



Taekwondo between the past and the present

Prof. Dr. Saud Abdulmohssin Khalil¹, Prof. Dr. waleed khalid ragab¹, Prof. Dr.

Mohammed Shuker Salih³

Mosel University/ college of physical Education and Sport Sciences^{1,2,3}

Correspondent mail: saadmahssn@uomosul.edu.iq

Abstract

The research aims to : Trace the historical reality of the Taekwondo between the past and the present This study included a set of axesThe axis of the history of Taekwondo, the philosophy of Taekwondo, the Taekwondo belts, the world championships for the years 1973–2021, as well as a table for the distribution of medals, the axis of Taekwondo laws, and the tools used in the matches in addition to the electronic arbitration system.

The researchers concluded the following: – The Taekwondo appeared in Korea more than 2000 years ago – In 1973 AD, the World Taekwondo Federation was established and the researchers recommended the following: – Urging researchers to conduct studies on the Taekwondo – Introducing people to the Taekwondo through research and media centers.

Keywords: Taekwondo, past, present



رياضة التايكواندو بين الماضي والحاضر

أ.د. سعود عبد المحسن خليل أ.د. وليد خالد رجب أ.د. محمود شكر صالح

جامعة الموصل/ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

ملخص البحث

هدف البحث الى :

- استقراء الواقع التاريخي لرياضة التايكواندو بين الماضي والحاضر واشتملت هذه الدراسة على مجموعة من المحاور (محور تاريخ التايكواندو ، وفلسفة التايكواندو، احزمة التايكواندو ، والبطولات العالمي للاعوام 1973 - 2021 ، فضلا عن جدول لتوزيع الميداليات ، ومحور قوانين التايكواندو ، والادوات المستخدمة في المباريات اضافة الى نظام التحكم الالكتروني)

واستنتج الباحثون ما يأتي :

- ظهرت رياضة التايكواندو في كوريا منذ أكثر من 2000 سنة
- في عام 1973 ميلادي، أنشئ الاتحاد العالمي للتايكواندو
- واوصى الباحثون بما يلي :
- حث الباحثين على القيام باجراء دراسات عن رياضة التايكواندو
- تعريف الشعوب برياضة التايكواندو عن طريق المراكز البحثية والاعلامية

الكلمات المفتاحية: التايكواندو ، الماضي ، الحاضر .



الفصل الاول

المقدمة وأهمية البحث :

التايكوندو هي إحدى فنون الدفاع عن النفس الكورية وهي في الأصل عبارة عن توجيه الركلات وتعد طريقة فعالة في الدفاع عن النفس دون استخدام سلاح وهي أيضا رياضة تنافسية وطريقة للحفاظ على اللياقة البدنية ، وتعد من الألعاب الشعبية والتي يمكن للرجال والنساء والأطفال ممارستها ، وتتميز عن فنون الدفاع عن النفس الأخرى باعتماده على توجيه الركلات بشكل أساسي على عكس الكاراتيه والكونغ فو، ولا يتم ممارسته فقط في كوريا بل يمارسها الملايين من الناس حول العالم .(الحياني، 2019، 12)

تعد رياضة التايكوندو من الرياضيات الحديثة التي انتشرت وبسرعة هائلة بين الدول كافة ولاسيما بعد دخولها مضمار الألعاب الأولمبية والتنافس من أجل الوصول باللاعبين الى مراتب المستويات العالية من خلال تطوير قابلياتهم باستخدام الوسائل العلمية وذلك من خلال تطوير الجوانب العلمية بجوانبها المختلفة البدنية والمهارية والنفسية .(زهرا، 2004، 22)

وتحظى رياضة التايكوندو بمكانة مرموقة بين الفعاليات الرياضية لما تتمتع به من جمالية الحركات وفنيتها فضلا عن مكانتها في الألعاب الأولمبية والعالمية ، ولعل من ابرز مميزاتها كونها الرياضة الاولمبية الوحيدة بين الألعاب القتالية الأخرى مما جعلها محط أنظار الدول المتقدمة التي أخذت على عاتقها تطوير هذه اللعبة من حيث مهاراتها وفن أدائها. ومما لاشك فيه أن الأسلوب العلمي هو الأساس للوصول الى الانجاز الرياضي العالي ، وكلما ارتفع مستوى الاداء الأفضل كانت الحاجة أشد الى استخدام الأساليب العلمية التي تساعد على الارتقاء بهذا الأداء (Kim 17، 1990) ، وبعد دخول رياضة التايكوندو مضمار الألعاب الأولمبية تطورت تطورا ملحوظا وكان حصيلة هذا التطور هو ارتفاع مستوى الأداء للاعبين وصعوبة المنافسة والتفوق ، كما وان الوصول إلى أفضل المستويات في رياضة التايكوندو يتطلب الكثير من التدريب المنظم والمرتكز على الأسس العلمية في بنائه ابتداءً " باختيار الناشئين وحتى بلوغ مستوى الانجاز العالي . ان تطور رياضة التايكوندو جاء نتيجة لمواكبة التطورات الحاصلة في ميادين الحياة كلها ، فبدأ المهتمون بها تسخير الإمكانيات والقدرات كلها من أجل الوصول الى المستوى العالي في الأداء، وتحقيق أفضل انجاز بالاعتماد على الدراسات والبحوث



والإفادة من العلوم الأخرى والتقني والاحاطة بالجوانب التي تساعد على تطوير مستوى اللعبة (الحياني، 2000، 13،

مشكلة البحث : ان قوة الدولة تعتمد على قوة رجالها وحسن إعدادهم وهذا ما اقره التاريخ عبر سنين طويلة ، أي إن هذه الحقيقة التي كانت قبل أكثر من (6000) سنة وصلتنا بفضل كتابة التاريخ ، والذي بات اليوم واحدا من الجوانب المهمة والتي ان استمرت فأنها ستمحو كل شيء فعله لا نقول أجدادنا بل أبنائنا ، وإذا كان البحث في تاريخ الفكر قد نال عناية فائقة من الناحية الفعلية فأن التربية البدنية قد نالت اقل من ذلك بكثير ... ولا تزال المعاهد والحركات والاتجاهات والرجال الذين أسهموا في تطوير التربية البدنية والألعاب الرياضية ينتظرون إن يوجه التاريخ إليهم اهتمامه والبحث الحالي يعمل على مراجعة تأريخيه لرياضة التايكواندو من عدة جوانب لغرض الوقوف على الحقائق التاريخية لهذه الرياضة .

هدف البحث :

- استقراء الواقع التاريخي لرياضة التايكواندو بين الماضي والحاضر

تحديد المصطلحات :

التايكواندو : كلمة كورية تتكون من ثلاثة مقاطع :

المقطع الأول : (تي) ويقصد بها القبضة المغلقة .

المقطع الثاني : (كوران) وهو يشير الى القدم وهذا المقطع يدخل في تسميات العاب الدفاع عن النفس الأخرى

وهو يعبر عن مهارة استخدام الأقدام والذي تتميز به التايكواندو عن غيرها .

