

الفصل الأول

١ / مقدمة البحث

١/١ المقدمة ومشكلة البحث .

٢/١ أهمية البحث .

٣/١ هدف البحث .

٤/١ تساؤل البحث .

٥/١ مصطلحات البحث .

١/١ المقدمة ومشكلة البحث :

انطلاقاً من أن الرياضة هي الركائز الأولى لمجابهة تحديات التنمية والتقدم بشكل عام ولكونها عنصراً هاماً يرفع من كفاءة الإنسان وصحته ، وبالتالي التأثير على مستوى كفاءتها وأدائها في كافة الميادين ، فقد أصبحت الرياضة من العلوم المختلفة ذات القواعد والأسس التي ينطلق منها إلى آفاق التقدم العلمي ، في جميع الميادين بما يكفل الارتقاء بمستوى الأداء الرياضي . (٧ : ٢)

وإن كل متابع لتطور المستويات الرياضية في العالم ، يتأمل تلك الأدوات الفائقة ليدرك أن للتدريب الرياضي شأن عظيم في إعادة صياغة وتطوير القدرات الإنسانية بأبعادها المختلفة من أجل تفجير ما يمكن من داخل الإنسان من طاقات في اتجاه الهدف المنشود . (١٢ : ٣)

ورياضة الكيك بوكسينج (Kick Boxing) من الرياضات الحديثة العالمية والتي تتجلى فيها قدرة المدرب في إطلاق تلك الطاقات الكامنة داخل اللاعبين ، ويبدو للوهلة الأولى أن الاسم يصعب نطقه على البعض ، وعلمنا أن نتصور هذا الفن القتالي وبنظرة أولية بسيطة نستطيع أن نفهم أن الكيك بوكسينج اسم حركي يتكون من مقطعين : الأول : كيك (Kick) وهو الركل بالقدمين . والثاني بوكسينج (Boxing) وهو اللكم باليدين ، و بدمجها معا تبدأ ملامح هذا الفن القتالي بالظهور كيك بوكسينج (Kick Boxing) ، وهو استخدام اليدين والقدمين في القتال ضمن حركات متوافقة ومنسجمة انسجاماً تاماً و الكيك بوكسينج (Kick Boxing) رياضة عالمية ، جاءت محصلة لتطور الفنون القتالية المختلفة ، وكان الهدف من تأسيس هذا الأسلوب هو الخروج بأسلوب أكثر إثارة وتطوير قوانين القتال وأساليب التعليم لتصبح أكثر فعالية وسهولة .

واستحداث طرق جديدة في التعليم والتركيز ، النظام ، الصحة والقوة الذهنية وقد اعتمدوا على أساسيات الكاراتيه التقليدية وغيرها من الفنون القتالية من ناحية ضربات الأرجل وأساسيات الملاكمة ولكمات الأيدي وطريقة التحرك على الحلبة وقد اعتمدوا نظم وطرق فنون الكاراتيه والملاكمة في بوتقة واحدة ، ولتحقيق هذا الهدف قام هؤلاء الخبراء بزيارات ميدانية لأكثر من مائة وخمسين نادياً ومركزاً لتدريب الفل كونتاكت و الكاراتيه في اليابان وأوروبا وكندا والولايات المتحدة الأمريكية ، وقاموا خلال هذه الجولات والزيارات باللقاء العديد من الأسئلة لتلك المدارس والمراكز ودونوا عيوب ومساوئ أساليب التلاحم الكامل وأساليب الكاراتيه التقليدية المعتمدة على عدم اللمس أو اللمس الخفيف وبعد عامين من البحث والجمع للمعلومات والعمل على تطوير مختلف المهارات والفنيات . أعلن عن الأسلوب الجديد وهو الفل كونتاكت - كاراتيه ، وقد جذب هذا

