

دراسة تحليلية لبطولة الجائزة الكبرى للتايكوندو موسكو ٢٠١٥م

د.محمد مجدى عماره

مدرس بقسم تدريب الرياضات الفرديه

بكلية التربية الرياضيه للبنين بالهرم - جامعه حلوان

ملخص البحث

يهدف هذا البحث من خلال بطولة الجائزة الكبرى (موسكو ٢٠١٥م) إلى التعرف على المهارات الأكثر شيوعاً والأكثر فاعلية في الأوزان المختلفة، والمهارات الأكثر فاعلية بالنسبة للمهارات الشائعة لكل وزن ولجميع الأوزان، والفروق بين الفائزين والمهزومين في المهارات الأكثر شيوعاً والأكثر فاعلية في الأوزان المختلفة، والفروق بين الأوزان المختلفة في مجموع المهارات الأكثر شيوعاً والأكثر فاعلية واشتملت عينة البحث على (٨٠) مباراه إختيرت عشوائياً من الأدوار التمهيديه حتى النهائيه للأوزان الأولمبيه (٥٨ كجم - ٦٨ كجم - ٨٠ كجم - ٨٠+ كجم) ببطولة الجائزة الكبرى (موسكو ٢٠١٥م) في الفترة من ١٤ - ١٦ / ٨ / ٢٠١٥م وكانت أهم النتائج التوصل إلى المهارات الأكثر شيوعاً والأكثر فاعلية (إحراز النقاط) لكل وزن، والمهارات الأكثر فاعلية بالنسبة للمهارات الشائعة لكل وزن ولجميع الأوزان، والفروق بين الفائزين والمهزومين في المهارات الأكثر شيوعاً والأكثر فاعلية لكل وزن، والفروق بين الأوزان المختلفة في مجموع المهارات الأكثر شيوعاً والأكثر فاعلية للاعبى التايكوندو ببطولة الجائزة الكبرى موسكو ٢٠١٥م.

المقدمة

إن إستخدام الأسلوب العلمى فى طرق القياس والتقييم الخاصة بالجانب المهارى فى رياضة المستويات العليا يؤدى إلى النهوض والإرتقاء بالمستوى الفنى للأداء بغرض تحقيق أفضل النتائج الممكنه.(٧:٥)

ولقد تطورت رياضة التايكوندو فى الأونه الأخيره بشكل سريع وملحوظ خاصة بعد التعديلات الأخيره للقانون الدولى والذى يفرض على ممارسى هذه الرياضه ضروره تطوير الأداء من جميع النواحي لمجاراة هذه التعديلات الأمر الذى يجعل البحث فى كيفية تطوير الأداء أمر هام وضرورى للوصول بلاعب التايكوندو إلى أعلى المستويات.(٤:٧)

وإن من المتطلبات الأساسيه للعمل التدريبي إجراء تحليل ودراسه الأداء المهارى للاعبى رياضه التايكوندو لتشخيص ومعالجه الأخطاء التى تحدث نتيجة تعدد حالات وظروف اللعب المتنوعه والتعقيدات التى ترافق الأداء نفسه والتى تظهر أثناء الأداء الفعلى للمنافسات بصوره حقيقيه، لأن اللاعب خلال التدريب لا يظهر قابليته المهاريه الحقيقيه للأداء الجدى المثمر بسبب عدم شعوره بالظروف الحقيقيه للمنافسه.(٤:٢)

ويشير هيثم فتح الله إلى أنه عن طريق التقييم يمكن أن نحصل على المعلومات التي نحتاجها لتقويم فاعلية التدريب وتحليله للوقوف على جوانب القوة والضعف الموجودة في اللاعب المحتمل مقابلته في البطولة وكذا حصر وتحديد إستراتيجية اللعب أمام المنافس وكيفية تنفيذها وكذا الإيجابيات والسلبيات. (٥:٩)

ويعتبر تحليل المباريات عمليه إختبار وتقييم للاعبين للوقوف على مستوى التدريب من أكثر أساليب التقويم شيوعا إلى أنه يمكن قياس مستوى الأداء المهارى خلال المباريات بواسطة تحليل المباريات المسجله على شرائط الفيديو أو من خلال الملاحظة الموضوعيه للأداء المهارى للاعبين مباشرة أثناء المباراه أو عن طريق التحليل الإحصائى للمباريات. (١:١)

أيضا هناك حاجة لمواصله دراسته تلك العوامل التى يمكن أن تساعدنا على فهم وتفسير أفضل أداء للاعب التايكوندو ومنها دراسته المهارات التكنيكيه والتكتيكيه ومعرفه الأكثر شيوعا منها فى المباريات والأكثر

فاعليه والإختلافات فى التقنيات الشائعه للفائزين والتي تتغير من حين لآخر وخصوصا بعد أى تحديثات القانون الدولى لرياضه التايكوندو. (١١٢:١١)(١٤١:١٢)

ولقد حققت رياضة التايكوندو فى السنوات الأخيره إنجازات كبيره سواء كان ذلك على المستوى العالمى أو الأوليمبى ولكى نحافظ على هذه الإنجازات يجب الإهتمام بالأداء المهارى ومحاولة الإرتقاء بمستوى اللاعبين والوصول بهم إلى أعلى المستويات المهاريه والخططيه ولن يأتى هذا إلا بتحليل المباريات للوقوف على مواطن القوة والضعف والمهارات الأكثر شيوعا وكذلك الأكثر فاعليه (المحرزه للنقاط) حتى يتسنى لنا تطوير مستوى أداء اللاعبين وإتقانهم المهارات الأكثر تحقيقا للفوز وإحرازا للنقاط الفنيه للفوز بالمباراه خاصة بعد التعديلات الأخيره للقانون الدولى والخاصه بالتحكيم الإلكترونى ونظام السنسور الجديد للمباراه التى تقام على ملعب أصبح ثمانى الأضلاع بمساحة ٨*٨م الأمر الذى دعى الباحث للقيام بعمل " دراسته تحليليه لبطوله الجائزه الكبرى للتايكوندو موسكو ٢٠١٥م".

أهداف البحث: يهدف هذا البحث من خلال بطولة الجائزه الكبرى (موسكو ٢٠١٥م) إلى التعرف على:

- ١- المهارات الأكثر شيوعا والأكثر فاعليه فى الأوزان المختلفه.
- ٢- المهارات الأكثر فاعليه بالنسبه للمهارات الشائعه لكل وزن ولجميع الأوزان.
- ٣- الفروق بين الفائزين والمهزومين فى المهارات الأكثر شيوعا والأكثر فاعليه فى الأوزان المختلفه.
- ٤- الفروق بين الأوزان المختلفه فى مجموع المهارات الأكثر شيوعا والأكثر فاعليه.

