

معوقات ممارسة رياضة التايكواندو من وجهة نظر اللاعبين في محافظة الزرقاء

زياد علي المومني وعدنان إبراهيم الزواهره*

ملخص

هدفت الدراسة الحالية إلى تعرف معوقات رياضة التايكواندو من وجهة نظر اللاعبين في محافظة الزرقاء، وتكونت عينة الدراسة من (100) لاعب ولاعبة موزعين على (9) أندية في محافظة الزرقاء منهم (81) لاعباً و(19) لاعبة. ولتحقيق هدف الدراسة قام الباحث بتصميم استبانة تكونت من (52) فقرة موزعة على أربعة مجالات هي: مجال المعوقات المتعلقة ببرامج التدريب في الأندية والمراكز، ومجال المعوقات المتعلقة بالإمكانات المادية، ومجال المعوقات المتعلقة بطريقة التدريب، ومجال المعوقات المتعلقة بالمدرّب، وبعد توزيع الاستبانة على أفراد العينة وجمعها وإجراء التحليلات الإحصائية اللازمة توصلت الدراسة إلى عدة نتائج من أهمها:

وجود معوقات الممارسة ترتبط برياضة التايكواندو من وجهة نظر اللاعبين بدرجة متوسطة ووجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$) في آراء أفراد العينة حول المعوقات المتعلقة بكل من (برامج التدريب في الأندية والمراكز، الإمكانات المادية، طريقة التدريب، معوقات رياضة التايكواندو) تبعاً لمتغير الجنس، لصالح الإناث، وكذلك وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$) في آراء أفراد العينة حول المعوقات المتعلقة بكل من (برامج التدريب في الأندية والمراكز، طريقة التدريب، معوقات رياضة التايكواندو) تبعاً لمتغير عدد سنوات ممارسة الرياضة، لصالح عدد سنوات ممارسة الرياضة (5-10 سنوات)، وأخيراً تم التوصل إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$) في آراء أفراد العينة حول المعوقات المتعلقة بالإمكانات المادية والمدرّب تبعاً لمتغير عدد سنوات ممارسة رياضة التايكواندو.

الكلمات الدالة: التايكواندو، معوقات ممارسة رياضة التايكواندو، اللاعبين.

يمارسون التايكواندو.

المقدمة

وقد وصلت التايكواندو متأخرة إلى الأقطار العربية، إذ إن رقعة ممارستها عربياً لم تنتسج إلا في السنوات القليلة الماضية، وهي من الألعاب الفردية التي يقسم فيها المتبارون حسب الوزن ويكون النزال فيها من ثلاث جولات، مدة كل منها دقيقتان، وهناك استراحة بين الجولات مدتها دقيقة، وبعد الاتحاد الكوري للتايكواندو أول اتحاد تأسس للتخصص بشؤون الرياضة وذلك في عام (1961)، ولم يكتف هذا الاتحاد بمهمة نشرها والاهتمام بممارستها على النطاق المحلي، وإنما نقلها إلى العالم بالسعي الحثيث للمساعدة في تأسيس اتحادات مماثلة في الأقطار التي تبدأ ممارستها فيها، وتقوم كوريا بتقديم المدربين والخبراء إلى أقطار العالم في توجه منها لنشر الرياضة الكورية المنشأ (فاخوري، 1999).

أقيمت البطولة العالمية الأولى للتايكواندو في الكيبوكو عام (1973) والبطولات التالية عام (1975) وهكذا حتى عام (2010م) حيث بلغ عددها (19) بطولة حتى الآن. وأصبح اتحاد التايكواندو العالمي عضواً كاملاً في CAISF (الاتحاد العام للاتحادات الدولية الرياضية) منذ عام (1976) وهو اتحاد

بالرغم من التقدم الكبير الذي حدث في العالم إلا أن الرياضة في العالم العربي ما زالت تواجه صعوبات ومعوقات كثيرة، وأصبحت تأخذ حيزاً من الدراسات والبحوث التي يقوم بها الباحثون، فبحثوا في هذه الصعوبات لمحاولة إيجاد حلول لها (الريضي، 2008)، ومن هذه الرياضات رياضة التايكواندو وهي اسم لفن حربي تحول إلى رياضة عالمية حديثة تطورت بشكل مستقل خلال القرن الـ (20) في كوريا (خصاونة وآخرون، 2005).

ومنذ ذلك اليوم وهذه الرياضة تتوسع بالانتشار ويقبل عليها الشباب، ويرجع ذلك لما تتميز به من مهارات مثيرة وممتعة تتجلى بوضوح في أثناء المباريات الدولية، وتشير المجالات المتخصصة والمقالات في هذا النوع من الرياضة إلى وجود ما يقارب (40) مليون فرد حول العالم موزعين على (143) اتحاد

* كلية التربية الرياضية، جامعة اليرموك، إربد؛ ووزارة التربية والتعليم، عمان، الأردن. تاريخ استلام البحث 2011/12/5، وتاريخ قبوله 2013/2/12.

للمنطقة السفلى)، الضربة الصاعدة للمنطقة العليا، الضرب بالمرق الخلفي، الضرب بالمرق الأمامي، الضرب لأعلى بالمرق، ضربة المرق الطاعنة.

وأما أساسيات الركلات من الوقوف في الركلات بالرجل الخلفية، فهي ركلة أمامية بالرجل الخلفية snapkick، ركلة دائرية كاملة بالرجل الخلفية Ternkick، الركلة المحورية بالرجل الخلفية packside، ركلة هلالية داخلية/ خارجية بالرجل الخلفية packteren، ركلة هلالية خارجية/ داخلية بالرجل الخلفية، ركلة جانبية بالرجل الخلفية.

والركل بالرجل الأمامية: ركلة أمامية بالرجل الأمامية، ركلة دائرية كاملة بالرجل الأمامية، الركلة الجانبية بالرجل الأمامية، الركلة الخاطفة بالرجل الأمامية، ركلة محورية بالرجل الأمامية، ركلة هلالية خارجية/ داخلية بالرجل الأمامية.

والركلات اللولبية: ركلة لولبية خلفية، ركلة دائرية لولبية، ركلة هلالية لولبية.

وأما أساسيات الركلات من الوثب، فهي تشمل ركلات الوثب السريعة، ركلة وثب أمامية Jump، ركلة وثب دائرية، ركلة وثب جانبية.

الركلات الطائرة: ركلة وثب أمامية، ركلة وثب دائرية، ركلة وثب جانبية، ركلة وثب خلفية مستديرة، ركلة خلفية مستديرة بالخطو، ركلة وثب محورية، ركلة وثب خاطفة، ركلة وثب لولبية خاطفة، ركلة وثب هلالية لولبية.

أما الكائن البشري بطبيعته، فيرغب في التحرر من أي خوف، والأفعال الهجومية هي السلوكيات المنطقية لتحرر الذات من مخاوفها (السكري وآخرون، 2008): وتشمل بعض المظاهر النفسية التي تواجه اللاعبين:

الخوف وعدم الأمان، الرغبة في الانضمام لجماعة: وذلك بالبحث عن النادي الذي يرغب فيه المتدرب، ظواهر ثبات المستوى والانهييار: لا يتحقق التقدم بشكل ثابت، خصوصاً في المراحل المبكرة من التدريب، حيث يحدث التقدم في الأداء الفني بسرعة، إلا أنه بمجرد الوصول إلى مرحلة معينة، يبدأ التقدم في الانحسار (الجمود) وهذا ما يسمى بظاهرة (الجمود)، وتكرار هذه الظاهرة يؤدي إلى ظاهرة أخرى هي ظاهرة الانهييار، التي تستمر لفترة طويلة، وتعيق حدوث أي تقدم أو تعافي للاعب. وغالباً ما تحدث ظاهرة ثبات المستوى (الجمود) في الفترات الأولى من التدريب، بينما تحدث ظاهرة الانهييار في فترات الأداء الفني العالي إلى حد ما.

أما ظاهرة ثبات المستوى (الجمود) عند اللاعبين، فهي تتحد بما يلي: إما أن يفقد المتدرب اهتمامه بالرياضة أو لا يرغب في بذل المجهود، أو يفقد ثقته في نفسه، أو يحس

دولي معترف به من قبل اللجنة الأولمبية ولديه أكثر من (75) بلداً منتسباً إلى عضويته مع حوالي (3000) مدرب كوري يعملون لصالح التايكواندو في بلدان العالم، وحققت مساعي الاتحاد في تأسيس الاتحاد الدولي للتايكواندو بعد عشر سنوات من تأسيس الاتحاد الكوري عام (1981)، وقد دخلت التايكواندو لأول مرة ضمن برنامج الألعاب الأولمبية التي أقيمت في سيؤول (جامعة الملك سعود، 2009).

وتقسم كلمة تايكواندو (Tae kwondo) إلى ثلاثة مقاطع: تاي TAE: معناه الركل أو القفز، وكوان DWON: ويعني الضرب بقبضة اليد، ودو DO: معناه طريقة أو فن. والمعنى الشامل: إذا هو فن الركل بالقبضة (الرفاتي، 1998).

وتتميز رياضة التايكواندو بعدة مميزات، أهمها: اكتساب اللياقة البدنية، وزيادة لياقة الأفراد وقوتهم في المجتمع مما يزيد من قدراتهم على الإنتاج، واحترام الآخرين؛ مما يجعل الفرد أكثر احتراماً مع الآخرين، واكتساب المقدرة على الدفاع عن النفس وحماية الممتلكات الخاصة، وتكسب الفرد الثقة بالنفس وتمنعه من الغرور واستغلال القوة، وتنمي القدرة على ضبط النفس وعدم الغضب بسرعة (جامعة الملك سعود، 2009).

وتشمل رياضة التايكواندو الأساسيات الآتية: الوقفات وتحركات القدمين، الوقفات القتالية، الوقفة العريضة، الوقفة المتوسطة، وقفة الركبة المستقيمة، الوقفة والركبتان مثنيتان قليلاً.

