

تأثير أدوات مساعدة في تطوير بعض الصفات البدنية والحركية ودقة بعض المهارات الأساسية للاعبين الناشئين بالريشة الطائرة

م.د وسام صلاح عبد الحسين

ملخص البحث

تمركزت مشكلة البحث في إن اغلب المدربين لا يعتمدون الأدوات المساعدة في وحداتهم التدريبية خاصة عند تعاملهم مع الفئات العمرية ، مما وجد الباحث أن اغلب اللاعبين الناشئين يعانون ضعف في الصفات البدنية والحركية عند أدائهم للحركات الخاصة بلعبة الريشة الطائرة كما اثر ذلك على تعلمهم للمهارات الأساسية للعبة لذا ارتى الباحث استعمال أدوات مساعدة ملائمة مع المتطلبات الخاصة بلعبة الريشة الطائرة ، ومعرفة تأثيرها في تطوير الصفات البدنية والحركية ودقة بعض المهارات الأساسية بالريشة الطائرة . ويهدف البحث إلى معرفة تأثير الأدوات المساعدة في تطوير بعض الصفات البدنية والحركية للناشئين بالريشة الطائرة ، و معرفة تأثير الأدوات المساعدة في تطوير دقة بعض المهارات الأساسية للناشئين بالريشة الطائرة . أما فرضا البحث فهما للأدوات المساعدة تأثيرا معنويا في تطوير بعض الصفات البدنية والحركية للناشئين بالريشة الطائرة ، وللأدوات المساعدة تأثيرا معنويا في تطوير دقة بعض المهارات الأساسية للناشئين بالريشة الطائرة، استعمل الباحث المنهج التجريبي بتصميم (المجموعتان المتكافئتان ذات الاختبار القبلي و البعدي) وذلك لملاءمته طبيعة المشكلة وتحقيق أهداف البحث ، مثلت عينة البحث مجتمع البحث بأكمله وهم اللاعبين الناشئين لمنتخب محافظة بابل للموسم 2010 – 2011م والبالغ عددهم (10) لاعبين وهذا يعني استعمل الباحث طريقة الحصر الشامل لجميع أفراد المجتمع ، وتم تقسيمهم عن طريق القرعة إلى مجموعتين الأولى تجريبية والثانية ضابطة, واستعمل البحث مجموعه من الاختبارات البدنية والحركية والمهارية التي قاست متغيرات البحث المدروسة ، واستنتج الباحث بأن استعمال الأدوات المساعدة ساهم بطريقة ايجابية في تطوير القدرات البدنية والحركية للاعبين لناشئين بالريشة الطائرة ، واستعمال الأدوات المساعدة ساهم بطريقه ايجابية في تطوير المهارات الأساسية في الريشة الطائرة ، أما التوصيات فكانت هي ضرورة استعمال أدوات مساعدة في الوحدات التدريبية للاعبين في الريشة الطائرة ، وضرورة تصميم تمارين جديدة ملائمة للأدوات المساعدة لتطوير القدرات البدنية و الحركية في الريشة الطائرة ، و ضرورة إجراء بحوث مشابهة على اللاعبين الشباب والمتقدمين بالريشة الطائرة ، وضرورة إجراء بحوث مشابهه لجميع فعاليات العاب المضرب .

The impact of tools to assist in the development of some physical and motor characteristics and the accuracy of some of the basic skills of young players badminton

Dr. wisam Salah Abd ul Hussein
Research Summary

Centered research problem in that most coaches do not rely utilities in their unit training, especially when dealing with the age groups, which researcher found that most of the youngsters are suffering weakness in the

physical attributes and motor in the performance of the movements of a game of badminton and its impact on learning basic skills of the game so Arti researcher to use tools to help with the appropriate requirements for a game of badminton, find out their impact on the development of physical and kinetic characteristics and accuracy of some basic skills brush plane. **The research aims** to determine the impact of utilities in the development of certain physical attributes and the kinetics of the Nation paintbrush plane, and determine the impact of utilities in the development of the accuracy of some of the basic skills of junior badminton. The imposition Find an understanding of the tools to help affected significantly in the development of certain physical attributes and motor junior badminton, and tools to help affected significantly in the development of the accuracy of some of the basic skills of junior badminton, use the researcher approach experimental design (two groups Almtkaviton with pre-testing and dimensional) for the relevance of the problem and achieve the objectives of the research, representing the research sample research community whole and are the youngsters of the team Babil province for the 2010 season - 2011 M's (10) players and that means use the researcher how comprehensive inventory of all members of society, were divided by lot into two groups, the first pilot and second officer, and use the Find a set of tests of physical, motor and skill that measured variables Find studied, and concluded the researcher that the use of utilities contributed in a positive way in the development of physical

1- التعريف بالبحث

1-1 مقدمة البحث وأهميته :

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 والتعليمية المساعدة في المجال الرياضي من اجل الوصول باللاعب إلى مستوى عالي من القدرات البدنية والحركية ودقة أداء المهارات الأساسية لأي لعبة ، ولما كان هدف أي مدرب هو توجيه الجهود لتحقيق الانجاز ، فكان إلزاما عالية 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 والتعليمية المساعدة لتطوير أداء لاعبيهم من الناحية البدنية والحركية والمهارية كما أن تنوع البطولات في الريشة الطائرة (الفردية و الزوجي و الزوجي المختلط) للرجال والنساء جعل اغلب الدول تعتمد مبدأ التخصص في اللعب ، وذلك لأن 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 وحركية عالية وقدرته على إيجاد الحلول المناسبة للمشاكل التي تواجهه في أثناء المباراة. إن اغلب مهارات الريشة الطائرة تعتمد على الصفات البدنية والحركية في الأداء المهاري ، حتى يتمكن اللاعب من حسم النقاط لصالحه لذا ركز المختصون في لعبة الريشة الطائرة على هذه الصفات التي يبني عليها تطور الانجاز، ومن هنا

تتجلى أهمية البحث في استخدام أدوات مساعدة وأثرها في تطوير بعض الصفات البدنية والحركية ودقة بعض المهارات الأساسية للناشئين بالريشة الطائرة.

1-2 مشكلة البحث: من خلال تواجد الباحث لاعبا ثم مدربا للفئات العمرية بالريشة الطائرة وجد إن اغلب المدربين لا يعتمدون الأدوات التعليمية المساعدة في وحداتهم التعليمية خاصة عند تعاملهم مع الفئات العمرية ، مما وجد الباحث أن اغلب اللاعبين الناشئين يعانون ضعف في الصفات البدنية والحركية عند أدائهم للحركات الخاصة بلعبة الريشة الطائرة مما اثر ذلك على تعلمهم للمهارات الأساسية للعبة ومن هنا تمركزت مشكلة البحث الحقيقية .

لذا ارتى الباحث استخدام أدوات مساعدة في تطوير بعض الصفات البدنية والحركية ودقة بعض المهارات الأساسية للناشئين بالريشة الطائرة .

1-3 هدفا البحث :

1- معرفة تأثير الأدوات المساعدة في تطوير بعض الصفات البدنية والحركية للناشئين بالريشة.

2- معرفة تأثير الأدوات المساعدة في تطوير دقة بعض المهارات الأساسية للناشئين بالريشة.

1-4 فرضا البحث :

1- للأدوات المساعدة تأثيرا معنويا في تطوير بعض الصفات البدنية والحركية للناشئين بالريشة.

2-للأدوات المساعدة تأثيرا معنويا في تطوير دقة بعض المهارات الأساسية للناشئين بالريشة.

