

تأثير استخدام بعض أساليب الخداع على فعالية الأداءات الهجومية المركبة  
لناشئي الكوميتيه في رياضة الكاراتيه

أ.م.د/ محمد سعيد أبو النور

المقدمة ومشكلة البحث:

تعتبر مسابقة الكوميتيه من المسابقات الهامة في رياضة الكاراتيه التي تتميز بتنوع اساليب أداء المهارات الهجومية والدفاعية خلال مبارياتها، ما بين أساليب مباشرة وغير مباشرة والتي يتوقف استخدامها على طبيعة المواقف التنافسية المختلفة التي يتعرض إليها اللاعب أثناء عملية التنافس ما بين مواقف هجومية خاطفة ومواقف هجومية مضادة ومواقف دفاعية، يحتاج كل موقف منها الى تصرفاً خطياً مختلفاً عن الآخر ووفقاً لاختلاف محددات الموقف التنافسي بين مباراة وأخرى.

ويشير محمد سعيد أبو النور (٢٠٠٩م) الى أن الهجوم في الكوميتيه بأنواعه المختلفة هو العامل الرئيسي لحصول اللاعب على أكبر عدد من النقاط سواء كان هذا الهجوم هجوماً بسيطاً أو هجوماً مركباً أو هجوماً مباشراً أو غير مباشراً، كما أن الأسلوب الحديث في رياضة الكاراتيه والخاص بلاعبي الكوميتيه يعتمد على سرعة ودقة تنفيذ المهارات الهجومية أثناء المباريات ووصول هذه المهارات إلى أهدافها المختلفة سواء باستخدام الذراعين أو الرجلين وأهمية توظيف إمكانات اللاعب المختلفة أثناء المباريات ووفقاً لقدراته واستعداداته حتى يمكن تنفيذ الواجبات الهجومية والدفاعية المختلفة بفعالية أثناء المباريات مع الإقتصاد في بذل الجهد أثناء الأدوار التمهيديّة والنهائيّة التي يمر بها خلال منافسات الكوميتيه. (١٦: ١٤٦٤)

ويذكر عماد عبدالفتاح السرسري (٢٠٠١م) أن التدريب على الكوميتيه يتطلب الإعداد المهاري الجيد عن طريق استخدام الحركات الخداعية في التدريب من خلال سرعة التحرك في جميع الزوايا حول المنافس مع مراقبة حركاته الخداعية ومحاولة كشف ثغرة في جسمه مع سرعة الاستجابة الحركية الصحيحة بمهارة مناسبة مع تغيير وضع جسمه بسرعة وقوة الهجوم المباشر على المنافس. (١٣: ٤)

ويشير شريف محمد العوضي، عمر محمد لبيب (٢٠٠٤م) إلى أن لاعب الكوميتيه ذو المستوى المهاري المتقدم بجانب إجادته المهارات ونمو قدراته الحركية يحتاج إلى الإلمام بحركات الخداع والتي تعتبر من أهم العوامل المساعدة لتحقيق النصر، ومحاولة خداع المنافس

أستاذ مساعد بقسم نظريات وتطبيقات المنازلات والرياضات الفردية بكلية التربية الرياضية للبنين جامعة الزقازيق

عن طريق استعمال بعض حركات الخداع بغرض إبعاد وتشتيت تفكير المنافس وفتح ثغرة لبدء الهجوم عن طريقها، أما إذا استغل اللاعب الخداع كمهارة فإن ذلك يعمل على مفاجأة المنافس من خلال حركة سريعة مفاجئة مرتبطة بحركات من ذراعيه أو رجليه أو رأسه أو جزعه.

(١٠ : ٢٢٦)

كما يوضح **عبدالفتاح فتحي خضر (١٩٨٦م)** أن الخداع هو فن استخدام الجسم بالتظاهر بالهجوم على منطقة ما من جسم المنافس ثم مفاجئته بالتغير السريع على منطقة أخرى، وهذا يتطلب أن يكون اللاعب الذي يريد خداع منافسه أثناء المباراة أن يكون متمكناً من كثير من المهارات الحركية الخداعية حتى يمكنه من استخدام الحركة الصحيحة والمناسبة للمواقف الهجومية التي تمكنه من تخطي امكانيات المدافع. (١١ : ١٢٠)

وفي هذا الصدد يشير **شريف محمد العوضي، عمر محمد لبيب (٢٠٠٤م)** إلى أهمية مساعدة المدرب لاعبيه عند إختيار نوع الحركة الخداعية التي ترتبط وتتناسب مع المهارة التي يؤديها اللاعب، مع ملاحظة عدم أداء هذه الحركات بطريقة اليه، بل عليه أن ينوع ويستعمل الكثير منها مع التغيير المستمر حتى لا يتعرف المنافس على حركاته الخداعية ويميزها وبناءً على ذلك يقوم بالحركات المضادة لها. (١٠ : ٢٢٦)

ويوصي **ياسر يوسف عبدالرؤوف (٢٠٠١م)** بأنه يجب على المدربين تعليم وتدريب اللاعبين على عدة مهارات خداعية في جميع الاتجاهات وأيضاً بعض المهارات المساعدة على الخداع بحيث لا يقل اتقان اللاعب عن ثلاث مهارات خداعية. (٢١ : ١٦١)

ومن خلال متابعة الباحث للبطولات الدولية الأخيرة ونظراً لإرتفاع شدة وحدة عملية التنافس وإرتفاع مستوى الأداء المتمثل في زيادة سرعة تنفيذ المهارات الدفاعية والهجومية والهجومية المضادة، فقد وجد الباحث أهمية استغلال كل إمكانيات وقدرات اللاعب البدنية والمهارية والخطئية في اختراق مجال المنافس للحصول على النقاط، حيث لم يعد الهجوم المباشر كافياً لتحقيق موزه للاعب عن الآخر بل لاحظ الباحث أن اللاعبين الفائزون بالمراكز المتقدمة في بطولات العالم خلال العشر سنوات الأخيرة يتميزون بإجادتهم لأساليب الهجوم الغير مباشر والتي ترتبط ارتباطاً وثيقاً بإجادتهم لحركات الخداع سواء كانت هذه الحركات تؤدي في خط مستقيم أو قطري أو مختلط ، إضافة الى تنوع الحركات المستخدمة في الخداع ما بين حركات كنس أو ازاحه أو حركات رمي أو مهارات تمهيدية تشتت انتباه المنافس.

ومن خلال العرض السابق ومن خلال ملاحظة الباحث ومتابعته لبطولات الإتحاد المصري للكاراتيه بشكل عام ومنطقة الشرقية للكاراتيه على وجه الخصوص في مسابقة الكوميتيه لناشئين في المرحلة السنوية تحت ١٦ سنة فقد لاحظ الباحث عدم نجاح العديد من الأداءات الهجومية في إختراق مجال المنافس وعدم وصولها إلي أهدافها المختلفة نظراً لاعتماد معظم اللاعبين على الهجوم المباشر وعدم استخدام الهجوم الغير مباشر والمتمثل في التمهيد بأداءات خداعية عند القيام بعملية الهجوم على المنافس.

حيث أدى ذلك إلي التأثير بشكل مباشر علي فعالية النشاط الخططي أثناء المباريات والمتمثل في إنهاء العديد من المباريات بإنهاء زمن المباراة وليس بتحقيق فارق الستة نقاط بين اللاعب ومنافسه كما هو وارد بقانون الاتحاد الدولي لرياضة الكاراتيه، حيث أن إستمرار المنافسة حتى ينتهي زمن المباراة يؤدي إلي بذل الكثير من الجهد والطاقة والتعرض لإحتمالية فقد اللاعب العديد من النقاط، في حين أن اللاعب القادر علي تنفيذ ثلاثة أو أربعة أداءات هجومية مركبة صحيحة منتهية بركلة في منطقة السودان أو الجودان أو كنس اللاعب المنافس ومتابعة ذلك بالتسديد يستطيع اللاعب الفوز بالمباراة في أقل وقت وذلك لإستغلال باقي زمن المباراة في الراحة لمتابعة الأدوار التالية بكفاءة عالية.

وإضافة لما ذكر ومن خلال المسح المرجعي للعديد من الدراسات السابقة وجد أنه لم توجد دراسة - في حدود علم الباحث - تناولت مثل هذه المشكلة بالبحث، مما دعا الباحث إلى تناول مثل هذه المشكلة بالبحث والدراسة وذلك بهدف التعرف على: "تأثير استخدام بعض أساليب الخداع على فعالية الأداءات الهجومية المركبة لناشئي الكوميتيه في رياضة الكاراتيه "

#### هدف البحث:

يهدف البحث إلى التعرف على: تأثير استخدام بعض أساليب الخداع على فعالية الأداءات الهجومية المركبة لناشئي الكوميتيه في رياضة الكاراتيه:

#### فروض البحث:

- ١- توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي في فعالية بعض أساليب الخداع والأداءات الهجومية المركبة لدى المجموعة التجريبية ولصالح القياس البعدي.
- ٢- توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي في فعالية بعض أساليب الخداع والأداءات الهجومية المركبة لدى المجموعة الضابطة ولصالح القياس البعدي.
- ٣- توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين البعدين للمجموعتين التجريبية والضابطة في فعالية بعض أساليب الخداع والأداءات الهجومية المركبة ولصالح المجموعة التجريبية.

٤- توجد فروق في نسب التحسن بين المجموعتين والتجريبية والضابطة في فعالية بعض أساليب الخداع والأدوات الهجومية المركبة ولصالح المجموعة التجريبية.

#### مصطلحات البحث:

#### أساليب الخداع\*:

هي عبارة عن "مجموعة من الأساليب التي يستخدمها اللاعب ليمهد بها لفتح ثغرة أو لتشتيت إنتباه المنافس أو لاخلال توازنه لإكتساب موزه للحصول على النقاط

#### الأدوات الهجومية المركبة\*:

هي عبارة عن "مجموعة من الأدوات المهارية المعدة والمرتبة وفقاً لأهداف حركية وخطية معينة تتناسب مع المواقف التي يتعرض إليها اللاعب أثناء عملية التنافس وتؤدي باستخدام اليدين أو القدمين أو بالمزج بينهما".

