



## The contribution percentage of movement speed to some sub-skills of young Taekwondo players

Dr. Wathiq Ayed Kazem

Address: Ministry of Education/Directorate of Education in Baghdad  
Governorate, Rusafa/Third

[wathq500@gmail.com](mailto:wathq500@gmail.com)

### abstract:

Taekwondo is one of the Olympic sports that involves both offensive and defensive skills, as well as sub-skills, due to its aesthetic movements, technique, and its status in both the Olympic and international games. In taekwondo, there are numerous skills that athletes learn from the start and master, which they use in competitions to score winning points across various movement skills. These skills vary in their usage and degree depending on the athlete's technical abilities and strategies, as there is no distinction between more important and less important skills, since the athlete is in constant need of all of these skills throughout the match. The aim of this study was to identify the contribution rate of motor speed and some sub-skills in youth taekwondo athletes. The researcher used the descriptive method with a survey approach and studied correlational relationships. The study sample consisted of players from three clubs (Kahraba, Al-Shorta Club, and Amanat Baghdad), using tools, devices, and tests relevant to the research. After obtaining the test results, they were statistically processed. The researcher concluded that motor speed is significantly related to the investigated sub-skills. The researcher recommended conducting a survey for all unsearched skills and applying them to other motor abilities.

**Keywords:** Motor speed, sub-skills, taekwondo.



نسبة مساهمة السرعة الحركية في بعض المهارات الفرعية للاعبين التايكواندو ( فئة الشباب )

م.د. واثق عايد كاظم

العنوان : وزارة التربية /مديرية تربية في محافظة بغداد الرصافة /الثالثة

[wathq500@gmail.com](mailto:wathq500@gmail.com)

ملخص البحث باللغة العربية

إن رياضة التايكواندو إحدى الألعاب الرياضية الأولمبية ذات المهارات الهجومية والدفاعية والفرعية ، لما تتمتع بها من جمالية الحركات وفنها فضلا عن مكانتها في الألعاب الأولمبية والعالمية ، وفي رياضة التايكواندو العديد من المهارات التي يتعلمها اللاعبون منذ البداية ويتقنها ، والتي يستخدمها في المنافسات ؛ وذلك للحصول على نقاط الفوز بمختلف المهارات الحركية وتختلف هذه المهارات ودرجة استخدامها حسب الامكانيات الفنية والخطية للاعب، إذ لا يوجد بين تلك المهارات ما هو مهم وما هو أقل أهمية لأن اللاعب بحاجة ماسة إلى كل تلك المهارات طوال النزال ، هدفت الدراسة التعرف على نسبة مساهمة السرعة الحركية وبعض المهارات الفرعية للاعبين التايكواندو الشباب ، فاستخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب المسح ودراسة العلاقات الارتباطية ، فيما تمثلت عينة البحث بلاعبين الأندية الثلاث (كهرباء - نادي الشرطة - أمانة بغداد) باستخدام الأدوات والأجهزة واختبارات المساهمة في البحث ، وبعد الحصول على نتائج الاختبارات التي تم معالجتها إحصائياً ، فأستنتج الباحث إن السرعة الحركية ترتبط بعلاقة دالة مع المهارات الفرعية المبحوثة ، وأوصى الباحث من الضروري إجراء مسح لجميع المهارات غير المبحوثة وتطبيقها على قدرات حركية اخرى.

