

تأثير تمارينات باستخدام جهاز مساعد في تطوير مهارة الهجوم المضاد ودقة وسرعة الطعن لدى لاعبي المبارزة بسلاح الشيش

The effect of the exercises of a helper device in developing the counter attack skill and the stabbing speed accuracy of the advanced players in the province of Diyala in the fencing with the foil.

يعقوب بن قسي

ظافر ناموس الطائي

أستاذ محاضر

أستاذ محاضر

جامعة باتنة 2 (الجزائر)

جامعة ديالى (العراق)

ملخص

لغرض التحقق من تأثير تمارينات بجهاز مساعد في تطوير مهارة الهجوم المضاد ودقة سرعة الطعن للاعبين المتقدمين في محافظة ديالى بالمبارزة في سلاح الشيش. استخدم الباحثان المنهج التجريبي ذو تصميم المجموعتين المتكافئتين التجريبية والضابطة ذات الاختبار القبلي والبعدي. على عينة اختبرت بالطريقة العشوائية (القرعة) بلغت (14) لاعباً، وزعوا على مجموعتين كل مجموعة (7). وبعد إجراء الاختبارات القبليّة وتنفيذ التمارينات بمساعدة الجهاز لمدة شهرين بمعدل ثلاث وحدات أسبوعياً وبعد انتهاء المنهج أجرى الباحثان الاختبارات البعدية، وبعد حصوله على البيانات استخدمت الحقيبة الإحصائية SPSS لمعالجتها ومن خلال عرض نتائج البحث وتحليلها ومناقشتها استنتج الباحثان ما يلي: لتمرينات بجهاز مساعد تأثير إيجابي في تطوير دقة وسرعة الطعن والأداء الفني لمهارة الهجوم المضاد لدى لاعبي المبارزة بسلاح الشيش للمجموعة التجريبية. ويوصي الباحثان بأهم التوصيات ومنها: التأكيد على استخدام التمارينات بمساعدة الجهاز ضمن المناهج التدريبية لتطوير دقة وسرعة الطعن والمهارات الدفاعية والهجومية لدى لاعبي أندية ديالى المبارزة بسلاح الشيش. والقيام بدراسات وبحوث باستخدام التمارينات بجهاز مساعد مع الفئات العمرية الأخرى لتطوير المهارات الدفاعية والهجومية لاسيما بسلاح الشيش.

الكلمات المفتاحية: تمارينات، الهجوم المضاد، سرعة ودقة الطعن، المبارزة.

ABSTRACT

For the purpose of verifying the effect of the exercises of a helper device in developing the counter attack skill and the stabbing speed accuracy of the advanced players in the province of Diyala in the fencing with the foil. The researchers used the experimental approach with the design of two experimental and control groups with before and after-test. On a randomly selected sample (lot) of 14 players, distributed to two groups each group contains (7). After conducting the

before-tests and the implementation of the exercises with the help of the device for two months at the rate of three units per week and After the completion of the method, the researchers conducted after-tests, and after receiving the data the statistical document SPSS was used to process it and through the presentation , analysis and discussion of the results of researchers who concluded the following: The exercises with a helper device has a positive influence in the development of accuracy and speed of stabbing and the technical performance of the skill of counter-attack for the players of the fencing's experimental group. The researchers recommend the most important recommendations, including: Emphasize the use of exercises with the help of the device within the training curriculum to develop the accuracy and speed of stabbing and the defensive and offensive skills for the "Diyala" foil fencing clubs. And Conduct studies and researchers using exercise aids with other age groups to develop defensive and offensive skills, especially with the foil.

Keywords: exercises, counter attack, speed and accuracy of stabbing, fencing.

