

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

الجامعة المستنصرية

كلية التربية الأساسية

دراسة فاعلية الأداء المهاري للاعبين التايكواندو

بحث مسحي

على عينة من اللاعبين المتقدمين بالأوزان الاولمبية

للموسم الرياضي ٢٠٠٩

مقدم من قبل

مدرس مساعد

خالد محمود احمد

كلية التربية الأساسية / الجامعة المستنصرية

بسم الله الرحمن الرحيم

ملخص :

عنوان البحث : دراسة فاعلية الاداء المهاري للاعبى التايكواندو .

الباحث : خالد محمود احمد / مدرس مساعد / كلية التربية الاساسية - الجامعة
المستتصية .

يهدف البحث الى تقويم فاعلية الاداء الفني الايجابي والسلبي من خلال ايجاد معامل الفاعلية ومقارنة فاعلية الاداء الفني لاشواط النزالات . وجرى البحث على (٤) من اللاعبين المشاركين في النزالات النهائية لبطولة العراق للمتقدمين بالاوزان الاولمبية للشباب بالتايكواندو للموسم الرياضي ٢٠٠٩ - المنهج الوصفي بالاسلوب المسحي وقد اعتمد الباحث الاستمارة المعدة لتقويم فاعلية الاداء الفني لكل لاعب واستخرج لها معامل الثبات . وبعد استخدام المعالجات الاحصائية المناسبة توصل الباحث الى عدة استنتاجات اهمها غلبت الطابع الهجومي في جولات الاولى والرجوع الى الدفاع في جولات الاخرى ، عدم الاهتمام لجوانب التدريب العقلي والاعداد النفسي للمنافسات .

هناك ضعف في جوانب التدريب الخططي (الدفاعي والهجومي) والتصرف تحت الظروف الطارئة والحرجة ، وقد اوصى الباحث بضرورة توزيع جهود اللاعبين البدنية والمهارية على جولات النزال الثلاث والاهتمام بالاعداد المتكامل للرياضيين وعدم اهمال الجوانب العقلية والنفسية وضرورة استثمار وقت المباراة من قبل اللاعبين واستغلال نقاط الضعف والثغرات التي تحدث نتيجة لعب المنافس وفتح البحث افاقاً لبحوث اخرى مشابهة .

A study of the skilful activity of Taekwando Players Performance

**Researcher : Khaled Mohmoud Ahmed / Lecture Senior in College of
basic education , Al – Mustansiriyah University .**

The present study aims at evaluating the positive and negative skilful performance activity through finding the activity And comparing the contest younds technical activity , the study was conducted on (4) players participated in Iraq Taekwando championship advauled competitor for Olympic werghts last year 2009 . The researcher adopted the descriptive method using the survey style . validity and reliabihty of the tool of the study have been calculated using the suitable scientific methods.

A form way given individual to record his technical performance activity And found out the scientific conditions which they should have for it .

Following the use of the appropriate statistical treatments , the researcher Came out with various conclusions most important of which is puedominancey the offensive technique in the first rounds and resorting to the defense in the other rounds . Furthermore , it was also concluded that there was a kind of neglecting to mental training and the psychological preparation for the contests , the researcher found out weakness in planning training (the offensive and defensive) and how to behave in emergencies and embarrassing situations .

The researcher strongly recommends the necessity of distributive players physical and skills efforts on the contest three rounds paying attention to The complete preparation of athletes without engorging the psychological And mental activities , players should make use of the contest time and weak points . The research opens new horizons for similar researcher .

١ - التعريف بالبحث :-

١-١ المقدمة وأهمية البحث :-

حظيت رياضة التايكواندو باهتمام دولي كبير في السنوات الاخيرة وخصوصا عند دخولها مضمار الالعاب الاولمبية في دورة سدني عام ٢٠٠٠ حيث تعد رياضة التايكواندو من الرياضات القتالية الحديثة التي دخلت الى العراق مقارنة بباقي الالعاب الرياضية الاخرى. الا انها خطت خطوات كبيرة وانتشرت بشكل واسع وكبير في بلدنا مما شكل قاعدة عريضة يمكن الارتكاز عليها في المدى الطويل، وذلك من خلال تحسين الاداء والارتقاء به لتحقيق الانجاز العالي . ان تطوير واقع الألعاب الرياضية يتم من خلال جهود الباحثين ومحاولاتهم الجادة في ايجاد البدائل المتطورة لأساليب التعليم والتدريب وإجراء الدراسات المسحية والتحليلية للعوامل الايجابية والسلبية التي تشارك وتؤثر في العملية التدريبية والتعليمية لغرض تنظيم الإجراءات التقويمية لحالات الاداء الفني والخططي وسلوكيات اللاعبين والوقوف على عوامل الضعف والقوة في مستوى اداء اللاعبين ويساعد المدربين على تنظيم وتطوير جدولة ومنهج وحداتهم التدريبية بما يلائم ومستوى قابلية وامكانية اللاعبين وتطوير مستواهم والارتقاء بهم لاداء والانجاز الافضل .

ان من المتطلبات الاساسية للعمل التدريبي اجراء تحليل ودراسة الاداء المهاري للاعب التايكواندو ولتشخيص ومعالجة الاخطاء التي تحدث نتيجة تعدد حالات ظروف اللعب المتنوعة والتعقيدات التي ترافق الاداء نفسه والتي تظهر اثناء الاداء الفعلي للمنافسات بصورة حقيقية ، لان اللاعب خلال التمرين لا يظهر قابليته المهارية الحقيقية للاداء الجدي المثمر بسبب عدم شعوره بالظروف الحقيقية للمنافسة.

ان اعداد واستخدام نظام موضوعي للملاحظة خلال المنافسة يظهر اداء اللاعب والعمل التدريبي ومن هنا تكمن اهمية البحث في الوقوف على حقيقة مستوى اداء لاعبي التايكواندو من خلال دراسة ادائهم السلبي والايجابي والذي يساعد في التعرف على اخطاء اللاعبين ومعالجة نقاط الضعف وحالات القوة في الاداء لتحقيق الانجاز الافضل .