المقطع الثالث : (دو) ومعناها طريقة وهي تدخل في تسميات الألعاب الأخرى كالجودو والايكيو والكيندو

وغيره . (Kew، 1990، 23)



الفصل الثاني

المحور الاول: تاريخ التايكواندو

تاريخ التايكواندو القديم: ظهرت رياضة التايكواندو في كوريا وعرفت منذ أكثر من 2000 سنة وقد أوجدها وطورها الأهالي كوسيلة للدفاع عن النفس بسبب كثرة الحروب الأهلية وصعوبة الحياة وسط الحيوانات الضارية مما اضطر الإنسان الكوري إلى التفكير في وسيلة للدفاع عن نفسه ضد الغزاة وضد الحيوانات بدأ الكوري القديم من يتعلم من الحيوانات طرق الدفاع والانقضاض السريع . ونظرا لتخلف الأسلحة وعدم كفايتها أخذ الإنسان في تقوية يديه وقدميه لاستخدامها في القتال دون الحاجة إلى سلاح من هنا ظهرت طريقة للدفاع عن النفس كانت تسمى (التايكون) وهو الاسم القديم للتايكواندو كما ظهرت طرق أخرى للدفاع عن النفس مثل: يوتكو ،توتجمنج ، ميشون, ماهان ، كمالى . وجميعها طرق دفاعية تعتمد على استخدام اليدين والرجلين في الدفاع عن النفس . أما التايكواندو بالذات فترجع نشأتها إلى السلالة الحاكمة في بلدة (كوجوريو) حيث أخذ فن التايكون للدفاع عن النفس يأخذ طابعا تقليديا يمارس بنشاط في الطقوس الدينية على إيقاعات موسيقية متعارف عليها في تلك العصور ويمارسها الرجال والأطفال والنساء والشيوخ حبا لحركاتها من ناحية ولإستخدامها في الدفاع عن النفس من ناحية أخرى ومع ظهور الأسلحة المتطورة وكثرة الحروب ودخول الاستعمار إلى منطقه الشرق الأقصى أخذت رياضة أو فن التايكون في الاختفاء لفترة ليست بالقصيرة حتى تم اكتشاف لوحات حجرية على جدران المقابر الملكية لكل من (موينج شونج وكاكتوشونج) يرجع تاريخها إلى عام 37 قبل الميلاد وقد تم اكتشافها على يد بعض علماء الآثار عام 1935م حيث وجد على هذه اللوحات فنون كثيرة للدفاع عن النفس وقد ضم سقف مقبرة موينج شونج رسوم للشخصين يتدربان على ضربات وركلات في فن التايكون. ولقد أثبتت الوثائق القديمة أن (الهورينجدو) قد اهتموا برياضة (التايكون) ليس فقط كفن للدفاع عن النفس ولكن كتقافة تقليديه ونشاط رياضي يومي واسلوب حياة. كما أثبتت الاكتشافات الأثرية اهتمام الممالك والإمبراطوريات الكورية في العصور القديمة بفن التايكون فطوره كقوة وثقافة شعبية كما يشهد بذلك عصر الملك (بي) في مملكة سوباك عام 147 ميلادية لقد نشأت رياضة الكونج فو في الصين عام 520 ميلادية عن طريق بوذا (سانت دارما) الهندي الذي سافر إلى الصين وقضى 9 سنوات لتعليم فنون الدفاع عن النفس في الصين.. وبما أن اكتشاف علماء الآثار للوحات الحجرية القديمة على جدران المقابر الخاصة بالسلالة الحاكمة يرجع تاريخها إلى عام 37



ق.م فهذا يعتبر أكبر دليل على أن رياضة التايكوندو أقدم من أي رياضة أخرى للدفاع عن النفس.
(الحياني، 2019، 22-31)

تاريخ التايكوندو الحديث: و في سنة 1955م تأسس التايكوندو على شكله الحالي على يد " جين شوا هونج هي " الذي قام بوضع مبادئها الأساسية، و في سنة 1958م أخرج أول إصداراته عن هذه الرياضة، وفي 16 سبتمبر 1961م تغير اسم اتحاد التايكوندو إلى (الاتحاد الكوري للتايكوندو)، وفي سنة 1962 انضمت رياضة التايكوندو إلى مجلس الرياضة الكوري.

وفي سنة 1963م أقام الاتحاد الكوري للتايكوندو بطولة للاستعراضات شارك فيها 44 متسابق وطني وبدأت بطولة كأس الرئيس للفرق في 1966/10/28 ثم في 1986/6/16م ، وبدأت بطولة كوريا للأجانب ثم بطولة المدارس الوطنية في سنة 1970م بجانب بطولة النساء التي نظمت بثبات حتى يومنا هذا .وفي سنة 1963م بدأت تنظم بطولة الجامعات الكورية بواسطة اتحاد الجامعات للتايكوندو وفي سنة 1972م أقيم مركز (الكوكي وُن) ليكون مركز قيادة التايكوندو في العالم ثم تحول أخيراً إلى الأكاديمية العالمية للتايكوندو، وفي سنة 1973م تأسس الاتحاد العالمي للتايكوندو في سيئول عاصمة كوريا الجنوبية ونظم أول بطولة في العالم في 25 مايو 1973م ،وفي سنة 1974م تأسس الاتحاد الآسيوي للتايكوندو وأقيمت أول بطولة آسيوية في 18 - 20/أكتوبر/1974م، وفي سنة 1976م ، انضمت رياضة التايكوندو إلى اتحاد الرياضات العسكرية

(CIAM) وفي سنة 1983م دخلت رياضة التايكوندو دورة الألعاب الأمريكية و في سنة 1986م دخلت رياضة التايكوندو في دورة الألعاب الآسيوية، كما دخلت ضمن الألعاب الأفريقية كما نظم الاتحاد العالمي للتايكوندو بطولة كأس العالم وأدخلت رياضة التايكوندو إلى قائمة الألعاب الأولمبية سنة 1988م في أولمبياد سيئول كبطولة استعراضية غير محتسبة النتائج وكذلك في أولمبياد برشلونه 1992م، وفي أولمبياد أتلانتا 1996م، وتم اعتمادها كبطولة رسمية في أولمبياد سدني وشارك فيها 130 لاعب ولاعبة يمثلون واحد وخمسون دولة وذلك خلال الفترة من 27 - 30 سبتمبر 2000م، وكما هو معتاد في جميع بطولات العالم والبطولات الآسيوية تربعت كوريا على عرش هذه الدورة، ولا يفوتني في ختام هذا الفصل إلى أن أشير إلى انه إذا كان الكوريون ينسبون أصل التايكوندو لأنفسهم، فإننا نشير إلى أن منطقتنا العربية لم تتخلف في هذا المجال بل إننا أثبتنا أننا كنا أسبق في معرفة فنون مثل هذه الرياضة منذ عصر الفراعنة في مصر، حيث وجدت



نقوش و رسوم لفنونها على أطلال مقابر الفراعنة في قرية بني حسن بمحافظة المنيا بمصر الوسطى والتي يرجع تاريخها إلى سنة 2000 قبل الميلاد.

