

تأثير جمل حركيه مركبه في تطوير ضربات فوق الرأس الأمامية للاعبين بالريشة الطائرة

د.م.د. وسام صلاح عبد الحسين

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

جامعه كربلاء

د.م.د. حسين حسون

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

جامعه كربلاء

الملخص

من خلال تواجد ومتابعه الباحثان للعبة الريشة الطائرة لاحظا أن اغلب اللاعبين يعانون من ضعف في اداء ضربات فوق الرأس الأمامية بالريشة الطائرة مما يؤثر بصورة سلبية على مستوى أدائهم وصعوبة إحرازهم للنقاط، وبما ان الطريقة للوصول إلى الأداء المثالي الذي يهدف إلى تحقيق الفوز يتطلب توافيق متطلبات كثيرة جداً من بينها مستوى عالي في أداء مترابط ومتداخل للقدرات البدنية والمهارية ، فيما بينها ، إذ تعد القدرات البدنية الركيزة الأساسية التي يبنى عليها تطوير الجانب المهاري ، لذا ارتى الباحثان دراسة هذه المشكلة من خلال إعداد جمل حركيه مركبه (بدنيه- مهاريه) ومحاولة تداخلهما بما يخدم الأداء المهاري محاولة لتطوير هذه الضربات والوصول الى مستوى مثالي. (اهداف البحث التعرف على تأثير الجمل الحركية المركبة في تطوير ضربات فوق الرأس الأمامية للاعبين بالريشة الطائرة و التعرف على أفضليه التأثير للجمل الحركية المركبة أم التمارين الاعتيادية في تطوير ضربات فوق الرأس الأمامية للاعبين بالريشة الطائرة في الاختبارات البعديه.

مثلت عينة البحث مجتمع البحث بأكمله وهم لاعبو المركز التدريبي في محافظه بابل والبالغ عددهم ١٠ لاعبين وبأعمار (١٥-١٧) وهذا يعني استخدام طريقة الحصر الشامل لجميع أفراد المجتمع ، وتم تقسيمهم عن طريق القرعة إلى مجموعتين الأولى تجريبية تستخدم الجمل الحركية والثانية ضابطة تتدرب حسب منهج المدرب ، وللتأكد من تكافؤ المجموعتين استخدم الباحثان اختبار مان وتني والتي أظهرت النتائج بعدم وجود فروق معنوية بين المجموعتان

وكانت اهم الاستنتاجات هي أن للجمل الحركية المركبة (البدنية - المهارية) أثرت وبشكل واضح في دقه ضربات فوق الرأس الأمامية للاعبين بالريشة الطائرة. و أن للجمل الحركية المركبة (البدنية - المهارية) أثرت وبشكل واضح في زياده دافعيه ورغبه اللاعبين نحو التدريب اما اهم التوصيات هي ضرورة الاهتمام بتدريبات الجمل الحركية المركبة والربط بين الجوانب البدنية والمهارية خلال التمرين الواحد والوحدة التدريبية الواحدة . وضرورة الاهتمام بضربات فوق الرأس الأمامية بالريشة الطائرة لأن من خلالها الحصول على النقطة وكسب المباراة.

Summary

Through the presence of and follow-up researchers for badminton noticed that most of the players are suffering from the weakness in the performance of strikes over the front head badminton, which has a negative impact on the level of their performance and the difficulty of

attaining the points, including that the way to reach the ideal performance, which aims to win requires many requirements agree too, including a high level in an interdependent and overlapping performance capabilities of physical and skill with each other, as are the physical abilities the essential foundation upon which the technically gifted side development, so Arti researchers study this problem by preparing sentences motor vehicle (Bdnah- skill) and try overlap to serve the performance skills to try to develop these strikes and get to the ideal level. Research objectives identify the impact of the camel motor vehicle in the development of strikes over the front head of the players paintbrush plane and identify the impact of preference sentences motor vehicle or exercise routine in the development of strikes over the front head of the players paintbrush plane at a posteriori tests

Represented the research sample the entire community Find illusion players exert training center in the province of Babylon, totaling 10 players and ages (15-17) and this means using the method of comprehensive inventory of all members of society, they were divided by lot into two groups, the first experimental use camel motor and the second officer trained by curriculum coach, and to ensure equality of the two researchers used the Mann Whitney test and the results showed that there were no significant differences between the two groups.

The most important conclusions are that the motor of the vehicle sentences (physical - footwork) influenced clearly the accuracy of the strikes over the front of the head, players paintbrush plane. And that the sentences for the motor vehicle (physical - footwork) affected and clearly to increase their motivation and the desire of players to the training The most important recommendations is the need to focus on exercises camel motor vehicle and the link between the physical aspects and skill during each □

١- التعريف بالبحث:

١-١ المقدمة وأهمية البحث :

إن المستوى الرياضي المتقدم الذي وصلت إليه دول كثيرة هو نتيجة للتقدم الذي شهده العالم في مختلف المجالات العلمية ، والذي ظهر واضحا في تحقيق الانجازات الرياضية مما عمدت اغلب الدول إلى استخدام أفضل الأساليب والأدوات التدريبية في المجال الرياضي من اجل الوصول باللاعب إلى مستوى عالي في أداء المهارات الأساسية لأي لعبة ، ولما كان هدف أي مدرب هو توجيه الجهود لتحقيق الانجاز ، فكان إلزاما عليه استخدام التخصصية في التدريب والتركيز على متطلبات الأداء الفني في نوع الفعالية الرياضية ، إذ تعد خصوصية التدريب احد القوانين الأساسية التي تحكم عملية التدريب في تحقيق الهدف منها وهو المستوى العالي من الانجاز لعبة الريشة الطائرة من الألعاب الفردية التي شهدت تطورا واضحا في الآونة الأخيرة ، نتيجة لدخولها الاولمبياد مما جعل اغلب الدول تتنافس في ابتكار أفضل الأساليب والأدوات التدريبية العلمية لتطوير أداء لاعبيهم كما أن تنوع البطولات في الريشة الطائرة (الفردية و الزوجي و الزوجي المختلط) للرجال والنساء جعل



