

الفصل الرابع

عرض النتائج ومناقشتها

- عرض النتائج :
- عرض نتائج الفرض الأول .
- عرض نتائج الفرض الثاني .
- عرض نتائج الفرض الثالث .
- مناقشة النتائج :
- مناقشة الفرض الأول .
- مناقشة الفرض الثاني .
- مناقشة الفرض الثالث .

- عرض ومناقشة النتائج

أولاً: عرض النتائج

١- عرض نتائج الفرض الاول :

وتتضح نتائج الفرض الاول من جدولى (٢٠) ، (٢١) :

جدول (٢٠)

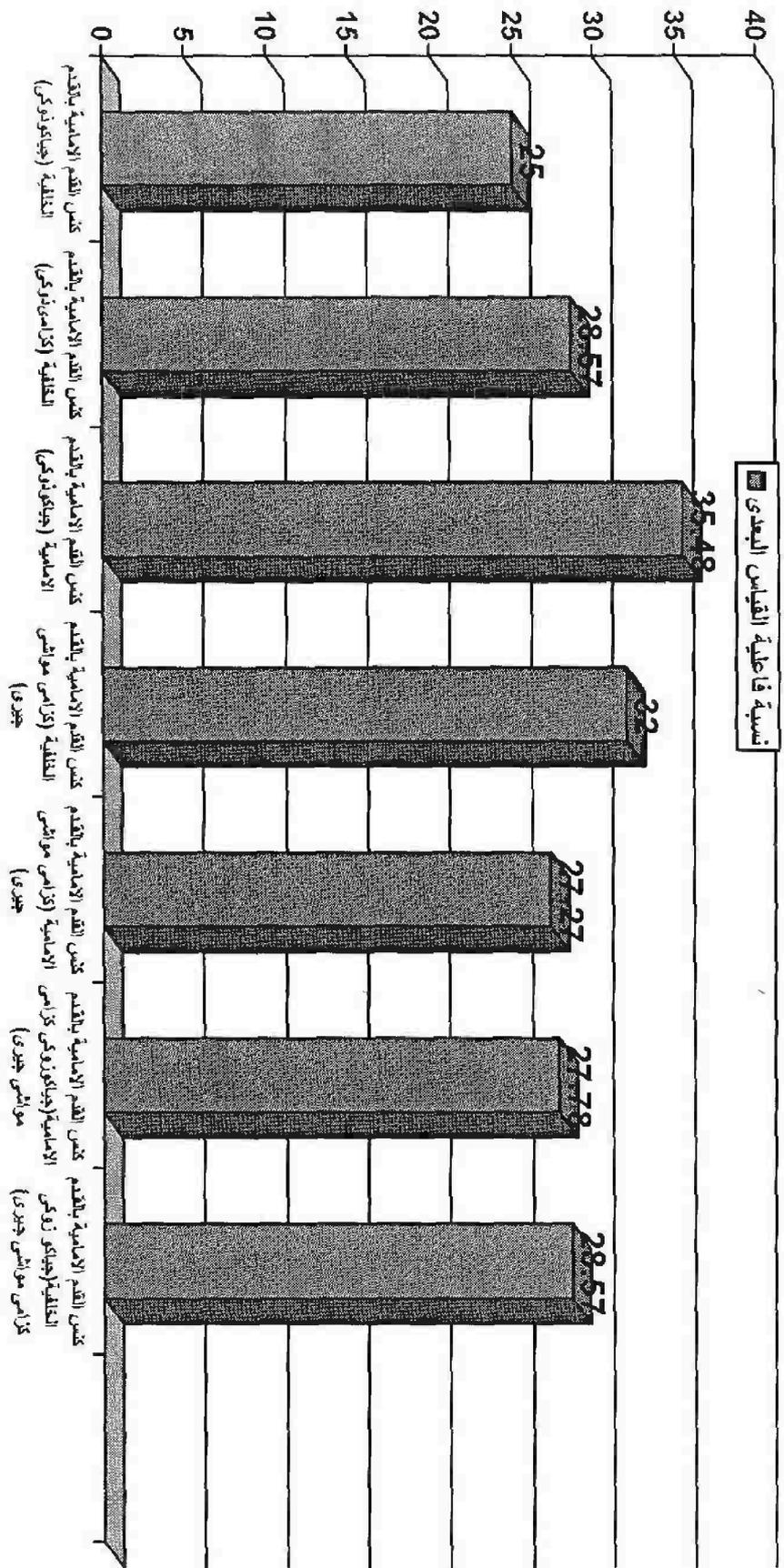
القياس البعدى للمجموعة التجريبية فى فاعلية الاداء المهارى للكنس

من خلال ثلاث مباريات لكل لاعب

ن = ١٥

م	المتغيرات	القياس البعدى	
		عدد	نسبة الفاعلية
١	كنس القدم الامامية بالقدم الخلفية (جياكونوكى)	٣	%٢٥,٠٠
		٩	%٧٥,٠٠
٢	كنس القدم الامامية بالقدم الخلفية (كزامى نوكى)	٦	%٢٨,٥٧
		١٥	%٧١,٤٣
٣	كنس القدم الامامية بالقدم الامامية (جياكونوكى)	١١	%٣٥,٤٨
		٢٠	%٦٤,٥٢
٤	كنس القدم الامامية بالقدم الخلفية (كزامى مواشى حيرى)	٨	%٣٢,٠٠
		١٧	%٦٨,٠٠
٥	كنس القدم الامامية بالقدم الامامية (كزامى مواشى حيرى)	٦	%٢٧,٢٧
		١٦	%٧٢,٧٣
٦	كنس القدم الامامية بالقدم الامامية (جياكونوكى- كزامى مواشى حيرى)	٥	%٢٧,٧٨
		١٣	%٧٢,٢٢
٧	كنس القدم الامامية بالقدم الخلفية (جياكونوكى - كزامى مواشى حيرى)	٤	%٢٨,٥٧
		١٠	%٧١,٤٣

ينتضح من جدول (٢٠) ارتفاع عدد اداء مهارات الكنس خلال المباريات سواء الفعالة أو غير الفعالة لدى افراد المجموعة التجريبية خلال المباريات علما ان فى القياس القبلى لم يتم اداء اى اسلوب كنس سواء فعال او غير فعال ، والشكل (١) يوضح نتائج جدول (٢٠) .