1. المقدمة واشكالية البحث:

من خلال التقدم العلمي المستمر الذي فتح أفقا جديدة لمختلف العلوم والمجالات ومنها علم التدريب الرياضي الذي يسخر قواعده للارتقاء إلى أفضل مستوٍ ممكن من الإنجازات الرياضية، إذ أن الدراسات والبحوث المتواصلة وابتكار الوسائل والأساليب الحديثة تؤثر بشكل إيجابي على تطور الإنجاز ، وهذا ما حث المعنيين والمختصين في هذا المجال بالسعي المستمر للبحث في إيجاد ما هو جديد وممكن أن يساهم في تحسين الأداء والنتائج لمختلف الأنشطة الرياضية. وقد اثبت الكثير من العلماء والباحثين قدراتهم في اكتشافاتهم الأساليب والوسائل ومن تلك الوسائل الأجهزة الرياضية التي ساعدت الرياضيين بشكل ملحوظ في تنمية القدرات المختلفة ضمن ما تتطلبه كل نوع من أنواع الألعاب الرياضية.

ورياضة المبارزة واحدة من الرياضات التي لها متطلباتها البدنية ، والمهارية ، والخطوية ، والفكرية ، والنفسية الخاصة، وتعد المهارة الهجوم المضاد إحدى المهارات المهمة في المبارزة التي تتطلب من اللاعب إتقانها لتسهم في الارتقاء بالمستوى الفني له وبما يميزه عن منافسيه أثناء أدائها في المباريات والمنافسات. ويشير (عباس الرملي، 1993) إلى أن " المبارزة تتسم بتنوع حركاتها الهجومية والدفاعية ولهذا يستحسن عند التدريب والتعليم أن يدمج بينهما وألا

يفصلا عن بعضهما ، فالمبارزة ليست هجوماً فقط كما لا تقتصر على الدفاع وحده. فمن النادر أن نفصل أحدهما عن الآخر فالمهاجم يجب أن يعود بعد هجومه الفاشل ليدافع ، ولذلك على المدافع أن يحاول اكتساب حق الهجوم بعد قيامه بالمنورة الدفاعية الناجحة". (الرملي، 1993، 209)

يعد الهجوم المضاد النوع الثالث من أنواع الهجوم في رياضة المبارزة، إذ عرّف " هو عبارة عن حركات هجومية متقدمة يقوم بها اللاعب المنافس (المدافع) على نهاية الهجوم الأصلي الذي يقوم به اللاعب المهاجم مستغلاً بذلك نقاط الضعف التي قد تظهر في الهجوم الأصلي " (الخاقاني، 2007، 92).

وتعد حركة الطعن العمود الفقري في المبارزة، فهي من الحركات الأساسية التي تؤدي من الثبات ومن الحركة، وتتم هذه الحركة بمد الذراع المسلحة مع الرجل الأمامية (القائدة) إلى الأمام وبوقت واحد تجاه هدف المنافس مع مد الرجل الخلفية والذراع الحرة بوقت واحد أيضا وباتجاه معاكس للذراع المسلحة، وذلك لغرض الوصول للهدف وينبغي إن يتوافر في هذه الحركة الدقة مع السرعة في الأداء. (الخاقاني، 2007، 73)

لذا تلعب الدقة في الطعن دورا كبيرا في رياضة المبارزة وأهميتها لا تقل عن القدرات الحركية الأخرى فالدقة " هي القدرة على توجيه الحركات الإرادية التي يقوم بها الرياضي لتحقيق هدف معين فالدقة تتطلب سيطرة كاملة على عضلات الجسم لتوجيهها إلى هدف معين". (البياتي، 1983، 73)

ويتفق الباحثان مع (جمال عبد الحميد، 1984) بقوله "إن المقصود بالدقة هو دقة الأداء الحركي للمهارة المستخدمة في المبارزة عنصرا أولا ودقة تصويب ذبابة السلاح ثانيا، وذلك لأن دقة الأداء الحركي ودقة الطعن وثيقا الصلة ببعضهما البعض وكل من هما يكمل الآخر من حيث إن دقة الطعن تعد مؤشرا جيدا لدقة الأداء الحركي الناجح". (عابدين، 1984، 30) ومما يجدر الإشارة هنا الى صفة السرعة يجب أن " تشمل على حركات الرجلين والذراع المسلحة والتي كلها تتجه نحو هدف الخصم في أقل زمن ممكن لكي يفاجئ بها الخصم". (البياتي، 1983، 91)