١-٢ - مشكلة البحث :-

تعد رياضة التايكواندو من الرياضات الحديثة العهد ولكنها اخذت بالانتشار الواسع والكبير في العالم لما تحتويه من مهارات فنية عالية المستوى حيث تحتاج الى عناصر القوة والمرونة العالية والسرعة الكبيرة في الاداء والتوافق العضلي العصبي في اداء هذه المهارات ومنها الدفاعية والهجومية . اما السلوكيات فهي الازياء القانونية والمتغيرات الطارئة اثناء المباراة ، ومن خلال عمل الباحث في مجال رياضة التايكواندو لاكثر من ثلاثة

المجلة الرياضية المعاصرة العدد الخامس عشر المجلد العاشر لسنة ٢٠١١م

عقود في مجال رياضة التايكواندو ومتابعته للعديد من مباريات التايكواندو المحلية منها والخارجية ، لاحظ تذبذب مستوى اداء اللاعبين مما يؤثر على نتائج المباريات .
وان هذا التباين والتذبذب لايعزى الى اسباب موضوعية يمكن الوقوف عليها
ودراستها لذا عمد الباحث الى الاستفادة من نظام ملاحظة لتحليل نتائج المباريات نوعيا وكميا
والخروج بتفسيرات قد تسهم في تقويم الاداء الفني للاعبين.

١-٣- اهداف البحث :-

١- تقويم فاعلية الاداء الفني الايجابي والسلبى من خلال ايجاد معامل الفاعلية للاعبى التايكواندو .

٢- مقارنة فاعلية الاداء الفني لاشواط النزال في التايكواندو .

١-٤- مجالات البحث :-

١-٤-١- المجال البشري : ٤ من اللاعبين المشاركين في المباريات النهائية لاحتراز بطولة القطر للمتقدمين بالاوزان الاولمبية للموسم الرياضى ٢٠٠٩ .

١-٤-٢- المجال الزماني : للمدة من ٢٠ / ٧ / ٢٠٠٩ الى ٢٣ / ٧ / ٢٠٠٩ .

١-٤-٣- المجال المكاني : قاعة الجزائر للاعب الرياضى في بغداد .

١-٥- المصطلحات :-

١-٥-١- الفاعلية :-

يعرفها (كلشوف ، ١٩٨٥) بانها طريق للتقويم الموضوعى لمستوى الرياضى الفنى والتي هي واحدة من اهم عوامل النجاح والمستندة على المعلومات من خلال مراقبة اداء اللاعب ومدى استخدامه للمهارات المختلفة اثناء السباقات للاعب الرياضى التي تنعدم فيها دقة قياس اللاعبين اثناء المباريات ^(١) .

١-٥-٢- الاداء :-

هو الاسلوب او النمط الذي يضم ويجمع كافة حركات المهارة اثناء تنفيذها مثل حركات الجسم المتجمعة في اداء فاعلية معينة ^(٢) .

(١) محمود موسى حسين : تقويم فاعلية الاداء الفنى للاعبى الخط الخلفى لكرة اليد ، رسالة ماجستير - منشورة جامعة البصرة كلية التربية الرياضية ، ١٩٩٥ ، (ص٢٠) .

(٢) هة فال خورشيد رفيق : تحليل وتقويم اداء لاعبى التنس المتقدمين من خلال استخدام نظام ملاحظة مقترح ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة بغداد كلية التربية الرياضية ، (١٩٩٧) ، (ص١٣) .

١-٥-٣ - التايكواندو :-

اسم قتالي نشأ في شبه الجزيرة الكورية ، وتتألف الكلمة من ثلاث مقاطع (تاي)
تعني الرجل القافزة (كوان) تعني قبضة اليد (دو) تعني الفن او الاسلوب ، لذا تعرف
التايكواندو بانها (فن واسلوب الركل بالرجل والضرب باليد) (٣) .
وتعرف التايكواندو بانها شكل من اشكال الفنون الحربية تتألف من حركات هجومية
ودفاعية يتم من خلالها استخدام اليدين والرجلين (٤) .

٢ - الدراسات النظرية والمشابهة :-

٢-١ - الدراسات النظرية :-

٢-١-١ - التايكواندو (١) :-

التايكواندو اسم لفن قتالي يستخدم في مباريات رياضية حديثة نشأ وتطور في شبه
الجزيرة الكورية بشكل حر ومستقل لاكثر من حوالي (٢٠٠٠) عام وهي رياضة يتم فيها
استخدام الارجل والايادي المجردة من السلاح لصد الخصم ، فكل الفعاليات والحركات هي
في الاساس تعتمد على شخصية دفاعية ضد هجوم من الخصم وتضيف التايكواندو لممارسيها
احساساً رائعاً من خلال الثقة بالنفس والتي تجعل الناس كرماء في مواقفهم تجاه الناس
الضعفاء ويستطيعون الوقوف بشكل متكافئ ضد أي خصم ، ذلك ان المشاركة في لعبة
التايكواندو تعطي الشخص مواقف عقلية متفوقة لان الاجسام الصحية والعقول المنفتحة تجعل
الانسان فعالاً وقوياً في اهله وجيرانه وشعبه .

تعمل التايكواندو على تطوير توازن القدرة البدنية وممارستها ايضاً لها من التأثير في
زيادة القدرة العضلية والقوة المتفجرة وكذلك تعمل على تحسين وظائف القلب والرئتين .
(Rok , 1990) (٢) .

اذ تستمد هذه الرياضة معظم صفاتها من المدرسة الكورية في القتال وهذه الصفات يمكن ان
نوجزها بما يأتي :-

(٣) Byunk. K (1994) (wzeteakwando. Ir connid kanham ku seul P. 15) .

(٤) (Song 1986) .

(١) ماهر احمد عاصي : دراسة بعض المتغيرات الوظيفية في سرعة رد الفعل الخاصة برياضي التايكواندو،
رسالة ماجستير غير منشورة جامعة بغداد - كلية التربية الرياضية ، ١٩٩٦ ، ص ٤ .

(٢) Rok , Kew , Jong . Inten to taekwondo , korea (1990) .

المجلة الرياضية المعاصرة العدد الخامس عشر المجلد العاشر لسنة ٢٠١١م

المدرسة الكورية تركز على الازواح الاسرع في التحرك للخطوات ، لذلك فالخطوات خفيفة على الارض وغير ثابتة ، ولا تعتمد على الاسلحة بصورة مباشرة فنجد التايكواندو لا يستخدم أي سلاح . ومن المعروف عن المدرسة الكورية انها تعتمد على الحركات الدورانية بكثرة اذ تعد صفة مميزة فيها ، تستخدم التايكواندو القدم اكثر من اليد ، وهذا ما يميزها عن غيرها لان القدم اقوى من اليد عند تسديد اللكمات الى المنافس ، وتستخدم اليد بكثرة لصد ضربات المنافس وفي العديد من الضربات ايضاً .