(www.itf2022)، وهكذا احتضنت كوريا الجنوبية رياضة التايكوندو واستطاع خبراءها نشر اللعبة والوصول بها إلى كثير من دول العالم كما تم إنشاء اتحاد دولي للتايكوندو واتخذ من كوريا مقرا له وانتخب الدكتور أون يونج كيم رئيسا للاتحاد الكوري والاتحاد الدولي للعبة منذ عام (1972م.. وأقيمت أول بطولة للعالم في الفترة من 25 إلى 27 مايو 1973 م في كوريا الجنوبية بمقر الإتحاد (الكوكيون) وأشترك فيها 200 لاعب وإداري من 22 دولة ومنذ ذلك الوقت وانتشار التايكوندو في مختلف انحاء العالم لا يتوقف (www,wt2022)

المحور الثاني: فلسفة التايكوندو: فلسفة التايكوندو هي خاصة جدا، ولكن ما يجعل من ذلك خاصة؟ إذا تعلمنا الفلسفة من الكتب، ونحن نميل إلى نسيان في اقرب وقت ونترك لهم، لأنه لا علاقة لحياتنا الفعلية. ولكن ونظرا لارتباط التايكوندو مع حياتنا مثل كل حركة لنا هو، يمكننا أن ننسى أبدا فلسفتها. هذا هو، والفلسفة هي واحدة من الخطوات التي يمكن استخلاصها من أعمال أخرى، وأنشطتنا اليومية. فلسفة التايكوندو يمثل مبادئ التغييرات والتحركات في البشر. كما أنها تمثل مبادئ حياتنا، لأن الحياة تتكون من حركاتنا. لذا، يمكننا أن نقول هي فلسفة التايكوندو في حد ذاته. يمكننا أن نفهم فلسفة التايكوندو عن طريق القيام التايكوندو، وهذا الفهم ينبغي أن يؤدي إلى فهم أفضل وتحسين نوعية الحياة لدينا. ويمكن تفسير مبادئ التايكوندو في عدة طرق ولكن هنا سنشرح ذلك ببساطة لمبدأ "جاي سام" [ثلاثة عناصر] وذلك من "Eum" [السلبية أو الظلام] "يانغ" و [الإيجابية أو سطوع]. "سام جاي" يشير إلى "تشون" [السماء]، "جي" [الأرض]، و "في" [الرجل] والمبادئ المتعلقة بهم. في البلدان الشرقية، وقد تم التعرف على أنها المبدأ الرئيسي الذي يفسر التغييرات من كل شيء في العالم. "سام جاي" والتغييرات من "Eum" و "يانغ" تشكل ثمانية الرسم الثلاثي لنبءه" في "كتاب التغييرات". وقد تم التأكيد على مبدأ سام جاي في البلدان الشرقية، وخاصة في كوريا. إذا فهمت المبدأ في التايكوندو، هل يمكن أن نفهم كل المهارات وعمق الروحي للتايكوندو. كما تم مبدأ Eum وأكد يانغ في البلدان الشرقية من حيث المبدأ المركزي للحياة. ويصر على أن كل شيء له الجانب المقابل. هذا المبدأ يفسر أشكال مختلفة من التغييرات، لكنه يأتي من "Taeguk" [العظيم المطلق]، الذي يمثل الادعاء في نهاية المطاف أن Eum و يانغ هو واحد ونفس الشيء. إذا فهمنا للتايكوندو وفقا لهذا المبدأ، وسوف نجد الحل، وذلك بتغيير مستمر المهارات، ونحن لن نتعثر،



في أي حالة. بعد أن فهم هذه المبادئ الفلسفية للتايكوندو، يمكن أن نجد الطرق المناسبة لفهم وتطوير حياتنا. ما هي فلسفة التايكوندو؟ ويمكن وصف التايكوندو بأنها وحدة الجسم والعقل، والحياة، ووحدة لوضعية التحدي والمواجهة، واتخاذ إجراءات صارمة. عند ممارسة التايكوندو يجب عليك ان تجعل عقلك سلميا" ومزامنة عقلك مع حركاتك الخاصة، وتوسيع هذا الانسجام في حياتك والمجتمع هذه هي الطريقة في التايكوندو مبدأ الحركات الجسدية، ومبدأ تدريب العقل، ومبدأ الحياة تصبح وحدة واحدة. ان لتايكوندو يحتوي على الأفكار التي هان [الكورية] الناس قد وضعت عبر التاريخ. ويفسر بسهولة مع فلسفتها هونجيك-Ingan، Jaese IHWA، أو روح Hwarangdo. كانت هونجيك-Ingan و Jaese IHWA، وليس فقط الايديولوجيات مؤسسة تانغون تشوسون، ولكن أيضا التفكير الأساسية للسكان هان. مع مرور الوقت، هذه الأفكار المتقدمة في روح وفلسفة Hwarangdo التايكوندو اليوم. الآن، دعونا ننظر في مضمون مبادئ الفلسفة (جاسم ومحمود، 2007، 33-44) هونجيك-Ingan "يعني الرفاه العالمي للبشرية، وكانت الفكرة من قبل المؤسسة الوطنية تانغون، وروح التايكوندو جدا وقد ورثت فكرة هونجيك-Ingan. ويؤكد بسهولة من حقيقة أن كلمة التايكوندو، في حد ذاته يعني لقمع القتال وحمل السلام. فمن ناحية، Jaese-IHWA يعني أن التعليم في العالم وفقا لسبب من السماء. التايكوندو هو المبدأ، لا اتصال مع حركات بسيطة، وهي الكورية فنون الدفاع عن النفس التقليدية التي تتميز ثالوث العقل والجسد والحياة. وهكذا، فإن المبدأ هو السبب لجميع الخلق، وذلك يشير إلى سبب من السماء في Jaese-IHWA. لذلك، يمكن أن يكون تعليما البشر وفقا لسبب من السماء عن طريق التدريب الصحيح للتايكوندو. أنشئت هوان-Wung، ابن السماء هذا هو المعنى جدا من Jaese-IHWA. هونجيك-Ingan و Jaese IHWA-تظهر بوضوح في أسطورة مؤسسة الكورية. ووفقا لذلك، "في سن مبكرة، أمة دعا Baedal [أقرب اسم كوريا]. ثم أعلن الغرض من المؤسسة الوطنية كما Jaese-IHWA [تتقيف مع السبب من السماء] وهونجيك- [الرفاه العالمي للبشرية (Sung، 11، 2007-44)] والتايكوندو هو طريقة للحياة أي القتال من أجل قضية ما الذي جعل التايكوندو مختلفة عن باقي الألعاب لكونها نشاط من أجل البقاء في حالات عدائية للغاية أن يجب على المرء أن يتغلب دائما" على خصمه الذي يحاول أن يسبب ضررا" ولكن ببساطة الفوز في معركة ليست كافية لضمان السلامة ولأن الخصم قد يتعافى ويعاود الهجوم مرة أخرى وعلاوة على ذلك قد يكون هناك العديد من الأعداء الآخرين من الذين تم هزمهم يمكن للمرء أن لا يشعر في أي وقت مضى أنه