حركات القدمين والدفاع: التراجع خطوة للخلف، التراجع خطوة للخلف السريع، تغيير الوقفة، القطع بزاوية قائمة، القطع إلى الجانب غير المرئي، التحرك إلى الجانب (الجانب المفتوح)، التحرك إلى الجانب (الجانب غير المرئي)، الارتكاز (الجانب غير مرئي)، تغيير الوقفة.

حركات القدمين والهجوم: الخطوة القصيرة، خطوة الدفع (الضغط)، التقدم السريع، الخطو البيئي، الخطو البيئي العكسي، الخطو بقدم واحدة (الحجل)، التقاطع الخلفي، التقاطع الأمامي (السكري وآخرون، 2008).

وتشمل رياضة التايكواندو كذلك أساسيات الصد وأنواعه المختلفة الصد المرتفع، الصد الداخلي المتوسط، الصد الخارجي المتوسط، الصد المنخفض، الصد المزدوج (منخفض) وضع x لأسفل، الصد المزدوج (عالي) وضع x لأعلى.

وتشمل أيضاً أساسيات اللكمات والركلات وعلى النحو التالي اللكم، اللكمة العمودية، اللكمة العكسية، اللكم بخلف القبضة، اللكمة الخاطفية، الضرب باليد المفتوحة (سيف اليد من الداخل أو الخارج)، ضربة يد أفقية (سيف اليد)، ضربة رمح اليد، الضرب بأخر الكف (كلوة اليد)، الضربة الصاعدة

المعوقات التي تعترض ممارسة أنواع الرياضة المختلفة، وتم التوصل إلى أن أهم المعوقات لها علاقة بالإمكانات والتخطيط للتدريب والمدرّب والإعلام والإداريين والحكام وأولياء الأمور (المومني، 1993؛ Reuben, 1975؛ Coker, 1979).

ويؤكد ذلك ما ذكره فارل (Farrell, 2006) وهاريسون (Harrison, 2005) أن هناك العديد من العوامل التي تؤثر في تنفيذ برامج التربية الرياضية بشكل عام، ومنها التسهيلات المادية والأدوات والأجهزة وكفاءة المدرّب أو المعلم والظروف المناخية وحجم الميزانية الرياضية. ومن المفترض أن يكون قد أعد اللاعب لجميع الاحتمالات التي قد تواجهه خلال المنافسة مع الحلول المفترضة من خلال التدريب الخاص على المنافسة؛ إذ يفشل الكثير من الرياضيين في تحقيق أفضل مستويات أدائهم، بسبب التوتر العصبي والقلق وسيطرة ردود الأفعال العصبية على الجسم والعقل المصاحب لاشتراكهم في المنافسات الرياضية، بدلاً من التحكم فيها وتوجيهها لصالح الأداء. إن التوتر العصبي العضلي المسيطر على الجسم والأفكار السلبية المسيطرة على عقل اللاعب قبل اشتراكه في المنافسات الرياضية المهمة يمكن التحكم فيها من خلال تنمية مهارة القدرة على الاسترخاء والتصور العقلي وتركيز الانتباه (ليبب، 2006).

ويحرص الكثير من المدرّبين والقائمين على العملية التدريبية على علم بأهمية تركيز الانتباه ومدى مساهمته في الوصول إلى الأداء الأمثل، فكثيراً ما يعزو المدرّبين ضعف مستوى الأداء إلى فقدان الانتباه في أثناء المنافسة (Farrell, 2006) (Harrison, 2005).

وقد أشار علاوي (1998) إلى القلق: بأنه انفعال مركب من التوتر الداخلي والشعور بالخوف وتوقع الخطر، وهو خبرة انفعالية غير سارة يدركها الفرد كشيء ينبعث من داخله.

وترى ليبب (2006) أن القلق هو انفعال وجداني غير سار، يؤدي إلى اختلال التوازن النفسي للفرد نتيجة لعدم القدرة على التكيف مع البيئة، وإشباع الحاجات أو تحقيق الأهداف، يصاحبها شعور قوي بالاضطراب والتوتر الجسمي وتوقع الخطر الداهم والافتقار إلى التركيز وتصور الفشل، وقد يكون ذلك حافزاً أو دافعاً أو قد يكون مرضاً مثبطاً.

أما الدور الأساسي للمدرّب؛ فهو زيادة قدرة اللاعبين في المهارات (الفنية والخطية) وتحقيق نتائج جيدة في المنافسات، فيجب عليه مراعاة عدة أمور لأن الجزء الأكبر من المسؤولية يقع على المدرّب للحصول على أفضل النتائج من لاعبيه في المسابقات، وأن عدم إلمام المدرّب وقدرته على معرفة مواطن ضعف اللاعبين وقوتهم يعد من أكبر العوائق التي تحد من

محدودية قدراته على التدريب في الرياضة، أو تطبيق تدريب غير نشط أو غير فعال، أو يشارك اللاعب في شيء آخر غير الرياضة، أو ارتكاب أخطاء جزئية في تدريب الأداء الفني التي تنعكس على أجزاء أخرى من الأداء الفني، أو تسير طرق التدريب على وتيرة واحدة بشكل ممل، مما يؤدي إلى تكبير حجم التدريب دون أدنى تغيير ملحوظ.

أما المعوقات التي تواجه ممارسة رياضة التايكواندو، فهي تنحصر بالمعوقات التي تتعلق ببرامج التدريب في الأندية والمراكز عدم قدرة البرنامج التدريبي على ترتيب عملية تطور التدريب بما يحقق إنجاز المهام المفروضة كافة على اللاعبين كأفراد أو على الفريق ككل، وعدم الأخذ في الاعتبار الظروف كافة، مثل سمات اللاعبين أو الفريق، وبيئة التدريب، وتوافر الوقت للمهام والواجبات، مع تحديد طرق التدريب المناسبة وتخصيص الفترات الزمنية اللازمة (السكري وآخرون، 2008).

ومن وجهة نظر الباحث، يرى أن جهل المدرّب ببرامج التدريب أو عدم وجود هدف واضح، وعدم جاهزية المراكز والأندية بالمعدات ومستلزمات التدريب، وضعف المدرّبين بها كل ذلك يحول دون الوصول إلى المستويات المطلوبة.

وتعد الموارد المادية من أهم مقومات نجاح العمل الرياضي، ويعد نقصها من أكثر المعوقات والمشكلات التي تحد من النجاح فيها، وتم تعريف الموارد المالية بأنها: العناصر التي تضمن سير الجوانب التطبيقية للعمليات الإدارية في الهيئة أو المؤسسة الرياضية، مثل أجهزة الحاسب الآلي، والأدوات الرياضية، والأدوات الطبية (حماد، 1999).

وأخيراً، فإن التدريب الرياضي الذي يستهدف تحسين وزيادة القدرات البشرية، يمثل كل ما يلزم لتعليم الرياضة. كما يجب وضع منهاج التدريب بحيث يحقق الهدف النهائي من التدريب، ومن ثم يجب تخطيط البرنامج على أساس منطقي وعلمي لمساعدة اللاعبين في الوصول إلى مستوى مهاري محدد. ويجعل كثير من المدرّبين بأهمية طرق التدريب وتطويرها بما يعيق تطور اللاعبين وجعلها من المعوقات التي تحد من نجاح اللاعب في المنافسة، وعدم قدرة اللاعب على التخلص منها، ويفشل الكثير من اللاعبين في الوصول إلى تحقيق الهدف المطلوب بسبب الخطأ في طريقة التدريب، وعدم قدرة المدرّب من التواصل مع اللاعب، مما يؤدي إلى تعرضه لبعض الحالات التي تعيق من تقدمه وإرباكه في أثناء المنافسة التي لا يستطيع المدرّب أن يتلاشها (ليبب، 2006).

ونظراً لأن المعوقات العملية في التدريب تقوم على ثلاثة مرتكزات رئيسية هي: المدرّب، اللاعب، والإمكانات المتوفرة لنجاح عملية التدريب، فقد قام العديد من الباحثين بدراسة

أهداف الدراسة

تهدف الدراسة إلى التعرف إلى ما يأتي:

- 1- تعرف المعوقات والصعوبات التي تواجه لاعبي رياضة التايكواندو من وجهة نظر اللاعبين.
- 2- تعرف المعوقات والصعوبات التي تتعلق ببرامج التدريب في الأندية والمراكز من وجهة نظر اللاعبين.
- 3- تعرف المعوقات والصعوبات تبعاً لمتغيري (الجنس، عدد سنوات ممارسة التايكواندو).

أسئلة الدراسة

- السؤال الأول:** هل هناك مستوى متوسط ودال إحصائياً عند مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$) من المعوقات المتعلقة برياضة التايكواندو من وجهة نظر اللاعبين والمدربين.
- السؤال الثاني:** هل تختلف آراء أفراد العينة حول معوقات ممارستهم رياضة التايكواندو باختلاف (الجنس، عدد سنوات ممارسة التايكواندو)؟

محددات الدراسة

- **محددات بشرية:** هم اللاعبون الذين يمارسون رياضة التايكواندو في نوادي مدينة الزرقاء.
- **محددات مكانية:** شملت هذه الدراسة النوادي في محافظة الزرقاء فقط، ووزعت الأداة على تسعة أندية فقط، هي: (مركز الأسطورة، الرعد، عصفور، الفهد، العاصف، الليث، البرق، الأكاديمية الدولية للتايكواندو، والمستقبل).
- **محدد زمني:** أجريت هذه الدراسة في الفترة الزمنية التالية: (من 21/7 حتى 30/9/2010).
- **محدد إجرائي:** تحددت نتائج الدراسة الحالية بتحديد خصائص أداة الدراسة (الاستبانة) من حيث الصدق والثبات.

