد

٦- إذا لم يتوفر العدد الكافي من القضاة لتحكيم المباريات المحلية يكتفي بـ :

أ- ثلاث قضاة فقط
ب- أربعة قضاة فقط
ج- قاضي واحد فقط
د- قاضيان فقط

المحور الثالث "مبادئ الصحة"

ضع علامة صواب أو خطأ أمام العبارات التالية :-

١- يجب إجراء الكشف الطبي الدوري علي الملاكمين في بداية موسم التدريب ( )

٢- تعد حمامات البخار و السونا أحد الوسائل الفعالة لاستعادة الشفاء ( )

٣- يوصي العلماء باستخدام الصيام الكامل أو العقاقير والأدوية عند إنقاص الوزن ( )

٤- يجب أن ينظف الملاكم قفازة وواقي الراس والأسنان قبل المباراة ( )

٥- تعتبر المنشطات من العوامل الرئيسية في تنشيط اللاعب وتقويته ( )

٦- تعد التمرينات الهوائية أفضل الطرق الفعالة لإنقاص الوزن للملاكمين ( )

٧- يقوم الملاكم بارتداء ملابس ضاغطة " استر تش" أسفل الملابس القانونية ( )

ضع دائرة حول الإجابة الصحيحة

١- إن أفضل طرق إنقاص الوزن هي التي تعتمد على التالي :-

أ- تنظيم الغذاء ب- تعديل السلوك

جـ- ممارسة النشاط البدني د- جميع ما سبق

٢- أهم أنواع التدليك المستخدمة في الملاكمة هي :-

أ- التدليك المائي ب- التدليك المسحي

جـ- أ ، ب معا د- التدليك الكهربي

٣- من الأخطار الناجمة عن تناول المنشطات :-

أ- الشطب ب- الشطب وضعف الصحة

جـ- الضعف العام د- ليس لها تأثير

٤- اتفق الخبراء على أن أفضل أساليب إنقاص الوزن هي استخدام :-

أ- التدريبات الهوائية ب- التدريبات اللاهوائية

جـ- العقاقير الطبية د- الصيام الكلي

المحور الرابع " مبادئ التغذية"

ضع علامة صواب أو خطأ أمام العبارات التالية :-

١- تعتبر الكربوهيدرات أحد أغنية الطاقة حيث تخزن في الكبد والعضلات علي هيئة جليكوجين ( )

٢- تساعد البروتينات في إمداد الجسم بالطاقة اللازمة لأداء المجهود الشاق للملاكم ( )

٣- تلعب الأملاح المعدنية دورا هاما في عملية الانقباض والانبساط للعضلات العاملة في الملاكمة ( )

٤- يعد الماء أحد المكونات الغذائية الهامة لاحتوائه علي العناصر المعدنية اللازمة للملاكم ( )

٥- عدم تناول الأغذية النباتية التي تزيد من الحموضة في الجسم بعد فترة المنافسات ( )

٦- يجب علي الملاكم تناول الوجبة الأخيرة التي تسبق المنافسة بساعة واحدة فقط ( )

٧- طريقة تقديم وطهي الطعام ليس لها تأثير نفسي علي الملاكمين ( )

٨- يجب إعطاء الملاكمين كميات كبيرة من البروتين والدهون والكربوهيدرات في فترة المنافسات ( )

ضع دائرة حول الإجابة الصحيحة:-

١- في وجبة ما قبل المنافسة يجب الاكثار من :-

أ- البروتين الحيواني ب- الفيتامينات

جـ- الكربوهيدرات د- الدهون

٢- يجب تناول الغذاء قبل بداية المنافسة بحوالي :-

أ- ساعة ب- ساعة ونصف

جـ- ساعتين د- ثلاث ساعات

٣- التغذية خلال الأربع والعشرين ساعة بعد المنافسة يجب تناول :-

أ- الدهون والبروتينات

ب- الكربوهيدرات و الفواكه

"محور العناصر الإعداد البدني"

ضع علامة صواب أو خطا أمام العبارات التالية:-

١- الجري والوثب والحجل والألعاب الصغيرة لا تستخدم عادة في الإحماء لدى الملاكمين ( )

٢- يأتي جزء الإعداد البدني قبل جزء الإعداد المهارى في البرنامج ( )

٣- يعد اللكم الحر واللكم التخيلي أحد الأساليب الرئيسية لتطوير رشاقة الملاكم ( )

٤- يهدف الإعداد البدني الخاص إلي تثبيت مسارات عصبية حركية للمهارات الأساسية( )

٥- تعتبر التمرينات بالأثقال من الركائز الأساسية في تنمية قوة وسرعة اللكمات( )

٦- لا يمكن الاستغناء عن الأدوات والأجهزة المساعدة في تدريب الملاكمة ( )

٧- يهدف الإعداد البدني إلي تنمية القدرات الحركية للملاكمين من النواحي العامة والخاصة ( )

٨- يفضل أثناء الإعداد البدني للملاكمين الاهتمام بالقوة المميزة بالسرعة والتحمل والرشاقة والمرونة ( )

٩- يكون جزء الإعداد البدني بشدة"٨٠- ٩٠%" بالنسبة للناشئين بينما تقل لدي لاعبي المستويات العليا لتكون من"٥٠-٦٠%" أثناء إعداد اللاعبين ( )

ضع دائرة حول الاجابة الصحيحة:-

١- هدف الإعداد البدني هو :-

أ- تنمية جسم الملاكم أساسا حتي نحقق التناسق في بناء الجسم

ب- تنمية مقدرة الملاكمين الضرورية لاشتراكهم في المباريات

جـ- تنمية القدرات الحركية للملاكمين من النواحي العامة والخاصة

د- تناسق وارتباط وتنمية كل القدرات الحركية للملاكمين

٢- أهم عناصر اللياقة البدنية في الملاكمة هي :-

أ- الدقة ، التوافق ، المرونة ، الاتزان، الخداع

ب- السرعة ، القوة ، التحمل ، المراوغة ، الثبات

جـ- القوة ، السرعة، التحمل ، المرونة ، الرشاقة

د- السرعة ، القوة ، التوافق ، التحمل ، الجلد

٣- تشتمل تمرينات الإعداد البدني الخاص للملاكم علي :-

أ- التدريب علي أجهزة اللكم المختلفة

ب- التدريب علي الكرة الراقصة وكرة السرعة

جـ- التدريب مع الزميل بلكم مشروط و غير مشروط

د- جميع ما سبق

٤ - تعد طريقة التدريب التي تعطي نموذج افضل للمنافسة هي:-

أ- طريقة المنافسة ب- طريقة الجولات الطويلة

جـ- طريقة التدريب الفتري د- طريقة الجولات ذات الدقيقتين

المحور السادس"الإعداد المهاري"

ضع علامة صواب أو خطأ أمام العبارات التالية:-

١- من الأخطاء الشائعة في وقفة الاستعداد هي توزيع ثقل الجسم على القدمين بالتساوي( )

٢- تعد اللكمة المستقيمة هي اللكمة الأولي في الجولة حيث أنها لكمة اختبار قدرات المنافس( )

٣- تعتبر اللكمات الجانبية الأكثر استخداما بعد استخدام الحاسب الآلي في تحكيم رياضة الملاكمة( )

٤- يعتبر الإعداد المهارى الركيزة الأولي للناشئين التي يبني عليها الإعداد الخططي والإعداد النفسي( )

٥- تستخدم اللكمات الجانبية والصاعدة في مسافات اللكم المتوسطة ( )

٦- من شروط وقفة الاستعداد السليمة الاتزان والتغطية و سهولة الحركة ( )

٧- تقسم اللكمات من حيث الشكل إلي لكمة تمهيدية و اساسية ومضادة ( )

٨- تؤدي اللكمات الصاعدة والزراع علي شكل زاوية قائمة ( )

٩- تنقسم وسائل الدفاع في الملاكمة إلي دفاع باستخدام الذراعين ودفاع باستخدام الرجلين فقط( )

ضع دائرة حول الإجابة الصحيحة:-

١ - مهارات رياضة الملاكمة هي :

أ - اللكمات المستقيمة ، اللكمات المنحنية ، اللكمات الصاعدة

ب - دفاع بالرجلين ، دفاع بالجذع ، دفاع بالذراعين

ج - وضع القبضة ، وقفة الاستعداد

د - كل ما سبق

٢- تنقسم مهارة الدفاع بالذراعين إلي :

أ - إيقاف اللكمة ، إعاقة اللكمة ، دفع اللكمة ب - صد اللكمة ، إطاحة اللكمة

ج - الزوغان علي جانبي اللكمة د - أ ، ب معا

٣- يتم نقل مركز ثقل الجسم من القدم الخلفية إلي القدم الأمامية في :

أ - اللكمات بأنواعها ب - الدفاع بأنواعه

ج - تحركات القدمين د - كل ما سبق

٤- يتم تنمية الإحساس باللكمات عن طريق:

أ - الكرات الراقصة ب - أكياس اللكم

ج - الكرات المعلقة د - كل ما سبق

٥- يتم أداء نموذج لمهارات اللكم عن طريق :

أ - صور للمهارة ب- لاعب متميز

ج – المعلم د - كل ما سبق

المحور السابع"الإعداد الخططي"

ضع علامة صواب أو خطأ أمام العبارات التالية:-

١- يرتكز الجزء الإعدادي بالوحدة التدريبية على تعلم الأداء الفني المهارى وتطوير القدرات البدنية ( )

٢- يتميز الجزء الختامي في الوحدة التدريبية بزيادة شدة حمل التدريب عن الجزء التمهيدي( )

٣- تعتبر طريقة الجولات الطويلة أفضل طرق التدريب في الملاكمة( )

٤- تعد الوحدة التدريبية هي الركيزة الأولي لعملية التخطيط ( )

٥- اللعب ضد الملاكم الأعسر يختلف عن اللعب ضد الملاكم العادي( )

٦- تستخدم حركات الرجلين السريعة واللكمات المستقيمة للحد من تقدم الملاكم قصير القامة( )

٧- أنواع خطط اللعب هي خطط هجومية وخطط دفاعية وخطط تسجيل الأرقام ( )

٨- الإعداد الخططي هو إعداد الملاكم لكيفية التلاكم أثناء المباراة على الحلقة( )

ضع دائرة حول الإجابة الصحيحة:-

١- تتميز الخطط الهجومية في الملاكمة بـ :-

أ- بعنصر الدفاع ب- بعنصر رد الفعل

جـ- أ ، ب معا د- بعنصر الهجوم

٢- تستخدم الخطط الدفاعية في الملاكمة حين :-

أ- يلجأ الملاكم الي الدفاع ب- محاولة تجميد نتيجة المباراة

جـ تفوق المنافس د- جميع ما سبق

٣- تنقسم مراحل الإعداد الخططي الى :-

أ- مرحلة اكتساب المعارف والمعلومات الخططية الشاملة

ب- مرحلة اكتساب وإتقان الأداء الخططي

جـ- أ و ب معا د- مرحلة تنمية وتطوير القدرات الخلاقة

٤- من أسس نجاح التخطيط الرياضي :-

أ- مرونة الخطة وسهولة تنفيذها ب- بناء الخطة طبقا للأسس العلمية التربوية

جـ- تطبيق رغبات المدرب د- ا و ب معا

٥- يجب على الملاكم عند لعبة مع ملاكم أعسر أن يقوم بـ :-

أ- الابتعاد عن يده اليسرى ب- التقهقر للخلف

جـ- الدوران عكس قبضته اليسري د- الدوران في اتجاه قبضته اليسري

المحور الثامن"الإعداد النفسي"

ضع علامة صواب أو خطأ أمام العبارات التالية :-

١- يمكن الفصل بين الإعداد النفسي طويل المدى والإعداد النفسي قصير المدى ( )

٢- إتاحة الفرصة للملاكم لمعرفة المواقف التي تواجهه علي الحلقة مع منافس تأثير سلبي عليه( )

٣- تعتبر حالة اللامبالاة نتيجة زيادة عمليات الكف في الجهاز العصبي مع عمليات الإثارة العصبية ( )

٤- تزداد عملية الإثارة العصبية في مراكز متعددة من الجهاز العصبي في حالة حمي البداية(

٥- حالة الاستعداد للكفاح يكون فيها الملاكم علي استعداد تام للكفاح بإرادة قوية ( )

٦- يهدف الإعداد النفسي طويل المدى إلي تطوير دوافع الملاكمين( )

٧- تنقسم مراحل الإعداد النفسي إلي إعداد نفسي طويل المدى وقصير المدى ( )

ضع دائرة حول الإجابة الصحيحة:-

١ - يتحقق الإعداد النفسي طويل المدى باستخدام :-

أ- إعطاء الملاكم نزهه خلوية

ب- الاهتمام بالملاكم وإمداده بالمعارف والمعلومات الخاصة بالملاكمة

جـ- تهيئة جو من الحماس والاحتراق النفسي

د- الاهتمام بإشباع رغبات الملاكم

٢- التوتر والقلق وزيادة عدد نبضات القلب من علامات :-

أ- حالة عدم اللامبالاة ب- حالة حمي البداية

جـ- حالة الاستعداد للكفاح د- حالة من النشاط والحيوية

٣- يجب إعطاء الملاكم راحة تامة قبل المباراة تتراوح ما بين :-

أ- يوم واحد فقط ب- من يوم إلي يومين

جـ- من يومين إلي ثلاثة أيام د- من ثلاثة أيام إلي أربعة أيام

٤- يجب تدريب الملاكم خلال الاعداد النفسي علي :-

أ- بذل الجهد والكفاح ب- التلاكم في جو المباراة

جـ- تعزيز الملاكم وتشجيعه د- جميع ما سبق

المحور التاسع"الإصابات الشائعة"

ضع علامة صواب أو خطأ أمام العبارات التالية:-

١- من العوامل المساعدة لحدوث شج الحاجب هو استواء عظمتي الحاجب ( )

٤- يخفض الملاكم رأسه للأمام لإيقاف نزيف الأنف ( )

٣-تحدث حالة الإغماء نتيجة تلقي الملاكم لكمة قوية جدا في الرأس ( )

٤- يجب وضع المفصل المخلوع في وضع مريح وعدم تحريكه بأي اتجاه ( )

٥- يحدث تمزق في أربطة الكتف نتيجة اللكمات العنيفة ( )

٦- تستخدم الجبيرة في علاج الكسور والخلع ( )

ضع دائرة حول الإجابة الصحيحة:-

١- الإصابات الناتجة عن احتكاك الملاكمين بأرضية الحلقة والحبال هي:-

أ- الخلع والكسر والتمزق　　ب- النزيف والحرق والجروح

جـ- الكدمات و التسلخات　　د- الملخ والكسر المضاعف

٢- في علاج الكدمات ونزيف الأنف تستخدم :-

أ- خلات الرصاص　　ب- الماء البارد والثلج

جـ- مسكنات الألم　　د- ملح اليود

٣- أنواع الكسور في رياضة الملاكمة هي :-

أ- كسر عظم الأنف وعظام اليد　　ب- كسر الأضلاع العائمة

جـ- أ و ب معا　　د- كسر الساعد والترقوة

٤- يمكن تلافي إصابات رياضة الملاكمة بـ :-

أ- تطبيق الواجب الدفاعي بشكل جيد　　ب- تطبيق الواجب الهجومي

جـ- الاهتمام بعلاج الإصابات　　د- جميع ما سبق

٥- يحدث تمزق العضلات بين الضلوع نتيجة :-

أ- اللكمات الصاعدة في البطن　　ب- اللكمات المباشرة لمنطقة الضلوع العائمة

جـ- اللكمات المستقيمة في الرأس　　د- اللكمات الجانبية في الفك

المحور العاشر"الأدوات والأجهزة"

ضع علامة صواب أو خطأ أمام العبارات التالية :-

١- تعمل حبال الوثب علي تطوير وسرعة الأداء الحركي لدى الملاكمين( )

٢- تعد الكرة المترددة من الأدوات الهامة التي تنمي قوة اللكمات ( )

٣- يساعد كيس اللكم في تنمية سرعة الضربات المتلاحقة وسرعة رد الفعل ( )

٤- تساهم الكرات المعلقة في تطوير وتحسين دقة تسديد اللكمات وتركيز الانتباه ( )

٥- تتضح أهمية مرآة التدريب بصفة خاصة أثناء تدريبات الملاكمة مع الزميل ( )

٦- تساهم الكرة الراقصة في تنمية سرعة رد الفعل ( )

ضع دائرة حول الإجابة الصحيحة:-

١- من الأدوات والأجهزة المستخدمة في تعليم وتدريب الملاكمة هي :

أ- الحبال وأكياس اللكم وكفوف المدرب

ب- الكرات الراقصة والمعلقة والمترددة

ج- تراسبولين الحائط ومرآة التدريب

د - كل ما سبق

٢- أي الأدوات التالية يساهم في تنمية عنصر الدقة :

أ- أكياس اللكم ج- الكرات المترددة

ب- الكرات المعلقة د- تراسبولين الحائط

٣- الغرض من استخدام مرآة التدريب هو :

أ- تطوير اللكم التخيلي ب- اكتشاف الأخطاء وإصلاحها

ج- أ ، ب معا د- تنمية وتطوير سرعة رد الفعل

٤- الكرة الراقصة من الأدوات التي تساعد في :

أ- تنمية قوة اللكمات ب- التقليل من سرعة تحركات القدمين للملاكمين

ج- تحسين اللكم التخيلي د- تنمية درجة التوافق العضلي العصبي

٥- تساهم أكياس اللكم ذات العلامات الملونة في تنمية :-

أ- عنصر التحمل ب- عنصر الاتزان

جـ- عنصر الدقة د- عنصر المرونة

مرفق الإجابة على الاختبار

فيما يلي جدول الإجابة علي المحاور بالترتيب المسلسل :-

الأول		الثاني		الثالث		الرابع		الخامس		السادس		السابع		الثامن		التاسع		العاشر	
م	الإجابة	م	الإجابة	م	الإجابة	م	الإجابة	م	الإجابة	م	الإجابة	م	الإجابة	م	الإجابة	م	الإجابة	م	الإجابة
١		١		١		١		١		١		١		١		١		١	
٢		٢		٢		٢		٣		٢		٢		٢		٢		٢	
٣		٣		٣		٣		٣		٣		٣		٣		٣		٣	
٤		٤		٤		٤		٤		٤		٤		٤		١		٤	
٥		٥		٥		٥		٥		٥		٥		٥		٥		٥	
٦		٦		٦		٦		٦		٦		٦		٦		٦		٦	
-		٧		٧		٧		٧		٧		٧		٧		-		-	
-		٨		-		٨		٨		٨		٨		-		-		-	
-		-		-		-		٩		٩		-		-		-		-	
١		١		١		١		١		١		١		١		١		١	
٢		٢		٢		٢		٢		٢		٢		٢		٢		٢	
٣		٣		٣		٣		٣		٣		٣		٣		٣		٣	
٤		٤		٤		-		٤		١		٤		٤		٤		٤	
٥		٥		-		-		-		٥		٥		-		٥		-	
		٦		-						-		-		-		-			

مفتاح التصحيح للاختبار المعرفي

الأول		الثاني		الثالث		الرابع		الخامس		السادس		السابع		الثامن		التاسع		العاشر	
م	الإجابة	م	الإجابة	م	الإجابة	م	الإجابة	م	الإجابة	م	الإجابة	م	الإجابة	م	الإجابة	م	الإجابة	م	الإجابة
١	x	١	x	١	/	١	/	١	x	١	x	١	x	١	x	١	x	١	/
٢	/	٢	/	٢	/	٢	x	٢	/	٢	/	٢	x	٢	x	٢	x	٢	x
٣	x	٣	x	٣	/	٣	/	٣	/	٣	x	٣	/	٣	/	٣	/	٣	x
٤	/	٤	/	٤	x	٤	/	٤	/	٤	/	٤	/	٤	/	٤	/	٤	/
٥	/	٥	x	٥	x	٥	x	٥	x	٥	x	٥	/	٥	/	٥	/	٥	x
٦	x	٦	x	٦	/	٦	x	٦	/	٦	/	٦	/	٦	/	٦	/	٦	/
-		٧	/	٧	x	٧	x	٧	/	٧	x	٧	/	٧	/	-		-	
-		٨	x	-		٨	x	٨	/	٨	x	٨	/	-		-		-	
-		-		-		-		٩	x	٩	x	-		-		-		-	
١	ب	١	ج	١	د	١	أ	١	د	١	د	١	ج	١	ب	١	ج	١	د
٢	ج	٢	ج	٢	ج	٢	د	٢	ج	٢	د	٢	د	٢	ب	٢	ب	٢	ب
٣	ب	٣	ب	٣	ب	٣	ب	٣	د	٣	أ	٣	ج	٣	أ	٣	ج	٣	ج
٤	ج	٤	د	٤	أ	٤		٤	أ	٤	ب	٤	د	٤	د	٤	د	٤	د
٥	أ	٥	ب	-		-		-		٥	د	-	ج	٥		٥	ب	٥	ج
-		٦	أ	-		-		-		-		-		-		-		-	

أولا ضع علامة " / " أمام العبارات الصحيحة وعلامة " x " أمام العبرات الخاطئة:-

١- أول من مارس رياضة الملاكمة هم الرومان .( )

٢- تعد اللكمات الصحيحة هي اللكمات التي تؤدى بجانب القفاز أو باطن القفاز المفتوح .( )

٣- يجب إجراء الكشف الطبي الدوري علي الملاكمين في بداية موسم التدريب .( )

٤- تعتبر الكربوهيدرات أحد أغنية الطاقة حيث تخزن في الكبد والعضلات على هيئة جليكوجين.( )

٥- الجري والوثب والحجل والألعاب الصغيرة لا تستخدم عادة في الإحماء لدى الملاكمين .( )

٦- من الأخطاء الشائعة في وقفة الاستعداد هي توزيع ثقل الجسم على القدمين بالتساوي .( )

٧- يتميز الجزء الختامي في الوحدة التدريبية بزيادة شدة حمل التدريب عن الجزء التمهيدي.( )

٨- يمكن الفصل بين الإعداد النفسي طويل المدى والإعداد النفسي قصير المدى .( )

٩- من العوامل المساعدة لحدوث شج الحاجب هو استواء عظمتي الحاجب .( )

١٠- تعمل حبال الوثب علي تطوير وسرعة الأداء الحركي لدى الملاكمين .( )

١١- يرجع الفضل الأول للمدرب جيمس فيج في تنظيم الملاكمة والتحكيم الاعتباري .( )

١٢- من الواجبات الرئيسية للحكم طرد أي ملاكم يصدر عنة سلوكا عدوانيا .( )

١٣- تعد حمامات البخار و السونا أحد الوسائل الفعالة لاستعادة الشفاء .( )

١٤- تساعد البروتينات في إمداد الجسم بالطاقة اللازمة لأداء المجهود الشاق للملاكم .( )

١٥- يأتي جزء الإعداد البدني قبل جزء الإعداد المهاري في البرنامج .( )

١٦- تعد اللكمة المستقيمة هي اللكمة الأولي في الجولة حيث أنها لكمة اختبار قدرات المنافس .( )

١٧- تعد الوحدة التدريبية هي الركيزة الأولي لعملية التخطيط .( )

١٨- تعتبر حالة اللامبالاة نتيجة زيادة عمليات الكف في الجهاز العصبي مع هبوط عمليات الإثارة العصبية .( )

١٩- يخفض الملاكم راسه للأمام لإيقاف نزيف الأنف .( )

٢٠- تعد الكرة المترددة من الأدوات الهامة التي تنمي قوة اللكمات .( )

٢١- أنشئ أول اتحاد مصري للملاكمة الهواة ١٩٢٣م .( )

٢٢- يحق للتابع أن يسحب ملاكمه في اى وقت إذا شعر بهزيمته .( )

