

علاقة بعض القدرات الحركية بدقة أداء مهارة الرفس لدى لاعبي الكيوكوشنكاي كراتيه الشباب

م. م منى حميد جاسم

munahameed@gmail.com

أ.د محمد صالح محمد

dr.ms56@yahoo.com

الكلمات المفتاحية: القدرات الحركية ، مهارة الرفس ، الكيوكوشنكاي كراتيه

الملخص

تجلت مشكلة البحث في أن لعبة الكيوكوشنكاي وخصوصاً في النزال يتطلب من اللاعب التحرك بالرجلين للهجوم وميلان الجذع للدفاع ومن خبرة الباحثون في هذا المجال كان لابد من دراسة العلاقة بين القدرات الحركية ومهارة الرفس لمعرفة قوة ونوع هذه العلاقة ليتم في حالة وجود علاقة توجيه اللاعبين والمدربين في الاهتمام بتنمية هذه القدرات في الوحدات التدريبية للوصول باللاعب الى أفضل المستويات. هدف البحث التعرف على العلاقة بين بعض القدرات الحركية بدقة أداء مهارة الرفس لدى لاعبي الكيوكوشنكاي كراتيه الشباب، فرض البحث لا توجد علاقة بين بعض القدرات الحركية ودقة أداء مهارة الرفس لدى لاعبي الكيوكوشنكاي كراتيه الشباب، استخدم الباحثان المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية لملائمته لطبيعة مشكلة البحث، وان مجتمع البحث لاعبي الكيوكوشنكاي الشباب بعمر (١٧ - ١٩) سنة في أندية محافظة بغداد ، اذ تم اختيار ثلاثة اوزان من مجموع ستة اوزان اذ بلغ عدد لاعبين الكلي للأوزان الثلاثة العينة (٥٠) لاعب. وتوصل الباحثان إلى وجود علاقة ارتباط طردية معنوية بين التوافق ودقة أداء مهارة الرفس (ماي كيري)، وجود علاقة ارتباط طرية معنوية بين الرشاقة الخاصة ودقة أداء مهارة الرفس (ماي كيري) .

الاستنتاجات: ان ارتفاع مستوى التوافق (الرجلين والعينين) للاعب تزيد دقة أداء مهارة الرفس (ماي كيري)، ان ارتفاع مستوى الرشاقة الخاصة للاعب تزيد دقة أداء مهارة الرفس (ماي كيري)، التوصيات: استخدام التمرينات الخاصة للرشاقة والتوافق من قبل المدربين في الوحدات التدريبية، إجراء دراسات وبحوث مشابهة للرشاقة والتوافق في ألعاب أخرى.

Some kinetic ability is closely related to the kicking skill of Kyokushinkai

Karate young players

M. M Mona Hamid Jasim

munahameed@gmail.com

Prof. Mohamed Saleh Mohamed

dr.ms56@yahoo.com

Key words: kinetic abilities, kicking skill, Kyokushinkai karate

Abstract

The research problem was manifested in the fact that the Kyushinkai game, especially in the battle, requires the player to move the two men to attack and the tilt of the trunk to defend. By developing these capabilities in the training units to bring the player to the best levels. The aim of the research is to identify the relationship between some kinetic abilities with accurate performance of kicking skill among Kyokushinkai Karate youth players. Assumption of the research There is no relationship between some kinetic abilities and the accuracy of kicking skill performance of Kyokushinkai Karate players for young people. Research community Young Kyokushinkai players (17-19 years old) in Baghdad governorate clubs, as three weights were chosen from a total of six weights, as the total number of players for the three weights was (50) players. The researchers found that there was a significant correlation between morale and accuracy of kicking skill performance (May Kerry), and a relationship of moral relationship between special agility and accuracy of kicking skill (May Kerry).

Conclusions: The higher the level of compatibility (the men and the eyes) of the player increases the accuracy of the kicking skill (May Kerry), the higher the level of agility of the player increases the accuracy of the kicking skill (May Kerry), recommendations: the use of special exercises for agility and compatibility by coaches in training units Perform similar studies and research on agility and compatibility in other games.