مصطلحات الدراسة

- التايكواندو:** اسم لفن قتالي نشأ في الجزيرة الكورية، وتتألف كلمة التايكواندو من ثلاثة مقاطع (تاي) وتعني القدم (كوان) تعني القبضة (دو) الفن أو الأسلوب القتالي الذي يستخدم القدم والقبضة في القتال (الرفاتي، 1998).
- المعوقات:** يعرف الباحث المعوقات بأنها العناصر والمتغيرات التي تؤثر في ممارسة رياضة التايكواندو وتحويل دون استمراريته في ممارسة الرياضة، والدرجة التي يحصل عليها اللاعبون من خلال الإجابة عن أداة القياس في هذه الدراسة.

الوصول إلى الهدف المطلوب، وهناك أدوار خاصة يجب على المدرب أن يدركها لكي لا يكون معوقاً من المعوقات التي تحول دون الوصول إلى الهدف المطلوب (السكري، وآخرون، 2008).

أهمية الدراسة

تبرز أهمية الدراسة في ما يلي:

- الاهتمام الكبير الذي صارت إليه هذه الرياضة سواء أكان الاهتمام وطنياً أو عالمياً.
- قلة الدراسات والأبحاث حول المعوقات التي تواجه هذا النوع من ألعاب الدفاع عن النفس من وجهة نظر اللاعبين التي تحد من انتشارها.
- نتائج هذه الدراسة قد توفر معلومات يمكن أن تكون منطلقاً للمدربين والعاملين في المنتخبات الوطنية والأندية للكشف عن أهمية وتأثير الإمكانات المادية، وبرامج التدريب المتبعة في الأندية والمراكز، وطريقة التدريب، والمعوقات التي تتعلق بالمدرّب نفسه.

مشكلة الدراسة

إن أغلب الألعاب الرياضية أخذت جانباً تفصيلياً من حيث المعوقات والصعوبات التي تواجه ممارستها، وذلك من خلال اهتمام الباحثين والقائمين على هذه الرياضات وقيامهم بدراسات متعددة ومتعمقة سواء كان في الألعاب الفردية أو الجماعية الشائعة في الميادين الرياضية، ووجدت هذه الدراسات أن المعوقات التي قد تواجه هذه الرياضات تتمثل بقلة الإمكانات المادية والتجهيزات اللازمة لممارسة هذه الأنشطة الرياضية، ونقص في القيادات المدربة، وضعف الوعي بأهمية ممارسة الأنشطة الرياضية بشكل عام، والبرامج التدريبية والطرائق المتبعة مع اللاعبين، فالمشكلة تكمن في بعض رياضات الألعاب الفردية، فلا بد من العمل على زيادة الاهتمام القليل والحديثة من أجل الانتشار على المستويات العالمية والعربية وخصوصاً ألعاب المنازلات: مثل رياضة التايكواندو، والبحث عن المعوقات التي تواجه اللاعبين وتحث من انتشارها وهي محاولة من الباحث لتعرف المعوقات التي تواجه ممارسة لاعبي رياضة التايكواندو، ومن خلال خبرة الباحث في تدريب التايكواندو لفترة تزيد على خمس سنوات، تبلورت لديه فكرة الدراسة ومشكلتها في دراسة "المعوقات التي تواجه لاعبي التايكواندو في محافظة الزرقاء".

الدراسات السابقة

المستخدمة بالأندية والمنتخبات القومية يكون مبنياً على الناحية البدنية والمهارية فقط مع إهمال النواحي النفسية والعقلية، على الرغم من أن التدريب العقلي لا يأخذ وقتاً طويلاً في أثناء التدريب ويكون العائد منه كبيراً إلا أن إهماله يؤثر بصورة واضحة في فعالية أداء اللاعبين.

وقام خصاونة وآخرون (2005) بدراسة هدفت التعرف إلى الفروق في اللياقة البدنية الخاصة بين لاعبي الكاراتيه والتايكواندو، ومعرفة ترتيب القدرات البدنية حسب أولوياتها لدى كل من لاعبي الكاراتيه والتايكواندو، وكذلك التعرف إلى الفروق في اللياقة البدنية الخاصة بين الطرف العلوي والسفلي لدى كل من لاعبي الكاراتيه والتايكواندو. وقد تم استخدام المنهج الوصفي بأسلوب المقارنة وذلك للتوصل إلى النتائج، إذ اشتملت عينة الدراسة (30) لاعباً (15) لاعب كراتيه، (15) لاعب تايكواندو تم اختيارهم بالطريقة العمدية، وهم يمثلون المجتمع الكلي للاعبي الكاراتيه والتايكواندو، وتوصلت الدراسة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في عناصر اللياقة البدنية الخاصة بين لاعبي الكاراتيه والتايكواندو ما عدا بعض القدرات، مثل: قوة عضلات الظهر والرجلين وتحمل القوة لعضلات الذراعين والرجلين، وكان الفرق فيها لصالح لاعبي التايكواندو والقوة الانفجارية للرجلين وكان الفرق فيها لمصلحة لاعبي الكاراتيه، كما تم التوصل إلى عدم وجود اتفاق حول ترتيب القدرات البدنية حسب أهميتها لدى كل من لاعبي الكاراتيه والتايكواندو، كما تم التوصل إلى عدم وجود فروق في القدرات البدنية بين الطرف العلوي والسفلي لدى كل من لاعبي الكاراتيه والتايكواندو، وأوصت الدراسة بضرورة التركيز على عناصر القدرات البدنية كافة الخاصة بلاعبي الكاراتيه والتايكواندو، وعدم التركيز على جوانب دون جوانب أخرى مع عدم التركيز على الطرف السفلي دون العلوي لدى لاعبي الكاراتيه والتايكواندو.

كما أجرت عيسى وآخرون (2005) دراسة هدفت تعرف العلاقة بين الحوافز والسلوك العدواني لدى لاعبي المنتخبات الوطنية من الجنسين في رياضات الدفاع عن النفس (الكاراتيه، التايكواندو، الجودو)، إضافة إلى تعرف الفروق في الحوافز والسلوك العدواني بين اللاعبين تبعاً لمتغيرات الدراسة، الجنس والفئة ونوع الرياضة. اختيرت عينة الدراسة بطريقة الحصر الشامل وبلغت (116) لاعباً ولاعبة في المنتخبات الوطنية للموسم الرياضي (2000/1999). وأظهرت النتائج انخفاض مستوى الحوافز لدى اللاعبين في رياضات الدفاع عن النفس للمجالات جميعها وكانت في حددها الأعلى لمجال اللاعب المنافس، كما أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مجالات الحوافز تبعاً لمتغير الجنس لصالح اللاعبين

فيما يلي عرض للدراسات السابقة من خلال مراجعته للأدب النظري المرتبط بموضوع الدراسة، حيث لم يجد الباحث دراسات سابقة مرتبطة بمعوقات ممارسة رياضة التايكواندو، لذلك اعتمد الباحث لعرض الدراسات ذات العلاقة برياضة التايكواندو، وكذلك الدراسات ذات العلاقة بالمعوقات المرتبطة بأنواع الرياضات الأخرى، على تاريخ صدورهما من الأحدث إلى الأقدم، وهي كما يأتي:

دراسة الوديان وشوكة (2009) التي هدفت إلى تعرف الفروقات في بعض القدرات البدنية الخاصة لدى لاعبي التايكواندو وتعرف على الفروقات في أداء ركلة بالرجل الأمامية (TURNING KICK) في بعض القدرات، تمثلت عينة الدراسة من لاعبي التايكواندو والبالغ عددهم (40) لاعباً من الحاصلين على درجة الحزام الأسود (1) دان على الأقل والذي أهلهم للاشتراك بالعديد من البطولات المحلية، مقسمين على ثمانية أوزان حسب قانون الاتحاد الدولي للتايكواندو لفئات الأوزان الثانية ويواقع خمسة لاعبين لكل وزن. قام الباحثان بإجراء الاختبارات والقياسات على متغيرات الدراسة التي شملت (التوازن، المرونة، القوة) والقدرات البدنية الخاصة بالركل بالقدم الأمامية (القدرة الخاصة، الدقة، السرعة، تحمل السرعة، تحمل القوة). وأشارت النتائج إلى عدم وجود فروق في المواصفات البدنية الخاصة برياضة التايكواندو بين جميع فئات الأوزان المختلفة بالنسبة لاختبار (المرونة وقوة الذراعين وقوة القبضة والقدرة على الركل ودقة الركل على البطن وتحمل السرعة)، في حين ظهرت فروق ذات دلالة إحصائية في اختبارات (قوة الرجلين وقوة الجذع ودقة الركل على الوجه) ولصالح فئات الأوزان الأعلى. وأوصت الدراسة بوضع برامج تدريبية للاعبين، يكون هدفها تنمية مواطن الضعف لجميع الفئات، حيث إن كل فئة وزن من فئات الأوزان تتميز عن غيرها في القدرات البدنية والمهارية للركل بالرجل الأمامية.

قامت لبيب (2006) بدراسة هدفت تعرف الجانب النفسي في رياضة التايكواندو، واعتمدت الباحثة عينة عمدية قوامها (6) لاعبات من لاعبات التايكواندو يمثلون منتخب جامعة الإسكندرية لرياضة التايكواندو، ومن المسجلين بالاتحاد المصري لرياضة التايكواندو، واستخدمت المنهج التجريبي نظراً لملاءمته لطبيعة البحث باستخدام المجموعة الواحدة عن طريق القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية، وفي حدود خبرة الباحثة ك لاعبة دولية ومدربة بأحد النوادي الرياضية وجدت أن تشكيل الفترة التدريبية لرياضة التايكواندو في معظم برامج التدريب

الذكور، وتبعاً لمتغير نوع الرياضة لصالح لاعبي التايكواندو من الجنسين، فيما لم تظهر فروق في مجالات الحوافز تبعاً لمتغير الفئة العمرية بين فئة اللاعبين الكبار وفئة الناشئين. أما في مجال أبعاد مقياس السلوك العدواني، فجاءت جميع الأبعاد متوسطة، وكان أعلى متوسط لتوافر السلوك العدواني لدى اللاعبين واللاعبات لبعده الشك، ولبعدي الرفض والشك تبعاً لمتغير الجنس ولصالح الذكور، وفي أبعاد العدوان غير المباشر والرفض والشك تبعاً لمتغير نوع الرياضة ولصالح لاعبي الجودو من الجنسين. كما أشارت النتائج إلى عدم ارتباط بين الحوافز والسلوك العدواني لدى اللاعبين واللاعبات. وانتهت الدراسة بتقديم بعض التوصيات منها تخصيصية الأعلام الرياضي الموضوعي، وعدم المغالاة في توفير الحوافز بأنواعها، وأجواء اجتماعية بين المدربين واللاعبين، والاهتمام بالإعداد النفسي للاعبين.