أما ما لم يكن في سلام دائم ولتحقيق هذا السلام الدائم يحتاج المرء الى الوحدة هذا هو ما تهدف له للتايكوندو والا لاختلف التايكوندو عن أي من مهارات قتال الشارع الأخرى ان التايكوندو يتابع نمو متناغم وتحسين الحياة من خلال أنشطتها الفريدة من نوعها يمكننا القول ان التايكوندو هو وسيلة للحياة لتمكين أنفسنا في نهاية المطاف أن نعيش حياة أكثر قيمة ونحن نبذل جهدا من خلال ايجاد المبادئ التوجيهية المخفية بعمق في التايكوندو،التايكوندو تعلم الدفاع عن النفس والتي يمكن استخدامها لمدى الحياة ،وان العديد من تقنيات الدفاع عن النفس التي تدرس تحفيز العديد من مواقف الحياة الحقيقية لذلك على الشخص أن يعرف ماذا يفعل عندما يقع في وضع مماثل من ناحية أخرى ممارسة الدفاع عن النفس يشمل التدريبات اليومية والأشكال ولا يوجد تدريب للدفاع عن النفس بنسبة 100% على الرغم من ذلك حقا لا تحصل على تعليم الدفاع عن النفس عند القيام بهذه التدريبات والأشكال تلك الممارسات هي مجرد طريقة أخرى لتعلم الدفاع عن النفس وتحسين المهارات الخاصة للدفاع عن النفس أساسا" كل مفاهيم التعليم والتقنيات وقواعد التايكوندو تعلم الشخص الدفاع عن النفس بطريقة أو بأخرى . (Shin،44،1997-77) تم تصنيف التايكوندو كرياضة بأنها فن الدفاع عن النفس وأحيانا تصنيف التايكوندو كرياضة للدفاع عن النفس وهناك أسباب عدة تسوغ للتايكوندو بوصفها رياضة وفن الدفاع عن النفس أبرزها كون التايكوندو رياضة شعبية تصنف ضمن المنافسات الرياضية على غرار الملاكمة ، فضلا" عن أنها حدث رياضي من قبل العديد من الممارسين والمدربين ومسؤولي المنظمات في جميع أنحاء العالم ان العديد من المسابقات الرياضية بدأت بالفعل أو قد شملت التايكوندو كحدث رسمي مثل هذه المسابقات هي الألعاب الأولمبية وعموم الالعاب الرياضية، دورة الألعاب الآسيوية ودورة الألعاب العسكرية العالمية على الرغم من أن الناس يتدربون على التايكوندو لتعلم الدفاع عن النفس الا أنهم يجدون أنفسهم يتدربون على منافسة التايكوندو أخيرا" فان الفوائد التي يتلقاها الشخص من تعلم التايكوندو تبقى مع هذا الشخص لبقية حياته لأن الفوائد التي يحصل الممارس من التايكوندو هي الفوائد العقلية والجسدية فضلا عن التركيز، والصورة الذاتية والثقة بالنفس والانضباط الذاتي كل هذه الفوائد تساعد اللاعب على بناء القوة الداخلية وضبط النفس واتخاذ موقف عقلي ايجابي جسديا" ويصبح الشخص أقوى وأسرع ومرونة أعلى وتتنا سق بدنيا وتعلم القدرة على الدفاع عن النفس أما فلسفيا"، فان الشخص من بين مجموعة، والسعي لتحقيق الأهداف وزيادة الاحترام والتكريم، وتطوير العلاقات الاجتماعية ،تعمل التايكوندو على منح ممارسيها ميزة في حياتهم اليومية



وتساعدهم على القيام بمهامهم اليومية وأخيرا" أن الأشخاص الذين شاركوا في تدريبات التايكواندو يتعلمون الدفاع عن النفس والانخراط في هذه الرياضة والحصول على الفوائد العقلية والجسدية والفلسفية ، وتعد التايكواندو من رياضات الدفاع عن النفس لأن فنون الدفاع عن النفس تساعد الناس على التفوق في حياتهم اليومية. والتايكواندو من الرياضات القتالية والتي تعتمد على الحركات السريعة ومهارات الركل العالية وهي تمارين بدنية ورياضة تنافسية اصبحت دولية وان شكل المهارات صمم بأسلوب علمي بحت ويكون التكنيك فيها تبعا للصفات الانثروبومترية . (الحياني ،14،1999-22)، ويمكن وصف التايكواندو من الوحدة: وحدة الجسم والعقل، والحياة، ووحدة المواجهة تشكل ["poomsae"] و، واتخاذ إجراءات صارمة. عند القيام التايكواندو، يجب عليك ان تجعل عقلك السلمية وتزامن مع حركات عقلك الخاص بك، وتوسيع نطاق هذا الانسجام إلى حياتك والمجتمع. هذه هي الطريقة التي من حيث المبدأ للتايكواندو من الحركات البدنية، ومبدأ تدريب العقل، ومبدأ الحياة تصبح واحدة واحدة. من ناحية أخرى، فإن الحق poomsae تؤدي إلى المواجهة الحق، والتي سوتنتج في نهاية المطاف قوة تدميرية كبيرة، فكيف نصل إلى مثل هذه الوحدة في التايكواندو؟ التايكواندو هو وسيلة للحياة، مثل الكثير من الحصول على وظيفة، تربية الأسرة، والقتال من أجل قضية، أو أي واحد من العديد من السبب وراء. ما يجعل من هذه التايكواندو المختلفة هو أنه هو نشاط من أجل البقاء في حالات عدائية للغاية. يجب على المرء أن تغلب دائما العدو الذي يحاول أن يسبب ضررا. لكن الفوز ببساطة معركة ليست كافية لضمان سلامة واحد، لأن العدو قد التعافي ومهاجمة مرة أخرى. وعلاوة على ذلك، قد يكون هناك أعداء أخرى كثيرة من تلك التي هزمت فقط. لا يمكن للمرء أن يشعر أي وقت مضى آمنة إلا إذا سيأتي السلام مكاسب دائمة. لتحقيق هذا السلام الدائم أو دائمة، ويحتاج المرء حدة وطنية. هذا هو ما تهدف للتايكواندو ل. وإلا يكون للتايكواندو لا تختلف عن أي مهارات القتال في الشوارع الأخرى. والتايكواندو تتبع نمو متناغم وتحسين الحياة من خلال أنشطة فريدة من نوعها. هذا هو السبب يمكن للمرء أن يقول للتايكواندو هو وسيلة للحياة. لتمكين أنفسنا في نهاية المطاف على أن يعيشوا حياة أكثر قيمة، وسوف نحسن صنعا من خلال إيجاد المبادئ التوجيهية مخفية بعمق في التايكواندو(الحياني ،13،2019-43)