تساؤلات البحث

- يحاول هذا البحث من خلال تحليل مباريات التايكوندو ببطولة الجائزه الكبرى المقامة في موسكو في الفترة من ١٤ - ١٦ / ٨ / ٢٠١٥م الإجابة على التساؤلات التالية:
- ١- ما هي المهارات الأكثر شيوعا والأكثر فاعليه في الأوزان المختلفه.
 - ٢- ما هي المهارات الأكثر فاعليه بالنسبه للمهارات الشائعه لكل وزن ولجميع الأوزان.
 - ٣- هل توجد فروق داله احصائيا بين اللاعبين الفائزين والمهزومين بالأوزان المختلفه في المهارات الأكثر شيوعا والأكثر فاعليه.
 - ٤- هل توجد فروق داله إحصائيا بين الأوزان المختلفه في مجموع المهارات الأكثر شيوعا والأكثر فاعليه.

المصطلحات الشائعه في البحث:

- ١- المهارات الأكثر استخدام: هي المهارات التي يتم تكرارها سواء كانت هجوميه أو دفاعيه بغض النظر عن إحرارها للنقاط. (تعريف إجرائي)
 - ٢- المهارات الأكثر فاعليه: هي المهارات التي يتم تكرارها سواء كانت هجوميه أو دفاعيه وتكون محرزه للنقاط. (تعريف إجرائي)
- الدراسات السابقه:

- ١- قام عصام الدين عبد الفتاح رضوان: (٢٠٠٥م) بدراسه عنوانها دراسه تحليليه للأساليب الهجوميه للاعبى سيف المبارزه وعلاقتها بنتائج المباريات خلال أدوار المنافسات (عمومى) وهدف البحث إلى التعرف على الأساليب الهجوميه الأكثر شيوعا والتعرف على الفائزين والمهزومين فى الأساليب الهجوميه ونجاح وفشل كل أسلوب هجومى وأستخدم الباحث المنهج الوصفى لملائمته لطبيعته هذا البحث وعلى عينه قوامها ١٣٤ مباراه من بطوله الجمهوريه للسلاح مرحله (العمومى) ٢٠٠٥م وكانت أهم النتائج التعرف على الفروق فى الأساليب الهجوميه الشائعه والفروق بين الفائزين والمهزومين فى الأساليب الهجوميه الشائعه فى الأدوار التمهيديه وخروج المغلوب من بطوله الجمهوريه. (٣)
- ٢- قام أحمد عبد الحميد عماره: (٢٠٠٨م) بدراسه عنوانها "دراسه تحليليه لأكثر المهارات شيوعا وفاعليه ببطوله العالم للكبار للمصارعه الرومانيه ٢٠٠٧م بأزريجان" وهدف البحث إلى معرفه أكثر المهارات شيوعا وأكثرها فاعليه للأوزان الخفيفه والمتوسطه والثقيله وكذلك للفائزين والمهزومين وتم استخدام المنهج الوصفى لملائمته لطبيعته هذه الدراسه وتمت على عينه قوامها (١٥٦) مباراه، وكانت أهم النتائج التوصل إلى أكثر المهارات شيوعا وأكثرها فاعليه لفئات الأوزان المختلفه وكذا أكثر المهارات شيوعا وفاعليه للفائزين والمهزومين لفئات الأوزان المختلفه. (١)

٣- قام خالد محمود أحمد: (٢٠١٠م) بدراسة عنوانها "دراسة فاعلية الاداء المهاري للاعبين التايكوندو" وهدف البحث إلى تقويم فاعلية الأداء الفني وتم استخدام المنهج الوصفي لملائمته لطبيعته هذه الدراسة وتم عمل الدراسة على عينه قوامها (٤) من لاعبين التايكوندو المشاركين في النزلات النهائية لبطولة العراق للمتقدمين بالأوزان الأولمبية للشباب, وكانت أهم النتائج أنه غلب الطابع الهجومي في الجولات الأولى والرجوع إلى الدفاع في الجولات الأخرى, عدم الإهتمام بجوانب التدريب العقلي والإعداد النفسي للمنافسات وقصور في الإعداد الخطى للحالات الطارئه في المباراه.(٢)

٤- قام موفق صينخ جعفر: (٢٠١٠م) بدراسة عنوانها "دراسة تحليليه للمركبات الهجوميه لبعض الفرق العالميه بلعبه الكره الطائره" وهدف البحث إلى التعرف على الفروق بين المحاولات الناجحه والفاشله للهجوم العالى والسريع للمراكز الأماميه والتعرف على الفروق بين المحاولات الناجحه والفاشله للمركبات الهجوميه الأماميه والخلفيه وأستخدم الباحث المنهج الوصفي لملائمته لطبيعته هذا البحث وتمت الدراسة على عينه قوامها ٥ فرق من الفرق المشاركه فى بطوله كأس العالم ٢٠٠٨م وكانت أهم النتائج التعرف على أكثر المحاولات الناجحه وأكثر المحاولات الفاشله للمركبات الهجوميه الخاصه بالفرق عينه البحث.(٨)

(٤٠١٤م) بدراسة عنوانها "التحليل التكتيكي للفائزين وغير الفائزين Falco,C,and others:٥- قام فى بطوله الجامعات للتايكوندو" وهدف البحث إلى تحليل الأداء الخطى للفائزين والمهزومين فى بطوله الجامعات شيزهن بالصين وعلى عينه قوامها ٣٥٦ لاعب من المشاركين بالبطوله وأستخدم الباحثين المنهج الوصفي لملائمته لطبيعته هذا البحث وكانت أهم النتائج وجود فروق داله إحصائيا لصالح الفائزين فى الهجوم المضاد والهجوم الخلفى والتوقع وتفوق غير الفائزين فى الهجوم المباشر وغير المباشر.(١٠)

إجراءات البحث

منهج البحث: استخدم الباحث المنهج الوصفي لملاءمته لطبيعة هذه الدراسة ولتحقيق أهدافها.

عينة البحث:

إشتملت عينة البحث على (٨٠) مباراه إختيرت عشوائيا من الأدوار التمهيديه حتى النهائيه لبطولة الجائزه الكبرى (موسكو ٢٠١٥م) فى الفترة من ١٤ - ١٦ / ٨ / ٢٠١٥م وقد اشتملت العينة على (٢٠) مباراه لميزان (٥٨كجم) و (٢٠) مباراه لميزان (٦٨ كجم) و(٢٠) مباراه لميزان (٨٠كجم) و(٢٠) مباراه لميزان (٨٠+ كجم).

أدوات وأجهزة جمع البيانات:

١- إستماره تسجيل مباراه تايكوندو من إعداد الباحث.

٢- القناة التلفزيونية الناقله للبطوله على الإنترنت. (١٣)

٣- لاب توب.

محتوى الإستثمار: إحتوت الإستثماره ملحق (١) على ١٥ مهاره لحساب عدد مرات إستخدامها وعدد مرات فاعليتها ومجموعهما لكلا اللاعبين الأزرق والأحمر ويسجل الفائز وتسجل الملاحظات على المباراه، وقد قام الباحث بطرح هذه الإستثماره على الخبراء ملحق (٢) للتأكد من صلاحية بنودها لتحقيق أهداف البحث.

الدراسة الاستطلاعية :- قام الباحث بإجراء دراسته إستطلاعية إشتملت على عدد (١) مباراه من بطولة الجائزه الكبرى موسكو ٢٠١٥م بهدف التعرف على كيفية تسجيل المهارات ومدى صلاحية إستثماره التسجيل وحساب ثبات الإستثماره.