يشير "ابراهيم نبيل" (2006) إلى أن رياضة المبارزة تحتاج إلى توفير عنصر (صفة) السرعة لدي ممارسيها فالمبارز الذي لا يتحل بصفة السرعة لا يستطيع التفوق في أداءه. (عبدالعزیز، 2006، 38)

وأن استخدام الأجهزة والأدوات المساعدة في التدريب له تأثير فعال في العملية التدريبية لما لها من فوائد إذ انها تعمل على تطوير قدرات ومهارات لاعب المبارزة ومنها الهجوم المضاد وسرعة ودقة الطعن، وخاصة إن مهارات المبارزة من المهارات المفتوحة التي تتأثر بمثيرات عديدة خلال المباراة، فهي تبقى في عوز شديد للمدرب الجيد إذ أنها تساعده على أداء مهمته بصورة أفضل. إن الأجهزة والأدوات المساعدة تزيد من تحقيق القدرة الذاتية للاعب الأمر الذي يجعله لا يرضى بأقل من أقصى مجهود يبذله ، إذن يمكن تحسين الأداء من خلال استخدام الأدوات المساعدة لأن عملية التدريب والتعليم تشترك فيما جميع الحواس وهي خير الوسائل لإتاحة الفرصة لعدد أكبر من المستفيدين من التمرن عليها (OLYMPIC, 1997, 63).

وبالرغم من تعدد الدراسات التي اختلفت يبحث أثر استخدام الوسائل والأجهزة المساعدة وفعاليتها، فإن عدداً قليلاً من الدراسات قد تناول تأثير استخدام هذه الوسائل والأجهزة في تدريب مهارة الهجوم المضاد وسرعة ودقة الطعن بالمبارزة والتي قد تساعد في تسريع عملية التدريب نتيجة لاختصار الوقت والجهد. فإن الأدوات والأجهزة وهي " كافة الوسائل التي يمكن الاستفادة منها في المساعدة على تحقيق الأهداف التربوية في عملية التعلم " (الزيود، وآخرون، 1999، 145).

لذا أصبح من الضروري استخدام الأجهزة المساعدة في العملية التدريبية والتعليمية ومساهمتها بدرجة كبيرة في تطوير مقدرة اللاعب على سرعة إتقان الأداء الفني للحركة مع اختصارها لزمन التعلم وجعل التدريب أكثر فاعلية للألعاب للفرقية والفردية على حد سواء. (عثمان، 1987، 153)

وتكمن أهمية البحث في إنها تمثل محاولة علمية في وضع تمارين جديدة باستخدام جهاز مساعد ومدى تأثيرها في تطوير الأداء الفني لمهارة الهجوم المضاد وسرعة ودقة الطعن للاعب سلاح الشيش، التي تعمل على زيادة قدرات اللاعبين في التدريب وتشويقهم نحو أداء المهارات التي يتعلموها وهذا مما يحقق أهداف الوحدات التدريبية والوصول باللاعبين إلى المستوى المطلوب.

ومشكلة البحث تتمركز حول بعض الصعوبات التي تواجه المدرب أثناء إعطاء الدروس الفردية للاعبين خاصة إذا كان هناك أكثر من (6) لاعبين تحت اشرافه وهم بحاجة لدروس يومية لتطوير مهاراتهم ومنها الهجوم المضادة وسرعة ودقة الطعن، لذا يعتقد الباحثان بان الجهاز سيساعد اللاعبين والمدربين على تخطي هذه الصعوبات التي تواجههم أثناء التدريب

فضلاً عن استغلال وقت الوحدة التدريبية بأفضل وجه وإعطاء فرصة أكبر للاعب في تطوير مهاراته.

