

تحمل قوة الأداء للذراع المسلحة وعلاقته بالأداء الهجومي والدفاعي لدى لاعبي سلاح سيف

المبارزة الشباب

براء وسام خليل، أ.م. د. إشراق غالب عوده

2:1 العراق.

*الايمل: baraa.wessam2404m@copew.uobaghdad.edu.iq

تاريخ نشر: 2026/08/25

تاريخ استلام: 2026/06/15

المخلص

يهدف البحث إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين تحمل قوة الأداء للذراع المسلحة ومستوى الأداء الهجومي والدفاعي لدى لاعبي سلاح سيف المبارزة الشباب. استخدمت الباحثة المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية لملاءمته طبيعة البحث، وتم اختيار عينة البحث عمديا وبلغ عددهم (12) لاعباً من المنتخب الوطني العراقي للشباب استخدمت الباحثة اختبار بدني لقياس تحمل قوة الأداء للذراع المسلحة فضلاً عن استمارة تحليل الأداء الهجومي والدفاعي وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباط إيجابية ذات دلالة إحصائية بين تحمل قوة الأداء للذراع المسلحة والأداء الهجومي والأداء الدفاعي. وأوصت الباحثة بضرورة الاهتمام بتنمية تحمل القوة ضمن البرامج التدريبية الخاصة بلاعبي المبارزة الشباب.

الكلمات المفتاحية:

تحمل القوة، الذراع المسلحة، الأداء الهجومي، الأداء الدفاعي، سلاح سيف المبارزة.



Endurance of Strength Performance of the Weapon Arm and Its Relationship with Offensive and Defensive Performance among Youth Épée Fencers

Baraa Wissam Khalil, Asst. Prof. Dr. Ishraq Ghalib Ouda

^{1,2} Iraq.

*Corresponding author: baraa.wessam2404m@copew.uobaghdad.edu.iq

Received: 15-06-2026

Publication: 25-08-2026

Abstract

This study aims to examine the relationship between the endurance of arm strength performance and the offensive and defensive performance levels among young sabre fencing athletes. The researcher utilized a descriptive approach with a correlational design, which was deemed appropriate for the nature of the study. A purposive sample of 12 players from the Iraqi national youth fencing team was selected. A physical test was employed to assess arm strength endurance, along with a performance analysis form to evaluate both offensive and defensive performance. The findings revealed a statistically significant positive correlation between arm strength endurance and both offensive and defensive performance. Based on these results, the researcher recommended focusing on enhancing strength endurance in the training programs for young fencers.

Keywords:

Strength endurance, arm strength, offensive performance, defensive performance, Sabre fencing .



مقدمة البحث وأهميته:

تعد رياضة المبارزة من الرياضات الفردية التي حققت انتشاراً واسعاً واتساعاً كبيراً لقاعدتها في أغلب بلدان العالم، لاسيما في السنوات الأخيرة بفضل الدراسات والأبحاث التي تناولت جوانبها المختلفة بهدف الوصول إلى أفضل مستوى للاعبين في أداء مختلف مهاراتها الفنية والحركية والمهارية والخطية. (إذا تعد لعبة المبارزة من أقدم الألعاب المعروفة حيث يستخدم سلاح المبارزة بأسلوب وطرق مختلفة من خلال الدفاع والهجوم بين اللاعبين ويبدل كل منهم الكثير من الجهود ليسجل اللمسات في المناطق الهدف الخاصة حسب نوع السلاح وتحت القوانين المتفق عليها بالوقت المحدد) (Abbas and Ghaleb, 2022, p.47) وسلاح سيف المبارزة (Épée) هو أحد الأسلحة الثلاثة المعتمدة في رياضة المبارزة، إلى جانب سلاح الشيش (Foil) وسلاح السيف العربي (Sabre). يتميز هذا السلاح بكونه الأكبر حجماً والأثقل وزناً مقارنةً بباقي الأسلحة، ويعتمد بشكل رئيسي على الطعن كنمط وحيد للإصابة. وتعد القدرات البدنية من العناصر الأساسية التي تؤثر في الأداء المهارى للمبارزين، (حيث تحتاج رياضة المبارزة إلى قدرات حركية وتوافقية عالية، وأن هذه القدرات يجب أن تكون مترابطة مع بعضها البعض تحت أطار واحد لخدمة الأداء المهارى السريع والدقيق لحسم المنافسة). (مالح، وآخرون. ٢٠١٦. ٤٣)، والتحمل بالنسبة للاعب المبارزة من أهم القدرات البدنية التي يحتاجها فهو يحتاج إلى تحمل قوة الأداء للذراع المسلحة خلال وقت المباراة وهو القدرة على الحفاظ على مستوى ثابت من القوة والانقباضات السريعة والمتكررة أثناء أداء الحركات الهجومية (كالطعنات، الضربات) والدفاعية (الصد) دون انخفاض ملحوظ في الفعالية أو الدقة أو زمن الاستجابة. وتحمل القوة في المبارزة يعني قدرة المبارز على مواجهة مختلف المقاومات التي تواجهه خلال المنافسة والتدريب بنفس الكفاءة (البدنية، المهارية) ونجاح المبارز لا يتحقق بمجرد التفوق في أحد الجانبين، بل في قدرة اللاعب على الدمج الذكي بين الهجوم والدفاع وفقاً لمعطيات الموقف اللحظي داخل ساحة النزال. فالمبارز المتميز هو من يمتلك مهارة "التحول الديناميكي" من الدفاع إلى الهجوم، ومن الهجوم إلى الدفاع، دون فقدان الاتزان أو الإيقاع الزمني، مما يعكس مستوى عالياً من التحكم العصبي العضلي والوعي الميداني.