تقسيمات التايكواندو مثل جميع العاب الدفاع عن النفس فهي تحتوي على العديد من المهارات والفنون وامور اخرى تجعل اللعبة مميزة عن الالعاب المنافسة الاخرى ، وتنقسم التايكواندو الى خمسة اقسام مهمة .

اولاً : المهارات الاساسية ، واساسيات التايكواندو .

ثانياً : مجموعات القتال الوهمي ، او البومزات .

ثالثاً : المباريات التنافسية ، او القتال في المباريات .

رابعاً : قتال الشوارع .

خامساً : التايكواندو الاستعراضى . (القانون الدولي للتايكواندو ، ٢٠٠٥ : ٩) .

٢-١-٢-٢ - مباراة التايكواندو :-

لقد نصت المادة السابعة من القانون الدولي للتايكواندو على ان مباراة التايكواندو تتألف من ثلاثة دقائق ، كما تفصل بين كل جولة واخرى راحة لمدة دقيقة واحدة ، كما اشارت المادة السابعة الى انه بالامكان اختصار الوقت في البطولات المحلية وبطولات الناشئين فيكون وقت المباريات لكل جولة من الجولات الثلاث دقيقتين يتخللها استراحة لمدة ٣٠ ثانية ، وكذلك فان عملية التنقيط بلعبة التايكواندو تتضمن :-

١- الضربة الموجهة الى واقية الصدر تحتسب نقطة واحدة .

٢- الضربة الموجهة الى الرأس تحتسب نقطتين واذا كانت الضربة مؤثرة وقام الحكم بالعد للاعب المصاب تحتسب نقطة اضافية فتصبح النتيجة ثلاث نقاط .

٣- الضربة الموجهة الى الرأس بالقدم القافزة تحتسب ثلاث نقاط .

كما ان المادة السابعة من القانون الدولي اشارت الى ان اجراء الوزن وعملية التصفيات والنزالات النهائية في اليوم نفسه و اشارت المادة الثالثة من القانون الدولي الى ان منطقة النزالات في رياضة التايكواندو يجب ان تلعب على سطح مستوي بدون معوقات ويكون مغطى ببساط مطاطي ١٠ × ١٠ متر على ان ينصب على قاعدة ترتفع من ارضية القاعة بارتفاع (٥٠ - ٦٠ سم) وتكون منطقة اللعب محددة بالوان واضحة بمساحة (٨ × ٨ متر) .

٢-١-٣ - الاداء الفني :-

كل لعبة من الالعاب الرياضية سواء كانت فردية ام جماعية تحتوي على مهارات اساسية يتم من خلال اتقانها وتأدية اللعبة بالشكل الجيد والمطلوب ، وكلما ارتفع الاداء الفني للمهارات الاساسية ارتفع المستوى العام للعبة فتحقيق النجاح يكون اساسه مرتبط بالاداء الفني الجيد ، وكلما تمكن اللاعب من اداء واجباته المعقدة منها والبسيطة والمطلوب تأديتها بدقة وسهولة اصبح اللاعب ذو اداء فني عالي ويتمكن من تأدية المهام الدفاعية والهجومية في ظروف المباريات المختلفة ومن خصائص الاداء الفني الماهر هو الاتقان التام والتفاعل والتناسق بين مجموعات الحركات التي تشملها المهارة كالسرعة في الاداء والدقة مع السرعة في وقت واحد والتوقيت الصحيح المناسب تبعاً لسرعة وتحركات الخصوم فضلاً عن امكانية اداء هذه المهارة تحت ضغط التعب البدني والنفسي وكذلك في اللحظات الحرجة والحاسمة في المباراة (٢) .

٢-٢ - الدراسات المشابهة :-

٢-٢-١ - دراسة (ماهر احمد عاصي ١٩٩٩)^(٣):

وهي دراسة اجراها الباحث عن تقويم فاعلية الاداء للاعب التايكواندو من خلال نظام ملاحظة مقترح . وكان الغرض من الدراسة هو ايجاد البدائل المتطورة لاساليب التعليم والتدريب واجراء الدراسات المسحية والتحليلية للعوامل الايجابية والسلبية التي تشارك وتؤثر في العملية التدريبية والتعليمية لغرض تنظيم الاجراءات التقويمية لحالات الاداء الفني والخططي والوقوف على عوامل الضعف والقوة. ويهدف البحث كذلك الى اعداد نظام تحليلي لحالات اللعب اثناء المباراة وتقويم فاعلية الاداء الفني الايجابي والسلبي وقد توصل الباحث الى عدة استنتاجات أهمها أهمية الطابع الهجومي في الجولات الاولى والرجوع الى الدفاع في الجولات الاخرى وعدم الاهتمام بالجانب التدريبي العقلي والاعداد النفسي للمنافسات. وكذلك هنالك ضعف في جوانب التدريب الخططي (الدفاعي والهجومي).

(١) (W. T. F. 7) .

(٢) فائز بشير حمودات ، مؤيد عبد الله : كرة السلة ، مطبعة جامعة الموصل ، ١٩٨٨ ، ص ١١ .

(٣) ماهر احمد عاصي ، تقويم فاعلية الاداء للاعب التايكواندو من خلال نظام ملاحظة مقترح، بحث منشور في مجلة كلية المعلمين، ١٩٩٩.

٢-٢-٢ - دراسة (هان جو - روبرت ١٩٩٢) :-

وهي دراسة اجراها الباحثان عن التحليل الاحصائي باداء فريق في كرة الطائرة ، وكان غرض الدراسة هو للتحقق من مميزات لعب فريق كرة الطائرة للرجال وبصورة خاصة للتحقق من مميزات اللعب وضربات الارسال والضربة الساحقة ، بين منهج الهجوم ومنهج الدفاع المضاد .

وللتحقق ايضاً من متغيرات اللعب التي تتطلب الفوز بالمباراة وكانت عينة البحث (٧٢) شوط من فرق الدرجة الثالثة للرجال وخلال المنافسة دونت نتائجها وخلصت الدراسة عن ظهور فروق معنوية بين الفريق المهاجم والفريق المدافع نتيجة الاداء الاخر في المباريات وخلال الدفاع المضاد في المهارات الثمانية المختارة للبحث ، وظهر نجاح الفريق يعتمد على الضربة الساحقة وحائط الصد وهذا يساعد المدرب في تقييم اداء فريقه والتحضير للوحدات التدريبية (٢) .