ويهدف البحث إلى: تصميم جهاز مساعد لمهارة الرد ودقة الطعن بالمبارزة في سلاح الشيش. والتعرف على تأثير التمرينات بجهاز مساعد في تطوير مهارة الهجوم المضاد وسرعة ودقة الطعن للاعبين المتقدمين في محافظة ديالى بسلاح الشيش.

2. اجراءات البحث:

1.2- عينة البحث:

اشتمل المجتمع البحث على (25) لاعباً، تم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية (القرعة) ، وتم اختيار (6) لاعبين للمجموعة الضابطة و(6) لاعبين للمجموعة التجريبية. عينة عدد المحاولات لكل من سرعة ودقة مهارة الطعن ومهارة الهجوم المضاد (18) محاولة.

2.2- اداة البحث:

2-2-1- الجهاز المقترح :

هو عبارة عن جهاز ميكانيكي مصمم يساعد اللاعب في تدريب مهارة الرد والطعن ويعمل بطريقتين الاولى من الثبات والثانية من الحركة بربطه بواسطة عمود برجل اللاعب ويحتوي على أربع عجلات يتحرك من خلال تحكم اللاعب من خلال حركته للأمام أو الخلف وكذلك التحكم بذراع الجهاز المساعد سواء بمد أو ثني الذراع المسلحة.

ويستخدم كجهاز مساعد في التدريب مهارة الرد ودقة الطعن بالمبارزة بوصفه وكذلك تطور التوافق العضلي العصبي من خلال الربط بين عمل العين والذراع بوقت واحد والتحكم في ارتفاعه وجعله مناسب للأطوال اللاعبين.

2-2-2- تصميم الجهاز :



الهدف القانوني

الذراع المسلحة

قاعدة الجهاز

عمود من البلاستيك يربط في
رجل اللاعب

الشكل (1): يوضح الجهاز المساعد بشكله النهائي

3-2-2- آلية عمل الجهاز:

يعمل الجهاز بوصفه جهاز مساعد تدريبي. كشخص ثابت يقوم اللاعب بأداء حركات مد وثنى الذراع مع التقدم للأمام والتقهقر للخلف أو أداء حركة الطعن وذراع الشاخص مثنية. ثم ربطه بركبة اللاعب لغرض أداء مهارة الهجوم المضاد ويتحكم اللاعب بعدد الخطوات وفق المنهج الذي أعده الباحثان للتمارين سواء كانت ذراع الجهاز المسلحة ممدود أو مثنية.

3-2-3- اختبار سرعة ودقة الطعن: (خريط، 1990، 259)



الشكل (02): يمثل اختبار سرعة ودقة الطعن

أما بالنسبة لمهارة الهجوم المضاد فقد اعتمد الباحثان على استمارة تقويم مهارة الرد والمعدة من قبل الباحث (خلف، 2012)، إذ يتم تقويم أداء اللاعب من خلال التصوير، ثم يتم تقويمه من قبل الخبراء والمختصين^(*) بتقييم الأداء من (10) درجات.

3. عرض ومناقشة النتائج:

تم جمع بيانات الاختبارات القبليّة والبعديّة لاختبار سرعة ودقة الطعن والأداء الفني لمهارة الهجوم المضاد لدى لاعبي المبارزة لمجموعتي البحث، ومن خلال المعالجات الإحصائية لهذه الاختبارات ظهرت النتائج التالية:

3-1 عرض نتائج الاختبارات القبليّة والبعديّة للمجموعتين التجريبيّة والضابطة في اختبار سرعة ودقة الطعن وتقييم مهارة الهجوم المضاد وتحليلها:

الجدول (1): يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية فروق الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة بين الاختبارات القبليّة والبعديّة للمجموعة التجريبيّة في اختبار سرعة ودقة الطعن وتقييم مهارة الهجوم المضاد