الكلمات الافتتاحية: السرعة الحركية - المهارات الفرعية - التايكواندو



## 1- التعريف بالبحث :

### 1-1 مقدمة البحث وأهميته :

رياضة التايكوندو إحدى الألعاب الرياضية الأولمبية، بعد أن وضعت الدول المتقدمة كل إمكانياتها لرفع المستوى الرياضي بطرائق علمية متقدمة يمكن بواسطتها استثمار الإمكانيات البدنية للرياضيين والفنية و المهارية و "إن السرعة من الصفات البدنية المهمة إذ إن الرياضي بحاجة إلى هذه الصفة البدنية في الكثير من الفعاليات الرياضية"، (الفرطوسي ، 2004 ، 7) ومنها رياضة التايكوندو فهي من الرياضات المهارات الهجومية والدفاعية والفرعية ، لما تتمتع به من جمالية الحركات وفنها فضلا عن مكانتها في الألعاب الأولمبية و العالمية ، فشهد العالم تطوراً سريعاً في رياضة التايكوندو ، وإن الوصول إلى المستويات العالية وتحقيق الفوز لم يعد عملية سهلة كونه يحتاج إلى تخطيط من الناحية البدنية و المهارية كما أن تأهيل لاعب التايكوندو لا يقتصر على الجانب البدني بل الحركي و المهاري والنفسي، وفي رياضة التايكوندو العديد من المهارات التي يتعلمها اللاعبون منذ البداية ويتقنها ، والتي يستخدمها في المنافسات؛ وذلك للحصول على نقاط الفوز بمختلف المهارات الحركية وتختلف هذه المهارات ودرجة استخدامها حسب الإمكانيات الفنية و الخطية للاعب ، إذ لا يوجد بين تلك المهارات ما هو مهم وما هو أقل أهمية لأن اللاعب بحاجة ماسة إلى كل تلك المهارات طوال النزال ، وكل هذه المهارات تحتاج إلى مستوى عالي من الهجوم السريع في المنافسة وبالخصوص السرعة الحركية و قدرة اللاعب في أداء حركات متكررة من نوع واحد في أقصر زمن ممكن ، (شكر صالح ، 2019، 113) من هنا تكمن أهمية البحث دراسة نسبة المساهمة بين المتغير المستقل وهي السرعة الحركية والمتغير التابع بعض المهارات الفرعية تبرز أهمية البحث مساهمة أحد أهم مكونات الأساسية البدنية الحركية (السرعة الحركية) بشكل مناسب وفعال في المنافسة مع بعض المهارات الهجومية الفرعية لرياضة التايكوندو.

### 1-2 مشكلة البحث :

من خلال خبرة الباحث كونه لاعب سابق ومتابع للبطولات المحلية والدولية قلّة الدراسات التي تناولت موضوع دراسة المهارات الفرعية وبالخصوص السرعة الحركية الخاصة بتلك المهارات المبحوثة ، سيحاول الباحث في هذه الدراسة الإجابة . هل تساهم السرعة الحركية؟ وماهي نسبة مساهمة هذه السرعة مع بعض المهارات الفرعية للاعب التايكوندو قيد الدراسة ؟ .



### 1-3 أهداف البحث :

- 1- التعرف على نسبة مساهمة السرعة الحركية وبعض المهارات الفرعية للاعبين التايكواندو (الشباب) .
- 2- التعرف على العلاقة بين السرعة الحركية وبعض المهارات الفرعية للاعبين التايكواندو (الشباب) .

### 1-4 مجالات البحث :

1-4-1 المجال البشري : لاعبو نادي الشرطة والكهرباء وأمانة بغداد الرياضي.

1-4-2 المجال الزمني : 2024/12/19 لغاية 2025/1/30 .

1-4-3 المجال المكاني : قاعة نادي الكهرباء الرياضي .

### 2- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية :

#### 1-2 منهج البحث :

استخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب المسحي والعلاقات الارتباطية لملائمته لطبيعة ومشكلة البحث فالمنهج الوصفي "وهو التصور الدقيق للعلاقات المتبادلة بين المجتمع والاتجاهات والميول والرغبات والتطور بحيث يعطي للبحث صورة للواقع الحياتي ووضع المؤشرات وبناء تنبؤات مستقبلية " (الكاظمي، 2012، 106، .

#### 2-2 مجتمع البحث وعينته :

اختار الباحث مجتمع البحث الأندية الثلاث وهم (نادي الشرطة الرياضي- نادي الكهرباء الرياضي - نادي أمانة بغداد الرياضي ) البالغ عددهم (25) لاعباً للموسم الرياضي (2024-2025) . "العينة الجيدة لا بُدَّ لها من أن تمثل المجتمع الأصلي تمثيلاً حقيقياً ينسجم وطبيعة المشكلة والمعلومات المطلوبة ويسمح بتعميم نتائجها ، (محجوب ، 2002، 105) في حين جاء اختيار الباحث لعينة بحثه بالطريقة العمدية وبواقع (15) لاعباً وهم يمثلون نسبة ، 60% من مجتمع البحث وعينة الاستطلاعية (5) وتم استبعاد (5) لاعبين بسبب الإصابة والبعض لم يحضر الاختبارات النهائية وكما مبين في جدول (1) .