اغلب الدول تعتمد مبدأ التخصص في اللعب ، وذلك لأنّ مهارات الريشة الطائرة تتميز بدرجة عالية من الدقة والصعوبة بسبب السرعة الكبيرة للريشة وتعدد مساراتها الحركية في النقطة الواحدة مما يتطلب امتلاك اللاعب صفات بدنية عالية وقدرته على إيجاد الحلول المناسبة للمشاكل التي تواجهه في أثناء المباراة . ، كما إن مهارات الريشة الطائرة مهارات معقدة وصعبة وذلك لكثرة أنواعها وتعدد استخداماتها في النقطة الواحدة ، كما إن اغلب هذه المهارات تصنف ضمن المهارات المفتوحة والتي تكون بيئتها غير متوقعة مما يجب على المدرب زيادة فاعلية التعلم والتدريب حتى يتمكن اللاعب من التعرف على اغلب المثيرات التي من الممكن أن تواجهه ، ومن الأمور البالغة الأهمية لدى الإنسان هو التعلم في عمر مبكر كونه أساس الفعاليات الرياضية التي تتعلق بإتقان المهارات الأساسية الخاصة بكل فعالية رياضية، لذا كان الاهتمام على استخدام جمل حركيه مركبه تشمل تمارين متنوعه (بدني - مهاري) بالإضافة الى الربط بين مهارتين تهدف الى تطوير مهارات فوق الرأس الأمامية (ضربه الابعاد - الضربة المسقطه - الضربة الساحقة) للاعبين بالريشة الطائرة .

٢-١ مشكله البحث

من خلال تواجد ومتابعه الباحثان للعبة الريشة الطائرة لاحظا أن اغلب اللاعبين يعانون من ضعف في اداء ضربات فوق الرأس الأمامية بالريشة الطائرة مما يؤثر بصورة سلبية على مستوى أدائهم وصعوبة إحرازهم للنقاط ، وبما ان الطريقة للوصول إلى الأداء المثالي الذي يهدف إلى تحقيق الفوز يتطلب توافق متطلبات كثيرة جداً من بينها مستوى عالي في أداء مترابط ومتداخل للقدرات البدنية والمهارية فيما بينها ، إذ تعد القدرات البدنية الركيزة الأساسية التي يبنى عليها تطوير الجانب المهاري ، لذا ارتئ الباحثان دراسة هذه المشكلة من خلال إعداد جمل حركيه مركبه (بدنيه- مهاريه) ومحاولة تداخلهما بما يخدم الأداء المهاري محاولة لتطوير هذه الضربات والوصول الى مستوى مثالي.

٣-١ أهداف البحث

١- التعرف على تأثير الجمل الحركية المركبة في تطوير ضربات فوق الرأس الأمامية للاعبين بالريشة الطائرة.

٢- التعرف على أفضليه التأثير للجمل الحركية المركبة أم التمارين الاعتيادية في تطوير ضربات فوق الرأس الأمامية للاعبين بالريشة الطائرة في الاختبارات البعديه.

٤-١ فروض البحث

١- هنالك تأثير ايجابي للجمل الحركية المركبة في تطوير ضربات فوق الرأس الأمامية للاعبين بالريشة الطائرة في الاختبارات القبليه والبعديه.

٢- للجمال الحركية المركبة (بدنيه- مهارية) أفضلية التأثير في تطوير ضربات فوق الرأس الأمامية للاعبين بالريشة الطائره في الاختبارات البعديه.

١-٥ مجالات البحث

١- المجال البشري : لاعبوا المركز التدريبي في محافظه بابل بأعمار (١٥-١٧).

٢- المجال الزماني : من ١/١/٢٠١٧ الى ١٥/٢/٢٠١٧ م

٣- المجال المكاني : القاعة المغلقة في قضاء المحاويل - محافظه بابل.

١-٦ تحديد المصطلحات :

١- الجمل الحركية المركبة ^(١) : عدد من الحركات (أو الاداءات الحركية) المستقلة غير المتماثلة، المتباينة من حيث تكوينها واهدافها، والتي يعمل على ربطها أو (دمجها) ببعضها البعض، بكيفية تجعل أداؤها داخل إطار هذه الجملة الحركية متواصلا، اقتصاديا وعلى درجة عالية من التوافق.

٢- منهج البحث وإجراءاته الميدانية

٢-١ منهج البحث :

استخدم الباحثان المنهج التجريبي بتصميم المجموعتان المتكافئتان وذلك لملائمته طبيعة المشكلة المراد حلها.

٢-٢ مجتمع البحث وعينته :

مثلت عينة البحث مجتمع البحث بأكمله وهم لاعبوا المركز التدريبي في محافظه بابل والبالغ عددهم ١٠ لاعبين وبأعمار (١٥-١٧) وهذا يعني استخدام طريقة الحصر الشامل لجميع أفراد المجتمع ، وتم تقسيمهم عن طريق القرعة إلى مجموعتين الأولى تجريبية تستخدم الجمل الحركية والثانية ضابطة تتدرب حسب منهج المدرب ، وللتأكد من تكافؤ المجموعتين استخدم الباحثان اختبار مان وتني والتي أظهرت النتائج بعدم وجود فروق معنوية بين المجموعتين وكما في الجدول (١).

(١) عباس عبد الحمزة كاظم، فعالية استخدام الاداءات الحركية المركبة فى تطوير بعض مهارات كرة اليد الهجومية لطلاب كلية التربية الرياضية - جامعه كربلاء ، رساله ماجستير ، جامعه الإسكندرية ، ٢٠١٤، ص ١٥



جدول (١) يبين تكافؤ مجموعتي البحث

نوع الدلالة	مستوى الدلالة	قيمه مان وتني	وحدة القياس	المؤشرات الإحصائية المتغيرات البحثية
غير معنوي	٠,٢١	٩	درجة	ضربه الابعاد الامامية
غير معنوي	٠,٤٤	١٢	درجة	الضربة المسقطة الامامية
غير معنوي	٣٣,٠	١١	درجه	الضربة الساحقة الامامية

ن=١ ٥=٢ ن=٥ مستوى الدلالة (٠,٠٥)

٢-٣ الأدوات والأجهزة المستخدمة بالبحث :

- ١- ملعب ريشه طائره عدد٢ نوع يونكس.
- ٢- مضارب متنوعه الاوزان اخف واثقل من المضرب الحقيقي عدد (٢٠) نوع يونكس .
- ٣- مضارب ريشه قانونية نوع (يونكس) عدد (٢٠) .
- ٤- كرات ريشه طائره اللون نوع (يونكس) عدد (١٠علبة).
- ٥- أقلام ماجيك ملونه عدد (٥)
- ٦- شريط قياس كتان ذات طول ٢٠م
- ٧- أشرطة لاصقه ملونه عدد(١٠) روله.
- ٨- ساعة توقيت صينية عدد(٢).
- ٩- الاختبارات ١٠- استمارة تفريغ البيانات ١١- حاسبه نوع (dell) ١٢- اعمده ١٣- حبال مطاطيه

٢-٤ الاختبارات المستخدمة في البحث

اولا/ اختبار ضربة الابعاد الامامية^(١) :

اسم الاختبار : ضربة الابعاد الامامية .