المعاملات العلميه للإستثماره:

أولاً: صدق الإستثماره: إستخدم الباحث صدق المحتوى وذلك لحساب النسبه المئويه لموافقه الخبراء على محتوى الإستثماره وقد جاءت نسبة الموافقه ١٠٠% على محتوى الإستثماره.

ثبات الإستثماره: ولحساب ثبات إستثماره تسجيل المباراه قام الباحث بتفريغ بيانات إحدى مباريات الدرسته وتم الإستعانه بأحد مدربين منتخب مصر للتايفونو لتفريغ بيانات نفس المباراه وذلك لحساب نسبة الإتفاق وأشار عفاف عبد الكريم (١٩٩٠م) (٦) إلى أنه يجب ألا تقل نسبة الاتفاق عن ٧٠% والتي تعبر عن ثبات الملاحظه ويتضح ذلك من تطبيق المعادله التاليه :-

$$\text{نسبة الاتفاق} = \frac{\text{عدد مرات الاتفاق}}{\text{عدد مرات الاتفاق} + \text{عدد مرات عدم الاتفاق}} \times 100$$

$$\text{عدد مرات الاتفاق بين الباحث والمدرّب} = \frac{7}{1+7} \times 100 = 87.5\%$$

وبما أن نسبة الإتفاق تجاوزت الـ ٧٠% فإن ذلك يشير إلى ثبات الإستثماره.

تنفيذ الدرسته :-

بعد التأكد من صلاحية إستثماره التسجيل ومعاملاتها العلميه قام الباحث بتحليل عينه البحث الـ (٨٠) مباراه وفقاً لتوزيع الأوزان الأربعة (٥٨ - ٦٨ - ٨٠ - ٨٠) كجم مسجلاً أكثر المهارات شيوعاً وأكثرها فاعليه وتم تسجيل المهارات الأكثر شيوعاً لكل وزن على حده وكذا المهارات الأكثر فاعليه وأيضاً المهارات الأكثر شيوعاً للفائزين والمهزومين وكذا الأكثر فاعليه وأخيراً حساب المهارات الأكثر فاعليه من المهارات الشائعه لكل وزن على حده وكذا للأوزان مجتمعه وإعداد البيانات للمعالجه الإحصائيه وذلك للإجابة على تساؤلات البحث .

المعالجات الإحصائية :

في ضوء أهداف وتساؤلات البحث استخدم الباحث المعالجات الإحصائية التالية :-
(المتوسط الحسابي - الانحراف المعياري - نسبة الإتفاق - النسبة المئوية - إختبار " كا^٢ ").

عرض النتائج

جدول (٦) التكرارات والنسبة المئوية وقيمة (كا) ودلالاتها للمهارات الأكثر شيوعا والأكثر فاعليه لجميع الأوزان

الأكثر فاعليه			الأكثر شيوعا				المهارات الأوزان	
الترتيب	قيمة كا	النسبة المئوية	التكرارات	الترتيب	قيمة (كا)	النسبة المئوية		التكرارات
الثالث	١٣.٦٨	%٢٤.١٠	٢٢٠	الثالث	٦.٩٢	%٢٤.٨٣	١٠٦٢	٥٨ كجم
الأول		%٢٨.٥٩	٢٦١	الثاني		%٢٥.١١	١٠٧٤	٦٨ كجم
الثاني		%٢٦.٨٣	٢٤٥	الأول		%٢٦.٤٤	١١٣١	٨٠ كجم
الرابع		%٢٠.٤٨	١٨٧	الرابع		%٢٣.٦١	١٠١٠	٨٠+ كجم
-	-	%١٠٠	٩١٣	-	-	%١٠٠	٤٢٧٧	المجموع

قيمة (كا) الجدولية ٧.٨٢ عند مستوى (٠.٠٥)

يتضح من جدول (٦) أنه توجد فروق داله إحصائيا في المهارات الأكثر فاعليه لجميع الأوزان لصالح وزن ٦٨ كجم ولا توجد فروق داله إحصائيا في المهارات الأكثر شيوعا لجميع الأوزان،
مناقشة النتائج:

١- مناقشة النتائج الخاصه بالتساؤل الأول الذي ينص على: ما هي المهارات الأكثر شيوعا والأكثر فاعليه في الأوزان المختلفه ببطولة الجائزه الكبرى (موسكو ٢٠١٥م) ويتضح من جدول (١) التكرارات والنسب المئوية للمهارات الأكثر شيوعا لجميع الأوزان ويرى الباحث أنه لم يتغير ترتيب مهارة دليو تشاجي كأكثر المهارات شيوعا لجميع الأوزان فمن المعتاد عليه أن تكون هذه المهارة أكثر المهارات شيوعا فهي أسهل وأسرع المهارات من حيث الأداء، وأما بالنسبة لأقل المهارات شيوعا فهو يعتبر تقدم كبير لمهاره أب تشاجي فعهدنا هذه المهارة كأساس للاعب التايكوندو ولا يتم أدائها في المنافسات نهائيا ويرى الباحث أن إستخدامها يرجع لتطبيق نظام السينسور الخاص بالكعب في هذه البطولة محاوله منهم لأخذ النقاط، وأنت هذه المهارة في المركز قبل الأخير في وزن ٦٨ كجم وجاءت مهارة تي نارا تشاجي كأقل نسبة إستخدام لنفس الوزن وهذا يرجع إلى صعوبه أداء هذه المهارة في فئه هذا الوزن وأما المهارات من المركز الثاني حتى الخامس فالأمر طبيعي إلا في مهارتي يب تشاجي وتي تشاجي فالأمر غير طبيعي وهذا يرجع إلى تطبيق الهوجو الإلكتروني ونظام السينسور الجديد والذي أتاح للاعب فرصه إستخدام كلتا مهارتيه لمحاوله إحراز النقاط بعد أن كان مستحيلا قبل الهوجو الإلكتروني إلا

لعمل البلوكات، وأما بالنسبة للمهارات المرتبه من السادس حتى الأخير فمن المعتاد أن تظهر فى هذه المرتبه نظرا لصعوبه الأداء مع نزال متزامن من كلا اللاعبين لكون بعضها من المهارات المركبه ذات الصعوبه المميزه للأداء.