المتغيرات	الاختبار	الوسط	الانحراف المعياري	متوسط الفروق	انحراف الفروق	قيمة (ت) المحسوبة	نسبة الخطأ	القرار الإحصائي
دقة الطعن	قبلي	37.833	3.945	5.000	4.982	4.258	0.001	دال
	بعدي	42.833	2.479					
سرعة الطعن	قبلي	11.111	1.132	1.833	1.150	6.761	0.000	دال
	بعدي	9.278	0.826					
سرعة ودقة الطعن	قبلي	11.111	1.743	0.255	2.426	0.446	0.661	عشوائي
	بعدي	11.366	1.631					
الهجوم المضاد	قبلي	6.333	0.767	1.722	1.074	6.803	0.000	دال
	بعدي	8.056	0.639					

(*) أ.م.د. فراس طالب حمادي: تدريب مبارزة . كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة – جامعة ديالى.

أ.م.د. بشار غالب شهاب قياس وتقويم مبارزة ، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة – ديالى.

الجدول (2): يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لفروق الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة بين الاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعة الضابطة في اختبار سرعة ودقة الطعن وتقييم مهارة الهجوم المضاد

المتغيرات	الاختبار	الوسط	الانحراف المعياري	متوسط الفروق	انحراف الفروق	قيمة (ت) المحسوبة	نسبة الخطأ	القرار الإحصائي
دقة الطعن	قبلي	38.333	2.787	2.667	4.130	2.739	0.014	دال
	بعدي	41.000	2.544					
سرعة الطعن	قبلي	11.667	1.372	1.444	1.042	5.883	0.000	دال
	بعدي	10.222	1.060					
سرعة ودقة الطعن	قبلي	11.117	1.447	0.006	2.029	0.012	0.991	عشوائي
	بعدي	11.112	1.671					
الهجوم المضاد	قبلي	6.500	0.985	0.833	1.295	2.731	0.014	دال
	بعدي	7.333	0.907					

2-3 مناقشة النتائج:

أظهرت نتائج الجدول (1) في اختبارات سرعة ودقة الطعن ومهارة الهجوم المضاد بين الاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعة التجريبية إلى وجود فروق ذات دلالة معنوية بالنسبة للمجموعة التجريبية ولصالح الاختبار البعدي. ما عدا نتائج سرعة ودقة الطعن التي كانت عشوائية. ويعزو الباحث سبب ذلك إلى أن التمرينات بمساعدة الجهاز التي استخدمها الباحث في المنهج التدريبي كان لها الأثر الإيجابي في تطوير دقة الطعن وسرعة الطعن لدى عينة المجموعة التجريبية.

ويرى الباحثان بأن هنالك سبباً مهماً أدى إلى تطور مستوى دقة الطعن وسرعة الطعن كلاً على حدة وهو عملية التكرار في التمرينات بمساعدة الجهاز. ويذكر (نبيل فوزي، 1991) إلى أن عنصر الدقة يعد من أحد الصفات البدنية الخاصة بالمبارز وأكثرهم أهمية متمثلاً في دقة تسجيل اللمسات". (فوزي، 1991، 55) أما بالنسبة للسرعة فيشير (إبراهيم نبيل، 2006) إلى أن رياضة المبارزة تحتاج إلى توفير عنصر (صفة) السرعة لدى ممارسيها فالمبارز الذي لا يتحل بصفة السرعة لا يستطيع التفوق في أداءه. (عبدالعزیز، 2006، 38) ويعزو الباحثان سبب ذلك أيضاً إلى أن للتمرينات بجهاز مساعد تأثير إيجابي على مستوى تطوير الأداء الفني لمهارة الهجوم المضاد بالمبارزة في سلاح الشيش، فهذه المهارة تحتاج إلى