١- التعريف بالبحث:

١- مقدمة البحث وأهميته: ان لعبة الكيكوشنكاى واحدة من ألعاب الفنون القتالية التي تعتمد على بعض القدرات الحركية الخاصة وفقاً للمبادئ التدريبية التي تساهم في تطوير المتغيرات المرتبطة بالأداء الفني للحركة المطلوبة، وان هذه اللعبة تتطلب قدرات حركية خاصة كالتوافق والدقة وشدة وارتخاء العضلات في الأوقات المناسبة وإمكانيات عالية للجهازين العصبي والعضلي فضلاً عن بعض المواصفات الجسمانية للاعب الكيكوشنكاى اذ أن الأداء يعتمد على تطبيق النواحي الفنية بشكل متكامل أثناء الهجوم أو الدفاع ، وتضم الكثير من المثيرات التي تهر في المنافسات عندما يقوم اللاعب بتنفيذ حركة دفاعية معينة ناتجة عن استثارة جزء معين بالمخ والمختص بالحركة وفي الوقت نفسه يقوم اللاعب المنافس بحركة مفاجئة مغايرة تستلزم القيام بحركة دفاعية مناسبة وسريعة وعندها يصعب على اللاعب المدافع تغيير حالته الدفاعية الصحيحة في اللحظة التي يظهر فيها المثير أو عقب ظهوره مباشرة، وتتجلى أهمية البحث الحالي في ربط الاداء الفني لمهارة الرفس ببعض القدرات الحركية لمعرفة العلاقة بينها لكي يتم التركيز على تطويرها في تدريب لاعبي الشباب الكيكوشنكاى كراتيه.

٢- مشكلة البحث: ان لعبة الكيكوشنكاى من الألعاب التي فيها الضربة القاضية سواء اكانت بالرفس او اللكم وهذا يتطلب من اللاعب ان يمتلك العديد من القدرات البدنية والحركية والمهارات التي تمكنه من السيطرة في النزال خاصة وان النزال يتطلب من اللاعب التحرك بالرجلين للهجوم وميلان الجذع للدفاع ومن خبرة الباحثون في هذا المجال كان لابد من دراسة العلاقة بين القدرات الحركية ومهارة الرفس لمعرفة قوة ونوع هذه العلاقة ليتم في حالة وجود علاقة توجيه اللاعبين والمدربين في الاهتمام بتنمية هذه القدرات في الوحدات التدريبية للوصول باللاعب الى أفضل المستويات.

٣-١ هدف البحث :

١. التعرف على العلاقة بين بعض القدرات الحركية بدقة أداء مهارة الرفس لدى لاعبي الكيكوشنكاى كراتيه الشباب.

٤-١ فرض البحث :

١. لا توجد علاقة بين بعض القدرات الحركية ودقة أداء مهارة الرفس لدى لاعبي الكيكوشنكاى كراتيه الشباب.

٥-١ مجالات البحث:

١-٥-١ المجال البشري: لاعبي أندية بغداد لكيكوشنكاى كراتيه فئة الشباب.

٢-٥-١ المجال الزماني : الاحد ٢ / ٢٠٢٠ / ٢ لغاية ٢٠٢٠ / ٦ / ٢٠٢٠

٣-٥-١ المجال المكاني: المركز التدريبي التابع للاتحاد العراقي المركزي للكيكوشنكاى كراتيه في بغداد.

٢- منهجية البحث واجراءاته الميدانية:

١-٢ منهج البحث : ان اختيار المنهج الملائم لطبيعة المشكلة المراد بحثها له أهمية كبيرة للباحث وعليه استخدم الباحثون المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية لملائمته لطبيعة مشكلة البحث.

٢-٢ مجتمع البحث وعيناته: تم تحديد مجتمع البحث الحالي بلاعبي الكيكوشنكاى الشباب بعمر (١٧ - ١٩) سنة في أندية محافظة بغداد ، اذ تم اختيار ثلاثة اوزان من مجموع ستة اوزان اذ بلغ عدد لاعبين الكلي للأوزان الثلاثة (٦٠) لاعب مسجلين في كشوفات الاتحاد العراقي المركزي الكيكوشنكاى ، وتم استبعاد (١٠) لاعبين لمشاركته في التجربة الاستطلاعية وبذلك اصبح عدد افراد العينة (٥٠) لاعب وقد بلغت النسبة المئوية (٨٣%) .

٣-٢ أدوات البحث والأجهزة المستعملة: الاختبارات-المقابلة-المصادر والمراجع العلمية -الدراسات والبحوث السابقة-الشبكة الدولية للمعلومات (الانترنت) -الوسائل الإحصائية -حاسبة يدوية-فريق العمل المساعد-ساعات الكترونية-أقلام حبر وأقلام رصاص-قفازات للرجلين -حاسبة (لاب توب) كورية الصنع عدد(١)

٢-٤ إجراءات البحث الرئيسية :

٢-٤-١ تحديد القدرات الحركية: اختار الباحثون بعض القدرات الحركية الضرورية للاعب الكيكوشنكاوي الشباب وتضمن (توافق الرجلين والعينين - الرشاقة الخاصة).