نسبة فاعلية القياس البعدي

شكل (١)

نسبة فاعلية أداء مهارات الكس المتبوعة باللحم والركل قيد البحث للمجموعة التجريبية

جدول (٢١)

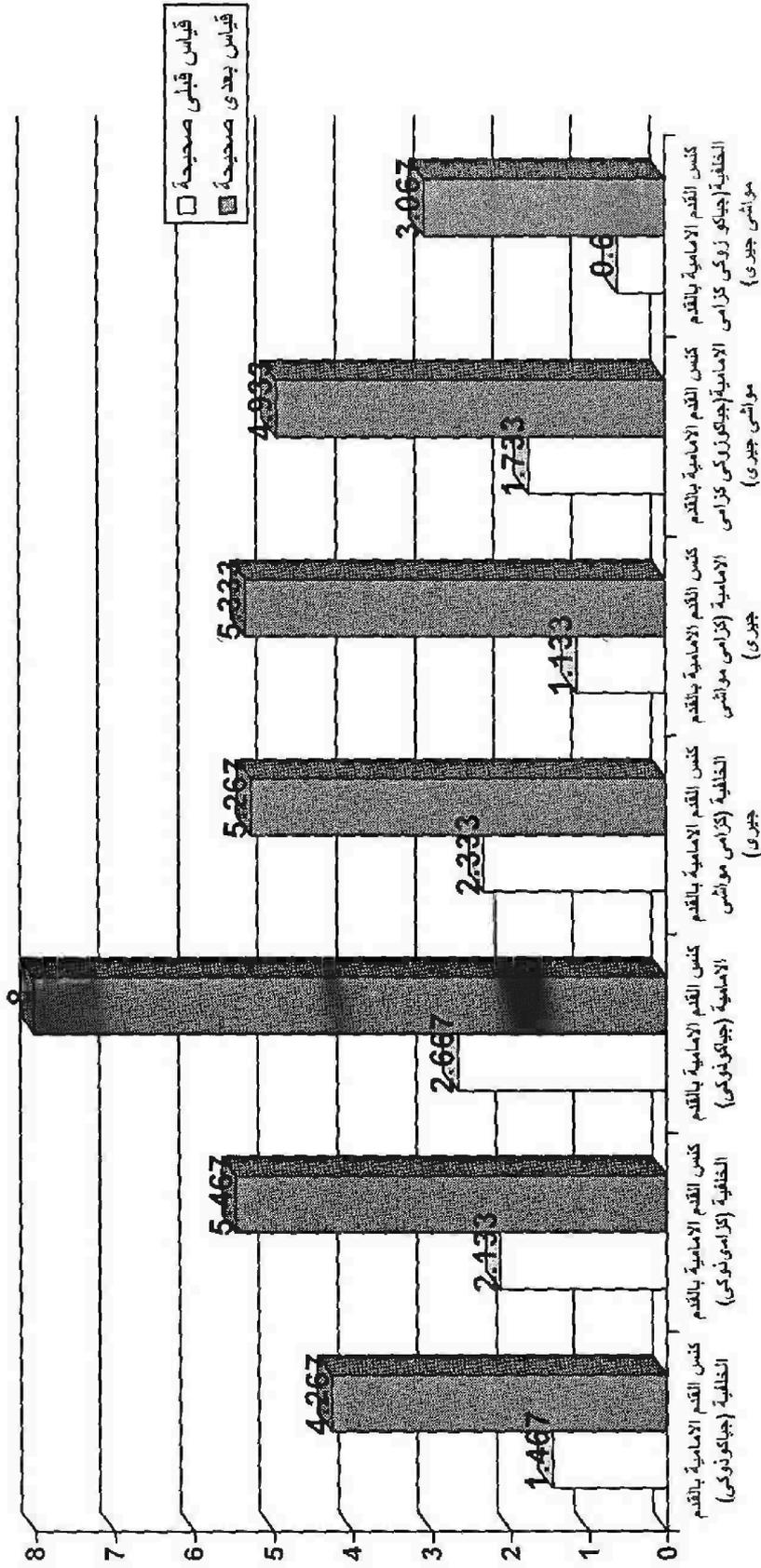
دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في سرعة اداء اساليب الكنس المتبوع باللكم والركل قيد البحث

ن = ١٥

م	المتغيرات	القياس القبلي		القياس البعدي		الفرق بين المتوسطين	قيمة ت
		الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط		
١	كنس القدم الامامية بالقدم الخلفية (جياكو ذوكي) في ١٠ ث	٠,٧٤٣	٤,٢٣٥	٠,٧٠٤	٤,٢٣٥	٢,٧٦٨	*١٦,٠٣٩
٢	كنس القدم الامامية بالقدم الخلفية (كزامي نوكي) في ١٠ ث	١,٠٦٠	٥,٤١٨	١,٥٠٦	٥,٤١٨	٣,٢٨٥	*٩,٢٣٩
٣	كنس القدم الامامية بالقدم الامامية (جياكو نوكي) في ١٠ ث	٠,٨١٦	٨,٠٠٠	١,٣٠٩	٨,٠٠٠	٥,٣٣٣	*١٣,٨٠٧
٤	كنس القدم الامامية بالقدم الخلفية (كزامي مواشي جيرى) في ١٠ ث	١,١٧٥	٥,١٩٤	١,٧١٠	٥,١٩٤	٢,٨٦١	*١١,٠٠٠
٥	كنس القدم الامامية بالقدم الامامية (كزامي مواشي جيرى) في ١٠ ث	٠,٩٩٠	٤,٦٨٢	١,٣٤٥	٤,٦٨٢	٣,٥٤٩	*٦,٠٣٩
٦	كنس القدم الامامية بالقدم الامامية (جياكو نوكي - كزامي مواشي جيرى) في ١٠ ث	٠,٧٩٩	٤,٩٣٣	١,٢٢٣	٤,٩٣٣	٣,٢	*١٣,١٦٩
٧	كنس القدم الامامية بالقدم الخلفية (جياكو نوكي - كزامي مواشي جيرى) في ١٠ ث	٠,٧٣٧	٣,٠٦٧	٠,٧٠٤	٣,٠٦٧	٢,٤٦٧	*١٨,٠٦٥

* قيمة ت الجدولية عند ٠,٠٥ = ١,٧٦١

يتضح من جدول (٢١) وجود فروق دالة احصائياً بين القياس القبلي و القياس البعدي فى سرعة اداء مهارات الكنس قيد البحث للمجموعة التجريبية لصالح القياس البعدي عند مستوى معنوية (٠,٠٥) ، والشكل (٢) يوضح نتائج جدول (٢١) .