تركيز وإتقان عالٍ في الأداء، لأنها من المهارات المهمة في رياضة المبارزة بسلاح الشيش، لكون التمرينات طبقت بشكل علمي مدروس ودور المدرب، وتنفيذها أدت إلى تطور الأداء من خلال اكتساب الخبرات الجديدة له التي تؤدي إلى تغيرات نسبية في قابليات الأفراد للأداء المهاري، وهذا يتفق مع (مفتي إبراهيم حمادة، 2001) الذي أكد أن " استخدام الأدوات تسهم في تعظيم الخبرات المتعلمة إذا ما استخدمت بفاعلية وكذلك اختيار التمرينات و تصميماتها يجب ان يكون متوافقا مع الأدوات المتاحة وكذلك التنوع في استخدام الأدوات يعظم الخبرات المتعلمة وكذلك اكساب التطبيقات جو مريحا " (حماد، 2001، 200)

أما بالنسبة للمجموعة الضابطة وجود فروق معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي كما بينها الجدول (2) ما عدا عشوائية النتائج في اختبار سرعة ودقة الطعن. ويعزو الباحث سبب ذلك إلى الاهتمام بتمرينات الدقة والسرعة كلاً على حدة والذي أثر في وجود الفروق بين الاختبارين بشكل واضح، والنتيجة عن اعتماد أفراد العينة على قدراتهم المحدودة . فقد أكد (عبدالعزیز المصطفى 1996) أن " قدرة الشخص في الوصول إلى الحركة الناتجة أو المرغوبة تعتمد اعتماداً كلياً على خبرات الفرد في المواقف الماضية المتشابهة وكذلك على أنه تزداد القدرة في الاحساسات المتنامية مع زيادة العمر" (المصطفى، 1996، 138-141).

أما بالنسبة لنتائج تقييم الأداء الفني لمهارة الهجوم المضاد بين الاختبارات القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة إلى وجود فروق ذات دلالة معنوية لصالح الاختبارات البعدي . ويرى الباحثان سبب وجود فروق معنوية هو استمرارها في التدريب على التمرينات المتبعة والمعدة من قبل المدرب ضمن وحداتها التدريبية والتي كان لها تأثير إيجابي أيضاً.

3-3 عرض نتائج اختبار سرعة ودقة الطعن وتقييم الأداء الفني لمهارة الهجوم المضاد في الاختبار البعدي بين المجموعتين التجريبية والضابطة وتحليلها ومناقشتها:

الجدول (3) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة في الاختبارات البعدية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في اختبار سرعة ودقة الطعن والأداء الفني لمهارة الهجوم المضاد

المتغيرات	المجموعة	الوسط	الانحراف المعياري	قيمة(ت) المحسوبة	نسبة الخطأ	القرار الإحصائي
دقة الطعن	تجريبية	42.833	2.479	2.190	0.036	دال
	ضابطة	41.000	2.544			
سرعة الطعن	تجريبية	9.278	0.826	2.981	0.005	دال
	ضابطة	10.222	1.060			
سرعة ودقة الطعن	تجريبية	11.366	1.631	0.461	0.648	عشوائي
	ضابطة	11.112	1.671			
الهجوم المضاد	تجريبية	8.056	0.639	2.761	0.009	دال
	ضابطة	7.333	0.907			

أظهرت نتائج الجدول (3) تفوق المجموعة التجريبية نتيجة تنفيذ التمرينات بجهاز مساعد مقارنةً بالمجموعة الضابطة التي نفذت التمرينات المعدة من قبل بالمدرّب فقط. ويعزو سبب تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة للتمرينات بجهاز مساعد التي أعدت وفق مقاييس تدريبية وعلمية سليمة الوصول باللاعب إلى درجة الإتقان الخاص بالأداء الفني لمهارة الهجوم المضاد وكذلك سرعة ودقة الطعن خلال فترة التدريب التي تم إعدادها بأسلوب منهجي وعلمي مدروس للارتقاء باللاعبين للوصول إلى المستوى المطلوب، كما إن خصوصية التدريب على هذه التمرينات عملت على تطور الجانب البدني والمهاري. "فالتدريب الرياضي هو الذي يضع الجسم تحت تأثير العوامل التي تؤدي به إلى بلوغ درجة من الكفاءة التي لا تستطيع أساليب الحياة الاعتيادية اليومية إتاحتها له وتساعد على مواجهة الاحتياجات والمتطلبات من الطاقات الناتجة عن ممارسة النشاط الرياضي" (قاسم، 2005، 9)

- الخاتمة:

من خلال عرض نتائج البحث وتحليلها ومناقشتها استنتج الباحث ما يلي: للتمرينات بجهاز مساعد تأثير إيجابي في تطوير سرعة ودقة الطعن والأداء الفني لمهارة الهجوم المضاد لدى لاعبي المبارزة بسلاح الشيش للمجموعة التجريبية.