#### الدراسات السابقة:

١- أجري منعم فاروق جمعة:(١٩٩٨م)(١٩) دراسة هدفها التعرف على أثر تطوير بعض أنواع الخداع على مستوى الانجاز في الملاكمه ، وقد استخدم الباحث المنهج التجريبي المجموعتين التجريبية والضابطة على عينة قوامها ٣٠ لاعب من لاعبي المنتخب العسكري ، وكانت اهم النتائج هي ارتفاع مستوى الاداء ودرجة الفعالية بالنسبة للخداع المستخدم والتاثير المباشر للخداع المستخدم على جميع متغيرات الاعداد المهاري للكلمات الاساسية من حيث عدد الكلمات ومستوى الاداء ودرجه الفاعلية.

٢- قام "محمد سعيد أبو النور:(٢٠٠٢م)(١٥) بدراسة هدفها التعرف على فاعلية تطوير بعض المهارات الهجومية المركبة على نتائج المباريات للاعبى الكاراتيه، وقد استخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم مجموعتين احدهما تجريبية الأخرى ضابطة على عينة قوامها ٤٠ لاعب، وكانت اهم النتائج هي زيادة فعالية السلوك الهجومي للمهارات الهجومية المركبة ثنائية وثلاثية ورباعية التركيب المهاري قيد الدراسة، وظهر فروق معنوية في نتائج المباريات لصالح المجموعة التجريبية مقارنة بالمجموعة الضابطة.

٣- أجرى "ابراهيم على الابيارى"(٢٠٠٣م)(١) دراسة هدفها تطوير بعض الخطط الهجومية وتأثيره على نتائج المباريات لدى ناشئي رياضة الكاراتيه، وقد استخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم مجموعتين احدهما تجريبية الأخرى ضابطة على عينة قوامها ١٢ لاعب تتراوح

اعمارهم من ١٤-١٨ سنة، زيادة الحصيلة مهارية للاعبين وزيادة الحصيلة الخطية للاعبين وزيادة المساحة الخطية وحسن التفكير.

٤- أجرى علاء محمد حلويش و عمرو محمد حلويش (٢٠٠٣م) (١٢): بدراسة هدفها التعرف على تأثير برنامج تدريبي باستخدام التدريبات النوعية لتحركات الرجلين أثناء أداء الموجات الهجومية ( كتدريب أولي) للاعبين الكاراتيه وتأثيره على تحقيق الإنجاز المبارئي، وقد استخدم الباحثان المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين قوامها ١٠ لاعبين من لاعبي نادي الأهلي بدبي تتراوح اعمارهم من ١٦-١٨ سنة، حيث قسمت إلي (٥ لاعبين) للمجموعة التجريبي و(٥ لاعبين) للمجموعة الضابطة وكانت أهم النتائج ان البرنامج التدريبي المقترح كان له تأثير ايجابي على تحقيق الانجاز المبارئي لدى عينه البحث.

٥- قام "وليد ابراهيم احمد شتات" (٢٠٠٤م) (٢٠) بدراسة هدفها معرفة مدى تأثير برنامج تدريبي باستخدام بعض حركات الخداع على مستوى الانجاز لدى لاعبي رياضة الجودو ، وقد استخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم مجموعة تجريبية واحدة قوامها ٨ لاعبين من منتخب الغربية للجودو تحت ١٨ سنة، وكانت أهم النتائج هي أن البرنامج التدريبي المقترح أدى الى رفع مستوى الأداء الفني للحركات الخداعية والمهارات المصاحبة بشكل ملحوظ.

٦- أجرى "ابراهيم عبدالحميد الابياري" (٢٠٠٧م) (٢) دراسة هدفها معرفة مدى تأثير المنظومة الخطية لاختراق مجال المنافس على فاعلية الأداء لدى لاعبي رياضة الكاراتيه، وقد استخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم مجموعتين احدهما تجريبية الأخرى ضابطة على عينه قوامها ٢٤ لاعب، وكانت اهم النتائج هي زيادة فاعلية ادارة زمن المباراة واختراق مجال المنافس، وزيادة المساحة الخطية لحسن تفكير وتصرف اللاعبين مع استغلال مساحات الملعب وخاصة المساحات الركنية

٧- قام أحمد محمد الشحات (٢٠١١م) (٣) بدراسة استهدفت التعرف على: تأثير برنامج تدريبي مقترح لتحسين حركات الخداع وتأثيره على معدل فاعلية أداء لاعبي التايكوندو، وقد قام الباحث باستخدام المنهج التجريبي على عينة قوامها (٣٦) لاعب من لاعبي التايكوندو في المرحلة السنية تحت ١٧ سنة، وقد أشارت أهم النتائج إلي أن البرنامج التدريبي كان له تأثيراً ايجابياً على المجموعة التجريبية في متغيرات الرشاقة والقوة المميزة بالسرعة والتي بدورها تؤثر على مستوى أداء مهارات الخداع للاعبين التايكوندو.

٨- أجرى "أحمد محمد حسان" (٢٠١٤م) (٤): بدراسة هدفها التعرف على فاعلية تطوير بعض الموجات الهجومية القطرية على محددات الهجوم ونتائج المباريات لناشئي الكوميتيه في رياضة الكاراتيه، وقد استخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم مجموعتين إحداهما تجريبية والآخرى ضابطة، على عينه قوامها ٣٠ ناشئ في المرحلة السنوية من ١٤ : ١٦ سنة، وكانت أهم النتائج هي أن البرنامج التدريبي المقترح أدى إلى زيادة قدرة اللاعب على استغلال الهجوم والدفاع في الاتجاهات الرئيسية والفرعية المختلفة والمتمثلة في الدوائر التدريبية المقترحة، إضافة إلى زيادة فعالية الموجات الهجومية أثناء المباريات.

#### منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج التجريبي لمناسبة لطبيعة البحث وإجراءاته وذلك من خلال التصميم التجريبي لمجموعتين إحداهما تجريبية والآخرى ضابطة عن طريق القياسيين (القبلي، البعدي).

#### عينة البحث:

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من ناشئي الكاراتيه بنادي الشبان المسلمين بفرع الشرقية للكاراتيه الحاصلين على الحزام الأسود (١) دان المرحلة السنوية تحت ١٦ سنة، وكان حجم العينة (٣٤) لاعب مقيدون بالمنطقة والاتحاد المصري للكاراتيه، وتم اختيار عدد (١٠) لاعبين منهم لإجراء الدراسة الاستطلاعية، لتصبح عينة البحث الأساسية (٢٤) لاعب تم تقسيمهم إلى مجموعتين متساويتين إحداهما تجريبية والآخرى ضابطة قوام كل مجموعة (١٢) لاعب حيث تم التكافؤ بينها ويتضح ذلك من خلال جدول رقم: (١).

#### جدول (١)

##### تصنيف عينة البحث

نوع العينة	العدد	النسبة المئوية
مجموعة تجريبية	١٢	٣٥.٢٩%
مجموعة ضابطة	١٢	٣٥.٢٩%
مجموعة استطلاعية	١٠	٢٩.٤٢%
المجموع	٣٤	١٠٠%

#### أسباب اختيار عينة البحث:

- إنتظام اللاعبين في التدريب وتوفر العدد الكافي لإجراء البحث.
- مشاركة أفراد عينة البحث في بطولة المنطقة الموسم الرياضي ٢٠١٦/٢٠١٧م
- أفراد عينة البحث حاصلين علي الحزام الأسود (١) دان .
- تقارب العمر التدريبي للأفراد عينة البحث.

## تجانس عينة البحث:

قام الباحث بإجراء التجانس بين أفراد عينة البحث في متغيرات (السن، إرتفاع القامة، الوزن، العمر التدريبي، فعالية بعض أساليب الخداع، فعالية الأداءات الهجومية المركبة) ويتضح ذلك من خلال الجدولين أرقام: (٢)، (٣)

## جدول (٢)

تجانس أفراد عينة البحث في متغيرات (السن، إرتفاع القامة، الوزن، العمر التدريبي)

ن = ٣٤

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
السن	سنة	١٦.٠٠	٠.٥٢	١٥.٩٠	٠.٥٨
إرتفاع القامة	سم	١٦٩.٠٩	٤.٠٠	١٦٩.٠٠	٠.٠٧
الوزن	كجم	٥٨.٣٨	٣.٩٠	٥٨.٥٠	٠.٠٩-
العمر التدريبي	سنة	٦.٤٧	١.٧٩	٧.٠٠	٠.٨٩-

يتضح من جدول (٢) أن جميع قيم معامل الالتواء لمتغيرات (السن، إرتفاع القامة، الوزن، العمر التدريبي) قد إنحصرت ما بين  $(\pm 3)$  مما يشير الي تجانس أفراد عينة البحث في هذه المتغيرات.

## جدول (٣)

تجانس أفراد عينة البحث في فعالية بعض أساليب الخداع قيد البحث

ن = ٣٤

المتغيرات	البيان	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
أداء خداعي في خط مستقيم	٣٨.٥٤	٣٨.٥٤	٦.٥٩	٣٦.٥٠	٠.٩٣	٣٨.٥٤
أداء خداعي قطري	٤٤.٣٢	٤٤.٣٢	٧.٥٥	٤٥.٠٠	٠.٢٧-	٤٤.٣٢
أداء خداعي متنوع	٣٩.٤١	٣٩.٤١	٧.٣٦	٤٠.٠٠	٠.٢٤-	٣٩.٤١

يتضح من جدول (٣) أن جميع قيم معامل الالتواء في فعالية بعض أساليب الخداع قيد البحث قد إنحصرت ما بين  $(\pm 3)$  مما يشير الي تجانس أفراد عينة البحث في هذه المتغيرات.

تأثير استخدام بعض أساليب الخداع على فعالية الأداءات الهجومية المركبة لناشئي الكوميتيه في رياضة الكارات

#### جدول (٤)

تجانس أفراد عينة البحث في فعالية الأداءات الهجومية المركبة قيد البحث

ن=٣٤

المتغيرات	البيان	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
كيزامي زوكي - جياكو زوكي	٦٢.٠٢	٦.٤٩	٦.٠٠٠	٠.٩٣	٦٢.٠٢	
جياكو زوكي - كيزامي ماواشي جيري	٥٥.١٥	٥.٧١	٥٥.٠٠	٠.٠٨	٥٥.١٥	
كيزامي زوكي - كيزامي أورا ماواشي جيري	٤٣.٠٩	٦.٠٣	٤٥.٠٠	٠.٩٥-	٤٣.٠٩	
كيزامي زوكي - جياكو زوكي شودان - جياكو زوكي جودان بنفس الذراع	٣٦.٤٧	٥.٠٠	٣٥.٠٠	٠.٨٨	٣٦.٤٧	
كيزامي زوكي - جياكو زوكي - كيزامي ماواشي جيري	٤٤.٢٦	٧.٣٠	٤٢.٥٠	٠.٧٢	٤٤.٢٦	

يتضح من جدول (٤) أن جميع قيم معامل الالتواء في فعالية الأداءات الهجومية المركبة قيد البحث قد إنحصرت ما بين (٣±) مما يشير الي تجانس افراد عينة البحث في هذه المتغيرات.