ويتضح من جدول (٢) التكرارت والنسب المئوية للمهارات الأكثر فاعليه لجميع الأوزان حيث جاءت أكثر المهارات فاعليه مهاره دليو تشاجى لجميع الأوزان عدا وزن ٨٠ كجم فجاءت مهاره يب تشاجى كأكثر المهارات فاعليه ويرى الباحث أنه لم يتغير ترتيب مهاره دليو تشاجى كأكثر المهارات فاعليه فمن المعتاد عليه أن تكون هذه المهاره أكثر المهارات فاعليه فهى أسهل وأسرع المهارات من حيث الأداء وأما مهاره يب تشاجى فيرى الباحث أن وجودها كأكثر المهارات فاعليه لوزن ٨٠ كجم مفاجئه حيث أنها كانت قديما لا تستخدم قبل الهوجو الإلكتروني ونظام السينسور الجديد وأصبحت بعد الهوجو الإلكتروني والسنسور الخاص بالقدم من أكثر المهارات فاعليه لفئه هذا الوزن، وجاءت أقل المهارات فاعليه لوزن ٥٨ كجم مهاره أب تشاجى وهذا يعد تقدم كبير فعهدنا هذه المهاره كأساس للاعب التايكوندو ولا يتم أدائها فى المنافسات نهائيا ويرى الباحث أن فاعليتها ترجع لتطبيق نظام السينسور الخاص بالكعب فى هذه البطوله وأما وزن ٦٨ كجم فجاءت أقل المهارات فاعليه تى نارا تشاجى ويرى الباحث ان هذه المهاره تحتاج لمسافات كبيره بين اللاعبين والذى أصبح نادرا فى ملعب ثمانى الأضلاع بمساحة ٨*٨م أيضا مع لعب سريع ومتزامن بين كلا اللاعبين أيضا أصبح اللاعب يبحث عن المهارات السهله غير المعقده ليحرز بها النقاط وأما وزن ٨٠ كجم فجاءت مهاره تى أولجل دليو تشاجى كأقل نسبة فاعليه ويرى الباحث أن هذه المهاره تحتاج لمسافات كبيره بين اللاعبين وأيضا تعتمد على مدى حركى كبير (المرونه) مع سرعه كبيره والتي يصعب على لاعبي فئه هذا الوزن أدائها، وأما وزن ٨٠+ كجم فجاءت أقل المهارات فاعليه مهاره ٣٦٠ ويرى الباحث أنها من المهارات المركبه التى تحتاج لسرعه كبيره للدوران حول الجسم مع الضرب وتحتاج لقدرات توافقيه عايه مثل (القدره على تغيير الإتجاه - القدره على تقدير الوضع - القدره على بذل الجهد المناسب للمسافه والزمن والقوه) ويتفق هذا مع ما أشار اليه محمد عماره ٢٠١٠م حيث تحتاج تلك المهارات إلى قدرات توافقيه لتعطى مستوى متقدم من التحكم والسيطرة على الأداء ومعدل عال من الضبط والتحكم خلال الأداء الحركي. (٥:٦)

أيضا يوضح جدول (٢) مهارات لم تكن لها أى فاعليه والمهارات هى (تى أولجل دليو تشاجى- دبل دليو تشاجى- تى نارا تشاجى) لوزن ٥٨ كجم ومهارتى (تى نارا تشاجى-

تفريجي)، وهناك مهارات كانت ثابتة في الترتيب من الثاني حتى الخامس مهارات (يب تشاجي - تي يب تشاجي - مومتج تريجي) ويرى الباحث أن هذه المهارات فاعليتها أتت بشكل مفاجيء فمهاره يب تشاجي وتي يب تشاجي كانتا نادرا ما تستخدم قبل الهوجو الإلكتروني والسينسور الجديد وأما مومتج فكان يندر إحسابها أما بعد الهوجو الإلكتروني لم يتبقى للحكام سوى إحساب أشياء قليلة جدا وهذه المهارة من ضمنها. وأما بقيه المهارات التي أحتلت الترتيب من السادس حتى الأخير فأنت نسبة فاعليتها طبيعیه لفئات هذا الوزن، أيضا يرى الباحث أنه لابد من إهتمام المدربين بهذه المهارات التي خلقتها تعديلات القانون الحديثه وتشجيع اللاعبين على أدائها وأيضا خلق كل الفرص التدريبية الخاصة بالمهارات الأكثر فاعليه والتي أتت بشكل مفاجيء وهي (يب تشاجي - تي يب تشاجي - مومتج تريجي).

وبهذه النتائج يكون قد تم الإجابة على التساؤل الأول الذي ينص على ما هي المهارات الأكثر شيوعا والأكثر فاعليه في الأوزان المختلفه ببطولة الجائزه الكبرى (موسكو ٢٠١٥م).

٢- مناقشه النتائج الخاصه بالتساؤل الثاني الذي ينص على ماهي المهارات الأكثر فاعليه بالنسبه للمهارات الشائعه لكل وزن ولجميع الأوزان ببطولة الجائزه الكبرى (موسكو ٢٠١٥م): ويتضح من جدول (٣) أن مهارة أب تشاجي جائت كأكثر المهارات فاعليه بالنسبه للمهارات الشائعه لجميع الأوزان عدا وزن ٥٨ كجم فجائت مهارة أولجل دليو تشاجي أكثر فاعليه بالنسبه للمهارات الشائعه فأما مهارة أب تشاجي فيرى الباحث أن هذه المهارة أصبحت فعاله بعد نظام السينسور الخاص بالكعب والذي جعل اللاعبين يحاولو أدائها نظرا لسهوله أخذ النقاط منها بعد تحديثات السينسور الجديد بعد أن كانت لا تستخدم لعدم الإستفاده منها بنقاط وكانت تستخدم فقط لدفع المنافس لربما يسقط ويأخذ إنذارا للسقوط وأما مهارة أولجل دليو تشاجي فيرى الباحث أنها أكثر المهارات فاعليه بالنسبه للمهارات الشائعه لفئه هذا الوزن فهي من أسهل وأسرع المهارات التي تضرب في منطقه الوجه للمنافس وأي لمسها بها في الوجه ب٣ نقاط وتم أدائها بالطريقه المباشره وغير المباشره ولكن بالطريق الغير المباشره بنسبه أكبر وتكون بعد تعليق القدم بمستوى الركبه إستفاده من مده التعليق ٣ ثوان وأيضا ضمناً لأداء مهارات أكثر بهذه الطريقه، وجائت أقل المهارات فاعليه بالنسبه للمهارات الشائعه لوزن ٥٨ كجم مهارة ٣٦٠ ويرى الباحث أنه نظرا لسرعه اللعب المتزامن فإن اللاعب يبحث عن مهارات سهله وغير مركبه خاصة بعد التعديلات الأخيره للقانون وفئه هذا الوزن يتميز لابعبه بسرعه عمل الدفاع مما يجعل مؤدى

هذه المهارة يفكر كثيرا قبل أداء مثل هذه المهارة التي تتميز بعنصر الخطوره، وأما بالنسبة لوزن ٦٨ كجم فجاءت مهارة تفريجي أقل المهارات فاعليه بالنسبة للمهارات الشائعه ويرى الباحث أنه نظرا لسرعه اللعب المتزامن فإن اللاعب يبحث عن مهارات سهله وغير مركبه خاصة بعد التعديلات الأخيره للقانون وفئة هذا الوزن يتميز لاعبيه بسرعه عمل الدفاع مما يجعل مؤدى هذه المهارة يفكر كثيرا خاصة أنها تفقد معظم اللاعبين نقاط نظرا لكثرة الإنذارات والتي تكون ضريبه السقوط بعد أداء هذه المهارة، وأما وزن ٨٠ كجم فجاءت أقل المهارات فاعليه بالنسبة للمهارات الشائعه مهارة تى أولجل دليو تشاجى ويرى الباحث أنها من المهارات التي تتميز بصعوبه أدائها بالنسبه لفئة هذا الوزن نظرا لإحتياجها لسرعه حركيه كبيره ولمدى حركى كبير يفترقه معظم لاعبي فئه هذا الوزن، وأما وزن ٨٠+ كجم فجاءت أقل المهارات فاعليه بالنسبه للمهارات الشائعه مهارة كونتر دليو تشاجى ويرى الباحث من المهارات التي تتميز بصعوبه أدائها بالنسبه لفئة هذا الوزن نظرا لإحتياجها لسرعه حركيه كبيره ورشاقه وقدره على التوازن وهذا يندر لفئة هذا الوزن.

