



دراسة تحليلية للأداءات الهجومية والدفاعية للاعب الكيك بوكسينج

أ.د/ أحمد سعيد أمين خضر

أستاذ تدريب الملاكمة ووكيل شئون التعليم والطلاب
بكلية التربية الرياضية جامعة السويس

أ.د/ ياسر محمد عبد الجواد الوراقى

أستاذ تدريب الملاكمة بقسم نظريات وتطبيقات المنازلات والرياضات المائية
بكلية التربية الرياضية جامعة مدينة السادات

م.د/ السيد كمال عبد الفتاح عيد

مدرس بقسم نظريات وتطبيقات المنازلات والرياضات المائية
بكلية التربية الرياضية جامعة مدينة السادات

الباحث/ محمد نصر عبد الجيد زهران

باحث بمرحلة الماجستير بكلية التربية الرياضية جامعة مدينة السادات

Doi :

ملخص البحث باللغة العربية

تهدف الدراسة إلى التعرف على بعض الأداءات الهجومية والدفاعية الأكثر استخداماً للاعب الكيك بوكسينج لأسلوب ال (K1) ، واستخدم الباحث المنهج الوصفي نظراً لملائمته لطبيعة هذه الدراسة ، ويتمثل مجتمع البحث في بطولة العالم (بأنطاليا بتركيا) سنة (٢٠١٩م) من دور ال ٤ حيث بلغ اجمالي عدد المباريات (٣٦)، وقام الباحث بإجراء الدراسة الاستطلاعية علي عدد (٥) مباريات من الأدوار التمهيديّة، وكذلك تحليل عدد مباراة واحدة وقد استعان الباحث بأحد الخبراء لتحليل نفس المباريات وذلك للتأكد من صدق وثبات الاستمارة ومدى صلاحيتها للاستخدام ثم قام الباحث بتحليل عدد (٢٥) مباراة ثم اختارهم بالطريقة العمدية كعينة اساسية وكانت اهم النتائج ان الاداءات الهجومية الأكثر استخداما (Jab-cross) بينما كانت الاداءات الدفاعية الأكثر استخداما (الصد بقصبة الرجل الامامية - الخطو للخلف).

الكلمات الاستدلالية للبحث :

الاداءات الهجومية، الاداءات الدفاعية، الكيك بوكسينج





المقدمة ومشكلة البحث:

تعتبر رياضة الكيك بوكسينج من الرياضات القتالية لما تتميز به من الهجوم والدفاع والهجوم المضاد التي تتطلب صفات بدنية خاصة ، كما أن رياضة الكيك بوكسينج من الرياضات القتالية التي تتميز بالتغير المستمر والسريع للاتجاهات المختلفة في مواقف اللعب المتغيرة التي تظهر من خلال الظروف المفاجئة ، وحتى يستطيع ممارستها أداء حركتها الفنية المختلفة (اللكم ، الركل ، المصارعة ، القفز ، المراوغة) من أوضاع مختلفة للوصول للاعب إلى المستويات الرياضية العالية تحت شروط المنافسة،

ويذكر محمد الدباوي ٢٠٢١ م الي ان الكيك بوكسينج له العديد من الانماط وهي :-
Musical forms- light contact – semie contact – full contact – full contact – k1
kick light ، وتم تقسيمهم الي ٤ اساليب يمارسوا علي البساط وهناك ٣ اساليب يمارسوا على حلقة وكل منهم له الاسلوب الخاص به في اللعب والقانون الذي يحكم به وان رياضة الكيك بوكسينج تنقسم الي مهارات اللكم وتشمل مهارات (gab- cross- huck –swing) ومهارات الركل تشمل (front 360 kick axe kick – spinning kick – back kick – side kick –) ومهارات الركبة تشمل (side knee – gumb knee – bush knee – front knee) (٣٤:٥٦)

ويري كلا من مفتي ابراهيم ١٩٩٦ ، عصام عبد الخالق ٢٠٠٥ م الي ان المهارة تعني مقدرة الفرد علي الاداء الحركي المعقد بسهولة ودقة والاستجابة للمواقف المتغيرة لإنجاز افضل النتائج (١٣٠.٦٠) (٤٥.٣٣)