مشكلة البحث:

من خلال اطلاع على ما أتيج للباحثة من دراسات سابقة والاطلاع على شبكة المعلومات الدولية (الانترنت) ومن خلال اهتمام الباحثة برياضة المبارزة لكونها إحدى المتابعات والمهتمات بهذه الرياضة والالتقاء مع ذوي الخبرة والاختصاص في مجال رياضة المبارزة لاحظت الباحثة ضرورة وأهمية تحمل الأداء في حسم نتيجة المباراة وفي الوحدات التدريبية وخاصة في سلاح سيف المبارزة



نظرا لانه من اثقل أنواع الأسلحة في رياضة المبارزة الذي بدوره ينعكس على الأداء الهجومي والدفاعي لذلك ارتأيت الباحثة معرفة العلاقة بين تحمل الأداء للذراع المسلحة وبين الأداء الهجومي والدفاعي لحسم نتيجة المباراة مع اللاعب ، ومن هنا برزت الحاجة إلى دراسة علمية توضح طبيعة هذه العلاقة.

ومن هنا تطرح الباحثة تساؤل:

1- هل هناك علاقة ارتباط إحصائية بين تحمل قوة الأداء للذراع المسلحة وبين الأداء الهجومي والدفاعي للاعبين سلاح سيف المبارزة الشباب ؟

أهداف البحث:

- 1- التعرف على تحمل قوة الأداء للذراع المسلحة لدى لاعبي سلاح سيف المبارزة الشباب
- 2- التعرف على الأداء الهجومي والدفاعي لدى لاعبي سلاح سيف المبارزة الشباب
- 3- معرفة العلاقة بين تحمل قوة الأداء للذراع المسلحة والأداء الهجومي والدفاعي لدى لاعبي سلاح سيف المبارزة الشباب.

فرضيات البحث:

- 1- يوجد هنالك علاقة ارتباط إحصائية بين تحمل قوة الأداء للذراع المسلحة والأداء الهجومي والدفاعي لدى لاعبي سلاح سيف المبارزة الشباب.

مجالات البحث:

المجال البشري: لاعبي المنتخب الوطني العراقي للشباب والبالغ عددهم (12) لاعب للموسم الرياضي (2025 - 2026).

المجال الزماني: المدة من (2026\1\5) لغاية (2026/1/26)

المجال المكاني: قاعة الاتحاد العراقي المركزي للمبارزة والخماسي الحديث اوزارة الشباب والرياضة منطقة زيونة محافظة بغداد .