ويتضح أيضا من جدول (٣) المهارات الأكثر فاعليه بالنسبه للمهارات الشائعه لجميع الأوزان وجاءت مهارة أب تشاجى الأكثر فاعليه لجميع فئات الأوزان ويرى الباحث أن مهارة أب تشاجى جاءت كأكثر المهارات فاعليه بالنسبه للمهارات الشائعه لجميع الأوزان عدا وزن ٥٨ كجم فجاءت مهارة أولجل دليو تشاجى أكثر فاعليه بالنسبه للمهارات الشائعه فأما مهارة أب تشاجى فيرى الباحث أن هذه المهارة أصبحت فعاله بعد نظام السينسور الخاص بالكعب والذي جعل اللاعبين يحاولو أدائها نظرا لسهوله أخذ النقاط منها بعد تحديثات السينسور الجديد بعد أن كانت لا تستخدم لعدم الإستفاده منها بنقاط وكانت تستخدم فقط لدفع المنافس لربما يسقط ويأخذ إنذارا للسقوط، وأيضا هي من المهارات التي لا تحتاج لحركه كبيره حيث أنها من المهارات البسيطة والتي لا تحتاج لقدرات بدنيه عاليه ويمكن أن تؤدي هجوما أو مقابله (كونتر أتاك) وتتميز بأنها تضرب بشكل أمامى ولا تحتاج لدوران مفصل القدم الثابته كباقي المهارات مما يجعلها أسرع المهارات أداءً وأسرعها فى العوده للوضع الطبيعى تقادياً لأى هجوم مضاد وهى من المهارات قليلة الخسائر وإذا تم أدائها بقوه ولم تحرز نقاط ووقع اللاعب المنافس فيأخذ إنذارا وإنما أيضا يمكن أن تحقق نقطه وأيضا يقع اللاعب ويأخذ إنذارا بخصم نصف نقطه وأما أقل المهارات فاعليه بالنسبه للمهارات الشائعه فجاءت مهارة تفريجي ويرى الباحث أنها تتميز بصعوبه أدائها بدقه بالنسبه لجميع فئات الأوزان ولأنها غالبا ما يقع اللاعب بعدها ويأخذ إنذار ولم يعد اللاعب

فى حاجه إليها بعد تعديل القانون الذى جعل الهجوم على الجذع مع الدورات ب٣ نقاط مما جعل اللاعبين لا يجازفون بعمل هذه الحركة المركبه للهجوم على الوجه وهى أيضاً تحتاج لقدرات عاليه مثل التوافق والرشاقه والقدره على تقدير الوضع وبذل للجهد المناسب للقوه والمسافه والزمن وقدره على التوازن, وأحتلت الترتيب من الثانى حتى الخامس فى المهارت الأكثر فاعليه بالنسبه للمهارات الشائعه مهارات (يب تشاجى- أولجل دليو تشاجى- تى يب تشاجى- مومتج تريجى) فبالنسبه لمهارة مهارة أولجل دليو تشاجى فيرى الباحث أنها أكثر المهارات فاعليه بالنسبه للمهارات الشائعه لفئه هذا الوزن فهى من أسهل وأسرع المهارات التى تضرب فى منطقته الوجه للمنافس وأى لمسها بها فى الوجه ب٣ نقاط وتم أدائها بالطريقه المباشره وغير المباشره ولكن بالطريق الغير المباشره بنسبه أكبر وتكون بعد تعليق القدم بمستوى الركبه إستفاده من مده التعليق ٣ ثوان وأيضاً ضماناً لأداء مهارات أكثر بهذه الطريقه, أيضاً يرى الباحث أن فاعليه هذه المهارات (يب تشاجى- تى يب تشاجى- مومتج تريجى) كان سببها وجود الهوجو الإلكتروني ونظام السينسور الجديد والذى دعى اللاعبين إلى محاوله أداء هذه المهارات لسهوله أخذ النقاط منها مع النظام الجديد فمهارة يب تشاجى وتى يب تشاجى كانتا نادرا ما تستخدم قبل الهوجو الإلكتروني إلا فى عمل بلوك للدفاع أما مهاره مومتج تريجى فكان إستخدامها نادرا قبل الهوجو الإلكتروني نظرا لتضارب آراء الحكام حول إحتسابها وإنتشغالهم بحساب الركلات, ويرى الباحث أن هذه المهارات غالبا ما تضرب من الوضع واقفا وهذا من أهم عيوب الهوجو الإلكتروني ونظام السينسور الجديد والذى جعل اللاعب يبحث عن النقطة بأى طريقه إستفادا من طريقه لمس السينسور للهوجو وأيضاً هربا من مهارات تكلفه طاقه بدنيه كبيره خاصة بعد ما أصبحت الجوله دقيقتان والتى تحتاج لقدرات لاهوائيه عاليه ويتفق مع ذلك محمد عماره (٢٠١٥م) فى أن تعديلات القانون الحديثه أثرت بشكل كبير على أداء اللاعبين نظرا لإحتياج اللاعب لقدرات لاهوائيه عاليه ليجارى اللعب المتزامن مع لاعب آخر فى ملعب ضيق المساحه وتجعله لا يريد أن يفقد قدرته خلال الجوله الأولى (٣:٧) وتتميز هذه المهارات بسهوله الأداء والضرب بالقدم الأماميه ومهاره أولجل دليو تشاجى والتى تختلف عنهم قليلا من حيث الأداء إلا أنها تشابهت معهم فى الأداء وضربت بالقدم الأماميه بطريقه المقابله وهذا ما فعلته التعديلات الأخيره للقانون والتى فرضت على اللاعبين ضروره تغيير أساليبهم المهاريه والخططيه ومحاوله اللعب بطريقه أسهل للهروب من أزمات بدنيه تتميز بها جولات التايكوندو نظرا للعب المتزامن مع لاعب آخر والذى يجعل

الإحتفاظ بحاله البدنيه أمرا مستحيلا ,وأما بقيه المهارات فأنتت نسبه فاعليتها طبيعيه لجميع الأوزان نظرا لإختيار اللاعبين المهارات السهله ذات الفاعليه الأعلى بعد تعديلات القانون الحديثه وبهذا يكون قد تم الإجابة على التساؤل الثاني ينص على: ماهى المهارات الأكثر فاعليه من المهارات الشائعه لكل وزن ولجميع الأوزان ببطولة الجائزه الكبرى (موسكو ٢٠١٥م).