٢٣- يجب أن ينظف الملاكم قفازة وواقي الرأس والأسنان قبل المباراة .( )

٢٤- تلعب الأملاح المعدنية دورا هاما في عملية الانقباض والانبساط للعضلات العاملة في الملاكمة.( )

( ) .أنشطة عصبية حركية للمهارات الأساسية

٢٦- يعتبر الإعداد المهاري الركيزة الأولي للناشئين التي يبني عليها الإعداد الخططي والإعداد النفسي.( )

٢٧- اللعب ضد الملاكم الأعسر يختلف عن اللعب ضد الملاكم العادي .( )

٢٨- تزداد عملية الإثارة العصبية في مراكز متعددة من الجهاز العصبي في حالة حمي البداية.( )

٢٩- تحدث حالة الإعياء نتيجة تلقي الملاكم لكمة قوية جدا في الرأس .( )

٣٠- يساعد كبس اللكم في تنمية سرعة الضربات المتلاحقة وسرعة رد الفعل .( )

٣١- عدد جولات المباراة في بطولات العالم والدورات الاولمبية القادمة ٥ جولات زمن كل جولة دقيقتان فقط.( )

٣٢- تعتبر المنشطات من العوامل الرئيسية في تنشيط اللاعب وتقويته .( )

٣٣- يعد الماء أحد المكونات الغذائية الهامة لاحتوائه علي العناصر المعدنية اللازمة للملاكم.( )

٣٤- يفضل أثناء الإعداد البدني للملاكمين الاهتمام بالقوة المميزة بالسرعة والتحمل والرشاقة والمرونة.( )

٣٥- تستخدم اللكمات الجانبية والصاعدة في مسافات اللكم المتوسطة .( )

٣٦- تستخدم حركات الرجلين السريعة واللكمات المستقيمة للحد من تقدم الملاكم قصير القامة .( )

٣٧- حالة الاستعداد للكفاح يكون فيها الملاكم علي استعداد تام للكفاح بإرادة قوية .( )

٣٨- تساهم الكرات المعلقة في تطوير وتحسين دقة تسديد اللكمات وتركيز الانتباه .( )

٣٩- تتم عملية الافتراع قبل عملية الوزن والكشف الطبي .( )

٤٠- يجب علي الملاكم تناول الوجبة الأخيرة التي تسبق المنافسة بساعة واحدة فقط .( )

٤١- يكون جزء الإعداد البدني بشدة"٨٠- ٩٠%" بالنسبة للناشئين بينما تقل لدي لاعبي المستويات العليا لتكون من"٥٠-٦٠%" أثناء إعداد اللاعبين.( )

٤٢- من شروط وقفة الاستعداد السليمة الاتزان والتغطية و سهولة الحركة .( )

٤٣- يستخدم الملاكمون في المباريات والبطولات الدولية قفازات وزنها ١٠أوقيات .( )

٤٤- تقسم اللكمات من حيث الشكل إلي لكمة تمهيدية و أساسية ومضادة .( )

٤٥- حلقة الملاكمة مربعة الشكل طول ضلعها ٦١٠سم ولا يزيد ارتفاعها عن ١٥٠سم .( )

٤٦- تؤدي اللكمات الصاعدة والزراع علي شكل زاوية قائمة .( )

٤٧- تنقسم وسائل الدفاع في الملاكمة إلي دفاع باستخدام الذراعين ودفاع باستخدام الرجلين فقط .( )

ثانيا ضع علامة " / " على الإجابة الاكثر صحة:-

٤٨ - وضع أول قانون للملاكمة على يد / جاك برتون في عام:

أ - ١٧٩٤

ب - ١٧٤٣

ج- ١٧٩٦

د - ١٧٩٧

٤٩- ارتفاع حلقة الملاكمة عن الأرض يتراوح :

أ- من ٩٠الي ١٢٢سم

ب- من ٩١الي ١٢٥سم

ج- من ٩١الي ١٢٢سم

د- من ٩٠الي ١٢٣سم

٥٠- إن أفضل طرق إنقاص الوزن هي التي تعتمد على التالي :-

أ- تنظيم الغذاء

ب- تعديل السلوك

جـ- ممارسة النشاط البدني

د- جميع ما سبق

٥١- في وجبة ما قبل المنافسة يجب الإكثار من :-

أ- البروتين الحيواني

ب- الفيتامينات

جـ- الكربوهيدرات

د- الدهون

٥٢- هدف الإعداد البدني هو :-

أ- تنمية جسم الملاكم أساسا حتى نحقق التناسق في بناء الجسم

ب- تنمية مقدرة الملاكمين الضرورية لاشتراكهم في المباريات

جـ- تنمية القدرات الحركية للملاكمين من النواحي العامة والخاصة

د- تناسق وارتباط وتنمية كل القدرات الحركية للملاكمين

٥٣- مهارات رياضة الملاكمة هي :

أ - اللكمات المستقيمة ، اللكمات المنحنية ، اللكمات الصاعدة

ب - دفاع بالرجلين ، دفاع بالجذع ، دفاع بالذراعين

ج - وضع القبضة ، وقفة الاستعداد

د - كل ما سبق

٥٤- تتميز الخطط الهجومية في الملاكمة بـ :-

أ- بعنصر الدفاع

ب- بعنصر رد الفعل

جـ- أ ، ب معا

د- بعنصر الهجوم

٥٥ - يتحقق الإعداد النفسي طويل المدى باستخدام :-

أ- إعطاء الملاكم نزهه خلوية

ب- الاهتمام بالملاكم وإمداده بالمعارف والمعلومات الخاصة بالملاكمة

جـ- تهيئة جو من الحماس والاحتراق النفسي

د- الاهتمام بإشباع رغبات الملاكم

٥٦ الإصابات الناتجة عن احتكاك الملاكمين بأرضية الحلقة والحبال هي :-

أ- الخلع والكسر والتمزق

ب- النزيف والحرق والجروح

جـ- الكدمات و التسلخات

د- الملخ والكسر المضاعف

٥٧- من الأدوات والأجهزة المستخدمة في تعليم وتدريب الملاكمة هي :

أ- الحبال وأكياس اللكم وكفوف المدرب

ب- الكرات الراقصة والمعلقة والمترددة

ج- تراسبولين الحائط ومرآة التدريب

د - كل ما سبق

٥٨ - تم إدخال التقنية الحديثة في التحكيم والعمل بها اعتبارا من عام :

أ - ١٩٧٨

ب - ١٩٨٩

ج - ١٩٨٦

د - ١٩٨٥

٥٩- لكل ملاكم الحق في الاستعانة :

أ- بأربعة مساعدين

ب- مساعدان

ج- بثلاث مساعدين

د- مساعد واحد

٦٠- أهم أنواع التدليك المستخدمة في الملاكمة هي :-

أ- التدليك المائي

ب- التدليك المسحي

جـ- أ ، ب معا

جـ- التدليك الكهربي

٦١- يحتوي غذاء الملاكم خلال الأربع والعشرين ساعة بعد المنافسة على :-

أ- الدهون والبروتينات

ب- الكربوهيدرات و الفواكه

جـ- المعادن والبروتين

د- الشراب والسكريات

٦٢- أهم عناصر اللياقة البدنية في الملاكمة هي :-

أ- الدقة ، التوافق ، المرونة ، الاتزان، الخداع

ب- السرعة ، القوة ، التحمل ، المراوغة ، الثبات

جـ- القوة ، السرعة، التحمل ، المرونة ، الرشاقة

د- السرعة ، القوة ، التوافق ، التحمل ، الجلد

٦٣- يتم أداء نموذج لمهارات اللكم عن طريق :

أ- صور للمهارة
ب- لاعب متميز
ج – المعلم
د - كل ما سبق

٦٤- تستخدم الخطط الدفاعية في الملاكمة حين :-

أ- يلجأ الملاكم إلي الدفاع
ب- محاولة تجميد نتيجة المباراة
جـ تفوق المنافس
د- جميع ما سبق

٦٥- يجب إعطاء الملاكم راحة تامة قبل المباراة تتراوح ما بين :-

أ- يوم واحد فقط
ب- من يوم إلي يومين
جـ- من يومين إلي ثلاثة أيام
د- من ثلاثة أيام إلي أربعة أيام

٦٦- أنواع الكسور في رياضة الملاكمة هي :-

أ- كسر عظم الأنف وعظام اليد
ب- كسر الأضلاع العائمة
جـ- أ و ب معا
د- كسر الساعد والترقوة

٦٧- الغرض من استخدام مرآة التدريب هو :

أ- تطوير اللكم التخيلي
ب- اكتشاف الأخطاء وإصلاحها
ج- أ ، ب معا
د- تنمية وتطوير سرعة رد الفعل

٦٨- تعد أول دولة اهتمت برياضة الملاكمة هي :

أ - فرنسا
ب - أمريكا
ج - انجلترا
د - مصر

٦٩- إذا لم يتوفر العدد الكافي من القضاة لتحكيم المباريات المحلية يكتفي بـ :

أ- ثلاث قضاة فقط
ب- أربعة قضاة فقط
ج- قاضي واحد فقط
د- قاضيان فقط

٧٠- من الأخطار الناجمة عن تناول المنشطات :-

أ- النشط
ب- النشط وضعف الصحة
جـ- الضعف العام
د- ليس لها تأثير

٧١- تشتمل تمرينات الإعداد البدني الخاص للملاكم على :-

أ- التدريب على أجهزة اللكم المختلفة
ب- التدريب علي الكرة الراقصة وكرة السرعة
ج- التدريب مع الزميل بلكم مشروط و غير مشروط
د- جميع ما سبق

٧٢- تنقسم مراحل الإعداد الخططي إلى :-

أ- مرحلة اكتساب المعارف والمعلومات الخططية الشاملة

ب- مرحلة اكتساب وإتقان الأداء الخططي

جـ- أ و ب معا

د- مرحلة تنمية وتطوير القدرات الخلاقة

٧٣- يجب تدريب الملاكم خلال الإعداد النفسي على :-

أ- بذل الجهد والكفاح

ب- الملاكم في جو المباراة

جـ- تعزيز الملاكم وتشجيعه

د- جميع ما سبق

٧٤- يمكن تلافي إصابات رياضة الملاكمة بـ :-

أ- تطبيق الواجب الدفاعي بشكل جيد

ب- تطبيق الواجب الهجومي

جـ- الاهتمام بعلاج الإصابات

د- جميع ما سبق

٧٥- الكرة الراقصة من الأدوات التي تساعد في :

أ- تنمية قوة اللكمات

ب- التقليل من سرعة تحركات القدمين للملاكمين

ج- تحسين اللكم التخيلي

د- تنمية درجة التوافق العضلي العصبي

٧٦- من أسس نجاح التخطيط الرياضي :-

أ- مرونة الخطة وسهولة تنفيذها

ب- بناء الخطة طبقا للأسس العلمية التربوية

جـ- تطبيق رغبات المدرب

د- أ و ب معا

٧٧- يحدث تمزق العضلات بين الضلوع نتيجة :-

أ- اللكمات الصاعدة في البطن

ب- اللكمات المباشرة لمنطقة الضلوع العائمة

جـ- اللكمات المستقيمة في الرأس

د- اللكمات الجانبية في الفك

مرفق للإجابة على الاختبار

عبارات الصواب والخطأ				عبارات الاختيار من متعدد			
رقم السؤال	الإجابة	رقم السؤال	الإجابة	رقم السؤال	الإجابة	رقم السؤال	الإجابة
١		٢٦		٤٨		٧٣	
٢		٢٧		٤٩		٧٤	
٣		٢٨		٥٠		٧٥	
٤		٢٩		٥١		٧٦	
٥		٣٠		٥٢		٧٧	
٦		٣١		٥٣		---	---
٧		٣٢		٥٤		---	---
٨		٣٣		٥٥		---	---
٩		٣٤		٥٦		---	---
١٠		٣٥		٥٧		---	---
١١		٣٦		٥٨		---	---
١٢		٣٧		٥٩		---	---
١٣		٣٨		٦٠		---	---
١٤		٣٩		٦١		---	---
١٥		٤٠		٦٢		---	---
١٦		٤١		٦٣		---	---
١٧		٤٢		٦٤		--	--
١٨		٤٣		٦٥		---	---
١٩		٤٤		٦٦		---	---
٢٠		٤٥		٦٧		---	---
٢١		٤٦		٦٨		---	---
٢٢		٤٧		٦٩		---	---
٢٣		---		٧٠		---	---
٢٤		---		٧١		---	---
٢٥		---		٧٢		---	---

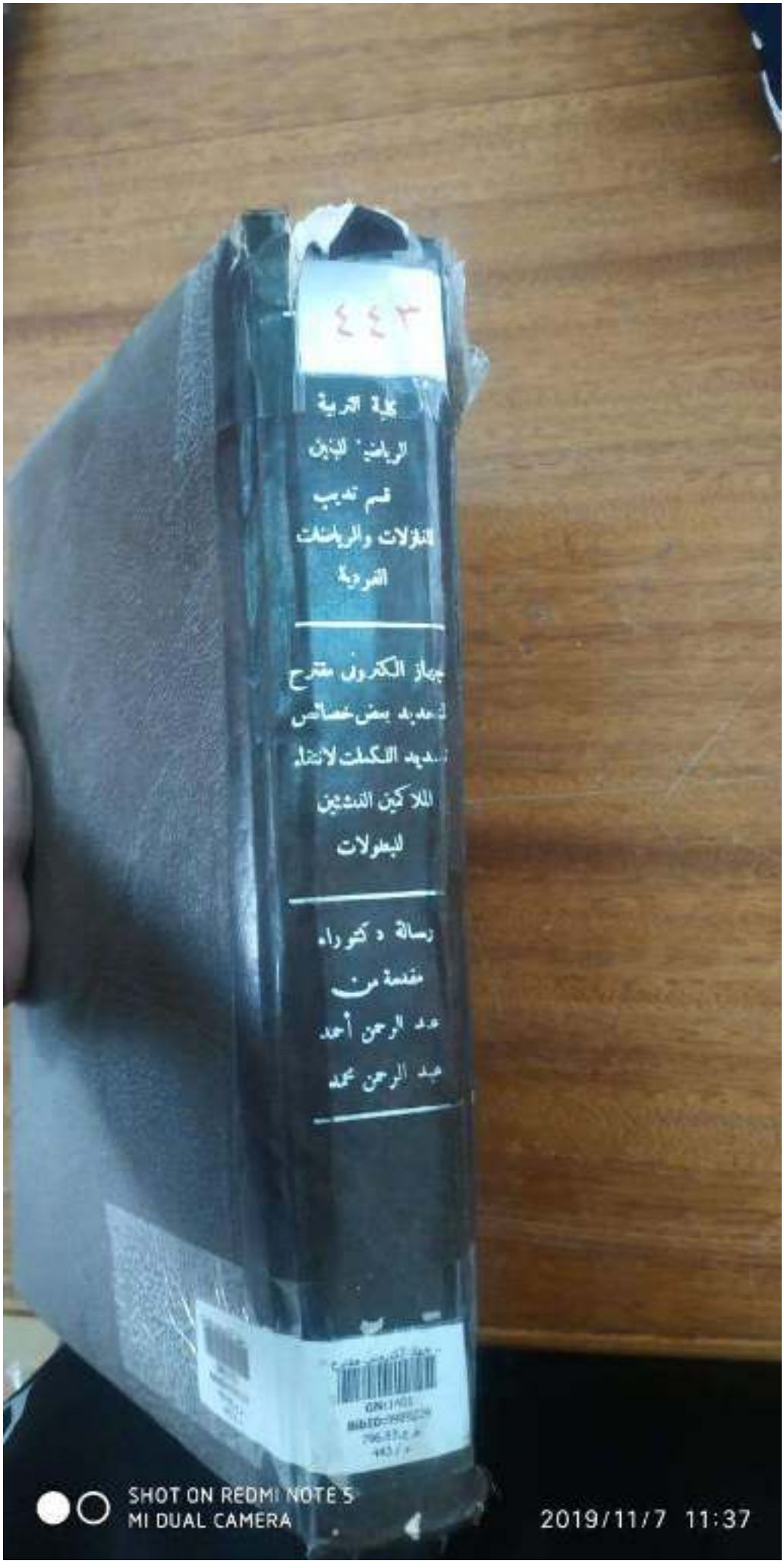
مفتاح تصحيح الاختبار

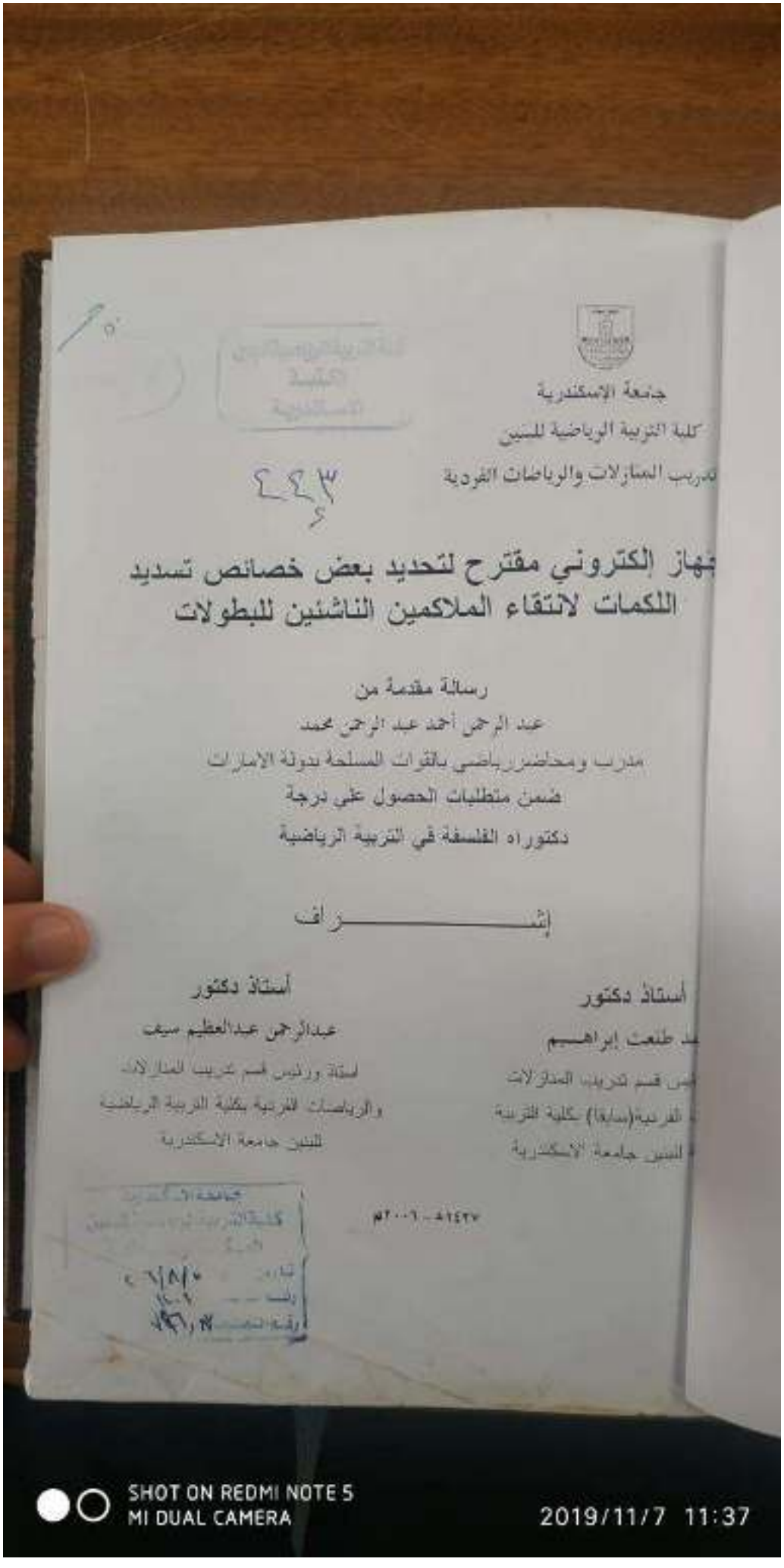
عبارات الصواب والخطأ				عبارات الاختيار من متعدد			
رقم السؤال	الإجابة	رقم السؤال	الإجابة	رقم السؤال	الإجابة	رقم السؤال	الإجابة
١	X	٢٦	/	٤٨	ب	٧٣	د
٢	X	٢٧	/	٤٩	ج	٧٤	د
٣	/	٢٨	/	٥٠	د	٧٥	د
٤	/	٢٩	/	٥١	ج	٧٦	د
٥	X	٣٠	X	٥٢	د	٧٧	ب
٦	X	٣١	X	٥٣	د	---	---
٧	X	٣٢	X	٥٤	ج	---	---
٨	X	٣٣	/	٥٥	ب	---	---
٩	X	٣٤	/	٥٦	ج	---	---
١٠	/	٣٥	X	٥٧	د	---	---
١١	/	٣٦	/	٥٨	ب	---	---
١٢	/	٣٧	/	٥٩	ب	---	---
١٣	/	٣٨	/	٦٠	ج	---	---
١٤	X	٣٩	X	٦١	ب	---	---
١٥	/	٤٠	X	٦٢	ج	---	---
١٦	/	٤١	X	٦٣	د	---	---
١٧	/	٤٢	/	٦٤	د	--	--
١٨	/	٤٣	/	٦٥	أ	---	---
١٩	X	٤٤	X	٦٦	ج	---	---
٢٠	X	٤٥	X	٦٧	ج	---	---
٢١	/	٤٦	X	٦٨	ج	---	---
٢٢	/	٤٧	X	٦٩	أ	---	---
٢٣	/	---	---	٧٠	ب	---	---
٢٤	/	---	---	٧١	د	---	---
٢٥	/	---	---	٧٢	ج	---	---

قائمة بأسماء السادة المحكمين

م	الاســـــــــــم	الوظيفـــــــــــة
١-	أ.د/ عبد الفتاح فتحي خضر	أستاذ الملاكمة بكلية التربية الرياضية - جامعة الإسكندرية
٢-	أ.د/ محمد طلعت إبراهيم	أستاذ الملاكمة ورئيس قسم المنازلات بكلية التربية الرياضية جامعة الإسكندرية
٣-	أ.د/ يحيى السيد الحاوي	أستاذ الملاكمة بكلية التربية الرياضية - جامعة الزقازيق
٤-	أ.د/ عبد الرحمن عبد العظيم سيف	أستاذ الملاكمة بكلية التربية الرياضية - جامعة بالإسكندرية
٥-	أ.م.د/ سامي محب حافظ	أستاذ مساعد بكلية التربية الرياضية - جامعة المنصورة

الاجهزة الحديثة فى رياضة الملاكمة


٤٤٣
كلية التربية
الرياضية للبنين
قسم تدريب
المنازلات والرياضات
الفردية
جهاز الكتروني مقترح
لتحديد بعض خصائص
تسديد الكلمات لانتقاء
الملاكمين الناشئين
للبطولات
رسالة دكتوراه
مقدمة من
عبد الرحمن أحمد
عبد الرحمن محمد
SHOT ON REDMI NOTE 5
MI DUAL CAMERA
2019/11/7 11:37



جامعة الإسكندرية
كلية التربية الرياضية للبنين
تدريب المنازلات والرياضات الفردية

٤٤٣٧

جهاز إلكتروني مقترح لتحديد بعض خصائص تسديد اللكمات لانتقاء الملاكمين الناشئين للبطولات

رسالة مقدمة من
عبد الرحمن أحمد عبد الرحمن محمد
مدرب ومحاضر رياضي بالقوات المسلحة بدولة الإمارات
ضمن متطلبات الحصول على درجة
دكتوراه الفلسفة في التربية الرياضية