شكل (٢)

سرعة اداء اساليب الكس المتنوع باللكم والركل قيد البحث للمجموعة التجريبية

٢- عرض نتائج الفرض الثانى :

وتتضح نتائج الفرض الثانى من جدولى (٢٢) ، (٢٣) :

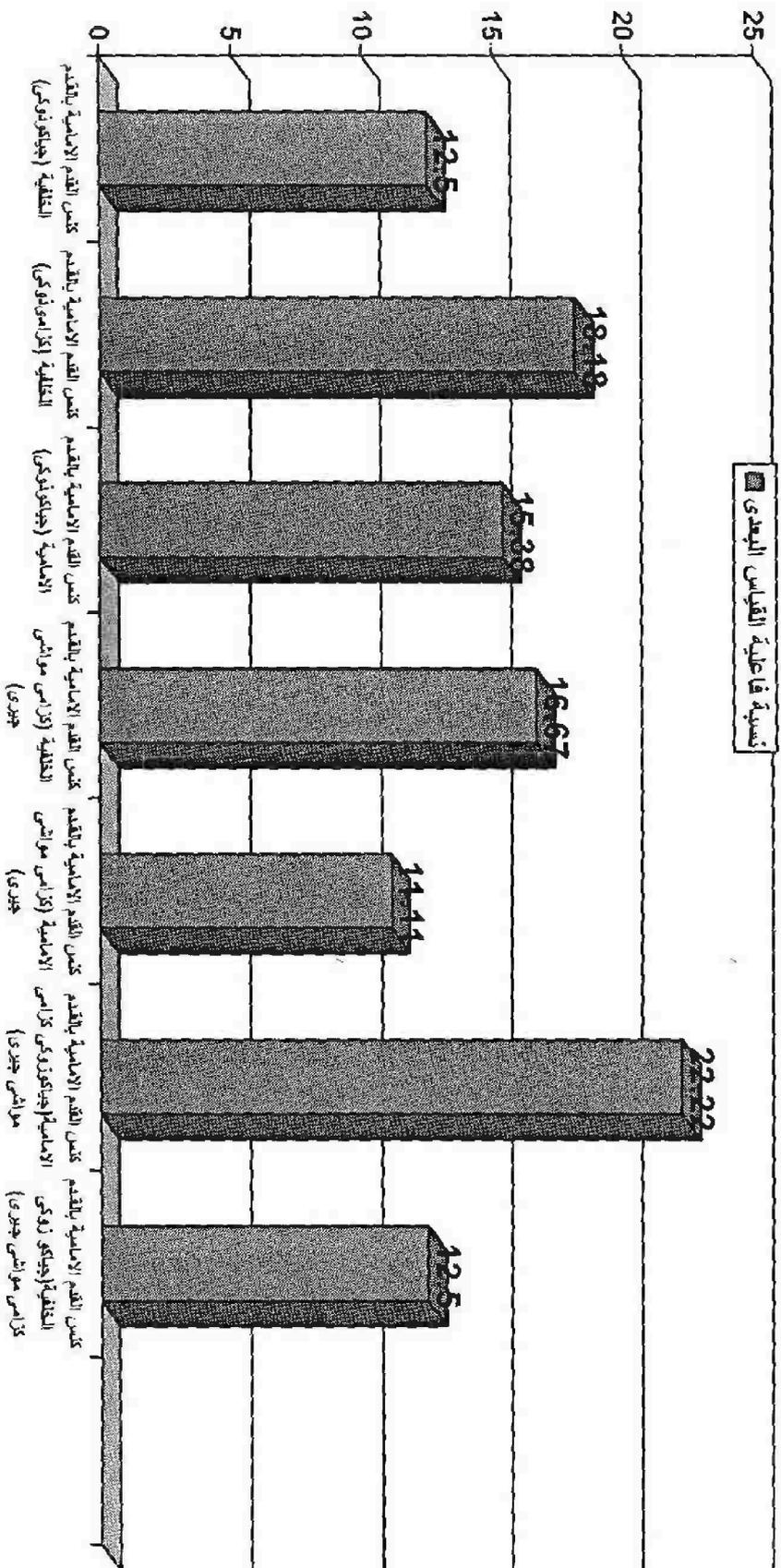
جدول (٢٢)

القياس البعدى للمجموعة الضابطة فى فاعلية الاداء المهارى للكنس
من خلال ثلاث مباريات لكل لاعب

ن = ١٥

م	المتغيرات	القياس البعدى	
		عدد	نسبة الفاعلية
١	كنس القدم الامامية بالقدم الخلفية (جياكونوكى)	١	%١٢,٥٠
		٧	%٨٧,٥٠
٢	كنس القدم الامامية بالقدم الخلفية (كزامى نوكى)	٢	%١٨,١٨
		٩	%٨١,٨٢
٣	كنس القدم الامامية بالقدم الامامية (جياكونوكى)	٢	%١٥,٣٨
		١١	%٨٤,٦٢
٤	كنس القدم الامامية بالقدم الخلفية (كزامى مواشى حيرى)	٢	%١٦,٦٧
		١٠	%٨٣,٣٣
٥	كنس القدم الامامية بالقدم الامامية (كزامى مواشى حيرى)	١	%١١,١١
		٨	%٨٨,٨٩
٦	كنس القدم الامامية بالقدم الامامية (جياكونوكى - كزامى مواشى حيرى)	٢	%٢٢,٢٢
		٧	%٧٧,٧٨
٧	كنس القدم الامامية بالقدم الخلفية (جياكونوكى - كزامى مواشى حيرى)	١	%١٢,٥٠
		٧	%٨٧,٥٠

يتضح من جدول (٢٢) ارتفاع عدد اداء مهارات الكنس خلال المباريات سواء الفعالة أو غير الفعالة لدى افراد المجموعة الضابطة خلال المباريات علما ان فى القياس القبلى لم يتم اداء اى اسلوب كنس سواء فعال او غير فعال ، والشكل (٣) يوضح نتائج جدول (٢٢) .



