

الفصل الأول

- ٠/١ المقدمة.
- ١/١ تقديم.
- ٢/١ مشكلة البحث وأهميته.
- ٣/١ أهداف البحث.
- ٤/١ فروض البحث.
- ٥/١ المصطلحات المستخدمة في البحث.

١/٠ المقدمة:

١/١ تقديم:

✓ يعد البحث العلمى سمة من سمات هذا العصر والدعامة الأساسية لانطلاق أى مجال من مجالات الحياة فى ظل عصر التقدم العلمى والتكنولوجى فقد استعانت به الدول المتقدمة فى حل العديد من المشكلات المرتبطة بكافة المجالات بوجه عام والمجال الرياضى على وجه الخصوص حيث عملت هذه الدول على التوجيه الأمثل لمواردها البشرية والمادية لإعداد الفرق واللاعبين على أسس علمية حتى تستطيع تحقيق أفضل النتائج فى الدورات والبطولات العالمية والارتقاء بمستوى الحركة الأدمية - الإنسانية - إلى أعلى مستوى ممكن من الإبداعية والمثالية فى الأداء الحركى الرياضى.

ولقد أدرك القادة الرياضيون أهمية البحث العلمى فى الحصول على معلومات ونتائج موثوق بها للمساهمة فى تطوير برامج الإعداد الرياضى والتخطيط العلمى الناجح المبني على أسس ومبادئ علمية تساعد القائمين على عملية التدريب الرياضى على الفهم والاستيعاب الجيد لطبيعة العملية التدريبية بما تحتويه هذه العملية من متغيرات بدنية ومهارية ونفسية يتأسس عليها الوصول بالفرد الرياضى إلى أعلى مستوى رياضى ممكن.

وتعتبر عملية التدريب الرياضى بما تشمل من أهداف وواجبات ووسائل وطرق تدريب وتقنين للأحمال التدريبية على أسس علمية هى السبيل إلى رفع مستوى الأداء الرياضى والوصول بالفرد إلى مستوى المنافسة وتحقيق أفضل النتائج على المستوى العالمى.

ويرى "أبو العلا عبد الفتاح" ١٩٩٧م أن التدريب الرياضى هو الجزء الأساسى من عملية إعداد الرياضى باعتباره العملية البدنية التربوية الخاصة والقائمة على استخدام التمرينات البدنية بهدف تطوير مختلف الصفات اللازمة للرياضى.

(١٣:٢)

✓ كما يشي "عصام عبد الخالق" ٢٠٠٣م إلى أن الإعداد البدنى أحد واهم واجبات التدريب الرياضى والذى يعمل على تنمية وتحسين حالة الفرد البدنية والحركية لإنجاز متطلبات النشاط الرياضى فى عملية التدريب والمنافسة بأقل مجهود بدنى مع القدرة على سرعة استعادة الشفاء والعودة إلى الحالة الطبيعية للفرد. (١٢: ٣٨)

(٣)

ويؤكد "محمد علاوى" ١٩٩٠م على أهمية تنمية الصفات البدنية الضرورية لنوع النشاط الرياضى الذى يتخصص فيه الفرد على أن ترتبط ارتباطاً وثيقاً بعملية تنمية المهارات الحركية إذ لن يستطيع الفرد الرياضى إتقان المهارات الحركية الأساسية فى حالة افتقاره للصفات البدنية الخاصة بنوع النشاط الرياضى الذى يمارسه. (٨١، ٨٠: ٥٠)

وتعد رياضة الكاراتيه أحد الأنشطة الرياضية التى لها متطلبات خاصة تميزها عن غيرها من الأنشطة الرياضية الأخرى، وتوافر هذه المتطلبات لدى ممارسيها يتيح لهم فرصة أكبر لإستيعاب وإتقان المهارات الحركية التى تعد أحد الدعائم الواجب توافرها للوصول إلى المستويات العليا. (٣: ٢٤)