٢-٤-٢ تحديد اختبارات القدرات الحركية و دقة أداء مهارة الرفس: لغرض اختبار متغيرات البحث التابعة (دقة أداء مهارة الرفس) والمستقلة (توافق الرجلين والعينين - الرشاقة الخاصة) قام الباحثون بتحديد الاختبارات التالية:

- الاختبار الأول: أسم الاختبار : اختبار الدوائر المرقمة .
- الغرض من الاختبار : قياس توافق الرجلين والعينين .
- الامكانيات والأدوات : ساعة إيقاف ، يرسم على الأرض ثماني دوائر قطر كل منها (٦٠ سم) ترقيم الدوائر من (١ - ٨).
- طريقة الأداء : يقف المختبر داخل الدائرة رقم (١) وعند رؤية إشارة البدء يقوم بالوثب بالقدمين معاً الى الدائرة رقم (٢) ثم الدائرة رقم (٤) حتى الدائرة رقم (٨) يتم ذلك بأقصى سرعة.
- عدد المحاولات : يمنح كل مختبر محاولتان.
- التسجيل : يسجل للمختبر الزمن الذي يستغرقه في الانتقال عبر الثماني دوائر لأفضل محاولة .
- الاختبار الثاني:
- أسم الاختبار : اختبار الرشاقة الخاصة المعدل .
- الغرض من الاختبار : قياس الرشاقة الخاصة بلاعب الكيكوشنكاوي كراتيه .
- الامكانيات والأدوات : أرض مستوية- شواخص عدد (٨) - دروع تدريب متوسطة عدد (٦).
- طريقة الأداء : يرسم خط البداية ثم توضع خمسة شواخص يفصل بينهما مسافة متر واحد يمسك ستة مساعدين دروع اليد المتوسطة الحجم بحيث تكون ثلاثة على كل جهة من خط الشواخص ويبدأ مسار اللاعب بشكل زكزاك بين الشواخص مع أداء مهارة الرفس على دروع اليد.
- عدد المحاولات : يمنح كل مختبر (٣) محاولات.
- التسجيل : يسجل للمختبر معدل الزمن الذي يستغرقه في أداء المحاولات الثلاث.
- * الاختبار الثالث:
- أسم الاختبار: اختبار الكيس المرقم لقياس دقة أداء مهارة الرفس.
- الهدف من الاختبار : اختبار دقة أداء مهارة الرفس بالكيكوشنكاوي كراتيه .
- الامكانيات والأدوات : كفوف - كيس مرقم - ساعة توقيت الالكترونية - مساعدون.
- طريقة الأداء: يقف المختبر وعند سماع إشارة البدء يقوم بالرفس على الأرقام المرسومة على الكيس الذي يمسك به مساعدان لمنع تحركه .
- طريقة التسجيل :
- ١- تسجل الكلمات لكلا المختبرين .
- ٢- تسجيل عدد الكلمات الصحيحة لكلا المختبرين .
- ٣- تسجيل الدفاعات الناجحة لكلا المختبرين .
- ٢-٥ التجربة الاستطلاعية : تعد التجربة الاستطلاعية "تدريباً عملياً للباحث للوقوف بنفسه على السلبيات والايجابيات التي تقابلها في اثناء الاختبارات لتفاديه مستقبلاً . (قاسم حسن المندلاوي ، وآخرون) (١:ص١٠٧)
- قام الباحثون بأجراء التجربة الاستطلاعية في يوم الاحد ٢٠١٩/٣/٧ الساعة الرابعة عصراً وفي القاعة الداخلية في المركز التدريبي لاتحاد الكيكوشنكاوي كراتيه في شارع فلسطين واجريت التجربة الاستطلاعية على عينة من مجتمع البحث بلغ عددها (١٠) لاعبين وكان الهدف من تنفيذ التجربة الاستطلاعية هو :
- التعرف على المعوقات والصعوبات التي يمكن ان تواجه الباحثون خلال التجربة الرئيسية .
- التعرف على سلامة الاجهزة والادوات المستخدمة .
- التأكد من أستعاب أفراد العينة لطريقة تطبيق الاختبارات .
- معرفة الوقت اللازم لتنفيذ القياسات والاختبارات .
- كفاءة فريق العمل المساعد .

- استخراج الاسس العلمية.