منهجية البحث وإجراءاته:

"ان مجتمع البحث مصطلح علمي منهجي يُراد به كل من يُمكن أن تعمم عليه نتائج البحث، وذلك طبقاً للمجال الموضوعي لمشكلة البحث" (العساف 2017، 92)، وعلى ضوء ذلك تم تحديد مجتمع البحث والمتمثل بلاعبي المنتخب الوطني العراقي للشباب بسلاح سيف المبارزة، اذ تم اختيار العينة المتمثلة بالمبارزين من (17-19) سنة والبالغ عددهم (12) لاعبين تم اختيارهم بالطريقة العمدية لملاءمتهم مشكلة البحث ولضمان تواجدهم لغرض إجراءات عمليات البحث والاختبارات، تم استبعاد لاعبين اثنين لإجراءات التجارب الاستطلاعية وبذلك سيكون عدد العينة (10) لاعبين تم تقسيمهم لمجموعتين تجريبية وضابطة وبواقع (5) لاعبين لكل من المجموعة التجريبية والضابطة

قامت الباحثة بإجراءات التوزيع الطبيعي لأفراد عينة البحث في متغيرات الطول والوزن والعمر الزمني والعمر التدريبي؛ ليتسنى لنا معرفة التجانس بين أفراد العينة؛ ولتجنب العوامل التي ممكن أن تؤثر على نتائج البحث وكما موضح في الجدول ادناه:



جدول (1)
يبين تجانس أفراد عينة البحث

القياسات	عدد العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	الالتواء
الطول	10	172.5000	5.300	173.000	0.250
الوزن	10	74.0000	11.000	75.000	0.400
العمر	10	17.2000	1.200	17.500	0.100
العمر التدريبي	10	5.8000	1.650	6.000	0.350

الوسائل المستعملة في البحث:

- المصادر العربية.
- المواقع الرسمية في شبكة المعلومات الدولية (الأنترنت).
- الملاحظة والتجريب .
- القياسات والاختبارات.

الأجهزة والأدوات المستعملة:-

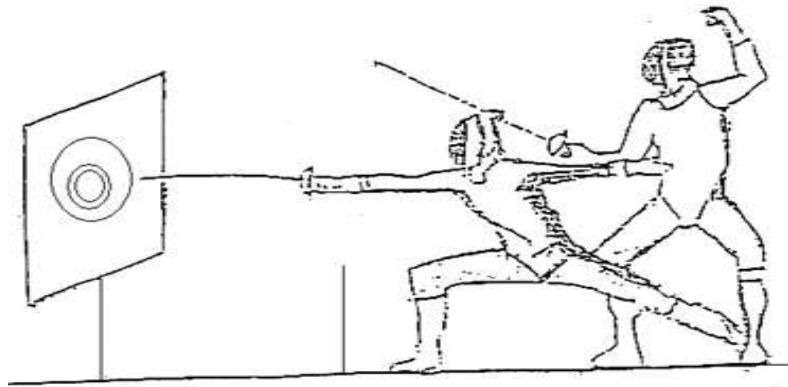
- حاسبة نوع (Asus Zenbook) تايواني المنشأ
- اقراص لتفريغ البيانات CD-R نوع (Verbatim) صيني المنشأ
- ميزان الكتروني صيني المنشأ
- ساعة إيقاف عدد 2
- شريط قياس عدد 2
- ملعب مبارزة قانوني مع الأجهزة والأدوات
- سلاح سيف المبارزة عدد (12)
- استمارات تسجيل
- اشرطة ملونة
- شواخص عدد 2
- شاخص على شكل دمية

الاختبارات المستخدمة في البحث:

- تحمل قوة الأداء للذراع المسلحة: (ناجي 2010, 59-60)
- اسم الاختبار: اختبار تحمل قوة الأداء للذراع المسلحة.
- الهدف من الاختبار: قياس تحمل قوة الأداء للذراع المسلحة بالمبارزة.
- الادوات: ساعة توقيت – سلاح سيف المبارزة.



مواصفات الأداء: من وضع الاستعداد (الاونكارد) مد الذراع المسلحة باتجاه الشاخص للمس ثم رجوع الذراع للخلف بحيث يلامس مرفق اليد أداة توضع بين الجذع والعضد للاعب لإظهار الصوت عند ملامسته للتأكد من إرجاع الذراع بالشكل الصحيح للاعب خلال 60 ثا .
طريقة التسجيل: يتم حساب عدد مرات الأداء خلال 60 ثا .



شكل (1-1)

يوضح اداء اختبار تحمل قوة الأداء للذراع المسلحة

تقييم مستوى الأداء الهجومي والدفاعي في رياضة المبارزة:

تم تقييم مستوى الأداء الهجومي والدفاعي من خلال تصوير أداء اللاعبين فيديو بواسطة آلة تصوير فديوي (كاميرا) والتي تم عرضها على ثلاثة محكمين معتمدين مختصين (ملحق 1) لتقويم مستوى الأداء الهجومي والدفاعي وكل واحد على حدة بعد خزن التصوير الفديوي على اقراص مدمجة (CD) مع استمارة تقييم الأداء الهجومي والدفاعي (ملحق 2) ويكون تقييم اداء اللاعبين من خلال أداء ثلاث محاولات لكل مهارة واختيار أفضلها ومجموع الدرجة يكون من عشرة علما ان وحدة القياس هي (درجة).