1-5 مجالات البحث :

- 1-5-1 المجال البشري :اللاعبين لناشئين منتخب محافظة بابل بالريشة الطائرة 2010-2011
- 1-5-2 المجال المكاني : المركز التدريبي للاتحاد الفرعي في محافظة بابل في نادي المحاويل الرياضي ومنتدى شباب المحاويل .
- 1-5-2 المجال الزمني : 20/6 – 20/8/2011 .

2- الدراسات النظرية:

2-1 الأدوات المساعدة :-

يتطلب نجاح العملية التعليمية أو التدريبية توافر الإمكانيات اللازمة من أجهزة و أدوات مساعدة في تنفيذ الهدف المرسوم ، فالأدوات تؤدي دورا مهما في تمكين المدرس أو المدرب في تنفيذ الخطة التعليمية أو التدريبية وذلك من خلال وضع تشكيلات مختلفة ومتنوعة من التمرينات باستثمار الأدوات المتوفرة (1) لهذا اهتم المختصون اهتماما كبيرا في إيجاد الوسائل والأدوات الكفيلة بتطوير مستوى الصفات البدنية والحركية ودقة الأداء الفني للمتعلمين أو اللاعبين وذلك من خلال ابتكار أجهزة والأدوات للتدريب تساعد على تطوير هذه الصفات و المهارات بأسرع وقت ممكن وبشكل يسهل مهمة المدرس أو المدرب في الاستثمار الجيد للوقت المخصص للتدريب وبكفاءة عالية ، ويقصد بالأدوات المساعدة بأنها الوسيلة التي يستطيع بواسطتها المدرب أن يرفع

¹ - وديع ياسين التكريتي . النظرية والتطبيق في رفع الأثقال . ج1- ج2 ، بغداد ، المكتبة الوطنية ، 1989 ص 133 .

من مستوى اللاعب التكنيكي والتكتيكي " (2²)، وتعرف أيضا بأنها مجموعة الوسائل المساعدة التي يستخدمها المدرب أو المدرس لتحسين عملية التعلم وتقصير مدتها وتدريب اللاعبين أو المتعلمين على المهارات ، فقد جاء الاهتمام بهذه الأدوات بالفائدة الكبيرة في عملية التعلم والتدريب حيث وجد أن استخدامها يزيد من عمق الأثر التدريبي والإسراع بالتعلم والتطوير وبأقل جهد ممكن (1³)، وفي تعريف آخر ذكر بأن الأدوات يقصد بها " بأنها كل ما يمكن استخدامه من إمكانات متاحة تساهم بدرجة كبيرة في اكتساب اللاعب للمهارات الحركية وإتقانها ، لهذا تؤدي الأدوات دورا كبيرا في مساعدة المتعلم أو المتدرب على تقبل التمرينات إذ أن التركيز على التمرينات المحددة يولد الملل فاستخدام هذه التمرينات على عدة أدوات وبوضعيات وأماكن وظروف مختلفة سوف تولد حالة من التشويق والإثارة في عملية التعلم والتدريب . وتنمية وتطوير الأداء من الناحية البدنية و الحركية والمهارية ، فتوفر الأدوات يعمل على زيادة سرعة التعلم وإمكانية الأداء بصورة أكثر ايجابية من خلال الشعور بالقدرة والثقة بالنفس عند الأداء وتعمل على تأخر ظهور التعب وتزيد من قوة تحمل اللاعب أو المتعلم على الاستمرار في الأداء فضلا عن أن لها دورا مهما في تعلم مهارات اللعبة لما لها من تأثير ايجابي وفاعل في تطوير هذه المهارات (4).

2-2 فوائد استخدام الأدوات المساعدة في العملية التعليمية (3⁵) :

- 1- التأثير الايجابي والفعال في بناء التصور الحركي وتطويره عند الفرد المتعلم.
 - 2- التأثير الايجابي والفعال في زمن العملية التعليمية أو التدريبية (سرعة المتعلم) .
 - 3- التأثير الايجابي والفعال في مواصفات الأداء الحركي (التكنيك) الذي ينتج أساسا من خلال التطور لحادث في التصور والبناء الحركي .
 - 4- التأثير الايجابي والفعال في الانجاز الرقمي والتقويم النهائي للأداء والذي يتأثر من خلال التطور الحادث في التطور الحركي والأداء المهاري .
 - 5- تصحيح شكل الأداء أو شكل الجسم خلال عملية الأداء .
- ويعود استخدام هذه الأدوات لعدة أهداف يسعى المدرب لتحقيقه وهي (4⁶):
- 1- رفع مستوى اللاعبين .
 - 2- تعزيز الخبرة لدى اللاعبين وتطور مهاراتهم .
 - 3- زيادة فاعلية الوحدة التدريبية .
 - 4- سد القصور في جوانب التدريب مما يؤدي إلى تحسن الأداء .

2-3 الصفات البدنية موضوع الدراسة :

2²- عقيل عبد الله الكاتب .كرة الطائرة التدريب والخطط الجماعية واللياقة البدنية .ج1 ، بغداد ، مطبعة التعليم العالي ، 1988 ، ص62 .

1³- عباس احمد السامرائي ، عبد الكريم السامرائي . كفايات تدريسية في طرائق تدريس التربية الرياضية ، جامعة البصرة ، مطبعة دار الحكمة ، 1991 ، ص42-45 .

2⁴- ضياء الخياط ونوفل محمد الحبالي . كرة اليد ، الموصل ، دار النشر ، 2001 ، ص236 .

3⁵- محمد عثمان . التعلم الحركي والتدريب الرياضي ، الكويت ، دار القلم ، 1987 ، ص152 .

4⁶- عباس السامرائي . عبد الكريم السامرائي . المصدر السابق . ص44-51 .

1- القوة⁷1): هي قدرة اللاعب أو المتعلم على التغلب على مقاومه خارجية بواسطة الجهد العضلي الناتج عن التغير العضلي بين عمليتي التقلص والانبساط.
أسباب قياس القوة العضلية:

- القوة العضلية هي مقياس للياقة البدنية.
 - تستخدم علاجاً وقائياً ضد حالات التشوهات والعيوب الجسمية لأنها تؤدي إلى تطوير قوة الأربطة العضلية.
 - القوة تتطلب أساساً في تأدية المهارات الرياضية
- أنواع القوة العضلية:** 1- القوة الانفجارية 2- القوة المميزة بالسرعة 3- القوة القصوى 4- مطاولة القوة

2- السرعة⁸2): وهي قدرة اللاعب أو المتعلم على قطع مسافات متباينة من نوع واحد وبأقصر وقت ممكن ، وهناك أنواع للسرعة هي :

- 1- السرعة الانتقالية : هي القدرة على الانتقال من مكان إلى مكان آخر في اقصر زمن ممكن مثل حركات (المشي والركض وركوب الدراجات).
- 2- السرعة الحركية :هي أداء حركه أو مهارة ذات هدف محدد لأقصى عدد من التكرارات في اقصر زمن ممكن مثل (استقبال الإرسال في الكرة الطائرة وتميره).
- 3- سرعة رد الفعل: هو الزمن المحصور من دخول المثير إلى أول مظهر من مظاهر الحركة مثل (سرعه البدء في فعالية الركض وسرعه تفادي لكمة الملاكم) .

2-4 الصفات الحركية موضوع الدراسة :

1- الرشاقة : تعد الرشاقة من القدرات الحركية المهمة والشاملة لكل الصفات تؤدي دوراً رئيساً في تعلم الألعاب والفعاليات الرياضية وتسهم بقدر كبير في اكتساب الأداء الحركي وإتقانه فكلما زادت رشاقة اللاعب تحسن مستوى أدائه ، والرشاقة هي القدرة على أداء المهارات بشكل عالي ودقيق مع السيطرة على الواجبات الحركية المعقدة وعلى التوافق الصعب والتوافق الحركي ، وعرفها آخر "القدرة على تغيير الاتجاه بسرعة وبتوقيت سليم⁹3).