٢-٢-٣ - التعليق على الدراسات السابقة ومميزات الدراسة الحالية :

- ١- اشتملت الدراسات السابقة على دراسة مشابهة (دراسة ماهر احمد) ودراسة مرتبطة هي دراسة (هان جو روبرت) .
- ٢- تم اعتماد الاوزان الاولمبية الحديثة (اربعة اوزان) .
- ٣- تم الاستفادة من الدراسات السابقة في اعتماد نظام الملاحظة المقترح من قبل (ماهر احمد) واسلوب التحليل الاحصائي المتبع في دراسة (هان جو روبرت) .

٣- اجراءات البحث :-

٣-١ - منهج البحث :-

استخدم الباحث المنهج الوصفي بالاسلوب المسحي لملائمته طبيعة البحث.

٣-٢ - عينة البحث :-

اجري البحث على عينة شملت (٤) لاعبين يمثلون اربعة اوزان من الاوزان الاولمبية الرسمية لمباريات التايكواندو المشاركين في نهائيات بطولة قطر للمتقدمين للموسم الرياضي ٢٠٠٨ - ٢٠٠٩ .

(٢) Han joo and roper. W. shutz , statistical analysis of volley boll team. Erformance , research Quaterly for exercise and sport , (1992) , vol. 63. No1 .

٣-٣ - ادوات واجهزة البحث :-

قام الباحث باستخدام الادوات التالية للحصول على المعلومات المطلوبة للبحث وكما يلي :-

- ١- المراجع العربية والاجنبية .
- ٢- ساعة توقيت .
- ٣- كاميرا فيديو نوع [كانون] من منشأ ياباني لتسجيل النزالات النهائية في البطولة .
- ٤- جهاز فيديو نوع [توشيبا] من منشأ ياباني لعرض افلام النزالات المسجلة .

٣-٤ - استمارة تقويم فاعلية الاداء الفني ثم اعتماد الاستمارة المعدة من قبل الباحث ماهر احمد عاصي تقويم فاعلية الاداء للاعبى التايكواندو من خلال نظام ملاحظة مقترح وقد استخراج لها الشروط العلمية ولغرض التأكد من ثقلها العلمي عمد الباحث الى استخراج معامل الثبات من خلال اجراء الاختبار واعادته وقد حصل الاختبار على نسبة ثبات بلغت ٠,٩٨٦

٣-٥ - التجربة الاستطلاعية :-

عمد الباحث الى إجراء التجربة الاستطلاعية على بعض اللاعبين المشاركين في نزالات التصنيفات الاولى في بطولة القطر للمتقدمين بالاوزان الاولمبية وهي اربعة اوزان (وزن تحت ٥٨ كغم ، وزن تحت ٦٨ كغم ، وزن تحت ٨٠ كغم ، وزن فوق ٨٠ كغم) وذلك بتاريخ ٢٠٠٩/٧/٢٠ لغرض الوقوف على الايجابيات والسلبيات التي ترافق عملية اجراء البحث والتأكد من استخدام استمارة التحليل وصلاحيتها .

٣-٦ - طريقة تحليل الاستمارة :-

بعد ان تم تثبيت المحاور التي تضمنها البحث والمراد تحليلها وفقاً للمعادلة الخاصة بفاعلية الاداء الفني المحسوب والمقسم الى محورين الاول محور الاداء الفني الايجابي والثاني محور الاداء الفني السلبي والمعادلة تنص على ما يلي :-

الاداء الفني الايجابي - الاداء الفني السلبي

فاعلية الاداء الفني للاعب ^(١) =

وقت مشاركة اللاعب في المباراة

(١) محمود مرسي ، مصدر سبق ذكره ، (ص٤٩) .

وبعد ان تم تثبيت العينات في استمارة التسجيل من قبل فريق العمل وتسجيل النزالات عن طريق كاميرا الفيديو بنفس الوقت لاجل المقارنة بين نتائج التسجيل مع نتائج التحليل عن طريق المشاهدة واعادة عرض المباريات ، بعد ذلك يتم معالجة النتائج احصائياً حيث تعطى لكل حالة من حالات الاداء الايجابي نقطة واحدة ولحالات الاداء السلبي نقطة واحدة ايضاً وشملت حالات الاداء الايجابي بما يلي :-

- ١- ايقاف هجوم الخصم .
 - ٢- المبادرة بالهجوم بعد الاشتباك .
 - ٣- ايقاف هجمة مؤكدة من الخصم للحصول على نقطة .
 - ٤- اتخاذ موقف دفاعي مناسب والحصول على مبادرة الهجوم .
 - ٥- الافلات من هجمة الخصم وايقاع ضربة في المناطق الخاطئة .
 - ٦- المبادرة بالهجوم بعد توقف .
 - ٧- الحصول على نقطة بعد هجوم ناجح .
 - ٨- الحصول على ضربة قاضية بعد هجوم ناجح .
- اما حالات الاداء السلبي فشملت ما يلي :-
- ١- عدم القدرة على ايقاف هجوم الخصم .
 - ٢- التباطؤ في الهجوم .
 - ٣- دفاع في موقف يحصل الخصم منه على نقطة .
 - ٤- هجوم غير ناجح على الخصم .
 - ٥- الضرب على مناطق محرمة يحصل منها على انذار .
 - ٦- انتظار الخصم وعدم المبادرة بالهجوم رغم وجود مناطق مفتوحة للخصم .
 - ٧- عدم الاهلية .
 - ٨- السقوط بضربة قاضية .
- ٨-٣- الوسائل الإحصائية^(١) :-

عمد الباحث الى استخدام الوسائل الإحصائية المناسبة وذلك لمعالجة النتائج وبالشكل

الذي يخدم البحث وهي :-

* الوسط الحسابي .

* الانحراف المعياري .

(١) ابراهيم، مروان عبد المجيد : الاسس العلمية والطرق الاحصائية للاختبارات والقياس في التربية الرياضية

* معامل الارتباط البسيط .

* النسبة المئوية .

* تحليل التباين .