غرض الاختبار : قياس دقة اداء ضربة الابعاد الامامية .

الادوات المطلوبة : مضارب ريشة ، حبل ، قوائم اضافية بارتفاع (٢٢٤سم) ، استمارة

معلومات ، ملعب مخطط بتصميم الاختبار .

وصف الاداء :

* بعد ان يتم رح الاختبار للمختبرين يعطى المختبرون وقتا مناسباً للأحماء ثم يعطى كل مختبر (٥) محاولات

تجريبية .

* يقف المختبر في المنطقة المحددة (●) .

١ - وسام صلاح عبدالحسين " الريشة الطائرة بين الممارسة والمنافسة : (عمان ، دار الرضوان للنشر والتوزيع ، ٢٠١٣) ص .

* في اللحظة التي يرسل المدرب له الريشة يستطيع التحرك ان كان هذا التحرك ضروريا لإنجاح المحاولة ، وعليه ضرب الريشة بضربة ابعاد امامية (من فوق الرأس) ليرسلها من فوق الشبكة ثم الحبل باتجاه المنطقة المحددة بالدرجات .

* يعطى المختبر (١٢) محاولة محاولة تحسب له أفضل (١٠) محاولات فقط.

تقويم الاداء :

* يعطى المختبر (٣) نقاط في حال سقوط الريشة في المنطقة المحددة بمسافة (٥٠سم) بعد الخط الخلفي للملعب.

* يعطى المختبر (٣) نقاط في حال سقوط الريشة في المنطقة المحددة بمسافة (٧٦سم) بين الخط الخلفي للملعب وبداية خط الارسال الخلفي البعيد .

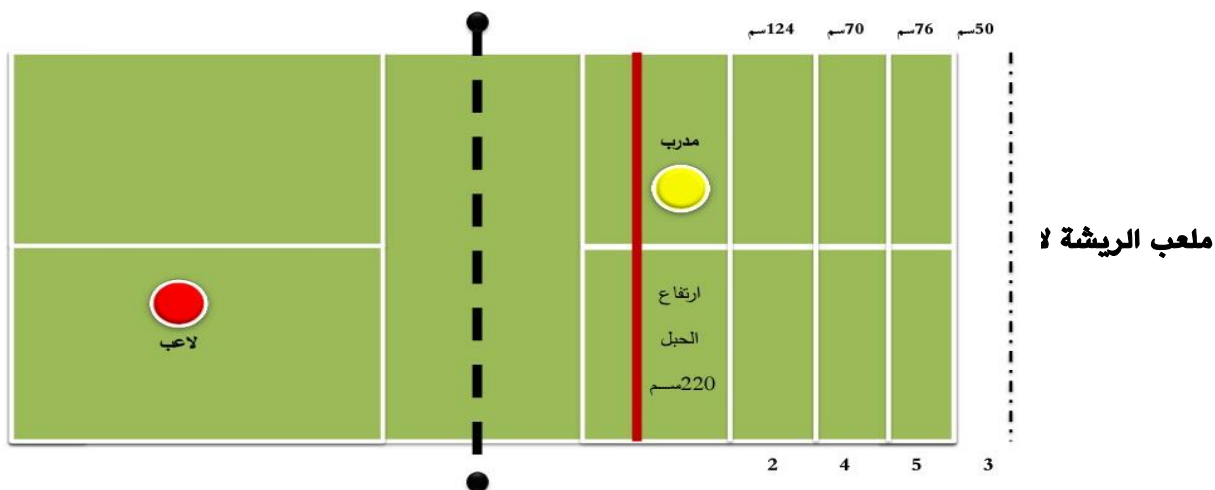
* يعطى المختبر (٤) نقاط في حال سقوط الريشة في المنطقة المحددة ب (٧٠سم) بعد خط الارسال الزوجي البعيد .

* يعطى المختبر نقطتين في حال سقوط الريشة في المنطقة المحددة بمسافة (١٢٤سم) التي تبدأ من نهاية النقطة (٤) وتنتهي بالخط الوهمي الممتد أسفل الحبل .

* تعطى الدرجة الاعلى في حالة سقوط الريشة على خط بين نقطتين ولا تعطى اية نقطة للريشة التي تسقط خارج حدود الملعب أو تعلق بالشبكة .

* يكون الحد الاعلى للنقاط التي يستطيع المختبر تسجيلها في افضل (١٠) محاولات هو (٥٠) نقطة .

* يمكن اداء مهارة ضربة الابعاد بصورة امامية أو قطرية .



ثانيا : اختبار الضربة المسقطة الامامية⁽¹⁾ :

غرض الاختبار : قياس مهارة الضربة المسقطة الامامية .

الادوات المطلوبة : مضارب ريشة ، ريش ، ملعب مخطط بتصميم الاختبار الشكل (٢) .

وصف الاداء :

بعد ان يتم شرح الاختبار للمختبرين يعطى كل مختبر (٥) محاولات تجريبية للأحماء وبعدها يقف اللاعب في المكان المحدد له (●) وعلى بعد (٥م) من البكة ويكون ماسكا مضربه بمسكة امامية لاستقبال الريشة المرسلة اليه من الملعب المقابل وعلى جهة يمين اللاعب (اللاعب الايمن) وبالعكس لتعبر الشبكة محاولا إسقاطها في المنطقة ذات الدرجة الاعلى والمدرجة (٣،٢،١) والبالغ مساحة كل منطقة (١م) .