التجربة الاستطلاعية: قبل الشروع في تنفيذ التجربة الميدانية (الرئيسية)، كان من الضروري إجراء تجربة استطلاعية على عينة مستقلة من خارج عينة البحث الأصلية، وذلك لضمان جاهزية التصميم التجريبي وتقليل المخاطر التنفيذية. وقد تكونت العينة الاستطلاعية من (2) لاعبين تم اختيارهم وتقسيمهم مسبقاً لهذا الغرض. نُفذت التجربة الاستطلاعية يوم الاثنين الموافق (2025/12/29) في تمام الساعة الرابعة عصراً، وهدفت إلى التعرف على المعوقات المحتملة التي قد تواجه الباحثين أثناء تطبيق التجربة الرئيسية، والتحقق من صلاحية وكفاءة الأدوات والأجهزة المستخدمة، فضلاً عن تحديد الزمن المستغرق لكل اختبار على حدة والزمن الكلي لتنفيذ الاختبارات، بما يضمن دقة الإجراءات وسلاسة التطبيق في التجربة الأساسية.



التجربة الرئيسية: قامت الباحثتان بتنفيذ الاختبارات الخاصة بالبحث يوم الاثنين الموافق (2026/1/5) في تمام الساعة الرابعة عصراً، حيث تم البدء بتطبيق اختبار تحمل قوة الأداء للذراع المسلحة، فضلاً عن استمارة تقييم مستوى الأداء الهجومي والدفاعي وحدث ذلك داخل ملعب المبارزة المخصصة للاختبارات. وقد رُوِعت جميع الظروف العلمية الملائمة لتنفيذ الاختبارات من حيث تهيئة البيئة المناسبة وتوفير الأدوات والأجهزة اللازمة إضافة إلى الإعداد الكامل للاعبين قبل الشروع بالتطبيق بما يضمن تنفيذ الاختبارات بدرجة عالية من الدقة والكفاءة والحصول على بيانات دقيقة قابلة للمعالجة الإحصائية وتحقيق أهداف البحث.

الوسائل الإحصائية: استخدمت الباحثة في معالجة النتائج الحقيبة الإحصائية (SPSS) لغرض التوصل إلى النتائج النهائية بالاعتماد على القوانين الإحصائية.

1. الوسط الحسابي
 2. الانحراف المعياري
 3. الوسيط
 4. الالتواء
 5. معامل ارتباط بيرسون
- عرض النتائج ومناقشتها:**

1- الهجمة المستقيمة المباشرة

القياسات	معامل ارتباط بيرسون (r)	القيمة المعنوية (p-value)	درجة الدلالة (Significance Level)
تحمل الأداء للذراع المسلحة	0.845	0.003	0.01

2- الهجمة العددية

القياسات	معامل ارتباط بيرسون (r)	القيمة المعنوية (p-value)	درجة الدلالة (Significance Level)
تحمل الأداء للذراع المسلحة	0.732	0.012	0.05

3- الدفاع القطري

القياسات	معامل ارتباط بيرسون (r)	القيمة المعنوية (p-value)	درجة الدلالة (Significance Level)
تحمل الأداء للذراع المسلحة	0.682	0.029	0.05

التحليل:

- 1- معامل ارتباط بيرسون (r) يعكس قوة العلاقة بين "تحمل الأداء للذراع المسلحة" وبين كل متغير من المتغيرات (الهجمة المستقيمة المباشرة، الهجمة العددية، الدفاع القطري).
 ◦ القيم القريبة من 1 تشير إلى علاقة قوية إيجابية.
- 2- القيمة المعنوية (p-value): إذا كانت قيمة p أقل من 0.05، فإن العلاقة بين المتغيرين تكون ذات دلالة إحصائية.



3- درجة الدلالة (Significance Level): هي مستوى الثقة في العلاقة بين المتغيرات. إذا كانت p-value أقل من 0.05 فهذا يدل على أن العلاقة ذات دلالة إحصائية.