شكل (٣) نسبة فاعلية أداء اساليب الكس المتنوع باللكم والركل قيد البحث للمجموعة الضابطة

جدول (٢٣)

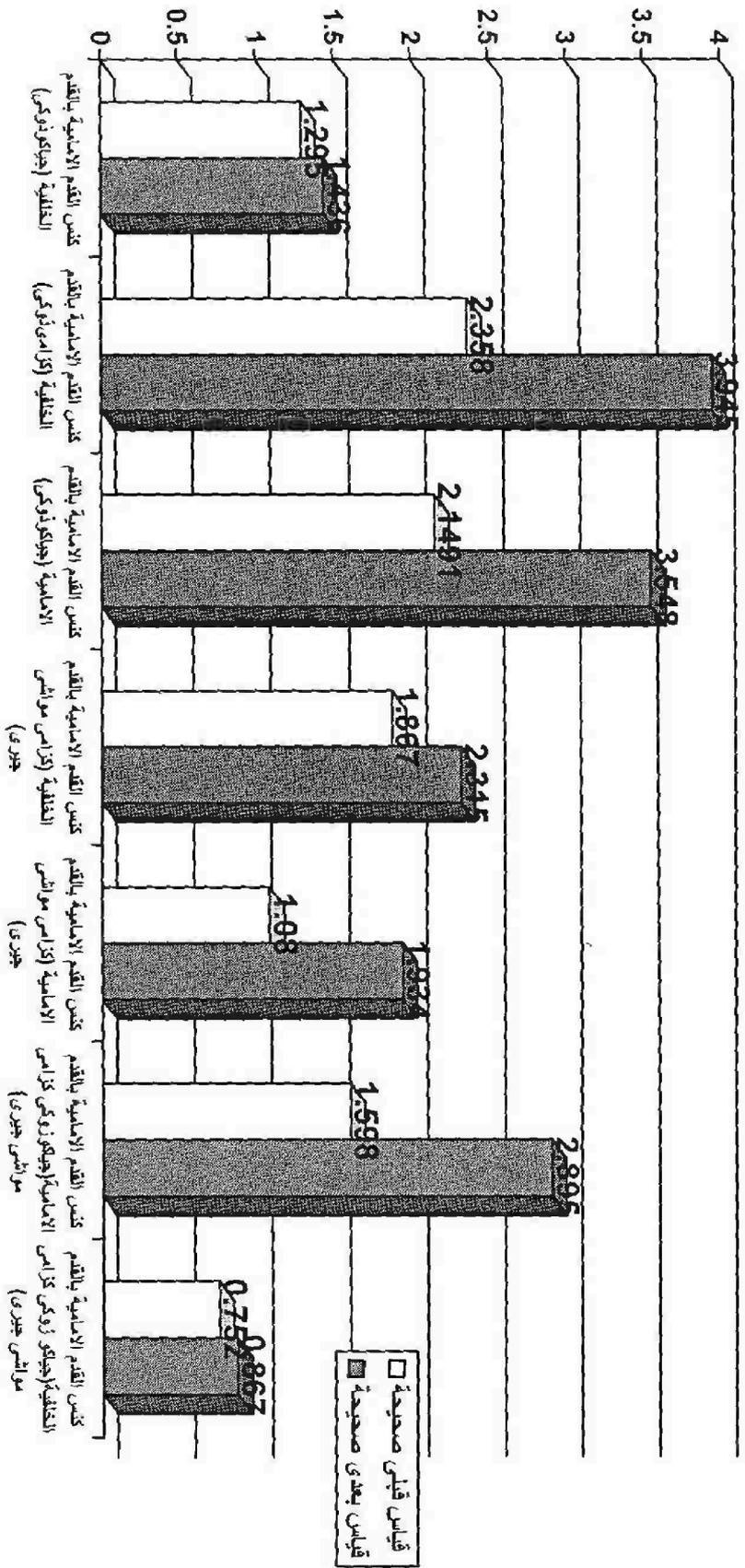
دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في سرعة اداء اساليب الكنس المتبوع باللكم والركل قيد البحث

ن = ١٥

م	المتغيرات	القياس القبلي		القياس البعدي		الفرق بين المتوسطين	قيمة ت
		المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري		
١	كنس القدم الامامية بالقدم الخلفية (جياكو نوكي) في ١٠ ث	١,٢٩٥	٠,٧٠٤	١,٤٣٦	٠,٩٨٥	٠,١٤١	٠,٦٩٥
٢	كنس القدم الامامية بالقدم الخلفية (كزامي نوكي) في ١٠ ث	٢,٣٥٨	٠,٩٧٦	٣,٩٤٥	٠,٩٢٦	١,٥٨٧	*٢,٠٩٢
٣	كنس القدم الامامية بالقدم الامامية (جياكو نوكي) في ١٠ ث	٢,٤٩١	٠,٨٨٤	٣,٥٤٨	١,١٢٥	١,٠٥٧	*٣,٦٧٤
٤	كنس القدم الامامية بالقدم الخلفية (كزامي مواشي جيرى) في ١٠ ث	١,٨٦٧	٠,٨٣٤	٢,٣١٥	١,٣٠٩	٠,٤٤٨	٠,٦١٩
٥	كنس القدم الامامية بالقدم الامامية (كزامي مواشي جيرى) في ١٠ ث	١,٠٠٨	٠,٦٧٦	١,٩٣٤	٠,٦١٤	٠,٨٥٤	١,٢٥٤
٦	كنس القدم الامامية بالقدم الامامية (جياكو نوكي - كزامي مواشي جيرى) في ١٠ ث	١,٥٩٨	٠,٦٤١	٢,٨٩٥	٠,٨٣٤	١,٢٩٧	*١,٨٧١
٧	كنس القدم الامامية بالقدم الخلفية (جياكو نوكي - كزامي مواشي جيرى) في ١٠ ث	٠,٧٥٢	٠,٤٩٤	٠,٨٦٧	٠,٧٥٢	٠,١١٥	١,٠١٤

* قيمة ت الجدولية عند ٠,٠٥ = ١,٧٦١

يتضح من جدول (٢٣) وجود فروق دالة احصائياً بين القياس القبلي و القياس البعدي فى المتغيرات المهارية قيد البحث للمجموعة الضابطة لصالح القياس البعدي عند مستوى معنوية (٠,٠٥) ، والشكل (٤) يوضح نتائج جدول (٢٣) .