جدول (1) يبين تفاصيل مجتمع البحث وعينته

النسبة المئوية	التجربة الرئيسية	النسبة المئوية	التجربة الاستطلاعية	عدد العينة	الأندية	ت
%20	5	%12	2	9	نادي الشرطة الرياضي	1
%28	7	%20	3	10	نادي الكهرباء الرياضي	2
%12	3			6	نادي أمانة بغداد الرياضي	3
%60	%15	%32	5	25	المجموع	

## 2-3 الأدوات والوسائل المستعملة بالبحث :

- المصادر والمراجع .
- الملاحظة والمقابلات الشخصية .
- استمارات تسجيل و نتائج الاختبارات .
- شبكة معلومات الأنترنت .
- الاختبارات البدنية و المهارية .
- (LENOVO) حاسبة الكترونية (لاب توب) نوع -
- شريط لاصق .
- مضارب عدد (2) .
- ساعة توقيت .
- آلة تصوير (جهاز الموبايل) نوع (iphone 15 pro Max) .

## 2-4 تحديد متغيرات البحث :

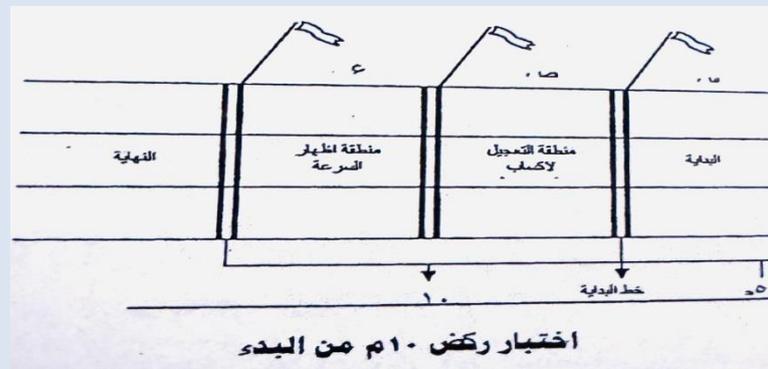
لغرض تحديد المتغيرات التي يقوم بها الباحث من أجل إتمام متطلبات بحثه قام بعملية مسح لأهم المصادر والمراجع والدراسات السابقة ، كذلك آراء أصحاب الاختصاص (\*)، وذو الخبرة في مجال الاختبارات والفنون القتالية وتحقيق الهدف من تحديد المتغيرات المطلوبة لإنجاز البحث .

## 2-5 توصيف الاختبارات

## 2-5-1 اختبار السرعة الحركية

- اسم الاختبار : الركض (10م) من البدء الطائر .
- هدف الاختبار: قياس السرعة الحركية للاعب .

- أدوات الاختبار: ساحة طولها لا تقل عن 15م وذات عرض مناسب تحدد منطقة إجراء الاختبار بثلاث خطوط متوازية حيث يتكون :
  - س =خط البداية .
  - ص=منطقة التعجيل لاكتساب السرعة .
  - ع=منطقة إظهار السرعة .
  - (\* )انظر ملحق (1) .
  - ساعات توقيت عدد (3) ومساعدون .
- وصف الأداء : يتخذ كل لاعب مجال العدو المخصص له في منطقة البداية ، وعند سماع الصافرة ينطلق بالبداية مسرعاً؛ لبلوغ أقصى حد لسرعته عاملاً على إنهاء مرحلة اكتساب السرعة في منطقة التعجيل وعند بلوغه خط البداية الثاني يبدأ المؤقت تقرب ثانياً الذي يقطع فيه مسافة 10م التي تنتهي ببلوغ المتسابق خط الوصول النهائي .
- تعليمات الاختبار:
  - 1- أخذ اللاعبين الوضع الصحيح (البداية العالي خلف خط البدء المباشر)
  - 2- السرعة في الأداء .
  - 3- يتم اختيار لاعبين في وقت واحد لضمان عامل المنافسة .
  - 4- إعادة الاختبار مرتين بعد إعطاء المتسابقون فترة راحة كافية .
- التسجيل: يتم حساب زمن أقصى محاولة من المحاولتين .(الطرفي،2013،117)