وقام الجريري (1998) بدراسة بعنوان: مصادر القلق لدى لاعبي التايكواندو في الأردن فقد هدفت دراسته إلى تعرف أهم مصادر القلق المتعلقة باللاعبين، وقد استخدم الباحث المنهج التحليلي الوصفي في دراسته، وقد خلصت الدراسة إلى أن أهم مصادر القلق النفسي هي الحكام، الحوافز، الإعلام الرياضي، لرياضة التايكواندو، قلة الحوافز المادية والمعنوية التي تقدم من الاتحاد أو النادي.

وفي دراسة المصطفى (1994) حول أسباب عزوف طلاب جامعة الملك فيصل في الإشتراك في الأنشطة الرياضية، وتعرف الوسائل التي تحفز أو تشجع المتعلمين على المشاركة الفعلية في الأنشطة الرياضية، استخدم الباحث المنهج الوصفي بالطريقة المسحية واشتملت عينة الدراسة على (314) متعلماً من طلبة جامعة الملك فيصل بالإحساء. وقد أظهرت النتائج أن أهم أسباب عزوف عينة الدراسة عن الإشتراك في الأنشطة الرياضية ما يلي: قلة الإمكانيات والأدوات وبعده السكن عن الحرم الجامعي، وعدم توافر الصالات الرياضية، وعدم وجود المدربين المتخصصين لتعليم وتدريب الأنشطة الرياضية المختلفة، وعدم كفاية الساعات الأكاديمية للتربية البدنية لتحقيق الأهداف المرجوة منها، وانعدام التشجيع من هيئة التدريس لمتعلمي الجامعة لممارسة الأنشطة الرياضية.

وأجرى المومني (1993) دراسة هدفت التعرف إلى معوقات ممارسة رياضة الجمباز من وجهة نظر مدرسي ومدرسات التربية الرياضية لمرحلة التعليم الأساسي الدنيا في مديرية تربية محافظة إربد، وإجراء مقارنات بهذه المعوقات تبعاً لمتغيرات الجنس والمؤهل العلمي، والخبرة والتخصص. تكونت عينة الدراسة من (344) مدرساً ومدرسة تم اختيارهم بأسلوبين: عينة

التعليق على الدراسات السابقة:

بعد تحليل الدراسات السابقة ذات العلاقة بموضوع الدراسة لاحظ الباحث ما يلي:

- استخدمت غالبية الدراسات المنهج الوصفي لجمع البيانات.
- أظهرت نتائج غالبية الدراسات التي درست معوقات ممارسة الأنشطة الرياضية أن أهم المعوقات كانت قلة الإمكانيات وعدم توافر الصالات الرياضية، والمدرّب، وطريقة التدريس، والمنهاج.
- استفاد الباحث من هذه الدراسات في بناء أداة الدراسة وتحديد المجالات والفقرات لكل مجال، واختيار المنهجية والأساليب الإحصائية المناسبة لتحقيق هدف الدراسة.

منهج الدراسة

استخدم الباحث المنهج الوصفي الميداني وذلك لملاءمة طبيعة هذه الدراسة.

مجتمع الدراسة

تكون مجتمع الدراسة من اللاعبين واللاعبات في مراكز وأندية تعليم وتدريب رياضة التايكواندو البالغ عددها (14) نادياً، وبلغ عدد اللاعبين في أثناء فترة تطبيق الدراسة (500) لاعب ولاعبة.

عينة الدراسة

أجرى الباحث الدراسة على عينة مقدارها (100) لاعب ولاعبة موزعين على (9) نواد في محافظة الزرقاء منهم (81) لاعباً و(19) لاعبة، ويشكل ما نسبته (20%) من أفراد مجتمع الدراسة، وشملت الدراسة المراكز التالية: (مركز الأسطورة، الرعد، عصفور، الفهد، العاصف، الليث، البرق، الأكاديمية الدولية للتايكواندو، المستقبل).

- تصميم أداة الدراسة

قام الباحث بتصميم أداة الدراسة بالاعتماد على الأدب النظري والمراجع ذات الاهتمام بموضوع الدراسة، مثل دراسة (الديري، 1992)، و(الزعيبي، 1992)، لاستخدامها لجمع المعلومات والبيانات، وقد تكونت أداة الدراسة من (52) فقرة موزعة على أربعة مجالات: الأول وتضمن معلومات عن معوقات تتعلق ببرامج التدريب في الأندية والمراكز وتضمن (14) فقرة، والثاني: تضمن معوقات تتعلق بالإمكانيات المادية وتضمن (12) فقرة، والثالث: تضمن معوقات تتعلق ببرامج التدريب وتضمن (13) فقرة، والقسم الرابع: تضمن معوقات تتعلق بالمدرّب واحتوى على (13) فقرة.

الجدول (1)

توزيع أفراد عينة الدراسة حسب المتغيرات الآتية

المتغير	المستوى	التكرار	النسبة المئوية
الجنس	ذكر	81	81.0
	أنثى	19	19.0
	المجموع	100	100.0
سنوات ممارسة الرياضة	أقل من 5 سنوات	58	58.0
	5-10 سنوات	26	26.0
	أكثر من 10 سنوات	16	16.0
	المجموع	100	100.0

صدق أداة الدراسة

المحكمين تم إعادة صياغة بعض الفقرات وتعديلها لتبقى الاستبانة بصورتها النهائية مكونة من (52) فقرة موزعة على أربعة مجالات.

ثبات أداة الدراسة

للتحقق من ثبات أداة الدراسة تم تطبيق معادلة (كرونباخ

بغرض التأكد من صدق أداة الدراسة، قام الباحث بعرضها على مجموعة من المحكمين في الجامعات الأردنية وعدد من المدرّبين للتايكواندو، وطلب منهم إبداء آرائهم ومقترحاتهم حول مدى ملائمة فقرات الأداة للمجالات التي تنتمي إليها، ومدى وضوحها من حيث الصياغة اللغوية، وبعد جمع مقترحات

ألفا) على مجالات الدراسة (معوقات رياضة التايكواندو من وجهة نظر اللاعبين في محافظة الزرقاء) والأداة ككل، جدول (2) يوضح ذلك.

الجدول (2)

معاملات الثبات بطريقة (كرونباخ ألفا) على مجالات الدراسة
معوقات رياضة التايكواندو من وجهة نظر اللاعبين) والأداة ككل

المجال	معامل الثبات بطريقة (كرونباخ ألفا)
المعوقات المتعلقة ببرامج التدريب في الأندية والمراكز	0.82
المعوقات المتعلقة بالإمكانات المادية	0.64
المعوقات المتعلقة بطريقة التدريب	0.71
المعوقات المتعلقة بالمدرّب	0.69
الأداة ككل	0.83

- يظهر من جدول (2) أن قيم معاملات الثبات بطريقة (كرونباخ ألفا) لمجالات الدراسة تراوحت بين (0.82-0.64) حيث كان أعلاها لمجال "المعوقات المتعلقة ببرامج التدريب في الأندية والمراكز"، بينما كان أدناها لمجال "المعوقات المتعلقة بالإمكانات المادية"، وبلغ معامل الثبات للأداة ككل (0.83) وهي قيم مقبولة لأغراض تطبيق الدراسة.

تصحيح المقياس

- تم اعتماد سلم ليكرت للتدرج الخماسي لتعرف معوقات رياضة التايكواندو من وجهة نظر اللاعبين، حيث تم إعطاء الإجابة أوافق بشدة (5 درجات)، والإجابة أوافق (4 درجات)، والإجابة محايد (3 درجات)، وحصلت الإجابة لا أوافق على (2 درجتين)، والإجابة لا أوافق بشدة (1 درجة واحدة).
- كما تم اعتماد المقياس التالي للحكم على المتوسطات الحسابية، حيث تم تقسيم التدرج الخماسي إلى ثلاث فئات متساوية على النحو التالي:

- من 1.00 - 2.33: بدرجة منخفضة.
- من 2.34 - 3.67: بدرجة متوسطة.
- من 3.68 - 5.00: بدرجة مرتفعة.

إجراءات الدراسة

- لتحقيق أهداف الدراسة، قام الباحث بالإجراءات التالية:
- اعتمد الباحث المنهج الوصفي وذلك بتوزيع الاستبانة على لاعبين ولإعبات في تسعة أندية للتايكواندو في مدينة الزرقاء لتحقيق الهدف من الدراسة.

متغيرات الدراسة

- شملت هذه الدراسة المتغيرات التالية:
- المتغيرات المستقلة: وتشمل (الجنس، عدد سنوات ممارسة الرياضة).
 - المتغيرات التابعة: استجابة أفراد العينة على معوقات ممارسة رياضة التايكواندو من وجهة نظر اللاعبين (معوقات تتعلق ببرامج التدريب في الأندية والمراكز، معوقات تتعلق بالإمكانات المادية، معوقات تتعلق بطريقة التدريب، معوقات تتعلق بالمدرّب).

المعالجة الإحصائية

للإجابة عن أسئلة الدراسة تم استخدام الأساليب الإحصائية التالية:

1. المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لجميع فقرات أداة الدراسة.
2. اختبار (One Sample T-test) على جميع مجالات أداة الدراسة والأداة ككل.
3. اختبار (Independent Samples T-Test) على جميع مجالات الدراسة والأداة ككل تبعاً لمتغير الجنس.
4. تحليل التباين الأحادي (ANOVA) على جميع مجالات الدراسة والأداة ككل تبعاً لمتغير عدد سنوات ممارسة الرياضة.