المحور الثالث : أحزمة التايكواندو: أحزمة التايكواندو يتدرج فيها اللاعب سواء مارس التايكواندو كرياضة أو كدفاع عن النفس و هي 8 أحزمة أصفر 1 و 2 و أزرق 1 و 2 و 3 و أحمر 1 و 2 و 3 ثم الاسود و يتكون



من ثماني درجات وتعتمد اختباراتهما على سلامة أداء الحركات و بعض الحركات الطائرة أو كسر خشب (في امتحان الحزام الاسود) وكذا على حفظ البومزا و حسن أدائها والبومزا هي ما يقابل الكاتا في الكراتية ، أي قتال وهمي بحركات محددة سلفا و الغرض منها التركيز في نفس الحركات التي يتم التدريب عليها بسرعة ، فيتم ادائها في البومزي ببطء و تركيز و تزداد البومزات تعقيدا وصعوبة مع استمرار التدرج في امتحانات الأحزمة وهذه الاحزمة لا أهمية لها كثيرا بالنسبة للبطولات ، فكثيرا ما يفوز لاعب معه حزام أزرق مثلا على آخر حزام أحمر و ربما أسود و ذلك بسبب أن المباراة هي صراع دامي يعتمد على السرعة و القوة و كافة عناصر اللياقة البدنية بخلاف التركيز و الهدوء النفسي و الاستعداد القتالي و العنف و الشجاعة و الذكاء و أيضا المقومات البدنية كالطول و المرونة الفطرية و أمور كثيرة تماما كالملاكمة تميز بين اللاعب المتفوق و اللاعب الأقل تفوقا.

(زهرا ن ، 2004، 44)

الفصل الثالث

المحور الاول : البطولات العالمية :

بطولة العالم للتايكواندو تقام كل عامين بواسطة الاتحاد العالمي

فيما يأتي ذكر للبطولات العالمية التي اقيمت على مستوى العالم لغاية 2021 :

بطولة العالم الاولى للفترة من 25 - 27 / 5 / 1973 :

الدولة التي اقيمت فيها البطولة (كوريا - سيؤول) ، عدد الدول المشاركة 19، عدد اللاعبين المشاركين 200

لاعب (تسلسل الدول الفائزة في البطولة :كوريا 2- امريكا 3- الصين الشعبية 4- المكسيك

بطولة العالم الثانية للفترة من 28 - 31 / 8 / 1975

الدولة التي اقيمت فيها البطولة (كوريا - سيؤول)، عدد الدول المشاركة 30 دولة ، عدد اللاعبين المشاركين في

البطولة 165 لاعب (تسلسل الدول الفائزة في البطولة كوريا 2- الصين الشعبية 3- المكسيك 4- المانيا 5-

استراليا

بطولة العالم الثالثة للفترة من 15 - 17 / 9 / 1977



الدولة التي اقيمت فيها البطولة (امريكا - شيكاغو)، عدد الدول المشاركة 46 دولة، عدد اللاعبين المشاركين 720 لاعب (تسلسل الدول الفائزة في البطولة (كوريا - الصين الشعبية - امريكا - المكسيك)

بطولة العالم الرابعة 26 - 28 / 10 / 1979

الدولة التي اقيمت فيها البطولة، عدد الدول المشاركة 38 دولة، عدد اللاعبين المشاركين 453 لاعب (تسلسل الدول الفائزة في البطولة (كوريا - المكسيك - المانيا الغربية - هولندا - امريكا - اسبانيا)

بطولة العالم الخامسة 24 - 27 / 2 / 1982

الدولة التي اقيمت فيها البطولة الاكوادور - غياغول، عدد الدول المشاركة 36 دولة، عدد اللاعبين 229 لاعب (تسلسل الدول الفائزة في البطولة (كوريا - اكوادور - المانيا - المكسيك - اسبانيا - امريكا - الصين الشعبية - البحرين - مصر)

بطولة العالم السادسة للفترة من 20 - 23 / 10 / 1983

الدولة التي اقيمت فيها البطولة (الدانمارك - كوبنهاغن)، عدد الدول المشاركة 51 دولة، عدد اللاعبين المشاركين 353 لاعبا (تسلسل الدول الفائزة في البطولة (كوريا - اسبانيا - تركيا - المانيا - هولندا - المكسيك - كندا - بريطانيا - ايطاليا)

بطولة العالم السابعة للفترة من 4 - 8 / 9 / 1985

الدولة التي اقيمت فيها البطولة (كوريا - سيؤول)، عدد الدول المشاركة 63 دولة، عدد اللاعبين المشاركين 280 لاعب (تسلسل الدول الفائزة في البطولة (كوريا - هولندا - تركيا - ساحل العاج - امريكا - ايطاليا - ايران - - المكسيك - مصر)

بطولة العالم الثامنة للفترة من 7 - 11 / 10 / 1987 الاولى للنساء

الدولة التي اقيمت فيها البطولة (اسبانيا - برشلونة)، عدد الدول المشاركة 62 دولة، عدد اللاعبين واللاعبات المشاركات 292 لاعب و 142 لاعبة (تسلسل الدول الفائزة في البطولة (رجال) (كوريا - المانيا الغربية - الصين الشعبية - اسبانيا - امريكا - تركيا)



(نساء) (كوريا - الصين الشعبية - اسبانيا - امريكا - هولندا - تركيا - المكسيك

بطولة العالم العاشرة للفترة من 10/22 ولغاية 1991/11/3 الثالثة للنساء

الدولة التي اقيمت فيها البطولة (اليونان - اثينا)، عدد الدول المشاركة في البطولة 49 دولة

عدد اللاعبين واللاعبات المشاركات في البطولة 273 لاعب و 161 لاعبة (تسلسل الدول الفائزة في البطولة رجال (كوريا - الدانمارك - اسبانيا - مصر - الصين الشعبية نساء (كوريا - امريكا - تركيا - اسبانيا - الصين الشعبية)

بطولة العالم التاسعة للفترة من 19 - 21 / 8 / 1993 الرابعة للنساء

عدد الدول المشاركة في البطولة 83 دولة، عدد اللاعبين واللاعبات المشاركات في البطولة 443 رجال و 226 نساء (تسلسل الدول الفائزة في البطولة (رجال) (كوريا - اسبانيا - فرنسا - كندا - المكسيك) - (نساء) (كوريا - اسبانيا - الصين الشعبية - اليونان)