ويتفق كل من "سامح الشبراوى، أحمد عبد القادر" ٢٠٠٤م على أن رياضة الكاراتيه إحدى الأنشطة التنافسية التى تسعى إلى تنمية الصفات البدنية والمهارات الحركية واكتساب السمات الشخصية بهدف التنمية الشاملة للممارسين، وفيها ترتبط مصادر الإعداد البدنى والإعداد المهارى للاعب بشكل واضح، ولذلك فالقدرات البدنية ومكونات الأداء الفنى الجيد ودرجة إتقانه تبرز فى صورة مركبة ومتراطة، حيث ترتبط فعالية تحسن مستوى الأداء المهارى بعملية التناسق لإتقان فن الأداء مع طرق تدريب القدرات البدنية الخاصة. (٨٨: ٢٦)

كما يشير "أحمد إبراهيم" ١٩٩٥م إلى أهمية ارتباط القدرات البدنية بطبيعة الأداء المهارى فى النشاط الرياضى التخصصى للاعب، حيث أن الطابع المميز للمهارات الحركية الأساسية لنوع النشاط الرياضى التخصصى هو الذى يحدد نوعية القدرات البدنية اللازمة والتى يجب تنميتها وتطويرها. (٢٦٦: ١٢)

ويؤكد "حنفى مختار" ١٩٩٨م على العلاقة الوثيقة بين الحالة البدنية والحالة المهارية حيث يذكر أن الحالة البدنية هى القاعدة الأساسية التى تبنى عليها الحالة المهارية وأن الحالة البدنية الممتازة للاعبين خاصة فى المنافسات تؤثر بدرجة كبيرة فى الأداء المهارى من حيث دقة وإتقان المهارات الحركية. (٦٨، ٦٧: ٢٢)

(٤)

ويذكر "عصام حلمى ومحمد بريقع" ١٩٩٧م نقلاً عن سنجر *Singer* أن الخصائص البدنية ذات أهمية قصوى للتفوق فى الأداء المهارى للمهارات الحركية المكونة للنشاط التخصصى كما أنها تسهم بشكل فعال فى تطوير أداء تلك المهارات. (٣٥:٣٤١)

أويرى الباحث أن التدريب المقنن والموجه لتطوير المكونات البدنية الخاصة للاعبين إنما يمكنهم من اكتساب مميزات أكثر لأداء العديد من المهارات الحركية الهجومية الدفاعية وبالتالي الجمل الحركية (الكاتا)، كما أن الأعداد الجيد هو حجر الزاوية للتنافس والوصول إلى المستوى الرياضى العالى والذى يتأسس على العمل التدريبي الشاق والطريقة المميزة للتدريب أثناء فترة الإعداد.

أويتفق كل من "فرانك كورزيل" *Frank Kurzel*، بيتر وستل *Petr wastel* ١٩٩٨م على أن تطوير الصفات البدنية الضرورية للنشاط الرياضى التخصصى يسمح بظهور أفضل وأحسن مستوى أداء المهارات الحركية. (٨٢:٩١)

٢/١ مشكلة البحث وأهميته.

أيشير "أحمد إبراهيم" ١٩٩٥م إلى أهمية ارتباط القدرات البدنية بطبيعة الأداء المهارى فى النشاط التخصصى للاعب، كما أن الطابع المميز للمهارات الحركية الأساسية لنوع النشاط التخصصى هو الذى يحدد نوعية القدرات البدنية اللازمة والتي يجب تنميتها وتطويرها ويفضل تنمية القدرات البدنية الخاصة بالنشاط من خلال استخدام الأداء الحركى لتمرينات مشابهة لطبيعة الأداء الحركى لتلك الحركات الأساسية. (١٢:٢١٦)

أويرى الباحث أن رياضة الكاراتيه إحدى الرياضات النزالية التى يحتاج لاعبوها إلى امتلاك العديد من المكونات البدنية والمهارات الحركية الدفاعية والهجومية والتي تحتاج إلى درجة عالية من القدرة والسرعة والمرونة والتوافق والرشاقة والتحمل الخاص حتى يمكن تنفيذ الواجبات الحركية أثناء عمليتى التدريب والمنافسة بكفاءة عالية.

وتتضمن رياضة الكاراتيه نوعين من المسابقات ولكل مسابقة خصائصها ومتطلباتها الخاصة بها وفقاً لطبيعة الأداء وشروط المنافسة واعتماداً على القانون الدولى المنظم لمسابقات الكاراتيه.