٤ - عرض النتائج ومناقشتها :-

٤ - ١ - عرض نتائج مجموع حالات الاداء الايجابي والسلبي ومناقشتها :-

من خلال الاطلاع على الجدول (١) والذي يوضح مجموع حالات الاداء الايجابي والسلبي وحسب توزيعها على جولات النزال الثلاث نلاحظ انه في حالات الاداء الايجابي وفيما تضمنته الفقرة الخاصة بايقاف هجوم الخصم ان نسبة الايقاف في الجولة كان اقل منه في الجولة الثانية والثالثة وهذا يدل ان الطابع الهجومي كان هو الغالب في الجولة الاولى والرجوع الى حالات الدفاع في الجولة الثانية والثالثة واستقراره نسبياً حيث بلغ في الجولة الاولى (٣) حالات وبنسبة مئوية بلغت ٢٥% وفي الجولة الثانية والثالثة (٤) اربعة حالات وبنسبة مئوية بلغت ٣٠% لذا وجب انتباه المدرب وتأكيدده على اتخاذ جانب الحيطة الدفاعية اتجاه هجوم الخصم مع مراعاة الاستمرار بالهجوم .

اما فيما يخص الفقرة الخاصة بالمبادرة بالهجوم بعد الاشتباك فنلاحظ انه في الجولة الاولى بلغت (١٢) حالة وبنسبة مئوية بلغت ٤٢% ، في الجولة الثانية (١٠) حالات وبنسبة مئوية بلغت ٣٥% وفي الجولة الثالثة (٨) حالات وبنسبة مئوية بلغت ٢٨% ويلاحظ ان هنالك حالة انحدار من الجولة الاولى الى الثالثة ويعزي الباحث سبب هذا التراجع الى الانخفاض في مستوى اللياقة البدنية وقلة التدريب على مثل هذه الحالات المهمة^١ .

وبلغت نسبة ايقاف هجمة مؤكدة للخصم للحصول على نقطة في الجولة الاولى (٥) حالات وبنسبة مئوية بلغت ٣٣% وفي الجولة الثانية (٤) حالات وبنسبة مئوية بلغت ٣٠% وفي الجولة الثالثة (٤) حالات وبنسبة مئوية بلغت ٣٠% وهذا ايضاً انحدار في المستوى من الجولة الاولى الى الجولة الثالثة . وهنا تبرز ناحية مهمة انه ومع مرور الوقت واستنفاد الجهد يقل التركيز على الجوانب الدفاعية ويعزوها الباحث الى الضعف البدني وقلة التدريب العقلي . وفيما يخص حالات اتخاذ موقف دفاعي مناسب والحصول على مبادرة الهجوم كانت في الجولة الاولى (١٠) حالات وبنسبة مئوية بلغت ٣٠% وفي الثانية (١١) حالات وبنسبة مئوية بلغت ٣٥% وفي الثالثة (١٤) حالة وبنسبة مئوية بلغت ٤٠% ونلاحظ الارتفاع بين

(١) بسطويسي احمد : اسس ونظريات التدريب الرياضي ، دار الفكر العربي للنشر والتوزيع ، القاهرة ، ١٩٩٩ .

الجملة الاولى والثالثة وهذا يدل الى ركون اللاعب الى المواقف الدفاعية اكثر من الهجومية وذلك ما يتطلبه الهجوم من كفاءة بدنية ومهارة عالية .

وبلغت الفقرة الخاصة بالافلات من هجمة الخصم وايقاع ضربته في المناطق الخاطئة في الجملة الاولى (١٠) حالات وبنسبة مئوية بلغت ٤٥% وفي الثانية (٨) حالات وبنسبة مئوية ٣٥% وفي الثالثة (٨) حالات وبنسبة مئوية بلغت ٣٥% ايضاً ومن خلال التدقيق في هذه الفقرة نلاحظ انه في الجملة الاولى كانت النسبة مرتفعة ذلك لما يتطلبه الافلات من هجوم الخصم الى السرعة في رد الفعل والتركيز العالي والذي بدا واضحاً انخفاض في الجولتين الثانية والثالثة وبلغت حالات المبادرة في الهجوم بعد توقف في الجملة الاولى (١١) حالات وبنسبة مئوية بلغت ٥٤% وفي الثانية (٥) حالات وبنسبة مئوية بلغت ٢٠% وفي الثالثة (٨) حالات وبنسبة مئوية بلغت ٣٥% ويلاحظ في ذلك الانخفاض والتذبذب بين جولات النزال ، ويرى الباحث انه بالامكان استثمار هذه الفقرة بالشكل الجيد لو جرت تحت تدريب مركز حيث انه في مباريات التايكواندو تحدث توقفات كثيرة نتيجة لحالات الاشتباكات او الضربات الغير قانونية ولاسباب اخرى ولو استثمر اللاعب المبادرة بالهجوم لحصل على عنصر المباغته اللازمة لاحتراز نقطة . وبلغت حالات الحصول على نقطة بعد هجوم ناجح في الجملة الاولى والثانية على التوالي (٥) حالات وبنسبة مئوية بلغت ٤٢% وفي الثالثة (٤) حالات وبنسبة مئوية بلغت ٢٥% . ويلاحظ انخفاض واضح في صنع وبناء الهجوم المنظم للحصول على النقاط وهذا يدل على الضعف في المستوى التدريبي للمهارات الخططية في اللعب .

اما حالات الحصول على ضربة قاضية بعد هجوم ناجح فكانت (٣) حالات فقط وبنسبة مئوية بلغت ١٠٠% وفي الجملة الاولى وهذا يدل على انه بالامكان استثمار اللاعبين لفرصة الحصول على ضربة قاضية وهم في بداية نشاطهم وتركيزهم .

وعموماً يمكن ومن خلال ملاحظة مجموع حالات الاداء الايجابي للاعبين في الجملة الاولى والتي بلغت (٥٩) حالة وبنسبة مئوية بلغت ٤٥% وفي الجملة الثانية (٤٧) حالة وبنسبة مئوية بلغت ٣٢% وفي الثالثة (٥٠) حالة وبنسبة مئوية بلغت ٤٢% انخفاض المستوى العام للاعبين وهذا ناتج عن الضعف في اللياقة البدنية ومستوى التدريب بشكل عام .