#### تكافؤ مجموعتي البحث:

قام الباحث بإيجاد التكافؤ بين أفراد عينة البحث في متغيرات (السن، ارتفاع القامة، الوزن، العمر التدريبي، فعالية بعض أساليب الخداع، فعالية الأداءات الهجومية المركبة قيد البحث) ويتضح ذلك من خلال جدول رقم: (٥).

#### جدول (٥)

تكافؤ مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في (السن، ارتفاع القامة، الوزن، العمر التدريبي)

ن=١٠=٢

المتغيرات	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة (ت)
	س	ع ±	س	ع ±	
السن	١٦.٢٢	٠.٦٢	١٥.٩٢	٠.٤٢	١.٣٣
ارتفاع القامة	١٦٨.٧٥	٣.٩١	١٦٩.٠٠	٣.٦٩	٠.١٥
الوزن	٥٨.٤٢	٤.٢٣	٥٨.٥٨	٣.٤٨	٠.١٠
العمر التدريبي	٦.٥٠	٠.٦٧	٦.٤٢	٠.٩٠	٠.٢٤

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٢,١٠١

يتضح من جدول (٥) عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في متغيرات (السن ، ارتفاع القامة، الوزن، العمر التدريبي)، الأمر الذي يشير إلى تكافؤ مجموعتي البحث في هذه المتغيرات.



تأثير استخدام بعض أساليب الخداع على فعالية الأداءات الهجومية المركبة لناشئي الكوميتيه في رياضة الكارات

### جدول (٦)

تكافؤ مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في فعالية بعض أساليب الخداع قيد البحث

ن=١=٢=١٠

البيان	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة (ت)
	ع ±	س	ع ±	س	
أداء خداعي في خط مستقيم	٦.٤٥	٣٧.٨٣	٥.٧٤	٣٨.٥٧	٠.٢٨
أداء خداعي قطري	٦.١٤	٤٤.٧١	٧.٧١	٤٢.٩٦	٠.٥٩
أداء خداعي متنوع	٦.٧٨	٤٠.٤٢	٧.٢٢	٤١.٢٥	٠.٢٨

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٢,١٠١

يتضح من جدول (٦) عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في فعالية بعض أساليب الخداع قيد البحث، الأمر الذي يشير إلى تكافؤ مجموعتي البحث في هذه المتغيرات.

### جدول (٧)

تكافؤ مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في فعالية الأداءات الهجومية المركبة

ن=١=٢=١٠

البيان	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة (ت)
	ع ±	س	ع ±	س	
كيزامي زوكي - جياكو زوكي	٦٠.٤٢	٥٩.١٧	٥٩.١٧	٧٠.٠٢	٠.٤٧
جياكو زوكي - كيزامي ماواشي جيري	٥٥.٤٢	٤٩.٩٨	٥٥.٠٠	٧٠.٠٧	٠.١٦
كيزامي زوكي - كيزامي أورا ماواشي جيري	٤٤.٥٨	٥٩.١٧	٤٢.٥٠	٦٠.٢٢	٠.٨٤
كيزامي زوكي - جياكو زوكي شودان - جياكو زوكي جودان بنفس الذراع	٣٦.٢٥	٤٣.٣٣	٣٧.٠٨	٥٨.٨٢	٠.٣٨
كيزامي زوكي - جياكو زوكي - كيزامي ماواشي جيري	٤٢.٩٢	٦٠.٢٠	٤٣.٧٥	٨٠.٠١	٠.٢٧

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٢,١٠١

يتضح من جدول (٧) عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في فعالية الأداءات الهجومية المركبة قيد البحث، الأمر الذي يشير إلى تكافؤ مجموعتي البحث في هذه المتغيرات.

### أدوات ووسائل جمع البيانات:

قام الباحث بتحديد أدوات ووسائل جمع البيانات الخاصة بالبحث من خلال الإطلاع

على المراجع العلمية المتخصصة وكذلك الدراسات السابقة وتوضح هذه الوسائل فيما يلي:

#### أولاً: تحليل المباريات: مرفق (٤)

تم تحليل بعض مباريات بطولة الجمهورية في المرحلة السنية تحت ١٦ سنة الموسم الرياضي ٢٠١٦/٢٠١٧م وذلك لتحديد أهم الأداءات الهجومية المركبة الأكثر فعالية في المباريات حيث تم تحليل عدد ١٥ مباراة والجدول التالي يوضح أهم وأكثر الأداءات الهجومية المركبة تكراراً أثناء المباريات حيث تتضح أهم نتائج هذا التحليل من خلال جدول رقم (٨):

#### جدول (٨)

نتيجة تحليل بطولة الجمهورية للناشئين تحت ١٦ سنة لتحديد أهم الأداءات الهجومية المركبة قيد البحث

الترتيب	النسبة	التكرار	الأداءات الهجومية المركبة
الأول	٢٢.٨%	٨٧	كيزامي زوكي - جياكو زوكي
الثاني	١٥.٥٠%	٥٩	كيزامي زوكي- كيزامي أورا ماواشي جيري
الثالث	١٤.٤٠%	٥٥	- جياكو زوكي - كيزامي ماواشي جيري
الرابع	١١.٠٢%	٤٢	كيزامي زوكي- جياكو زوكي شودان - جياكو زوكي جودان
الخامس	١٠.٨٠%	٤١	كيزامي زوكي- جياكو زوكي- كيزامي ماواشي جيري

#### ثانياً: قياس فعالية بعض أساليب الخداع قيد البحث:

تم قياس فعالية بعض أساليب الخداع من خلال إشتراك اللاعب في (٣) مباريات مقيدة بواجب خداعي محدد لكل مباراة (أداء خداعي في خط مستقيم، أداء خداعي قطري، أداء خداعي متنوع) مع لاعبين في نفس المرحلة السنية وفي نفس الوزن من أحد الأندية المنافسة (نادي ههيا الرياضي)، وكان زمن المباراة دقيقتان، حيث قام كل لاعب بتنفيذ الاسلوب الخداعي المحدد في كل مباراة على حده، وذلك ليتم حساب الأداءات الناجحة في الاسلوب الخداعي شرط أن يكون سبباً في احراز نقطه.

#### ثالثاً: قياس فعالية الأداءات الهجومية المركبة:

تم قياس فعالية الاداءات الهجومية المركبة من خلال إشتراك اللاعب في (٥) مباريات مقيدة بواجب هجومي محدد مع لاعبين في نفس المرحلة السنية وفي نفس الوزن من أحد الأندية المنافسة (نادي ههيا الرياضي)، وكان زمن المباراة دقيقتان، حيث قام كل لاعب بتنفيذ الأداء الهجومي المركب أكبر عدد من المحاولات أثناء المباراة، وذلك لتحديد عدد الأداءات الهجومية المركبة الناجحة لكل لاعب من عينة البحث، كما تم الإستعانة بلجنة من حكام الاتحاد المصري للكاراتيه لإدارة المباريات.

#### رابعاً: الأجهزة والأدوات:

- ١- جهاز رستاميتير لقياس ارتفاع القامه.
- ٢- ميزان طبي معاير لقياس الوزن.
- ٣- جهاز مسجل مرئي (فيديو) متعدد السرعات، كاميرا فيديو.
- ٤- ساعة إيقاف لقياس الزمن ٠.٠١ (ثانية).

٥- شريط قياس مدرج بالسنتيمتر.

### الدراسة الاستطلاعية:

قام الباحث بإجراء الدراسة الاستطلاعية في الفترة من الاحد ١٨ / ٦ / ٢٠١٧ م إلى الاثنين ٢٦ / ٧ / ٢٠١٧ م على عينة قوامها (١٠) لاعبين من المجتمع الأصلي للبحث وخارج عينة البحث الأساسية وذلك بهدف التعرف على ما يلي:

- التأكد من سلامة وصلاحية الأدوات والأجهزة المستخدمة.
- تحديد الصعوبات التي تواجه الباحث عند تنفيذ القياسات والاختبارات.
- تحديد الزمن اللازم لتنفيذ القياسات وترتيبها.
- تدريب المساعدين على كيفية إجراء الإختبارات والقياسات.
- تقنين الأحمال التدريبية وإختيار التمرينات الخاصة بالبرنامج التدريبي.
- إجراء المعاملات العلمية (الصدق - الثبات) للاختبارات قيد البحث.

### المعاملات العلمية (الصدق- الثبات) للقياسات قيد البحث:

#### أولاً: الصدق:

قام الباحث بحساب معامل صدق التمايز للقياسات قيد البحث من خلال تطبيق القياسات على مجموعتين إحداهما مميزة قوامها (١٠) لاعبين حاصلين على الحزام الاسود (١) دان وهي مجموعة من لاعبي الكوميتيه تحت ١٦ سنة حاصلين على بطولة الجمهورية ومجموعة أقل تميزاً قوامها (١٠) لاعبين وهي نفس المجموعة المستخدمة في إيجاد ثبات الإختبارات عن طريق إستخدام نفس بيانات التطبيق الأول لها، وقد تم حساب قيمة "ت" بين المجموعتين المميزة والاقلة تميزاً في المتغيرات قيد البحث، ويتضح ذلك من خلال الجدولين أرقام: (١٠)، (١١)

#### جدول (٩)

#### معامل صدق التمايز لفعالية بعض أساليب الخداع قيد البحث

$$١٠ = ٢ ن = ١ ن$$

قيمة (ت) المحسوبة	المجموعة الاقل تميزاً		المجموعة المميزة		البيان
	ع ±	س	ع ±	س	
*٣.١٥	٨.١٩	٣٩.٣٦	٦.٥٣	٥٠.٣٥	أداء خداعي في خط مستقيم
*٤.١٩	٩.٢٦	٤٥.٥٠	٧.٩١	٦٢.٥٠	أداء خداعي قطري
*٣.٥٩	٧.٧٥	٣٦.٠٠	٤.١٢	٤٦.٥٠	أداء خداعي متنوع

\*دال عند مستوى ٠,٠٥

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٢.٠٩٣

تأثير استخدام بعض أساليب الخداع على فعالية الأداءات الهجومية المركبة لناشئي الكوميتيه في رياضة الكارات

يتضح من جدول (٩) وجود فروق دالة إحصائياً بين المجموعتين المميزة والاقبل تمييزاً ولصالح المجموعة المميزة في فعالية بعض أساليب الخداع قيد البحث، مما يشير إلى صدق هذه القياسات.