٣- مناقشة النتائج الخاصه بالتساؤل الثالث الذى ينص على: هل توجد فروق داله احصائيا بين اللاعبين الفائزين والمهزومين بالأوزان المختلفه فى المهارات الأكثر شيوعا والأكثر فاعليه, فيتضح من جدول(٤) قيمة (٢ كا) ودلالاتها للفروق بين الفائزين والمهزومين فى المهارات الأكثر شيوعا لجميع الأوزان فبالنسبه لوزن ٥٨ كجم فيرى الباحث أن اللاعبين فى هذا الوزن يتشابه أدائهم لتشابه الأنظمه التدريبيه الخاصه بالإعداد المهارى والخططى وأما الفروق الظاهره لمهاره تى يب تشاجى والتي أنتت لصالح الفائزين فأنتت نتيجة محاوله بعض اللاعبين والمدربين الإستفاده من تعديلات القانون الحديثه والخاصه بالهوجو الإلكتروني ونظام سينسور القدم الجديد محاوله منهم لإحراز النقاط وأما الفروق التى جاءت لصالح المهزومين فى مهاره ٣٦٠ أولا لأنها من أسهل المهارات أداء لفئه هذا الوزن وثانيا محاوله من اللاعب المهزوم تعديل النتيجة إعتمادا على تعديل القانون الخاص بتحويل نتيجته هذه المهاره من نقطه واحده إلى ٣ نقاط مما دعى اللاعبين المهزومين إلى أداء مهاره سهله ومحرزه لنقاط كثيره محاوله منهم لتعديل النتيجة.

وأما وزن ٦٨ فيرى الباحث أن الفروق التى أنتت لصالح الفائزين والخاصه بمهارات (أولجل دليو تشاجى - تى بك تشاجى - كونتر دليو تشاجى) فهو أمر طبيعى فهذه المهارات من أسهل المهارات من حيث الأداء لفئه هذا الوزن ولا تحتاج لفلسفه خططيه وأما عن الفروق التى جاءت لصالح المهزومين فى مهارات (دليو تشاجى - تفريجي - ٣٦٠) فيرى الباحث أن الفروق لصالح هذه المهارات أمر طبيعى إلا أن المهزومين دائما ما يحاولون تعديل النتيجة وهذه من أسهل المهارات التى يمكن بها الحصول على نقاط خاصه أثناء اللعب المتزامن ومحاوله عمل الكونتر أتاك والحصول منه على أكبر عدد من النقاط وأختارو للهجوم أسهل وأبسط المهارات وهى دليو تشاجى.

وبالنسبه لوزن ٨٠ كجم فيرى الباحث أن الفروق التى أنتت لصالح الفائزين والخاصه بمهارات (يب تشاجى- تى يب تشاجى- أولجل دليو تشاجى) فقد أستخدم اللاعبين الفائزين المهارات التى لاتحتاج لحركه سريعه فهذه المهارات سهله الأداء لفئه هذا الوزن وأيضا إستفاده من

تعديلات القانون الحديثه والخاصه بالهوجو الإلكتروني ونظام سينسور القدم الجديد حيث أن هذه المهارات (يب تشاجى - تى يب تشاجى) لم تكن لتستخدم إلا لعمل البلوكات الدفاعيه ولا تأتي منها أى نقاط، وأما الفروق التى أتت لصالح المهزومين فى مهارات (دليو تشاجى - تى تشاجى - كونتر دليو تشاجى) فالأمر طبيعى فالهجوم بأسهل المهارات أداء وهى دليو تشاجى وكذا الكونتر أتاك وخاصة مهاره تى تشاجى التى أصبحت ب٣ نقاط بعد أن كانت بنقطه واحده محاوله من اللاعب المهزوم تعديل النتيجة بمهاره سهله أثناء الإلتحام الذى يتميز بتزامن الأداء بين كلا اللاعبين.

والنسبه لوزن ٨٠+ كجم فإنه لا توجد فروق دالة إحصائيا بين الفائزين والمهزومين فى المهارات الأكثر شيوعا الأمر طبيعى حيث أن فئه هذا الوزن تتشابه جدا فى الأداء المهارى الذى يتمتع بالبطىء وأداء المهارات من وضع الوقوف مثل مهارات (دليو تشاجى - يب تشاجى - تى يب تشاجى)

ويشير جدول (٥) إلى قيمة (٢كا) ودلالاتها للفروق بين الفائزين والمهزومين فى المهارات الأكثر فاعليه لجميع الأوزان فبالنسبه إلى وزن ٥٨ كجم أتت الفروق لصالح الفائزين فى المهارات (تى يب تشاجى - أولجل دليو تشاجى - نارا تشاجى)، ويرى الباحث أن الفروق التى أتت لصالح الفائزين عبرت بشكل كبير عن فئه هذا الوزن الذى يتميز بمثل هذه المهارات ويؤديها بشكل سريع ولكن أتت مهاره تى يب تشاجى معبره عن التغيير الأخير للقانون والخاص بالسنسور الخاص بالقدم مع الهوجو الإلكتروني أيضا تؤدي بسرعه فى نفس الإتجاه الجانبى للاعب وبالقدم الأماميه.

وأما وزن ٦٨ كجم فجاءت الفروق فى المهارات (أولجل دليو تشاجى - تى بك تشاجى - تى تشاجى - كونتر دليو تشاجى) لصالح الفائزين، ويرى الباحث أن هذه المهارات أتت فاعليتها بشكل طبيعى جدا لفئه هذا الوزن التى لم تتخلى عن طريقة اللعب قبل الهوجو الإلكتروني مع الإستفاده من النظام الجديد، وبالنسبه لوزن ٨٠ كجم فجاءت الفروق لصالح الفائزين فى المهارات (يب تشاجى - تى يب تشاجى - أولجل دليو تشاجى) ويرى الباحث أن هذه الفروق كان سببها وجود الهوجو الإلكتروني ونظام السينسور الجديد والذى دعى للاعبين إلى محاوله أداء هذه المهارات لسهوله أخذ النقاط منها مع النظام الجديد فمهاره يب تشاجى وتى يب تشاجى كانتا نادرا ما تستخدم قبل الهوجو الإلكتروني إلا فى عمل بلوك للدفاع أيضا تؤدي تى يب تشاجى وتى يب

تشاجى بشكل سريع فى نفس الإتجاه الجانبى للاعب وبالقدم الأماميه وتؤدى مهارة يب تشاجى من الهجوم والدفاع، وبالنسبه لوزن +٨٠ كجم فإنه لا توجد فروق دالة إحصائيا بين الفائزين والمهزومين فى المهارات الأكثر فاعليه ويرى الباحث أن الأمر طبيعى لفئة هذا الوزن نظرا للأداء الذى يتسم ببعض البطيء والأداء من وضع الوقوف وغالبا ما تتشابه المهارات المؤداء بين فئة هذا الوزن، وبهذه النتائج يكون قد تمت الإجابة على التساؤل الثالث الذى ينص على: هل توجد فروق داله إحصائيا بين اللاعبين الفائزين والمهزومين بالأوزان المختلفة فى المهارات الأكثر شيوعا والأكثر فاعليه.