وهناك عوامل مؤثرة في الرشاقة منها¹⁰1):

- 1- التوافق الحركي .
- 2- القوة العضلية والقوة المميزة بالسرعة وزمن رد الفعل والسرعة الحركية .
- 3- تأثير التدريب وتكراره .
- 4- العمر والجنس .
- 5- الوزن وشكل الجسم .
- 6- التعب .

⁷1- ناهده عبد زيد ، أساسيات في التعلم الحركي ، النجف ، دار الضياء للطباعة والنشر ، 2008 ، ص70.

⁸2- ناهده عبد زيد ، المصدر السابق ، 2008 ، ص71.

⁹3- مفتي إبراهيم . اللياقة البدنية . ط1 ، مصر ، 2004 ، ص33 .

¹⁰1- وجيهه محجوب وآخرون . نظريات التعلم والتطور الحركي . ط2 ، بغداد ، دار الكتب والوثائق ، 2000 ، ص57 .

2- المرونة الحركية : تعد المرونة إحدى المكونات أو القدرات الحركية التي تمثل مكونا مهما ورئيسا في الجانب الحركي ، وللمرونة فائدة كبيرة تشكل مع باقي الصفات الحركية وتعد من الركائز التي ينأسس عليها اكتساب الأداء الحركي وإتقانها للمهارات الأساسية بالكرة الطائرة ، والمرونة الحركية هي "قدرة المفصل على أداء الحركات في مدى حركي واسع"¹¹2)، وتعني أيضا " القدرة على تحريك مفاصل الجسم لأوسع مدى ممكن للحركة دون أن يحدث نتيجة لذلك تمزق أو الألم للعضلات أو الأربطة " ومن العوامل المؤثرة في المرونة الحركية هي¹²3).

- 1- مرونة العضلة وأوتارها وقابلية إطالتها .
- 2- مرونة الأربطة السائدة للمفاصل العاملة .
- 3- الشكل والبناء والتضخم العضلي .
- 4- قوة العضلات العاملة .
- 5- مقدار الجهاز العصبي على منع المقاومة .
- 6- مستوى الإجابة التكتيكية لحركة أو مجموعة حركات .
- 7- البيئة الداخلية والخارجية للرياضي .

3- التوافق: يقصد به قدرة الرياضي على سرعة الأداء الحركي مع دقة الأداء في تحقيق الهدف مع الاقتصاد في الجهد "¹³4)، ويعرف التوافق الحركي" بأنه مقدرة الفرد على إدماج حركات من أنواع مختلفة في إطار واحد "¹⁴5)، للتوافق الحركي أنواع مختلفة ومن أبرزها ما يأتي¹⁵6):

- 1- التوافق العام والخاص : يلاحظ التوافق العام عند أداء المهارات الحركية الأساسية مثل المشي الركض الوثب ، أما التوافق الخاص فهو النوع الذي يتماشى مع نوعية الفعالية أو اللعبة الممارسة وطبيعتها ، فالكرة الطائرة تستوجب عند أداء مهاراتها المختلفة نوعا من التوافق الحركي الخاص .
- 2- التوافق بين أعضاء الجسم جميعا وتوافق الأطراف : هذا النوع من التوافق يحدد بالتوافق الذي يشارك فيه الجسم كله أما توافق الأطراف فإنه يستعمل في الحركات التي تتطلب مشاركة الرجلين فقط أو اليدين فقط أو اليدين والرجلين معا .

3- توافق الرجلين – العين والذراعين – العين : ويحدد التوافق الحركي هنا بنوعين هما :

- أ- توافق الرجلين – العين .
- ب- توافق الذراعين – العين .

2-5 المهارات الأساسية بالريشة الطائرة :

الواجب الرئيس الذي يقع على عاتق المدرب هو تعلم لاعبيه أداء المهارات الأساسية للعبة من استيعابهم وإدراكهم للمهارات والوصول بهم إلى أفضل أداء فني . وفيما يأتي المهارات الأساسية في لعبة الريشة الطائرة:

1- الإرسال serve :

¹¹2- بيتر ج.ل تومسون . المدخل إلى نظريات التدريب ، القاهرة ، ترجمة مركز التنمية الإقليمي ، 1996 ، ص 5/18 .

¹²3- أسامة كامل راتب . النمو الحركي ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1999 ، ص 307 .

¹³4- أبو العلا احمد عبد الفتاح . ومحمد صبحي حسانين . فسيولوجيا ومرفولوجيا الرياضي وطرق القياس والتقويم ط1 ، القاهرة ،

دار الفكر العربي ، 1997 ، ص 205 .

¹⁴5- أسامة كامل راتب . المصدر السابق. ص 331 .

¹⁵6- ناهده عبد زيد ، 2008 ، المصدر السابق. ص 40 .

يشكل الإرسال المفتاح الأول لبداية اللعب أو في أعقاب تسجيل النقطة وهو ضربة تستخدم لوضع الريشة في اللعب ، بحيث ترسل الريشة إلى المكان الذي من الصعب على المنافس إرجاعها بقوة أو إحراز نقطة منه مباشرة وتتميز ضربة الإرسال دون بقية الضربات بأنها الوحيدة التي يمكن للاعب أن يتدرب عليها بمفرده وينبغي على اللاعب أن يؤدي ضربات الإرسال بقدر كبير من التركيز والثبات والاتزان والدقة ولذا فان على اللاعب أن يتجنب الشد والتوتر العصبي وان يسترخي نسبيا لأدائها. ويرى (Peter Roper 1995) أن هناك نوعين رئيسيين للإرسال هما (الإرسال العالي الطويل والإرسال القصير)(1).

2- الضربة الأمامية Forehand stroke :

وهي المهارة الأساسية لأية لعبة من ألعاب المضرب المختلفة وأكثرها استعمالاً في التدريب وتؤدي بطرائق عديدة ، والضربة الأمامية هي التي تؤدي بالوجه الأمامي للمضرب رداً على الريشة الآتية في اتجاه اليمين من جسم اللاعب على الأغلب (غير الأعسر) ويكون هدفها حسب شكل الضربة الأمامية¹⁶ (2). وذكر (Edwards 1997) أن الضربات الأمامية تقسم إلى ثلاثة أنواع¹⁷(3):

1-ضربات فوق الرأس الأمامية وتشمل (ضربة الإبعاد والمسقط الضربة الساحقة).

2- الضربة المدفوعة الأمامية 3- ضربات اللعب على الشبكة الأمامية

3- الضربة الخلفية backhand stroke :

وهي من المهارات الأساسية لأية لعبة من ألعاب المضرب، كما في الضربة الأمامية فإنها تؤدي بطرائق وأشكال عديدة بحسب مواقف اللعبة، ويعرفها (أمين الخولي 2001) بأنها مجموعة الضربات التي تؤدي بالمضرب من الجهة المعاكسة للذراع الضاربة ، فإذا كان اللاعب أيمن فان الريش الآتية على يساره يجب أن تلعب بظهر المضرب (السطح الخارجي) ومن جهة اليسار وتعد من الضربات المهمة والصعبة فهي تتطلب بعض الوقت لإجادتها وتقسم الضربة الخلفية على عدة أنواع منها¹⁸(1):

أ- ضربة الإبعاد الخلفية ب- الضربة المدفوعة الخلفية

ج- ضربات اللعب على الشبكة الخلفي د- الضربة المسقط الخلفية

3- منج البحث وإجراءاته الميدانية :

3-1 منهج البحث :

استعمل الباحث المنهج التجريبي بتصميم (المجموعتان المتكافئتان ذات الاختبار القبلي والبعدي) وذلك لملاءمته طبيعة المشكلة وتحقيق أهداف البحث .