### جدول (١٠)

معامل صدق التمايز لفعالية الأداءات الهجومية المركبة قيد البحث

$$10 = 2n = 1$$

قيمة (ت) المحسوبة	المجموعة الاقل تمييزاً		المجموعة المميزة		البيان المتغيرات
	ع ±	س	ع ±	س	
*٣.٧٤	٦.٥٨	٦٤.٠٠	٤.٥٩	٧٤.٠٠	كيزامي زوكي - جياكو زوكي
*٤.٢٤	٥.٢٧	٥٥.٠٠	٤.٧١	٦٥.٠٠	جياكو زوكي - كيزامي ماواشي جيري
*٢.٢٥	٥.٧٥	٤٢.٠٠	٦.٤٧	٤٨.٥٠	كيزامي زوكي - كيزامي أورا ماواشي جيري
*٢.٧٨	٥.١٦	٣٦.٠٠	٤.٤٢	٤٢.٣٠	كيزامي زوكي - جياكو زوكي شودان - جياكو زوكي جودان بنفس الذراع
*٢.٣٨	٧.٨٤	٤٦.٥٠	٩.٠٧	٥٦.٠٠	كيزامي زوكي - جياكو زوكي - كيزامي ماواشي

\*دال عند مستوى ٠,٠٥

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٢,٠٩٣

يتضح من جدول (١٠) وجود فروق دالة إحصائياً بين المجموعتين المميزة والاقبل تمييزاً ولصالح المجموعة المميزة في فعالية الأداءات الهجومية المركبة قيد البحث، مما يشير إلى صدق هذه القياسات.

### ثانياً: الثبات:

قام الباحث بحساب معامل الثبات باستخدام طريقة تطبيق القياس وإعادة التطبيق بفارق زمني (٧) ايام ، وذلك على عينة الدراسة الإستطلاعية وعددها (١٠) لاعبين من نفس مجتمع البحث وخارج العينة الأساسية، حيث تم تطبيق هذه القياسات تحت نفس ظروف وشروط التطبيق الأول، وقد تم إيجاد معامل الارتباط البسيط بين نتائج التطبيقين الأول والثاني، ويتضح ذلك من خلال الجدولين أرقام : (١١) ، (١٢).

### جدول (١١)

#### معامل ثبات فعالية بعض أساليب الخداع قيد البحث

ن=١٠

قيمة (ر) المحسوبة	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		البيان المتغيرات
	ع ±	س	ع ±	س	
*٠.٩٠	٦.٦٧	٣٨.٧٤	٨.١٩	٣٩.٣٦	أداء خداعي في خط مستقيم
*٠.٨٩	٧.٣٨	٤٦.٠٠	٩.٢٦	٤٥.٥٠	أداء خداعي قطري
*٠.٨٦	٩.٣٢	٣٦.٣٠	٧.٧٥	٣٦.٠٠	أداء خداعي متنوع

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٠,٦٣٢

يتضح من جدول (١١) وجود علاقة إرتباطية دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠٥ بين التطبيقين الأول والتطبيق الثاني في فعالية بعض أساليب الخداع قيد البحث، وهذا يشير إلي ثبات هذه القياسات عن اعادة تطبيقها.

### جدول (١٢)

#### معامل ثبات فعالية الأداءات الهجومية المركبة قيد البحث

ن=١٠

قيمة (ر) المحسوبة	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		البيان المتغيرات
	ع ±	س	ع ±	س	
*٠.٨٢	٨.٦٤	٦٤.٥٠	٦.٥٨	٦٤.٠٠	كيزامي زوكي - جياكو زوكي
*٠.٧٠	٥.٩٩	٥٥.٥٠	٥.٢٧	٥٥.٠٠	جياكو زوكي - كيزامي ماواشي جيري
*٠.٨٠	٧.١٧	٤٢.٥٠	٥.٧٥	٤٢.٠٠	كيزامي زوكي - كيزامي أورا ماواشي جيري
*٠.٧٠	٦.٣٢	٣٧.٠٠	٥.١٦	٣٦.٠٠	كيزامي زوكي - جياكو زوكي شودان - جياكو زوكي جودان بنفس الذراع
*٠.٧٧	٨.٤٣	٤٦.٠٠	٧.٨٤	٤٦.٥٠	كيزامي زوكي - جياكو زوكي - كيزامي ماواشي جيري

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٠,٦٣٢

يتضح من جدول (١٢) وجود علاقة إرتباطية دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠٥ بين التطبيقين الأول والتطبيق الثاني في قياسات فعالية الأداءات الهجومية المركبة قيد البحث، وهذا يشير الي ثبات هذه القياسات عند إعادة تطبيقها.

### البرنامج التدريبي المقترح: تفصيليا مرفق (٥)

قام الباحث بإعداد البرنامج التدريبي المقترح وفقاً للأسس العلمية ومن خلال الإطلاع على بعض المراجع العلمية المتخصصة والدراسات السابقة التالية: "أحمد محمود إبراهيم" (١٩٩٥م) (٥)، "منعم فاروق جمعة" (١٩٩٨م) (١٩)، "محمد سعيد أبوالنور" (٢٠٠٢م) (١٥)، "إبراهيم على الابيارى" (٢٠٠٣م) (١)، "علاء محمد حلويش وعمرو محمد حلويش" (٢٠٠٣م) (١٢)، "وليد إبراهيم احمد شتات" (٢٠٠٤م) (٢٠)، "أحمد محمود إبراهيم" (٢٠٠٥م) (٦)، "محمود ربيع البشيهي" (٢٠٠٥م) (١٧)، "إبراهيم عبدالحميد الإبياري" (٢٠٠٧م) (٢)، "أحمد محمد حسان" (٢٠١٤م) (٤)، "أحمد محمد الشحات" (٢٠١١م) (٣)، "عويس الجبالي، تامر الجبالي" (٢٠١٦م) (١٤).

حيث تم تحديد الفترة الزمنية للبرنامج التدريبي بواقع اثني عشر اسبوعاً تم تقسيمهم الى ثلاث مراحل على النحو التالي:

- مرحلة الاعداد العام. (٣ أسابيع)
- مرحلة الاعداد الخاص. (٥ أسابيع)
- مرحلة ما قبل للمنافسات. (٤ أسابيع)

كما تم تطبيق محتوى البرنامج التدريبي المقترح بوحداته التدريبية اليومية بأجزائها المختلفة (التمهيدي، الإعدادي، الرئيسي، الختامي) على المجموعتين التجريبية والضابطة في نفس المكان والتوقيت وتحت ظروف تدريبية متشابهة باستخدام تمرينات الإعداد البدني الخاص والإعداد المهاري والإعداد الخططي بإستثناء تمرينات الاداء الخداعية والتي تم إستخدامها مع المجموعة التجريبية فقط

وإستغرق تنفيذ البرنامج التدريبي اثني عشر أسبوعاً بواقع ٣ وحدات تدريبية في الأسبوع بإجمالي (٣٦) وحدة تدريبية، حيث تراوح زمن الوحدة التدريبية ما بين (٧٥-١١٠) دقيقة بإجمالي ٣٢٥٠ دقيقة بدون زمن الجزء التمهيدي (الإحماء)، الجزء الختامي (التهدة) وبتشكيل حمل تدريبي (١ : ٢) أي أسبوع حمل متوسط الشدة يتبعه أسبوعين حمل مرتفع الشدة، حيث بلغ زمن التدريب في الأسبوع المتوسط الشدة (٢٤٥) دقيقة بدون زمن الإحماء والتهدة، كما بلغ زمن التدريب في الأسبوع ذو الشدة العالية (٢٦٥) دقيقة بدون زمن الإحماء والتهدة، كما بلغ زمن التدريب في الأسبوع ذو الشدة القصوى (٣١٥) دقيقة بدون زمن الإحماء والتهدة وذلك ليصبح عدد الأسابيع متوسطة

الشدة (٤) أسابيع ، وعدد الأسابيع عالية الشدة (٥) أسابيع، وعدد الأسابيع ذات الشدة القصوى (٣) أسبوع .

كما تم تحديد زمن الإحماء بواقع ١٥ دقيقة وزمن التهدئة بواقع ٥ دقائق أثناء الوحدة التدريبية، حيث بلغ إجمالي زمن الجزء التمهيدي ٥٤٠ دقيقة ، وبلغ إجمالي زمن الجزء الختامي ١٨٠ دقيقة.

وتم تحديد الزمن الكلي لجزء الاعداد البدني بواقع ١١٣٧.٥ دقيقة بنسبة مئوية بلغت ٣٥٪ من إجمالي زمن البرنامج التدريبي بدون الإحماء والتهدئة.

كما تم تحديد الزمن الكلي لجزء الاعداد المهاري بواقع ١٣٠٠ دقيقة بنسبة مئوية بلغت ٤٠٪ من إجمالي زمن البرنامج التدريبي بدون الإحماء والتهدئة.

بينما تم تحديد الزمن الكلي لجزء الإعداد الخططي بواقع ٨١٢.٥ دقيقة بنسبة مئوية بلغت ٢٥٪ من إجمالي زمن البرنامج التدريبي بدون الإحماء والتهدئة.

كما تم تحديد الزمن الكلي لجزء الأداءات الخداعية بواقع ٥٨٥ دقيقة بنسبة ٤٥٪ من إجمالي زمن الاعداد المهاري، حيث تم توزيع هذا الزمن على محاور تدريبات الأداءات الخداعية كالتالي:

- أداءات خداعية في خط مستقيم ٣٠٪ من الزمن المخصص للأداءات الخداعية بواقع ١٧٥.٥ دقيقة.
- أداءات خداعية في قطرية ٣٠٪ من الزمن المخصص للأداءات الخداعية بواقع ١٧٥.٥ دقيقة.
- أداءات خداعية في منوعة ٤٠٪ من الزمن المخصص للأداءات الخداعية بواقع ٢٣٤ دقيقة.

