

جامعة بنها
كلية التربية الرياضية
قسم نظريات وتطبيقات رياضات المنازلات

المحاضرة الحادية عشر

الفرقة الأولى
العام الجامعي ٢٠١٩/٢٠٢٠ م
الفصل الدراسي الثاني

إعداد

شعبة المبارزة

اد. أسامة صلاح فؤاد

د. مبارك محمد نوفل

د. أحمد مصطفى متولي

الفصل الأول: -

تابع معلومات هامة عن تاريخ المبارزة تاريخ المبارزة في الشرق العربي

- ٤٤- ومع ظهور الإسلام توسع المسلمون في نشر المبارزة وتطوير أساليبها وقهر جيوش كثيرة نتيجة ارتفاع مستواهم واتقانهم لها مثل دولة الفرس ودولة الروم.
- ٤٥- ظلت المبارزة بعد ظهور الإسلام هي العماد الرئيسي في المعارك التي دارت في هذه الحقبة التاريخية وكان النزال في المعارك باستخدام الدرع والسيف.

المبارزة في جمهورية مصر العربية

- ٤٦- بدأت ممارسة المبارزة كنشاط رياضي في جمهورية مصر العربية كنشاط رياضي في أواخر القرن التاسع عشر الميلادي
- ٤٧- تأسس نادي السلاح المصري في الدور الأول لإحدى العمارات بالقاهرة وذلك في عام ١٨٩١ م.
- ٤٨- عندما تأسس نادي السلاح المصري في الدور الأول لإحدى العمارات بالقاهرة كان به عدد قليل يمارسون المبارزة تحت إشراف مدرب السلاح كونستانتني سالون.
- ٤٩- بعد ٨ سنوات من تأسيس نادي السلاح المصري انتقل إلى مقره الحالي بحديقة الأزبكية وذلك عام ١٨٩٩ م بعد أن قامت بإنشائه وزارة الأشغال العمومية.
- ٥٠- أطلق علي نادي السلاح المصري اسم نادي السلاح والرمية عام ١٩٣٩ م فكان هذا النادي أول مدرسة للسلاح في جمهورية مصر العربية.
- ٥١- يرجع الفضل الأول للمدرب لويس رينو في نشر رياضة المبارزة بين صفوف المصريين وتكون الفريق الأهلي المصري الذي انبثق منه شباب المدارس والجامعات.
- ٥٢- بعد انتهاء الحرب العالمية الثانية أشرف علي التدريب بنادي السلاح المصري المدرب الفرنسي دي بارون وعلى يديه تفوق الكثير من اللاعبين مثل الدكتور حسن توفيق والذي شغل فيما بعد منصب رئيس الاتحاد المصري للسلاح.
- ٥٣- تعرضت البعثة المصرية للسلاح إلى حادث طائرة عام ١٩٥٨ م أثناء التوجه إلى بطولة العالم بأمريكا واستشهد فيها البطل عثمان عبدالحفيظ والدكتور محمد رياض والمهندس أحمد رشاد.
- ٥٤- وفي عام ١٩٤٩ م احتفل الاتحاد المصري للسلاح ونادي السلاح المصري بعيده الخمسين بإقامة بطولة العالم للسلاح لهذا العام في القاهرة وأحرز الفريق المصر المركز الثالث بعد فرنسا وإيطاليا.

الفصل الثاني: -

الجزء الرابع: -

صفات المدرب الناجح في رياضة المبارزة

صفات المدرب الناجح هي: -

- * حسن المظهر.
- * الصحة الجيدة.
- * القدرة على قيادة الفريق الرياضي.
- * الثقافة والمعلومات التدريبية في الرياضة التخصصية والمقدرة على تطبيقها.
- * حسن التصرف.
- * التمسك بمعايير الأخلاق (كالأمانة، الشرف، العدل، المثابرة، الولاء، المسؤولية، الصدق).
- * التمتع بالسمات الشخصية الإيجابية (كالثبات الانفعالي، الانبساطية، الصلابة، التحكم الذاتي، الاجتماعية).
- * التمتع بالسمات النفسية الإيجابية (المثابرة، الإبداع، المرونة، القدرة على النقد البناء).
- * القدرة على التكيف مع المجتمع.
- * يمتاز بالواقعية وعدم الغرور.
- * قادراً على التنسيق والتنظيم في المواقف الصعبة.

- * يتميز بالإخلاص في العمل.
- * يستطيع الدعابة والمرح وفقاً للظروف المناسبة.
- * يتميز بالاحترام المتبادل.
- * يتميز بالثبات الانفعالي والتماسك في المواقف.
- * يتميز بالتفكير العقلاني.
- * يتميز بالقدرة على اكتشاف الموهوبين.
- * يتميز بالحماس والرغبة في تحقيق الفوز.
- * يتميز بالثقة بالنفس.
- * يتميز بالعدل وعدم التفرقة بين اللاعبين.
- * يهتم بالثقافة الرياضية العامة والخاصة.
- * يتميز بالأخلاق الفاضلة.
- * يتميز بالأمانة وعدم التعدي على الآخرين.
- * قادراً على التخطيط العلمي السليم لبرامج التدريب.
- * يتميز بالوفاء والجدية في العمل.
- * يتميز بالمرونة وقراءة المواقف الصعبة المتغيرة.
- * يتمتع بقدر عالي من التأهيل المهني.
- * يكون قد مارس النشاط الرياضي على مستوى البطولة.
- * أن يكون لائقاً طبياً ورياضياً.
- * يكون مثقفاً ومطلعاً على كل مستجدات العصر.
- * يجب أن يكون قدوة للاعبين.
- * أن يشارك اللاعبين في الأفراح والأحزان.
- * أن يكون متمتعاً بحب اللاعبين.
- * أن يكون ملماً بالسياسة العامة للدولة، واتجاهات المجتمع الذي يعيش فيه.