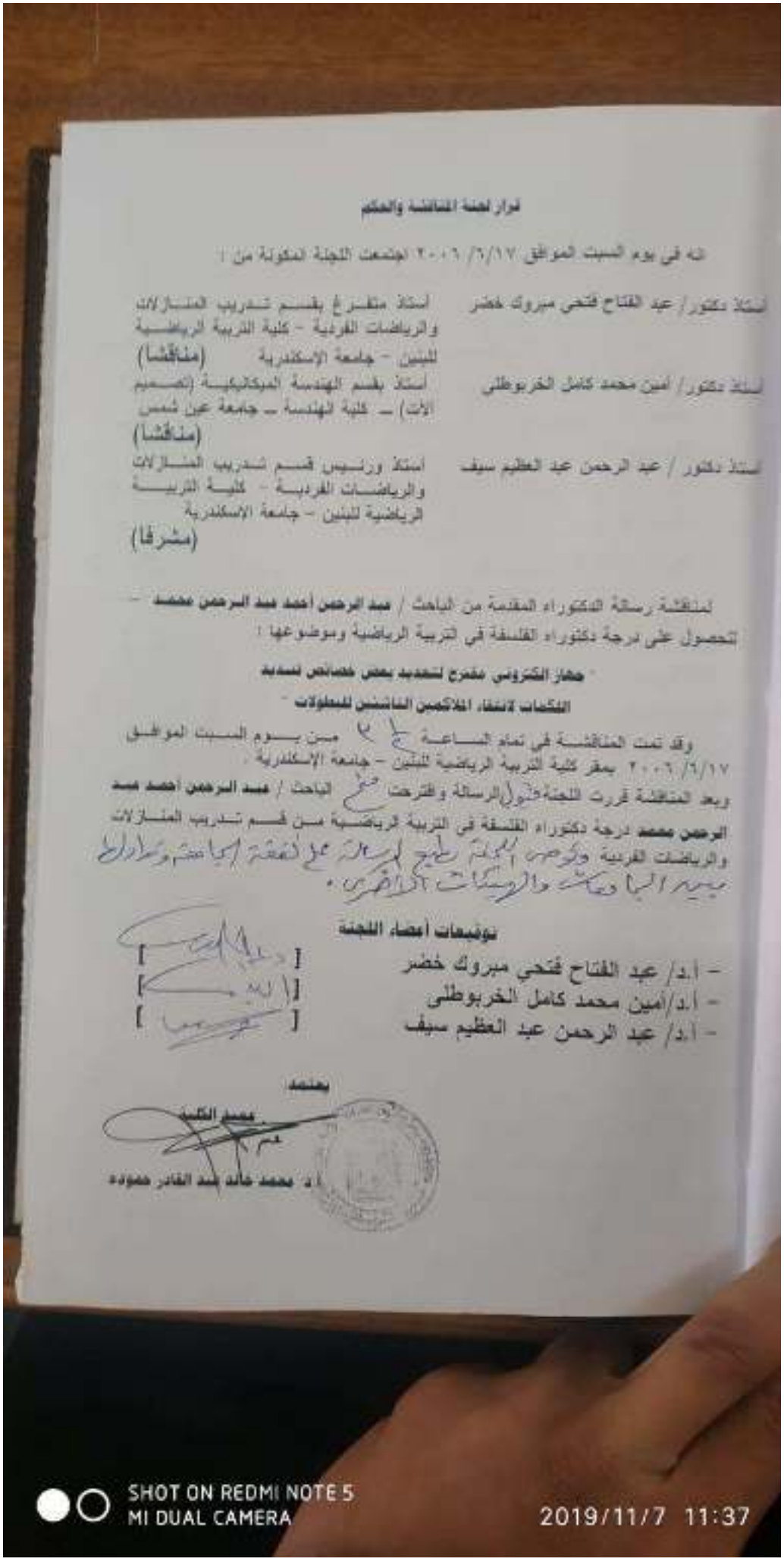
إشـــــــــــــراف

أستاذ دكتور
عبدالرحمن عبدالعظيم سيف
أستاذ ورئيس قسم تدريب المنازلات والرياضات الفردية بكلية التربية الرياضية للبنين جامعة الإسكندرية

أستاذ دكتور
محمد طلعت إبراهيم
أستاذ ورئيس قسم تدريب المنازلات والرياضات الفردية(سابقا) بكلية التربية الرياضية للبنين جامعة الإسكندرية

٢٠٠٦م - ١٤٢٧هـ

SHOT ON REDMI NOTE 5
MI DUAL CAMERA
2019/11/7 11:37



قرار لجنة المناقشة والحكم

انه في يوم السبت الموافق ٢٠٠٦/٦/١٧ اجتمعت اللجنة المكونة من :

استاذ دكتور/ عبد الفتاح فتحي مبروك خضر	استاذ متفرغ بقسم تدريب المنازلات والرياضات الفردية - كلية التربية الرياضية للبنين - جامعة الإسكندرية (مناقشا)
استاذ دكتور/ امين محمد كامل الخربوطلي	استاذ بقسم الهندسة الميكانيكية (تصميم الات) ـ كلية الهندسة ـ جامعة عين شمس (مناقشا)
استاذ دكتور / عبد الرحمن عبد العظيم سيف	استاذ ورئيس قسم تدريب المنازلات والرياضات الفردية - كلية التربية الرياضية للبنين - جامعة الإسكندرية (مشرفا)

لمناقشة رسالة الدكتوراه المقدمة من الباحث / **عبد الرحمن أحمد عبد الرحمن محمد** - للحصول على درجة دكتوراه الفلسفة في التربية الرياضية وموضوعها :

" جهاز الكتروني مقترح لتحديد بعض خصائص تسديدة الكفاب لانقاذ الملاكمين الناشئين للمطولات "

وقد تمت المناقشة في تمام الساعة ٢ من يوم السبت الموافق ٢٠٠٦/٦/١٧ بمقر كلية التربية الرياضية للبنين - جامعة الإسكندرية .

وبعد المناقشة قررت اللجنة قبول الرسالة واقترحت منح الباحث / **عبد الرحمن أحمد عبد الرحمن محمد** درجة دكتوراه الفلسفة في التربية الرياضية من قسم تدريب المنازلات والرياضات الفردية وكوصي اللجنة بطبع الرسالة على نفقة الباحث وارسال عدد النسخ والاسطوانات المدمجة الى مكتبة الكلية والمكتبات المركزية .

توقيعات أعضاء اللجنة

- أ.د/ عبد الفتاح فتحي مبروك خضر [ ]
- أ.د/ أمين محمد كامل الخربوطلي [ ]
- أ.د/ عبد الرحمن عبد العظيم سيف [ ]

يعتمد

عميد الكلية

أ.د. محمد خالد عبد القادر حمودة

SHOT ON REDMI NOTE 5
MI DUAL CAMERA
2019/11/7 11:37

SHOT ON REDMI NOTE 5
MI DUAL CAMERA

قـائمة المحـتـويـات

الموضـــوع	رقم الصفحة
- قرار لجنة المناقشة والحكم	أ
- شكر وتقدير	ب
- قائمة المحتويات	ت - ج
- قائمة الجداول	ح - ش
- قائمة الأشكال	ص
- قائمة الرسوم البيانية	ض - ع
الفصـل الأول	١ ـ ٥
- مقدمة البحث	٢
- مشكلة البحث والحاجة إليه	٢ ـ ٤
- أهداف البحث	٥
- فروض البحث	٥
الفصـل الثاني	٦ ـ ٤٠
الإطـار النظـري والدراسـات المشـابهـة	
- أولا : الاطار النظري	٧ ـ ٢٩
- خصائص النمو للمرحلة السنية من (١٤ - تحت ١٧ سنة)	٧
- مفهوم الانتقاء في المجال الرياضي	٨ ـ ٩
- أهداف وأهمية الانتقاء	٩ ـ ١٠
- أنواع الانتقاء	١٠
- مراحل الانتقاء	١١
- وسائل الانتقاء	١١
- معوقات الانتقاء	١١ ـ ١٣
- محددات الانتقاء	١٣ ـ ١٥
- خصائص مهارات تنديد الكلمات	١٥ ـ ٢٤
-الثورة التكنولوجية والمجال الرياضي	٢٤ ـ ٢٩

2019/11/7 11:37

- ثانيا: الدراسات السابقة (المشابهة والمرتبطة) ..... ٢٩ ـ ٤٠
الدراسات العربية المرتبطة بمجال الأجهزة ..... ٢٩ ـ ٣٢
الدراسات الأجنبية المرتبطة بمجال الأجهزة ٣٢
الدراسات العربية المرتبطة بمجال الانتقاء ..... ٣٢ ـ ٣٩
الدراسات الأجنبية المرتبطة بمجال الانتقاء ..... ٣٩ ـ ٤٠
الاستخلاصات من الدراسات السابقة ٤٠

الفصل الثالث ٤١ ـ ١١٤

طرق وإجراءات البحث

- منهج البحث ٤٢
- مجالات البحث ٤٢
- الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث ..... ٤٢ ـ ٤٣
- الجهاز الالكتروني المقترح (وسادة الخاتط الالكترونية) ..... ٤٣ ـ ٦٣
- اختبارات البحث ..... ٦٤ ـ ٦٩
- الدراسات الاستطلاعية ..... ٦٩ ـ ١١٢
- استخلاصات الدراسات الاستطلاعية ١١٢
- الدراسة الأساسية ..... ١١٢ ـ ١١٤
- الطرق الاحصائية المستخدمة ١١٤

الفصل الرابع ١١٥ ـ ٣١٠

عرض ومناقشة النتائج

- عرض ومناقشة نتائج (خصائص تسديد الكمات لدى الأوزان الخفيفة والمتوسطة والثقيلة) ..... ١١٦ ـ ١٦٩
- عرض ومناقشة نتائج (الفروق بين الملاكمين في خصائص تسديد الكمات بين الأوزان الخفيفة والمتوسطة والثقيلة) ..... ١٧٠ ـ ٢٣٣
- عرض ومناقشة نتائج (المستويات المعيارية الخاصة لخصائص تسديد الكمات لدى الأوزان الخفيفة والمتوسطة والثقيلة كأساس لانتقاء الناشئين)... ٢٣٤ ـ ٣٠٧
عرض ومناقشة نتائج (اللاعبين المتميزين والغير متميزين في القياسات على الجهاز المقترح) ..... ٣٠٨ ـ ٣١٠

SHOT ON REDMI NOTE 5
MI DUAL CAMERA
2019/11/7 11:37

الفصل الخامس

الاستنتاجات والتوصيات ..... ٣١١ - ٣١٤

- الاستنتاجات ..... ٣١٢ - ٣١٣
- التوصيات ٣١٤

المراجع ..... ٣١٥ - ٣٣١

أولا- المراجع باللغة العربية ..... ٣١٦ - ٣٢٨
ثانيا- المراجع باللغة الانجليزية ..... ٣٢٨ - ٣٣١

المرفقات

مرفق (١) الجهاز الالكتروني المقترح (وسادة الحائط الالكترونية وأشكال لمكونات الجهاز وبعض الصور التوضيحية للأداء ونماذج لنتائج بعض الاختبارات على (وسادة الحائط الالكترونية) وبرنامج ماريات بطولة الجمهورية للملاكمة بالإسماعيلية.

مرفق (٢) خطاب موجة من قسم الدراسات العليا بالكلية لكلية الهندسة جامعة الإسكندرية لمعايرة الجهاز الإلكتروني المقترح.

مرفق (٣) بعض المعاطيات بين وكيل كلية الهندسة والاستاذ الدكتور المسئول عن معايرة الجهاز الالكتروني المقترح.

مرفق (٤) خطاب شهادة المعايرة من كلية الهندسة جامعة الإسكندرية قسم الهندسة الكهربية بصلاحية الجهاز المقترح لقياس الاختبارات قيد البحث.

مرفق (٥) شهادة من منطقة الإسكندرية للملاكمة بقيام الباحث بأجراء الاختبارات قيد البحث على ملاكمي الناشئين بمحافظة الإسكندرية على الجهاز الإلكتروني المقترح.

مرفق (٦) شهادة من منطقة المنصورة للملاكمة بقيام الباحث بأجراء الاختبارات قيد البحث على ملاكمي الناشئين بمحافظة المنصورة على الجهاز الإلكتروني المقترح.

ملخص البحث

- ملخص البحث باللغة العربية .....
- مستخلص البحث باللغة العربية .....
- ملخص البحث باللغة الانجليزية .....
- مستخلص البحث باللغة الانجليزية .....

SHOT ON REDMI NOTE 5
MI DUAL CAMERA
2019/11/7 11:38

.كما يعمل على تنمية التحمل العضلى وأيضا على تحمل الأداء للذراعين .

(٥ :٢٤٢، ٢٤٣)

التكنولوجيا الحديثة فى المجال الرياضى

يذكر كمال الربضى (١٩٩٨) ان أساليب التكنولوجيا الحديثة من الإنجازات العلميه المعاصرة التى أصبحت لها تأثير مباشر على حياة الانسان فى وقتنا الحاضر ولا نعتقد أن المجتمعات البشرية المعاصرة تتمكن من العيش بمعزل عن الإنجازات التكنولوجية الهائلة والمثيرة ،والتى أصبحت ضرورة لاغنى عنها كالماء والهواء والغذاء ، فاليها يعود الفضل فى جعل العالم كله قريه صغيرة يتحاكون ويتبادلون المعلومات . فقد أصبحت التكنولوجية حقيقة واقعية مفروضة علينا وليس بوسعنا تجاهل هذا الإنجاز العلمى الكبير الذى أصبح له آثار بعيدة المدى فى المجالات الرياضية على اختلاف أشكالها ، وعلينا أن نتعامل معها

بأقصى الجهد والإمكانات لاستغلالها وتوظيفها لخدمة الأنشطة الرياضيه بأنواعها المختلفة وأى تجاهل للتكنولوجيا الرياضية المعاصرة وأهميتها فى تحسين الإنجاز سوف يؤدى الى تخلف رياضى طويل المدى . (٢٦ : ٣)

ويذكر مختار سالم (١٩٩٠) ان المعرفةالعملية التقنيه لاستغلال نتائج البحوث القابلة للتطبيق تلعب دورا هاما وأساسيا فى تصميم وانتاج الأجهزة والأدوات الرياضية المبتكرة والبحث عن أفضل وأنسب الخامات والعمل على تحسين ظروف الأداء الرياضى لتحقيق أروع الإنجازات الرياضية مع الاقتصاد فى الطاقة والجهد والوقت . فالأجهزة الرياضية التى خرجت الى العالم اليوم وفق المفاهيم العلميه . و التقنية المتطورة هى التى تعبر عن مستوى تكنولوجيا العصر الحديث حيث يوجد الآن عددا هائلا من الابتكارات و الاختراعات المتنوعة التى تخدم المجالات الرياضية المختلفة والتى يرجع اليها الأسباب الحقيقية لتنمية وسهولة الحصول على المعلومات وتسجيلها وتحليلها . كما أنه يمكننا بسهوله شديدة إدراك أهمية التكنولوجيا الرياضيه من خلال نظرة شاملة وسريعه على الإنجازات الرياضية الأوليمبية والعالميه ، حيث نلاحظ مدى الارتفاع الهائل لمستوى الأداء الحركي والمهارى لأبطال الرياضيات المختلفه ومدى سرعة تحطيم الأرقام القياسية أو المهارات الرائعة أو حركات المخاطرة المصحوبه بشكل يدعو الى الدهشة والإعجاب . حيث يرجع الفضل فى ذلك الى التقدم التكنولوجي الهائل الذى يستطيع أن يحل الكثير من المشاكل والمعوقات لتقديم الحلول المثاليه للنهوض بالمستوى الرياضى والمساهمة الفعاله فى تخطى حدود القدرة البشريه لتحقيق أفضل النتائج . (٣٤ : ١١)

كما يشير ياسين خطاب (١٩٩٣) ان استخدام الدوائر والوحدات الإلكترونية أصبحت جزء من حياتنا العامة فنحن نرى أجهزة الإنذار الإلكترونية فى حمامات السباحة والغطس تنذر بوصول مستوى الماء الى حد معين فى حمامات السباحة

حسب الارتفاع المطلوب ثم يتم منع تدفق الماء إلكترونيا دون الحاجه الى اليد البشريه لإيقافه . هذا بالاضافه الى إضاءة الأنوار إلكترونيا فى جميع الملاعب الرياضيه بمجرد حلول الظلام وكذلك إطفاء الأنوار لمجرد بزوغ ضوء الفجر وغيرها من الاستخدامات التى لا حصر لها . (٣٦ : ١٩٣)

و يضيف مختار سالم (١٩٩٠) انه عند النظر الى ساعات الايقاف التقليديه وشرائط خط النهايه لمسابقات العدو فى المضمار ذلك الخط الذى يقطعه العداء بصدره، فاستبدلته التكنولوجية المعاصرة بخط وهمى إلكتروني مثل ذلك الخط الذى يسبق الأبواب الإلكترونية الموجودة بالفنادق والمطارات الكبرى . فعند خط البداية يستعمل الحكم مسدسا متصلا بدائرة إلكترونية خاصة مع ساعات الإيقاف بحيث تبدأ عملها فى قياس الزمن فى اللحظة التى يغادر فيها الغاز فوهة المسدس حتى خط النهايه الالكترونية على شكل كاميرات تليفزيونية خاصة قد وضعت فى أماكن وزوايا مختلفه تكشف خط النهايه لتسجيل صورة العداء مع الزمن بالثانيه وجزء على مائه من الثانيه ، وتحديد ترتيبه بين بقية المتسابقين لتصبح صورة نهاية السباق جاهزة للقراءة فى زمن لايزيد عن ثوان فقط من انتهاء السباق فى المضمار .

كما انتقل هذا الأسلوب التكنولوجى الى التحكيم فى مسابقات السباحة حيث اختفت أخطاء الميقاتيون من الحكام بكل مشاكلها المعروفة منذ سنوات قليلة ، فقد أصبحت إشارة البدء لانطلاق السباحين من فوق مكعبات البداية متصلة بدائرة الكترونية بساعات قياس الزمن بطريقة تجعل عقاربها تدور مع ضربات السباحين لتسجيل زمن كل منهم أثناء كل لحظه من لحظات السباق ، وتظل عقارب الساعة الإلكترونية تعمل بمنتهى الدقة الى أن يقوم السباح بلمس حافة حوض السباحة عند نهاية السباق فتنفصل الدائرة الكهربية لتتوقف عقارب الساعة مسجلة زمن السباح لأقرب جزء من مائه من الثانية . (٣٤ : ١٣)

وفـــى مجـــال التكنولوجيا الحديثة فى رياضة الملاكمة فقد استطاع الباحث المصـــرى عمرو مصطفى الشتيحى عام(١٩٩٧) أن يضع مصر على الخريطة العالمية فى مجال تصميم وانتاج الأدوات والأجهزة الرياضية فى رياضة الملاكمة فقـــد قـــام الباحـــث بتصميم وانتاج جهاز تحكيم إلكتروني جديد يستخدم فى تحكيم رياضـــة الملاكمة يضاهى الأجهزة الأجنبية الأخرى ويتطابق مع تعليمات وقواعد القـــانون الدولـــى للملاكمة للهواة هذا بالأضافة الى تصميم برنامج خاص بتحكيم رياضـــة الملاكمة بالحاسب الألى ومن الجدير بالذكر أن هذا البرنامج يمكن تعديلة بســـهولة بمـــا يتماشى مع التعديلات الجديدة للأتحاد الدولى للملاكمة وهو ما ليس موجـــود في أقرانه من أجهزة التحكيم الأجنبية الأخرى هذا بالأضافة الى انخفاض ثمنه وجودته مقارنة بالأجهزه الأخرى . (٢٣)

ويذكـــر محـــى الديـــن عـــابد (١٩٩٦) ان احـــدى الشركات السويسرية للإلكترونيات قد أستطاعت تصميم عداد للملاكمة (جهاز تتشمان ١٢٦٠ يتون) Teutschman,١٢٦٠ Nyon ,Switzerland Electronic (Box Counter)

وقـــد ذكرت الشركة المصنعة أن هذا الجهاز صمم بإلكترونيات متقدمة تتيح للقاضى التركيز على الأحداث فوق الحلقة . فعند بداية التشغيل يظهر على الشاشة (٢٠:٢٠) و اذا دق جرس بداية المباراة يضغط القاضى على الزرار الاخضر ثم زر (تشغيل / ايقاف) ليظهر على الشاشة عداد الوقت ، تسجيل اللكمات بالضغط علـــى الزر الاحمر او الازرق حسب الملاكم الذى يسدد لكماتة ، ويسجل الجهاز لكـــل ٣ لكمات صحيحة نقطة واحدة . وعندما يدق الجرس نهاية الجولة يضغط القاضـــى على الزر الاخضر فيتوقف عداد الوقت . وتظهر النتيجه وعندما تظهر النتـــيجة (٢٠ : ٢٠) اى تعادل تظهر على الجانب الاخر الذى به نقاط متميزة متقطعا للمفاضلة ولايمكن تعديل النتيجة في الراحة بين الجولات حيث ان الضغط على الزر الاخضر (تشغيل / ايقاف) لا يعمل الجهاز ، وعند نهاية المباراة فان تسجيل النتيجة يمكن الجهاز ، اما بطبع خارجى او نقل البيانات لحاسب شخصى

اللعبة المخصصة لذلك . وتتصل هذة الوحدة المركبة إلكترونيا لتسجل ضربات الملاكمة بوحدة الكمبيوتر والطابعة وبحيث يتم فور انتهاء الاختبار الحصول على نتيجة الاختبار مطبوعة فورا يتضح فيها حالة اداء اللكمة من حيث سرعة رد الفعل لدى الملاكم وسرعة اللكمة وقوة اللكمة وترتيب اللكمات المسددة ومدى قوة كل منها . ومن هذا الجهاز يتمكن المدرب من تحديد اقوى واسرع اللكمات لدى ملاكمة ومن ثم تدريبة على الاداء الافضل . (٦ : ٢٠٤ -٢١٢)

كمايذكر اسماعيل حامد (١٩٩٧) ان الشركة العالمية لصناعة الادوات والأجهزة فى الملاكمة " TOP TEN " تدرس فكرة جديدة لحساب النقط فى الملاكمة سوف تؤدى هذة الفكرة الى وجود ملاكمة جديدة تعتمد على اللمسات باليدين فى المناطق المسموح باللكم فيها بدلا من تسديد اللكمات باليدين فى المناطق المسموح فيها باللكم وتعتمد هذة الفكرة على وجود القفازات بداخلها (فى المنطقة المصرح باللكم فيها) دائرة كهربائية تؤدى الى حساب النقطة فور وصولها ولو بمجرد لمس المنطقة المصرح باللكم فيها وبحيث يرتدى اللاعب فانلة بها منطقة تؤدى الى حساب النقط عند لمسها وبالنسبة للرأس فقد توصلت الشركة الى تصنيع واقيات للرأس يمكن ان تتصل بنفس الدائرة التى تسجل النقاط فورا عند وصول اللكمة " اللمسة " الى منطقة محددة من واقى الرأس وكأنها وصلت الى منطقة الوجة او الذقن .والشئ العظيم فى هذا الاختراع الممتاز والذى سوف يؤدى الى وجود ملاكمة جديدة وحديثة فى القرن القادم يطلق عليها " الملاكمة الاوليمبية " وهو ان هذة الدائرة الكهربائية الموجودة تتصل مباشر بالكمبيوتر وبحيث تحسب النقط فى جهاز التحكيم الالكترونى مباشرة دون تدخل من اى احد سوى وصول اللكمات " اللمسات " الى المنطقة المحددة .وقد بدأت التجارب الاولى و الأسلاك مازالت متصلة بالقفاز والفانلة وواقى الرأس . ولكن بعد ذلك سيتم إلغاءهذة الأسلاك نهائياوبحيث تكون كافة الوصلات بين القفازات للمنافس والمنطقةالمصرح فيهالاسلكيةوبحيث يتم حساب النقاط دون حاجةالى الأسلاك ، الت

لتقييم اكثر تقدما مع برنامج (R.S 232 INTERFAS) ر . س ٢٣٢ انترفاس .
(٣٣ : ١٦٤)

ويذكر إسماعيل حامد (١٩٩٧) أنة من خلال استخدام التكنولوجيا الحديثة استطاعت المانيا صناعة ملاكم آلي أطلقت علية اسم الملاكم روبي . BOXING ROBOT , ROBBy. وقد تم استخدامة فى التدريب بكفائة عالية وصلت الى قدرة الملاكم ان يناز ل عدة ملاكمين متنوعين وفى اوزان مختلفة من وزن ٤٨ ك حتى فوق ٩١ ك دون ان ياخذ فترة راحة لمدة عشرة ساعات كاملة .