شكل (4)

سرعة اداء اساليب الكئس المتبوع بالكئم والركل قئد البئئ للمجموعه الضابطة

٢- عرض نتائج الفرض الثالث :

وتتضح نتائج الفرض الثالث من جدولى (٢٤) ، (٢٥) :

جدول (٢٤)

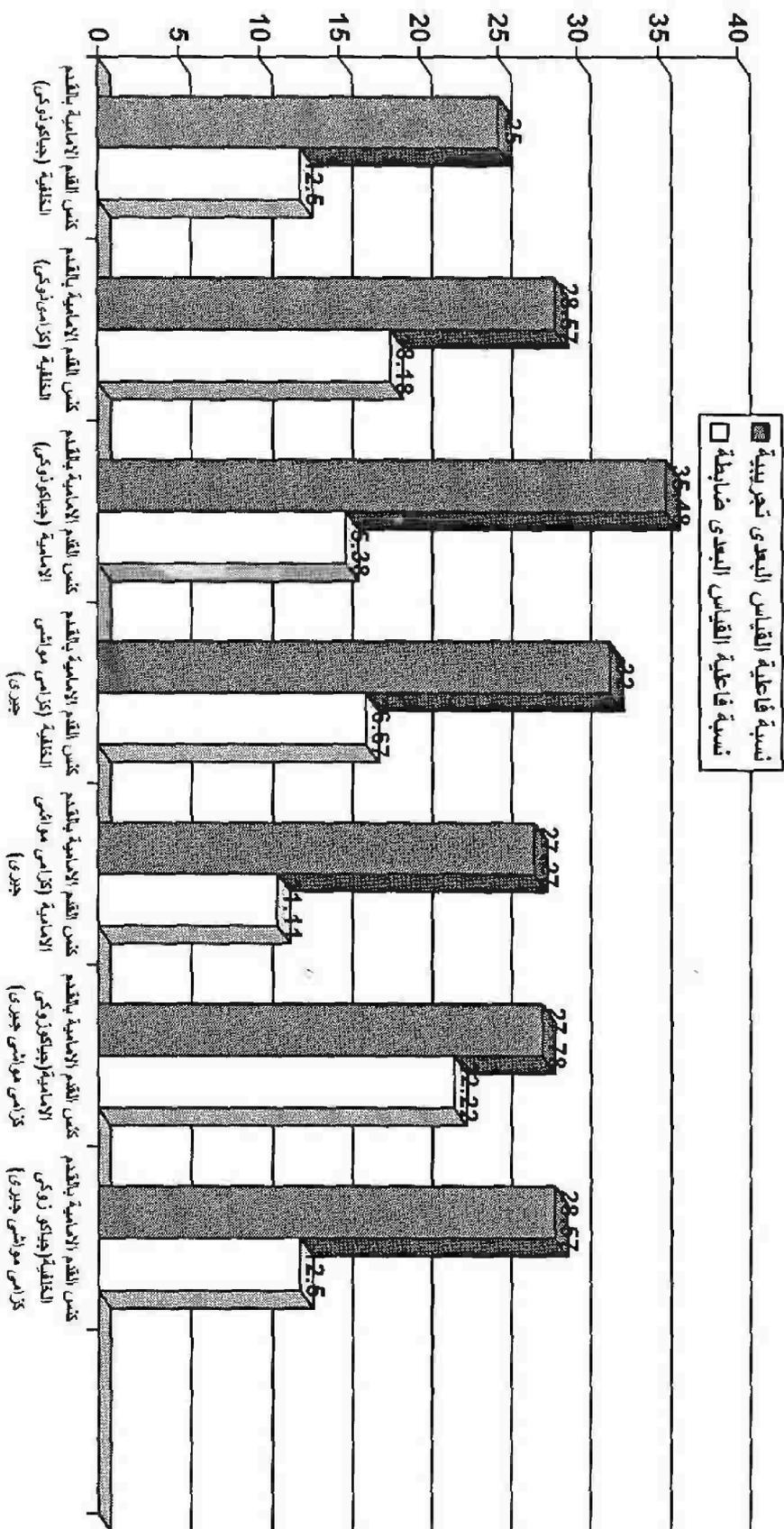
الفرق فى نسبة الفاعلية للقياس البعدى للاداء المهارى للكنس بالمباريات
بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة

$$١٥ = ٢ن = ١ن$$

م	المتغيرات	المجموعة التجريبية		الفرق فى نسبة
		نسبة الفاعلية	المجموعة الضابطة	الفاعلية
١	كنس القدم الامامية بالقدم الخلفية (جياكونوكى)	فعال	%٢٥,٠٠	%١٢,٥٠
		غير فعال	%٧٥,٠٠	%١٢,٥٠-
٢	كنس القدم الامامية بالقدم الخلفية (كزامى ذوكى)	فعال	%٢٨,٥٧	%١٠,٣٩
		غير فعال	%٧١,٤٣	%١٠,٣٩-
٣	كنس القدم الامامية بالقدم الامامية (جياكونوكى)	فعال	%٣٥,٤٨	%٢٠,١٠
		غير فعال	%٦٤,٥٢	%٢٠,١٠-
٤	كنس القدم الامامية بالقدم الخلفية (كزامى مواشى جيري)	فعال	%٣٢,٠٠	%١٥,٣٣
		غير فعال	%٦٨,٠٠	%١٥,٣٣-
٥	كنس القدم الامامية بالقدم الامامية (كزامى مواشى جيري)	فعال	%٢٧,٢٧	%١٦,١٦
		غير فعال	%٧٢,٧٣	%١٦,١٦-
٦	كنس القدم الامامية بالقدم الامامية (جياكونوكى - كزامى مواشى جيري)	فعال	%٢٧,٧٨	%٥,٥٦
		غير فعال	%٧٢,٢٢	%٥,٥٦-
٧	كنس القدم الامامية بالقدم الخلفية (جياكو ذوكى - كزامى مواشى جيري)	فعال	%٢٨,٥٧	%١٦,٠٧
		غير فعال	%٧١,٤٣	%١٦,٠٧-

يتضح من جدول (٢٤) ارتفاع نسبة فعالية اداء مهارات الكنس خلال المباريات لدى افراد

مجموعة التجريبية مقارنة بالمجموعة الضابطة ، والشكل (٥) يوضح نتائج جدول (٢٤) .