3-2 مجتمع البحث وعينته:

¹⁶ 1- أمين الخولي، الريشة الطائرة ، ط3، القاهرة : مكتبة الطالب الجامعي، 2001، ص112.1

2- إن بتمان ، التنيس ، ترجمة قاسم لزام ، بغداد ، دار الحكم، 1991، ص47.

173 - John Edwards. Badminton(Technique ,Tactics ,Training) Garwood press. 1997 p.45.

¹⁸ 1- أمين الخولي ، المصدر السابق، 2001، ص99-106.

مثلت عينة البحث مجتمع البحث بأكمله وهم اللاعبين الناشئين لمنتخب محافظة بابل للموسم 2010 – 2011م والبالغ عددهم (10) لاعبين وبحسب الطائفة وهذا يعني استعمل الباحث طريقة الحصر الشامل لجميع أفراد المجتمع ، وتم تقسيمهم عن طريق القرعة إلى مجموعتين الأولى تجريبية والثانية ضابطة وللتأكد من تكافؤ المجموعتين استخدم الباحث اختبار مان وتني والتي أظهرت النتائج بعدم وجود فروق معنوية بين المجموعتين وكما في الجدول (1).

جدول (1)

يبين تكافؤ مجموعتي البحث

نوع الدلالة	مستوى الدلالة	قيمه مان وتني	وحدة القياس	المؤشرات الإحصائية المتغيرات البحثية
غير معنوي	0,34	4,5	عدد	القوة المميزة بالسرعة للذراعين
غير معنوي	0,44	6	زمن	السرعة
غير معنوي	0,33	7,8	درجة	الرشاقة
غير معنوي	0,39	12	درجة	المرونة
غير معنوي	0,56	4,4	درجة	التوافق
غير معنوي	0,39	12	درجة	ضربة الإبعاد الأمامية
غير معنوي	0,13	8	درجة	الضربة المسقطة الأمامية
غير معنوي	0,81	16	درجة	الضربة الساحقة

ن=5=2ن5 مستوى الدلالة (0,05)

3-3 الأدوات والأجهزة المستخدمة بالبحث :

- 1- ملاعب ريشة متكاملة نوع (yonex) عدد (2)
- 2- مضارب ريشة نوع (yonex) عدد (16)
- 3- كرات ريشة نوع (yonex) عدد (10 علبة)
- 4- مضارب ريشة مثقله بوزن (140غم – 160غم) نوع (yonex) عدد (10)
- 6- أقلام ماجيك ملونه عدد (5) 7- أشرطه لاصقه ملونه عدد(10) روله
- 8- شريط قياس كتان ذات طول 20م 9- ساعة توقيت صينية عدد(2)
- 10- الاختبارات 11- الاستبيان 12- استمارة تفريغ البيانات 13-كرات مطاطية كبيرة عدد(4)
- 14- حبال مطاطية عدد(5) 15- حبال للقفز عدد(5) 16- سلم ارضي مصنوع من الكتان طوله 10م . 17- مصاطب للقفز ذات طول 1م والارتفاع 50سم 18- أطواق من البلاستيك عدد(10)
- 4-3 الصفات البدنية والحركية والمهارات الأساسية موضوع الدراسة :

قام الباحث بدراسة الصفات البدنية والحركية الآتية (القوة، السرعة، الرشاقة، التوافق، المرونة)، كما درس الباحث المهارات الأساسية الآتية وهي (ضربة الإبعاد الأمامية – الضربة المسقطة الأمامية – الضربة الساحقة).

3-5 الاختبارات المستخدمة في البحث :

أ- الاختبارات البدنية والحركية :

1- الاستناد الأمامي (ثني ومد الذراعين لمدة 15 ثا)¹⁹ :

الغرض من الاختبار: قياس القوة المميزة بالسرعة لعضلات الذراعين مواصفات الأداء: من وضع الاستناد الأمامي يجب أن تكون اليدين بجانب الصدر وأصابع الكف إلى الأمام والرجلين متلاصقتين والجسم ممتد في استقامة دون تقوس، يقوم المختبر بثني الذراعين إلى أن يمس الصدر الأرض ثم الرجوع إلى الوضع الأصلي وكما موضح بالشكل (1). طريقة التسجيل: يتم حساب التكرارات التي يؤديها المختبر خلال (15) ثانية.



شكل (1)
يوضح اختبار الاستناد الأمامي

2- اختبار العدو 30م من البدء المنطلق²⁰:

الغرض من الاختبار: قياس السرعة القصوى في الجري تحت ظروف متغيرة وسرعة رد الفعل الأدوات المستخدمة: مضمار لألعاب القوى أو منطقة فضاء طولها لا يقل عن 40م وعرضها لا يقل عن 5م وساعة إيقاف عدد(2).

مواصفات الأداء: يتخذ المختبر وضع الاستعداد خلف خط الأول، وعندما يعطي الإذن بالبدء يقوم المختبر بالجري بسرعة حتى تصل إلى أقصى مدى لها عند الخط الثاني، ويخصص لكل مختبر مراقب يتخذ مكانه عند خط البدء الثاني ويقف المراقب رافعا إحدى ذراعيه للأعلى وعندما يقطع المختبر خط البداية الثاني يقوم المراقب بخفض ذراعه للأسفل بسرعة، حينئذ يتخذ ألميقاتي بتشغيل الساعة مع هذه الإشارة، وعندما يقطع المختبر خط النهاية الثاني يقوم ألميقاتي بإيقاف الساعة وحساب الزمن المستغرق ما بين الإشارة التي يعطيها المراقب ولحظة اجتيازه خط النهاية، ويحسب الزمن لأقرب 10/1 من الثانية ويحسب أفضل زمن في محاولتين.

3- اختبار ثني الجذع خلفا من الانبطاح²¹ .

. الغرض من الاختبار: قياس المرونة الخلفية للعمود الفقري

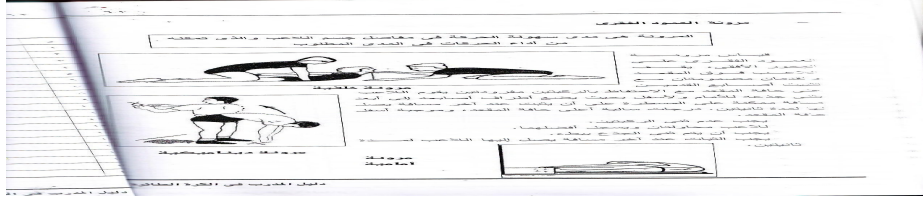
¹⁹ - إبراهيم احمد سلامة، المدخل التطبيقي للقياس في اللياقة البدنية، القاهرة، منشأة المعارف، 2000، ص115.

²⁰ - علي سلوم جواد، الاختبار والقياس والإحصاء في المجال الرياضي، جامعة القادسية، 2004، ص113.

²¹ - مروان عبد المجيد، الموسوعة العلمية للكرة الطائرة، مهارات، خطط، اختبارات بدنية ومهارية، قياسات جسمية، انتقاء معاقين، تحكيم، ط1، عمان، مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع، 2001، ص212.