عرض نتائج التحليل الإحصائي ومناقشتها

فيما يلي عرض ومناقشة نتائج الدراسة التي تهدف إلى تعرف معوقات رياضة التايكواندو من وجهة نظر اللاعبين، وسيتم عرض النتائج ومناقشتها بالاعتماد على أسئلة الدراسة.

السؤال الأول: هل هناك مستوى متوسط ودال إحصائياً عند مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$) من المعوقات المتعلقة برياضة التايكواندو من وجهة نظر اللاعبين.

للإجابة عن هذا السؤال تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والمجموع الكلي لهما لجميع فقرات مجال "المعوقات المتعلقة ببرامج التدريب في الأندية والمراكز"، كما تم تطبيق اختبار (One Sample T-test) على المجال الكلي، والجداول (3-4) توضح ذلك.

الجدول (3)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والمجموع الكلي لهما لجميع فقرات مجال "المعوقات المتعلقة ببرامج التدريب في الأندية والمراكز"

الرقم	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الرتبة	درجة التقييم
1	يسهم برنامج التدريب في رفد بطولات التايكواندو باللاعبين.	2.12	1.55	11	منخفضة
2	يهتم برنامج تدريب التايكواندو بالإعداد البدني والصحي للاعبين.	1.43	1.06	14	منخفضة
3	يسهم برنامج التدريب بإكساب اللاعبين المهارات الحركية والفنية.	2.40	1.66	8	متوسطة
4	يراعي برنامج تدريب التايكواندو الفروق الفردية بين اللاعبين.	2.41	1.50	7	متوسطة
5	يسهم برنامج التدريب بتحقيق الجانب الترويحي للاعبين.	2.34	1.58	9	متوسطة
6	يسهم برنامج التدريب بإكساب اللاعبين نواحي معرفية جديدة.	2.50	1.64	6	متوسطة
7	يسهم برنامج تدريب التايكواندو بإكساب اللاعبين القوام السليم.	1.80	1.48	13	منخفضة
8	يسهم برنامج التدريب بغرس العادات الصحية السليمة عند اللاعبين.	2.30	1.49	10	منخفضة
9	يسهم برنامج التدريب بإكساب اللاعبين القيم مثل الشهامة وحسن الخلق.	1.93	1.18	12	منخفضة
10	يسهم برنامج التدريب بإشباع ميول اللاعبين ودوافعهم.	3.69	1.67	1	مرتفعة
11	يسهم برنامج التدريب بتنمية المهارات الفردية والجماعية اللازمة للحياة بتوضيح طرق تعليم المهارات وتبسيطها.	3.44	1.70	2	متوسطة
12	يسهم برنامج التدريب في طريقة تعليم المهارات عن طريق التوضيح الجيد للمهارة.	2.94	1.63	5	متوسطة
13	يسهم برنامج التدريب في خلق جيل يتمتع بقدرات بدنية.	3.16	1.35	4	متوسطة
14	يسهم برنامج التدريب على خلق روح الإبداع والابتكار عند اللاعبين.	3.32	1.35	3	متوسطة
	المجال الكلي/ المعوقات المتعلقة ببرامج التدريب في الأندية والمراكز.	2.56	0.83		متوسطة

(2.56) بدرجة تقييم متوسطة، حيث بلغ أعلى متوسط الحسابي (3.69) للفقرة (10) "يسهم برنامج التدريب بإشباع

يظهر من جدول (3) أن المتوسط الحسابي الكلي لمجال المعوقات المتعلقة ببرامج التدريب في الأندية والمراكز بلغ

المشاركة بالبطولات للتايكواندو، حيث أن المتوسطات الحسابية لهذه الفقرات كانت ضعيفة. وقد أشارت دراسة لبيب (2006) إلى أن تشكيل الفترة التدريبية لرياضة التايكواندو في معظم برامج التدريب المستخدمة بالأندية والمنتخبات القومية يكون مبنياً على الناحية البدنية والمهارية فقط مع إهمال النواحي النفسية والعقلية، على الرغم من أن التدريب العقلي لا يأخذ وقتاً طويلاً في أثناء التدريب ويكون العائد منه كبيراً إلا أن إهماله يؤثر بصورة واضحة في فعالية أداء اللاعبين.

ميول اللاعبين ودوافعهم" بدرجة تقييم مرتفعة، وبلغ أدنى متوسط حسابي (1.43) للفقرة (2) "يهتم برنامج تدريب التايكواندو بالإعداد البدني والصحي للاعبين" بدرجة تقييم منخفضة. وبما أن الفقرات تمت صياغتها بطريقة إيجابية؛ فإن ارتفاع المتوسط الحسابي يعبر عن عدم وجود معوقات وانخفاض المتوسط الحسابي يدل على وجود معوقات. وهذه البرامج لا تسهم في الإعداد البدني والصحي للاعبين، وعدم مراعاتها للفروق الفردية بين اللاعبين، من ثم عدم إنجاز المهام المفروضة كافة عليهم كأفراد أو على الفريق ككل، وهذا ينعكس على اللاعبين سلباً مما يجعلهم غير قادرين على

الجدول (4)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والمجموع الكلي لهما لجميع فقرات مجال "المعوقات المتعلقة بالإمكانات المادية"

الرقم	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الرتبة	درجة التقييم
1	يتوافر في النادي المعدات القانونية الصالحة للاستعمال في رياضة التايكواندو.	2.85	1.49	9	متوسطة
2	يتوافر في النادي الأجهزة المساعدة في ممارسة رياضة التايكواندو.	2.80	1.73	10	متوسطة
3	عوامل الأمن والسلامة متوفرة في النادي.	3.01	1.67	5	متوسطة
4	الملابس الخاصة بالتايكواندو متوفرة في النادي.	3.17	1.50	3	متوسطة
5	توجد معدات كافية لممارسة مهارات التايكواندو من قبل اللاعبين.	3.17	1.38	3	متوسطة
6	يوجد في النادي صالة تدريبية مناسبة للتايكواندو.	2.94	1.66	7	متوسطة
7	غرف الغيار متوفرة ومناسبة للاستعمال.	3.31	1.67	2	متوسطة
8	تتناسب خطة تدريب التايكواندو مع الإمكانيات الموجودة.	2.67	1.42	12	متوسطة
9	تقدم إدارة النادي حوافز مادية ومعنوية للفائزين.	2.74	1.44	11	متوسطة
10	الإمكانات المتاحة في النادي مناسبة لتنفيذ مهارات التايكواندو بجميع المستويات.	3.65	1.64	1	متوسطة
11	يتوافر في النادي مكان مناسب للقيام بالإحماء قبل البدء باللعب.	2.88	1.48	8	متوسطة
12	توجد في النادي أجهزة مناسبة لرفع مستوى القدرات البدنية للاعبين.	3.00	1.60	6	متوسطة
	المجال الكلي/ المعوقات المتعلقة بالإمكانات المادية	3.02	0.70		متوسطة

حسابي (2.67) للفقرة (8) "تتناسب خطة تدريب التايكواندو مع الإمكانيات الموجودة" بدرجة تقييم متوسطة. وبما أن الفقرات تم صياغتها بطريقة إيجابية؛ فإن ارتفاع المتوسط الحسابي يعبر عن عدم وجود معوقات وانخفاض المتوسط الحسابي يدل على وجود معوقات.

يظهر من جدول (4) أن المتوسط الحسابي الكلي لمجال المعوقات المتعلقة بالإمكانات المادية بلغ (3.02) بدرجة تقييم متوسطة، حيث بلغ أعلى متوسط حسابي (3.65) للفقرة (10) "الإمكانات المتاحة في النادي مناسبة لتنفيذ مهارات التايكواندو بجميع المستويات" بدرجة تقييم متوسطة، وبلغ أدنى متوسط

أظهرت النتائج وجود معوقات تواجه لاعبي التايكواندو المتعلقة بالإمكانات المادية بدرجة متوسطة، ويعود السبب في ذلك إلى أن الأندية لا توفر المعدات والأجهزة اللازمة لممارسة رياضة التايكواندو بشكل جيد، وتتفق نتيجة الدراسة الحالية مع نتائج عدد من الدراسات التي أظهرت أن الإمكانيات المادية من حيث عدم توافر الصالات والأجهزة الرياضية من أبرز المعوقات التي تواجه لاعبي التايكواندو، مثل دراسة (المصطفى، 1994).

أظهرت النتائج وجود معوقات تواجه لاعبي التايكواندو المتعلقة بالإمكانات المادية بدرجة متوسطة، ويعود السبب في ذلك إلى أن الأندية لا توفر المعدات والأجهزة اللازمة لممارسة رياضة التايكواندو بشكل جيد، وتتفق نتيجة الدراسة الحالية مع نتائج عدد من الدراسات التي أظهرت أن الإمكانيات المادية من حيث عدم توافر الصالات والأجهزة الرياضية من أبرز المعوقات التي تواجه لاعبي التايكواندو، مثل دراسة (المصطفى، 1994).