٤- مناقشه التساؤل الرابع الذى ينص على هل توجد فروق داله إحصائيا بين الأوزان المختلفه فى مجموع المهارات الأكثر شيوعا والأكثر فاعليه ببطولة الجائزه الكبرى (موسكو ٢٠١٥م): ويتضح من جدول (٦) أنه لا توجد فروق داله إحصائيا فى المهارات الأكثر شيوعا لجميع الأوزان ويرى الباحث أن التعديلات الأخيره للقانون الدولى لرياضة التايكوندو كان لها الأثر الأكبر فى جعل المهارات المؤداء تتشابه بشكل كبير فجميع اللاعبين يهتمهم النقطه الصحيحه التى تؤدى بسهولة مما جعل طريقة الأداء تختلف تماما بعد أصبحت النقطه تحتسب بطريقه إلكترونيه مما دعى إلى وجود أدوات لإحتساب النقطه ومن ضمن هذه الأدوات الهوجو الإلكتروني والسينسور الخاص بالقدم مما غير من طريقة أداء المهارات وظهر مهارات جديده لم تكن موجوده فى منافسات الكروجى فى التايكوندو محاولين الإستفاده من تغير طريقة إحتساب النقاط والذى أدى إلى التشابه الكبير فى المهارات الأكثر شيوعا فى بطوله الجائزه الكبرى موسكو ٢٠١٥م وبهذا يكون تم الإجابة على التساؤل الرابع الذى ينص على هل توجد فروق داله إحصائيا بين الأوزان المختلفة فى المهارات الأكثر شيوعا فى بطولة الجائزه الكبرى (موسكو ٢٠١٥م). الهدف السابع الذى ينص على التعرف على الفروق بين الأوزان المختلفة فى المهارات الأكثر شيوعا ببطولة الجائزه الكبرى (موسكو ٢٠١٥م).

أيضا يتضح من جدول (٦) أنه توجد فروق داله إحصائيا فى المهارات الأكثر فاعليه لجميع الأوزان لصالح وزن ٦٨ كجم ويرى الباحث أن فئة هذا الوزن تتمتع بعناصر تجعلها متفوقه فى فاعليه المهارات ففئة هذا الوزن تتمتع بالخصائص المميزه للأوزان الخفيفه والنقيه والخاصه بسرعه الأداء وقوة الضربات وفئة هذا الوزن لم تتأثر بشكل كامل بتغيير القانون فلاعبى فئة هذا الوزن لم يتخلو عن أداء المهارات التى كانت تؤدى قديما بالإضافة إلى المهارات التى صنعها

النظام الإلكتروني وبهذا يكون قد تم الإجابة على التساؤل الرابع الذى ينص على هل توجد فروق داله إحصائيا بين الأوزان المختلفه فى مجموع المهارات الأكثر شيوعا والأكثر فاعليه ببطولة الجائزه الكبرى (موسكو ٢٠١٥م).

الإستنتاجات:

أولاً: الإستنتاجات الخاصة بالمهارات الأكثر شيوعا والأكثر فاعلية (إحراز النقاط) للأوزان المختلفه (٥٨ - ٦٨ - ٨٠ - ٨٠+) كجم للاعبى التايكوندو فى بطولة الجائزه الكبرى موسكو ٢٠١٥م كما يوضحها الجدول التالى :

جدول (٧) المهارات الأكثر شيوعا والأكثر فاعلية (إحراز النقاط) للأوزان المختلفه للاعبى التايكوندو فى بطولة الجائزه الكبرى موسكو ٢٠١٥م

م	المهارات	الأكثر شيوعا				الأكثر فاعلية			
		٥٨ كجم	٦٨ كجم	٨٠ كجم	٨٠+ كجم	٥٨ كجم	٦٨ كجم	٨٠ كجم	٨٠+ كجم
١	اب تشاجى	٤	5	3	4	١	3	٢	2
٢	يب تشاجى	١١٤	٩٦	172	104	٣٦	39	56	29
٣	تى يب تشاجى	٩٤	113	١٠٦	١٣٩	٢٤	٢٦	28	٢٨
٤	دليو تشاجى	٢٩٩	354	261	٢٦٦	٦٣	64	49	٣٩
٥	أولجل دليو تشاجى	٣٠	٤٥	46	٤٩	١٣	١٤	19	٢٣
٦	تى أولجل دليو تشاجى	٨	17	13	٢١	-	4	1	3
٧	تى بك تشاجى	١١٣	٩٩	١٢٧	115	١٥	16	١٨	9
٨	دبل (دليو تشاجى)	١٤	13	38	23	-	٣	5	6
٩	نارا تشاجى	٦٤	51	81	59	١٥	16	9	15
١٠	تى نارا تشاجى	٦	4	١١	9	-	١	2	-
١١	تى تشاجى	٦٢	67	٦٠	٧١	١٠	٨	٦	٨
١٢	كونتر دليو تشاجى	٩٨	89	٧١	٥١	٢١	22	8	3
١٣	تفريجى	٣٩	١٩	٣٠	18	٥	١	4	-
١٤	٣٦٠	٣٤	٢٢	٢٤	١٣	٢	٤	3	1
١٥	مومتج تريجى	٨٣	80	٨٨	68	١٥	٢١	35	21

ثانيا : الإستنتاجات الخاصة بالفروق بين الفائزين والمهزومين من حيث المهارات الأكثر شيوعا والأكثر فاعليه (إحراز النقاط) بالنسبة للأوزان المختلفه للأوزان المختلفة (٥٨ - ٦٨ - ٨٠ - ٨٠+ كجم) للاعبى التايكوندو فى بطولة الجائزه الكبرى موسكو ٢٠١٥م:

١- توجد فروق داله إحصائيا بين الفائزين والمهزومين فى المهارات الأكثر شيوعا لوزن (٥٨ كجم) فى مهارة تى يب تشاجى وأنت فروق لصالح الفائزين ومهاره ٣٦٠ وأنت الفروق لصالح المهزومين ولوزن (٦٨ كجم) فى مهارت (أولجل دليو تشاجى - تى بك تشاجى - كونتر دليو تشاجى) وأنت فروق داله إحصائيا لصالح الفائزين وفى مهارت (دليو تشاجى - تفرجى - ٣٦٠) وأنت فروق داله إحصائيا لصالح المهزومين, ولوزن (٨٠ كجم) فى مهارت (يب تشاجى - تى يب تشاجى - أولجل دليو تشاجى) وأنت فروق داله إحصائيا لصالح الفائزين ومهارت (دليو تشاجى - تى تشاجى - كونتر دليو تشاجى) وجاءت الفروق لصالح المهزومين, ولوزن (٨٠+ كجم) فلا توجد فروق داله إحصائيا بين الفائزين والمهزومين فى المهارات الأكثر شيوعا.