وتتلخص فكرة هذا الملاكم الآلي فى تجهيز شاخص تدريب بذراعين قادرين على تسديد انواع اللكمات المختلفة للراس والجسم وبانواعها المختلفة المستقيمة اليسرى والمستقيمة اليمنى والصاعدة اليسرى واليمنى وكذلك الخطافية للراس والجسم اليسرى واليمنى والملاكم مجهز على قاعدة الكترونية تجعله قادر على امتصاص اللكمات مهما كانت قوتها وفى الاتجاهات المختلفة . كما أن الجهاز موضوع على قاعدة يمكنها التحرك فى كافة الأتجاهات ويعمل الملاكم الآلى بواسطة الريموت كونترول أو جهاز التشغيل عن بعد .حيث يمسك المدرب الريموت كونترول ويبدأ الملاكم فى مواجهة الملاكم الآلى وتبدأ المباراة والتى يتولى فيها المدرب تكوين اللكمات المختلفة وتسديدها للملاكم وتظل المبارة قائمة دون توقف حتى يتم تغيير الملاكم بملاكم اخر كما يمكن للملاكم أن يأخذ فترة راحة وتبدأ باقى الجولات . وهكذا يستطيع روبى الملاكم الالكترونى منازلة ملاكم واحد أو عدة ملاكمين . وقد نجحت تجارب الملاكم الآلى فى المانيا نجاحا كبيرا استطاعت المنتخبات الألمانية فى إعداد ملاكميها من خلاله . الا انه قليل الانتشار لتكلفتة المادية المرتفعة والتى تصل الى ٣٠ الف دولار . كما استطاعت الولايات المتحدة الأمريكية تصميم جهاز إلكتروني لقياس سرعة رد الفعل لدى القضاة فى

مجـــال الملاكمـــة . وقد تم أستخدام الجهاز فى قياس سرعة رد الفعل لدى جميع الحكـــام والقضـــاة المشـــاركين فى بطولة كأس العالم والتى اقيمت فى شهر مايو ١٩٩٤ فـــى بانجوك تايلاند وقد تم أختبار الجهاز وقد أظهر كفاءة عالية . ويتكون الجهـــاز من جهاز كمبيوتر متكامل معد لتقديم مجموعة من الأشكال على المونتير حمراء وزرقاء (خطوط ودوائر) واضاءة أخرى بجميع الألوان وكل هذه الألوان مرفوضـــة ولا تحســـب نقـــاط لصالح القاضى الذى يختبر والذى يحسب فقط هو المربع الأزرق وذلك بالضغط على الزر الخاص بكل مربع .(٦ :٢٠٠ - ٢٠٢)

ويشـــير اسماعيل حامد (١٩٩٧) انه خلال بطولة العالم للملاكمة فى برلين فـــى عـــام ١٩٩٥م . قامت ألمانيا بتقديم حاسب آلى لاجراء القرعة فى بطولات الملاكمـــة الكترونـــيا فقـــط . حيث يتم تخزين المعلومات واصدار جدول القرعة الفـــورى ولكـــن حتى يطمئن الجميع على سلامة عملية الاقتراع تم اجراء القرعة بالـــيد وبسحب كرات تنس الطاولة المزدوجة احداهما عليها أسم الدولة والأخرى عليها رقم الاعب فى القرعة وبمجرد اعلان اسم الدولة ورقم الاعب يظهر فورا على الشاشة المعلنة اسم الاعب ووزنة وموعد اللعب الذى يشارك فية فى كل دور مـــن ادوار المباراة ورقم المباراة التى يشارك فيها . وبعد انتهاء سحب اخر دولة فى القرعة يتم فورا اخراج قائمة قرعة الوزن والتى يتم تصويرها وتوزيعها فورا على جميع الحضور .كما قامت المانيا بتصميم وحدة قياس إلكترونية فى الملاكمة وتقـــوم هـــذة الوحدة المركبة بتسجيل حالة اللكمة وسرعتها وقوتها بدقة عالية جدا مـــن الحساســـية ، بحيث يقف الملاكم المطلوب قياس حالة الأداء اللكمية لدية بعد القيام بالإحماء اللازم ثم يقوم بتسديد عدد من اللكمات المفردة والزوجية والمركبة ولعـــدة مـــرات ويمـــنح الملاكـــم ٣ محـــاولات تحســـب أفضـــلها . ويمكـــن للملاكـــم ان يســـجل الاختـــبار بـــناء علـــى إشـــارة من الجونج ويمكن للمختبر ان يسجل المقياس او الاختبار بناء على إشارة ضوئية على رؤية إضاءة

ويؤكد محمد صبحى حسانين (١٩٩٦) ان العقول الإلكترونية قد نجحت كأحد الإنجازات التكنولوجيا الحديثة فى اختصار الكثير من الجهد و الوقت كما أنها رفعت من درجة صدق النتائج الى قدر يقترب من الكمال ، كما نجح العلماء فى صناعة العديد من أنواع العقول الإلكترونية لتستخدم فى كافة المجالات والميادين ولقد كان لمجال الرياضة نصيب كبير فى هذا ، فاستخدام العقول الإلكترونية فى تسجيل وتصنيف نتائج اللاعبين وترتيبهم ، وجمع المعلومات اللازمة لتتبع التقدم الرقمى للمسابقات المختلفة منذ بداية الدورات الأوليمبية والعالمية حتى آخر دورة يعطى فيها للمهتمين أكبر قدر ممكن من المعلومات فى أقل وقت ممكن ، ويمكننا أن نلمس ما حققته التكنولوجيا الرياضية من خلال ما نشاهدة من البث عن طريق الأقمار الصناعية لإذاعة المباريات والمسابقات التى تلاحق كل لاعب في الملاعب وأماكن التدريب والإقامة والمعيشة .

(٢٨ :١٢٨-١٣٠)

التكنولوجيا الحديثة فى مجال الملاكمة :-

يذكر اسماعيل حامد (١٩٩٧) انه مما لاشك فيه أن جميع المسؤلين عن الرياضة عموما وعن لعبة الملاكمة خاصة فى العالم يعترفون بأن الملاكمة الجيدة او ملاكمة القرن الحادى والعشرين قد انتقلت من الأعتباريه الى الموضوعيه وتوفير الحيادية التامة فى ظل استخدام التكنولوجيا الحديثة فى أجهزة التحكيم الالكترونية الجديدة على اعتبار أن النتيجة لا تخضع أبا لرأى أحد القضاة فقط ،ولكنها تعتمد على رأى وقرار جميع القضاة الخمسة معا . ولا بد أن يشارك كل قاضى منهم فى اعطاء نقاط لكل من الملاكمين وبحد أدنى ثلاثة على كل ضربة صحيحه حتى يمكن أن تسجل فى النقاط الرئيسية وهذا ما يوفر الحياد حيث يصعب جدا أن يتفق جميع القضاة الخمسة على خسارة لاعب يستحق الفوز أو العكس وبذلك أصبحت الملاكمة تعتمد على سرعة تسديد اللكمات الى منطقة الاستهداف بدلا من الأعتماد على القوة وبذلك أصبحت أجهزة التحكيم الإلكترونية

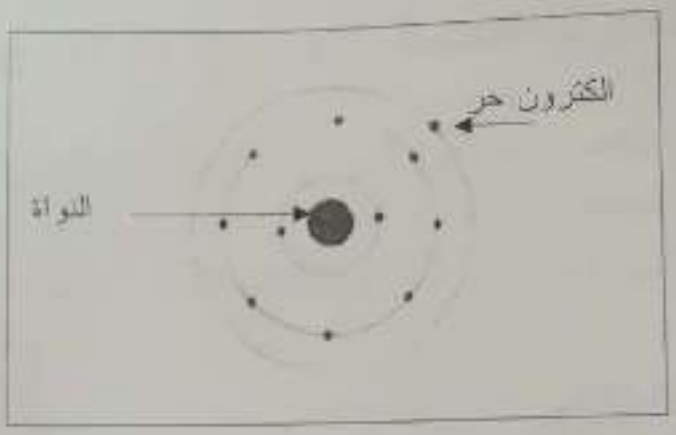
يصعب ان يتحرك الملاكم فى كافة جوانب الحلقة وقفازة او قفاز منافسة متصل بالاسلاك الكهربائية وهو مايعتبر اعجاز بكل المقاييس . (٦ : ١٣٧ ، ١٣٨)

الذرة ATOM

يذكر عبد الحافظ جابر سلامة (١٩٩٦) ان الذرة من اهم اكتشافات العلم الحديث و التى انتشر استخدامها فى كافة مجالات الحياة . وتعرف الذرة بأنها اصغر جزء امكن تقسيم المادة اليه مع الاحتفاظ بخصائصها الاساسية . وتتكون الذرة من مجموعة من الالكترونيات Electrons والبروتونات Protons والنيترونات Neutrons . ويكون البروتونات والنيترونات نواة الذرة Atom Nucteus والتى تدور حولها الإلكترونات فى مدارات تشبة مدار حركة الارض حول الشمس . وقد ثبت ان هناك علاقة بين الذرة وعناصرها بالكهرباء . فجسيم الالكترون يحتوى على شحنة كهربائية سالبة (-) بينما يحتوى جسيم البرتون على شحنة كهرباء موجبة (+) والنيترون الذى يحتوى على الكترون وبروتون يعتبر كهربائيا متعادلا . (١٥ : ٢٤)

تحرك الالكترون

يذكر عبد الحافظ جابر سلامة (١٩٩٦) ان الشحنة الكهربائية فى الذرة السالبة او الموجبة تظل ساكنة لان الالكترونات تبقى منجذبة للنواة . ولاتتحرك هذة الالكترونات من الجذب الا بفعل طاقة تسلط على الالكترون . حيث يخرج من مدارة ويعرف بأسم الالكترون الحر Free Electron شكل رقم (٢) وهذة الطاقة التىتحرر الالكترون قد تكون حرارية او كهربائية ، وبذلك ينتقل هذا الالكترون عبر مادة تسمى الموصل Conductor وهكذا يتولد التيار الكهربائى ، ووحدة قياسة هى الفولت Volt (١٥: ٢٤ ، ٢٥)



شكل (٢)

التركيب الذرى

مصادر الفولت Voltage Sources

وهناك ثلاث مصادر للفولت :

١- البطارية الجافة او السائلة الكيميائية ويسمى بالتيار المباشر او الثابت او الموحد ويرمز له DC .

٢- وجـــود موصل فى مجال مغناطيسى جنوبى واخر شمالى فيقطع هذا الموصل المغناطيسى ويتولد مصدر للفولت ويسمى بالتيار المتذبذب AC .

٣- المصدر الناتج عن الحرارة (١٥ : ٢٥)

الدائرة الالكترونية :- (الوحدة)

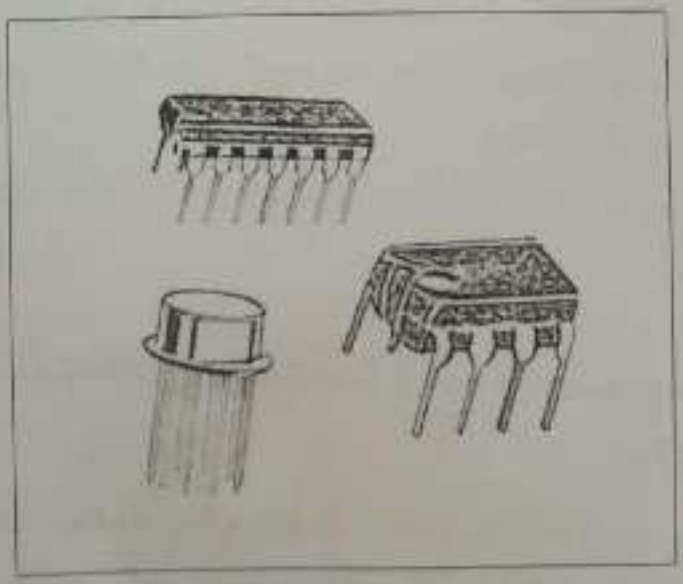
هى مجموعة من العناصر الإلكترونية التى ترتبط مع بعضها بطريقة معينه لخدمة تطبيق معين .

الدائرة الألكترونية المتكاملة IC Integrated Circuit

يذكـــر محمـــد أحمد يحيى (١٩٨٨) عبدالحافظ سلامة (١٩٩٦) أن الدوائر الألكترونـــية المـــتكاملة بدأت فى الظهور مع بداية ظهور الجيل الثالث للكمبيوتر وتعتـــبر الدوائـــر المـــتكاملة احـــدى الطفرات التكنولوجية الهامه فى مجال علم الإلكترونيات .

الدائرة المتكاملة هى:-

عـــبارة عـــن بلـــورة صـــغيرة من السيليكون تسمى رقاقة chip وتحتوى على مجموعة من القطع الكهربائية مثل الترانزستور ، ديودات ، مقاومات ومكثفات . وهـــذه القطـــع متصلة مع بعضها داخليا مكونة فى مجموعها الدائرة الإلكترونية المتكاملة . توضع هذه الرقاقه على معدن أو صندوق بلاستيكى ، وتلحم الوصلات الى أرجل خارجية حتى يمكن الوصول اليها وتوصيلها خارجيا شكل (٣) وفق المخطط من هذا الجهاز أو ذاك لكى تؤدى الغرض أو الوظيفة المطلوبه.
(٢٧ : ٣٤٥)(١٥ : ٦٤)



شكل (٣)
الأشكال الفعلية للدوائر المتكاملة

أشكال الدوائر المتكاملة

١- الأول عبارة عن صندوق سيراميكى أوبلاستيكى مسطح أومنبسط .

٢- النوع الثانى عبارة عن صندوق سيراميكى أوبلاستيكى ولكنه ثنائى الخط وهو أرخص من الأول وأكثر استعمالا .

وعدد أرجل الدائرة المتكاملة يتراوح بين ٨-٦٤ رجلا أما أحجامها فهى قياسات عالمية standard sizes .

مميزات الدائرة المتكاملة

تمتاز الدائرة المتكاملة بما يلى :-

١- صغر حجمها ٣ X ٨ X ٢٠ ملم ويطبع الصندوق رقم معين لمعرفة نوعها.

٢- انخفاض تكاليفها .

٣- قلة استهلاكها للطاقة .

٤- أكثر مصداقية .

٥- تحتاج الى إصلاحات قليله .

٦- سرعتها فى العمل مما يجعلها تناسب العمليات عالية السرعه .

٧- استخدامها يقلل بشكل كبير عدد وصلات الأسلاك الخارجية فى الدائرة وصلاتها تكون داخلية .

ومن المعروف والملاحظ أن الدائرة المتكاملة لا تقاس الامن خلال عملها فى الجهاز . (١٥ : ٦٤، ٦٥)

المقارنة بين الدائرة المتكاملة و مكافأتها من القطع المنفصلة:-

يذكر فاروق العامرى (١٩٩٥) أن الدائرة المتكاملة تتميز بأنها أصغر من القطع المنفصلة المكافأه لها وبالتالى يمكن القول أن تكلفة صنع الدائرة المتكاملة أقل والفرق الأول هو أن تكاليف عمل شريحه سيلكون كامله لايعتمد

كثيرا على نوع الأداة الموجودة على الشريحة ويمكننا عمل شريحة دائرة متكاملة تحتوى على عشرة قطع تقريبا على حجم نفس الشريحة المماثلة للترانزستور لذلك يمكن عمل دائرة متكاملة تحتوى على عشرة قطع بنفس تكاليف صنع الترانزستور واحد منفصل . ومن ذلك فمن الواضح أن الدائرة التى تحتوى على عشرة قطع منفصلة يجب أن تساوى فى تكلفتها أكثر من الدائرة المتكاملة المكافئة الا أن ذلك خاص بتكاليف الصناعة ومن ناحية التكاليف والتصميم والأعتبارات الهندسيه فالوضع يختلف فهو يكلف أكثر جدا بالنسبه للدائرة المتكاملة عن الدائرة المكافئة التى تحتوى على قطع منفصله لذلك . واذا كان المطلوب كمية صغيره من دائرة جديده ولا يتواجد كتالوج للدائرة المتكاملة سيكون من الأفضل عمليا أو اقتصاديا استعمال دائرة تحتوى على قطع منفصلة . وعموما اذا كان المطلوب أكثر من ألف دائرة فأن الثمن الكلى للدائرة المتكاملة سيكون أرخص فى هذه الحالة واذا كان العدد أقل من ألف فأن التكلفة الكلية للدائرة ستكون أقل اذا استعملنا دائرة تحتوى على قطع منفصلة .
(٢٥ : ٧،٦)

عناصر الدوائر الالكترونية

تتكون الدوائر الالكترونية من مجموعة من النبائط الألكترونية المصنوعة من المواد الموصلة والمواد شبه الموصلة بالاضافة الى بعض عناصر أخرى لاغنى عنها لتكوين الدوائر الالكترونية وتحقيق الغرض المطلوب .

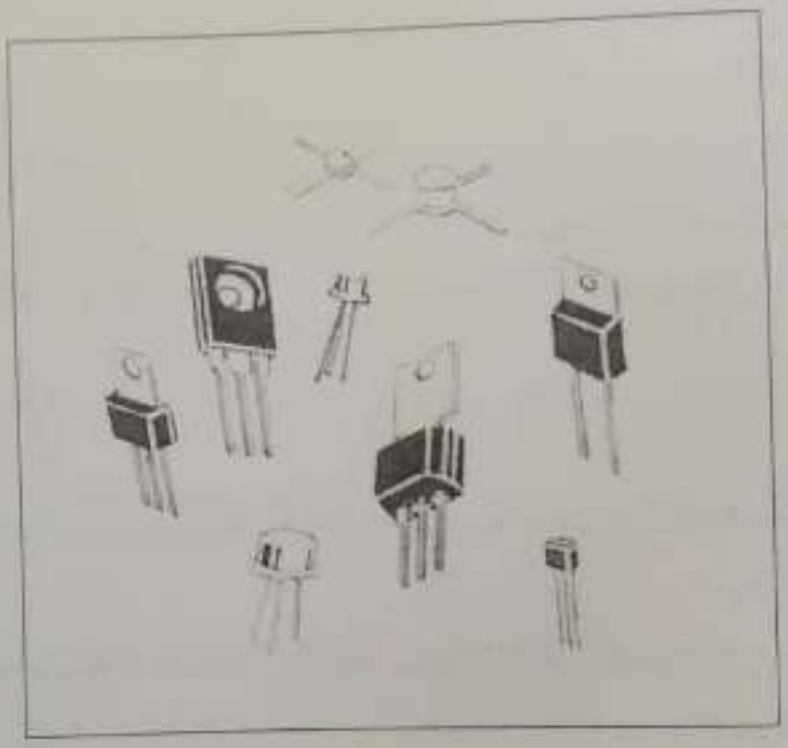
وفيما يلى عرض لبعض أهم عناصر الدوائر الالكترونية:-

١- الترانزستور Transistor

يذكر جارى بيتر (١٩٧٨) وعصام الدين رشاد واخرون (١٩٩٥) ان الترانزستور شكل (٤) يمثل عائلة كبيرة من النبائط شبه الموصلة وهو

أحد العناصر الفعالة فى الدائرة الالكترونية . و الترانزستور عبارة عن جهاز يسمح بعبور بعض الطاقة الكهربائية فى اتجاه معين بينما تعمل فى الوقت نفسه على وقف تدفق الطاقة الكهربائة فى الاتجاه الأخر .

(١٢ : ٢٤) (٢٠ : ٩٨)



شكل (٤)

الشكل الفعلى للترانزستور

أنواع الترانزستور :-

يذكر جابر الأبيض (١٩٩٤) أن أنواع الترانزستور تنحصر فى :-

١- ترانزستور الوصلة ثنائى القطبية .

٢- ترانزستور الوصلة ذات التأثير المجالى .

٣- ترانزستور التأثير المجالى ذو الممر المعزول .

٤- ترانزستور أحادى الوصلة. (١١ :٩٩-١٠٦)

مميزات الترانزستور :-

يذكر أحمد عبد الجواد وآخرون (١٩٩٨) وعبد الحافظ سلامة (١٩٩٦) أن أهم مميزات الترانزستور هى :-

١- صغر حجمه ووزنه .
٢- قلة تكاليفه .
٣- سهولة التصنيع .
٤- استهلاكه القليل للطاقة .
٥- طول عمرة الافتراضى .
٦- سرعة التشغيل .

(٣ : ٩٠) (١٥ : ٦١)

استخداماته :-

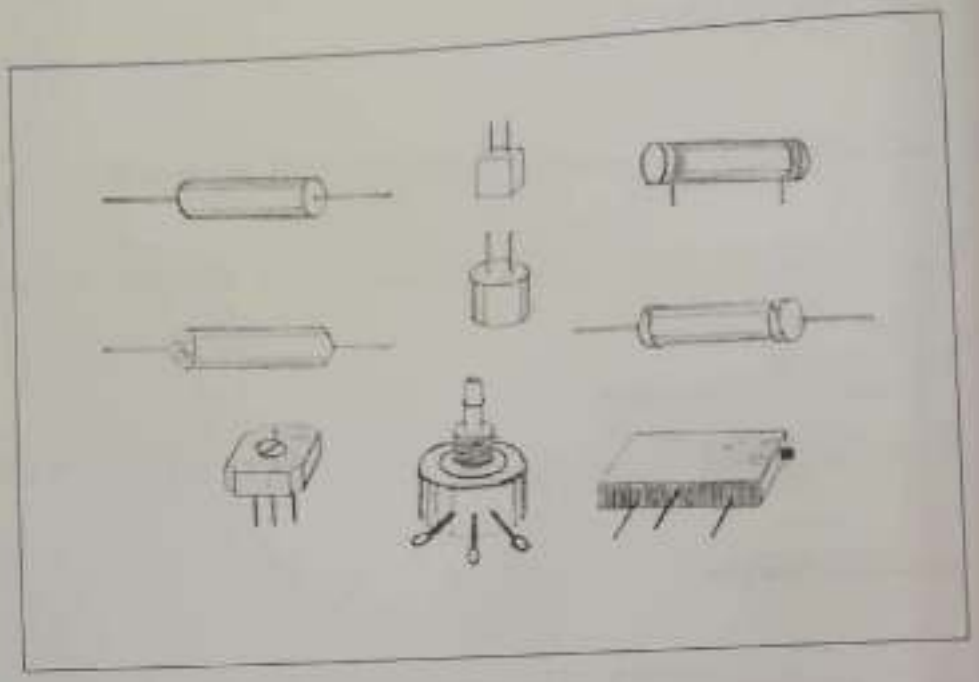
يذكـــر عصام الدين رشاد وآخرون (١٩٩٥) أن أهم استخدامات الترانزستور تحصر في الآتى :-

١- يستخدم الترانزستور بشكل عام فى مكبرات الاشارات الكهربائية والمفاتيح الالكترونية .
٢- يستخدم كمنظم جهد فى دوائر التليفزيون .
٣- يستخدم فى توليد الترددات الصوتيه وفى دوائر المزج والكشف .
٤- يستخدم فى معظم أغراض الحماية الإلكترونية . (٢٠ : ٩٩)

٢-المقاومات Resistors

يذكر احمد عبد الحواد واخروب (١٩٨٨) و عصام الدين رشاد (١٩٩٥) ان المقاومات شكل (٥) هى أهم عناصر الدائرة الإلكترونية على الاطلاق حيث يتحصـــر مهمتها فى تجزئة جهد المنبع الواحد لاسقاط فرق جهد معين على طرف عنصر أخرمعين وتعرف المقاومات بانها معارضة الموصل لمرور التيار خلاله .