تقويم الاداء :

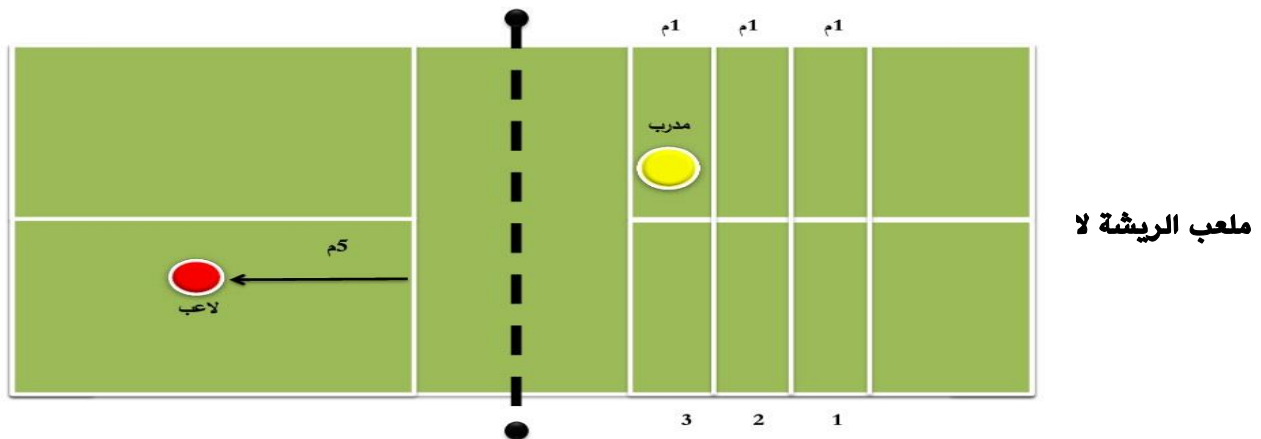
* يقوم اللاعب بأداء (١٢) محاولة وتحسب له أفضل (١٠) محاولات.

* تعطى الدرجة حسب مكان سقوط الريشة.

* الريشة التي تقع على خطين بين منطقتين تعطى الدرجة الأعلى.

* أعلى نقاط يمكن ان يحصل عليها اللاعب هي (٣٠) نقطة .

*** يمكن تنفيذ هذا الاختبار (ضرب الريشة) بصورة أمامية أو قطرية.**



٣- اختبار مهارة الضربة الساحقة الأمامي^(١):

غرض الاختبار : قياس دقة مهارة الضرب الساق

الأدوات المطلوبة: مضارب ريشة، ريش طبيعي ، قوائم إضافية بارتفاع (٢١٣سم) ، حبل مطاطي ، استثمارة

تسجيل البيانات، ملعب ريشة مخطط بتصميم الاختبار. كما في الشكل (٣)

(١) وسام صلاح عبدالحسين ، مصدر سبق ذكره ، ص ٧٣-٧٤ .

وصف الأداء:

يقف اللاعب في المكان المخصص له (X) ويقوم برد الريشة المرسلة له من منطقه مقابلة (⊙) بضربه ساحقه قوية محاولا إسقاطها في المنطقة ذات الدرجة الأعلى بشرط أن تمر الريشة من فوق الشبكة ومن تحت الحبل المثبت خلف الشبكة على بعد (٦٠سم) وبارتفاع (٢١٣سم) ويقوم اللاعب بأداء (١٠) محاولات مع ملاحظة قوة الضربة الساحقة .

تقويم الأداء:

- ١- تعطى الدرجة بحسب مكان سقوط الريشة
- ٢- إذا لم تعبر الريشة من فوق الشبكة ومن تحت الحبل أو سقطت خارج المناطق المحددة تعطى صفراً
- ٣- الريشة التي تقع على خط بين منطقتين تعطى الدرجة الأعلى
- ٤- الدرجات مقسمة حسب المناطق (١-٢-٣-٤-٥)
- ٥- الدرجة النهائية هي مجموع درجات المحاولات (١٠) وهي (٥٠) درجة

		١	٢	٣	٤	٥	
		٧٦سم		١٢٢سم			
			⊙				
						٦٠سم	X
						٢١٣سم	

٢-٥ التجربة الاستطلاعية:

- تاريخ التجربة : يوم ١ / ١ / ٢٠١٧ الساعة العاشرة صباحاً .
- مكان التجربة : كلية التربية الرياضية في جامعه كربلاء .
- العينة : تكونت عينة الاستطلاع من ٤ لاعبين ومن نفس عينة البحث الرئيسية
- أهداف التجربة :
- ١- تعريف فريق العمل المساعد بطبيعة الاختبارات ومعرفة مدى كفاءته .
- ٢- تلافي المعوقات التي تواجه الباحث أثناء تنفيذ الاختبارات .
- ٣- معرفة الزمن التقريبي الذي يستغرقه كل اختبار والوقت المستغرق لإجراء الاختبارات .

٤- التأكد من المعاملات العلمية للاختبارات .

٥- التعرف على الوقت الملائم للتمارين المستخدمة .

٦- التعرف على ملائمة التمرينات لأفرد العينة.

٦-٢ الأسس العلمية للاختبارات :

١- الصدق:

تم اعتماد الصدق الظاهري من عرض الاختبارات المهارية الخاصة بالتنس على السادة الخبراء والمختصين* ، إذ تم اتفاق جميع الخبراء والمختصين عليها . وكما مبين في الجدول (٢).

٢- الثبات :

تم حساب معامل الثبات لجميع الاختبارات المهارية بطريقة (الاختبار وإعادة الاختبار) ، إذ طبق الباحثون الاختبارات في التجربة الاستطلاعية على عينه الاستطلاع بتاريخ ٢٠١٤/١٢/١

وبعد مرور (٧) أيام تم إعادة الاختبار على نفس العينة وتحت نفس الظروف بتاريخ ١٢/ ٨

٢٠١٤/ ، وللتأكد من ثبات الاختبارات استخدم الباحثان معامل ارتباط سبيرمان بين نتائج الاختبار الأول والاختبار الثاني، وقد أظهرت النتائج وجود ارتباطاً معنوياً بينهما وهذا مؤشر بان معامل الثبات لهذه الاختبارات عالٍ أيضاً ، وكما مبين في الجدول (٣).

الجدول (٢)

يبين عدد الخبراء الموافقين وغير الموافقين والنسبة المئوية وقيمة كا^٢ للاختبارات المبحوثة

نوع الدالة	قيمة كا ^٢		غير الموافقة ين	%	%	المتوافقين	الاختبارات
	الجدولية	المحسوبة					
معنوي	٣,٨٤	٩	صفر/ %	صفر	١٠٠/ %	٧	ضربه الابعاد الأمامية
معنوي	٣,٨٤	٩	صفر/ %	صفر	١٠٠/ %	٧	الضربة المسقطة
معنوي	٣,٨٤	٩	صفر/ %	صفر	١٠٠/ %	٧	الضربة الساحقة

عند درجة حرية = ١ ومستوى دلالة = ٠,٠٥

- الخبراء والمختصين : ١- د.م. مازن هادي ٢- د.م. ماهر عبد الحمزة ٣- د.م. حذيفة إبراهيم ٤- د.م. صاحب عبد الحسن ٥- د.م. جبار علي ٦- د.م. محمد معاذ ٧- د.م. علي عطيه

٣- الموضوعية :