حيث يشير هاشم ياسر حسن ٢٠١١ م الي الاداء الحركي المهاري علي انه قابلية الرياضي علي اداء مهارة حركية او مجموعة من المهارات الحركية المركبة الهادفة لغرض انجاز واجب معين بدون انخفاض في مستوي اللاعب (٢٥-٦٧)

من خلال ممارسة الباحث لرياضة الكيك بوكسينج كلاعب سابق ومدرب حاليا ومتابعة العديد من البطولات المحلية والدولية لاحظ ان معظم لاعبي الكيك بوكسينج يقوموا بأداء المهارات الهجومية والدفاعية بصورة عشوائية وايضا التركيز علي بعض الأداءات الهجومية واهمال بعضها وكذلك التركيز علي بعض الاداءات الدفاعية واهمال الدفاعات الأخرى والتغير المستمر للدفاعات لنفس المهارة الهجومية الواحدة مما حدا بالباحث للقيام بهذه الدراسة لمعرفة الاداءات الهجومية والدفاعية الاكثر استخداما ببطولة العالم لإستايل ال (k1) للاعبين العموم لرياضة الكيك بوكسينج وذلك لمعرفة مدي





اهمية الاداءات الهجومية والدفاعية واي المهارات الهجومية والدفاعية التي يجب التركيز عليها طبقا لاولوية الاستخدام في بطولة العالم
ثانيا هدف البحث:

١- التعرف علي الاداءات الهجومية الاكثر استخداما للاعبين الكيك بوكسينج استايل ال k1

٢- التعرف علي الاداءات الدفاعية الاكثر استخداما للاعبين الكيك بوكسينج استايل ال k1

ثالثاً: فروض البحث:

١- ما هي الاداءات الهجومية الاكثر استخداما للاعبين الكيك بوكسينج استايل ال k1؟

٢- ما هي الاداءات الدفاعية الاكثر استخداما للاعبين الكيك بوكسينج استايل ال k1؟

رابعاً: إجراءات البحث :

منهج البحث :

استخدم الباحث المنهج الوصفي نظراً لملائمته لطبيعة هذه الدراسة.

مجتمع البحث:

يتمثل مجتمع البحث في بطولة العالم (بأنطاليا بتركيا) سنة (٢٠١٩م) من دور ال ٤ حيث بلغ اجمالي عدد المباريات (٣٦) مباراة فعليه .

عينة الدراسة الاساسية :

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من مباريات دور ال (٤) حيث بلغ عددها (٢٥) مباراة

عينة الدراسة الاستطلاعية:

اشتملت عينة الدراسة الاستطلاعية علي عدد (٥) مباريات من الادوار التمهيدية

خامساً: وسائل وأدوات جمع البيانات:

استند الباحث لجمع المعلومات والبيانات المتعلقة بهذا البحث إلي الوسائل والأدوات التالية:

الأدوات والأجهزة الخاصة بالبحث:

- جهاز لابتوب.
- C.D
- برنامج للتحكم في سرعة الحركة.





وسائل جمع البيانات:

- استمارة تحليل المباريات.
- المقابلة الشخصية

سادساً: الدراسة الاستطلاعية

قام الباحث بإجراء الدراسة الاستطلاعية علي عدد (٥) مباريات من الادوار التمهيديّة ومن خارج عينة البحث الاساسية وذلك للتأكد من سلامة الاستمارة وتم اجراء المعاملات العلمية للاستمارة التحليل قيد البحث من خلال : -

صدق المضمون (المحتوي) :

قام الباحث بإجراء صدق المضمون لاستمارة تحليل الاداءات الهجومية والدفاعية للاعبين العموم في استايل k1 قيد البحث وذلك علي عدد ٥مباريات عينة الدراسة الاستطلاعية وتم عرض نتائج التحليل علي الخبراء لابداء الراي في صحه وصدق تحليل والاسلوب المستخدم, وقد ابدي الخبراء موافقة وبذلك تم التوصل الي صدق المضمون ومحتوي استمارة التحليل

ثبات الاستمارة

لحساب ثبات استمارة التحليل قام الباحث بتحليل وتفرغ بيانات احدي مباريات الدراسة الاستطلاعية ، ثم استعان الباحث باحد الخبراء لتحليل وتفرغ نفس المباريات بواقع (١٠) مرات وذلك لحساب نسبة الاتقان باستخدام معادلة كوبر coppr والتي اشادات الي انة يجب الاتقل نسبة الاتفاق عن (٧٠٪) والتي تعبر عن ثبات الملاحظة في المعادلة التالية