بطولة العالم الحادية عشرة للفترة من 19 - 23 / 11 / 1997 الرابعة للنساء

الدولة التي اقيمت فيها البطولة (الصين - هونك كونك)، عدد الدول المشاركة في البطولة 80 دولة
عدد اللاعبين واللاعبات المشاركات في البطولة 434 لاعب و 276 لاعبة وتعتبر البطولة الرابعة للنساء (تسلسل الدول الفائزة في البطولة) - رجال (كوريا - اسبانيا - الصين الشعبية - مصر - ايران)
نساء (كوريا - الصين الشعبية - المغرب - اليونان - فرنسا)

بطولة العالم الثانية عشرة للفترة من 2 - 6 / 6 / 1999 الخامسة للنساء

الدولة التي اقيمت فيها البطولة (كندا - ايدموثين)، عدد الدول المشاركة في البطولة 66
عدد اللاعبين واللاعبات المشاركات في البطولة 320 لاعب و 230 لاعبة وتعتبر
تسلسل الدول الفائزة في البطولة (رجال) (كوريا - ايران - تركيا - الدانمارك - فرنسا)
نساء (كوريا - اسبانيا - الصين الشعبية - كندا)



بطولة العالم الثالثة عشر للفترة من 1 - 7 / 11 / 2001 البطولة السادسة للنساء

الدولة التي اقيمت فيها (جيجو) (عدد الدول المشاركة في البطولة 90 دولة

عدد اللاعبين واللاعبات المشاركات في البطولة 368 لاعب و 275 لاعبة

تسلسل الدول الفائزة في البطولة (رجال) (كوريا - فرنسا - ايران - امريكا - تركيا)

نساء (كوريا - تركيا - بريطانيا - اسبانيا - الصين الشعبية)

البطولة الرابعة عشر رجال التاسعة نساء

للفترة من 24 - 29 / 9 / 2003، الدولة التي اقيمت فيها البطولة المانيا ، عدد الدول المشاركة 97 دولة ، عدد

اللاعبين واللاعبات المشاركات 542 رجال و 352 نساء (تسلسل الدول الفائزة في البطولة (رجال) (كوريا -

ايران - الصين الشعبية - امريكا - المانيا)-(نساء (كوريا - الصين - اسبانيا - اليونان - كرواتيا)

البطولة الخامسة عشر رجال العاشرة نساء

- 17 / 4 / 2005 الدولة التي اقيمت فيها البطولة (اسبانيا - مدريد)

عدد الدول المشاركة في البطولة 114 دولة ، عدد اللاعبين واللاعبات المشاركات في البطولة رجال 449 نساء

299، تسلسل الدول الفائزة في البطولة ، رجال (كوريا - امريكا - ايران - اسبانيا - روسيا) - نساء (كوريا -

اسبانيا - امريكا - الصين - البرازيل)

البطولة السادسة عشر رجال الحادية عشرة للنساء

للفترة من 18 - 22 / 5 / 2007، الدولة التي اقيمت فيها البطولة (الصين) ، عدد الدول المشاركة 110

دولة، عدد اللاعبين واللاعبات المشاركات 507 رجال و 358 نساء

تسلسل الدول الفائزة في البطولة (رجال) (كوريا - ايران - اسبانيا - الصين الشعبية)

نساء (كوريا - الصين - كندا - اسبانيا)

البطولة السابعة عشر رجال الثانية عشر نساء



14-18/10/2009 الدانيمارك ، كوينهاكن عدد الدول المشاركة 143 دولة، رجال (كوريا)

نساء (الصين)

البطولة التاسعة عشر رجال الرابعة عشر نساء

2013 15-21/9 المكسيك ،البطولة العشرون رجال الرابعة عشر نساء،رجال (كوريا)

نساء (ايران)

البطولة العشرون 2015-12-18 مايوروسيا ،رجال (كوريا)،نساء (كوريا)

البطولة الحادية والعشرون رجال الخامسة عشر نساء

2017 24-30 يونيو كوريا الجنوبية،رجال (كوريا)،نساء (كوريا)

البطولة الثانية والعشرون رجال السادسة عشر نساء

2019 15-19 مايو المملكة المتحدة مانشستر ،البطولة الثالثة والعشرون رجال السابعة عشر نساء

2021 الصين ووشي، رجال (كوريا) - نساء (كوريا) (www.wt2022)

جدول توزيع الميداليات لغاية 2019 (www.wt2022)

ت	الدولة	ذهب	فضة	نحاس	المجموع
1.	كوريا الجنوبية	171	32	36	239
2.	إسبانيا	22	26	63	111
3.	تايبه الصينية	15	27	38	80
4.	تركيا	15	21	33	69
5.	إيران	21	14	22	57
6.	الولايات المتحدة	13	21	49	83
7.	الصين	12	13	16	41
8.	بريطانيا العظمى	7	8	8	23
9.	ألمانيا	6	12	34	52
10.	فرنسا	6	11	17	34
11.	تايلاند	6	6	15	27



68	34	30	4	المكسيك	12.
25	16	5	4	هولندا	13.
15	8	3	4	كوبا	14.
15	10	1	4	أذربيجان	15.
34	18	13	3	روسيا	16.
11	3	6	2	الدنمارك	17.
24	17	5	2	كرواتيا	18.
17	12	3	2	مصر	19.
8	6	0	2	صربيا	20.
4	2	0	2	مالي	21.
26	14	11	1	كندا	22.
6	6	6	1	البرازيل	23.
22	16	5	1	إيطاليا	24.
7	1	5	1	أوزبكستان	25.
15	10	4	1	اليونان	26.
15	11	3	1	ساحل العاج	27.
4	1	2	1	الإكوادور	28.
19	17	1	1	أستراليا	29.
7	5	1	1	اليابان	30.
5	3	1	1	بلجيكا	31.
3	2	0	1	الغابون	32.
1	0	0	1	النيجر	33.
11	6	5	0	الفلبين	34.
10	7	3	0	المغرب	35.
6	4	2	0	الأردن	36.
4	2	2	0	أفغانستان	37.
4	2	2	0	بورتوريكو	38.
3	1	2	0	تشيلي	39.
2	0	2	0	إندونيسيا	40.
6	5	1	0	فيتنام	41.
5	4	1	0	الأرجنتين	42.
5	4	1	0	فنزويلا	43.



2	1	1	0	البرتغال	44.
1	0	1	0	أوكرانيا	45.
1	0	1	0	البحرين	46.
1	0	1	0	غوام	47.
8	8	0	0	كازاخستان	48.
7	7	0	0	السويد	49.
6	6	0	0	جمهورية الدومينيكان	50.
4	4	0	0	بييلاروس	51.
3	3	0	0	السعودية	52.
3	3	0	0	السنغال	53.
3	3	0	0	المجر	54.
3	3	0	0	النرويج	55.
3	3	0	0	تونس	56.
3	3	0	0	سلوفينيا	57.
3	3	0	0	سويسرا	58.
3	3	0	0	كولومبيا	59.
2	2	0	0	النمسا	60.
2	2	0	0	غواتيمالا	61.
2	2	0	0	فنلندا	62.
2	2	0	0	قبرص	63.
2	2	0	0	لاتفيا	64.
2	2	0	0	ماليزيا	65.
2	2	0	0	مولدوفا	66.
2	2	0	0	نيبال	67.
1	1	0	0	أوغندا	68.
1	1	0	0	إسرائيل	69.
1	1	0	0	بلغاريا	70.
1	1	0	0	بولندا	71.
1	1	0	0	كوستاريكا	72.
1312	656	328	328	الاجمالي (73)	73.