الجدول (5)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والمجموع الكلي لهما لجميع فقرات مجال "المعوقات المتعلقة بطريقة التدريب"

الرقم	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الرتبة	درجة التقييم
1	طريقة التدريب على التايكواندو تتيح للاعب فرصة الابتكار والإبداع.	2.64	1.48	6	متوسطة
2	طريقة التدريب تتيح الفرصة للاعبين على تخصيص الوقت لإشباع ميولهم.	3.91	1.48	1	مرتفعة
3	تسهم طرق التدريب المستخدمة بالوصول إلى المستويات العليا.	2.43	1.38	7	متوسطة
4	أقوم بتقويم مستوى أدائي بشكل مستمر.	2.81	1.59	4	متوسطة
5	تساعد طرق التدريب المستخدمة في تبسيط المهارات.	2.65	1.53	5	متوسطة
6	أركز على المهارات والحركات الأساسية لرياضة التايكواندو.	3.14	1.70	3	متوسطة
7	أراعي التنوع في مهارات التايكواندو وعلى السواء في المحتوى والطريقة.	3.18	1.58	2	متوسطة
8	أوظف الأجهزة والأدوات لتطوير قدراتي ومهاراتي.	2.07	1.53	11	منخفضة
9	تراعي طرق التدريب الفروقات الفردية والعمرية بين اللاعبين.	2.39	1.64	8	متوسطة
10	أحاول زيادة الفترة المخصصة للقتال الحر في التايكواندو.	2.33	1.52	10	منخفضة
11	استخدم طرق مختلفة عند تعلم المهارات الأساسية في التايكواندو.	2.35	1.57	9	متوسطة
12	نتيح طرق التدريب زيادة الوقت المخصص للقتال الحر.	1.81	1.28	12	منخفضة
المجال الكلي/ المعوقات المتعلقة بطريقة التدريب.		2.64	0.75		متوسطة

المتعلقة بطريقة التدريب بدرجة متوسطة، ويعود السبب في ذلك إلى أن كثير من المدربين يجهلون أهمية البرامج التدريبية وطرق تطبيقها، وإنما يعتمدون على خبراتهم الذاتية السابقة، ولا يحاولون مواكبة التطور الواضح؛ رياضة التايكواندو الحديثة التي أصبحت تعتمد في الفترة الأخيرة على الساعات العالية في الأداء كنتيجة للتركيز على الأداء للحركات الأمامية للاعبين بهدف اختصار زمن الضربة والوصول إلى أقصى سرعة لإحراز النقاط، وهذا ينعكس سلباً على اللاعب، حيث يفشل كثير من اللاعبين في الوصول إلى تحقيق الهدف المطلوب، وعدم قدرة المدرب على التواصل مع اللاعب؛ مما يؤدي إلى تعرضه لبعض المعوقات التي تعيق تقدمه.

يظهر من جدول (5) أن المتوسط الحسابي الكلي لمجال المعوقات المتعلقة بطريقة التدريب بلغ (2.64) بدرجة تقييم متوسطة، وبلغ أعلى متوسط حسابي (3.91) للفقرة (2) "طريقة التدريب تتيح الفرصة للاعبين على تخصيص الوقت لإشباع ميولهم" بدرجة تقييم مرتفعة، وبلغ أدنى متوسط حسابي (1.81) للفقرة (12) "نتيح طرق التدريب زيادة الوقت المخصص للقتال الحر" بدرجة تقييم منخفضة. وبما أن الفقرات تم صياغتها بطريقة إيجابية فإن ارتفاع المتوسط الحسابي يعبر عن عدم وجود معوقات وانخفاض المتوسط الحسابي يدل على وجود معوقات. أظهرت النتائج وجود معوقات تواجه لاعبي التايكواندو

وتتفق نتيجة الدراسة الحالية مع نتيجة دراسة المومني (1993) والتي أشارت إلى أن من أهم معوقات ممارسة رياضة الجمباز من وجهة نظر مدرسي ومدرسات التربية الرياضية لمرحلة التعليم الأساسي الدنيا في مديرية تربية محافظة إربد هي طريقة التدريب المتبعة في تدريب اللاعبين.

الجدول (6)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والمجموع الكلي لهما لجميع فقرات مجال "المعوقات المتعلقة بالمدرّب"

الرقم	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الرتبة	درجة التقييم
1	طريقة وأسلوب المدرّب في التعامل معي تمنحني الارتياح وتريحني في أثناء التدريب	3.04	1.58	3	متوسطة
2	لدى المدرّب خبرة كافية في تدريب رياضة التايكواندو وإعداد اللاعبين	2.25	1.68	9	منخفضة
3	ضعف الإعداد المهني للمدرّب يؤثر في أدائي في أثناء التدريب	2.35	1.64	6	متوسطة
4	عدم مشاركة المدرّب في دورات التحكيم التي عقدها الاتحاد الأردني للتايكواندو	2.17	1.43	12	منخفضة
5	عدم وجود رغبة لدى المدرّب على تدريب اللاعبين على أقوى مهارات التايكواندو	2.60	1.64	4	متوسطة
6	عدم ضعف امتلاك المدرّب القدرة على تقديم نموذج لجميع مهارات التايكواندو واليومسي	2.35	1.67	7	متوسطة
7	تدخل المدرّب في إشراك اللاعبين في البطولات المحلية	2.29	1.50	8	منخفضة
8	عدم معرفة المدرّب بالقدرات التي يمتلكها اللاعبون	2.21	1.53	10	منخفضة
9	عدم مراعاة المدرّب الفروق الفردية للاعبين	2.12	1.57	13	منخفضة
10	عدم تشجيع المدرّب الموهوبين وبلحقتهم بالفريق الأساسي للنادي	2.21	1.35	10	منخفضة
11	عدم مساعدة الموهوبين من اللاعبين في فحوصات الترقية للأحزمة المتقدمة	3.16	1.72	1	متوسطة
12	عدم مراعاة ميول ورغبات اللاعبين خلال التدريب	3.05	1.77	2	متوسطة
13	يستخدم طرق التدريب المختلفة لتقوية عضلات الطرف السفلي للاعبين	2.46	1.40	5	متوسطة
المجال الكلي/ المعوقات المتعلقة بالمدرّب		2.48	0.55		متوسطة

اللاعبين ومستوياتهم المختلفة، وكل ما ذكر أسباب تجعل اللاعب يشعر بوجود معوقات تتعلق بالمدرّب. وتتفق نتيجة الدراسة الحالية مع نتيجة دراسة المومني (1993) التي أشارت إلى أن المدرّب غير المؤهل من أهم معوقات ممارسة رياضة الجمباز من وجهة نظر مدرسي ومدرسات التربية الرياضية لمرحلة التعليم الأساسي الدنيا في مديرية تربية محافظة إربد.

السؤال الثاني: هل تختلف آراء أفراد العينة حول معوقات رياضة التايكواندو باختلاف (الجنس، وعدد سنوات الدراسة)؟

للإجابة عن هذا السؤال تم تطبيق اختبار (Independent Samples T-Test) على جميع مجالات الدراسة والأداة ككل

يظهر من جدول (6) أن المتوسط الحسابي الكلي لمجال/ المعوقات المتعلقة بالمدرّب بلغ (2.48) بدرجة تقييم متوسطة، وبلغ أعلى متوسط الحسابي (3.16) للفقرة (11) "عدم مساعدة الموهوبين من اللاعبين في فحوصات الترقية للأحزمة المتقدمة" بدرجة تقييم متوسطة، وبلغ أدنى متوسط حسابي (2.12) للفقرة (9) "عدم مراعاة المدرّب الفروق الفردية للاعبين" بدرجة تقييم منخفضة. الفقرات التي تمت صياغتها بطريقة إيجابية فإن ارتفاع المتوسط الحسابي يعبر عن عدم وجود معوقات وانخفاض المتوسط الحسابي يدل على وجود معوقات.

ويعود السبب في ذلك إلى عدم مراعاة المدرّب للفروق الفردية بين اللاعبين إلى حد ما، وخبرة المدرّب المتواضعة، مما تجعله غير قادر على ابتكار أساليب تدريب جديدة، أو حتى تطبيق مهارات التايكواندو قد لا تتناسب مع جميع

تبعاً لمتغير الجنس، جدول (7) يوضح ذلك.

الجدول (7)

نتائج تطبيق اختبار (Independent Samples T-Test) على جميع مجالات

الدراسة والأداة ككل تبعاً لمتغير الجنس

الدلالة الإحصائية	درجات الحرية	T	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الجنس	المجال
0.000	98	4.168	0.80	2.40	ذكر	المعوقات المتعلقة ببرامج التدريب في الأندية والمراكز
			0.59	3.22	أنثى	
0.000	98	4.038	0.67	2.89	ذكر	المعوقات المتعلقة بالإمكانات المادية
			0.57	3.56	أنثى	
0.000	98	5.245	0.70	2.47	ذكر	المعوقات المتعلقة بطريقة التدريب
			0.44	3.36	أنثى	
0.643	98	0.464	0.55	2.47	ذكر	المعوقات المتعلقة بالمدرّب
			0.57	2.53	أنثى	
0.000	98	5.336	0.45	2.50	ذكر	الأداة ككل
			0.37	3.10	أنثى	

يظهر من جدول (7) ما يلي:

بمتوسط حسابي (3.36)، بينما بلغ المتوسط الحسابي للذكور (2.47)، وبما أن الفقرات إيجابية، فإن الذكور لديهم معوقات أكثر من الإناث.

4- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$) في آراء أفراد العينة حول المعوقات المتعلقة بالمدرّب تبعاً لمتغير الجنس، حيث بلغت قيمة (T) (0.464) وهي قيمة غير دالة إحصائياً.

5- وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$) في آراء أفراد العينة حول معوقات رياضة التايكوندو تبعاً لمتغير الجنس، حيث بلغت قيمة (T) (5.336) وهي قيمة دالة إحصائياً، لصالح الإناث بمتوسط حسابي (3.10)، بينما بلغ المتوسط الحسابي للذكور (2.50)، وبما أن الفقرات إيجابية، فإن الذكور لديهم معوقات أكثر من الإناث.

أظهرت نتائج الدراسة أن هناك فروقاً في آراء أفراد العينة حول معوقات رياضة التايكوندو فيما يتعلق ببرامج التدريب في الأندية والمراكز، والإمكانات المادية، وطريقة التدريب تبعاً لمتغير الجنس، لصالح الذكور، ويعود السبب في ذلك إلى أن أعداد الذكور المنتسبين للأندية والمراكز التدريبية أكثر من

1- وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$) في آراء أفراد العينة حول المعوقات المتعلقة ببرامج التدريب في الأندية والمراكز تبعاً لمتغير الجنس، حيث بلغت قيمة (T) (4.168) وهي قيمة دالة إحصائياً، لصالح الإناث بمتوسط حسابي (3.22)، بينما بلغ المتوسط الحسابي للذكور (2.40)، وبما أن الفقرات إيجابية، فإن الذكور لديهم معوقات أكثر من الإناث.

2- وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$) في آراء أفراد العينة حول المعوقات المتعلقة بالإمكانات المادية تبعاً لمتغير الجنس، حيث بلغت قيمة (T) (4.038) وهي قيمة دالة إحصائياً، لصالح الإناث بمتوسط حسابي (3.56)، بينما بلغ المتوسط الحسابي للذكور (2.89) وبما أن الفقرات إيجابية، فإن الذكور لديهم معوقات أكثر من الإناث.

3- وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$) في آراء أفراد العينة حول المعوقات المتعلقة بطريقة التدريب تبعاً لمتغير الجنس، حيث بلغت قيمة (T) (5.245) وهي قيمة دالة إحصائياً، لصالح الإناث

للأداء مما يشبع ميولهم ورغباتهم في رياضة التايكواندو، ولذلك ظهرت الفروق في المعوقات في ممارسة رياضة التايكواندو لصالح الذكور مما ساهم في اختلاف آراء أفراد العينة باختلاف الجنس.

كما أظهرت نتائج الدراسة عدم وجود فروق في آراء أفراد العينة حول المعوقات المتعلقة بالمدرّب تبعاً لمتغير الجنس، ويعود السبب في ذلك إلى أن البرامج التدريبية مشتركة ما بين الذكور والإناث، بالإضافة إلى أن معرفة المدرّب بقدرات اللاعبين، وخبرته تجعلانه قادراً على إيصال مهارات التايكواندو بالصورة المناسبة. وأشارت دراسة كل من (المومني، 1993؛ والزعيبي، 1992) إلى عدم وجود فروق في درجة المعوقات تبعاً لمتغير الجنس.

الإناث، ولديهم طموح كبيرة في تحقيق إنجازات في رياضة التايكواندو، ولا يتم ذلك إلا من خلال اجتياح منتخب التايكواندو عن طريق الفوز المستمر بالبطولات المحلية وتصفية المنتخب للأوزان المختلفة، وبما أن المنتخب لا يتسع إلا لثمانية أوزان ويمثل كل وزن لاعب واحد وهو اللاعب الأقوى مهارياً وفنياً، فإن الأندية لا تستطيع تتسيب جميع اللاعبين لدخول المنتخب الوطني للتايكواندو، لذلك تمثلت المعوقات بالنسبة للذكور أكثر من الإناث وبالتالي ظهرت فروق لصالح الذكور.

وكذلك الأمر بالنسبة للمعوقات المتعلقة بطريقة التدريب، حيث إن الذكور -ولأسباب السابقة- يرغبون في الوصول إلى أفضل أداء للمهارات في التايكواندو ومحاولة تقويم مستمر

الجدول (8)

نتائج تطبيق تحليل التباين الأحادي (ANOVA) على جميع مجالات الدراسة والأداة ككل

تبعاً لمتغير عدد سنوات ممارسة التايكواندو

الدلالة الإحصائية	F	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	عدد سنوات ممارسة الرياضة	المجال
0.000	14.833	0.86	2.24	أقل من 5 سنوات	المعوقات المتعلقة ببرامج التدريب في الأندية والمراكز
		0.56	2.82	5-10 سنوات	
		0.38	3.28	أكثر من 10 سنوات	
0.058	2.926	0.74	2.88	أقل من 5 سنوات	المعوقات المتعلقة بالإمكانات المادية
		0.68	3.17	5-10 سنوات	
		0.46	3.27	أكثر من 10 سنوات	
0.001	7.470	0.81	2.49	أقل من 5 سنوات	المعوقات المتعلقة بطريقة التدريب
		0.58	2.62	5-10 سنوات	
		0.36	3.25	أكثر من 10 سنوات	
0.812	0.209	0.59	2.45	أقل من 5 سنوات	المعوقات المتعلقة بالمدرّب
		0.52	2.50	5-10 سنوات	
		0.45	2.55	أكثر من 10 سنوات	
0.000	10.989	0.52	2.45	أقل من 5 سنوات	الأداة ككل
		0.37	2.72	5-10 سنوات	
		0.24	3.03	أكثر من 10 سنوات	

يظهر من جدول (8) ما يلي:

$(0.05 \geq \alpha)$ في آراء أفراد العينة حول المعوقات المتعلقة ببرامج التدريب في الأندية والمراكز تبعاً لمتغير عدد

1- وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة

سنوات ممارسة الرياضة، حيث بلغت قيمة (F) (14.833) وهي قيمة دالة إحصائياً. ولمعرفة مصادر الفروق تم تطبيق طريقة (Scheffe) للمقارنات البعدية على مجال "المعوقات المتعلقة ببرامج التدريب في الأندية والمراكز" تبعاً لمتغير عدد سنوات ممارسة الرياضة، والجدول (9) يوضح ذلك.

الجدول (9)

نتائج تطبيق طريقة (Scheffe) للمقارنات البعدية على مجال "المعوقات المتعلقة ببرامج التدريب في الأندية والمراكز" تبعاً لمتغير عدد سنوات ممارسة التايكواندو

عدد سنوات ممارسة الرياضة	المتوسط الحسابي	أقل من 5 سنوات	5-10 سنوات	أكثر من 10 سنوات
أقل من 5 سنوات	2.24		0.577*	1.042*
5-10 سنوات	2.82	*0.577		
أكثر من 10 سنوات	3.28	*1.042		

* دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$).

الجدول (10)

نتائج تطبيق طريقة (Scheffe) للمقارنات البعدية على مجال "المعوقات المتعلقة بطريقة التدريب" تبعاً لمتغير عدد سنوات ممارسة الرياضة

عدد سنوات ممارسة الرياضة	المتوسط الحسابي	أقل من 5 سنوات	5-10 سنوات	أكثر من 10 سنوات
أقل من 5 سنوات	2.49			0.764*
5-10 سنوات	2.62	*0.764		0.631*
أكثر من 10 سنوات	3.25	*0.631		

* دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$).

دالة إحصائياً.

3- وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$) في آراء أفراد العينة حول المعوقات المتعلقة بطريقة التدريب تبعاً لمتغير عدد سنوات ممارسة الرياضة، حيث بلغت قيمة (F) (7.470) وهي قيمة دالة إحصائياً، ولمعرفة مصادر الفروق تم تطبيق طريقة (Scheffe) للمقارنات البعدية على مجال "المعوقات المتعلقة بطريقة التدريب" تبعاً لمتغير عدد سنوات ممارسة الرياضة، جدول (10) يوضح ذلك.

يظهر من الجدول (10) أن مصادر الفروق كانت بين عدد سنوات ممارسة الرياضة (أقل من 5 سنوات، 5-10 سنوات) لصالح عدد سنوات ممارسة الرياضة (5-10 سنوات) بمتوسط حسابي (2.62)، بينما بلغ المتوسط الحسابي عدد سنوات ممارسة الرياضة (أقل من 5 سنوات) (2.49). وظهرت مصادر الفروق بين عدد سنوات ممارسة الرياضة (5-10

يظهر من جدول (9) أن مصادر الفروق كانت بين عدد سنوات ممارسة الرياضة (أقل من 5 سنوات، 5-10 سنوات) لصالح عدد سنوات ممارسة الرياضة (5-10 سنوات) بمتوسط حسابي (2.82)، بينما بلغ المتوسط الحسابي عدد سنوات ممارسة الرياضة (أقل من 5 سنوات) (2.24)، وظهرت مصادر الفروق بين عدد سنوات ممارسة الرياضة (5-10 سنوات، أكثر من 10 سنوات) لصالح عدد سنوات ممارسة الرياضة (أكثر من 10 سنوات) بمتوسط حسابي (3.28)، وبما أن الفقرات إيجابية، فإن اللاعبين ذوي الخبرة (أكثر من 10 سنوات) لديهم معوقات أقل من الفئات الأخرى بسبب تراكم الخبرة لديهم في ممارسة لعبة التايكواندو.

2- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$) في آراء أفراد العينة حول المعوقات المتعلقة بالإمكانات المادية تبعاً لمتغير عدد سنوات ممارسة الرياضة، حيث بلغت قيمة (F) (2.926) وهي قيمة غير

5- وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$) في آراء أفراد العينة حول معوقات رياضة التايكواندو تبعاً لمتغير عدد سنوات ممارسة الرياضة، حيث بلغت قيمة (F) (10.989) وهي قيمة دالة إحصائياً. ولمعرفة مصادر الفروق تم تطبيق طريقة (Scheffe) للمقارنات البعدية على الأداة ككل/ معوقات رياضة التايكواندو تبعاً لمتغير عدد سنوات ممارسة الرياضة، والجدول (11) يوضح ذلك.

سنوات، أكثر من 10 سنوات) لصالح عدد سنوات ممارسة الرياضة (أكثر من 10 سنوات) بمتوسط حسابي (3.25)، وبما أن الفقرات إيجابية، فإن اللاعبين ذوي الخبرة (أكثر من 10 سنوات) لديهم معوقات أقل من الفئات الأخرى.

4- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$) في آراء أفراد العينة حول المعوقات المتعلقة بالمدرّب تبعاً لمتغير عدد سنوات ممارسة الرياضة، حيث بلغت قيمة (F) (0.209) وهي قيمة غير دالة إحصائياً.

الجدول (11)

نتائج تطبيق طريقة (Scheffe) للمقارنات البعدية على الأداة ككل/ معوقات رياضة التايكواندو تبعاً لمتغير عدد سنوات ممارسة الرياضة

عدد سنوات ممارسة الرياضة	المتوسط الحسابي	أقل من 5 سنوات	5-10 سنوات	أكثر من 10 سنوات
أقل من 5 سنوات	2.45		0.266*	0.571*
5-10 سنوات	2.72	*0.266		
أكثر من 10 سنوات	3.03	*0.571		

* دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$).