الأسلوب العديد من التلاميذ الممارسين لأساليب أخرى ومنهم من يخاف الفنون القتالية العسكرية بسبب الاحتكاك الجسدي العنيف ومن يود أن يصبح بطلا ومقاتلا على مستوى عالمي وقد نجح هذا الأسلوب بالاحتفاظ بأعلى نسبة من التلاميذ والممارسين لهذه الفنون باعتماد عدة طرق في التدريب والقتال وقوانين المباريات ومع مرور الوقت أخذت هذه الرياضة استقلاليتها واستراتيجيتها وفلسفتها الخاصة بها حتى أصبحت من رياضات العصر الحديث ، وتمارس بعنوان واسم الكيك بوكسينج عبر قوانين وأساليب هي : -
الفول كونتاكت (Full Contact) - الليت كونتاكت (Light contact) - السيمي كونتاكت (Semi Contact) - اللو كيكس (Low kicks) - التاي بوكسينج (Tai Boxing) - الميوزيكل فورمز (Musical Forms) - الاورينتال (Oriental) - البادي كونتاكت (Bodu Contact) (٢٣)

ويرى الباحث أن مصر تعتبر في الوقت الحالي من الدول الرائدة والمتقدمة في رياضة الكيك بوكسينج (Kick Boxing) وخاصة في أسلوب الفول كونتاكت Full contact على مستوى العالم ففي خلال فترة وجيزة استطاعت مصر الاشتراك في العديد من البطولات العالمية والحصول على المراكز المتقدمة ، ونظرا لانتشار لعبة الكيك بوكسينج (Kick Boxing) في جميع أنحاء العالم في السنوات الأخيرة ، ونظرا لانتشارها المتزايد بمصر خلال الأندية ومراكز الشباب مما جعل وزارة الشباب في هذه الآونة تدعم الرياضات الفردية لما حققته تلك الرياضات من مستوى متقدم في بطولات العالم في السنوات القليلة الماضية ، الأمر الذي دفع الباحث للقيام بهذه الدراسة لكي يتسنى للقائمين على شئون هذه الرياضة تعليم وتدريب ومعرفة تلك المهارات وذلك لتعلمها للمبتدئين باستخدام التحليل للمهارات الهجومية والدفاعية والذي استخدم من قبل في تعليم الكثير من الرياضات الأخرى حيث أنه حتى الآن وفي حدود علم الباحث لا يوجد أي بحث تناول موضوع تحليل مهارات الكيك بوكسينج الهجومية والدفاعية .

٢/١ أهمية البحث : -

ويرى الباحث أن رياضة الكيك بوكسينج (Kick Boxing) كرياضة من الرياضات القتالية الحديثة في مصر لم تتل حتى الآن القسط الكافي من الاهتمام والعناية المطلوبة من الباحثين عدا دراسة محمد إسماعيل حامد بعنوان أثر استخدام التعليم المبرمج على تعلم المهارات الأساسية لرياضة الكيك بوكسينج ، ونظرا لأهمية هذا الموضوع وجد الباحث أنه يجب التعرف على تلك المهارات الهجومية والدفاعية والتي أدت إلى الوصول إلى تلك المستوى المتقدم بين الدول الأخرى ، وأيضا الاستفادة من ذلك في بناء النشء الرياضي على أسس وقواعد علمية ، والذي يساعد من خلال عملية التحليل في وضع البرامج التدريبية الصحيحة .

٣/١ هدف البحث :-

- التعرف على أهم المهارات الهجومية والدفاعية للاعب الكيك بوكسينج (Kick Boxing) كأساس لوضع البرنامج التدريبي .

٤/١ تساؤل البحث :-

- ما أهم المهارات الهجومية والدفاعية للاعب الكيك بوكسينج (Kick Boxing) والنسب المئوية للاشتراك تلك المهارات في المباريات ؟

٥/١ مصطلحات البحث :-

١/٥/١ كيك Kick :-

يضرب أو يقاوم أو يرفس أو يبدي معارضة أو يصيب الهدف (١٠ : ٥٠١)

٢/٥/١ بوكسينج Boxing :-

تؤكد الجهات التي بحثت في انتشار كلمة (Box) بوكس قبل أنها عرفت بالكلمة اليونانية الأصل " بوجم " أي قبضتي اليد المعدتين للضرب (٨ : ١٣)

٣/٥/١ الكيك بوكسينج (Kick Boxing) :-

هو فن من فنون القتال الذي يمارس باستخدام اللكم باليدين والركل بالقدمين ضمن حركات متوافقة ومنسجمة انسجاما تاما يجعل من هذا الأسلوب القتالي فنا راقيا سهل الأداء و يعطيه طابعا متميزا عن باقي الأساليب القتالية . (تعريف إجرائي)