## جدول (١٣)

التوزيع الزمني لمتغيرات البرنامج التدريبي المقترح بالنسب المئوية والدقائق

الإجمالي بالدقيقة		الزمن بالدقيقة	النسبة المئوية	المتغيرات		
١٣٣٨ دقيقة	%٣٥ ق٤٦٨	١١٧	%٢٥	القوة	الصفات البدنية العامة	
		٩٣.٦	%٢٠	السرعة		
		٩٣.٦	%٢٠	التحمل		
		٧٠.٢	%١٥	المرونة		
		٤٦.٨	%١٠	الرشاقة		
		٤٦.٨	%١٠	التوازن		
	%٦٥ ق٨٧٠	١٧٤	%٢٠	القوة المميزة بالسرعة	القدرات البدنية الخاصة	
		١٣٠.٥	%١٥	سرعة الاداء		
		١١٣.١	%١٣	الرشاقة		
		١٠٤.٤	%١٢	المرونة		
		٨٧	%١٠	تحمل سرعه		
		٨٧	%١٠	تحمل قوه		
		٨٧	%١٠	تحمل اداء		
		٨٧	%١٠	تحمل دورى تنفسي		
١٠٢٢ دقيقة	%٤٨ ق٤٨٩	٦٨.٥	%١٤	مهارات فردية بالذراعين	الأداءات المهارية	
		٧٨.٢	%١٦	مهارات فردية بالرجلين		
		٨٠	%١٨	مهارات مركبة بالذراعين		
		١٠٧.٥	%٢٢	مهارات مركبة بالرجلين		
		١٤٦.٨	%٣٠	مركبة بالذراعين والرجلين		
	%٥٢ ق٥٣٣	١٦٠	%٣٠	أداءات خداعية في خط مستقيم	الأداءات الخداعية	
		١٦٠	%٣٠	أداءات خداعية في قطرية		
		٢١٣	%٤٠	أداءات خداعية متنوعة		
	٨٩٠ دقيقة		١٣٣.٥	%١٥	دفاعات	الواجبات الخطئية
			١٧٨	%٢٠	هجوم خاطف	
٢٢٢.٥			%٢٥	هجوم مضاد		
٣٥٦			%٤٠	مباريات تجريبية		



تأثير استخدام بعض أساليب الخداع على فعالية الأدوات الهجومية المركبة لناشئي الكوميتيه في رياضة الكارات

### جدول (١٤)

التوزيع الزمني للاداءات الخداعية قيد البحث على أسابيع البرنامج بالدقائق

المتغيرات	الأسابيع	الأول	الثاني	الثالث	الرابع	الخامس	السادس	السابع	الثامن	التاسع	العاشر	الحادي عشر	الثاني عشر	المجموع
أداءات خداعية في خط مستقيم	٢٥.٧	٣٧			٢٦.١			٢٠		٢١.٢			٣٠	١٦٠
أداءات خداعية قطرية	-	-	٤٨.٢	٢٥.٦			٢٠.٢		٢٠		٢٣		٢٣	١٦٠
أداءات خداعية متنوعة	-	-	-	١٢.٤	٢٠.٢	٤٧.٢			٢٣.٢	٣٠	٢٠	٢٩.٢	٣٠	٢١٣
الإجمالي	٢٥.٧	٣٧	٤٨.٢	٣٨	٤٦.٣	٤٧.٢	٤٠.٢	٤٣.٢	٥١.٢	٤٣	٥٩.٢	٥٣	٥٣٣	

يوضح جدول (١٤) التوزيع الزمني لمتغيرات لاداءات الخداعية قيد البحث على أسابيع البرنامج بالدقائق

### جدول (١٥)

التوزيع الزمني للاداءات الخداعية قيد البحث على الوحدات التدريبية

اليوم	الأسبوع	الأحد	الاثنين	الثلاثاء	الأربعاء	الخميس	الجمعة	المجموع
الأول	-	8.5	-	8.5	-	8.7	-	٢٥.٧
الثاني	-	12	-	12	-	13	-	٣٧
الثالث	-	16	-	16	-	16.2	-	٤٨.٢
الرابع	-	12	-	12.6	-	12.4	-	٣٨
الخامس	-	13	-	13.1	-	20.2	-	٤٦.٣
السادس	-	15.2	-	16	-	16	-	٤٧.٢
السابع	-	10	-	10.2	-	20	-	٤٠.٢
الثامن	-	10	-	10	-	23.2	-	٤٣.٢
التاسع	-	10.2	-	11	-	30	-	٥١.٢
العاشر	-	10	-	13	-	20	-	٤٣
الحادي عشر	-	15	-	15	-	29.2	-	٥٩.٢
الثاني عشر	--	10	--	13	--	30	--	٥٣
المجموع								٥٣٣

يوضح جدول (١٥) زمن التوزيع الزمني للاداءات الخداعية قيد البحث خلال الوحدات التدريبية

## جدول (١٦)

## نموذج من وحدة تدريبيه مطبقة على المجموعة التجريبية

رقم الوحدة: (١٨) اليوم: الخميس زمن الوحدة: ١١٠ دقيقة الشدة: عالية

زمن التمرين	الكثافة	زمن الراحة	الحجم		نبض القلب	الشدة	هدف التمرين	رقم التمرين	مكونات الوحدة	اجزاء الوحدة		
			مجموعات	زمن التكرار								
٣٠٠ث	-	-	١	غير محدد بعدد ثابت	حتى يصل الي ٢٠ ان	من ٣٠% الي ٥٠%	التهيئة البدنية	١	إحماء (٥ اق)	الجزء التمهيدي		
١٨٠ث	-	-	١									
١٨٠ث	-	-	١									
١٢٠ث	-	-	١									
١٢٠ث	-	-	١									
٣٦٠ث	٢ : ١	٦٠ث	٤	٣٠ث	-	٨٠%	مرونة	٣	قدرات بدنية ٥٣ق	الجزء الاعدادي		
٣٦٠ث	٢ : ١	٦٠ث	٤	٣٠ث								
٣٦٠ث	٢ : ١	٦٠ث	٤	٣٠ث								
٣٦٠ث	٢:١	٦٠ث	٤	٣٠ث	١٧٤ ان	٨٠%	رشاقه	٨				
٣٦٠ث	٢:١	٦٠ث	٤									
٣٦٠ث	٢:١	٦٠ث	٤									
٣٦٠ث	٢:١	٦٠ث	٤									
٢٢٥ث	٢ : ١	٣٠ث	٥	١٥ث	١٦٦ ان	٧٥%	قوه مميزه بالسرعه	٣				
٢٢٥ث	٢ : ١	٣٠ث	٥	١٥ث								
٢٢٥ث	٢ : ١	٣٠ث	٥	١٥ث								
٤٤٨٠ث	٢ : ١	٨٠ث	٤	٤٠ث	١٧٤ ان	٨٠%	مهارات هجومية مضادة	٦			مهارات حركية ١٩ق	الجزء الرئيسي
٤٤٨٠ث	٢ : ١	٨٠ث	٤	٤٠ث								
٤٤٨٠ث	٢ : ١	٨٠ث	٤	٤٠ث								
٤٤٨٠ث	٢ : ١	٨٠ث	٤	٤٠ث								
٤٩٥ث	٢ : ١	١١٠ث	٣	٥٥ث	١٧٤ ان	٨٠%	اداءات خداعية متنوعه	٣٦	أداءات خداعية ١٦ق			
٤٩٥ث	٢ : ١	١١٠ث	٣	٥٥ث								
٤٩٥ث	٢ : ١	١١٠ث	٣	٥٥ث								
١٢٠ث	-	-	١	١٢٠ث	أقل من ٢٠ ان	أقل من ٣٠%	العودة الي الحالة الطبيعية	٥	التهديئة (٥ق)	الجزء الختامي		
١٨٠ث	-	-	١	١٨٠ث				٨				

**التجربة الأساسية:****القياس القبلي:**

قام الباحث بإجراء القياس القبلي علي عينه البحث في المتغيرات قيد البحث يوم السبت الموافق ١ / ٧ / ٢٠١٧م وحتى يوم الاحد الموافق ٢ / ٧ / ٢٠١٧م بصالة الكاراتيه بنادي الشبان المسلمين بالزقازيق.

**تطبيق البرنامج المقترح:**

قام الباحث بتطبيق برنامج التدريبات المقترحة على عينه البحث وذلك في الفترة من الاحد ٤ / ٧ / ٢٠١٧م إلي الاحد ٢٤ / ٩ / ٢٠١٧م ولمدة (١٢) اسبوع بواقع (٣) وحدات تدريبية في الاسبوع بإجمالي (٣٦) وحدة تدريبية، بصالة الكاراتيه بنادي الشبان المسلمين بالزقازيق.

**القياس البعدي:**

قام الباحث بإجراء القياس البعدي علي عينه البحث في المتغيرات قيد البحث يوم الثلاثاء الموافق ٢٦ / ٩ / ٢٠١٧م وحتى يوم الاربعاء الموافق ٢٧ / ٩ / ٢٠١٧م ، بصالة الكاراتيه بنادي الشبان المسلمين بالزقازيق.، حيث تم تطبيق نفس القياسات التي تم اجرائها في القياس القبلي بنفس الشروط التي تمت في القياس القبلي وتم تفرغ البيانات في إستمارات معدة لذلك تمهيداً لمعالجتها إحصائياً.

**المعالجات الإحصائية:**

استخدم الباحث حزمة البرنامج الاحصائي للبحوث والعلوم الاجتماعية (spss) في المعالجات الاحصائية للبيانات باستخدام:

Arithmetic Average	- المتوسط الحسابي
Standard deviation	- الانحراف المعياري
Sper man	- معامل الارتباط " سبيرمان "
T. test	- اختبار " ت "
Equivalent percentage of improvemene	- معادلة النسبة المئوية للتحسن %

**عرض ومناقشة النتائج:**

أولاً عرض النتائج:

## جدول (١٧)

دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية  
في فعالية أساليب الخداع قيد البحث

ن=١٢

قيمة "ت"	القياس البعدي		القياس القبلي		البيان المتغيرات
	ع ±	س	ع ±	س	
*٥.٥٠	٤.٥٣	٥١.٦٣	٦.٤٥	٣٨.٥٧	أداء خداعي في خط مستقيم
*٧.٩١	٣.٦٦	٦٠.٠٠	٦.١٤	٤٢.٩٦	أداء خداعي قطري
*٥.٣٨	٣.٠٧	٥٣.٣٣	٦.٧٨	٤١.٢٥	أداء خداعي متنوع

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٢.٢٠١ \*دال عند مستوى ٠.٠٥  
يتضح من جدول (١٧) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى ٠.٠٥ بين القياسين  
القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في فعالية أساليب الخداع قيد البحث ولصالح  
القياس البعدي.

