

أهداف البحث :

- ١ - التعرف على الخصائص الفنية لمراحل أداء المهارة
- ٢ - وضع مجموعة من التدريبات النوعية (بدنية-مهارة) لمراحل أداء المهارة من خلال التحليل الحركي للمهارة

منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج الوصفي باستخدام التصوير بالفيديو

الاستنتاجات:

- قيمة الزمن الكلي للمهارة (٤) ثمقسمة كالاتى المرحلة التمهيديّة (١.٢٠) ث والمرحلة الختامية (١.٢٨) ث
- التحرر من العقلة حدث فى الكادر رقم (٧١) فى الربع الرابع واعادة القبض فى الكادر رقم (٩٦) فى الربع الاول من الدورة الثانية
- اقصى ارتفاع لمركز ثقل الجسم كان قيمته (٦٥.٠) سم فى الكادر رقم (٧٣)
- زاوية مركز ثقل الجسم اثناء التحرر (٥٧.٢٣) درجة واثناء اعادة القبض (٤٣.٦٩) درجة

التوصيات: استخدام نتائج البحث الكينماتيكية _ استخدام التمرينات النوعية لتعليم وتحسين الاداء فى المهارة