يوصي الباحثان بالتوصيات الآتية: التأكيد على استخدام التمرينات بمساعدة الجهاز ضمن المناهج التدريبية لتطوير سرعة ودقة الطعن والمهارات الدفاعية والهجومية لدى لاعبي أندية ديالى المبارزة بسلاح الشيش. والقيام بدراسات وبحوث باستخدام التمرينات بجهاز مساعد مع الفئات العمرية الأخرى لتطوير المهارات والهجومية لاسيما بسلاح الشيش.

المراجع:

1. البياتي، بسام عباس (1983): برنامج مقترح لتطوير سرعة ودقة الطعن لدى لاعبي المبارزة في سلاح الشيش، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد.
2. حماد، مفتي ابراهيم(2001): التدريب الرياضي الحديث(تخطيط و تطبيق وقيادة)، ط1: (القاهرة، دار الفكر العربي).
3. الخاقاني، بيان علي (2007): تدريب وتدريب سلاح الشيش، ط1: (عمان، دار دجلة ناشرون وموزعون).
4. خلف، ظافر ناموس (2012): أثر أنموذج كعب باستخدام التنافس (الفردى والزوجى) في تعلم بعض الجوانب المعرفية والمهارية للطلاب بالمبارزة بسلاح الشيش، اطروحة دكتوراه (غير منشورة)، كلية التربية الرياضية، جامعة بابل.
5. الرملي، عباس (1993): المبارزة- سلاح الشيش: (القاهرة، دار الفكر العربي).
6. الزبود، نادر فهيم، و(آخرون) (1999)؛ التعلم والتعليم الصفي، ط2، (الأردن، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع).
7. صبر، قاسم لزام (2005): موضوعات في التعلم الحركي، (بغداد، مطبعة دار الارفم).
8. عابدين، جمال عبد الحميد (1984): أصول المبارزة والتدريب، (الإسكندرية، دار المعارف).
9. عبدالعزيز، إبراهيم نبيل (2006): الأسس الفنية لرياضة المبارزة، ط3: (القاهرة، مركز الكتاب للنشر).

10. عثمان، محمد عبد الغني(1987) ؛ التعلم الحركي والتدريب الرياضي ، ط1 ، (الكويت، دار القلم).
11. علاوي، محمد حسن، وراتب، أسامة كامل (1999) ؛ البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي، ط2 .(القاهرة، دار الفكر العربي).
12. فوزي، نبيل محمد(1991)؛ تأثير برنامج مقترح لبعض العناصر البدنية على المستوى المهاري وبعض القياسات الوظيفية والجسمية للاعبين سلاح الشيش ، رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة ، جامعة حلوان.
13. قاسم، أحمد صباح (2005)؛ اثر التدريب استخدام اثقال اضافيه في عدد من عناصر اللياقة البدنية والحركية الخاصة للاعبين المبارزة بسلاح الشيش : (رسالة ماجستير، جامعة الموصل، كلية التربية الرياضية).
14. محجوب، وجيه(1987)؛ علم الحركة والتطور الحركي للإنسان من الولادة حتى سن الشيخوخة-ج2- (بغداد، مطبعة جامعة بغداد) .
15. المصطفى عبد العزيز عبد الكريم(1996)؛ التطور الحركي للطفل. ط2. (الرياض، دار روائع الفكر للنشر والتوزيع).

16. Olympic solidarity(1997): Equipment for playing areas and school sport – facilities , the international association for sport and recreational facilities lausane.