## 2-5-2 اختبار مهارة الركلة الأمامية (الدبل) : (\*)

- اسم الاختبار: ركل بالتناوب .
- هدف الاختبار: قياس سرعة الحركية أداء مهارة الركلة الأمامية (الدبل) .
- أدوات الاختبار: ساحة طولها لا تقل عن (10م) ، ساعة توقيت ، صافرة ، شريط لاصق .
- طريقة الأداء: يقف المختبر أمام خط البداية عند سماع الصافرة ينطلق للأداء الركلة بالتناوب لركل المضرب حتى وصول خط النهاية .
- تعليمات الاختبار :
- 1- رفع مفصل الركبة إلى الأعلى لركل المضرب في مقدمة كف الأداء الصحيح .
- 2- التأكيد على الأداء السريع .
- 3- عدد المحاولات لكل مختبر محاولتين وتحسب المحاولة الأفضل .
- التسجيل: يسجل المختبر الزمن المستغرق من نقطة البداية حتى يصل خط النهاية (الزمن/الثانية) .
- 2-5-3 اختبار مهارة الركلة الهلالية اعتراضية :
- اسم الاختبار: اختبار الركل الجوانب بالمسير .
- هدف الاختبار: قياس مهارة الركلة مستوى الاضلاع .
- أدوات الاختبار: ساحة طولها لا تقل عن (10م) ، رسم عرضه (60 سم) ، شريط لاصق، ساعة توقيت ، صافرة . مضارب عدد (2) .
- طريقة الأداء: من وضع التهيؤ يبدأ بالمختبر عند سماع الصافرة لركل المضرب (يمين يسار) مستوى الاضلاع حتى وصول خط النهاية .
- تعليمات الاختبار :
- 1- رفع مفصل الركبة وعدم إنزال القدم إلى الأرض وركل المضرب من الجوانب يمين يسار حتى وصول خط النهاية .
- (\*) من تصميم الباحث .
- 2- عدد المحاولات لكل مختبر محاولتين وتحسب المحاولة الأفضل .
- التسجيل: يسجل المختبر الزمن المستغرق من نقطة البداية حتى يصل خط النهاية (الزمن/الثانية) .



## 2-5-4 اختبار مهارة الركلة المستقيمة من الخارج إلى الداخل: (\*)

- اسم الاختبار : اختبار ركل من الأعلى على الرأس .
- هدف الاختبار قياس سرعة ركلة مستوى الرأس .
- أدوات الاختبار ساحة طولها لا تقل عن (12م) شريط لاصق ، مضرب مربع قبضتان ، ساعة توقيت ، صافرة .
- طريقة الأداء : يقف المختبر خلف خط البداية وضع التهيؤ عن سماع الصافرة يقوم بركل المضرب رفع القدم إلى أعلى منطقة في الجسم منطقة (الرأس) حتى وصول خط النهاية .
- تعليمات الاختبار :

- 1- التأكد على المختبر القدم من الخارج إلى الداخل أثناء ركل المضرب
- 2- السرعة في الأداء .
- 3- عدد المحاولات لكل مختبر محاولتين وتحسب المحاولة الأفضل .

- التسجيل :يسجل المختبر الزمن المستغرق من بداية حتى وصول خط النهاية (الزمن /الثانية ) .

## 2-6 التجربة الاستطلاعية :

التجربة الاستطلاعية وهي "استطلاع الظروف المحيطة بالظاهرة التي يرغب الباحث في دراستها وهي الكشف عن الحلقات الغامضة ، و دراسة تجريبية أولية مصغرة تدريبية لتنقيح الإجراءات الميدانية قبل الخوض في جميع المعلومات ,وتعتبر من الوسائل المهمة والضرورية جدًا في تنفيذ البحوث ومنها يتعرف الباحث":- (ابراهيم،2002،95) .

- 1- الإيجابيات والسلبيات .
- 2- التعرف على الفترة الزمنية لتنفيذ التجربة .
- (\*) من تصميم الباحث .
- 3- معرفة الصعوبات والمعوقات .
- 4- ملائمة العينة واستجابتها للتجربة والاختبارات .
- 5- التأكد من كفاءة فريق العمل .

تم إجراء التجربة الاستطلاعية في يوم الثلاثاء الموافق 2025/1/21 في تمام الساعة الثالثة ظهراً في قاعة نادي الكهرباء الرياضي اختبار السرعة الحركية وكذلك الاختبارات المهارية على عينة بلغ عددها



(5) لاعبين وبعدها قام الباحث بإعادة إجراء الاختبارات في الساعة الثالثة ظهرًا من يوم الأحد الموافق 2015/1/26 أُجريت الاختبارات على العينة الاستطلاعية نفسها وتحت الظروف نفسها.