شكل (٥)

نسبة فاعلية أداء اساليب الكس المتبوع باللكم والركل قيد البحث في القياس البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة

جدول (٢٥)

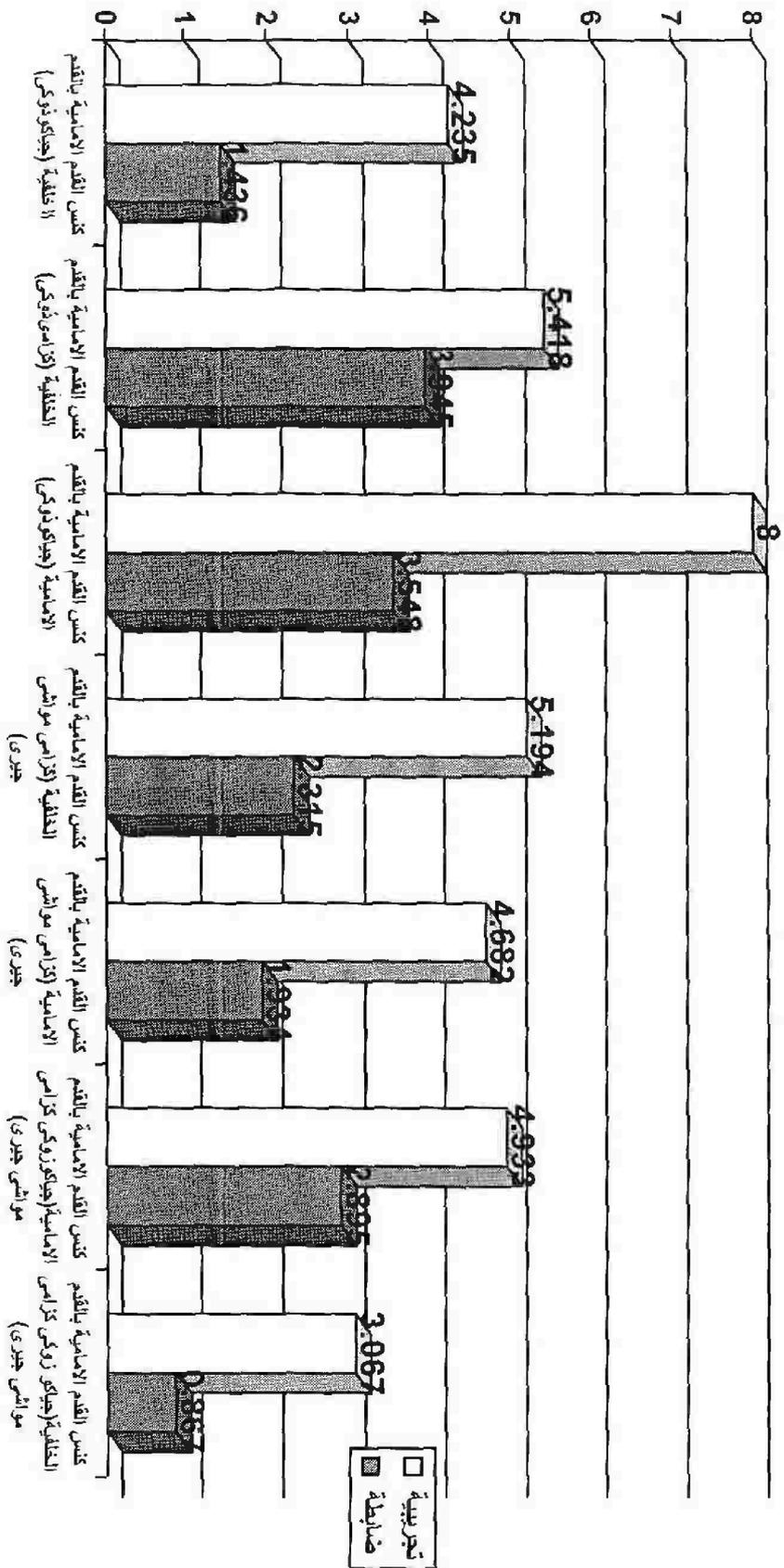
دلالة الفروق بين القياس البعدي للمجموعة التجريبية و القياس البعدي للمجموعة الضابطة في سرعة اداء اساليب الكنس المتبوع باللكم والركل قيد البحث

$$ن = ١ = ٢ = ١٥$$

م	المتغيرات	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		الفرق بين المتوسطين	قيمة ت
		المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري		
١	كنس القدم الامامية بالقدم الخلفية (جياكو نوكي) في ١٠ ث	٤,٢٣٥	٠,٧٠٤	١,٤٣٦	٠,٩٨٥	٢,٧٩٩	*٨,٦٥٠
٢	كنس القدم الامامية بالقدم الخلفية (كزامي نوكي) في ١٠ ث	٥,٤١٨	١,٥٠٦	٣,٩٤٥	٠,٩٢٦	١,٤٧٣	*٣,١١٧
٣	كنس القدم الامامية بالقدم الامامية (جياكو نوكي) في ١٠ ث	٨,٠٠٠	١,٣٠٩	٣,٥٤٨	١,١٢٥	٤,٤٥٢	*٩,٦٥١
٤	كنس القدم الامامية بالقدم الخلفية (كزامي مواشي جيرى) في ١٠ ث	٥,١٩٤	١,٧١٠	٢,٣١٥	١,٣٠٩	٢,٨٧٩	*٥,٠٠٢
٥	كنس القدم الامامية بالقدم الامامية (كزامي مواشي جيرى) في ١٠ ث	٤,٦٨٢	١,٣٤٥	١,٩٣٤	٠,٦١٤	٢,٧٤٨	*٦,٩٥٤
٦	كنس القدم الامامية بالقدم الامامية (جياكو نوكي - كزامي مواشي جيرى) في ١٠ ث	٤,٩٣٣	١,٢٢٣	٢,٨٩٥	٠,٨٣٤	٢,٠٣٨	*٥,١٥١
٧	كنس القدم الامامية بالقدم الخلفية (جياكو نوكي - كزامي مواشي جيرى) في ١٠ ث	٣,٠٦٧	٠,٧٠٤	٠,٨٦٧	٠,٧٥٢	٢,٢٠٠	*٧,٩٩١