المناقشة:

1-الهجمة المستقيمة المباشرة ($r = 0.845, p = 0.003, \text{Significance Level} = 0.01$) أظهرت النتائج وجود ارتباط إيجابي قوي بين تحمل الأداء للذراع المسلحة والأداء في الهجوم المستقيم المباشر. وقد كانت قيمة معامل ارتباط بيرسون 0.845، مما يشير إلى أن الزيادة في قوة تحمل الذراع تؤدي إلى تحسن كبير في القدرة على تنفيذ الهجوم المستقيم المباشر. بالإضافة إلى ذلك، كانت القيمة المعنوية 0.003 ($p\text{-value}$)، وهي أقل من 0.01، مما يعني أن العلاقة بين المتغيرات ذات دلالة إحصائية عالية. وتجدر الإشارة إلى أن في رياضة سيف المبارزة، يتطلب الهجوم المستقيم المباشر استخدام الذراع بأقصى قوة لتنفيذ الهجمات السريعة والدقيقة. وقد أظهرت الدراسات في رياضات أخرى مثل كرة اليد وكرة السلة أن زيادة التحمل العضلي للاعبين تحسن الأداء الهجومي، إذ يمكن للاعبين الذين يمتلكون قدرة تحمل عالية أن يؤديوا الهجمات بشكل أكثر فعالية دون تأثير كبير من التعب (Kiss et al., 2013). وهذا يتماشى مع النتائج التي أظهرتها هذه الدراسة، حيث أن قدرة اللاعبين على الحفاظ على جودة أداء الهجوم لفترات أطول ترتبط ارتباطاً مباشراً بتحملهم للقوة العضلية في الذراع.

2-الهجمة العددية ($r = 0.732, p = 0.012, \text{Significance Level} = 0.05$) النتائج بينت أن هناك ارتباطاً إيجابياً قوياً بين تحمل الأداء للذراع المسلحة والأداء في الهجوم العددية ($r = 0.732$). كما كانت القيمة المعنوية 0.012، وهي أقل من 0.05، مما يدل على أن العلاقة ذات دلالة إحصائية. هذا يشير إلى أن اللاعبين الذين يمتلكون قدرة تحمل جيدة هم أكثر قدرة على تنفيذ الهجمات العددية بنجاح. وتجدر الإشارة إلى أن الهجمة العددية تعتمد على قدرة اللاعب على التنسيق بين الهجوم والدفاع، ويتطلب تنفيذها التحرك السريع والفعال في جميع الاتجاهات. التحمل العضلي يلعب دوراً حيوياً في دعم القدرة على التحرك بسرعات عالية بين الهجوم والدفاع، مما يسمح للاعبين بتنفيذ الهجمات بكفاءة أكبر. الدراسات في كرة السلة وكرة القدم أظهرت أن القدرة على التحمل تلعب دوراً أساسياً في تحسين الهجمات المتكررة، حيث يستطيع اللاعبون تنفيذ الحركات الهجومية المتكررة بسهولة أكبر إذا كان لديهم تحمل عضلي قوي (Skeie et al., 2016).

3-الدفاع القطري ($r = 0.682, p = 0.029, \text{Significance Level} = 0.05$)

أظهرت النتائج أيضاً ارتباطاً إيجابياً معتدلاً بين تحمل الأداء للذراع المسلحة والأداء في الدفاع القطري ($r = 0.682$)، مع $p\text{-value} = 0.029$ ، مما يدل على وجود علاقة دالة إحصائية بين المتغيرين. تعكس هذه النتيجة أن اللاعبين الذين يمتلكون قوة تحمل أعلى يكونون أكثر قدرة على تنفيذ الحركات الدفاعية القطرية بشكل فعال في المبارزة، يشمل الدفاع القطري مجموعة من الحركات التي تتطلب تحكماً دقيقاً في الذراع وسرعة في رد الفعل، بالإضافة إلى ضرورة التحمل العضلي للحفاظ على الدقة والسرعة أثناء الحركات المتكررة. يساهم تحمل القوة في تحسين قدرة اللاعب على الصمود أثناء تنفيذ الحركات الدفاعية المتواصلة التي تتطلب تكراراً مستمراً للحركات. وقد أظهرت الدراسات أن التحمل العضلي يُحسن من القدرة الدفاعية في الرياضات الفردية مثل المبارزة (Franchini et al., 2013).