## جدول (١٨)

دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية  
في فعالية الأداءات الهجومية المركبة قيد البحث

ن=١٢

قيمة (ت)	القياس البعدي		القياس القبلي		البيان المتغيرات
	ع ±	س	ع ±	س	
*٧.٥٧	٥.٤٢	٧٧.٩٢	٥.٤٢	٦٠.٤٢	كيزامي زوكي - جياكو زوكي
*٨.٨٦	١.٨٢	٦٩.٥٨	٤.٩٨	٥٥.٤٢	جياكو زوكي - كيزامي ماواشي جيري
*٧.٤٠	١.٤٢	٥٧.٠٨	٥.٤٢	٤٤.٥٨	كيزامي زوكي- كيزامي أورا ماواشي جيري
*٩.٢١	٢.٤٠	٥٠.٠٠	٤.٣٣	٣٦.٢٥	كيزامي زوكي- جياكو زوكي شودان - جياكو زوكي جودان بنفس الذراع
*٥.٠٨	٣.٩٣	٥٤.١٧	٦.٢٠	٤٢.٩٢	كيزامي زوكي- جياكو زوكي - كيزامي ماواشي

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٢,٢٠١ \*دال عند مستوى ٠.٠٥  
يتضح من جدول (١٨) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى ٠.٠٥ بين القياسين القبلي  
والبعدي للمجموعة التجريبية في فعالية الأداءات الهجومية المركبة ولصالح القياس البعدي.

## جدول (١٩)

دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة  
في فعالية أساليب الخداع قيد البحث

ن=١٠

قيمة "ت"	القياس البعدي		القياس القبلي		البيان المتغيرات
	ع ±	س	ع ±	س	
*٤.٤٠	٣.٣٣	٤٦.٦٣	٥.٧٤	٣٧.٨٣	أداء خداعي في خط مستقيم
*٣.٣٧	٢.٤٢	٥٢.٩٢	٧.٧١	٤٤.٧١	أداء خداعي قطري
*٢.٨٥	٢.٨٢	٤٧.٠٨	٧.٢٢	٤٠.٤٢	أداء خداعي متنوع

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٢.٢٠١ \*دال عند مستوى ٠.٠٥

يتضح من جدول (١٩) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى ٠.٠٥ بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في فعالية أساليب الخداع قيد البحث ولصالح القياس البعدي.

## جدول (٢٠)

دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة  
في فعالية الأداءات الهجومية المركبة

ن = ١٠

قيمة (ت)	القياس البعدي		القياس القبلي		البيان المتغيرات
	ع ±	س	ع ±	س	
*٢.٨٠	٦.٢٠	٦٧.٠٨	٧.٠٢	٥٩.١٧	(كيزامي زوكي - جياكو زوكي)
*٣.٨١	٣.٦٩	٦٤.١٧	٧.٠٧	٥٥.٠٠	(جياكو زوكي - كيزامي ماواشي جيري)
*٤.٨٥	٢.٨٤	٥٢.٥٠	٦.٢٢	٤٢.٥٠	(كيزامي زوكي - كيزامي أورا ماواشي جيري)
*٥.٢٢	٢.٥٦	٤٧.٠٨	٥.٨٢	٣٧.٠٨	(كيزامي زوكي - جياكو زوكي شودان - جياكو زوكي جودان بنفس الذراع)
*٢.٧٨	٢.٦٩	٥٠.٨٣	٨.٠١	٤٣.٧٥	(كيزامي زوكي - جياكو زوكي - كيزامي ماواشي)

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٢,٢٠١ \*دال عند مستوى ٠.٠٥

يتضح من جدول (٢٠) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى ٠.٠٥ بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في فعالية الأداءات الهجومية المركبة ولصالح القياس البعدي.

## جدول (٢١)

دلالة الفروق بين القياسين البعدين للمجموعتين التجريبية والضابطة  
في فعالية أساليب الخداع قيد البحث

ن=١٠

قيمة "ت"	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		البيان المتغيرات
	ع ±	س	ع ±	س	
*٢.٩٥	٤.٥٣	٥١.٦٣	٣.٣٣	٤٦.٦٣	أداء خداعي في خط مستقيم
*٥.٣٥	٣.٦٦	٦٠.٠٠	٢.٤٢	٥٢.٩٢	أداء خداعي قطري
*٤.٩٧	٣.٠٧	٥٣.٣٣	٢.٨٢	٤٧.٠٨	أداء خداعي متنوع

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٢.٠٨٠ \*دال عند مستوى ٠.٠٥

يتضح من جدول (٢١) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ٠.٠٥ بين القياسين البعدين للمجموعتين التجريبية والضابطة في فعالية أساليب الخداع قيد البحث ولصالح المجموعة التجريبية.

## جدول (٢٢)

دلالة الفروق بين القياسين البعدين للمجموعتين التجريبية والضابطة  
في فعالية الأداءات الهجومية المركبة

ن=٢=١٠

قيمة "ت"	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		البيان المتغيرات
	ع ±	س	ع ±	س	
*٤.٣٧	٥.٤٢	٧٧.٩٢	٦.٢٠	٦٧.٠٨	(كيزامي زوكي - جياكو زوكي)
*٤.٣٦	١.٨٢	٦٩.٥٨	٣.٦٩	٦٤.١٧	(جياكو زوكي - كيزامي ماواشي جيرى)
*٤.٧٨	١.٤٢	٥٧.٠٨	٢.٨٤	٥٢.٥٠	(كيزامي زوكي - كيزامي أورا ماواشي جيرى)
*٢.٧٦	٢.٤٠	٥٠.٠٠	٢.٥٦	٤٧.٠٨	(كيزامي زوكي - جياكو زوكي شودان - جياكو زوكي جودان بنفس الذراع)
*٢.٣٣	٣.٩٣	٥٤.١٧	٢.٦٩	٥٠.٨٣	(كيزامي زوكي - جياكو زوكي - كيزامي ماواشي)

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٢.٠٨٠ \*دال عند مستوى ٠.٠٥

يتضح من جدول (٢٢) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ٠.٠٥ بين القياسين البعدين للمجموعتين التجريبية والضابطة في فعالية الأداءات الهجومية المركبة ولصالح المجموعة التجريبية.

## جدول (٢٣)

تأثير استخدام بعض أساليب الخداع على فعالية الأدوات الهجومية المركبة لناشئي الكوميتيه في رياضة الكارات

### نسب التحسن بين القياسات القبليّة والبعديّة لمجموعتي البحث (التجريبية والضابطة) في أساليب الخداع والأداءات الهجومية المركبة

البيان	المجموعة التجريبية			المجموعة الضابطة		نسب التحسن	الفروق في نسب التحسن
	القياس القبلي	القياس البعدي	نسبة التحسن	القياس القبلي	القياس البعدي		
أداء خداعي في خط مستقيم	٣٨.٥٧	٥١.٦٣	%٣٣.٨٦	٣٧.٨٣	٤٦.٦٣	%١٠.٦٠	
أداء خداعي قطري	٤٢.٩٦	٦٠.٠٠	%٣٩.٦٦	٤٤.٧١	٥٢.٩٢	%٢١.٣٠	
أداء خداعي متنوع	٤١.٢٥	٥٣.٣٣	%٢٩.٢٨	٤٠.٤٢	٤٧.٠٨	%١٢.٨٠	
كيزامي زوكي - جياكو زوكي	٦٠.٤٢	٧٧.٩٢	%٢٨.٩٦	٥٩.١٧	٦٧.٠٨	%١٥.٥٩	
جياكو زوكي - كيزامي ماواشي جيري	٥٥.٤٢	٦٩.٥٨	%٢٥.٥٥	٥٥.٠٠	٦٤.١٧	%٨.٨٨	
كيزامي زوكي - كيزامي أورا ماواشي جيري	٤٤.٥٨	٥٧.٠٨	%٢٨.٠٤	٤٢.٥٠	٥٢.٥٠	%٤.٥١	
كيزامي زوكي - جياكو زوكي شوان - جياكو زوكي جودان بنفس الذراع	٣٦.٢٥	٥٠.٠٠	%٣٧.٩٣	٣٧.٠٨	٤٧.٠٨	%١٠.٩٦	
كيزامي زوكي - جياكو زوكي - كيزامي ماواشي	٤٢.٩٢	٥٤.١٧	%٢٦.٢١	٤٣.٧٥	٥٠.٨٣	%١٠.٠٣	

يتضح من جدول (٢٣) وجود فروق في نسب التحسن بين القياسات القبليّة والبعديّة لكل من مجموعتي البحث (التجريبية والضابطة) ولصالح المجموعة التجريبية في حيث تراوحت الفروق ما بين ٤.٥١% ، ١٥.٥٩% لكل من الأداء المركب (جياكو زوكي- كيزامي أورا ماواشي جيري) ، (كيزامي زوكي - جياكو زوكي).  
ثانياً مناقشة النتائج:

في ضوء هدف البحث وفروضه وفي حدود عينة البحث وإجراءاته والنتائج التي تم التوصل إليها ومن خلال الإعتماد علي المراجع العلمية والدراسات السابقة تم مناقشة النتائج وفقاً لترتيب فروض البحث علي النحو التالي:

#### مناقشة نتائج الفرض الأول:

تشير نتائج جدول (١٧)، (١٨) الى وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠٥ بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في فعالية أساليب الخداع وفعالية الأداءات الهجومية المركبة قيد البحث ولصالح القياس البعدي، وقد إنحصرت قيم (ت) المحسوبة ما بين (٥,٣٨) ، (٧,٩١) في فعالية الأداء الخداعي المتنوع ، فعالية الأداء الخداعي القطري، وما بين (٥,٠٨) ، (٩,٢١) في الأداء الهجومي المركب (كيزامي زوكي - جياكو زوكي - كيزامي ماواشي) ، (كيزامي زوكي - جياكو زوكي شوان - جياكو زوكي جودان بنفس الذراع)، حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية، إضافة إلي وجود نسب تحسن تتضح من خلال جدول (٢٣) في فعالية أساليب الخداع قيد البحث إنحصرت ما بين (٣٧,٨٣% ، ٤٤,٧١%) لكل من

فعالية الأداء الخداعي في خط مستقيم ، وفعالية الاداء الخداعي القطري، وفي فعالية الاداءات الهجومية المركبة قيد البحث انحصرت ما بين (٢٥.٥٥%، ٣٧.٩٣) لكل من الاداءالهجومي المركب (جياكو زوكي - كيزامي ماواشي جيربي)، الاداء الهجومي المركب (كيزامي زوكي- جياكو زوكي شودان - جياكو زوكي جودان بنفس الذراع).