جدول (١)

يبين مجموع حالات الاداء الايجابي والسلبي موزعة على جولات النزال

المجموع	%	الجولة الثالثة	%	الجولة الثانية	%	الجولة الاولى	مجالات الفاعلية	ت	فاعلية الاداء
١١	٣٠,٧١	٤	٣٠,٧١	٤	٢٥,٥٧	٣	ايقاف هجوم الخصم.	١	الايجابي
٣٠	٢٨	٨	٣٥	١٠	٤٢	١٢	المبادرة بالهجوم بعد الاشتباك .	٢	
١٣	٣٠	٤	٣٠	٤	٣٣	٥	ايقاف هجمة مؤكدة من الخصم للحصول على نقطة .	٣	
٣٥	٤٠	١٤	٣٥	١١	٣٠	١٠	اتخاذ موقع دفاعي مناسب والحصول على مبادرة الهجوم .	٤	
٢٦	٣٥	٨	٣٥	٨	٤٥	١٠	الافلات من هجمة الخصم وايقاع ضربته في المناطق الخاطئة .	٥	
٢٤	٣٥	٨	٢٠	٥	٥٤	١١	المبادرة بالهجوم بعد توقف .	٦	
١٤	٢٥	٤	٤٢	٥	٤٢	٥	الحصول على نقطة بعد هجوم ناجح .	٧	
٣	-	-	-	-	١٠٠	٣	الحصول على ضربة قاضية بعد هجوم ناجح .	٨	
١٥٦	٤٢	٥٠	٣٢	٤٧	٤٥	٥٩	مجموع فاعلية الاداء الايجابي .		

اما فيما يخص حالات الاداء السلبي فقد بلغت مستوى عدم القدرة على ايقاف هجوم الخصم في الجولة الاولى (٣) حالات وبنسبة مئوية بلغت ٢٧% وفي الثانية (٥) حالات وبنسبة مئوية بلغت ٤٢% وفي الثالثة (٤) حالات وبنسبة مئوية بلغت ٢٥% ويلاحظ التذبذب بين جولات النزال الثلاث وهذا يدل عن قلة التدريب للحالات الدفاعية المهمة ومنها الزوغان والافلات من هجوم الخصم .

وبلغت نسبة التباطؤ في الهجوم في الجولة الاولى (٢) حالات وبنسبة مئوية بلغت ٥٥% وفي الثانية الثالثة حالة واحدة على التوالي وبنسبة مئوية بلغت ٢٠% . ويلاحظ ارتفاع نسبة التباطؤ في الجولة الاولى عنه في الثانية والثالثة ويعزو الباحث هذا الارتفاع لحالات

الاستثارة الانفعالية او ما يعرف بحمى البداية ، لذا وجب الاعداد النفسي الجيد للاعبين والسيطرة على هذه الحالة .

وفي ما يخص الدفاع في موقف يحصل منه الخصم على نقطة فقد بلغت في الجولة الاولى (١) حالة واحدة وبنسبة مئوية بلغت ٢٥% وفي الثانية (٤) حالات وبنسبة مئوية بلغت ٧٠% وفي الثالثة (٢) حالتين واحدة وبنسبة مئوية بلغت ٣٥% وهذه حالة ايجابية كون ان اللاعبين يتخذون اوضاع دفاعية مغلقة لا تمكن الخصم من اختراقها .

اما في حالات الهجوم الغير ناجح على الخصم فقد بلغت في الجولتين الاولى والثانية على التوالي (٦) حالات وبنسبة مئوية بلغت ٣١% وفي الثالثة (٩) حالات وبنسبة مئوية بلغت ٤٢% ويلاحظ انه لم يكن هنالك تركيز عالي في مستوى الهجوم وارتفعت هذه النسبة مع ظهور حالات التعب .

وفي حالات الضرب على مناطق محرمة يحصل منها على انذار لم تسجل اية حالة في الجولتين الاولى والثانية وسجلت حالة واحدة في الجولة الثالثة وهذا يدل على دراية اللاعبين بقانون اللعبة وهي حالة ايجابية وجب تعزيزها .

اما في حالة انتظار الخصم وعدم المبادرة بالهجوم رغم وجود مناطق مفتوحة عند الخصم فقد سجلت (٣) حالات في الجولة الاولى وبنسبة مئوية بلغت ٧٢% وفي الجولة الثانية (١) حالة واحدة وبنسبة مئوية بلغت ٣٣% ولم تسجل اية حالة في الجولة الثالثة ويلاحظ الانخفاض التدريجي ويعزوه الباحث الى حالات الحذر الذي يتخذه اللاعبون لمعرفة طبيعة اداء الخصم على الرغم من ان استثمار هذه المناطق قد يكسب اللاعب تفوق منذ لحظات البداية .

اما في حالات عدم الاهلية والسقوط بضربة قاضية فلقد سجلت حالة واحدة فقط بالضربة القاضية فلم تسجل اية حالة . وهذا يؤكد ماذهب اليه الباحث في الدراية بقانون اللعبة والحذر الذي يتخذه اللاعبون كونه كان احد ابطال الدوليين برياضة التايكواندو .

وعموماً يمكن ملاحظة ان مجموع حالات الاداء السلبي في الجولة الاولى والثانية (١٦) حالة على التوالي وبنسبة مئوية بلغت ٣٥% لكل جولة وفي الثالثة (١٣) حالة وبنسبة مئوية بلغت ٢٨% ويرى الباحث ان ارتفاع النسبة في الجولة الاولى والثانية وانخفاضه في الجولة الثالثة يعود الى عوامل الاعداد النفسي اذ ان درجة الاستثارة الانفعالية سواء كانت عالية او واطئة تؤثر في الاداء الفني للاعب فضلاً عن بعض حالات القلق والامور النفسية التي ترافق المباريات خصوصاً وان النزالات كانت النهائية .

جدول (٢)

يوضح مجموع حالات الاداء الايجابي والسلبي موزعة على جولات النزال

المجموع	%	الجولة الثالثة	%	الجولة الثانية	%	الجولة الاولى	مجالات الفاعلية	ت	فاعلية الاداء
١٢	٢٥	٤	٤٢,١	٥	٢٧,٧	٣	عدم القدرة على ايقاف الخصم .	١	السلبي
٤	٢٠	١	٢٠	١	٥٥	٢	التباطؤ في الهجوم .	٢	
٧	٣٥	٢	٧٠	٤	٢٥	١	دفاع في موقف يحصل الخصم منه على نقطة .	٣	
٢١	٤٢,٨	٩	٣١,٥	٦	٣١,٥	٦	هجوم غير ناجح على الخصم .	٤	
١	١٠٠	١	-	-	-	-	الضرب على مناطق محرمة يحصل منها على انذار .	٥	
٤	-	-	٣٣,٣	١	٧٢	٣	انتظار الخصم وعدم المبادرة بالهجوم رغم وجود مناطق مفتوحة للخصم .	٦	
١	١	-	-	١	-	-	عدم الاهلية .	٧	
١	-	-	-	١	-	-	السقوط بضريرة قاضية .	٨	
٥١	١٢٢	١٧	٣٥,٥	١٨	٣٣,٥	١٥	مجموع فاعلية الاداء السلبي .		