المحور الثاني :

قوانين التايكوندو: قوانين رياضة التايكوندو وضعت بطريقة تشمل ما يمكن مصادفته في أي بطولة من بطولات



التايكوندو . وعلى اللاعبين ان يلمو بقواعد التايكوندو وسوف نحاول هنا أن نعطي فكرة موجزة وسريعة عن أهم القوانين التي يجب على اللاعبين معرفتها ، فيما يمكنكم أيضاً إنزال الملف النصي بتنسيق وورد والذي يحتوي على كافة القوانين الخاصة بالحكام واللاعبين والتي حصلنا عليها من المنظمة العالمية للتايكوندو لكي يستفيد منها المهتمين ، فيما نقسم هنا القوانين إلى ثلاث أقسام، إن لعبة التايكوندو تتميز بالقواعد والقوانين التي تميزها عن غيرها من الرياضات الأخرى، والتي تُعطيها طابعاً مُميزاً في مجال الدفاع عن النفس، ومركزاً مُتقدماً بين الرياضات القتالية الأخرى، كما أن قانون هذه الرياضة قد وُضع بطريقة تشمل كل ما يمكن مُصادفته في أي بطولة من بطولات التايكوندو، وهذه القوانين هي: يجب أن يتنافس المتنافسون من نفس الجنس، وفي نفس فئة الوزن المُصنّف على مباريات التايكوندو. منطقة المنافسة هي بساط أرضي تبلغ مساحته 8 أمتار مربعة، ويتم التنافس على مباريات التايكوندو على مدى 3 جولات مدة كل منها دقيقتان، واستراحة لمدة 1 دقيقة بين الجولات. ويُحاول كل مقاتل ضرب خصمه بالضربة القاضية، أو تسجيل نقاط عن طريق ضربات على جذع خصمه أو رأسه، ويُسمح بالركلات في الجذع والرأس على حد سواء، في حين يُسمح باللكمات فقط على الجسم، بينما منطقة تحت الخصر غير مسموحة إطلاقاً. إذا كان المقاتل ومدربه يعتقدان أنه قد تم تقويت نقطة أو أن خطأ قد ارتكب، فيمكنهما تقديم احتجاج، ثم ينظر القضاة في إعادة الفيديو ويتخذون القرار المناسب، ويمكن للمقاتلين أن يخسروا نقاطاً عن طريق العقوبات، ويمكن تكبُّد هذه الخسائر عن طريق إجراءات مثل: اللكم على الوجه، ومهاجمة بواسطة الركبة، ومهاجمة تحت الخصر، أو الخروج من الحلبة بكلتا القدمين، أو أن يُدير أحد اللاعبين ظهره لخصمه، أو دفع أو الإمساك بالخصم، أو التظاهر بالإصابة، ويفوز في المباراة المقاتل الذي يهزم خصمه بالضربة القاضية، أو الذي لديه عدد أكبر من النقاط في نهاية الجولات الثلاث. إذا كانت المباراة تعادلاً، يتم خوض جولة نقطة ذهبية، وأول مقاتل يحقق النقطة الأولى يتم الإعلان عنه فائزاً.

قوانين احتساب النقاط في التايكوندو

الهدف من رياضة التايكوندو في البطولات، هو أن يركل الرياضي ويلكم خصمه، مع تجنّب تلقي الركل واللكم، والتقنيات الأكثر تحدياً، مثل الركلات الدورانية إلى الرأس، حيث يُسجل لها نقاط أعلى من اللكمات والركلات الأساسية إلى الجذع، والتكتيكات التي تأتي أيضاً في اللعب، مثل منح عقوبات ضد أولئك اللاعبين الذين يسقطون، أو الذين يخرجون من المنطقة المحددة، وترد أدناه الطرق الخمس لتسجيل النقاط في منافسات



التايكوندو:

لكمة على وافي الصدر تساوي نقطة واحدة.

ركلة عادية على وافي الصدر تساوي نقطتين.

ركلة دورانية على وافي الصدر تساوي أربع نقاط.

ركلة عادية على الرأس تساوي ثلاث نقاط.

ركلة دورانية على الرأس تساوي خمس نقاط. (Compton Rulls2021)

المحور الثالث: الأدوات المستخدمة في مباريات التايكوندو

رياضة التايكوندو هي إحدى رياضات الفنون القتالية والدفاع عن النفس، وهي رياضة سريعة تعتمد على لكم الخصم، وركله، وضربه بكرلات دورانية سريعة على الرأس أو الصدر، مما يعني أنه قد تحدث أخطاء، ومن الممكن حدوث إصابات، وحيث أنها رياضة دولية وأولمبية، لذلك اعتمد المسؤولون مجموعة من الأدوات التي تستخدم للوقاية من الإصابات، بالإضافة إلى الأدوات الأخرى المستخدمة في هذه الرياضة، وتالياً جميع الأدوات المستخدمة في رياضة التايكوندو:

وافي الصدر: أو 'الهورجو'، وهي سترة واقية تُغطّي كامل منطقة الصدر نزولاً للجذع خلال التدريب أو المنافسات، ويوجد نوع وافي صدر إلكتروني، حيث يقوم بتسجيل النقاط في منطقة الصدر.

وافي القدم: ومهمتها حماية القدم أثناء اللعب، حيث يمكن حدوث إصابة للقدم في أثناء تنفيذ الضربة أيضاً، ويوجد نوعان، حذاء فوم مُكثّف بدون نعل، أو قفازات للقدم لها أكامم للأعلى.

وافي الساعد: ويُستخدم لحماية عظم الساعد عن طريق تخفيف قوة الصدمة من الضربات واللكمات، ويجب أن يكون من النوعية الكثيفة والجيدة، وأن يكون مشدوداً على الساعد، ولكن دون أن يمنع الدم عن الدوران.

وافي الفخذ: ويستخدم لحماية منطقة أعلى الفخذ، والتي تُسبب ألماً كبيراً إن حصلت ضربة خاطئة، وله شكل مثل الكأس حيث يأتي بنوعين، كأس صلب، وكأس لئِن، والصلب مصنوع من البلاستيك المُقوى، وهو أقوى في



الحماية، أما اللين يُعطي مجالاً أفضل في الحركة لأنه مصنوع من الجِل المُغلف بالسيليكون.