وتمثل المقاومات عنصرا مشتركا فى جميع الدوائر الالكترونية فلا تخلو دائرة الكترونية من العديد منها .
(٣: ٦) (٢٠: ١٤١)



شكل (٥)
بعض الأشكال الفعلية للمقاومات

أنواع المقاومات

يذكر احمد عبد الجواد واخرون (١٩٨٨) و عبد الحافظ سلامة (١٩٩٦)ان انواعة المقاومات هى : -

أ- المقاومة الثابته Fixed Resistances

وهى إحدى أشكال الموصلات التى تصنع بقيمه معينه وثابته ، ولا يستطيع الإنسان تغيير قيمتها لا زيادة ولا نقصا عن طريق ميكانيكى أو الى ومن أشكالها :-

١- المقاومات السلكية العارية .
٢- المقاومات السلكية المغطاة .
٣- المقاومات الكربونية .

ب- المقاومه المتغيرة Variable Resistances

هـى المقاومات التى يمكن أن نتحكم فى قيمتها زيادة أو نقصا بشكل ميكانيكى ومن أنواعها :-

١- المقاومات المتغيرة السلكية .
٢- المقاوماتالمتغيرة الكربونية . (٣ :٨-١١) (١٥ : ٣٤،٣٥)

استخدامات المقاومه

يذكر فاروق العامرى (١٩٩٦) ان استخدامات المقاومات هى : -
١- تحديد قيمة التيار المراد توصيله الى الدائرة .
٢- تجزئة قيمة التيار المستمر الى قيم صغيرة متعددة . وتسمى المقاومات فى هذه الحالة بالمجزئات أو منظمات التيار الكهربى . (٢٤ : ٣٩)

٣- المكثفات Condensers

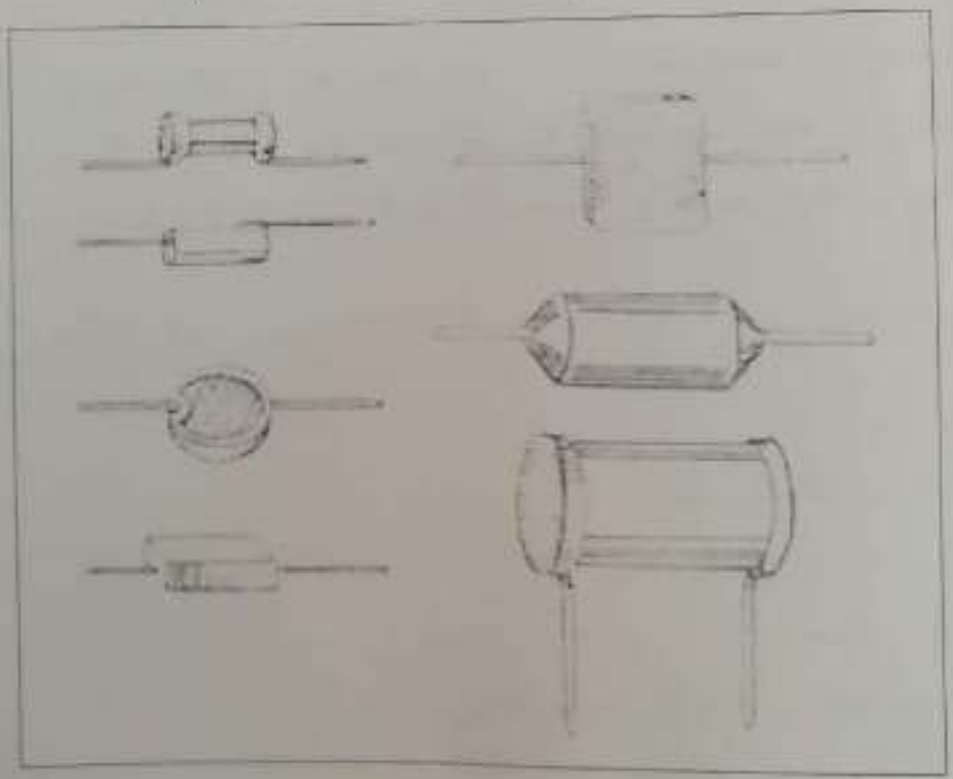
ويذكـر عصـام الديـن رشاد واخرون (١٩٩٥) ان المكثفات أحد العناصر غير الفعالـة . الضرورية فى الدوائر الالكترونية لتخزين الشحنات الكهربية .والمكثف عـبارة عن لوحين معدنين بينهم طبقة من مادة عازلة ويخرج من كل لوح طرف معدنى ويسمى المكثف باسم المادة العازلة المستعملة فيه . (٢٠ : ١٥٠)

أنواع المكثفات

١- يذكر فاروق العامرى (١٩٩٦) ان انواع المكثفات هى :-
٢- المكثفات ثابتة القيمه Fixed Condensers
٣- المكثفات متغيرة القيمة و "الكمياثيه " variabal condensers

أشكال المكثفات

١- المكثف الدوار ذو الوسيط الهوائى .
٢- المكثف المتغير بالضغط .
٣- المكثف الدوار ذو الوسيط السراميكى .
٤- المكثف الأنبوبى شكل (٦) . (٢٤ : ٤٥-٤٧)



شكل (٦)
بعض الأشكال الفعلية للمكثفات

استخدامات المكثفات

يذكر عبد الحافظ سلامة (١٩٩٦) ان استخدامات المكثف هى :-

١- فى دوائر التغذية .

٢- فى دوائر التصفية .

٣- فى مضاعفة الجهد الكهربائى .

٤- فى دوائر المنع (منع مرور التيار المستمر والسماح للتيار المتذبذب) .

٥- فى دوائر التمرير (تمرير التيار المتردد) .

٦- فى دوائر توليد الترددات .

٧- فى دوائر الرنين (مثل أجراس الهاتف) . (٥٥: ١٥)

الديود (الموحد)

يذكـــر عبد الحافظ سلامة (١٩٩٦) ان الديود هو :- عبارة عن بلورة من السيليكون أو الجرمانيوم مضافة اليها شوائب من النوع الموجب P من جهه وشوائب من النوع السالب من الجهه الأخرى N شكل رقم (٧).

انواع الموحدات

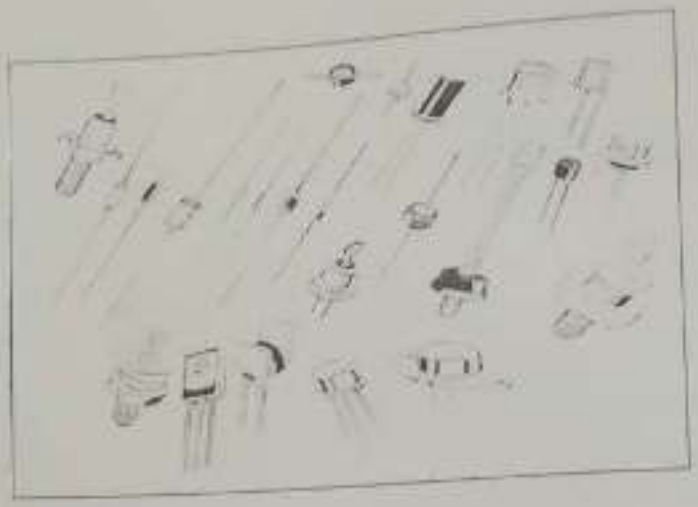
١-ديود الزنير .

٢-موحد الجرمانيوم السيليكون .

٣-الموحد البلورى أو الزجاجى .

٤- الموحد السعوى .

٥-الموحد الضوئى LED الموحد المشع .



شكل (٧)

بعض الأشكال الفعلية للموحدات

استخدام الموحدات

١- فـــى دوائـــر الحمايـــه أى يقوم بعمل الفيوز فى الدوائر بمعنى أنه يحمى الترنزستور والدوائر المتكاملة من الأحتراق فيحترق هو .

٢-تنظيم فرق الجهد أى المحافظه على مقدار فرق الجهد ثابتا لا يقل ولا يزيد

٣-تحويل التيار المتغير AC الى ثابت DC أى فى دوائر تغير التردد .

٤-تســـتخدم كمشـــع ضوئى مثل الاضاءات المرتبطه بالترددات الضوئيه فى أجهزة التسجيل . (١٥ :٥٧-٥٩)

الملفات COILS

يذكـــر عـــبد الحـــافظ سلامة (١٩٩٦) وفاروق العمرى (١٩٩٦) وجابر الابـــيض (١٩٩٤) ان الملفات هى شكل مـن أشكال الموصلات . وهو عبارة عن :-

عـــدد من اللفات من سلك معزول تلف على شكل ذو قلب (هواء – مزايت – حديد) ويقاس حث الملف بالهنرى .

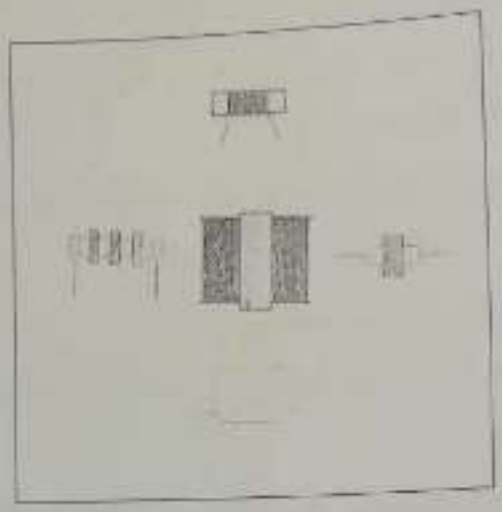
وتحـــتاج الكثير من الدوائر الالكترونية الى قدر من الحث المغناطيسى والذى يمكن توفيره باستخدام الحث .

أنواع ملفات الحث :-

١-الخوانق .

٢-التنغيم .

٣-ملفات الحث المخزنة للطاقة شكل (٨) .



شكل (٨)

بعض الأشكال الفعلية للملفات

استخدام الملفات

تســـتخدم الملفات فى الدوائر الالكترونية كملفات خانقة لترددات الراديو وتكون هـــذه الترددات عالية وتزيد منع مرورها بهذا الأرتفاع أو منخفضة ولمحولات تـــردد متوسطه (I.F) حيث يتراوح حثها فى مثل هذه الحاله بين ١٠ ميكرو هـــنرى الـــى ١ هـــنرى وتستخدم أيضا فى دوائر القدره لضبطها وفى دوائر الترددات السمعية . (١٥ : ٤٨،٤٧) (٢٤ : ٥١) (١١ :٤٠،٣٩)

الوحدات الالكترونية واستخداماتها فى كافة المجالات :-

يذكر ياسين خطاب (١٩٩٣) انة فى خلال الخمسين عاما الماضية حدث تطـــور هـــائل فى علم الالكترونيات وتطبيقاتها حتى أصبح الفرد محاصرا فى كل تحركاته بثمرات عديدة لنتائج هذا التطور . فمن الصعب أن تنظر فى أحد الاتجاهات فى أى وقت ولا ترى جهاز الكترونيا أومنتجا تم صنعه بمعدة تعمل الكترونـــيا . فقـــد أدى هـــذا العلم الى تيسير ما كان صعبا وظهور ما لم يكن

موجـــودا وفـــتح آفـــاق جديدة للأمل امام ما كان مستحيلا . وفيما يلى عرض لبعض التطبيقات العملية لعلم الالكترونيات فى كافة المجالات :-

١-تســـتخدم الالكترونـــيات فـــى تصـــنيع الأجهزة السمعيه والمرئيه وأجهزة الحاسب الآلى بأنواعها المختلفة والانترنت .

٢-تســـتخدم الالكترونـــيات فى مجال الأجهزة السلكية واللاسلكية والتليفونات الهوائية .

٣-تستخدم فى تكوين الأقمار الصناعيه ووسائل البث والأستقبال .

٤-تستخدم فى تصنيع الأجهزة الطبية كالوسائل السمعية والبصرية والمناظير وأنواع محددة من الأشعة وغيرها .

٥-تســـتخدم فـــى مجال الصناعة فى المصانع كأداه للتحكم فى عمل مختلف الصناعات الخفيفة والثقيلة .

٦-تســـتخدم فـــى مختلف المجالات التجارية والزراعية والهيئات والمؤسسات الحكومية .

٧-الـــتحكم فـــى الآلات ونظم الأحتراق الالكترونى وتحكم الوقود الالكترونى وعدات الآلات والدورات .

٨-تستخدم فى أجهزة القياس الرقمية .

٩-تستخدم فى أجهزة القيادة فى مركبات الفضاء بسبب خفة الوزن .

١٠-تســـتخدم فـــى توجـــيه الصـــواريخ وفى أجهزة الأتصال العسكرية وفى الطائرات والسفن الضخمة . (٣٦ :٩٩،٩٨)

الدراسات المشابهة والمرتبطة

قام الباحث باجراء مسح شامل للدراسات والبحوث السابقة التى أجريت فى المجال الرياضى أو المتعلقة بموضوع البحث من المصادر المتمثلة فى رسائل الماجســـتير والدكـــتوراة وفـــى المجلات والدوريات العلمية ، كذلك مؤتمرات كلـــيات التربـــية الرياضـــية بالأضـــافة الـــى مستخلصات رسائل الماجستير

والدكتوراة الأجنبية بواسطة شبكات الأنترنت . ولم يجد الباحث وفى حدود علمه أى دراسة تناولت تصميم قفاز الكترونى للتدريب فى رياضة الملاكمة (لحساب عدد اللكمات المسجلة وكذلك الفترة الزمنية المستغرقة فى عملية التسديد) .

لذلك فقد لجأ الباحث الى الاستعانه بمجموعة من الدراسات المتشابهة والمرتبطة بموضوع البحث والتى تناولت تصميم أجهزة فى بعض الأنشطة الرياضية بهدف الاطلاع على كيفية تصميم هذه الأجهزة وكذلك التعرف على الخطوات التى اتبعها هؤلاء الباحثين أثناء تصميم هذه الأجهزة كما استعان الباحث ببعض الدراسات التى تهدف الى الارتقاء بالعملية التدريبية وتحقيق النتائج فى الملاكمة وسوف يقوم الباحث بعرض هذه الدراسات وهى كالتالى :-

أولا : دراسات اهتمت بالأرتقاء بالعملية التدريبية وتحقيق النتائج فى مجال الملاكمة :-

١-دراسة محمد طلعت ابراهيم (١٩٨٦)
٢-دراسة محمد عبد العزيز عليم (١٩٩٠)
٣-دراسة عبد الباسط جميل (١٩٩٣)
٤-دراسةأحمد أمين محمد (١٩٩٥)
٥-دراسة محى الدين عابد (١٩٩٦)

ثانيا :- دراسات أهتمت بمجال الالكترونيات فى مجال رياضة الملاكمة :-

١- دراسة عمرو الشنيحى (١٩٩٧)

ثالثا :- دراسات أهتمت بمجال الالكترونيات فى الأنشطة الرياضية المختلفة :-

١ - دراسة جمال الدين عبد العزيز (١٩٩٣)
٢- دراسة عبد المحسن محمد جمال (١٩٩٣)
٣ - دراسة أحمد محمد على السيد (٢٠٠٠)
٤- دراسة عمر عبد الفتاح (٢٠٠٠)

أولا :- دراسات أهتمت بالأرتقاء بالعملية التدريبية وتحقيق النتائج فى مجال الملاكمة :-

دراسة محمد طلعت ابراهيم (١٩٨٦)

وعنوانها :-

" علاقة قوة بعض المجموعات العضلية بالجسم على سرعة تسديد اللكمات المستقيمة "

وتهدف الدراسة الى :-

التعرف على العلاقة بين قوة بعض المجموعات العضلية بالجسم وسرعة تسديد اللكمات .

منهج الدرسة :-

استخدم الباحث المنهج الوصفى المسحى .

عينة البحث :-

أجريت الدراسة على ٣٢ ملاكما من ملاكمى الدرجة الثانية فى سن من (١٧-٢٠) من أندية الأسكندرية وقد تم قياس القوة القصوى بنوعيها (الثابت والمتحرك) للعضلات الخاصة بالرجلين والظهر والصدر .

الأدوات المستخدمة :-

- جهاز الديناموميتر - الأثقال - جهاز قياس زمن رد الفعل .

أهم النتائج التى توصل اليها الباحث :-

وجود أرتباط معنوى عند مستوى ٠,٠٥ بين القوى القصوى الثابتة والحركية للمجموعات العضلية الخاصة بالرجلين والظهر والصدر وسرعة تسديد اللكمات المستقيمة . (٣٠)

دراسة محمد عبد العزيز غنيم (١٩٩٠)

وعنوانها :-

" أثر تسديد عدد أكبر من اللكمات فى منطقة الجذع على نتائج مباريات الملاكمة "

ويهدف البحث الى :-

- التعرف على الطريقة المتبعة فى تدريب الملاكمة من ناحية تسديد أكبر عدد من اللكمات فى منطقة الجذع والوجهة والتعرف على الأسلوب الأفضل لتحقيق الفوز فى مباريات الملاكمة كذلك التعرف على نتائج المباريات من خلالها بكشف الأسلوب الأفضل للتدريب.

منهج البحث :-

-استخدم الباحث المنهج الوصفى والمسح كأداء باستخدام استمارة ملاحظة خارجية صممها الباحث لجمع البيانات .

عينة البحث :-

-اشتملت عينة البحث على ٨٤ ملاكما فى بطولة الشباب للأندية .

أهم النتائج التى توصل اليها الباحث :-

-تميز عدد كبير من الملاكمين بتسديد أكبر عدد من اللكمات فى منطقة الوجه (الرأس) وقل تسديد اللكمات فى منطقة الجذع (وهى أكثر المناطق المصرح باللكم فيها قانونيا) . (٣١)

دراسة عبد الباسط جميل (١٩٩٣)

وعنوانها :-

" برنامج تدريبى مقترح لتصميم مجموعات اللكم المتقدم لناشئ الملاكمة ".

وتهدف الدراسة الى :-

التعرف على أثر البرنامج التدريبى المقترح على مجموعات اللكم المتقدم لدى ناشئ الملاكمة .

- التعرف على الفرق بين الملاكمين الناشئين فى مستوى الأداء المهارى فى متغيرات البحث (زمن مجموعات اللكم – عدد مجموعات اللكم – عدد اللكمات لمجموعات اللكم) وفقا لأوزانهم .

منهج البحث :-

استخدم الباحث المنهج التجريبى .

عينة البحث :-

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من ملاكمى محافظة الدقهليه (٢٢-١٦) سنه مع مراعاة أوزان الملاكمين (الخفيفة - المتوسطة - الثقيله)وكان قوام العينه ٢٢ ملاكما قسموا الى مجموعتين .

اهم النتائج:-

وقد توصل الباحث الى أن هناك نسب تحسن فى القياس البعدى عن القياس القبلى للمجموعة الضابطة فى زمن مجموعات اللكم بنسبة ٥,٦٦ ٪ عدد المجموعات للكم بنسبة ١٦,٠٩ ٪و عدد اللكمات بنسبة ١٩,٨١ ٪ وكذلك وجود فروق دالة بين القياس القبلى والبعدى للتجربة فى متغيرات البحث لصالح القياس البعدى فى حين لا يوجد فروق دالة بين القياس القبلى و البعدى للمجموعة الضابطة فى متغيرات البحث .

(١٤)

دراسة أحمد أمين محمد (٩٥)

عنوانها :-

برنامج تدريبى فى الملاكمة لمواجهة استخدام الحاسب الالى فى التحكيم "

الهدف من الدراسة :-

تهدف الدراسة الى تصميم برنامج تدريبى (بدنى- مهارى) لتطوير مستوى اداء بعض المهارات الاساسية لملاكمى الدرجة الثانية فى ضوء استخدام الحاسب الالى فى التحكيم ومعرفة مدى تاثيره على مكونات اللياقة البدنية والمهارات الاساسية قيد البحث .

منهج البحث :-

استخدم الباحث المنهج التجريبى لملائمة لطبيعة هذة الدراسة .

عينة البحث :-

بلـغ حجم العينة قبل اجراء التجربة ٢٤ ملاكم من ملاكمى الدرجة الثانية بمعدل ملاكميـن مـن كـل وزن ثـم استبعد الباحث ٩ ملاكمين وهم المصابين وغير المنتظميـن اوغـير المقيدين للموسم التالى لتعديهم مرحلة الدرجة الثانية وقد تم اختيار العينة من اندية محافظة الاسماعلية الموسم الرياضى ١٩٩٤.

ادوات البحث :-

-قـام الباحـث باجراء تحليلا مهاريا لبطولة العالم بسدنى باستراليا ١٩٩١ ودورة الالعاب الافريقية ١٩٩١ .

-قـام البحـث باجـراء تحليـلا مهاريـا لمجموعة من ملاكمى الدرجة الثانية (عينة البحث) .

-قام الباحث بتصميم استمارة لاستطلاع راى الخبراء حول مجموعة الاختبارات المرشحة للقياسات البدنية والمهارية .

اهم النتائج:-

- البـرنامج التدريـبى المقترح له اثر ايجابى بدلالة معنوية على تحسن مستوى مكونـات عناصـر اللـياقة البدنـية للملاكمين وذلك فى ضوء الترتيب الحديث لاستخدام المكونات لمواجهة استخدام الحاسب الآلي فى التحكيم . (٢)

دراسة محى الدين عابد (١٩٩٦)

عنوانها :-

" التخطـيط لتدريـب الملاكمـة المصرية فى ضوء استخدام الحاسب الآلي فى التحكيم "

تهدف الدراسة الى :-

-تحديد أهم الصفات البدنية والمهارات الهجومية والدفاعية والخططية كذلك

السـمات الشخصية والمقاييس الجسمية والفسيولوجية الخاصة بالملاكم فى ضوء استخدام الحاسب الآلي فى التحكيم .

-وضع تخطيط لتدريب الملاكمة فى مصر بناء على استخراج كافة المتغيرات التى تتمشى مع استخدام الكمبيوتر .

منهج البحث :-

استخدم الباحث المنهج الوصفى (الدراسات المسحية) .

عينة الدراسة :-

مثل مجتمع البحث عينة من السادة الخبراء (أكاديميون - حكام - إداريون - مدربون) بمجموع عدد (٩) خبراء و(١٤) لاعب بالمنتخب القومى المدنى والعسكرى للملاكمة وعدد (٤٠) مساعد اختيروا لتحليل المباريات . هذا بالاضافة الى ٢ شريط لنهائيات بطولة العالم للملاكمة بمدنى ١٩٩٢ ونهائيات الدورة الافريقية بالقاهرة ١٩٩١ وتحليلها للحصول على الاهداف السابقة .

ادوات البحث :-

-استمارة استطلاع رأى الخبراء حول اهم المتغيرات بعد استخدام الحاسب الالى فى التحكيم .

-استمارة استطلاع رأى الاعبين حول اهم المتغيرات البدنية والمهارية والخططية التى تساعد على الفوز بالمباريات فى ضوء استخدام التحكيم بالحاسب الالى .

-شرائط فيديو لنهائيات بطولة العالم بمدنى ونهائيات الدورة الافريقية .

-تليفزيون - فيديو - عداد يدوى - استمارات ملاحظة خارجية .