لغرض التأكد من موضوعية الاختبارات استعان الباحثان بدرجات محكمين* سجلت في أثناء إعادة الاختبارات في ٢٠١٧/ ١/ ٨ وبعد معالجة نتائجهما إحصائياً باستخدام معامل الارتباط سبيرمان، تم التأكد من معنوية الموضوعية لجميع الاختبارات المهارية كما مبين بالجدول (٣)

جدول (٣)

يبين معاملات الثبات والموضوعية للاختبارات المستخدمة

الاختبارات	معامل الثبات	معامل الموضوعية
ضربه الابعاد الأمامية	*٠,٨٩	*٠,٩٢
الضربة المسقطة	*٠,٩٤	*٠,٩١
الضربة الساحقة	*٠,٩٥	*٠,٩٤

٢-٧ الاختبارات القبلية :

أجرى الباحثون الاختبارات القبلية في ٢٠١٧/ ١ / ٨ ، حيث تم اختبار المهارات التي كانت موضوع الدراسة بالريشة الطائرة.

٢-٨ الجمل الحركية المركبة المستخدمة بالبحث :

من خلال خبرة الباحثان الميدانية في مجال لعبه الريشة الطائرة وباعتماد على المصادر العربية والأجنبية اعدوا تمارين متنوعة باستخدام باراميترات لجمل حركيه مركبه (بدنيه ومهاريه) لتطوير دقه ضربات فوق الرأس الأمامية للاعبين بالريشة الطائرة ، وتم تنظيم هذه التمارين بحيث تتلاءم مع أفراد العينة والمستوى التعليمي لهم .

٢-٩ التجربة الرئيسية :

تم تطبيق التجربة الرئيسية في ٢٠١٧/ ١ / ٩ في قاعه المركز التدريبي في محافظه بابل ، حيث تم إعطاء التمارين التي أعدّها الباحثان إلى المجموعة التجريبية بواقع (٢٥) دقيقه من الجزء الرئيس للوحدة التدريبية، حيث تضمنت الجمل الحركية المركبة تمارين (بدنيه - مهاريه) وكانت اغلب التمارين بشده تتراوح (٩٠-

المحكمان هما : ١- م.م سامر صلاح

لاعب

الاتحاد العراقي للريشة الطائرة

٢- م.م عمر حسام

لاعب

الاتحاد العراقي للريشة الطائرة



مجلة (زانكوى سليماني) القسم (B) للدراسات الانسانية - العدد (٥٦) عدد خاص لمؤتمر الدولي الأول لكلية التربية الرياضية

١٠٠٪) وبأسلوب التدريب التكراري، أما المجموعة الضابطة فأنها استمرت في تدريبها وحسب المنهج المعد من قبل المدرب ، علما ان المنهج استمر لمدة شهر وبواقع وحدتين تدريبية بالأسبوع.

٢-١٠ الاختبارات البعدية :

تم تطبيق الاختبارات البعدية لعينه البحث (التجريبية والضابطة) في ١٣/٢/٢٠١٧ ، وتم تطبيق الاختبارات المهارية للمهارات المبحوثة وبنفس الظروف التي تم تطبيق الاختبارات القبليه بها .

٢-١١ الوسائل الإحصائية :

تم استخدام الحقيبة الإحصائية (spss) في تحليل بيانات البحث وكما يأتي :

- الوسط الحسابي - الانحراف المعياري - النسبة المئوية - اختبار كا^٢

- اختبار مان وتني - اختبار ولكوكسن - اختبار سبيرمان

٣- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها :

٣-١ عرض نتائج الاختبار القبلي والبعدى لمجموعتي البحث (التجريبية والضابطة) في الاختبارات المهارية.

بعد جمع البيانات القبلية والبعدية للاختبارات المهارية و لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة ، ولغرض وصف نتائج أفراد العينة قام الباحثون بمعالجة البيانات إحصائيا باستخدام مقاييس النزعة المركزية ومقاييس التشتت، ولغرض معرفة معنوية الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدى ولمجموعتي البحث استخدم الباحثون اختبار ولكوكسن وكما مبين في الجدولين (٤) و (٥).

جدول (٤)

بين قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيم ولكوكسن المحسوبة للاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة

التجريبية

الاختبارات	الاختبار القبلي		الاختبار البعدى		قيمة ولكوكسن المحسوبة	مستوى الدلالة	نوع الدلالة
	ع	س-	ع	س-			
ضربة الابعاد الامامية	٢٤,٣٣	٢,٤٢	٤٠,٨	٢,٩٩	٢,٢٠٧	٠,٠١	معنوي
الضربة المسقطة	١٠,٨٣	٢,٠٤	٢١,٦	١,٤٣	٢,٢٢٤	٠,٠١	معنوي
الضربة الساحقة	٢٠,٦	٣,٦١	٤١,٣	١,٣١	٢,٣٣٢	٠,٠١	معنوي

ن=٥ تحت مستوى دلالة (٠,٠٥)

جدول (٥)

بين قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيم ولكوكسن المحسوبة للاختبارات
القبلية والبعدي والمجموعة الضابطة

الاختبارات	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة ولكوكسن المحسوبة	مستوى الدلالة	نوع الدلالة
	ع	س-	ع	س-			
ضربة الابعاد الأمامية	٢٣,٦٦	٩	٣١,٣	٧,٩	٢,٠٠٣	٠,٠٤	معنوي
الضربة المسقطة	١٠,٣٣	٢,٢٥	١٥,٦	١,٠٣	٢,٢٠٧	٠,٠٢	معنوي
الضربة الساحقة	٢١,٣٣	٢,٣	٣٣,١	٣,٨٩	٢,٢٠٣	٠,٠٣	معنوي

ن=٥ تحت مستوى دلالة (٠,٠٥)

٢-٣ مناقشة نتائج الاختبار القبلي والبعدي لمجموعتي البحث (التجريبية والضابطة) في الاختبارات

المهارية.

من عرض نتائج المهارية وتحليلها في الاختبار القبلي والبعدي لمجموعتي البحث (التجريبية و الضابطة) والتي وضحت في الجدولين (٤) و(٥) تبين أن هناك فروقا " معنوية" بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي وهذا ما يبدو واضحا على مجموعتي البحث وخاصة على المجموعة التجريبية التي طبقت عليها الجمل الحركية المركبة ويعزو الباحثان هذا الفرق إلى :

- الاستخدام الأمثل للجمل الحركية المركبة المستخدمة من قبل الباحثون مع كيفية تطبيقها وملائمتها لأفراد العينة ، حيث مارس أفراد المجموعة التجريبية عددا من التكرارات لكل تمرين من التمارين المستخدمة ، كما إن التمارين المركبة (البدنية والمهارية) يجب أن تتشابه قدر الإمكان مع حركات الجسم المستخدمة عند أداء المهارة الرياضية ، إذ يجب تنفيذ تمارين القوة للعضلات المنتجة لحركات ضرب كره التنس بمنتهى الدقة والانسيابية^(١).