## 2-7 الأسس العلمية للاختبارات

الصدق :

يعدُّ الصدق من الصفات المهمة التي يجب أن يتصف بها الاختبار الجيد ، ويعد الصدق "الدقة التي تقيس بها الاختبار والغرض الذي وضع هذا الاختبار من أجله" ، (كناش ، 2002 ، 149) . استعمل الباحث صدق المضمون وصدق المحتوى حيث اتفق الخبراء والمختصين (\*) ، الذين اطلعوا على الاختبارات بأنّها مطابقة و لقياس ما وضعت لأجله .

ثبات الاختبار :

من أجل استخراج العامل الثاني من الأسس العلمية للاختبارات البدنية لأبْد من تطبيق مبدأ الثبات إذ يعد الثبات "هو القيمة المعبرة على مدى دقة الاختبار في استخراج نتائج ثابتة إذا تكرر الاختبار أكثر من مرة على العينة نفسها ليعطي نتائج متقاربة" (الخولي، 1998، 227 ) .  
(\*) انظر ملحق (1) .

الموضوعية :

يقصد بها "التحرر من التحيز والتعصب وعدم إدخال العوامل الشخصية فيما يصدر من الباحث من أحكام"

أو هو أن يتصف الاختبار بموضوعية عالية عندما يعطي النتائج نفسها مهما اختلف المقيمون ، وعلى الرغم من اختبار البحث هي اختبارات لها شروط محددة وواضحة ولا يظهر فيها تحيز ذاتي إلا إنَّ الباحث قام بوضع محكمان (\*) ، لتسجيل درجات الاختبار ومن ثم إيجاد معامل الارتباط بينهما والجدول (2) يبين ذلك.

جدول (2) يبين معامل الثبات والموضوعية للاختبار

ت	الاختبارات	معامل الثبات	معامل الموضوعية
1	السرعة الحركية	0.84	0.87
2	اختبار مهارة الركلة الأمامية (الدبل)	0.81	0.85
3	اختبار مهارة الركلة الهلالية اعتراضية	0.86	0.88
4	اختبار مهارة الركلة المستقيمة من الخارج إلى الداخل	0.81	0.83



## 2-8 التجربة الرئيسية :

بعد إجراء التجربة الاستطلاعية للاختبارات قام الباحث بتطبيق الاختبارات على عينة البحث في قاعة نادي الكهرباء الرياضي ، يوم الخميس الموافق 2025/1/30 في الساعة الثالثة ظهراً ، وتم إدارة الاختبارات بإشراف الباحث وفريق العمل المساعد (\*) ، على وفق الإجراءات الآتية .

- شرح مفردات الاختبار وشروط أداء المهارة المطلوبة .

- إعطاء فترة إحماء كافية لعينة البحث (10 دقائق) .

## 2-9 الوسائل الإحصائية :

استعمل الباحث الحقيبة الإحصائية (spss) لمعالجة البيانات وإظهار النتائج .

- الوسط الحسابي .

- الانحراف المعياري .

- الوسيط .

- معامل الارتباط البسيط .

## 3- عرض النتائج وتحليلها :

3-1 عرض نتائج الاختبارات التي استخدمت في البحث والتي خضعت لها عينة البحث لمعرفة درجات الاختبارات .

جدول (3) يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط لمتغيرات البحث

الوسيط	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الوحدات	المتغيرات
0.91	0.38	0.77	ثانية	السرعة الحركية
0.93	0.41	0.80	ثانية	اختبار مهارة الركلة الأمامية (الدبل)
0.97	0.44	0.83	ثانية	اختبار مهارة الركلة الهلالية اعتراضية
0.85	0.40	0.82	ثانية	اختبار مهارة الركلة المستقيمة من الخارج إلى الداخل

من خلال جدول (3) يتضح لنا أن اختبار السرعة الحركية حصل على وسط حسابي قدره (0.77) و انحراف معياري قدره (0.38) و وسيط قدره (0.91) ، بينما مهارة الركلة الأمامية حصل على متوسط حسابي قدره (0.80) وانحراف معياري قدره (0.41) والوسيط (0.93) حصل مهارة الركلة



الهلالية اعتراضية على متوسط حسابي قدره (0.83) وانحراف معياري قدره (0.44) والوسيط (0.97) حصل مهارة الركلة المستقيمة من الخارج إلى الداخل على متوسط حسابي قدره (0.82) وانحراف معياري قدره (0.40) والوسيط (0.85) .