* قيمة ت الجدولية عند ٠,٠٥ = ١,٧٦١

يتضح من جدول (٢٥) وجود فروق دالة احصائياً بين معدل تغير المجموعة التجريبية ومعدل تغير المجموعة الضابطة في المتغيرات المهارية قيد البحث للمجموعة التجريبية لصالح القياس البعدي عند مستوى معنوية (٠,٠٥) ، والشكل (٦) يوضح نتائج جدول (٢٥) .



شكل (٦)

معدل تغير المجموعتين التجريبية والضابطة في سرعة اداء اساليب الكفس المتنوع باللحم والركل قيد البحث

ثانيا : مناقشة النتائج

في ضوء النتائج التي توصل إليها الباحث وفي إطار أهداف وفروض البحث ومنهجة والعينة المستخدمة يمكن مناقشة النتائج كالتالي :

- مناقشة الفرض الأول :

يتضح من الجدول (٢٠) ارتفاع عدد أداء مهارات الكنس المتبوع باللكم والركل الفعالة خلال المباريات للمجموعة التجريبية لصالح القياس البعدى علما أن في القياس القبلي لم تؤدي اي أساليب كنس فعالة وغير فعالة .

ويتبين من الجدول (٢١) وجود فروق دالة إحصائيا بين القياس القبلي والقياس البعدى في سرعة أداء أساليب الكنس قيد البحث للمجموعة التجريبية لصالح القياس البعدى عند مستوى معنوية ٠,٠٥ % .

ويعزى الباحث هذه الفروق الدالة إحصائيا بين القياس القبلي والقياس البعدى في المتغيرات المهارية قيد البحث إلى تأثير البرنامج التدريبي المقترح باستخدام التدريبات النوعية وطريقة اعدادة ومراعاة التدرج بالحمل واستخدامة لطريقة التدريب الفترى ، وتشكيل الراحةات البيئية بين التمرينات واستخدامة للأدوات المقننة والمتنوعة والتي أدت إلى تحسن ملحوظ في المستوى المهارى والبدنى ، وأيضا استخدام التدريبات النوعية وتنوعها حتى تشمل كل مهارة داخل الوحدة التدريبية حيث اعتمد البرنامج التدريبي على تمرينات مشابهه لطبيعة الأداء المهارى وفي اتجاه المسار الحركي .

وتتفق هذه النتائج مع رأى احمد إبراهيم وأمر الله البساطى ١٩٩٥ على أن استخدام التدريبات المشابه للأداء ولنوعية النشاط المختار هو الأسلوب الامثل للتقدم بالأداء مع مراعاة إضافة حمل التدريب وتشكيل الراحةات البيئية يؤدي إلى تطوير النواحي الفسيولوجية التي تدخل في تطوير القدرات البدنية . (٥ : ٢٥٩)

وتتفق نتائج هذه الدراسة مع دراسة وجية شمندی ١٩٨٥ في أن استخدام التمرينات الخاصة كان لها تأثير ايجابي على تنمية مستوى الأداء المهارى لصالح القياس البعدى للمجموعة التجريبية . (١٢٨ : ٥٧)

وهذه النتائج تتفق مع احمد إبراهيم ١٩٩٥ أن التدريبات التي تؤدي في ظروف مشابهة للأداء المهارى تعمل على تحسين كل من مستوى الأداء المهارى والبدنى في وقت واحد وتحقق التزامن بين الخصائص البدنية وترقية مستوى الأداء المهارى . (٤ : ٢٥٨ ، ٢٥٩)

واتفقت نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة احمد المهدي ٢٠٠٥ على أن البرنامج التدريبي المقترح باستخدام التدريبات النوعية قد أدى إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي للمجموعة التجريبية لصالح القياس البعدى للمتغيرات البدنية والمهارية . (٢ : ١٤٢)

وتتفق أيضا مع دراسة ياسر دحروج ٢٠٠٠ على أن البرنامج التدريبي المقترح باستخدام التمرينات المشابه للأداء الحركي أثرت بصورة مباشرة على المجموعات العضلية العاملة مما أدى إلى تحسن مستوى الأداء المهارى في القياس البعدى عن القياس القبلي للمجموعة التجريبية . (٦٤ : ١١٧)

بناء على ما سبق يتضح أن الفرض الأول للبحث تحقق والذي ينص على أنه توجد فروق دالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية في فاعلية أداء بعض أساليب الكنس المتبوع باللكم والركل قيد البحث .

- مناقشة الفرض الثاني :

يتضح من الجدول (٢٢) ارتفاع عدد أداء مهارات الكنس المتبوع باللكم والركل الفعالة خلال المباريات للمجموعة الضابطة لصالح القياس البعدى علما أن في القياس القبلي لم تؤدى اى أساليب كنس فعالة وغير فعالة .

كما يتضح من الجدول (٢٣) وجود فروق دالة إحصائيا بين القياس القبلي والقياس البعدى في سرعة أداء أساليب الكنس قيد البحث للمجموعة التجريبية لصالح القياس البعدى عند مستوى معنوية ٠,٠٥ % .

ويرجع الباحث التقدم الحادث في القياس البعدى للمجموعة الضابطة عن القياس القبلي في المتغيرات المهارية إلى البرنامج التقليدي المتبع للمجموعة الضابطة الذي اعتمد بطبيعة الحال على أداء تكرارات أدائية للمهارة مما اثر بدوره على تحسن المستوى المهارى للمجموعة الضابطة نتيجة زيادة التكرارات الحركية للمهارة .