أهم النتائج :-

وقد توصل الباحث الى ان اهم الصفات البدنية الخاصة التى تساعد على الفوز فى المباريات فى ضوء استخدام الحاسب الالى فى التحكيم هى :- (سرعة رد الفعل ، السرعة الحركية ، القوة المميزة بالسرعة ، التحمل الدورى التنفسى ، التوافق العضلى العصبى ، المرونة ، الرشاقة ، الدقة ، التحمل العضلى ، التوازن ، القوة العظمى ، سرعة الانتقال).

- أن أهم المهارات الهجومية الخاصة تتمثل فى اللكمات المستقيمة بأنواعها واللكمات الصاعدة والخطافية .
- أهم المهارات الدفاعية الدفاع باستخدام (القدمين - الجذع - الذراعين) الدفاع الخلفى والأمامى .
- الخطط التى تساعد الملاكم على الفوز بالمباريات تتمثل طبقا للأهمية فى طول النفس .
(٣٣)

ثانيا :- دراسات اهتمت بمجال الأكترونيات فى مجال رياضة الملاكمة :-

دراسة عمرو مصطفى كامل الشيحى (١٩٩٧)

وعنوانها :-

" جهاز لتحكيم الملاكمة بالحاسب الآلى ".

وتهدف الدراسة الى :-

- دراسة أنظمة تشغيل أجهزة التحكيم بالحاسب الآلى فى رياضة الملاكمة المصنعة فى الدول الأجنبية .
- تصميم جهاز لتحكيم رياضة الملاكمة بالحاسب الآلى يتطابق مع تعليمات وقواعد القانون الدولى لملاكمة الهواة .
- تصميم برنامج خاص لتحكيم رياضة الملاكمة بالحاسب الآلى يتطابق مع تعليمات وقواعد القانون الدولى لملاكمة الهواة .

منهج البحث -

استخدم الباحث المنهج الوصفى بهدف دراسة وتحليل أنظمة تشغيل الأجهزة الإلكترونية الأجنبية الخاصة بتحكيم رياضة الملاكمة ، كما استخدم الباحث المنهج التجريبى بهدف تصميم الجهاز بحيث يتطابق مع تعليمات وقواعد القانون الدولى للملاكمة للهواة .

عينة البحث :-

لم يستخدم الباحث عينة للدراسة فى البحث حيث ان طبيعة البحث لاتتطلب ذلك .

تقنين الجهاز :-

تم تقييم الجهاز والبرنامج عمليا من خلال لجنة مشكلة من الاتحادين المصرى و العربى للملاكمة للهواة والتى اقرت بصلاحيته الجهاز للتحكيم .

أهم النتائج :-

- صلاحيته الجهاز المصرى لتحكيم رياضة الملاكمة وفقا لقواعد القانون الدولى للملاكمة .
- إمكانية إدخال أى تعديلات على الجهاز hardware والبرنامج software تبعا لأى تعديلات فى القانون الدولى لملاكمة الهواة .
- قلة التكاليف المادية للجهاز المصرى بالمقارنه بأسعار الأجهزة الإلكترونية الأجنبية .
- إمكانية تلافى أوجه القصور فى برامج الأجهزة الأجنبية الخاصة بتحكيم رياضة الملاكمة .

ثالثا :- دراسات اهتمت بمجال الالكترونيات فى الأنشطة الرياضية المختلفة :-

دراسة جمال الدين عبد العزيز مراد (١٩٩٣)

وعنوانها :-

' تصميم جهاز لقياس دقة ومستوى قوة التصويب فى مجال لعبة كرة اليد '

تهدف الدراسة الى:-

تصميم جهاز يمكن عن طريقة قياس دقة ومستوى قوة التصويب فى مجال لعبة كرة اليد .

منهج الدراسة :-

أستخدم الباحث المنهج التجريبى .

عينة الدراسة :-

تم تطبيق الدراسة على عينة قوامها عشرون لاعبا لكرة اليد بأندية فرق الدورى الممتاز وهما النادى الأولمبى ونادى سموحه .

تقنين الجهاز :- (صدق الجهاز)

تم حساب صدق الجهاز باستخدام كل من الصدق الظاهرى والتجريبى .كما استخدم الباحث اختبار اعادة الأختبار لايجاد معامل الثبات بعد عشرة أيام من التطبيق على نفس العينة الأولى وذلك لتأكد من ثبات الجهاز .

أهم النتائج :-

- التيقن من كفاءة الجهاز المصمم والمقترح لقياس مستوى قوة دقة التصويب حيث تميز بتوافر معاملات من الصدق والثبات بدرجة عالية .
- بلغ معامل الصدق ٠,٩٧ فى حين بلغ معامل ثباته ٠,٩٧ .
- الجهاز المقترح و الذى تم تقنينة فى هذه الدراسة وفى حدود علم الباحث يعتبر الأول من نوعة للمفاضلة بين اللاعبين فى قوة ودقة التصويب فى لعبة كرة اليد بجمهورية مصر العربية . (١٣)

دراسة عبد المحسن محمد جمال الدين (١٩٩٣)

وعنوانها :-

" تصميم وتقنين جهاز لقياس أزمة اللمس لبعض مهارات الكرة الطائرة " .

وتهدف الدراسة الى :-

تصميم وتقنين جهاز لقياس أزمة اللمس لبعض مهارات الكرة الطائرة.

منهج الدراسة :-

أستخدم الباحث المنهج التجريبى .

عينة الدراسة :-

تم أختيار عينة مكونة مكونة من ٣٠ لاعب من لاعبى الكرة الطائرة بأندية سموحة - سبورتنج - الأتحاد .

تقنين الجهاز :- صدق الجهاز

قام الباحث بتطبيق اعادة الأختبارات المختارة باستخدام الجهاز على نفس عينة الدراسة بعد مرور سبع أيام من التطبيق الأول.قام الباحث بتطبيق إعادة الاختبارات المختارة باستخدام الجهاز على نفس عينة الدراسة بعد مرور سبعة أيام من التطبيق الأول لتأكد من ثبات الجهاز .

قام الباحث بحساب قيمة معامل الأرتباط بين درجات المحكم الأول والمحكم فى أختبارات التمرير فى محل الدراسة لتأكد من موضوعية الجهاز .

أهم النتائج :-

تم التأكد من صلاحية الجهاز المقترح لقياس اللمس لبعض مهارات الكرة الطائرة وذلك بعدإتمام عمليات تقنينة

بلغ معامل صدق الجهاز (٠,٨٦ ، ٠,٩٨)

بلغ معامل ثبات الجهاز (٠,٩٥ ،٠,٩٩)

بلغ معامل ثبات الجهاز (٠,٩٥ ،٠,٩٩)

الجهاز أداة ذات بناء علمى يمكن أستخدامه للمفاضلة بين لاعب الكرة الطائرة فى أزمة اللمس فى المهارات . (١٩)

دراسة أحمد محمد على السيد (٢٠٠٠)

وعنوانها :-

" جهاز الكترونى لتسجيل المحاولات الفاشلة فى مسابقات الوثب فىألعاب القوى "

ويهدف البحث الى :-

تصميم جهاز الكترونى باستخدام أشعة الليزر لتسجيل المحاولات الفاشلة أثناء لحظه الأرتقاء فى مسابقات الوثب (الطويل - الثلاثى - العالى).

منهج البحث :-

أستخدم الباحث المنهج التجريبى .

عينة البحث :-

تـم اختيار عينة قوامها ٢٠ لاعبا من لاعبى الوثب الطويل والثلاثى والعالى من أنديـة محافظـة الغربـية (نادى طنطا – أستاد طنطا – عزل المحلة – مركز الموهوبين بالغربية) .

تقنين الجهاز :-

تـم تقيـيم الجهاز من خلال لجنة فنية مشكلة من الخبراء المتخصصين فى مجال تحكـيم العاب القوى بجمهورية مصر العربية تم تشكيلها من قبل اللجنة الرئيسية للحكام بالأتحاد المصرى لالعاب القوى والتى أقرت بصلاحية الجهاز للتحكيم .

أهم النتائج :-

-أسـفرت النـتائج عن صلاحية الجهاز الإلكترونى المصمم لتسجيل المحاولات الفاشله فى مسابقات الوثب (الطويل – الثلاثى – العالى).

-امكانـية ادخـال أى تعديلات فى الجهاز تبعا لأى تعديلات فى القانون الدولى لألعاب القوى للهواة .

(٤)

دراسة عمر عبد الفتاح (٢٠٠٠)

وعنوانها :-

" جهاز الكترونى لتحليل الأداء الفنى للاعبى التنس الأرضى " .

ويهدف البحث الى :-

تصميم وتقنين جهاز الكترونى لتحليل الاداء الفنى للاعبى التنس لأرضى .

منهج البحث :-

أستخدم الباحث المنهج التجريبى .

عينة البحث :-

تم اختيار عينة البحث من لاعبى التنس الأرضى بنادى طنطا الرياضى .

تقنين الجهاز :-

تم تقييم الجهاز من خلال عرضه على لجنه فنيه فى مجال التمرين الأرضى بمقر الاتحاد المصرى للتنس وقد أقر الاتحاد صلاحية الجهاز والبرنامج لتحليل الاداء الفنى للاعبى التنس الأرضى .

أهم النتائج :-

- أسفرت النتائج عن صلاحية الجهاز فى تحليل الأداء الفنى للاعبى التنس.
- امكانية ادخال أى تعديلات فى الجهاز الالكترونى المصمم.
- قلة التكاليف المادية للجهاز الالكترونى المصمم لتحليل الأداء الفنى للاعبى التنس .
- يساعد الجهاز على اختصار الوقت وتوفير الجهد على المدربين واللاعبين فى تحليل اداء لاعبى التنس .

(٢٢)

تحليل الدراسات المشابهة والمرتبطة

فيما يلى سوف يقوم الباحث بتحليل الدراسات المشابهة والمرتبطة من حيث هدف الدراسات والمنهج المستخدم و العينة وطرق ضبط وتقنين الأجهزة المصممة وكذلك النتائج المستخلصة وذلك بهدف عرض أوجه الشبه والاختلاف بين هذه الدراسات والدراسة الحالية وأيضا توضيح مدى الاستفادة منها فى الدراسة الحالية .

من حيث الهدف :-

اتفقت دراسة كل من جمال الدين مراد (١٩٩٣) و دراسة عبد المحسن جمال الدين (١٩٩٣) و دراسة عمرو الشتيحى (١٩٩٧) و دراسة أحمد السيد (٢٠٠٠) و دراسة عمر عبد الفتاح (٢٠٠٠) على أن الهدف الأساسى من الدراسة هو تصميم الأجهزة لقياس مستوى اداء اللاعبين ما عدا دراسة عمرو الشتيحى فى كونها دراسة تهدف الى تصميم حاسب آلى للتحكم فى مجال الملاكمة .

وقد اختلف الهدف فى دراسة كل من محمد طلعت (١٩٨٦) وعبد العزيز عنيم (١٩٩٠) و دراسة عبد الباسط جميل (١٩٩٣) و دراسة محى الدين عابد (١٩٩٦) حيث كانت تهدف الى التعرف على تاثير برامج تدريبيه مقترحة على مستوى الأداء وتحقيق النتائج .

وفى ضوء تحليل أهداف هذة الدراسات استفاد الباحث منها فى تحديد هدف البحث الحالى حيث يقوم الباحث بتصميم قفاز الكترونى للتدريب فى مجال رياضة الملاكمة لتسجيل عدد اللكمات المسددة والتعرف على الزمن الكلى الذى تم فيه التسديد .

من حيث المنهج :-

اتفقت معظم الدراسات على استخدامها المنهج التجريبي نظرا لملائمتها لطبيعة هذه الدراسات ، فيما عدا دراسة عبد العزيز عنيم (١٩٩٠) ودراسة محى الدين عابد (١٩٩٦) حيث أستخدما المنهج المسحى الذى يتفق مع طبيعة هذه الدراسات .

وقد قام الباحث فى البحث الحالى باستخدام المنهج التجريبى نظرا لملائمته لطبيعة البحث .

من حيث العينة:-

اتفقت معظم الدراسات السابقة فى اختيارها لعينة البحث حيث اتفقت دراسة كل من عبد العزيز عنيم (١٩٩٠) وعبد الباسط الجميل (١٩٩٣) ومحى الدين عابد (١٩٩٦) وجمال عبد العزيز مراد (١٩٩٣) وعبد المحسن جمال الدين (١٩٩٣) وأحمد السيد على (٢٠٠٠) وعمر عبد الفتاح (٢٠٠٠) على اختيار عينة البحث من لاعبى الدرجة الأولى .

بينما اختلفت دراسة عمرو الشيخى (١٩٩٧) مع الدراسات السابقة حيث لم يتطرق الى اختيار عينة البحث واكتفى باستخدام لعبه فنية لتقييم الجهاز المصمم .

وفـــى ضـــوء تحليل العينة لهذه الدراسات . استفاد منها الباحث فى الاكتفاء باستخدام لجنة من قبل الاتحاد لتقييم الجهاز المصمم دون الحاجة الى عينة.

من حيث ضبط وتقنين الجهاز :-

اتفقت دراسة كل من جمال الدين مراد (١٩٩٣) وعبد المحسن جمال الدين (١٩٩٣) فـــى استخدامهما للصدق الظاهرى وكذلك الصدق التجريبى لحساب معمل الصدق واختبار اعادة الاختبار لحساب معمل الثبات .

بينما اختلفت معهم دراسة عمرو الشنيحى (١٩٩٧) ومحمد أحمد السيد (٢٠٠٠) وعمـــر عـــبد الفـــتاح (٢٠٠٠) حيث أنهم لم يتطرقوا لاستخدام اى معاملات احصائية لضبط وتقنين الجهاز .

كمـــا اختلفـــت أيضـــا دراسة عبد العزيز غنيم (١٩٩٠) ودراسة عبد الباسط الجمـــيل (١٩٩٣) ودراســـة محى الدين عابد (١٩٩٦) فى طبيعة المعاملات الاحصائية المستخدمة لمعالجة موضوع البحث .

وبتحليل هذه الدراسات قد استفاد الباحث من كيفية طرق ضبط وتقنين الجهاز .

من حيث أهم النتائج :-

أظهـــرت كل من نتائج دراسة جمال الدين مراد و دراسة عبد المحسن جمال الدين (١٩٩٣) و دراسة عمرو الشنيحى (١٩٩٧) و دراسة أحمد محمد السيد (٢٠٠٠) و دراســـة عمـــر عبد الفتاح (٢٠٠٠) التأكد من صلاحية الأجهزة المصممة للاستخدام كل فى مجاله . وكذلك قلة التكاليف المادية فيها .

أما فى دراسة عبد العزيز غنيم (١٩٩٠) ودراسة عبد الباسط الجميل (١٩٩٣) ودراسة محى الدين عابد (١٩٩٦) كان أهم النتائج التى تم التوصل اليها كل منهم كالآتى :-

١-زيادة عدد اللكمات فى منطقة الرأس وقلة تسديدها فى منطقة الجذع وانـــه من خلال برامج تدريبه مقدمه كان هناك تحسن فى مستوى الأداء . وكانـــت أهـــم الصفات البدنية الخاصة فى ضوء استخدام الحاســـب الآلـــى هـــى سرعة رد الفعل ، السرعة الحركية والقوة

المميزة بالسرعة و التحمل الدورى التنفس والتوافق العضلى العصبى والمرونة والرشاقة .

أوجه الأستفادة من الدراسات المشابهة والمرتبطة :-

من خلال تحليل الدراسات المشابهة والمرتبطة بموضوع البحث ، خلص الباحث الى بعض أوجه الاستفادة اهمها :-

- تفهم مشكلة البحث الحالى .
- صياغة أهداف البحث بدقه .
- أختيار منهج البحث .
- كيفية صياغة اجراءات البحث .
- خلق تصور عن كيفية تصميم القفاز قيد البحث .
- كيفية تقييم القفاز الالكترونى قيد البحث .
- التعرف على طريقة عرض النتائج وتفسيرها .

منهج البحث :-

قام الباحث باستخدام المنهج التجريبى بهدف تصميم قفاز إلكترونى للتدريب فى رياضة الملاكمة لتسجيل عدد اللكمات الصحيحة التى تم تسديدها كذلك حساب الفترة الزمنية المستغرقة فى تسديد عدد اللكمات . بالاضافة الى إصدار إيقاع صوتى متعدد السرعات بما يتناسب مع الواجب الحركى المطلوب من الملاكم . كما يقوم الجهاز بحساب متوسط عدد السعرات الحرارية المفقودة أثناء عملية التسديد .

مجالات البحث :-

المجال الزمنى :-

قام الباحث باجراء دراسة استطلاعية أولى خلال شهرى يونية ويوليو من عام ١٩٩٨م وذلك قبل تقديم خطة البحث الخاصة بتسجيل درجةالدكتوراة وكان الهدف منها هو اجراء دراسة جدوى أولية لامكانية تصميم وتنفيذ القفاز وتحديد التصور المبدئى للمبالغ المالية اللازمة للانفاق على القفاز وتنفيذ موضوع البحث .

كما قام الباحث باجراء دراسة استطلاعية ثانية من يناير ١٩٩٩ الى شهر ابريل ١٩٩٩م . وذلك بعد تسجيل خطة البحث وكان الهدف هو محاولة اطلاع الباحث على الدراسات السابقة والمشابهة والمرتبطة بالتصميم فى مجال رياضة الملاكمة أو فى الأنشطة الرياضية المختلفة . وكذلك وضع تصور مبدئى عن شكل القفاز الالكترونى ومكوناته . وكذلك التقدير الفعلى للمبالغ المالية الازمة للانفاق على القفاز الالكترونى .

وقد قام الباحث باجراء التجربة الأساسية من أغسطس ١٩٩٩م الى شهرنوفمبر عام ٢٠٠٠م والخاصة بالتصميم والاعداد والتنفيذ الفعلى للقفاز الالكترونى والتى اشتملت على تحديد خطوات العمل لتنفيذ التصور الذى وضعه الباحث للقفاز الالكترونى ومواصفاته الخاصة وذلك بالتعاون مع خبراء فى مجال تصميم

الأجهـزة الالكترونية كما تضمنت التجربة الأساسية ضبط وتقنين القفاز والتعرف على صلاحية عمل الجهاز الالكتروني .

وقد قام الباحث فى يوم الاثنين الموافق ١٥/ ١/ ٢٠٠١م بعرض القفاز الإلكتروني علـى اللجـنة العلمـية الـتى تم ترشيحها من قبل الاتحاديين المصري والعربي للملاكمة بهدف تقييم استخدام القفاز الالكتروني .

المجال المكانى :-

قـام الباحث بتصميم وتنفيذ للقفاز الالكتروني موضوع البحث بالاشتراك مع احد مكاتـب تصميم الأجهزة الكترونية بمحافظة الغربية بعد توفير كافة الامكانات من الأدوات الخاصة بالبحث .

كمـا قام الباحث بإجراءات عرض القفاز لتقرير مدى صلاحية للقفاز الالكتروني أمام اللجنة العلمية فى مقر الاتحاد المصرى والعربى للملاكة بالقاهرة .

الأدوات والأجهزة المستخدمة فى البحث :-

١- دوائر إلكترونية متكاملة

٢- وحدات التشغيل .

٣- العنصر الحساس .

٤- شاشة عرض النتائج .

٥- شرائح معدنية مغلقة .

٦- سماعه .

٧- مكواة لحام .

٨- قصدير للحام

٩- بطاريات جافه .

١٠-أسلاك ووصلات .

١١-جلد طبيعى .

١٢-قفاز دولى للملاكمة .

١٣-أسفنج تبطين .

١٤-قفاز تدريب عادى للملاكمة .

الدراسات الاستطلاعية

قام الباحث باجراء دراستين استطلاعيتين وقد اختلف الهدف المقام من أجله كل دراسة كما يلى :-

١- الدراسة الاستطلاعية الأولى :-

قام الباحث باجراء دراسة استطلاعية قبل تقديم خطة البحث الخاصة بتسجيل درجةالدكتوراة وكان الهدف منها هو اجراء دراسة جدوى أولية لامكانية تصميم وتنفيذ القفاز وتحديد التصور المبدى للمبالغ المالية اللازمة للانفاق على القفاز وتنفيذ موضوع البحث .

٢- الدرسة الاستطلاعية الثانية :-

قام الباحث باجراء دراسة استطلاعية ثانية بعد تسجيل خطة البحث وكان الهدف هو محاولة اطلاع الباحث على الدراسات السابقة والمتشابهة والمرتبطة بتصميم الأجهزة فى مجال رياضة الملاكمة و فى الأنشطة الرياضية المختلفة . بالإضافة الى وضع تصور مبدئى عن شكل القفاز الالكترونى ومكوناته . وكذلك تحديد التقدير الفعلى للمبالغ المالية اللازمة للإنفاق على تنفيذ وتصميم القفاز الإلكترونى .

وتحقيقا لهذه الأهداف فقد قام الباحث بعمل مسح لدراسات (الماجستير والدكتوراه) فلم يجد الباحث فى حدود علمه أثناء البحث بالكمبيوتر

(COMPUTER SEARCH) فـــى قواعـــد المعلومـــات العالمـــية . عن معلومات لدراسات عربية أو أجنبية تناولت تصميم قفاز إلكتروني للتدريب فى رياضـــة الملاكمـــة . هـــذا بالإضافة الى دراسة البحوث العلمية المنشورة فى المؤتمرات و السجلات و الدوريات .

وقد قام الباحث بإجراء العديد من الزيارات للمؤسسات وشركات الإلكترونيات بمحافظة الغربية والقاهرة لمقابلة مهندسين متخصصين فى مجال الإلكترونيات بهـــدف الـــتعرف على المكونات الأساسية للقفاز من وحدات إلكترونية ودوائر إلكترونـــية متكاملة وشاشات العرض ووصلات و ما هى أفضل الأنواع ومدى توافرها بالأسواق وتحديد أسعارها لتقدير المبالغ اللازمة لإمكانية التنفيذ .

التجربة الأساسية

قام الباحث بتقسيم التجربة الأساسية الى مرحلتين كما يلى :-

المرحلة الأولى :

مرحلة تصميم واعداد وتنفيذ القفاز الالكترونى.

بـــدأت هـــذه المرحلة بمقابلة مجموعة من المهندسين المتخصصين فى مجال الالكترونيات بمحافظة الغربية .وقد قام الباحث بعرض الفكرة والغرض منها. وقـــد تـــم القيام بوضع الخطوط العريضة لتحديد خطوات العمل لتنفيذ التصور الـــذي وضـــعه الباحث لتصميم هذا القفاز الالكترونى وذلك من خلال خبرتهم العلمـــية والعلمـــية فى نوعية الأجزاء الخاصة بتكوين وتشغيل القفاز ووضع المواصفات الخاصة به .

المرحلة الثانية :-

ضبط وتقنين القفاز الالكتروني .

الهدف الأساسى من هذه المرحلة هو ضبط وتقنين القفاز الالكترونى المصمم ، والتعرف على مدى صلاحية عمل القفاز الالكترونى . وذلك من خلال استخدام القفاز فى التسديد على مجموعات مختلفة من الأدوات (اكياس لكم – كرات سرعه – وساند حائط ، .....) بهدف التعرف على معوقات عمل القفاز الإلكتروني واتخاذ كافة الإجراءات اللازمة الخاصة بضبطه وتقنينه . وقد تم إجراء العديد من التجارب على القفاز ،وذلك بكلية التربية الرياضية جامعة طنطا بوجود أحد السادة المشرفين على البحث .

وقد وضعت لهذه المرحلة الأهداف التالية :-

١- مدى مناسبة استخدام القفاز الالكترونى على أدوات اللكم المختلفة .
٢- التعرف على مدى سهولة أو صعوبة تشغيل وضبط القفاز بواسطة الملاكم.
٣- التعرف على الفترة الزمنية المستغرقة لضبط وتشغيل القفاز وكذلك الحصول على البيانات الصادرة من القفاز .
٤- التأكد من توافر عامل الأمن والسلامة للملاكم المستخدم للقفاز .
٥- التأكد من صحة البيانات التى يعطيها القفاز ومدى مطابقتها للكمات الصحيحة .