المتعلقة بالإمكانات المادية والمدرّب تبعاً لمتغير عدد سنوات ممارسة التايكواندو، ويعود السبب في ذلك إلى أن اللاعب يتعود على وجود الأجهزة والمعدات كما هي فلا يشعر بوجود مشكلة فيها، كما تنشأ علاقات اجتماعية بين المدرّب واللاعب تعود على أسلوب المدرّب فلا يسبب له مشكلة تتعلق بالمدرّب. وأشارت دراسة الزعبي (1992) إلى عدم وجود فروق في درجة المعوقات تبعاً لمتغير عدد سنوات الخبرة في اللعب.

الاستنتاجات

1. وجود معوقات الممارسة ترتبط برياضة التايكواندو من وجهة نظر اللاعبين بدرجة متوسطة.
2. وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$) في آراء أفراد العينة حول المعوقات المتعلقة بكل من (برامج التدريب في الأندية والمراكز، الإمكانات المادية، طريقة التدريب، معوقات رياضة التايكواندو) تبعاً لمتغير الجنس، لصالح الإناث.
3. عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$) في آراء أفراد العينة حول المعوقات المتعلقة بالمدرّب تبعاً لمتغير الجنس.
4. وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة

يظهر من جدول (11) أن مصادر الفروق كانت بين عدد سنوات ممارسة الرياضة (أقل من 5 سنوات، 5-10 سنوات) لصالح عدد سنوات ممارسة الرياضة (5-10 سنوات) بمتوسط حسابي (2.72)، بينما بلغ المتوسط الحسابي عدد سنوات ممارسة الرياضة (أقل من 5 سنوات) (2.45)، وظهرت مصادر للفروق بين عدد سنوات ممارسة الرياضة (5-10 سنوات، أكثر من 10 سنوات) لصالح عدد سنوات ممارسة الرياضة (أكثر من 10 سنوات) بمتوسط حسابي (3.03)، وبما أن الفقرات إيجابية، فإن اللاعبين ذوي الخبرة (أكثر من 10 سنوات) لديهم معوقات أقل من الفئات الأخرى.

أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$) في آراء أفراد العينة حول المعوقات المتعلقة ببرامج التدريب في الأندية والمراكز، وطريقة التدريب تبعاً لمتغير عدد سنوات ممارسة الرياضة، لصالح عدد سنوات ممارسة الرياضة (أقل من 5 سنوات) و(أكثر من 10 سنوات)، ويعود السبب في ذلك إلى أنه كلما زادت سنوات اللعب لدى لاعبي التايكواندو استطاعوا مقاومة المعوقات التي تواجههم وتجاوزها.

وأظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$) في آراء أفراد العينة حول المعوقات

1. ضرورة الاهتمام بتوفير الأجهزة والأدوات الخاصة بالرياضة التايكواندو في الأندية والمراكز الرياضية في محافظة الزرقاء.
 2. ضرورة الاهتمام بتوفير برامج تدريبية تساعد اللاعبين في الارتقاء بمستوى أفضل وتشجعهم على المشاركة في بطولات التايكواندو.
 3. عقد دورات متخصصة في طرق التدريب للمدربين العاملين في الأندية والمراكز الرياضية في محافظة الزرقاء.
 4. إجراء دراسات مشابهة حول معوقات رياضية التايكواندو في مناطق مختلفة من المملكة.
 5. إجراء دراسات حول الحلول المناسبة للتخفيف من المعوقات التي تواجه لاعبي التايكواندو.
- التوصيات**
- في ضوء النتائج السابقة يوصي الباحث بما يلي:

المراجع

- عيسى، سهى أديب، ومصطفى "محمد علي"، 2005، العلاقة بين الحوافز والسلوك العدواني لدى لاعبي ولاعبات المنتخبات الوطنية في رياضات الدفاع عن النفس (الكاراتيه، التايكواندو، الجودو): دراسة مقارنة، مؤتمراً للبحوث والدراسات، المجلد العشريون، العدد التاسع.
- فاخوري، جلال، 1999، الألعاب الرياضية، مركز الدراسات والاستشارات، جامعة العلوم التطبيقية [1999].
- ليبيب، هبه محمد نديم، 2006، أثر التدريب العقلي على خفض قلق المنافسة وفعالية الأداء المهاري للاعبين التايكواندو. رسالة دكتوراه، جامعة الإسكندرية كلية التربية لرياضة للبنات قسم العلوم التربوية والنفسية والاجتماعية.
- المصطفى، عبد العزيز، 1994، أسباب عزوف طلاب جامعة الملك فيصل بالإحساء عن ممارسة النشاط الرياضي. الأردن: مجلة دراسات سلسلة العلوم الإنسانية الجزء الثاني، ص 11-23.
- المومني، زياد، 1993، معوقات ممارسة رياضة الجمباز لتلاميذ مرحلة التعليم الأساسي من وجهة نظر مدرسي التربية الرياضية. رسالة ماجستير، الجامعة الأردنية، عمان، الأردن.
- الوديان، حسن وشوكة نارت، 2009، القدرات البدنية للاعبين التايكواندو من الحاصلين على الحزام الأسود، مجلة بحوث التربية الرياضية، مجلد (43)، العدد (81)، كلية التربية الرياضية، جامعة الزقاريق: مصر.
- Coker, cordon Eugene. 1979. *A survey of senior high school physical education program in selected louisiana public school, the University of Iowa.*
- Farrell albert D. 2006. *peer school problems in the lives of urban adolescents. Freguency, difficulty, and relation to adjustment, department of psychology Virginia commonwealth university, Journal of School Psychology, vol. uu . issue*
- Harrison, Mark. 2005. *public problems, privat solution:*
- جامعة الملك سعود، 2009، على الشبكة الدولية على موقع: <http://www.ksu.edu.sa/sites>
- الجري، 1998، مصادر القلق النفسي لدى لاعبي التايكواندو في الأردن. رسالة ماجستير غير منشورة الجامعة الأردنية، عمان، الأردن.
- حماد، مفتي، 1999، تطبيقات الإدارة الرياضية، ط1، القاهرة. خصاونة، أمان وآخرون، 2005، دراسة مقارنة في بعض عناصر اللياقة البدنية وترتيبها طبقاً لأهميتها لدى لاعبي التايكواندو والكاراتيه في الجامعة الهاشمية، مؤتمراً للبحوث والدراسات، المجلد العشريون، العدد التاسع.
- الديري، علي، 1992، دراسة تحليلية لمعوقات النشاط الرياضي في جامعة الإمارات العربية المتحدة. مجلة علوم وفنون، المجلد الرابع، العدد الأول. القاهرة: جامعة حلوان، ص 137-147.
- الريضي، كمال جميل، 2008، الرياضة لغير الرياضيين لياقة-صحة-جمال، أمانة عمان، الطبعة الأولى.
- الرفاتي، عبد الرحمن رجب، 1998، القدرات البدنية والفسولوجية لدى لاعبي الكاراتيه والتايكواندو دراسة مقارنة، رسالة ماجستير، الجامعة الأردنية، عمان، الأردن.
- الزبيبي، عبد الحليم، 1992، الصعوبات المهنية التي يواجهها معلمو ومعلمات التربية الرياضية لمرحلة التعليم الأساسي في الأردن. رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الأردنية، عمان، الأردن.
- السكري، خيرية إبراهيم وآخرون، 2008، التايكواندو تعليم- تدريب- إصابات، منشأة معارف بالإسكندرية، جلال حزي وشركاه، جامعة الملك سعود، عمادة السنة التحضيرية، قسم مهارات تطوير الذات، المملكة العربية السعودية. منشور على الشبكة الدولية على موقع: <http://www.ksu.edu.sa/sites>
- علاوي، محمد حسن، 1998، مدخل في علم النفس الرياضي، ط2، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.

practices principles. Addison wesly publishing compang.

school choics and its consequnnce *Ato Journal*, U.S.A, 25 (2).

Reuben, Forst, B. 1975. *physical education foundations*

Obstacles Facing Taekwondo Participating from the Pointview of Players in Zarqa Governorate

*Ziad A. Al-Momani and Adnan I. Al-Zawahra**

ABSTRACT

The present study aims to identify the obstacles of Taekwondo from the Pointview of the players in Zarqa. The study sample consisted of (100) players, 81 males and 19 females, distributed on (9) clubs in Zarqa. To achieve the objective of the study, the researcher designed a questionnaire consisting of (52) items distributed on four areas: obstacles related to the training programs in the clubs and centers, (14) items, obstacles related to the financial resources, (12) items, obstacles related to the training method, (13) items, and obstacles related to the instructor, (13) items. After distributing and re-gathering the questionnaires on the members of the study sample and after conducting the necessary statistical treatments , the results of data analysis indicated important of which are:

The presence of obstacles associated with Taekwondo from the pointview of the players with a medium degree.

The presence of statistically significant differences at the level ($\alpha \leq 0.05$) in the views of the study members regarding the obstacles related to the fields of (training programs in the clubs and centers, financial resources, the training method, and obstacles of Taekwondo) due to the variable of sex for the benefit of females.

The presence of statistically significant differences at the significance level ($\alpha \leq 0.05$) in the views of the study members regarding the obstacles related to the fields (training programs in the clubs and centers, the training method, obstacles of Taekwondo) due to the variable of number of years of exercise for the benefit of the number of years of exercise (5-10 years), (more than 10 years).

The absence of statistically significant differences at the significance level ($\alpha \leq 0.05$) in the views of the study members regarding the obstacles related to the financial resources and the trainer according to the variable of the number of years of exercise.

Keywords: Taekwondo, Obstacles of Taekwondo, Players.

* Faculty of Physical Education, Yarmouk University; and Ministry of Education, Jordan. Received on 5/12/2011 and Accepted for Publication on 12/2/2013.