واقى اليدين: وهي قفازات تستخدم في حماية الأيدي في حالة تنفيذ الضربة، أو في حال صد الضربة، ويوجد منها نوعان، واقيات الاتحاد الدولي (وهي خفيفة وتغطي الأصابع)، وواقيات السِجال (وهي سميكة وتُبقي الأصابع بارزة من الطرف).

لفافة اليدين: وهي لفافات مصنوعة من القماش القطني، وتُلف حول اليدين والرُسغين لحمايتهما من الضربات، ويصل طولها إلى أكثر من 3 أمتار.

واقى الرأس: وهو الأهم، حيث يقوم بحماية الرأس والدماغ من تأثير الضربات، وهو مصنوع من مادة إسفنجية تمتص الضربات، ويُغطي الرأس كاملاً بالإضافة إلى الأذنين.

بساط أرضي: وهو بساط مصنوع من مادة رغوية ومُغلف بمادة لحائية من الشجر، ووظيفته أن يؤمّن للاعبين الثبات وعدم الانزلاق، كما يؤمّن لهم الحماية في حال السقوط أرضاً.

واقى الفم: تستخدم لحماية الأسنان واللسان من الضربات، وهي مصنوعة من مادة تعود إلى حالتها الطرية عند وضعها في الماء المغلي، وعند إخراجها من الماء، يضعها اللاعب في فمه ويعض عليها، فتتشكل بمقياس مناسب له، وعندما تبرد تصبح صلبة.

واقيات مقدم الساق: وظيفتها هي حماية الساق من الكدمات أو حتى الكسور، والتي يمكن أن تنتج عن الضربات المتكررة بالساق، وهي مصنوعة من مادة هلامية تمتص الصدمات. (الحياني، 47، 2019)

(Compton Rulls2021)

المحور الرابع : نظام التحكم الإلكتروني

جهاز التنقيط الإلكتروني في التايكواندو وهو جهاز يشمل على الوافية الالكترونية للجذع والراس من خلال ارتداء الواقى الحساس في القدم وعند اداء الركلات من قبل اللاعب على الواقى الإلكتروني يتم توصيل الدائرة الكهربائية وتسجيل النقاط الصحيحة من خلال ناقل لاسلكي على الكمبيوتر من خلال برنامج خاص ومن خلال تثبيت الواقى الخاص للجذع والراس على شاخص لسهولة الاداء ويؤدي استخدام هذا الجهاز الى :

أولاً: يتم تسجيل القوة المستخدمة من قبل اللاعب للركلات الصحيحة



ثانياً : يتم حساب عدد الركلات الصحيحة فقط على الجهاز .

ثالثاً: يتم تحديد الوقت اللازم للأداء يتم خلاله تسجيل النقاط الصحيحة خلال الوقت المحدد

الفصل الرابع

الاستنتاجات والتوصيات

الاستنتاجات:

- لقد ظهرت رياضة التايكوندو في كوريا منذ أكثر من 2000 سنة، وترجع إلى السلالة الحاكمة في مدينة (كوريو)، وقد كانت بدايةً تعد من الطقوس الدينية لديهم، ومع مرور الوقت قام الأهالي بتطويرها لتصبح نشاطاً رياضياً تقليدياً، ثم فناً قتالياً يستخدم للدفاع عن النفس، وسنذكر هنا أبرز المحطات التاريخية لها
- في عام 1973 ميلادي، أنشئ الاتحاد العالمي للتايكوندو. في عام 1975 ميلادي، أصبح الاتحاد العالمي للتايكوندو فرعاً للاتحاد العام للاتحاد الرياضي الدولي. في عام 1976 ميلادي، اعتمدت اللجنة التنفيذية العالمية للرياضة التايكوندو كرياضة رسمية. في عام 1980 ميلادي، اعترف بالاتحاد العالمي للتايكوندو من قبل اللجنة الأولمبية الدولية. في عام 1981 ميلادي، اعتبرت التايكوندو من الأحداث الرياضية الرئيسية في الألعاب العالمية المقامة في كاليفورنيا. في عام 1982 ميلادي، اعتمد التايكوندو كرياضة توضيحية لدورة الألعاب الأولمبية. في عام 1984 ميلادي، اعتمد رياضة التايكوندو رسمياً على أنها رياضة استعراضية في الألعاب الأولمبية لعام 1988 ميلادي
- فعاليات عالمية لرياضة التايكوندو طوّر التايكوندو منذ أكثر من عشرين قرناً في كوريا، حتى أصبحت رياضة دولية، وهنا بعض الفعاليات العالمية لهذه الرياضة: [٢] بطولة العالم للتايكوندو: التي انطلقت للمرة الأولى في عام 1973 ميلادي. بطولة آسيا للتايكوندو: والتي نُظمت للمرة الأولى في عام 1974 ميلادي. بطولة العالم الأولى لرياضة التايكوندو. البطولة العالمية للتايكوندو للسيدات: والتي انطلقت للمرة الأولى في عام 1987 ميلادي. العرض الاستعراضى الرسمي للتايكوندو في الألعاب الأولمبية: وقد نُظم رسمياً للمرة الأولى في عام 1988 ميلادي.



- في 9 أبريل 1976 قام المجلس الرياضي الدولي باعتماد رياضة التايكوندو كحدث من ضمن دورات الألعاب الأولمبية، و أصبح التايكوندو بسرعة الفن العالمي الذي اعتمده جميع القوات العسكرية و المدارس على جميع المستويات و حتى المنظمات الخاصة والسفارات الأجنبية، و تم اعتماد التايكوندو كرياضة رسمية في أولمبياد سيدني استراليا عام 2000م.

التوصيات :

- حث الباحثين على القيام بإجراء دراسات عن رياضة التايكوندو
- تعريف الشعوب برياضة التايكوندو عن طريق المراكز البحثية والاعلامية

المصادر العربية والاجنبية:

- 1- جاسم , عبد الجبار , وصالح , محمود شكر (2007) التايكوندو , ترجمة , جامعة الموصل
 - 2 -الحياني ، محمود شكر صالح (2006) تصميم اختبارات المطاولة الخاصة للأداء للاعبين التايكوندو للفئات المختلفة رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة الموصل.
 - 3 - الحياني ،محمود شكر صالح (2019) الاسس العلمية في تدريبات التايكوندو /دار نون للنشر / الموصل
 - 4 -زهران , احمد سعيد (2004) التايكوندو , دار الكتب , القاهرة
- S hin, jingak (1975) ,Taekwond (Poomse) wtf, nogosan dongma, po .
 - Sung, bo, hong(2007) , teching and learning taekwondo ,wtf, isbn
 - Kew , Jong . Inten to taekwondo, korea (1990) .
 - Kim gony Rok (1990) Intent to Taekwondo. P.i.korea .
 - www atf Asia Taekwondo Feaderaition.(2022).
 - w ww Comption Rulls (2022) would taekwondo Feaderaition.
- wwwComption Rulls (2022) would taekwondo Feaderaition Rok ,