٤-٢- عرض نتائج معامل فاعلية الاداء الفني ومناقشته :-

من خلال الإطلاع على الجدول رقم (٢) والذي يوضح معامل فاعلية الاداء الفني في الجولات الثلاث وفي عموم النزال نجد ان متوسط فاعلية الاداء الفني في الجولة الاولى بلغ (٠,٣٣٢) وبانحراف معياري قدره (٠,١٣٠) وفي الجولة الثانية بلغ المتوسط الحسابي (٠,٢١) وبانحراف معياري قدره (٠,٢٣) وفي الجولة الثالثة بلغ المتوسط الحسابي (٠,٢٤) وبانحراف معياري قدره (٠,٢٧) .

ويلاحظ الفارق الكبير بين متوسط فاعلية الاداء في الجولة الاولى عنه في الجولتين الثانية والثالثة ، ويعزوه الباحث وكما اشار في تحليل الفقرات التي شملتها استمارة الفاعلية الى الضعف في الجوانب البدنية والمهارية . لذا وجب ان يعد الرياضي في كافة الجوانب البدنية والمهارة قبل ان يزج في المنافسات ويؤكد على ذلك [ريسان خريبط ، ١٩٩٨] ويشير الى انه عند التخطيط للتطبيق التنافسي للرياضي الفني يبتغي الاسترشاد وقبل كل شيء بمؤشرين : الاول هو ان الرياضي ينبغي ان يكون وفق الحالة الصحية والبدنية والإمكانيات النفسية - التعبوية مستعداً تماماً لمعالجة المسائل الموضوعية امامه ، والثاني ان المنافسات ينبغي ان تنتخب بطريقة تتلاءم فيها بالاتجاه وبدرجة التعقيد - مع المسائل والقابليات في مرحلة الاعداد (١) .

جدول (٣)

يبين معامل فاعلية الاداء الفني للجولات الثلاث وللمباراة

الفئة الوزنية	درجة الفاعلية في الجولة الاولى	درجة الفاعلية في الجولة الثانية	درجة الفاعلية في الدرجة الثالثة	درجة الفاعلية في عموم النزال
٥٨ كغم	٠,٣٥	٠,٢٨٨	٠,٧٥	٠,٤٦
٦٨ كغم	٠,١١ ⁻	٠,١١	صفر	صفر
٨٠- كغم	٠,٤٥	-	-	٠,٤٥
٨٠+ كغم	٠,٢٧	٠,٦١١	٠,١٦	٠,٣٥
س -	٠,٣٣٢	٠,٢١	٠,٢٤	٠,٣٣
ع ⁺	٠,١٣٠	٠,٢٣	٠,٢٧	٠,١٢١

(١) ريسان خريبط مجيد : النظريات العامة في التدريب ، دار النشر والشروق للنشر والتوزيع ، عمان

اما في ما يخص معامل الاداء الفني لعموم النزال قد بلغ المتوسط الحسابي (٠,٣١) ، وبانحراف معياري قدره (٠,١٢١) وهذه الدرجة لا تمثل مستوى الطموح ^(١)، اذ انه كلما تجاوز معامل الفاعلية درجة (٠,٥) كان مستوى الفاعلية جيد وكلما اقتربت الدرجة (١,٠٠) يدل على ان الفاعلية عالية ويرى الباحث ان سبب انخفاض معامل الفاعلية يعود الى اسباب الإعداد للمنافسة اذ انه تم تحديد موعد البطولة بشكل مفاجئ مما ادى الى ضعف اعداد اللاعبين ، ويجب ان تكون المنافسة هدفاً مهماً للمدربين من خلال جدولة مراحل الاعداد ويتم ذلك من خلال التخطيط السليم والعلم المسبق بمواعيد البطولات .

فتؤثر المنافسة الرياضية كثيراً على تطوير حالة التدريب وبناء المستوى الرياضي اثناء المشاركة فيها ، حيث يعد شكلاً مهماً من اشكال التدريب ، فضلاً عن كونها هدفاً نهائياً لدوائر التدريب لسنة واحدة او لسنوات عديدة . فالمنافسات الرياضية والتدريب يكمن هدفهما في البناء الجيد وثبات كل منهما فالتخطيط والتقويم يتم اثناء المنافسات ^(١) .

واخضع الباحث معاملات الفاعلية لجولات النزالات الثلاث لتحليل التباين باستخدام قانون [F] وظهر ان القيمة المحسوبة (١,٦٦٦) وقيمة [F] الجدولية تحت مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية (٢-١٨) بلغت (٣,٥٥) وبما ان قيمة [F] المحسوبة اصغر من القيمة الجدولية فإنه لا توجد فروق ذات دلالة معنوية وكما موضح في الجدول (٤) .

جدول (٤)

يوضح تحليل التباين لمعاملات الفاعلية في الاداء الفني لجولات المباراة الثلاث

قيمة [F]		متوسط المربعات	درجة الحرية	مجموع مربع الانحرافات	مصدر التباين
الجدولية	المحسوبة				
٣,٥٥	١,٦٦٦	٠,٠٠٠٧	٢	٠,٠٠١٤	بين المجموعات
		٠,٠٠٠٤٢	١٨	٠,٠٠٧٦	داخل المجموعات

^(١) محمود موسى : مصدر سبق ذكره ، (ص ٦٣) .

^(١) مفتي، ابراهيم احمد: التدريب الرياضي الحديث تخطيط وقيادة وتطبيق ، دار الفكر العربي للطباعة والنشر ، القاهرة ، ط٢ ، ٢٠٠١ .

ويعزو الباحث الفرق العشوائي الى تقارب مستوى اللاعبين كونهم من المتبارين في النزالات النهائية للبطولة فضلاً مما ظهر في الجدول (٢) انه لم ترتقي درجات الفاعلية في جولات النزالات الثلاث وفي عموم المباريات الى المستوى الجيد ، الا ان النظر الى الاوساط الحسابية تشير الى وجود تباين بين الجولات وكما وضحه الباحث سلفاً .