ملابس ومهمات المبارز

Tools player in Foil Fencing

أدوات لاعب سلاح الشيش

Jacket	٢- الجاكيت	Trousers	١- البنطلون
Metal Jacket	٤- الجاكيت المعدني	Plastron	٣- الصديري الداخلي
Foil Mask	٦- القناع	Glove	٥- القفاز
Body Cord	٨- سلك الجسم	Mask Cord	٧- سلك القناع
Foil Weapon	١٠- سلاح الشيش	Chest Protector	٩- واقي الصدر
		Chaussettes	١١- الجوارب

Tools player in Sabre Fencing

أدوات لاعب سلاح السيف

Jacket	٢- الجاكيت	Trousers	١- البنطلون
Metal Jacket	٤- الجاكيت المعدني	Plastron	٣- الصديري الداخلي
Sabre Mask	٦- القناع	Glove	٥- القفاز
Body Cord	٨- سلك الجسم	Mask Cord	٧- سلك القناع
Sabre Weapon	١٠- سلاح السيف	Chest Protector	٩- واقي الصدر
		Chaussettes	١١- الجوارب

Tools player in Epee Fencing

أدوات لاعب سلاح سيف المبارزة

Jacket	٢- الجاكيت	Trousers	١- البنطلون
Chaussettes	٤- الجوارب	Plastron	٣- الصديري الداخلي
Epee Mask	٦- القناع	Glove	٥- القفاز
Body Cord	٨- سلك الجسم	Chest Protector	٧- واقي الصدر
		Epee Weapon	٩- سلاح سيف المبارزة

الجزء العملي: -

تعليم مهارة الحركة الانبساطية.

- ١- يقوم المعلم بالنداء على المتعلم بأن يقف في وضع الاستعداد.
- ٢- ينادي المعلم على المتعلم بان يقوم بفرد الذراع المسلحة.
- ٣- يقوم المعلم بالنداء على المتعلم بالطعن عن طريق رفع أصابع مشط القدم الأمامية ثم يدفع الجسم للأمام بمد الرجل الخلفية في حركة سريعة لتنتقل الرجل الأمامية والعقب أعلي من مستوي الأرض قليلاً لمسافة قدمين تقريباً لتستقر على باطن القدم ونزول القدم يكون على مشط القدم ثم عقب القدم وتسير ذبابة السلاح باتجاه الهدف وفي نفس الوقت تقوم الذراع الخلفية بالهبوط للأسفل وبسرعة حيث تكون على امتداد الذراع المسلحة وكف اليد لأعلي.
- ٤- بعد أداء المتعلم للمهارة كاملة والوصول لوضع الطعن يعود لوضع الاستعداد مرة أخرى.
- ٥- يقوم التلميذ من وضع الاستعداد بحركة الطعن والعودة مرة أخرى من الثبات ٥ مرات.
- ٦- يقوم كل تلميذان بالتحرك على خطي الملعب الطولين من وضع الاستعداد بالتقدم عدد ٢ خطوة ثم أداء مهارة الطعن حتى خط النهاية وعند خط الحد الخلفي يعود التلميذ بالتقهقر عدد ٢ خطوة ثم الطعن حتى خط البداية.

ملاحظات يجب مراعاتها: -

- ثبات الجسم كما في وضع الاستعداد بحيث:
- ١- أن تكون الرأس عمودية على الكتفين.
 - ٢- أن تكون الذراع المسلحة متجهة للأمام وفي اتجاه هدف المنافس.
 - ٣- أن تكون الذراع الحرة الخلفية مفرودة وكف اليد لأعلي وعلى استقامة الذراع المسلحة.
 - ٤- عدم ميل الجذع للأمام.
 - ٥- أن تكون الركبة عمودية على مشط القدم الأمامية.
 - ٦- أن تكون الركبة الخلفية مفرودة علي كامل استقامتها.
 - ٧- ثبات القدم الخلفية على الأرض.

➤ الأخطاء الشائعة للحركة الانبساطية (الطعن) في رياضة المبارزة: -

- * أن يقوم اللاعب بالطعن الزائد.
- * أن يقوم اللاعب بالطعن الناقص.
- * أن يقوم اللاعب بالطعن بتحريك القدم الخلفية للخلف.
- * أن يقوم اللاعب بالطعن دون نقل القدم الأمامية للطعن.
- * أن يقوم اللاعب بالطعن وركبة القدم الأمامية مفرودة.
- * أن يقوم اللاعب بالطعن وركبة القدم الخلفية منثنيه.

- * ميل الجذع الزائد للأمام أثناء الطعن أو لأحد الجانبين.
- * الذراع الحرة غير مفرودة.
- * الذراع المسلحة بها انثناء والذبابة مرتفعة وتشير لأعلي الهدف.

المراجع: -

أسامة صلاح فؤاد: المبارزة بسلاح الشيش، مذكرات غير منشورة، كلية التربية الرياضية جامعة بنها.