٢-٦ استخراج الاسس العلمية للاختبارات:

٢-٦-١ صدق الاختبارات: الصدق يعني " يكون الاختبار صادقاً عندما يقيس الغرض الذي وضع من أجله (خير الدين علي احمد عويس) (٢: ص ٥٣) وقد تم ايجاد معامل الصدق للاختبارات البدنية والحركية والمهارية عن طريق عرضها على لجنة من المختصين وبذلك تكون الاختبارات قد حصلت على الصدق الظاهري "أن هذا النوع من الصدق يتحقق عندما يستنتج خبيراً أو عدة خبراء أن الاختبار يقيس السمة المطلوبة" (فؤاد أبو حطب والسيد أحمد عثمان) (٣: ص ٨٧) وكما مبين في الجدول (١):

٢-٦-٢ ثبات الاختبارات: "يقصد بثبات الاختبار مدى الدقة أو الإتقان أو الاتساق الذي يقيس به الاختبار الظاهرة التي وضع من اجلها (محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان) (٤: ص ٢٧٨) وبناءاً على ذلك سعى الباحث الى ايجاد معامل الثبات للاختبارات بطريقة تطبيق الاختبار واعادة تطبيقه على العينة نفسها " ان هذه الطريقة تعتبر من انسب الطرق لتحديد ثبات الكثير من المقاييس والاختبارات في المجال الحركي (٥: ص ٢٨٤) وتم اجراء الاختبار الاول بتاريخ (٢٠١٩/٢/٢٣) واعيد الاختبار بتاريخ (٢٠١٩/٣/٢)، وبعد ذلك تم استخراج معامل الثبات للاختبارات عن طريق حساب معامل ارتباط الرتب (سبيرمان) اذ ظهر أن جميع الاختبارات تتمتع بثبات عال، والجدول (١) يبين ذلك:

٢-٦-٣ موضوعية الاختبارات: "الموضوعية العالية لاختبار ما تظهر حينما تقوم مجموعة مختلفة من المدرسين أو المحكمين بحساب درجات الاختبار في الوقت نفسه يطبق على مجموعة من الأفراد ثم يحصلون على النتائج نفسها تقريباً (٦: ص ٢٧٩) وتم استخراج الموضوعية عن طريق محكمين يقومان بتسجيل نتائج عينة التجربة الاستطلاعية، وتم حساب معامل ارتباط الرتب (سبيرمان) بين نتائج المحكم الأول والثاني اذ ظهرت جميع الاختبارات ذات موضوعية عالية، والجدول (١) يبين ذلك :

جدول (١) يبين معامل الثبات الموضوعية للاختبارات

تبارات	دق	ت	ضوعية
ق الرجلين والعينين	١٠٠%	٠,٩٣	٠,٨٨
باقة الخاصة		٠,٩٥	٠,٩٢
أداء مهارة الرفس		٠,٩٠	٠,٩٥

٢-٧ التجربة الميدانية الرئيسة: بعد ان تم أكمل كافة متطلبات البحث من حيث تحديد الاختبارات واجرائها في أيام (١٢ - ١٣ - ٢٠١٩/ ٣/ ١٤) قام الباحثون بتطبيق الاختبارات على عينة التجربة الرئيسة البالغ عددها (٥٠) لاعب وبعدها تم تفرغ البيانات واجراء المعالجات الإحصائية.

٢-٨ الوسائل الاحصائية: استخدام البرنامج الاحصائي (Spss) و(Excel) لتحليل نتائج البحث، فضلاً عن استخدام بعض الوسائل الاحصائية بشكل مباشر.

٣- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

٣-١ عرض نتائج العلاقة بين التوافق ومهارة الرفس (ماي كيري) وتحليلها ومناقشتها:

جدول (٢) يبين قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ر) لنتائج العلاقة بين التوافق ومهارة الرفس (ماي كيري)

المتغيرات	وحدة القياس	س	ع	قيمة (ر) المحسوبة	مستوى الدلالة	نوع الدلالة
التوافق (الرجلين والعينين)	ثا	١٠,١٥	٠,٦٩	٠,٩١	٠,٠٠	معنوية
الرفس (ماي كيري)	درجة	٧,٣٣	٠,٦٣			

يتبين من خلال الجدول (٢) أن قيمة معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بين التوافق ودقة أداء مهارة الرفس (ماي كيري) تبلغ (٠,٩١) بمستوى دلالة (٠,٠٠) وهي أقل من (٠,٠٥) وتمثل علاقة ارتباط طردية معنوية أي كلما زاد مستوى التوافق (الرجلين والعينين) للاعب زادت دقة أداء مهارة الرفس (ماي كيري) وتوضح أهمية التوافق العضلي العصبي من خلال قدرة اللاعب على التوازن والارتكاز وكذلك تنظيم الأفعال الحركية أثناء اللعب ، أن الاهتمام بأعداد اللاعبين أعداداً متكاملة من جميع النواحي وبالأخص التركيز على التوافق العضلي العصبي سوف يجعل اللاعب يتمتع بقدرة عالية على إمكانية