وقد قام الباحث بتقنين القفاز الالكترونى فى صورته النهائيه بكلية التربية الرياضية جامعة طنطا وذلك باتباع الاجراءات الأتية :-

١- قام الباحث باعداد وتجهيز مجموعة متنوعة من اكياس اللكم بأحد صالات المنازلات بكلية التربية الرياضية جامعة طنطا .
٢- تأكد الباحث من ضبط القفاز الإلكتروني لتسجيل الوظائف المطلوبة قبل استخدام للقفاز .

٣- تـأكد الباحـث مـن ارتداء القفاز بشكل صحيح وقدرته على بدء تشغيل القفاز.

٤- قـيام الباحث بأداء مجموعات متنوعة من اللكمات فى فترة زمنية محددة الـتى يمكـن أن ترتـبط بايقاع صوتى متنوع السرعة للقيام بأداء واجب حركى معين .

٥- تـأكد الباحث من قدرتة على خلع القفاز بعد انتهاء الفترة الزمنية المحددة للكم وكذلك التأكد من قيام القفاز الالكترونى بأداء وظائفه .

٦- تأكد الباحث من إنهاء عمل القفاز وفصـل التيار الكـهربى وغلقه .

وقد أظهرت فترة إجراء التجارب الاستطلاعية والأساسية ما يلى :-

- تسجيل القفاز الالكترونى للكمات المسددة بالمنطقة المحددة والمصرح فيها باللكم من القفاز والمتبوعة بثقل الجسم .

-عدم تسجيل القفاز الالكترونى للكمات المسددة بغير المنطقة المـصرح فيها باللكم من القفاز والغير متنوعة بثقل الجسم والخاطئة .

تقييم القفاز الالكترونى

بعد اتمام الإجراءات الخاصة بتصميم واعداد وتنفيذ وتقنين القفاز الالكترونى والتأكد من صلاحيته للاستخدام فى التدريب فى مجال الملاكمة . قام السادة المشرفين على البحث بالاستعانة بلجنة من الاتحاديين المصرى و العربى للملاكمة الهواه تتكون من مجموعة من الخبراء والمتخصصين في مجال رياضة الملاكمة لتقييم القفاز الالكترونى والإقرار بمدى صلاحية القفاز الالكترونى كأحد الادوات والأجهزة الفعالة فى عملية التدريب لرياضة الملاكمة .

وقد تضمنت لجنة تقييم القفاز الالكترونى من :-

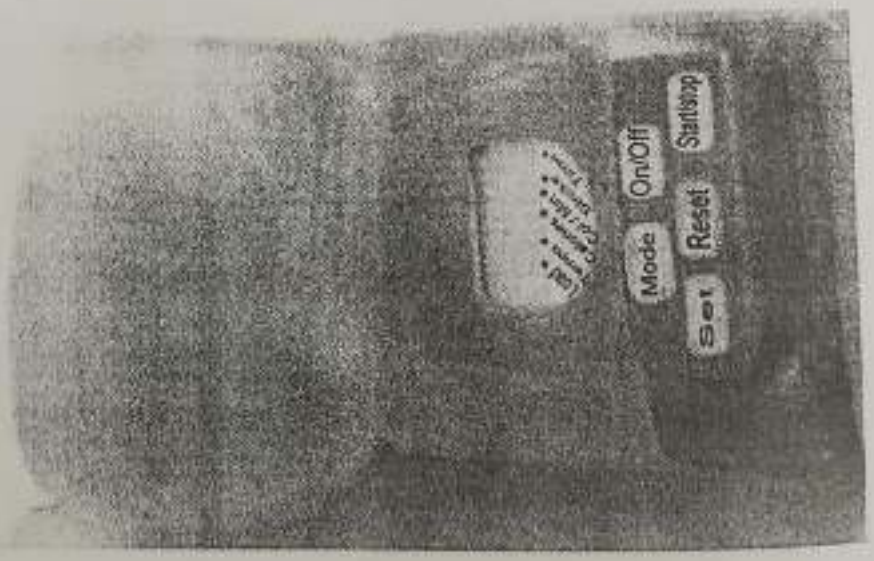
١- الاستاذ الدكتور / اسماعيل حامد عثمان
٢- اللواء / حمدى حافظ شومان
٣- العميد / حسين ابو الحمايد
٤- الاستاذ / محمد عبد المجيد الستارى
٥- الاستاذ / يحى بخيت
٦- الدكتور / ناجى اسماعيل حامد
٧- الاستاذ / سعد غنيم

وقد اقرت اللجنة بصلاحيته القفاز الالكترونى للتدريب فى مجال رياضة الملاكمة وذلك يوم الاثنين الموافق ١٥/ ١/ ٢٠٠١

سوف يتناول الباحث فى هذا الفصل عرض وتفسير النتائج التى توصل إليها تحقيقا لهدف البحث والذى يتضمن التالى :-

* تصميم القفاز الالكترونى للتدريب فى رياضة الملاكمة *

وقد قام الباحث بتصميم القفاز الالكترونى شكل (٩) لتسجيل عدد اللكمات الصحيحة المسددة وتحديد الفترة الزمنية التى تم فيها تسديد اللكمات و إصدار اشارات صوتية لتوضيح انتهاء الفترة الزمنية المطلوبة فى التدريب كما يقوم القفاز الالكترونى بإصدار إيقاع صوتى متعدد السرعات هذا بالإضافة الى قدرة القفاز الالكترونى على حساب متوسط عدد السعرات الحرارية المفقودة أثناء العملية التدريبية.



شكل (٩)

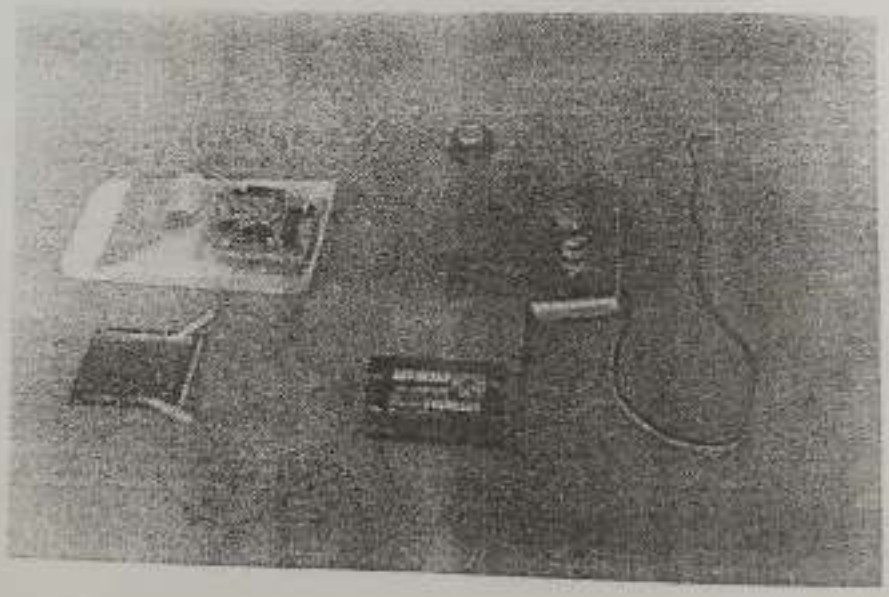
صور للقفاز الاكترونى

وفيما يلى سوف يتناول الباحث عرض وتفسير لجميع أجزاء القفاز الاكترونى من خلال :-

أولا : عرض وتفسير لجميع أجزاء القفاز الاكترونى .
ثانيا : خطوات تشغيل واستخدام القفاز الاكترونى .

أولا : عرض وتفسير لجميع أجزاء القفاز الاكترونى :-

يتكون القفاز الاكترونى من مجموعة من العناصر والقطع الإلكترونية وبعض المكونات الأخرى شكل (١٠) التى تشكل فى مضمونها الشكل العام للقفاز الاكترونى لتحقيق أهداف معينة .



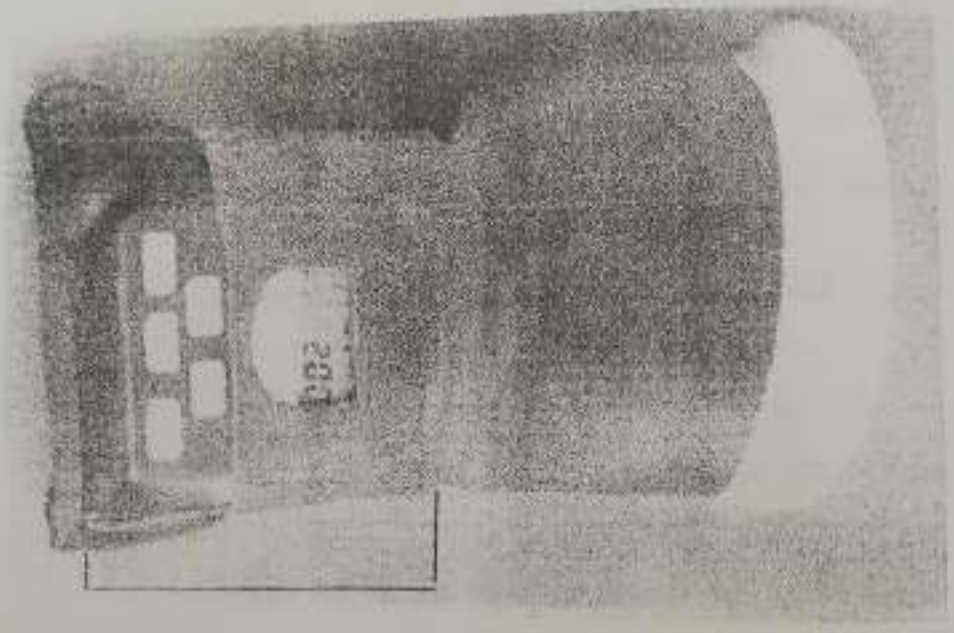
شكل (١٠)

المكونات الأساسية للقفاز الاكترونى

مكونات القفاز الاكترونى :-

١ - وحدة المعالجةالرئيسية(CPU) Central Processing Unit:

قـام الباحـث بتصميم وحدة المعالجة الرئيسية شكل (١١) بحيث تحتوى على معظم الأجزاء الدقيقة للقفاز الاكترونى .



شكل (١١)

صورة لموضح وحدة المعالجة الرئيسية بالقفاز

وقد تم تصميم وحدة المعالجة الرئيسية بحيث تحتوى على الأجزاء الآتية : -

أ-لوحة مطبوعة (الشاسية) :

وهـى عـبارة عن لوح من الفيبر المعالج كيميائيا مغطى بطبقة رقيقة من النحاس ويتم طبع نموذج التوصيلات على النحاس تبعا للشكل المطلوب .

هذا بالإضافة الى :-

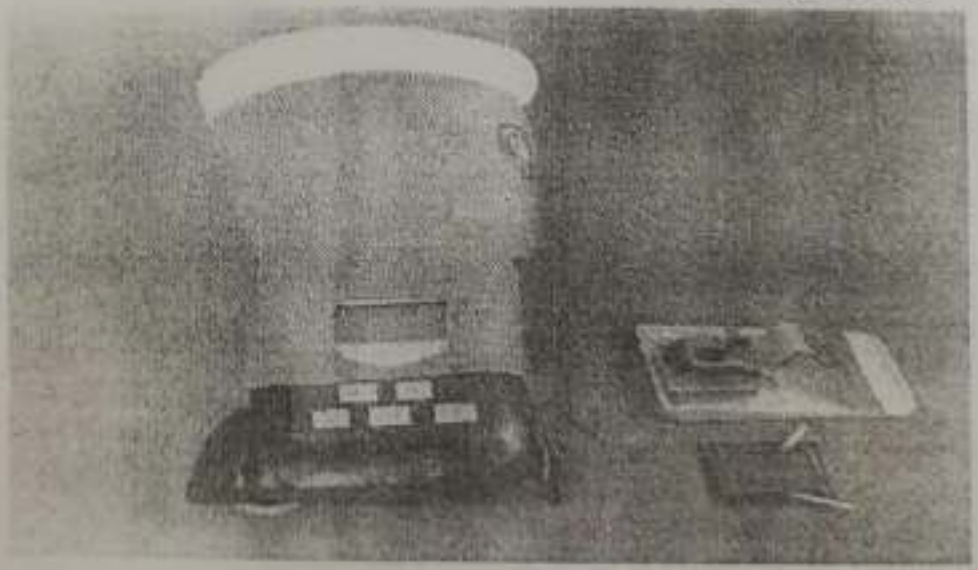
- ترانزستور .
- مقاومات.
- مكثفات .
- ثيرستور .

٢- شاشة العرض

(لوحه عرض البلورات السائلة(Liqued Crystal Display(LCD) :

وتستخدم شاشة العرض LCD شكل (١٢) فى عرض أو إظهار الأرقام التى تم تحديدها للتدريب عليها وكذلك إظهار الأرقام التى تم تسجيلها أثناء التدريب والتى يتم التعرف منها على مستوى المالكم .

وشاشة العرض عبارة عن شريحتين من الزجاج يوضعان بالقرب الشديد من بعضهما حيث توضع بينهما سائل وهذا السائل يصبح شفافا أو قاتما طبقا لقيمة وشدة التيار الواقع عليها .



شكل (١٢)

شكل يوضح كل من الدائرة الإلكترونية المتكاملة

وشاشة العرض LCD

٢- مفاتيح التشغيل (Key Board) :

وتستخدم مفاتيح القفاز الالكترونى شكل(١٣) فى تشغيل وحدات القفاز حيث تتيح تلك المفاتيح استخدام عدة تطبيقات على القفاز الالكترونى تتمثل فى عرض المعلومات التى تنتج عن استخدام القفاز على شاشة عرض من النوع السائل و تشمل تلك التطبيقات عدد الضربات المسددة ، الفترة الزمنية، وتحديد رقم التدريب وكذلك السعرات الحرارية المفقودة .

وتشمل مفاتيح التشغيل على:-

أ- مفتاح (On / Off).

يستخدم هذا المفتاح (On / Off) فى تشغيل القفاز وايقافة وعند الضغط على المفتاح يقوم القفاز بإصدار نغمة صوتية . كما يتم ظهور كل الرموز المستخدمة على شاشة العرض .

ب- مفتاح (Mode) .

بعد تشغيل القفاز الالكترونى فان المفتاح(Mode) سوف يسمح لنا بالتنقل خلال الوظائف واختيار المطلوب منها(Time,Strokes,Calo,Tempo) وذلك من خلال حركة رأس السهم (٧) على التتابع من اليمين الى اليسار اسفل شاشة العرض . ويلاحظ عند الضغط على المفتاح MODE لتنقل بين الوظائف يتم إصدار نغمة صوتية عند كل ضغطة .

ج- مفتاح (Stop /Start).

بعد تشغيل القفاز الالكترونى وتم الضغط على هذا المفتاح فان القفاز الالكترونى سوف يصدر نغمة صوتية ويبدا القفاز الالكترونى بعد ذلك بعد اللكمات وتحديد الزمن وحساب متوسط عدد السعرات الحرارية . وعند الضغط على هذا المفتاح

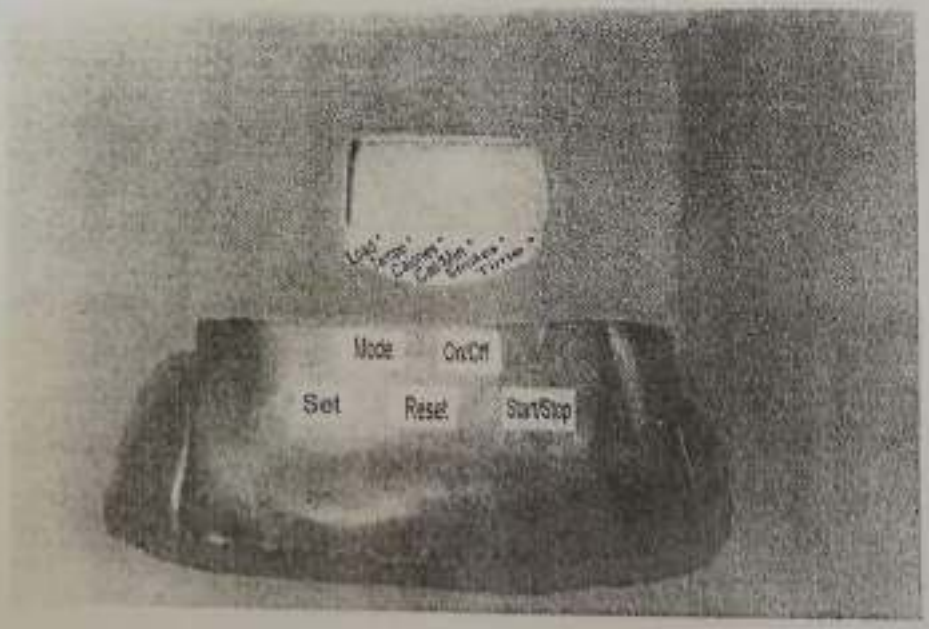
مرة أخرى فان قيمة المتغير الذى يقيسه القفاز الالكترونى سوف تعرض . ويقف القفاز عند هذه النحطة . إما باقى المتغيرات الأخرى سوف تخزن فى وحدة الذاكرة .

د- مفتاح (Reset) .

و يستخدم هذا المفتاح فى تصفير الشاشة فى أحد وظائفها أو جميعها . وبعد الضغط على مفتاح (Reset) للقيم التى تم تسجيلها تعود الى الصفر ماعدا (Load) فيظل "١" . وسوف يحول القفاز آليا الى وضع (Stop) .

هـ- مفتاح (Set) .

يستخدم مفتاح (Set) فى عملية التحديد أو الضبط المسبق لمستوى التطبيق الوظيفة المختارة من على شاشة القفاز الالكترونى (عدد الضربات و الزمن الذى تم فيه التسديد و رتم أو نغمة التدريب) إلا أنة يجب أن يراعى أن تكون شاشة العرض فى وضع (Stop) عند ضبط أو تحديد هذه القيم .

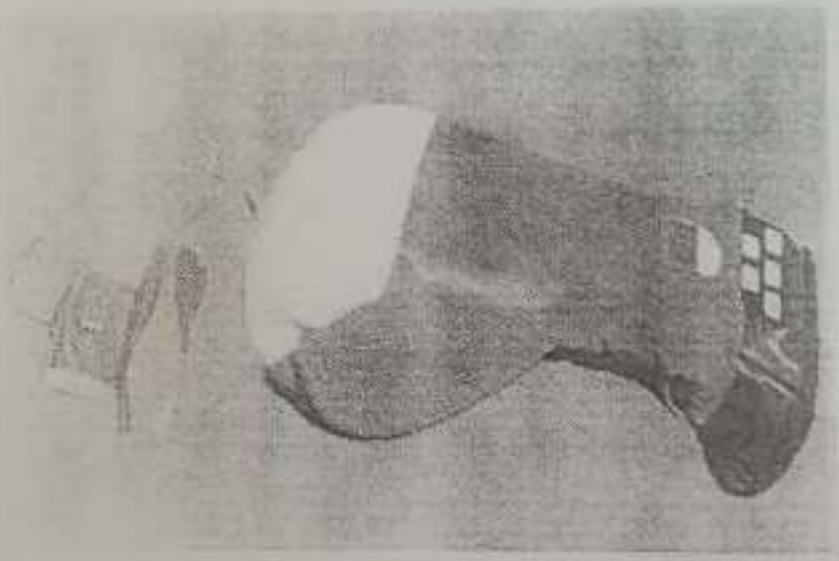


شكل (١٣)

شكل يوضح مفاتيح التشغيل بالقفاز الالكترونى

٤-العنصر الحساس (ناقل الإشارة) Sensor :

وهو عبارة عن عنصر حساس كربوني يستخدم لنقل الإشارة أو الشحنات الكهربية الناتجة عن تسديد اللكمات الصحيحة للملاكم ونقلها الى وحدة المعالجة الرئيسية للقيام بالمهام والوظائف المكلفة بها ويوجد العنصر الحساس (Sensor) في مقدمة القفاز شكل (١٤) ويحدد مكانة بالمنطقة البيضاء بالقفاز أي المنطقة المحددة باللكم في القفاز.



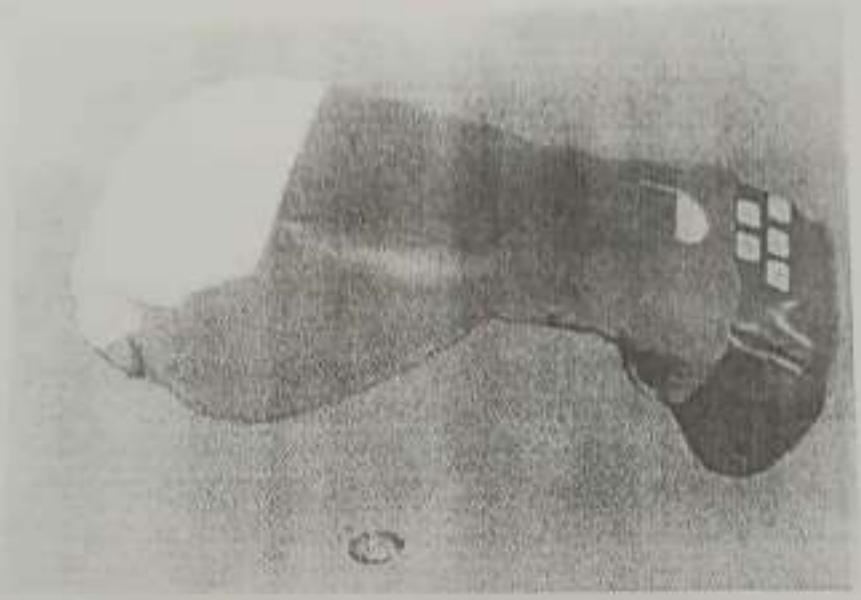
شكل (١٤)

صورة توضح شكل ناقل الإشارة وموضعه في القفاز الالكتروني

٥-السماعة Speaker :

و تستخدم سماعه Speaker شكل(١٥) في إصدار إشارات صوتية بعد كل فتره زمنية تم تحديدها. مشيرة الى انتهاء الفترة المطلوبة في التدريب و توجد السماعة في الجهة الداخلية من القفاز الإلكتروني أعلى المعصم بحيث تكون

السماعة في وضع الاستعداد للملاكم في اقرب مكان للأذن هذا الى جانب إصدار إيقاع صوتي حاد متنوع الشرعات حسب الإيقاع المطلوب.