- وكذلك عمل الباحثان على تصميم جمل حركية قدر الإمكان أن تكون مشابهة لحالات اللعب من أجل الممارسة والدافعية التي تولد لدى اللاعبين، وكذلك تعطي روح المشاركة الفعلية والسرعة في الفعل ورد الفعل " وبمعنى آخر إدخال عناصر مشابهة لظروف اللعب لأن هذا النوع من التمرينات يساعد كثير في تماسك ودمج

(١) مخلص محمد جاسم ، اثر برنامج تدريبي باستخدام كرات حديدية مثقله في تطوير القوة الخاصة والانجاز لطلاب كلية التربية الرياضية بقذف الثقل، أطروحة دكتوراه ، جامعة بابل - كلية التربية الرياضية ، ٢٠١٠، ص٦٦.

مهارات اللعبة بحيث تكون في النهاية في خدمة عملية التعلم^(١) , وأكده أيضاً (حنفي محمود) " يلعب الاستمرار دوراً هاماً في وصول اللاعب إلى المستوى العالي من حيث الأداء الفني للمهارة من حيث الدقة والتكامل وتثبيت وآلية الأداء الفني العالي^(٢) .

- كما ويعزو الباحثان سبب ذلك التطور إلى أن التمارين البدنية المستعملة لها القدرة على توافر التنوع في تنمية القدرات البدنية الخاصة تبعاً لشدة التمرينات وعلى وفق الأزمان المحددة لها في التمرينات المقترحة، إذ أن " التنوع في الأداء الرياضي من العوامل الأساسية لعملية التوازن في التكامل البدني، ويعمل على زيادة الرغبة في التدريب. فضلاً عن كون التمرينات كان لها من خصائص ومميزات ومراعاة للأسس العلمية التي تنص "على إن عمليات التقدم في مستوى عناصر اللياقة البدنية تتم نتيجة التبادل الصحيح بين العمل والراحة إذ إن الحمل الذي يقع على كاهل الفرد يؤدي إلى هبوط مؤقت في المقدرة الوظيفية للأعضاء الداخلية للجسم، وخلال مدد الراحة ينتج الجسم كمية من الطاقة أكبر من تلك التي يستهلكها في أثناء المجهود أي أن الطاقة التي توجد في الجسم بعد مدة استعادة الشفاء تكون أكبر من الطاقة التي كانت موجودة في الجسم قبل بدء المجهود^(٣) ..

٣-٣ عرض نتائج الاختبار البعدي لمجموعي البحث (التجريبية و الضابطة) في الاختبارات المهارية .

بعد جمع البيانات البعدية للاختبارات المهارية و لمجموعي البحث التجريبية والضابطة ، ولغرض وصف نتائج أفراد العينة قام الباحثان بمعالجة البيانات إحصائياً باستخدام مقاييس النزعة المركزية ومقاييس التشتت، ولغرض معرفة معنوية الفروق بين المجموعتين في الاختبار البعدي استخدم الباحث اختبار مان وتني وكما مبين في الجدول (٦) .

جدول (٦)

بين قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيم مان وتني المحسوبة للاختبارات البعدية ولمجموعي البحث

الاختبارات	التجريبية		الضابطة		قيمة مان وتني المحسوبة	مستوى الدلالة	نوع الدلالة
	ع	س-	ع	س-			
ضربة الابعاد الأمامية	٤٠,٨	٢,٩٩	٣١,٣	٧,٩	٢,٠٠٣	٠,٠٠	معنوي
الضربة المسقطة	٢١,٦	١,٤٣	١٥,٦	١,٠٣	٢,٢٠٧	٠,٠٠	معنوي
الضربة الساحقة	٤١,٣	١,٣١	٣٣,١	٣,٨٩	٢,٢٠٣	٠,٠٠	معنوي

١. اياد عبد الكريم ، وداد المفتي ، كرة السلة المهارات الخططية للتدريب ، الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر، ١٩٨٩، ص ٦٥.

٣. حنفي محمود ، مدرب كرة القدم . ط ١ . القاهرة : دار الفكر العربي ، ١٩٩٤ ، ص ٥٤.

١- كمال جميل الرضي ، التدريب الرياضي للقرن الحادي والعشرين ، عمان ، دار المطبوعات للنشر ، ٢٠٠١، ص ٥٤

٣-٤ مناقشة نتائج الاختبارات البعدية لمجموعتي البحث (التجريبية و الضابطة) في الاختبارات المهارية .
 من عرض نتائج الاختبارات المهارية في الاختبار البعدي والتي وضحت في الجدول (٦) تبين أن هناك فروق معنوية بين مجموعتي البحث ولصالح المجموعة التجريبية ويعزو الباحثان هذه الفروق في التطور إلى ما يأتي :
 - يعزو الباحثان سبب ذلك إلى اعتماد التمرينات الخاصة بالمهارات على وفق الأساليب العلمية الصحيحة، من خلال اعتماد أسلوب الربط بين الجوانب المهارية والبدنية والخططيه للوصول الى لاعب يجيد أداء أكثر من مهارة وربطها مع بعضها وتأدية جمل مهارية وخططية ، مما تولد لدى أفراد هذه المجموعة حالة من تكيف على التمرينات التي اعتمدت على الشدة المناسبة والراحة الملائمة وعلى وفق التكرارات ، بما يتناسب وقدرات وقابليات المتعلمين ، حيث ان من الضروري أن " يصل اللاعب إلى أداء المهارة بصورة آلية من خلال التكرار الدائم للأداء واستخدام التمارين المتنوعة والتي تتميز بتغير الاشتراطات والعوامل الخارجية أثناء التمرين كوجود منافس أو أكثر مثلاً وكذلك في المباريات التجريبية^(١) .
 - أن التطور والفارق في دقة المهارات الأساسية بالريشة الطائره والحاصل لدى المجموعة التجريبية بمقدار كبير عن المجموعة الضابطة يعود إلى أن الجمل الحركية المركبة المعدة من قبل الباحثان والمبنية على أسس علمية من خلال تنظيم التمارين بما يتناسب مع طريقة التدريب والشدة المستخدمة التي تجعل شدة التمرين مشابهه لشدة المنافسة مما تطور مستوى الأداء المهاري للمهارات الأساسية هذا من جانب ومن جانب آخر التصحيح المستمر للأخطاء الفنية وأداء تمارين تهدف إلى تقليل هذه الأخطاء وإعطاء التغذية الراجعة بنوعيتها (معلومات حول الأداء ومعلومات حول النتيجة) .