الاستنتاجات والتوصيات:**الاستنتاجات:**

في ضوء أهداف البحث ونتائجه، توصلت الباحثة إلى الاستنتاجات الآتية:

- 1- وجود علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية بين تحمل قوة الأداء للذراع المسلحة ومستوى الأداء الهجومي لدى لاعبي سلاح سيف المبارزة الشباب.
- 2- وجود علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية بين تحمل قوة الأداء للذراع المسلحة ومستوى الأداء الدفاعي، مما يشير إلى تأثير الأداء الدفاعي بعوامل بدنية ومهارية أخرى.
- 3- يسهم تحمل قوة الأداء للذراع المسلحة بدور فعال في تحسين كفاءة تنفيذ المهارات الهجومية والدفاعية أثناء النزال.

التوصيات:

استناداً إلى نتائج البحث واستنتاجاته، توصي الباحثة بما يأتي:

- 1- ضرورة الاهتمام بتنمية تحمل قوة الأداء للذراع المسلحة ضمن البرامج التدريبية الخاصة بلاعبي المبارزة الشباب.
- 2- الاهتمام بتنمية المتغيرات البدنية والمهارية الأخرى المؤثرة في الأداء الدفاعي والهجومي، وعدم الاكتفاء بتحمل القوة فقط.
- 3- إجراء دراسات مماثلة على فئات عمرية مختلفة وعلى أسلحة مبارزة أخرى للمقارنة وتعزيز النتائج.

المراجع:

- 1- العساف، صالح محمد. (2017). المدخل إلى البحث في العلوم السلوكية (ط5). الرياض: دار العبيكان.
- 2- ناجي، أسيل. (2010). تأثير تمرينات التحمل اللاهوائي بأزمنة مختلفة في تطوير تحمل (سرعة وقوة الأداء) لدى لاعبات نادي الفتاة بالمبارزة. رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة بغداد.
- 3- مالح، فاطمة عبد وآخرون (2016) 'تأثير استعمال تمرينات شبكية الحبال على بعض القدرات الحركية للاعبات المبارزة' International Journal of Advanced Sport Sciences, 1(4)، ماليزيا.

https://www.researchgate.net/publication/332871014_tathyr_astmal_tmrynat_shbkyt_alhbal_ly_bd_alqdrat_alhrkyt_llabat_almbarzt

4- Abbas, Rusul and Ghaleb, Ishraq. (2022) "Speed of the visual response and its relationship to some visual abilities in the sport of fenci Modern Sport Journal, 21(2). Available at:

<https://www.jcopew.uobaghdad.edu.iq/index.php/sport/article/view/911>

5-Kiss, M., Kocsis, S., & Tihanyi, J. (2013). *The effect of endurance training on offensive performance in team sports*. Journal of Sports Science & Medicine, 12(3), 502-509.



- 6- Skeie, R., Owe, S. M., & Sæther, S. A. (2016). *Impact of muscular endurance on repeated offensive actions in team sports: A review*. International Journal of Sports Science & Coaching, 11(2), 227-235.
- 7- Franchini, E., Takito, M. Y., & Hirata, R. P. (2013). *Effects of muscular endurance on defensive performance in fencing*. Journal of Strength and Conditioning Research, 27(9), 2467-2473.

الملاحق:

ملحق (1) قائمة بأسماء الخبراء والمحكمين لتقييم الأداء الهجومي والدفاعي

ت	الاسم	اللقب العلمي	الاختصاص	مكان العمل
1	حامد كاظم	م0م	حكم ومدرّب	جامعة الفراهيدي
2	كابتن حسين ثابت	/	حكم ومدرّب وطني بسلاح سيف المبارزة	الاتحاد العراقي المركزي للمبارزة
3	كابتن رعد قاسم	/	حكم ومدرّب وطني بسلاح سيف المبارزة	الاتحاد العراقي المركزي للمبارزة

ملحق (2) يوضح استمارة تقويم الاداء الهجومي والدفاعي في رياضة المبارزة

المجموع من درجات (10)	القسم الختامي		القسم الرئيس		القسم التحضيري		التوقيت المناسب لأدائها		انسيابية الاداء		المهارات الهجومية والدفاعية
	الدرجة		الدرجة		الدرجة		الدرجة		الدرجة		
	(2)	(1)	(2)	(1)	(2)	(1)	(2)	(1)	(2)	(1)	
											الهجمة المستقيمة المباشرة.
											الهجمة العديدة.
											الدفاع القطري.