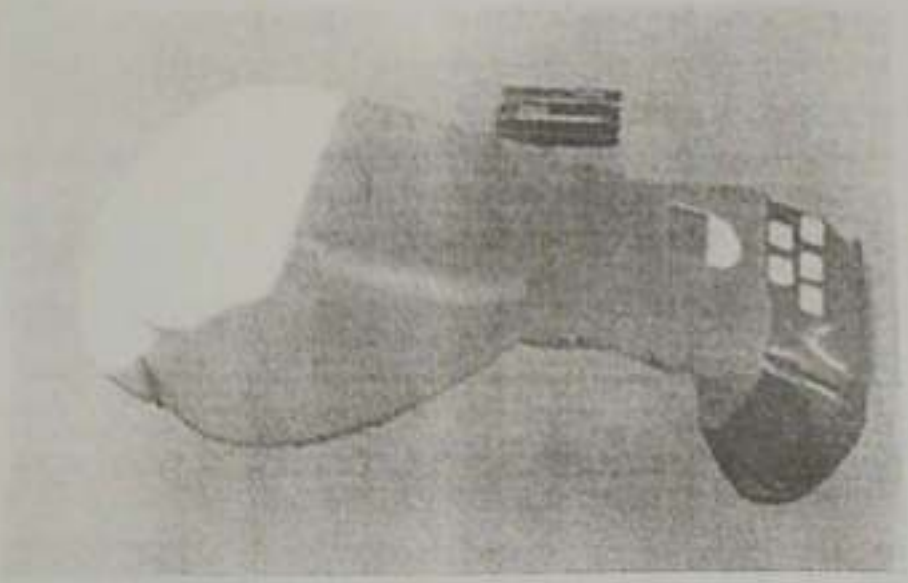


شكل (١٥)

صورة توضح شكل السماعة وموضعها بالقفاز

٦- بطاريات جافة:

يستخدم القفاز الالكتروني البطاريات الجافة صغيرة الحجم قيمة ١,٥ فولت للبطارية كمصدر لتيار الكهربي المستمر(الثابت) اللازم لتشغيل القفاز الالكتروني وقيامة بأداء الوظائف المطلوبة ويتحدد عدد البطاريات الجافة شكل (١٦) المستخدمة في تزويد القفاز الالكتروني بمصدر للتيار الكهربي بعدد ٢٠ بطارية ويوجد جراب خاص داخل القفز الالكتروني من الجهة الخارجية أعلى القفاز .



شكل (١٦)

صورة توضح شكل البطارية وموضعها فى القفاز الالكترونى

٧- أسلاك ووصلات :

وقد تم استخدام أنواع خاصة من رقائق النحاس اللازم لعمل اللوحة المطبوعة أو الشاسية . كما تم استخدام أسلاك لتوصيل التيار الكهربى من البطاريات الى مفاتيح التشغيل وكذلك الى ناقل الإشارة Sensor فى مقدمة القفاز كما تم استخدام الأسلاك فى توصيل الشحنات الكهربية الصادرة من الدائرة الإلكترونية المتكاملة إلى سماعة القفاز الالكترونى هذا بالإضافة الى استخدام القصدير فى لحام تلك الوصلات .

٨-شرائح الفلين :

وقد تم استخدام شرائح من الفلين وذلك لتبطين وتغليف ناقل الإشارة والذى يوجد فى مقدمة القفاز الالكترونى اسفل المنطقة المصرح فيها باللكم وذلك لسلامه الجزء الخارجى والداخلى من القفاز الالكترونى وكذلك سلامة يد الملاكم الذى يقوم بتسديد تلك اللكمات كما يتم استخدام شرائح الفلين فى تبطين وتغطية المناطق الإلكترونية الدقيقة الموجودة فى القفاز .

٩- قفاز دولى للملاكم .

١٠- جلد طبيعى .

١١- اسفنج تبطين .

١٢- ملصقات بلاستيكية (استيكارات) .

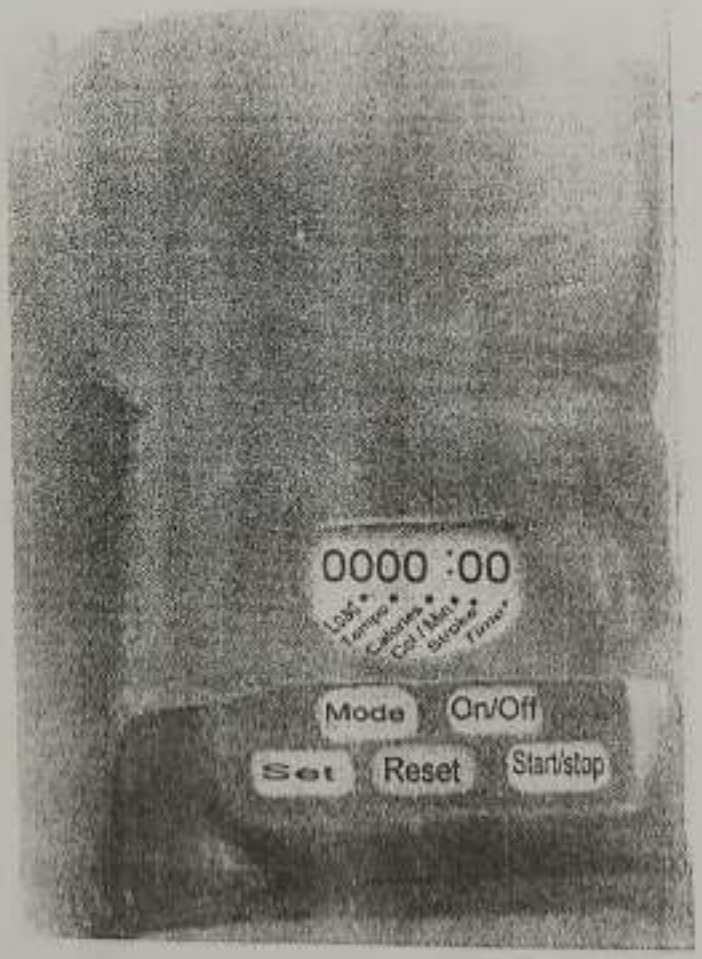
ثانيا: خطوات تشغيل واستخدام القفاز الالكتروني :-

تعتبر مرحلة تشغيل واستخدام القفاز الالكترونى هى المرحلة الأساسية التى يمكن من خلالها التأكد من قيام البحث الحالى بتحقيق الأهداف التى تم إجرائة من أجلها .

وفيما يلى عرض لكيفية تشغيل وضبط مفاتيح القفاز الالكترونى للقيام بالوظائف المختارة للتدريب عليها وتتمثل تلك الخطوات فى :-

١- يـتم الضـغط علـى مفتاح (On / Off) لتشغيل القفاز الالكتروني فتتم إضـاءة الشاشـة LCD وظهـور كل الرموز الموجودة ويستمر ذلك لمدة ثلاث ثوانى و ينتهى بتصفير الشاشة وظهور كلمة (Stop) شكل (١٧) .

٢-عن طريق الضغط على المفتاح (Mode) يتم اختيار الوظيفة المطلوبة وذلك عن طريق السهم الذى يعتبر بمثابة مؤشر للوظيفة المختارة والذى يتحرك بمجرد الضـغط علـى المفـتاح (Mode) وذلـك مـن جهـة اليمين الى جهة اليسار مارا بجميع وظائف القفاز الإلكتروني .



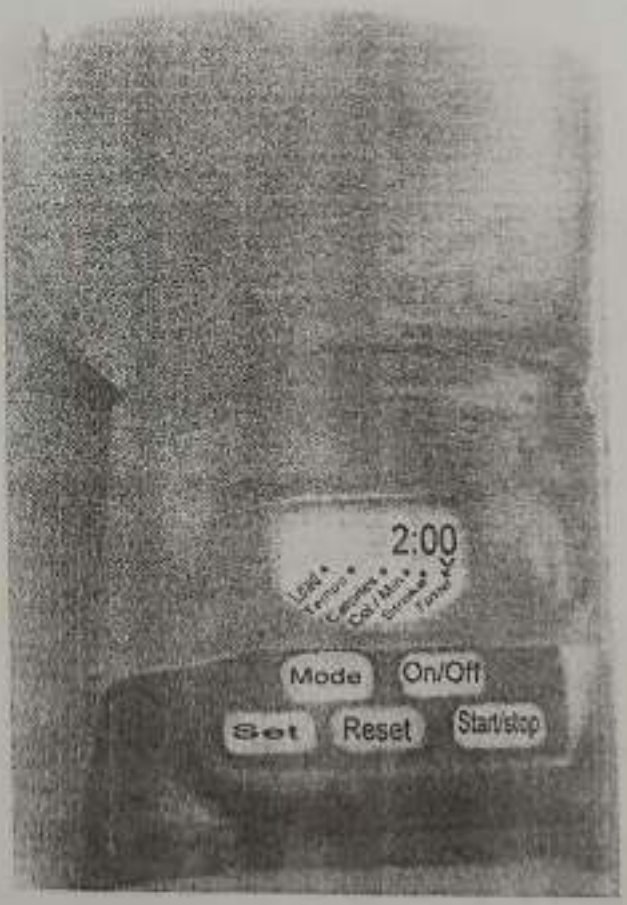
شكل (١٧)

شكل يوضح صورة الشاشة عقب الضغط على المفتاح On \Off

وفيما يلي سوف يقوم الباحث بعرض وظائف القفاز الالكترونى وكيفية ضبطها واستخدامها وهى كالتالى :-

أولا: وظيفة ضبط زمن القفاز الإلكتروني (Time).

١- بعد الضغط على المفتاح(On \Off) ، يتم الضغط على المفتاح (Mode) حتى يصل المؤشر أو السهم على الشاشة إلى وضع (Time) شكل (١٨) مع التأكد أن وظائف القفاز الإلكتروني متوقفة (Stop) ويظهر ذلك على الشاشة .



شكل (١٨)

شكل يوضح اختيار المؤشر للوظيفة Time وتحديد الفترة المطلوبة للتدريب .

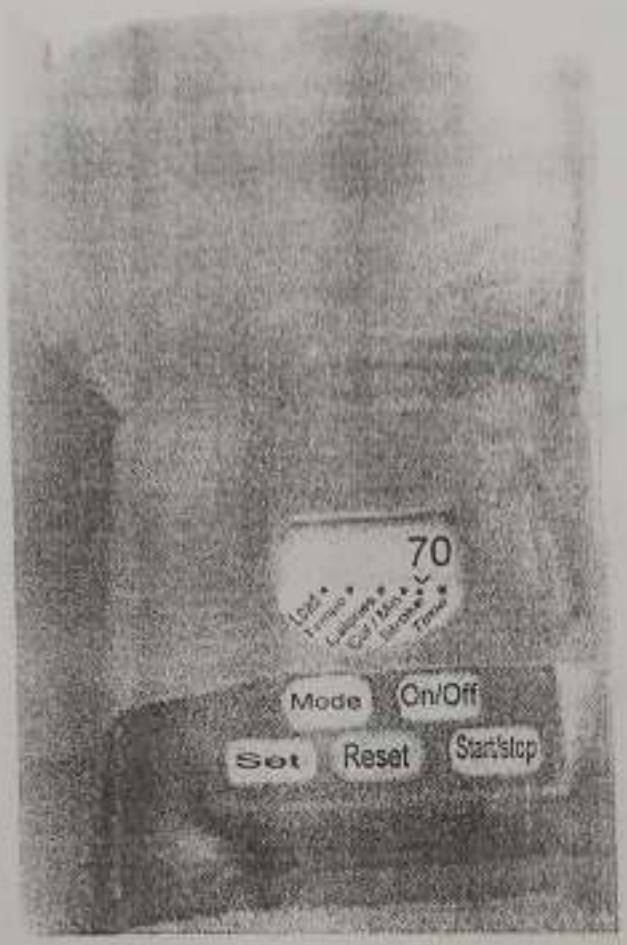
٢- يتم الضغط على المفتاح (Set) لكى يتم تحديد الزمن حيث أن كل ضغطة على المفتاح (Set) تقدم الزمن دقيقة وعند استمرار الضغط على المفتاح(Set) دون رفع الأصبع يظل عداد الدقائق يتزايد بسرعة شديدة حتى يتم الوصول الى الزمن المرغوب ويظهر ذلك بوضوح على النافذة أو شاشة القفاز الالكترونى ويتحدد المدى الزمنى الذى يستطيع القفاز الالكترونى استيعابه والعمل به من (١-٩٩) دقيقة فقط .

٣- وعند الضغط على المفتاح (Start/Stop) يبدأ القفاز الالكترونى فى العمل (Start) وتتلاشى كلمة (Stop) من على الشاشة وعندئذ سوف يبدأ القفاز الالكترونى فى العد التنازلى للثوانى من القيمة الزمنية التى تم تحديدها مسبقا بمفتاح(Set) ويظهر ذلك أيضا على شاشة العرض أو النافذة LCD وعند انتهاء الفترة الزمنية المحددة للتدريب ووصولها الى صفر يبدأ القفاز الالكترونى فى إصدار نغمة أو إشارات صوتية متقطعة من النوع الحاد دلالة على انتهاء الفترة الزمنية المحددة للتدريب.

٤- فى حالة عدم تحديد الوقت مسبقا فى بداية التمرين فان القفاز الالكترونى سوف يقوم بعد الزمن المستغرق فى التدريب تصاعديا بالثوانى وسوف يظهر الزمن عند الضغط على مفتاح(Start/Stop)

ثانيا : وظيفة تسجيل عدد اللكمات التى تم تسديدها باستخدام القفاز الالكترونى (الضربات Strokes) .

١- بعد الضغط علىالمفتاح (On/Off) يتم الضغط على المفتاح (Mode) حتى يصل رأس السهم على الشاشة أو نافذة العرض LCD الى وضع أو وظيفة الضربات(Strokes) شكل (١٩) وفى هذه الحالة يجب التأكد أن وظائف القفاز الالكترونى متوقفة فى وضع (Stop) والتى تظهر على شاشة العرض .



شكل (١٩)

شكل يوضح اختيار الوظيفة Strokes وعدد الضربات التي تم تحديدها للتدريب.

٢-وعند الضغط على المفتاح (Set) يتم ضبط أو تحديد عدد الكمات المراد أداءها وعند الضغط على مفتاح (Set) فان مقدار الزيادة في كل ضغطة تمثل ١٠ ضربات أي (١٠ ، ٢٠ ، ٣٠ .....). وعند استمرار الضغط على المفتاح (Set) يتم زيادة عدد الضربات بمعدل سريع . ويتحدد عدد الضربات التي يقوم

القفاز الالكترونى بتحديدها من ١٠ ضربات الى ٩٩٩٠ ضربة . وعند تحديد عدد الضربات يظهر رمز ((((( ) على نافذة العرض .

٣- وعند الضغط على المفتاح (Start/Stop) شكل (١٩) سوف يبدأ القفاز الالكترونى فى العد التنازلى لعدد الضربات التى تم تحديدها مسبقا لأدائها وسوف يتم عد الضربات ضربة ضربة وسوف يظهر هذا على شاشة القفاز . وعندما يصل عدد اللكمات التى تم تحديدها الى صفر يبدأ القفاز فى إصدار إشارات صوتية حادة متقطعة (Tone) مشيرة الى انتهاء التمرين

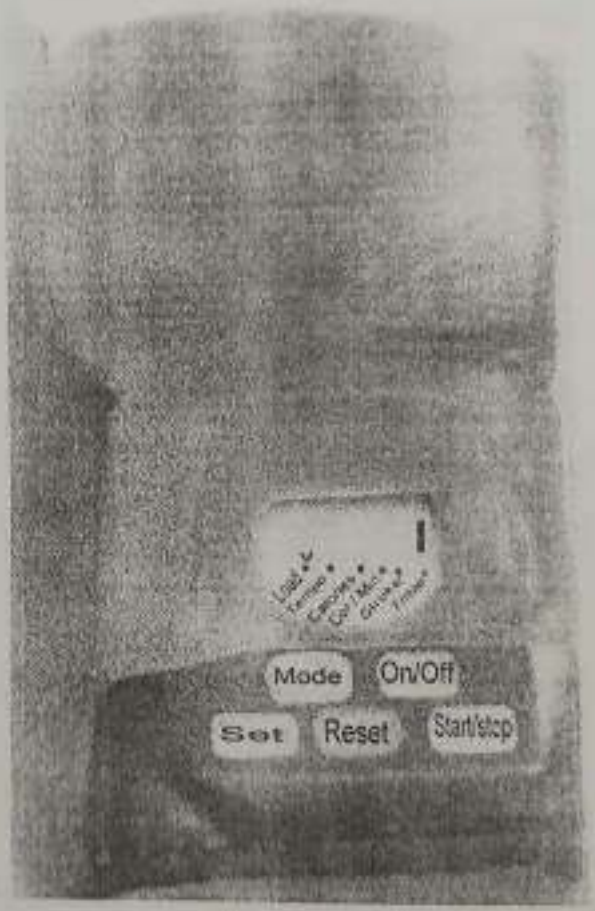
٤- فى حالة عدم الضبط المسبق لتحديد عدد اللكمات المراد أداءها فان القفاز الالكترونى سوف يبدأ بالعد تصاعديا كل ضربة بعدة واحدة فقط أى(١ ٢ ٣ .....) و بمجرد الضغط على المفتاح(Start/Stop) يبدأ القفاز الالكترونى فى عد اللكمات المسددة وفى نفس الوقت يقوم القفاز الالكترونى بحساب الفترة الزمنية المستغرقة فى عملية تسديد تلك اللكمات .

مستوى حساسية القفاز الالكترونى فى احتساب اللكمات المسددة :-
Load (Resistance Level)

وهو يعنى مدى حساسية القفاز الالكترونى لقوة اللكمة التى يتم تسجيلها أو مقدار اللكمة المؤثرة التى يقوم القفاز الالكترونى بحسابها وقد تم تحديدها بالمستوى" ١ " فى خانة أو موضع Load) شكل (٢٠) أوالى تظهر على شاشة القفاز الالكترونى . وقد تم اختيار المستوى الأول " ١ " على اعتبار انه أضعف المستويات المستخدمة لحساب اللكمات المسددة .

وفى حالة تسديد لكمة ضعيفة أقل من مستوى أو مقدار واحد " ١ " فإنها لا تحتسب ويتم ضبط حساسية القفاز الالكترونى كالآتي :-

- بعد الضغط على المفتاح(On / Off) لتشغيل القفاز الإلكتروني والضغط على المفتاح (Mode) وتحرك السهم اسفل الشاشة حتى يصل إلى الموضع (Load) عند الضغط على المفتاح (Set) مرة واحدة فقط فيصبح مقدار الحمل Load) أو حساسية القفاز الإلكتروني = (١) .



شكل (٢٠)

شكل يوضح مستوى حساسية القفاز الالكتروني للكمات التى يقوم بحسابها

-عند الضغط بعد ذلك على المفتاح (Start/Stop) يبدأ القفاز الإلكتروني في هذه الحالة في حساب عدد اللكمات وأداء الوظائف الأخرى المكلف بها .

وفـــى ضـــوء تحليل العينة لهذه الدراسات ، استفاد منها الباحث فى الاكتفاء باستخدام لجنة من قبل الاتحاد لتقييم الجهاز المصمم دون الحاجة الى عينة.

من حيث ضبط وتقنين الجهاز :-

اتفقت دراسة كل من جمال الدين مراد (١٩٩٣) وعبد المحسن جمال الدين (١٩٩٣) فـــى استخدامهما للصدق الظاهرى وكذلك الصدق التجريبى لحساب معامل الصدق واختبار اعادة الاختبار لحساب معامل الثبات .

بينما اختلفت معهم دراسة عمرو الشنيحى (١٩٩٧) ومحمد أحمد السيد (٢٠٠٠) وعصـــر عـــبد الفـــتاح (٢٠٠٠) حيث أنهم لم يتطرقوا لاستخدام أى معاملات احصائية لضبط وتقنين الجهاز .

كمـــا اختلفـــت أيضـــا دراسة عبد العزيز غنيم (١٩٩٠) ودراسة عبد الباسط الجمـــيل (١٩٩٣) ودراســـة محى الدين عابد (١٩٩٦) فى طبيعة المعاملات الاحصائية المستخدمة لمعالجة موضوع البحث .

وبتحليل هذه الدراسات قد استفاد الباحث من كيفية طرق ضبط وتقنين الجهاز .

من حيث أهم النتائج :-

أشهـــرت كل من نتائج دراسة جمال الدين مراد و دراسة عبد المحسن جمال الدين (١٩٩٣) و دراسة عمرو الشنيحى (١٩٩٧) و دراسة أحمد محمد السيد (٢٠٠٠) و دراســـة عصـــر عبد الفتاح (٢٠٠٠) التأكد من صلاحية الأجهزة المصممة للاستخدام كل فى مجاله ، وكذلك قلة التكاليف المادية فيها .

أما فى دراسة عبد العزيز غنيم (١٩٩٠) ودراسة عبد الباسط الجميل (١٩٩٣) ودراسة محى الدين عابد (١٩٩٦) كان أهم النتائج التى تم التوصل اليها كل منهم كالآتى :-

١-زيادة عدد الكمات في منطقة الرأس وقلة تسديدها في منطقة الجذع والـــه من خلال برامج تدريبه مقدمه كان هناك تحسن فى مستوى الأداء ، وكانـــت أهـــم الصفات البدنية الخاصة فى ضوء استخدام الحاســـب الآلـــى هـــى سرعة رد الفعل ، السرعة الحركية والقوة

ثانيا: التوصيات:-

من خلال استعراض النتائج والاستخلاصات السابقه يمكن للباحث ان يوصى بالآتي:-

١- ضرورة تعميم استخدام القفاز الالكترونى للتدريب فى جميع المناطق التابعة للاتحاد المصرى للملاكمة للهواة. وكذلك اتحاد اللعبات الاخرى التى تعتمد على الذراعين فى النزال.

٢- ضرورة تدريب الملاكمين على استخدام القفاز الالكترونى فى العملية التدريب فى ظل استخدام الأجهزة الالكترونية الحديدة فى التحكيم.

٣- ضرورة تدريب المدربين على كيفية تشغيل واستخدام القفاز الالكترونى المصمم فى عملية التدريب.

٤- ضرورة تبنى الاتحاد المصرى للملاكمة للهواة فكرة تعميم القفاز الالكترونى عالميا تمشيا مع استخدام أحدث الأساليب العلمية الحديثه فى تدريب الملاكمة.

٥- ضرورة استكمال بحوث الملاكمة لتطوير القفاز الالكترونى بحيث تشتمل على قياس قوة اللكمات وكذلك التعرف على سرعة اللكمة أثناء التسديد، والتى لم يستطع البحث الحالى من إجراءها لارتفاع التكاليف المادية لمثل هذه البحوث.

٦- ضرورة تعديل البحث الحالى لإمكانية استخدامه فى مجال تحكيم الملاكمة بما يعرف (بنظام التحكيم اللحظى الآلى) بما يصل بالتحكيم الى الموضوعية التامة.

أولا : المراجـــع العربية

١-إبراهيم علام . موسوعة الملاكمة العالمية،الدار اليومية للطباعة والنشر،القاهرة ، ١٩٦٦ م .

٢- أحمد أمين محمد . برنامج تدريبى فى الملاكمة لمواجهه استخدام الحاسب الآلي فى التحكيم، رسالة دكتوراة غير منشورة، كلية التربيةالرياضية، جامعة الزقازيق ،١٩٩٥ م.

٣- أحمد عبد الجواد وآخرون . الإلكترونـــيات والقـــياس، مركز نور الإيمان للطباعة، المحلة الكبرى، ١٩٨٨م .

٤- أحمد محمد على السيد . جهـــاز الكترونى لتسجيل المحاولات الفاشلة فى مســـابقات الوثـــب فـــى العـــاب القوى، رسالة ماجستيرغيرمنشـــورة، كلـــية التربية الرياضية، جامعة طنطا،٢٠٠٠م .

٥- إسماعيل حامد وآخرون تعلـــيم وتدريـــب الملاكمة، دار السعادة للطباعة القاهرة، ١٩٩٧ م .

٦- إسماعيل حامد . القـــانون والتحكـــيم بالكمبيوتر فى الملاكمة، دار السعادة للطباعه، القاهرة، ١٩٩٧ م.

٧- _____ الاتحـــاد المصرى للملاكمة للهواة، دار السعادة للطباعة ، ط٣ ، القاهرة، ١٩٩٦م.

٨- _____ القـــانون والتحكـــيم والتنظيم فى الملاكمة عالميا ومحليا ، مطبعة المليجى، الجيزة، ١٩٩٣ م.

٩- _____ دليل الاتحاد. التشكيل.اللجان . اللوائح. الابطال. الاتحادالمصرى للملاكمةللهواة،١٩٨٨-١٩٩٢م.

١٠- السعيد ندا و محمد الكيلانى. علم الملاكمة، دار الفكر العربى، القاهرة،١٩٧٠