ويرجع الباحث هذه الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في فعالية أساليب الأداء الخداعي وفعالية الأدوات الهجومية المركبة قيد البحث إلى برنامج التدريبات الخاصة بالأساليب الخداعية والتي تتشابه في أدائها مع طبيعة الأدوات الخداعية أثناء مباريات الكوميتيه والتي كان لها تأثير إيجابي مستوى الأدوات الهجومية المركبة قيد البحث، حيث كانت هذه التمرينات هي المتغير الوحيد الذي تم إضافته إلى البرنامج المطبق على المجموعتين التجريبية دون المجموعة الضابطة، ولذا يمكن للباحث أن يرجع أي فرق بين المجموعتين في مستوى هذه الأساليب الخداعية إلى هذا المتغير، إضافة إلى تم تقسيم التدريبات الخاصة بالأساليب الخداعية إلى ثلاثة محاور: المحور الأول واشتمل على أداءات خداعية في خط مستقيم بلغت نسبتها ٣٠% من إجمالي الزمن المحدد للأساليب الخداعية داخل جزء الاعداد المهاري بواقع ١٦٠ق، والمحور الثاني اشتمل على أداءات خداعية قطرية بلغت نسبتها ٣٠% من إجمالي الزمن المحدد للأساليب الخداعية داخل جزء الاعداد المهاري بواقع ١٦٠ق، والمحور الثالث والذي اشتمل على أداءات خداعية متنوعة بلغت نسبتها ٤٠% من إجمالي الزمن المحدد للأساليب الخداعية داخل جزء الاعداد المهاري بواقع ٢١٣ق، إضافة إلى تقنين الأحمال التدريبية الخاصة بهذه التدريبات وتحديد الأزمنة المناسبة لأدائها بما يتناسب مع طبيعة والهدف من كل أسلوب.

ويشير أحمد محمود ابراهيم (٢٠٠٥)(٦) إلى أنه نظراً لتنوع وتعقيد المهارات الحركية فإن معظم التمرينات يجب أن تتم في ظروف مشابهة للأداء الحركي، حيث أن إختيار التمرينات الخاصة والتدريب على الأداء الحركي الخاص بنوعية النشاط التخصصي المختار يعتبر الأسلوب الأمثل للتقدم بالأداء مع مراعاة إضافة حمل التدريب وتشكيل الراحة البيئية لهذا الأسلوب الذي يؤدي إلى تنمية النواحي الوظيفية التي تدخل في تنمية القدرات البدنية والمهارية الخاصة.

كما يذكر "إبراهيم عبد الحميد الابياري" (٢٠٠٧م)(١) أن التدريب الإرادي المنتظم والمستمر للاعب خلال البرامج التدريبية التي يتعرض لها على الجمل أو التكوينات المهارية الهجومية المتنوعة وفقاً لمختلف الاحتمالات الموقفية يظهر إنعكاسه وفعاليتها خلال المباريات لا



إرادياً في ردود أفعاله السريعة والصحيحة وأيضاً إمكانية أداء جمل أو تكوينات مهارية هجومية جديدة في ترتيبها داخل الخطة الهجومية الموقفية وفي طريقة أدائها وفقاً للموقف التنافسي الجديد. وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة كل من: منعم فاروق جمعة (١٩٩٨م) (١٩)، محمد سعيد أبوالنور (٢٠٠٢م) (١٥)، إبراهيم على الإبياري (٢٠٠٣م) (١)، علاء محمد حلويش وعمرو محمد حلويش (٢٠٠٣م) (١٢)، وليد إبراهيم احمد شتات (٢٠٠٤م) (٢٠)، أحمد محمود إبراهيم (٢٠٠٥) (٦)، إبراهيم عبدالحميد الإبياري (٢٠٠٧م) (٢)، أحمد محمد الشحات (٢٠١١م) (٣)، أحمد محمد حسان (٢٠١٤م) (٤)، في أن التدريبات التي تتشابه في أدائها مع طبيعة الأداءات الخداعية أثناء المباريات لها تأثير إيجابي في رفع المستوى الفني للحركات الخداعية والمهارية المصاحبة لها بشكل ملحوظ.

وبذلك يتحقق فرض البحث الأول والذي ينص على أنه : " توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي في فعالية بعض أساليب الخداع والأداءات الهجومية المركبة لدى المجموعة التجريبية ولصالح القياس البعدي .

#### مناقشة نتائج الفرض الثاني:

تشير نتائج جدول (١٩)، (٢٠) الى وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠٥ بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في فعالية أساليب الخداع وفعالية الأداءات الهجومية المركبة قيد البحث ولصالح القياس البعدي، وقد إنحصرت قيم (ت) المحسوبة ما بين (٢.٨٥، ٤.٤٠) في فعالية أداء الخداعي المتنوع ، فعالية الأداء الخداعي في خط مستقيم، وما بين (٢.٧٨ ، ٥.٢٢) في الأداء الهجومي المركب (كيزامي زوكي - جياكو زوكي - كيزامي ماواشي) ، (كيزامي زوكي - جياكو زوكي - سودان - جياكو زوكي جودان بنفس الذراع)، حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية، إضافة إلي وجود نسب تحسن تتضح من خلال جدول (٢٣) في فعالية أساليب الخداع قيد البحث إنحصرت ما بين (١٦.٤٨%، ٢٣.٢٦%) لكل من فعالية أداء الخداعي المتنوع ، وفعالية الاداء الخداعي في خط مستقيم، وفي فعالية الأداءات الهجومية المركبة قيد البحث والتي انحصرت ما بين (١٣.٣٧%، ٢٦.٩٧) لكل من الأداء الهجومي المركب (كيزامي زوكي - جياكو زوكي)، الاداء الهجومي المركب (كيزامي زوكي - جياكو زوكي - سودان - جياكو زوكي جودان بنفس الذراع).

ويرجع الباحث هذه الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في فعالية فعالية أساليب الأداء الخداعي وفعالية الأداءات الهجومية المركبة قيد البحث إلى خضوع أفراد المجموعة الضابطة إلى نفس التدريبات البدنية والمهارية والخططية التي خضعت لها أفراد المجموعة التجريبية باستثناء الجزء الخاص بتدريبات الأداءات الخداعية قيد البحث والتي تم تطبيقها على المجموعة التجريبية فقط داخل جزء الاعداد المهاري بالوحدة التدريبية اليومية .

كما أن انتظام أفراد المجموعة الضابطة في التدريب كان له تأثير إيجابي على مستوى اللاعبين وأدى إلى وجود فروق بين القياسين القبلي والبعدي في فعالية أساليب الأداء الخداعي وفعالية الأداءات الهجومية.

وفي هذا الصدد يتفق كل من "السيد عبد المقصود" (١٩٩٧م) (٧)، "حنفي محمود مختار" (١٩٩٨م) (٩)، بسطويسي أحمد (١٩٩٩م) (٨) إلى أن البرامج التدريبية المقننة التي يراعى عند تصميمها الأسس والمبادئ العلمية المنظمة والتي يتم اختيار تمارينها على أساس المسارات الحركية للمهارات المختلفة، والتي تعمل على العضلات العاملة عند أداء المهارات بصورة مباشرة تكون أكثر تركيزاً على تنمية الأداء البدني والمهاري معاً.

وتتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة كل من منعم فاروق جمعة (١٩٩٨م) (١٩)، محمد سعيد أبوالنور (٢٠٠٢م) (١٥)، إبراهيم على الابيارى (٢٠٠٣م) (١)، إبراهيم عبد الحميد الإبيارى (٢٠٠٧م) (٢)، أحمد محمد الشحات (٢٠١١م) (٣)، أحمد محمد حسان (٢٠١٤م) (٤)، في أن التدريبات البدنية والمهارية والتنافسية التي خضعت لها المجموعة الضابطة كان لها تأثيراً إيجابياً على فعالية الأداءات الهجومية أثناء المباريات وذلك نتيجة لتكرار مجموعة الواجبات البدنية والمهارية والخططية على أفراد هذه المجموعة.

وبذلك يتحقق فرض البحث الثاني والذي ينص على أنه : "توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي في فعالية بعض أساليب الخداع والأداءات الهجومية المركبة لدى المجموعة الضابطة ولصالح القياس البعدي.

#### مناقشة نتائج الفرض الثالث:

تشير نتائج الجدولين (٢١)، (٢٢) إلى وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠٥ بين القياسين البعدين للمجموعتين التجريبية والضابطة في فعالية أساليب الخداع وفعالية

الأداءات الهجومية المركبة قيد البحث ولصالح المجموعة التجريبية، وقد إنحصرت قيم (ت) المحسوبة ما بين (٢.٩٥، ٥.٣٥) في فعالية الأداء الخداعي في خط مستقيم ، فعالية الأداء الخداعي القطري ، وما بين (٢.٣٣ ، ٤.٧٨) في الأداء الهجومى المركب (كيزامي زوكي- جياكو زوكي- كيزامي ماواشي) ، الاداء الهجومى المركب (كيزامي زوكي- كيزامي أورا ماواشي جيري)، حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية، إضافة إلي وجود فروق في نسب التحسن تتضح من خلال جدول (٢٣) في فعالية أساليب الخداع قيد البحث إنحصرت ما بين (١٠.٦٠% ، ٢١.٣٠%) لكل من فعالية ألداء الخداعي في خط مستقيم ، وفعالية الأداء الخداعي القطري، وفي فعالية الأداءات الهجومية المركبة قيد البحث والتي انحصرت ما بين (٤.٥١% ، ١٥.٥٩) لكل من الأداء الهجومى المركب (كيزامي زوكي - جياكو زوكي)، الاداء الهجومى المركب (كيزامي زوكي- كيزامي أورا ماواشي جيري) ، والاداء الهجومى المركب (كيزامي زوكي جياكو زوكي) ولصالح المجموعة التجريبية.

ويرجع الباحث هذه الفروق بين القياسين البعدين للمجموعتين التجريبية والضابطة في فعالية أساليب الخداع وفعالية الأداءات الهجومية المركبة قيد البحث، إلى التأثير الإيجابي لمجموعة التدريبات الخاصة بالأداءات الخداعية والمطبقة على المجموعة التجريبية، حيث راعى الباحث عند إختياره لهذه التدريبات أن تكون متنوعة ومرتبطة بطبيعة الأداءات الخداعية التي تؤدي في مباريات الكوميتيه سواء كانت هذه الأداءات خداعية في خط مستقيم أو أداءات خداعية قطرية أو أداءات خداعية متنوعة، إضافة إلى تقنين الأحمال التدريبية الخاصة بهذه التدريبات وتحديد الأزمنة المناسبة لأدائها بما يتناسب مع طبيعة وهدف هذه التدريبات.