. الأدوات : شريط قياس

وصف الأداء : من وضع الانبطاح الكفان متشابكان خلف الرأس مع تثبيت الطرف السفلي بواسطة زميل يقوم المختبر بثني الجذع للخلف ببطء إلى أقصى مدى يستطيعه والثبات لمدة ثانيتين . تقاس المسافة من أسفل الذقن حتى مستوى الأرض بواسطة شريط قياس وذلك بحيث يكون الشريط في وضع عمودي على الأرض وأمام رأس المختبر أثناء القياس على أن يكون الصفر ملامسا للأرض ،التسجيل : لكل مختبر محاولتين تسجل أفضل محاولة



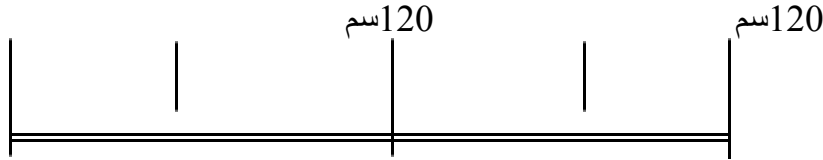
شكل (2)
يوضح اختبار المرونة

5- اختبار الخطوة الجانبية (10 ثانية) (2²²):

غرض الاختبار : قياس سرعة الفرد في التحرك حركة جانبية وتغيير اتجاه التحرك للناحية العكسية (قياس الرشاقة).

الأدوات اللازمة : شريط قياس وساعة إيقاف .

مواصفات الأداء : يقف المختبر على خط المنتصف بحيث يكون الخط بين القدمين وعند إعطاء إشارة يقوم بأخذ خطوة جانبية ناحية اليمين حتى يلمس بالقدم اليمنى خط الجانب ، ثم يعود بأخذ خطوات جانبية ناحية اليسار حتى يلمس بقدمه اليسرى خط الجانب الآخر، ويقوم المختبر بأداء الحركات السابقة على الجانبين بأقصى سرعه ممكنة خلال زمن (10ثا) ، ويعطى للمختبر محاولة واحدة.



شكل (3)

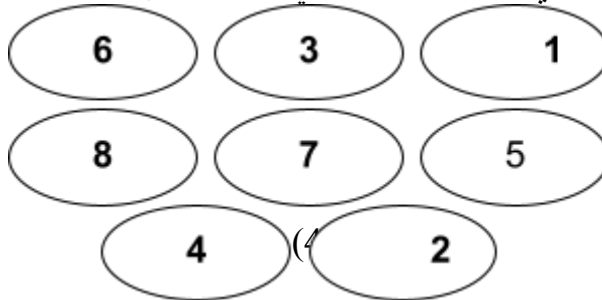
يبين اختبار الخطوة الجانبية

6- اختبار الدوائر المرقمة (1²³):

الغرض من الاختبار : قياس التوافق (الرجلين والعينين) .

الأدوات : ساعة إيقاف ، يرسم على الأرض 8 دوائر على أن يكون قطر كل منها 60 سم وترقم الدوائر من 1 – 8 كما في الشكل (5)
الأداء: يقف المختبر داخل الدائرة 1 وعند سماع إشارة البدء يقوم بالوثب تبعاً إلى الدائرة 2 ثم إلى 3 ... حتى الدائرة 8 .

حساب الدرجة: يسجل الزمن الذي استغرقه المختبر في الانتقال على الدوائر الثمانية.



2²²- علي سلوم جواد ، المصدر السابق ، ص119.

1²³- محمد صبحي حسنين. القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية . ط3. القاهرة: دار الفكر العربي، 1995 ، ص 415 .

يبين اختبار التوافق

ب- الاختبارات المهارية :

1- اختبار ضربة الإبعاد الأمامية²⁴ (2) :

اسم الاختبار: ضربة التخليص (الإبعاد) الأمامية.

غرض الاختبار: قياس دقة أداء ضربة التخليص (الإبعاد) الأمامية.

الأدوات المطلوبة: مضارب ريشة ، حبل ، قوائم إضافية بارتفاع (244سم)، استمارة معلومات، ملعب مخطط بتصميم الاختبار كما في الشكل (5).

وصف الأداء :

1- بعد أن يتم شرح الاختبار للمختبرين يُعطى المختبرون وقتاً مناسباً للإحماء ثم يعطى كل مختبر (5) محاولات تجريبية.

2- يقف المختبر في المنطقة المحددة ب (X).

3- في اللحظة التي يرسل المدرب له الريشة يستطيع التحرك إن كان هذا التحرك ضرورياً لإنجاح المحاولة، وعليه ضرب الريشة بضربة إبعاد أمامية (من فوق الرأس) ليرسلها من فوق الشبكة ثم الحبل باتجاه المنطقة المحددة بالدرجات.

4- يعطى المختبر (12) محاولة تحسب له أفضل (10) محاولات فقط.

تقويم الأداء:

1- يعطى المختبر (3) نقاط في حالة سقوط الريشة في المنطقة المحددة بمسافة (50 سم) بعد الخط الخلفي للملعب.

2- يعطى المختبر (5) نقاط في حالة سقوط الريشة في المنطقة المحددة بمسافة (76 سم) بين الخط الخلفي للملعب وبداية خط الإرسال الزوجي البعيد.

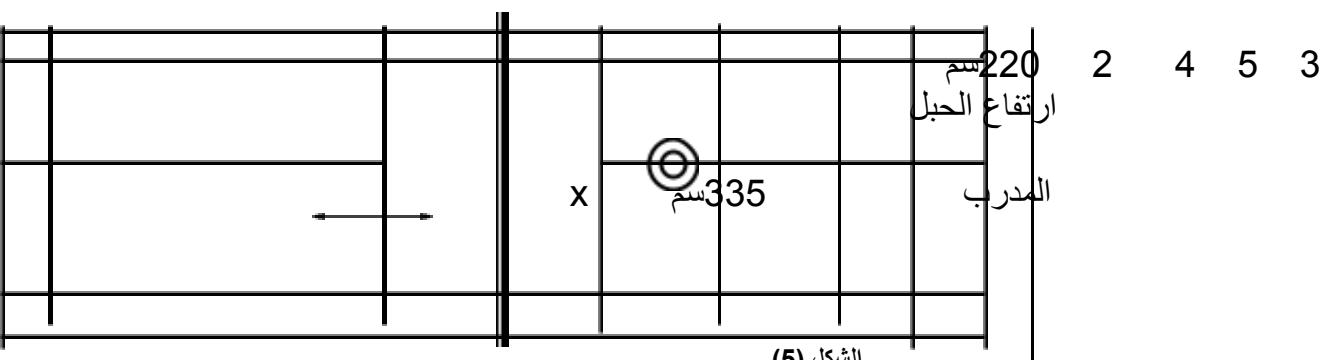
3- يعطى المختبر (4) نقاط في حالة سقوط الريشة في المنطقة المحددة بمسافة (70 سم) بعد خط الإرسال الزوجي البعيد.

4- يعطى المختبر نقطتين في حالة سقوط الريشة في المنطقة المحددة بمسافة (124 سم) التي تبدأ من نهاية النقطة (4) وتنتهي بالخط الوهمي الممتد أسفل الحبل.

5- تعطى الدرجة الأعلى في حالة سقوط الريشة على خط بين نقطتين ولا تعطى أية نقطة للريشة التي تسقط خارج حدود الملعب أو تعلق بالشبكة.

6- يكون الحد الأعلى للنقاط التي يستطيع المختبر تسجيلها في أفضل (10) محاولات هو (50) نقطة.

50سم 76سم 70سم 124سم



الشكل (5)

يوضح تخطيط ملعب الريشة الطائرة لاختبار ضربة الإبعاد الأمامية

2- اختبار الضربة المسقطة الأمامية²⁵ (1) :

غرض الاختبار: قياس مهارة الضربة المسقطة الأمامية و الخلفية.