٤- الاستنتاجات والتوصيات :

٤-١ الاستنتاجات :

- ١- أن للجمل الحركية المركبة (البدنية - المهارية) أثرت وبشكل واضح في دقه ضربات فوق الراس الأمامية للاعبين بالريشة الطائره.
- ٢- أن للجمل الحركية المركبة (البدنية - المهارية) أثرت وبشكل واضح في زياده دافعيه ورغبه اللاعبين نحو التدريب .
- ٣- ان المجموعة التجريبية التي استخدمت الجمل الحركية المركبة تفوقت وبشكل كبير على المجموعة الضابطة في جميع المهارات المبحوث.

(١) مفتي إبراهيم ، الجديد في الإعداد المهاري والخططي للاعب كره القدم ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٤، ص ٨٨.

٤-٢ التوصيات :

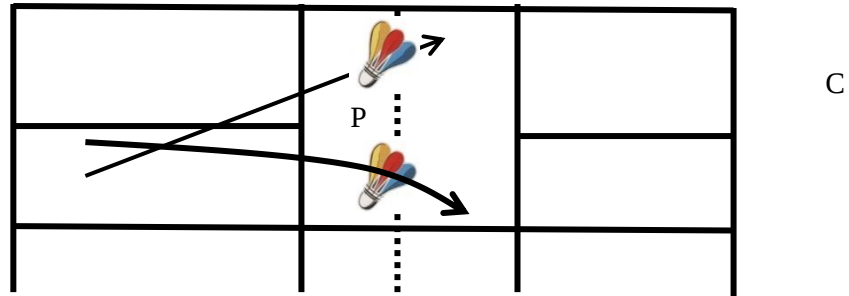
- ١- ضرورة الاهتمام بتدريبات الجمل الحركية المركبة والربط بين الجوانب البدنية والمهارية خلال التمرين الواحد والوحدة التدريبية الواحدة .
- ٢- ضرورة الاهتمام بضربات فوق الراس الأمامية بالريشة الطائرة لأن من خلالها الحصول على النقطة وكسب المباراة.
- ٣- ضرورة اجراء بحوث مشابهه وعلى مهارات اخرى ولفعاليات اخرى.

المصادر

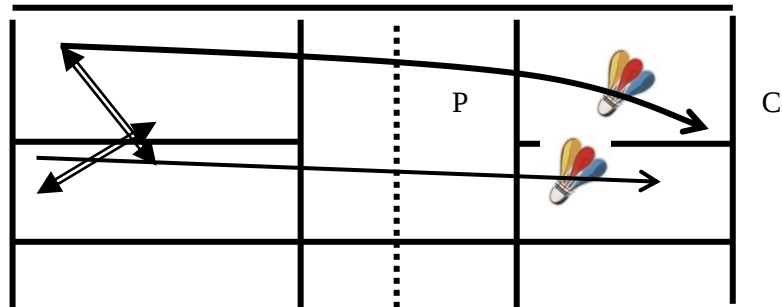
- اياد عبد الكريم ، وداد المفتي . كرة السلة المهارات الخططية للتدريب ، الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر، ١٩٨٩، ص ٦٥.
- كمال جميل الربضي ، التدريب الرياضي للقرن الحادي والعشرين ، عمان ، دار المطبوعات للنشر ، ٢٠٠١
- عصام عبد الخالق ، التدريب الرياضي ، القاهرة ، دار المعارف ، ١٩٩٤ ، ص ١٤٧.
- عباس عبد الحمزة كاظم ، فعالية استخدام الأداءات الحركية المركبة فى تطوير بعض مهارات كرة اليد الهجومية لطلاب كلية التربية الرياضية -جامعة كربلاء ، جامعه الإسكندرية، رساله ماجستير ، ٢٠١٤
- حنفي محمود . مدرب كرة القدم . ط ١ . القاهرة : دار الفكر العربي ، ١٩٩٤ .
- مخلص محمد جاسم ، اثر برنامج تدريبي باستخدام كرات حديدية مثقله في تطوير القوة الخاصة والانجاز لطلاب كلية التربية الرياضية بقذف الثقل، أطروحة دكتوراه ، جامعة بابل - كلية التربية الرياضية ، ٢٠١٠
- مفتي إبراهيم ، الجديد في الإعداد المهاري والخططي للاعب كره القدم ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٤ .
- محمد نصر الدين رضوان ، الإحصاء الاستدلالي في علوم التربية البدنية والرياضية ، ط ١ ، القاهرة : دار الفكر العربي ، ٢٠٠٣ .
- وسام صلاح عبد الحسين ، الريشة الطائرة بين الممارسة والمنافسة ، عمان ، دار رضوان للطباعة والنشر ، ٢٠١٣

الجمال الحركية التي تم استخدامها في البحث

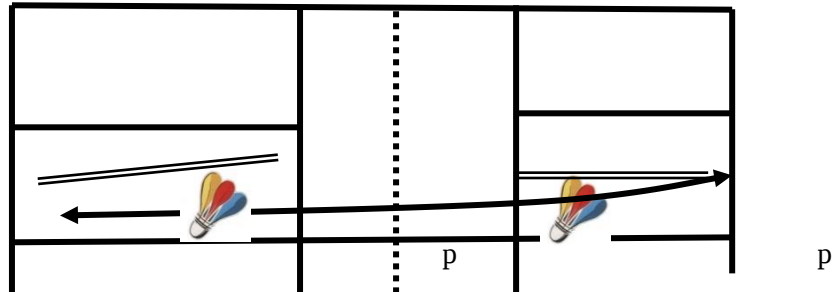
- التحرك عكس الإشارة للأمام والخلف والجانب مع حمل مضرب ريشه مثقل .
- التحرك بتغيير الاتجاه .
- التحرك مع المضرب وداخل الملعب .
- التحرك لضرب الريشة في مختلف زوايا الملعب مع حمل مضرب ريشه مثقل .
- تمارين التوزيع للريش إلى مختلف زوايا الملعب .
- التحرك مع الإشارة للأمام والخلف والجانب مع حمل مضرب ريشه مثقل .
- يقف المدرب وسط الملعب ويمسك بيده (أ) ريش ولاعب يقف في الجهة اليمنى من الملعب ، يرسل المدرب ريشاً إلى منطقة وقوف اللاعب ومن ثم يؤدي اللاعب ضربة مسقطة أمامية على جهتي الملعب C. مدرب ، p لاعب