اضافة الى أن هذه التدريبات هي المتغير الذي تم إضافته إلى المجموعة التجريبية دون المجموعة الضابطة أثناء جزء الاعداد المهاري داخل الوحدات التدريبية، ولذلك يمكن أن يرجع الباحث وجود أي فرق بين المجموعتين في فعالية أساليب الخداع وفعالية الأداءات الهجومية المركبة قيد البحث إلى هذا المتغير.

كما يشير "أحمد محمود ابراهيم" (٢٠٠٥م) (٦) إلى أن الامتلاك المبكر للاعب لاشكال متنوعة من الاداءات المهارية بما يشابه متطلبات المباراة تتيح له اختيار افضلها في معظم مواقف اللعب الفعلية، فهي تزيد من قدرته على المناورة والخداع وتنفيذ الخطط في أماكن واتجاهات مختلفة، ولذلك لا يفاجأ بموقف لم يتدرب عليه.

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة كل من منعم فاروق جمعة (١٩٩٨م) (١٩)، محمد سعيد أبوالنور (٢٠٠٢ م) (١٥)، إبراهيم على الابيارى (٢٠٠٣م) (١)، إبراهيم عبدالحميد الابيارى (٢٠٠٧ م) (٢)، أحمد محمد حسان (٢٠١٤م) (٤)، في تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في المستوى الفني للأداءات الخداعية والمهارات المصاحبة لها وزيادة فعالية الأداءات الهجومية بشكل ملحوظ.

#### الاستنتاجات والتوصيات:

##### أولا الاستنتاجات:

في ضوء هدف البحث وفروضه، وفي حدود عينة البحث، ومن واقع النتائج والبيانات التي تم التوصل إليها، ومن خلال المعالجات الإحصائية المستخدمة في البحث تم التوصل إلي الاستنتاجات التالية:

١- يؤثر البرنامج التدريبي المقترح على فعالية الأساليب الخداعية قيد البحث حيث إنحصرت نسب تحسن الأساليب الخداعية ما بين (٣٧.٨٣%، ٤٤.٧١%) لكل من فعالية أداء الخداعي في خط مستقيم، وفعالية الاداء الخداعي القطري، وفي فعالية الاداءات الهجومية المركبة قيد البحث ما بين (٢٥.٥٥%، ٣٧.٩٣) لكل من الاداءالهجومي المركب (جياكو زوكي - كيزامي ماواشي جيرى)، الاداء الهجومى المركب (كيزامي زوكي- جياكو زوكي شودان - جياكو زوكي جودان بنفس الذراع).

٢- يؤدي إختيار تدريبات متنوعة ومشابهة للأداءات الخداعية المستخدمة في مباريات الكوميتيه الى تحسن فعالية بعض أساليب الخداع والمهارات الهجومية المركبة لدى ناشئي الكوميتيه.

٣- تؤدي زيادة تنوع الأداءات المهارية لناشئي الكوميتيه الى تحسن قدرته على المناورة والخداع والقدرة على تنفيذ الواجبات المهارية والخططية المختلفة في أماكن واتجاهات متعددة من الملعب.

٤- توجد فروق في نسب التحسن بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في فعالية أساليب الخداع والمهارات الهجومية المركبة قيد البحث حيث إنحصرت ما بين (٤.٥١%، ١٥.٥٩) لكل من الأداء الهجومى المركب (كيزامي زوكي - جياكو زوكي)، الأداء الهجومى المركب (كيزامي زوكي- كيزامي اورا ماواشي جيرى )، والأداء الهجومى المركب (كيزامي زوكي جياكو زوكي) ولصالح المجموعة التجريبية.

##### ثانيا: التوصيات:

في ضوء ما توصل اليه الباحث من استنتاجات يوصي بما يلي:

١- أهمية تصنيف الأساليب الخداعية في الكوميتيه الى ثلاثة أساليب : أداءات خداعية في خط مستقيم، أداءات خداعية قطرية، أداءات خداعية متنوعة.

- ٢- أهمية تقنين الأحمال التدريبية الخاصة بالأساليب الخداعية وتحديد الأزمنة المناسبة لأدائها بما يتناسب مع طبيعة وهدف كل تدريب.
- ٣- أهمية تنفيذ التدريبات الخاصة بالأساليب الخداعية أثناء الوحدات التدريبية داخل جزء المهاري.
- ٤- أهمية تدريب ناشئي الكوميتيه على الاساليب الخداعية المختلفة في اماكن واتجاهات مختلفة من الملعب لما لها من أهمية في زيادة فعالية الأداء الهجومي اثناء المباريات.
- ٥- أهمية تدريب اللاعب على أساليب خداعية مماثلة في نفس ظروف المنافسة حتى يتمكن من زيادة الحصيلة مهارية التي يعتمد عليها عند تعرضه لمواقف مختلفة أثناء المباريات.

### المراجع العربية:

- ١- ابراهيم على الإبياري (٢٠٠٣م): تطوير بعض الخطط الهجومية وتأثيرها على نتائج المباريات لدى ناشئي رياضة الكاراتيه، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية بالسادات، جامعة المنوفية.
- ٢- ابراهيم على الإبياري (٢٠٠٧م): تصميم منظومة خطية لاخترق مجال المنافس وتأثيرها على فاعلية الأداء لدى لاعبي رياضة الكاراتيه،، رسالة دكتوراة ، كلية التربية الرياضية بالسادات، جامعة المنوفية.
- ٣- أحمد محمد الشحات محمد (٢٠١١م): برنامج تدريبي مقترح لتحسين حركات الخداع وتأثيره علي معدل فاعلية أداء لاعبي التايكوندو، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة طنطا .
- ٤- أحمد محمد حسان(٢٠١٤م): فاعلية تطوير بعض الموجات الهجومية القطرية على محددات الهجوم ونتائج المباريات لناشئي الكوميتيه في رياضة الكاراتيه، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة بنها.
- ٥- أحمد محمود محمد إبراهيم (١٩٩٥م): مبادئ التخطيط للبرامج التعليمية والتدريبية - رياضة الكاراتيه ، الطبعة الاولى، منشأة المعارف، الاسكندرية.
- ٦- أحمد محمود ابراهيم (٢٠٠٥م): موسوعة محددات التدريب الرياضي النظرية والتطبيقية لتخطيط البرامج التدريبية برياضة الكاراتيه، منشأة المعارف، الإسكندرية.
- ٧- السيد عبد المقصود ( ١٩٩٧ م): نظريات التدريب الرياضي - تدريب وفسولوجيا القوة، مركز الكتاب للنشر، القاهرة .
- ٨- بسطويسى أحمد بسطويسى(١٩٩٩م): أسس ونظريات التدريب الرياضي ، دار الفكر العربي، القاهرة
- ٩- حنفى محمود مختار(١٩٨٨م): أسس تخطيط برامج التدريب الرياضى"، دار زهران

للنشر والتوزيع، القاهرة

- ١٠- شريف محمد عبد القادر العوضي، عمر محمد لبيب (٢٠٠٤ م): قواعد الهجوم - كوميتيه ، الطبعة الأولى، اسلاميك جرافيك، القاهرة.
- ١١- عبدالفتاح فتحي خضر (١٩٨٦م): تحليل فاعلية التكنيك الهجومي لدى ملاكمي الدرجة الاولى، بحث منشور، المؤتمر العلمي الاول، تاريخ الرياضة، جامعة المنيا.
- ١٢- علاء محمد حلويش و عمرو محمد حلويش(٢٠٠٣م): برنامج تدريبي باستخدام التدريبات النوعية لتحركات الرجلين أثناء أداء الموجات الهجومية ( كتدريب أولي) للاعبين الكاراتيه وتأثيره علي تحقيق الإنجاز المبارئي، بحث منشور، العدد الأول، المجلة العلمية لعوم التربية الرياضية، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الإسكندرية.
- ١٣- عماد عبدالفتاح السرسى (٢٠٠١م): تأثير برنامج تدريبي في تنمية الصفات البدنية والمهارية الخاصة بلاعبين الكاراتيه ؛ رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية ، طنطا ٢٠٠١
- ١٤- عويس الجبالي، تامر الجبالي (٢٠١٦م): منظومة التدريب الرياضي الحديث- النظرية والتطبيق، الطبعة الثالثة، مركز برنت، القاهرة.
- ١٥- محمد سعيد أبو النور (٢٠٠٢م): فاعلية تطوير بعض المهارات الهجومية المركبة على نتائج المباريات للاعبين الكوميتيه في رياضة الكاراتيه، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق.
- ١٦- محمد سعيد أبو النور (٢٠٠٩م): الإدراك الحس- حركي وعلاقته بفاعلية الهجوم البسيط والمركب أثناء مباريات الكوميتيه للاعبين الكاراتيه، المؤتمر العلمي الدولي الثالث، الجزء الثالث، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق، مصر، من ٤-٥ مارس.
- ١٧- محمود ربيع أمين البشيهي (٢٠٠٥ م): تأثير برنامج تدريبي للخصائص المهارية والخطية وفق استراتيجية مباريات المستوى العالمي علي مستوى أداء ونتائج لاعبي رياضة الكاراتيه، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة، جامعة حلوان.
- ١٨- معتز هلال أبو الأسعاد" (٢٠١٠م): تأثير برنامج تدريبي على فاعلية أداء بعض المهارات الهجومية والدفاعية في مناطق اللعب المختلفة لناشئي الكوميتيه في رياضة الكاراتيه، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنصورة.

- ١٩- منعم فاروق جمعة:(١٩٩٨م): أثر تطوير بعض أنواع الخداع على مستوى الانجاز في الملاكمة، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الاسكندرية.
- ٢٠- وليد ابراهيم أحمد شتات (٢٠٠٤م): تأثير برنامج تدريبي باستخدام بعض حركات الخداع على مستوى الانجاز لدى لاعبي رياضة الجودو، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية ، جامعة طنطا.
- ٢١- ياسر يوسف عبدالرؤوف (٢٠٠١م): رياضة الجودو، والقرن الحادي والعشرون، دار أبوالنبل للطباعة، القاهرة.