٢- توجد فروق داله إحصائيا بين الفائزين والمهزومين فى المهارات الأكثر فاعليه لوزن (٥٨ كجم) فى المهارت (تى يب تشاجى - أولجل دليو تشاجى - نارا تشاجى) وأنت الفروق لصالح الفائزين, ولوزن (٦٨ كجم) فى مهارت (أولجل دليو تشاجى - تى بك تشاجى - تى تشاجى - كونتر دليو تشاجى) وأنت الفروق لصالح الفائزين ولوزن (٨٠ كجم) فى مهارت (يب تشاجى - تى يب تشاجى - أولجل دليو تشاجى) وجاءت الفروق لصالح الفائزين وأما وزن (٨٠+ كجم) فلا توجد فروق داله إحصائيا بين الفائزين والمهزومين فى المهارات الأكثر فاعليه.

ثالثا:

١-أحتلت مهارة أولجل دليو تشاجى المرتبه الأولى فى المهارات الأكثر فاعليه من المهارات الشائعه لوزن (٥٨ كجم) فى بطوله الجائزه الكبرى موسكو ٢٠١٥م.

٢-أحتلت مهارة أب تشاجى المرتبه الأولى فى المهارات الأكثر فاعليه من المهارات الشائعه لوزن (٦٨ كجم - ٨٠ كجم - ٨٠+ كجم) فى بطوله الجائزه الكبرى موسكو ٢٠١٥م.

٣- أحتلت مهارة أب تشاجى المرتبه الأولى فى المهارات الأكثر فاعليه من المهارات الشائعه لجميع الأوزان فى بطوله الجائزه الكبرى موسكو ٢٠١٥م.

٤- لاتوجد فروق داله إحصائيا فى المهارات الأكثر شيوعا لجميع الأوزان.

٥- توجد فروق داله إحصائيا فى المهارات الأكثر فاعليه لجميع الأوزان وجاءت لصالح وزن ٦٨ كجم.

التوصيات

فى حدود العينة المستخدمة وما أسفرت عنه نتائج البحث يضع الباحث التوصيات

التاليه:

- ١- الإهتمام الشديد من قبل المدربين بما يطرأ على القانون الدولى لرياضة التايكوندو من تعديلات وتوجيه التدريب ناحيه هذه التعديلات للإستفاده منها ومجاراتها بدنيا ومهاريا وخططيا ونفسيا.
- التدريب الجيد للمهارات الأكثر شيوعا لجعلها فعاله فى المباراه.
- الإهتمام بالمهارات الأكثر فاعليه لجعلها هى الأكثر شيوعا للإستفاده من فاعليتها.
- إستخدام الإستمارة المصممة من قبل الباحث لتحليل أداء اللاعبين فى المباريات المختلفه وللمراحل السنیه المختلفه.
- وضع هذه الدراسه وغيرها من الدراسات المشابهه على أجندة الإتحاد المصرى للتايكوندو لمعرفة التطورات التى طرأت على الأداء المهارى لرياضه التايكوندو.
- وضع هذه الدراسه وغيرها من الدراسات المشابهه على أجندة الدورات التدريبيه لتعريف المدربين بكل ماهو جديد ومعرفتهم بأكثر المهارات شيوعا وأكثرها فاعليه فى ضوء تعديلات القانون الحديثه مما يجعلهم أكثر تطورا محاولين تطوير أساليبهم التدريبيه لجعلها أكثر تطورا وفاعليه.
- الوضع فى الإعتبار أن تكون عملية الإنتقاء خاصة فى الجانب المهارى للمهارات الأكثر فاعليه فى مباريات الكروجى للتايكوندو.
- تكرار مثل هذه الدراسات كل فتره خاصه إذا تم أى تعديل أو تحديث من شأنه تغير شكل وأسلوب الأداء للاعب التايكوندو لمعرفة كيفية تطوير الأساليب التدريبيه الخاصه بالأداء بدنيا ومهاريا وخططيا ونفسيا.
- محاولة توفير جميع الأدوات الحديثه والتي تطبق من خلالها مباريات التايكوندو الدوليه حتى نستطيع مواكبة كل ماهو حديث وفرض الطابع الدولى على المسابقات المحليه لتوجيه نظر المدربين واللاعبين إلى كيفية الإستفاده من هذه التعديلات.

قائمة المراجع:

- ١- أحمد عبد الحميد عماره: (٢٠٠٨م) دراسة تحليلية لاكثر المهارات شيوعا وفاعلية ببطولة العالم للكبار للمصارعة الرومانية ٢٠٠٧م بأزربيجان, المجلة العلمية لعلوم التربية الرياضية كلية التربية الرياضية - جامعة طنطا.
- ٢- خالد محمود احمد:(٢٠١١م) دراسته فاعليه الأداء المهارى للاعبى التايكوندو بحث منشور ،المجله الرياضيه المعاصره العدد الخامس عشر،المجلد العاشر .
- ٣- عصام الدين عبد الفتاح رضوان:(٢٠٠٥م) دراسته تحليليه للأساليب الهجوميه للاعبى سيف المبارزه وعلاقتها بنتائج المباريات خلال أدوار المنافسات (عمومى)،رسالة ماجستير غير منشوره،كلية التربية الرياضية للبنين،جامعه المنصوره.
- ٤- عفاف عبد الكريم: (١٩٩٠م) دراسة تحليلية للمهارات الأساسية للكرة الطائرة" ، رسالة دكتوراة غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الاسكندريه.
- ٥- محمد صبحى حساتين، حمدى عبد المنعم أحمد:(١٩٨٨م) الأسس العلمية للكرة الطائرة وطرق القياس، الجهاز المركزى للكتب الجامعية والمدرسية والوسائل التعليمية، القاهرة.
- ٦- محمد مجدى عماره (٢٠١٠م) : القدرات التوافقية للاعبى رياضه التايكوندو ، رساله ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعه حلوان .
- ٧- محمد مجدى عماره (٢٠١٥م) : تأثير تدريبات الهيبوكسيك على القدره اللاهوائيه للاعبى رياضه التايكوندو ، رساله دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعه حلوان.
- ٨- موفق صينخ جعفر:(٢٠١٠م) دراسته تحليليه للمركبات الهجوميه لبعض الفرق العالميه بلعبه الكره الطائره، مجله دراسات وبحوث التربية الرياضيه المجلد ٢٧ العدد ١٨١٨.
- ٩- هيثم فتح الله عبد الحفيظ: (١٩٩٤م) فاعلية التحركات الهجومية وعلاقتها بنتائج المباريات فى كرة القدم "دراسة مقارنة"، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق.

المراجع الأجنبيه:

- Falco,C.1,Esteven,I.2,Alvarez,O.3,Morales-Sanchez,V.4,and Hernandez-Mendo,A.5.(2014): Tactical Analysis of the Winners and Non-Winners Performance in a taekwondo University Championship,International Journal of Sports Science,Coaching,2014.*
- Matsushigue,K.A.,Hartmann,K.and Franchini,E.,Physiological Responses and Match Analysis, Journal of Strength and Condition Research,2009,23*
- Sadowski,J.,Gierczuk,D.,Miller,J.and Cieslinski,I.Success Factors in Elite WTF Taekwondo competitors,Archives of budo,2012,8(3).*