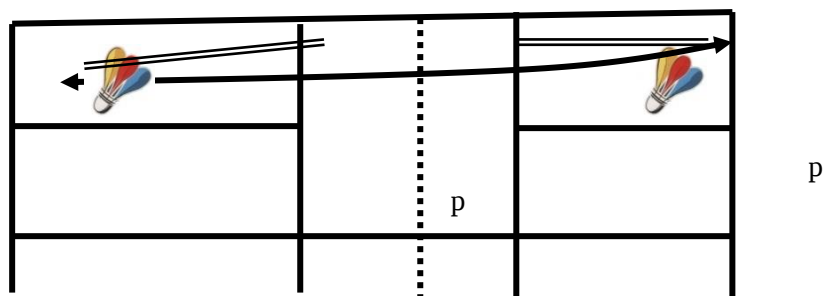
- يقف المدرب وسط الملعب ويمسك بيده (أ) ريش ولاعب يقف وسط ملعبه بوقفة الاستعداد ، يرسل المدرب ريشاً إلى جهتي الملعب الخلفية فيؤدي اللاعب ضربة إبعاد أمامية ثم الرجوع إلى المنتصف وأداء ضربة إبعاد خلفية والرجوع إلى المنتصف. C. مدرب ، p لاعب



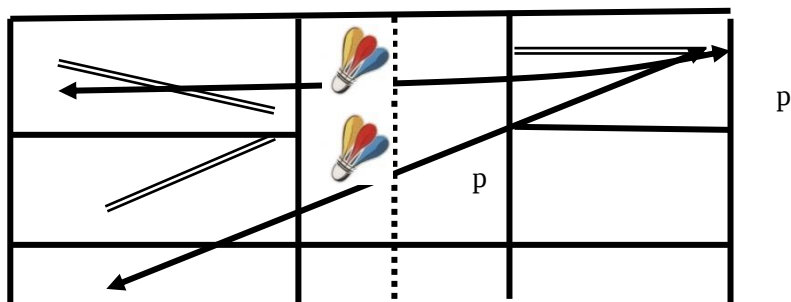
- لاعب مقابل لاعب على جهة يمين الملعب ولعب ضربة الإبعاد الأمامية مع مس خط الإرسال C. مدرب ، p لاعب .



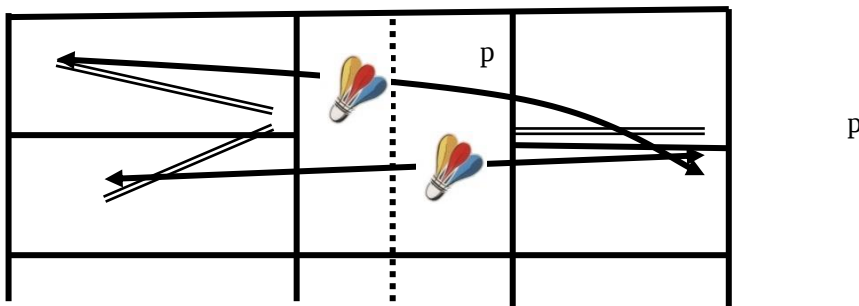
– لاعب مقابل لاعب على جهة يسار الملعب ولعب ضربة الإبعاد الأمامية مع مس خط الإرسال C. مدرب p، لاعب.



– لاعب في جهة يمين الملعب ولاعب في المنتصف ولعب ضربة الإبعاد الأمامي (جهة إلى جهتين) مع مس خط الإرسال C. مدرب p، لاعب.



– لاعب في جهة يسار الملعب ولاعب في المنتصف ولعب ضربة الإبعاد الأمامي (جهة إلى جهتين) مع مس خط الإرسال C. مدرب p، لاعب.



– لاعب في جهة يسار الملعب يلعب ضربة الإبعاد الخلفية ولاعب في المنتصف يلعب ضربة الإبعاد الأمامي (جهة إلى جهتين) مع مس خط الإرسال C. مدرب p، لاعب.

– لاعب مقابل لاعب احد اللاعبين يلعب ضربة الإبعاد الأمامية بصورة مستقيمة واللاعب الآخر يلعب ضربة الإبعاد الأمامية بصورة قطرية والرجوع إلى منتصف الملعب للاعبين كليهما بعد كل ضربة C. مدرب p، لاعب.

– لاعب قريب من الشبكة يلعب ضربة مرفوعة مستقيمة ولاعب آخر في الملعب المقابل يلعب ضربة مسقطة قطرية فقط والرجوع إلى المنتصف للاعبين كليهما C. مدرب p، لاعب .

– لاعب مقابل لاعب احدهما يلعب ضربة مدفوعة مستقيمة والآخر يلعب ضربة مدفوعة قطرية والرجوع إلى المنتصف بعد كل ضربة C. مدرب p، لاعب ،

– لاعب مقابل لاعب وعلى جهة يمين الملعب أحدهما يلعب ضربة مسقطة وضربة إبعاد واللاعب الآخر يلعب ضربة مرفوعة وضربة إبعاد أمامية وحسب التسلسل الآتي :إرسال عالي+ ضربة مسقطة +ضربة مرفوعة + ضربة إبعاد + ضربة إبعاد .

– مدرب واقف في المنطقة القريبة من الشبكة وببیده (١٠) ريش وأمامه لاعب في منتصف ملعبه يتحرك إلى الجانب الأيسر لأداء الضربة المدفوعة ثم الرجوع إلى المنتصف ومن ثم التحرك إلى الجانب الأيمن في المنطقة الخلفية لأداء ضربة الإبعاد الأمامية .

– مدرب واقف في المنطقة القريبة من الشبكة وببیده (١٠) ريش وأمامه لاعب في منتصف ملعبه يتحرك إلى الجانب الأيمن لأداء الضربة المدفوعة ثم الرجوع إلى المنتصف ومن ثم التحرك إلى الجانب الأيسر في المنطقة الخلفية لأداء ضربة الإبعاد الخلفية .

ملاحظه / ان اغلب التمارين كانت تؤدي مع استخدام مضارب مختلفة الاوزان واستخدام حبال مطاطيه بالإضافة الى استخدام ريش مختلفة السرعة واداء اغلب التمارين من وضع القرفصاء.