²⁴ معين محمد طه، تأثير برنامج تدريبي بريش مختلفة السرعات في تطوير مهارات لعبة الريشة الطائرة. أطروحة دكتوراه، جامعة

بغداد، كلية التربية الرياضية، 2001، ص64.

²⁵1 – Venugopal mahalingan. The skills of the Badminton, Kuala Lumpur, 2007, P85.

الأدوات المطلوبة: مضارب ريشة، ريش ، ملعب مخطط بتصميم الاختبار وكما في الشكل(6).
وصف الأداء : بعد أن يتم شرح الاختبار للمختبرين يعطى كل مختبر(5) محاولات تجريبية للإحماء وبعدها يقف اللاعب في المكان المحدد له (X) وعلى بعد 5م من الشبكة ويكون ماسكا مضربه بمسكه أمامية و خلفية لاستقبال الريشة المرسله إليه من الملعب المقابل () لتعبر الشبكة محاولا إسقاطها في المنطقة ذات الدرجة الأعلى والمدرجة(3, 2, 1).

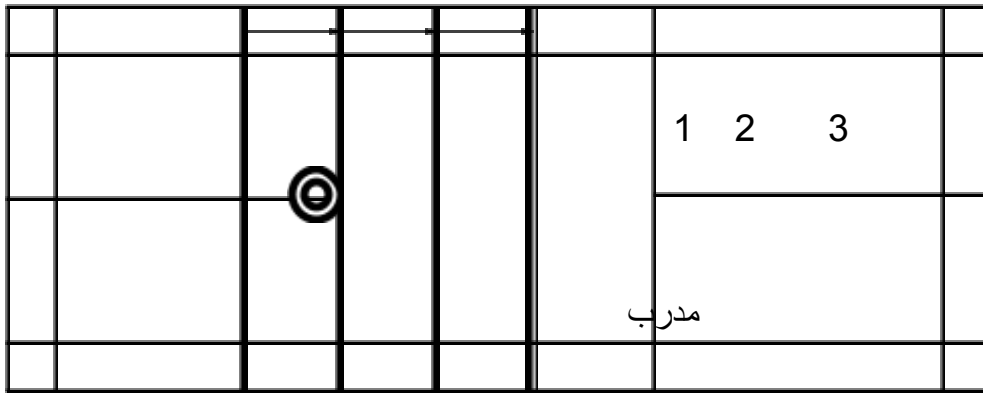
تقويم الأداء : - يقوم اللاعب بأداء(12) محاولة ويحسب له أفضل(10) محاولات.

- تعطى الدرجة حسب مكان سقوط الريشة.

- الريشة التي تقع على خط بين منطقتين تعطى الدرجة الأعلى.

- أعلى نقاط يمكن أن يحصل عليها اللاعب هي(30) نقطة.

م1 م1 م1



5م
X
لاعب

شكل (6)

يوضح تخطيط ملعب الريشة الطائرة لاختبار الضربة المسقطة

3- اختبار مهارة الضربة الساحقة¹²⁶ :

غرض الاختبار : قياس دقة مهارة الضرب الساحق

الأدوات المطلوبة: مضارب ريشة ، ريش طبيعي ، قوائم إضافية بارتفاع (213سم) ، حبل مطاطي ، استمارة تسجيل البيانات، ملعب ريشة مخطط بتصميم الاختبار. كما في الشكل (7)
وصف الأداء:

يقف اللاعب في المكان المخصص له (X) ويقوم برد الريشة المرسله 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 (60سم) وبارتفاع (213سم) ويقوم اللاعب بأداء (10) محاولات مع ملاحظة قوة الضربة الساحقة .

تقويم الأداء :

1- تعطى الدرجة بحسب مكان سقوط الريشة

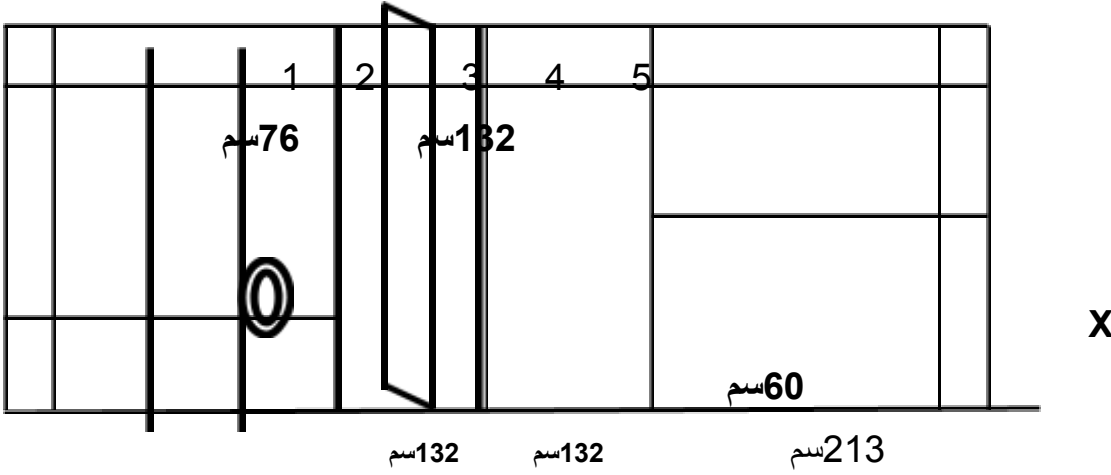
¹²⁶1- مازن هادي كزار ، تأثير العرض والتنفيذ المباشر والمؤجل في تعلم بعض مهارات الريشة الطائرة وانتقال أثره إلى بعض مهارات التنس الأرضي ، أطروحة دكتوراه ، جامعة بابل ، كلية التربية الرياضية، 2008، ص74.

2- إذا لم تعبر الريشة من فوق الشبكة ومن تحت الحبل أو سقطت خارج المناطق المحددة تعطى صفراً

3- الريشة التي تقع على خط بين منطقتين تعطى الدرجة الأعلى

4- الدرجات مقسمة حسب المناطق (1-2-3-4-5)

5- الدرجة النهائية هي مجموع درجات المحاولات (10) وهي (50) درجة



الشكل (7)

يوضح تخطيط ملعب الريشة الطائرة لاختبار (الضربة الساحقة)

3-6 التجربة الاستطلاعية : تاريخ التجربة : يوم 21 / 6 / 2011 في صباحا .

- مكان التجربة : ملاعب نادي المحاول الرياضي ومنتدى شباب المحاول.

- العينة : تكونت عينة الاستطلاع من لاعبو منتخب محافظة بابل للناشئين والبالغ عددهم (10) لاعبين .

- أهداف التجربة :

1- تعريف فريق العمل المساعد بطبيعة الاختبارات ومعرفة مدى كفاءته .

2- تلافي المعوقات التي تواجه الباحث أثناء تنفيذ الاختبارات .

3- معرفة الزمن التقريبي الذي يستغرقه كل اختبار والوقت المستغرق للاختبارات .

4- التأكد من المعاملات العلمية للاختبارات **5-** التعرف على الوقت الملائم للتمارين المستخدمة

6- التعرف على ملائمة التمرينات لأفراد العينة.

3-7 الأسس العلمية للاختبارات :

1- الصدق

تم اعتماد الصدق الظاهري من عرض الاختبارات الخاصة بالصفات البدنية والحركية

والاختبارات المهارية على السادة الخبراء والمختصين^{27*} ، إذ تم اتفاق جميع الخبراء والمختصين عليها. وكما مبين في الجدول (2).