• نسبة الاتفاق = (عدد مرات الاتفاق / (عدد مرات الاتفاق + عدد مرات عدم الاتفاق X ١٠))

• نسبة الاتفاق = (عدد مرات الاتفاق بين الخبراء والباحث) / (٩ + ١) X ١٠ = ٩٠٪

حيث اشارت نسبة الاتفاق الي اكثر من ٧٠٪ مما يشير الي ثبات استمارة التحليل





سابعاً : عرض ومناقشة النتائج:

عرض نتائج الفرض الأول:

جدول (١)

الاداءات الهجومية الأكثر استخداما في المباريات للاعبي الكيك بوكسينج ببطولة العالم

%	التكرار	الاداءات الهجومية
٢٠,٩٥	٢٦٠	Jab
٢١,٣٥	٢٦٥	Cross
٣,٢٢	٤٠	UPER
١٧,٧٣	٢٢٠	HUCK
٠,٢٥	٥	BACK BUNCH
١,٦١	٢٠	JUMP BOX
٠,٢٤	٣	SWING
١٣,٧٠	١٧٠	front kick
١٩,٣٤	٢٤٠	round house kick
٠,٦٤	٨	side kick
٠,٢٥	٥	kick Back
٠,٢٤	٣	kick Axe
٠,١٦	٢	Tornado kick
٠,٢٤	٣	kick ٣٦٠
٠,٢٥	٥	Sweep
١,٢١	١٥	Knee
١٠٠,٠٠	١٢٦٢	الاجمالي

الاداءات الهجومية

يتضح من جدول ١ ان الاداءات الهجومية الاكثر استخداما كانت كما يلي (cross- jab- round house kick- front kick)

مناقشة نتائج الفرض الأول:

تم التعرف علي الاداءات الهجومية الاكثر استخداما للاعبي الكيك بوكسينج لاستايل ال k1 مرحلة العموم ان، وهذه المهارات هي (jab- round house kick- front kick- sweep- side kick- back kick- axe kick- tornado kick- knee kick)



عرض نتائج الفرض الثاني:

جدول (٢)

الاداءات الدفاعية الأكثر استخداما في المباريات للاعبين الكيك بوكسينج ببطولة العالم

%	التكرار	الاداءات الدفاعية	
٢٣.٥٧	١١٥	الصد بقصبة الرجل الامامية	الاداءات الدفاعية
٥.٥٣	٢٧	الصد بقصبة الرجل الخلفية	
٨.٦١	٤٢	التطويح بالذراع اليميني	
١٠.٠٤	٤٩	التطويح بالذراع اليسري	
٣٦.٨٩	١٨٠	الخطو للخلف	
٨.٨١	٤٣	نصف خطوة للخلف	
٦.٥٦	٣٢	ميل الجذع للخلف	
١٠٠.٠٠	٤٨٨	الاجمالي	

يتضح من جدول ٢ ان الاداءات الدفاعية الأكثر استخداما لاعبي الكيك بوكسينج ببطولة العالم هي (الخطو للخلف - الصد بقصبة الرجل الامامية

مناقشة نتائج الفرض الثاني:

تم التعرف علي الاداءات الدفاعية الأكثر استخداما للاعبين الكيك بوكسينج لاستايل ال k1 مرحلة العموم، وهذه المهارات هي (الخطو للخلف - الصد بقصبة الرجل الامامية - التطويح بالذراع اليسري)

ثامنا: الإستنتاجات والتوصيات:

الإستنتاجات:

في ضوء أهداف البحث وفروضه ، وإجراءاته ، توصل الباحث إلى الإستنتاجات الآتية:

- ١- أن الاداءات الهجومية الأكثر استخداماً للاعبين العموم لرياضة الكيك بوكسينج لاستايل ال k1 كانت gab حيث بلغ تكرارها (٢٦٠) تكرار بنسبة ٢٠.٩٥٪ يليها مهارة ال cross بعدد تكرارات ٢٦٥ تكرار بنسبة ٢١.٣٥٪ من اجمالي تكرار الاداءات الهجومية
- ٢- أن الاداءات الدفاعية الأكثر استخداماً للاعبين العموم لرياضة الكيك بوكسينج لاستايل ال k1 كانت دفاع الخطو للخلف بعدد تكرار ١٨٠ تكرار وبنسبة ٣٦.٨٩٪ يليه دفاع الصد بقصبة





الرجل الأمامية حيث بلغ تكرار ١١٥ تكرار وبنسبة ٢٣.٥٧٪ من اجمالي تكرارات الاداءات الدفاعية

التوصيات:

إستناداً إلى ما توصل إليه الباحث من نتائج فى ضوء هدف البحث وفروضه يوصى الباحث بما يلي:

- ١- الاعتماد على نتائج تحليل البطولات في التطوير للجوانب المهارية الخاصة بلاعبى الكيك بوكسينج.
- ٢- إجراء دراسات مماثلة لهذه الدراسة لبطولات لمراحل سنوية مختلفة.

تاسعا المراجع:

أولاً: المراجع العربية:-

: تأثير تطوير الرشاقة الخاصة على تحسين تسديد اللكمة المستقيمة الأمامية مع الركلة الخلفية المستقيمة بالدوران وعلاقتها بنتائج المباريات لدى ناشئ الكيك بوكس ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الأسكندرية ، ٢٠٠٧م.

١- حسن محمد على

: تأثير برنامج تدريبي مقترح لتطوير القدرات الخاصة لرياضي الكيك بوكسينج المستوي العالي ، بحث منشور ، جامعة العربي بن مهيدي أم البواقي ، معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية ، الجزائر ، ٢٠١٠م.

٢- عبد العزيز أحمد الوصابي

: برنامج تدريبي باستخدام بعض عناصر اللياقة البدنية الخاصة وتأثيره على فاعلية أداء بعض مهارات الساندا لناشئ الووشو كونغ فو ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية جامعة مدينة السادات ، ٢٠١٧م.

٣- محمد أحمد عبد الرحمن

: تأثير تنمية بعض الصفات البدنية الخاصة على مستوى أداء أسلوب الملاكمة الجنوبية لناشئ الووشو كونغ فو ،

٤- محمد عبد الموجود الدباوي





رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية جامعة
مدينة السادات ، ٢٠١٧م.

٥- محمد عبد الموجود الدباوي : تأثير استخدام تدريبات الجهد اللاهوائي اللاكتيكي على
بعض المتغيرات الفسيولوجية والبيوكيميائية والبدنية الخاصة
لدى لاعبي الكونغ فو والكيك بوكسينغ ، رسالة دكتوراة غير
منشورة ، كلية التربية الرياضية جامعة مدينة السادات ،
٢٠٢١م.

٦- منير محمد سلطان : تأثير بعض القدرات الحركية الخاصة على مستوى أداء
مهارة الركلة الجانبية للاعبين الووشو كونغ فو ساندا تحت
٢٠ سنة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية تربية رياضية
جامعة الاسكندرية ، ٢٠١١م.

٧- وجيه أحمد شمندي : الكاراتية الحديث بين النظرية والتطبيق ، الطبعة الأولى ،
مطابع خطاب ، القاهرة ، ١٩٩٣م.

ثانياً: المراجع الأجنبية:

- 13- **Brown , S.p.,** : Introduction to Exercise science Lippincott
Willias & wilkins New york, publishers, 2002.
- 14- **Loren seagrove** : Introduction to sprinting New studies in
Athletics,IAAF,No2-3,P.93-113,1996.
- 15- **Marino Tavra,**
Goran Kuvačić,
Saša Krstulović : CORRELATION OF MOTOR ABILITIES
AND MOTOR SKILLS IN SEVEN-YEAR-
OLDS ATTENDING JUDO SCHOOL pp57-62
Ss. Cyril and Methodius University in Skopje
Faculty of Physical Education, Sport, and Health,
2014.
- 16- **Pat O’Keeffe** :kickboxing, A FRAMEWORK FOR SUCCESS,
Summersdale Publishers Ltd 46 West Street
Chichester West Sussex PO19 1RP, United
Kingdom United Kingdom, 2004.