أداء المهارات الأساسية لكون جميع الحركات التي يؤديها اللاعب ناتجة عن عمل عضلة واحدة أو مجموعة عضلية وفي بعض الأحيان يتطلب الأمر اشتراك مجاميع عضلية عديدة، "اذ يعد التوافق من عناصر اللياقة البدنية ومن مكوناتها المتعددة التي متى ما يكتسبها الرياضي ستحدد له الخبرة الحركية التي هي حاصل جمع وتمازج" (ساري احمد ؛ نورما عبد الرزاق) (٧ : ص ٥٢)

٢-٣ عرض نتائج العلاقة بين الرشاقة الخاصة ومهارة الرفس (ماي كيري) وتحليلها ومناقشتها:

جدول (٣) يبين قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ر) لنتائج العلاقة بين

الرشاقة الخاصة ومهارة الرفس (ماي كيري)

المتغيرات	وحدة القياس	س	ع	قيمة (ر) المحسوبة	مستوى الدلالة	نوع الدلالة
الرشاقة الخاصة	ثا	١٠,١٥	٠,٦٩	٠,٨٩	٠,٠٠	معنوية
الرفس (ماي كيري)	درجة	٧,٣٣	٠,٦٣			

ينبين من خلال الجدول (٣) أن قيمة معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بين الرشاقة الخاصة ودقة أداء مهارة الرفس (ماي كيري) تبلغ (٠,٨٩١) بمستوى دلالة (٠,٠٠) وهي أقل من (٠,٠٥) وتمثل علاقة ارتباط طردية معنوية أي كلما زاد مستوى الرشاقة الخاصة للاعب زادت دقة أداء مهارة الرفس (ماي كيري)، أن من أهم الأشياء التي يجب العمل على تطويرها وتنميتها هي قدرة الرشاقة خلال التطبيق العملي التي تؤدي إلى تنمية قدرة اللاعب على زيادة المهارات الحركية، والقدرة على التوافق فيما بينها، وقدرة اللاعب أيضا على ارتخاء العضلات خلال الأداء، حيث يؤدي هذا إلى الوصول إلى نتائج جيدة في جميع أشكال الرياضة وللوصول إلى ارتخاء كامل لجميع العضلات خلال وقت النزال لا بد للمتسابق أن يتدرب على هذا الأداء قبل وقت المسابقة فالقدرة على إظهار الرشاقة والاتصاف بها عند الفرد الرياضي هو نتيجة الخبرة والثراء الحركي المكتسبين طيلة المراحل العمرية السابقة، وما فيها من تجارب ومعايشة للمواقف المتعددة في الألعاب والتمارين.

٤- الاستنتاجات والتوصيات:

١-٤ الاستنتاجات:

- ١- ان ارتفاع مستوى التوافق (الرجلين والعينين) للاعب تزيد دقة أداء مهارة الرفس (ماي كيري).
- ٢- ان ارتفاع مستوى الرشاقة الخاصة للاعب تزيد دقة أداء مهارة الرفس (ماي كيري).

٢-٤ التوصيات:

- ١- استخدام التمرينات الخاصة للرشاقة والتوافق من قبل المدربين في الوحدات التدريبية.
- ٢- إجراء دراسات وبحوث مشابهة للرشاقة والتوافق في ألعاب أخرى.

المصادر

١. قاسم حسن المندلاوي (وآخرون): الاختبارات والقياس والتقويم في التربية الرياضية، بغداد، بيت الحكمة، ١٩٨٩، ١٠٧، ص ١٩٨٩.
٢. خير الدين علي احمد عويس؛ دليل البحث العلمي، القاهرة، دار الفكر العربي، ١٩٩٩، ص ٥٣.
٣. فؤاد أبو حطب والسيد أحمد عثمان: التقويم النفسي، ط ٢، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة، ١٩٧٩م، ص ٨٧.
٤. محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان: القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي، ط ٢، القاهرة، دار الفكر العربي، ٢٠٠٠، ص ٢٧٨.
٥. ساري احمد حمدان ونورما عبد الرزاق سليم: اللياقة البدنية والصحة، ط ١، دار وائل للطباعة والنشر، ٢٠٠١، ص ٥٢.