2- الثبات : تم حساب معامل الثبات لجميع الاختبارات البدنية والمهارية بطريقة (الاختبار و إعادة الاختبار) ، إذ طبق الباحث الاختبارات في التجربة الاستطلاعية على عينه البحث بتاريخ 21/ 6 /2011 وبعد مرور (7) أيام تم إعادة الاختبار على نفس العينة وتحت نفس الظروف بتاريخ 28/6 /2011 ، وللتأكد من ثبات الاختبارات استخدم الباحث معامل ارتباط سبيرمان بين نتائج الاختبار الأول والاختبار الثاني، وقد أظهرت النتائج وجود ارتباطاً "معنوياً" بينهما وهذا مؤشر بان معامل الثبات لهذه الاختبارات عال أيضاً . وكما مبين في الجدول (3).

3- الموضوعية : لغرض التأكد من موضوعية الاختبارات استعان الباحث بدرجات محكمين^{**} سجلت في أثناء إعادة الاختبارات في 28/6/2011 وبعد معالجة نتائجها إحصائياً باستخدام معامل الارتباط سبيرمان، تم التأكد من معنوية الموضوعية لجميع الاختبارات البدنية و المهارية . كما مبين بالجدول (3).

الجدول (2)

يبين عدد الخبراء الموافقين وغير الموافقين والنسبة المئوية وقيمة كا² للاختبارات المبحوثة

نوع الدلالة	قيمة كا ²		%	غير الموافقين	%	الموافقين	الاختبارات
	الجدولية	المحسوبة					
معنوي	3,84	7	صفر%	صفر	100%	7	الاستناد الأمامي خلال (15ثا)
معنوي	3,84	7	صفر%	صفر	100%	7	الدوائر المرقمة
معنوي	3,84	7	صفر%	صفر	100%	7	اختبار العدو 30م من البدء المنطلق
معنوي	3,84	7	صفر%	صفر	100%	7	اختبار ثني الجذع خلفاً من الانبطاح
معنوي	3,84	7	صفر%	صفر	100%	7	اختبار الخطوة الجانبية(10ثا)
معنوي	3,84	9	صفر%	صفر	100%	7	ضربة الإبعاد الأمامية
معنوي	3,84	9	صفر%	صفر	100%	7	الضربة المسقط الأمامية
معنوي	3,84	9	صفر%	صفر	100%	7	الضربة الساحقة

عند درجة حرية = 1 ومستوى دلالة = 0,05

جدول (3)

يبين معاملات الثبات والموضوعية

معامل الموضوعية	معامل الثبات	الاختبارات
*0,94	*0,85	الاستناد الأمامي خلال (15ثا)
*0,89	*0,92	الدوائر المرقمة
*0,92	*0,89	اختبار العدو 30م من البدء المنطلق

^{27*} الخبراء والمختصين : 1- ا.د مازن عبد الهادي 2- ا.م.د. احمد يوسف 3- ا.م.د ندى نبهان 4- م.د مازن هادي كزار 5-

م.د ماهر عبد الحمزة 6- ا.م.د منتظر مجيد 7- ا.م.د لؤي حسين شكر

** المحكمان هما : 1- محمد علي جلال حكم

2- سامر صلاح لاعب منتخب الاتحاد العراقي للريشة الطائرة

*0,93	*0,94	اختبار ثني الجذع خلفا من الانبطاح
*0,94	*0,89	اختبار الخطوة الجانبية(10ثا)
*0,92	*0,84	ضربة الإبعاد الأمامية
*0,90	*0,88	الضربة المسقطة الأمامية
*0,88	*0,95	الضربة الساحقة

* للدلالة على معنوية الاختبار

3-8 الاختبارات القبليّة :

أجرى الباحث الاختبارات القبليّة في 30/6/2011 في نادي المحاويل الرياضي ومنتدى شباب المحاويل في الساعة العاشرة صباحاً ، حيث تم اختبار الصفات البدنية والحركية والمهارات الأساسية للريشة الطائرة التي كانت موضوع الدراسة .

3-9 التمارين المستخدمة بالبحث :

من خلال خبرة الباحث الميدانية في مجال الريشة الطائرة وبالاعتماد على المصادر العربية والأجنبية اعد الباحث تمارين متنوعة باستخدام أدوات تدريبية مساعدة تهدف إلى تطور بعض الصفات البدنية والحركية ودقة بعض المهارات الأساسية للاعبين الناشئين بالريشة الطائرة ، وتم تنظيم هذه التمارين بحيث تتلاءم مع أفراد العينة والمستوى التدريبي لهم .

3-10 التجربة الرئيسية :

تم تطبيق التجربة الرئيسية في 5/7 إلى 15/8/2011 على قاعة المركز التدريبي لمنتخب محافظة بابل، حيث تم إعطاء التمارين التي أعدها الباحث إلى المجموعة التجريبية بواقع (25) دقيقة من الجزء الرئيس للوحدة التدريبية ولثلاثة أيام في الأسبوع ، أما المجموعة الضابطة فأنها استمرت في تدريباتها وحسب المنهج المعد من قبل المدرب .

3-11 الاختبارات البعديّة :

تم تطبيق الاختبارات البعديّة للمهارات الاساسية و لعينه البحث (التجريبية والضابطة) في 17/8/2011 على قاعة المركز التدريبي لمنتخب محافظة بابل وفي الساعة العاشرة صباحاً ، وتم تطبيق الاختبارات البدنية والحركية في الساعة السادسة مساءً وذلك للتعرف على تأثير التمارين المستخدمة في تطوير المتغيرات المبحوثة .

3-12 الوسائل الإحصائية :

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

- الوسط الحسابي - الانحراف المعياري - النسبة المئوية - اختبار كا2

- اختبار مان وتني - اختبار ولكوكسن - اختبار سبيرمان

4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها :

نوع الدلالة	مستوى الدلالة	قيمة ولكوكسن المحسوبة	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		الاختبارات
			ع	س-	ع	س-	
معنوي	0,03	2,07	0,83	18,8	0,54	10,4	اختبار الاستناد الأمامي خلال (15ثا)
معنوي	0,04	2,02	0,37	6,06	1,23	8,08	اختبار الدوائر المرقمة/درجه
معنوي	0,04	2,02	0,206	5,74	0,207	6,83	اختبار العدو 30م من البدء المنطلق/ثا
معنوي	0,04	2,02	1,32	26,67	1,37	21,26	اختبار ثني الجذع خلفا من الانبطاح/سم
معنوي	0,04	2,02	0,44	7,4	0,31	4,5	اختبار الخطوة الجانبية (10ثا)/عدد
معنوي	0,02	2,207	2,99	44,8	2,42	34,33	اختبار ضربة الإبعاد الأمامية /درجه

مغوي	0,02	2,214	1,63	24,6	2,04	11,83	اختبار الضربة المسقطة الأمامية/درجة
مغوي	0,02	2,232	1,31	43,3	3,61	23,6	اختبار الضربة الساحقة/درجه

4-1 عرض وتحليل نتائج الاختبار القبلي والبعدي لمجموعتي البحث (التجريبية والضابطة) في الاختبارات البدنية والمهارية.

بعد جمع البيانات القبلية والبعدي للاختبارات البدنية والحركية والمهارية و لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة ، ولغرض وصف نتائج أفراد العينة قام الباحث بمعالجة البيانات إحصائياً باستخدام مقاييس النزعة المركزية ومقاييس التشتت، ولغرض معرفة معنوية الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي ولمجموعتي البحث استخدم الباحث اختبار ولكوكسن وكما مبين في الجدولين (4) و (5).