جدول (4) يبين الارتباطات بين متغيرات الدراسة واختبار السرعة الحركية

المتغيرات	(T) المحسوبة	نسبة الخطأ	الدلالة
السرعة الحركية	0.79	0.03	معنوي
مهارة الركلة الأمامية (الدبل)	0.85	0.02	معنوي
مهارة الركلة الهلالية اعتراضية	0.81	0.01	معنوي
مهارة الركلة المستقيمة من الخارج إلى الداخل	0.86	0.3	معنوي

من خلال جدول (4) إن معامل الارتباط بين متغيرات المبحوثة، السرعة الحركية حصل على ارتباط قدره (0.79) وكذلك حصل على مهارة الركلة الأمامية (الدبل) وعلى معامل ارتباط قدره (0.85) بينما حصل مهارة الركلة الهلالية اعتراضية على معامل ارتباط قدره (0.81) ، وكذلك مهارة الركلة المستقيمة حصل على معامل ارتباط قدره (0.86) ، وأما الخطأ في نسبة السرعة الحركية (0.03) نسبة وخطأ مهارة الركلة الأمامية (0.02) نسبة ، وخطأ مهارة الركلة الهلالية (0.01) نسبة، خطأ مهارة الركلة المستقيمة (0.03) نسبة ، حيث كانت جميع القيم ذات دلالة معنوية عالية .

الجدول (5) يبين قيمة السرعة الحركية المساهمة مع بعض المهارات الفرعية ونسبة مساهمتها

المتغير المستقل	المتغير التابع	نسبة المساهمة
السرعة الحركية	مهارة الركلة الأمامية (الدبل)	0.778
	مهارة الركلة الهلالية اعتراضية	0.812
	مهارة الركلة المستقيمة من الخارج إلى الداخل	0.798

### 2-3 المناقشة النتائج :

من خلال الجدول (5) يتبين إن قيمة المعاملات ونسبة مساهمة متغيرات السرعة الحركية قد ساهم في مهارة الركلة الأمامية الدبل، (0.778) وكذلك ساهم في مهارة الركلة الهلالية اعتراضية (0.812) ، أما مساهمة الركلة المستقيمة من الخارج إلى الداخل ، (0.798) ، ويعزو الباحث إن



هذه العلاقات الارتباطية ونسبة المساهمة المعنوية لبعض المهارات الفرعية بالتايكواندو إلى أهمية ودور السرعة الحركية وهي أحد عوامل الأداء الناجح في الكثير من الأنشطة الحركية ، ويمكن قياس السرعة الحركية باستخدام بعض الاختبارات التي تقيس سرعة أداء مهارة حركية معينة أو سرعة أداء، (موسى، 2009 ، 123) . والسرعة الحركية ذات أهمية كبيرة في رياضة التايكواندو؛ لأنها تحدد نتيجة المباراة للاعب الأسرع القادر على الحصول على نقاط أكثر، كما تمكن السرعة للاعب التايكواندو من الوصول إلى اللاعب المنافس وتلافي الهجوم المضاد والحركات البديلة ، وتمكنه من الرد على الحركات الهجومية والوصول إلى المنافس عن طريق الهجوم المضاد (زهران ، 2004 ، 94) . ويعزو الباحث أن السرعة الحركية هي قدرة اللاعب على أداء حركي سريع يمكنه من الوصول إلى المنافس لإحراز النقاط في أقل زمن ممكن، (محمود، 2010 ، 116) . ولأن رياضة التايكواندو تعتمد على مهارات القدم (الركلات) وهذا ما يميزها عن بقية رياضات الدفاع عن النفس وهذا يعني أن السرعة الحركية تساهم بشكل أكبر وفعال في المهارات الهجومية الفرعية لرياضة التايكواندو .

#### 4- الاستنتاجات والتوصيات :

##### 4-1 الاستنتاجات :

- 1- إن السرعة الحركية ترتبط بعلاقة دالة مع المهارات الفرعية المبحوثة .
- 2- تمتلك العينة مستوى جيد في السرعة الحركية من خلال أداء المهارات في الاختبارات بشكل عالي وواضح عبر الدرجات المقروءة.