٥ - الاستنتاجات والتوصيات :-

٥-١ - الاستنتاجات :-

خلص البحث من خلال عرض نتائج بحثه الى ما يلي :-

- ١- كثرة الطابع الهجومي في الجولات المتقدمة والطابع الدفاعي في الجولات الاخرى.
- ٢- تردي مستوى اللياقة البدنية عند اللاعبين بالاضافة الى الاداء المهاري في الجولة الثانية والثالثة.
- ٣- عدم الاهتمام لجوانب التدريب العقلي والاعداد النفسي للمنافسات .
- ٤- وجود ضعف في جوانب التدريب الخططي (الدفاعي والهجومي) والتصرف تحت الظروف الطارئة والحرجة .
- ٥- سوء التخطيط ولم يكن هنالك اعداد جيد للمنافسة على البطولة نتيجة لعدم تحديد الوقت المبكر لمواعيد البطولات.
- ٦- الاداء الفني للاعبين لم يرتقي الى مستوى الطموح الجيد لعدم استثمار وقت النزال ولعدم استثمار نقاط الضعف في المنافس.
- ٧- عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية لمعاملات الفاعلية بين جولات النزال الثلاث .

٥-٢- التوصيات :-

وبعد النتائج التي حصل عليها الباحث يوصي بما يلي :-

- ١- ضرورة اهتمام المدربين بتدريب اللاعبين على توزيع الجهود البدنية على جولات المباراة الثلاث.
- ٢- الاهتمام باعداد الرياضيين الاعداد المتكامل والتركيز على الجوانب العقلية والنفسية .
- ٣- ضرورة الارتقاء بواقع التدريب الخططي (التكتيكي) للاعبين وعدم الاكتفاء بتطوير المهارات الفردية (التكتيك) والتدريب بظروف مشابهة للبطولات .
- ٤- ضرورة الاهتمام باستغلال وقت المباراة من قبل اللاعبين واستغلال نقاط الضعف في المنافس والثغرات التي تحدث نتيجة اللعب .
- ٥- ضرورة تحديد الجدول الزمني للبطولات وثبات المواعيد لغرض الاعداد الجيد للمنافسة .
- ٦- اجراء بحوث مشابهة على عينات للشباب والناشئين ولكلا الجنسين .

المصادر والمراجع :-

المصادر والمراجع العربية :-

- ١- ريسان خريبط مجيد : النظريات العامة في التدريب الرياضي ، دار الشرق للنشر والتوزيع ، عمان ، ١٩٩٨ .
- ٢- فائز بشير حمودات ، مؤيد عبد الله : كرة السلة ، الموصل ، مطبعة جامعة الموصل ، ١٩٨٨ .
- ٣- قاسم حسن حسين : اسس التدريب الرياضي ، دار الفكر للطباعة والنشر ، عمان ، ط ١ ، ١٩٩٨ .
- ٤- ماهر احمد عاصي : دراسة بعض المتغيرات الوظيفية في سرعة رد لفعل الخاصة برياضي التايكواندو ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، ١٩٩٦ .
- ٥- محمود موسى حسين : تقويم فاعلية الاداء الفني للاعبين الخط الخلفي لكرة اليد ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة البصرة ، كلية التربية الرياضية ، ١٩٩٥ .
- ٦- نزار الطالب ، محمود السامرائي : مبادئ الاحصاء والاختبارات البدنية والرياضية ، مؤسسة دار الكتب للطباعة والنشر ، الموصل .
- ٧- هة فال خورشيد رفيق : تحليل وتقويم اداء لاعبي التنس للمتقدمين من خلال استخدام نظام ملاحظة مقترح ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، ١٩٩٧ .
- ٨- القانون الدولي للتايكواندو ، كوريا سيؤول ، ٢٠٠٥ .
- ٩- ماهر احمد عاصي، تقويم فاعلية الاداء للاعبين التايكواندو من خلال نظام ملاحظة مقترح، بحث منشور في مجلة كلية المعلمين، ١٩٩٩ .

المصادر والمراجع الاجنبية :-

- 1- Byunk , K (1994) W. teteakwando . Irconnidkanhamku seul .
- 2- Han joo eom and robertw , shutz , Statetical analyses of Volleyboll team performance , research Quarterly for exercise and sport , (1992) Vol. 63. 1 .
- 3- W. T. F. competition rules (1992) edit , W. T. F publication , seull .
- 4- Song. Hoo. Sub & Kim. Jong. Oh Takewondo. Jun won ublications , Go (1986) .
- 5- W. T. F. , Roules , (article7) .
- 6- Rok , kew , jong. Inten to taekwondo , Korea (1990) .

((ملحق ١))

استمارة دراسة فاعلية الاداء المهاري للاعبى التايكواندو

اسم اللاعب : النادي : التاريخ :
 فئة الوزن : القاعة : اسم المختبر :
 العمر التدريبي : لون الواقية : توقيعه :

الاجابة	ت	مجالات الفاعلية	الجولة الاولى	الجولة الثانية	الجولة الثالثة	المجموع
الاجابى	١	ايقاف هجوم الخصم .				
	٢	المبادرة بالهجوم بعد الاشتباك .				
	٣	ايقاف هجمة مؤكدة من الخصم للحصول على نقطة.				
	٤	اتخاذ موقع دفاعي مناسب والحصول على مبادرة الهجوم .				
	٥	الإفلات من هجمة الخصم وايقاع ضربته في المناطق الخاطئة .				
	٦	المبادرة بالهجوم يعد توقف .				
	٧	الحصول على نقطة بعد هجوم ناجح .				
	٨	الحصول على ضربة قاضية بعد هجوم ناجح.				
السلبى	١	عدم القدرة على ايقاف الخصم .				
	٢	التباطؤ في الهجوم .				
	٣	دفاع في موقف يحصل الخصم منه على نقطة.				
	٤	هجوم غير ناجح على الخصم .				
	٥	الضرب على مناطق محرمة يحصل منها على انذار .				
	٦	انتظار الخصم وعدم المبادرة بالهجوم رغم وجود مناطق مفتوحة للخصم .				
	٧	عدم الاهلية .				
	٨	السقوط بضربة قاضية .				

المجلة الرياضية المعاصرة العدد الخامس عشر المجلد العاشر لسنة ٢٠١١م