ويتفق ما سبق مع مفتى إبراهيم ١٩٩٦ أن تكرار الأداء الصحيح للمهارة يساعد على الارتقاء بها وان التدريب وإعادة التكرار من شأنها إحداث تحسن وتطوير القوة المنتجة والتحكم الحركي للأداء . (٥١ : ٨٧)

كما اتفقت هذه الدراسة مع دراسة ياسر دحروج ٢٠٠٠ التي أشارت أن البرنامج التقليدي المطبق على المجموعة الضابطة والذي يشتمل على المهارات الحركية قد اثر ايجابيا على تحسن المستوى المهارى لدى المجموعة الضابطة . (٦٤ : ١٠٩)

وتتفق نتائج هذه الدراسة مع دراسة احمد إبراهيم وأمر الله البساطى ١٩٩٥ حيث أشارت إلى أن تدريب الكاراتيه له اثر فعال في تنمية وتطوير الجانب البدنى و المهارى . (٥ : ٥)

وتتفق هذه الدراسة مع دراسة محمود ربيع ٢٠٠٠ ودراسة احمد المهدي ٢٠٠٥ على أن هناك تقدم في مستوى أداء المجموعة الضابطة نتيجة لممارسة البرنامج التقليدي كذلك وجود فروق دالة إحصائيا بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة .
(١٣٤ :٢) ، (٩٠ :٤٩)
واستنادا إلى ما سبق يتحقق الفرض الثاني الذي ينص على أن توجد فروق دالة إحصائيا بين القياس القبلي و البعدي للمجموعة الضابطة في فاعلية أداء بعض أساليب الكنس المتنوع باللكم والركل قيد البحث .

- مناقشة الفرض الثالث :

ويتضح من جدول (٢٤) زيادة نسبة فاعلية أداء أساليب الكنس المتبوع باللكم والركل داخل المباريات لصالح القياس البعدى للمجموعة التجريبية مقارنة بالمجموعة الضابطة .

ويتضح من جدول (٢٥) وجود فروق دالة إحصائياً بين معدل تغير المجموعة التجريبية ومعدل تغير المجموعة الضابطة في سرعة أداء أساليب الكنس المتبوع باللكم والركل قيد البحث للمجموعة التجريبية لصالح القياس البعدى عند مستوى معنوية ٠,٠٥% .

ونلاحظ من نتائج الجدول رقم (٢٤) و (٢٥) مدى التقدم الجوهري الذي احرزته المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في القياس البعدى للمتغيرات المهارية ، وقد يعزى الباحث ذلك إلى طبيعة البرنامج التدريبي المقترح باستخدام التدريبات النوعية والذي خضعت له المجموعة التجريبية وخاصة أن كل من المجموعتين متقاربتين في المستوى في القياس القبلي وخضعت لظروف واحدة خلال التدريب مع اختلاف طبيعة المحتوى التدريبي الخاص بكل من المجموعتين ، حيث استخدمت المجموعة الضابطة الطريقة التقليدية التي تمارس في معظم الأندية المصرية والتي تعتمد على كثرة التكرارات على المهارات الحركية وربما عدم الاهتمام بالتدريب المقنن والموضوع على أسس علمية ، أما المجموعة التجريبية فقد يرجع الباحث نسبة التحسن الملحوظ إلى تأثير البرنامج التدريبي المقترح باستخدام التدريبات النوعية داخل البرنامج حيث اعتمد على التدريبات المشابهة لطبيعة الأداء المهارى وفي اتجاه المسار الحركي ، ومراعاة التدرج بالحمل واستخدام طريقة التدريب الفترى وتشكيل الراحةات البينية بين التدريبات الموضوعية واستخدام الأدوات المقننة مما أدى إلى تحسن ملحوظ في المستوى المهارى (المتغيرات قيد البحث) .

ويتفق هذا مع احمد إبراهيم وأمر الله البساطى ١٩٩٥ أن اختيار التدريبات المشابهة للأداء المهارى والمناسبة لنوع النشاط الممارس هو الأسلوب الامثل للتقدم بالأداء مع مراعاة حمل التدريب وتشكيل الراحةات البينية يؤدي إلى تطوير كلا من المستوى البدنى والمهارى . (٢٥٨ :٥)

ويتفق كلا من احمد إبراهيم وأمر الله البساطي ١٩٩٥ ، وجية شمندی ٢٠٠٢ على أن استخدام التمرينات المشابهة لطبيعة الأداء المهاري يساعد على تطوير المهارات الأساسية في رياضة الكاراتيه . (٥ : ٨) ، (٦٠ : ١٤٨)

وتتفق نتائج هذه الدراسة مع وجية شمندی ١٩٨٥ ، احمد إبراهيم ١٩٩١ ، محمد سعد ١٩٩٩ ، ياسر بحروج ٢٠٠٠ ، عماد السرسى ٢٠٠١ إلى أداء التمرينات الخاصة باستخدام بعض وسائل التدريب من خلال التمرينات المشابهة للأداء الحركي يعد من الوسائل الفعالة في تطوير القدرات الحركية الخاصة وكذلك تحسن مستوى وفاعلية الأداء. (٥٧ : ٢٨٥) ، (٣ : ٥) ، (٤٢ : ٨٨) ، (٦٤ : ١١٤) ، (٣٠ : ٨٥ ، ٨٦)

وتتفق أيضا مع دراسة احمد المهدي ٢٠٠٥ أن التحسن الحادث في المتغيرات البدنية والمهارية للاعبى المجموعة التجريبية نتيجة خضوعهم إلى برنامج التدريبات النوعية مما أدى إلى ارتفاع مستوى الأداء المهاري للاعبين . (٢ : ٩٤)

ويعزى الباحث ذلك أيضا إلى تطبيق مبدأ الخصوصية في البرنامج الذي يؤدي إلى حدوث طفرة كبيرة في مستوى الأداء وفاعلية الكثير من المهارات وتحسين المسار الحركي الصحيح وذلك في أن واحد من خلال التدريب النوعي على المهارة ذاتها والذي يؤدي إلى استثمار طاقات اللاعبين كاملة والاستفادة من وقت التدريب وبالتالي التحسن في مستوى وفاعلية الأداء المهاري للمجموعة التجريبية عن المجموعة الضابطة .

ومما سبق يتحقق الفرض الثالث والذي ينص على أن توجد فروق دالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياسات البعدية في فاعلية أداء بعض أساليب الكنس المتبوع باللكم والركل قيد البحث .