##### 4-2 التوصيات :

- 1- من الضروري إجراء مسح لجميع المهارات غير المبحوثة وتطبيقها على قدرات حركية اخرى .
- 2- ضرورة اهتمام مدربي الفنون القتالية وبالخصوص (التايكواندو) في بغداد والمحافظات بالمهارات الفرعية والهجومية ، وكذلك المركبة لمعرفة نسبة مساهمة الصفات البدنية والحركية الاخرى .



## المصادر :

- 1- صبر، محمود عبد الواحد ؛ (2007) ، طريق نحو الحزام الاسود في رياضة ، مطبعة نداء السلام ، بغداد .
- 2- صالح ، محمود شكر ؛(2019) ، الاسس العلمية في التدريب التايكواندو ، دار نون للطباعة والنشر ، بغداد.
- 3- الكاظمي ، ظافر هاشم ؛(2012) ، التطبيقات العلمية لكتابة الرسائل و الأطاريح التربوية والنفسية ، دار الكتب والوثائق ، بغداد .
- 4- محجوب ، وجيه ، & احمد بدري ؛(2002)، البحث العلمي ، مطبعة التعليم العالي والبحث العلمي ، بغداد.
- 5- الطرفي ، علي سلمان عبد ؛(2013) ، الاختبارات التطبيقية في التربية الرياضية ،مكتبة النور ، بغداد.
- 6- ابراهيم ، مروان عبد المجيد ؛(2002) ، طرق ومناهج البحث العلمي في التربية البدنية والرياضية ، الدار العلمية للنشر والتوزيع ، عمان .
- 7- كناش ، يوسف لازم ؛(2002) ، اللياقة البدنية للاعبين كرة القدم ، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع عمان.
- 8- الخولي ، أمين انور ؛(1998) ، التربية الرياضية دليل معلم الفصل وطالب التربية الرياضية، دار الفكر العربي ، القاهرة.
- 9- موسى ، ماجد علي ؛(2009) التدريب الرياضي الحديث، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ،عمان .
- 10- زهران ، احمد سعيد ؛(2004) ، التايكواندو ، دار الكتب ، القاهرة .
- 11- الفرطوسي ، عبد علي عبيد ؛(2004) استخدام ارتفاعات مختلفة من الصناديق في تنمية القدرة الانفجارية وأثرها في تحسين المستوى الرقمي في القفز العالي طريقة فوسبري فلوب ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية جامعة بغداد ، بغداد .
- 12- محمود ، موفق اسعد ؛(2010) ، التايكواندو ، ط1 ، دار العرب للدراسات والنشر والترجمة ، سوريا .



## ملحق (1)

المقابلات الشخصية وآراء الخبراء والمختصين التي أجراها البحث

ت	الاسم	الاختصاص	مكان العمل
1	أ.د. محمود شكر صالح	قياس واختبار- تايكواندو	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة الموصل
2	أ.د. علي سلمان عبد	قياس واختبار- مصارعة	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة المستنصرية
3	أ.م.د. خالد محمود احمد	تدريب - تايكواندو	كلية العلوم السياحة - جامعة المستنصرية
4	محمد عبد الرضا	مدير فني - تايكواندو	مدرب نادي الكهرباء- اتحاد المركزي لتايكواندو
5	فالح مهدي مخيف	تايكواندو	رئيس لجنة الحكام - تايكواندو

## ملحق (2)

الحكمان الأسس العلمية للاختبارات (الموضوعية)

الاسم	الاختصاص	مكان العمل
استاذ فالح ناعم فالح	مشرف فني - اختبارات - تايكواندو	نادي امانة بغداد الرياضي
استاذ محمد كيكان معيلو	مدرب - اختبارات - تايكواندو	نادي الكهرباء الرياضي .

## ملحق (3)

فريق العمل المساعد

ت	الاسم	الاختصاص	مكان العمل
1	أ.م. عباس علي لفته	فسلجة تدريب	تدريسي كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة الجامعة - الجامعة المستنصرية
2	السيد فاضل عباس جاسم	مشرف فني - تايكواندو	الاتحاد المركزي لتايكواندو
3	السيد محمد عبد الرضا	مدرب - تايكواندو	نادي الكهرباء الرياضي