جدول (4)

بين قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيم ولكوكسن المحسوبة للاختبارات القبلية والبعدي وللمجموعة التجريبية

ن=5 ومستوى دلالة (0,05)

من الاطلاع على جدول (4) الذي يظهر قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيم ولكوكسن المحسوبة للاختبارات البدنية و المهارية وللمجموعة التجريبية ، حيث بلغ الوسط الحسابي للاستناد الأمامي خلال (15ثا) في الاختبار القبلي (10,4) والانحراف المعياري (0,54) ، وبعد إجراء الاختبار البعدي بلغ الوسط الحسابي (18,8) والانحراف المعياري (0,83) ، ومن ملاحظتنا لهذه المؤشرات نجدتها مختلفة في قيمها وهذا يدل على وجود فروق بين الاختبارين ، ولبيان حقيقة هذه الفروق استخدم الباحث اختبار ولكوكسن الذي كانت قيمته المحسوبة (2,07) عند مستوى دلالة (0,03) وهذا يشير إلى وجود فرق معنوي بين الاختبارين ولصالح الاختبار البعدي.

أما في اختبار الدوائر المرقمة بلغ الوسط الحسابي في الاختبار القبلي (8,08) والانحراف المعياري (1,23) ، وبعد إجراء الاختبار البعدي بلغ الوسط الحسابي (6,06) والانحراف المعياري (0,37) ، ومن ملاحظتنا لهذه المؤشرات نجدتها مختلفة في قيمها وهذا يدل على وجود فروق بين الاختبارين ، ولبيان حقيقة هذه الفروق استخدم الباحث اختبار ولكوكسن الذي كانت قيمته المحسوبة (2,02) عند مستوى دلالة (0,04) وهذا يشير إلى وجود فرق معنوي بين الاختبارين ولصالح الاختبار البعدي .

أما في اختبار العدو (30م) من العدو المنطلق بلغ الوسط الحسابي في الاختبار القبلي (6,83) والانحراف المعياري (0,207) ، وبعد إجراء الاختبار البعدي بلغ الوسط الحسابي (5,74) والانحراف المعياري (0,206) ، ومن ملاحظتنا لهذه المؤشرات نجدتها مختلفة في قيمها وهذا يدل على وجود فروق بين الاختبارين ، ولبيان حقيقة هذه الفروق استخدم الباحث اختبار ولكوكسن الذي كانت قيمته المحسوبة (2,02) عند مستوى دلالة (0,04) وهذا يشير إلى وجود فرق معنوي بين الاختبارين ولصالح الاختبار البعدي .

أما في اختبار ثني الجذع خلفاً من وضع الانبطاح بلغ الوسط الحسابي في الاختبار القبلي (21,26) والانحراف المعياري (1,37) ، وبعد إجراء الاختبار البعدي بلغ الوسط الحسابي (26,67) والانحراف المعياري (1,32) ، ومن ملاحظتنا لهذه المؤشرات نجدتها مختلفة في قيمها وهذا يدل على وجود فروق بين الاختبارين ، ولبيان حقيقة هذه الفروق استخدم الباحث اختبار

ولكوكسن الذي كانت قيمته المحسوبة (2,02) عند مستوى دلالة (0,04) وهذا يشير إلى وجود فرق معنوي بين الاختبارين ولصالح الاختبار البعدي .

أما في اختبار الخطوة الجانبية(10ثا) بلغ الوسط الحسابي في الاختبار القبلي (4,5) والانحراف المعياري (0,31) , وبعد إجراء الاختبار البعدي بلغ الوسط الحسابي (7,4) والانحراف المعياري (0,44) , ومن ملاحظتنا لهذه المؤشرات نجدها مختلفة في قيمها وهذا يدل على وجود فروق بين الاختبارين ، ولبيان حقيقة هذه الفروق استخدم الباحث اختبار ولكوكسن الذي كانت قيمته المحسوبة (2,02) عند مستوى دلالة (0,04) وهذا يشير إلى وجود فرق معنوي بين الاختبارين ولصالح الاختبار البعدي .

أما في اختبار ضربة الإبعاد الأمامية بلغ الوسط الحسابي في الاختبار القبلي (34,33) والانحراف المعياري (2,42) , وبعد إجراء الاختبار البعدي بلغ الوسط الحسابي (44,8) والانحراف المعياري (2,99) , ومن ملاحظتنا لهذه المؤشرات نجدها مختلفة في قيمها وهذا يدل على وجود فروق بين الاختبارين ، ولبيان حقيقة هذه الفروق استخدم الباحث اختبار ولكوكسن الذي كانت قيمته المحسوبة (2,07) عند مستوى دلالة (0,02) وهذا يشير إلى وجود فرق معنوي بين الاختبارين ولصالح الاختبار البعدي .

أما في اختبار الضربة المسقطة الأمامية بلغ الوسط الحسابي في الاختبار القبلي (11,83) والانحراف المعياري (2,04) , وبعد إجراء الاختبار البعدي بلغ الوسط الحسابي (24,6) والانحراف المعياري (1,63) , ومن ملاحظتنا لهذه المؤشرات نجدها مختلفة في قيمها وهذا يدل على وجود فروق بين الاختبارين ، ولبيان حقيقة هذه الفروق استخدم الباحث اختبار ولكوكسن الذي كانت قيمته المحسوبة (2,214) عند مستوى دلالة (0,02) وهذا يشير إلى وجود فرق معنوي بين الاختبارين ولصالح الاختبار البعدي .

أما في اختبار الضربة الساحقة بلغ الوسط الحسابي في الاختبار القبلي (23,6) والانحراف المعياري (3,61) , وبعد إجراء الاختبار البعدي بلغ الوسط الحسابي (43,3) والانحراف المعياري (1,31) , ومن ملاحظتنا لهذه المؤشرات نجدها مختلفة في قيمها وهذا يدل على وجود فروق بين الاختبارين ، ولبيان حقيقة هذه الفروق استخدم الباحث اختبار ولكوكسن الذي كانت قيمته المحسوبة (2,232) عند مستوى دلالة (0,02) وهذا يشير إلى وجود فرق معنوي بين الاختبارين ولصالح الاختبار البعدي . وفيما يخص نتائج المجموعة الضابطة في الاختبار القبلي و البعدي للاختبارات البدنية و المهارية، يبيّن الجدول (5) وصفا لنتائج المجموعة الضابطة وكذلك نتائج الاختبار الإحصائي ولكوكسن لمعرفة معنوية الفروق بين الاختبارين القبلي و البعدي .

جدول (5)

بين قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيم ولكوكسن المحسوبة للاختبارات
القبلية والبعديّة وللمجموعة الضابطة

تأثير أدوات مساعدة في تطوير بعض الصفات البدنية والحركية

نوع الدلالة	مستوى الدلالة	قيمة ولكوكسن المحسوبة	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		الاختبارات
			ع	س-	ع	س-	
معنوي	0,03	2,06	1,30	15,8	0,83	10,8	اختبار الاستناد الأمامي خلال (15ثا)
معنوي	0,04	2,07	0,27	7,06	1,03	8	اختبار الدوائر المرقمة/درجه
معنوي	0,04	2,04	0,22	6	0,21	6,61	اختبار العدو 30م من البدء المنطلق/ثا
معنوي	0,04	2,02	1,12	24,2	1,31	21	اختبار ثني الجذع خلفا من الانبطاح/اسم
معنوي	0,04	2,06	0,54	5,5	0,37	4,7	اختبار الخطوة الجانبية (10ثا)/عدد
معنوي	0,04	2,003	7,9	31,3	9	26,66	اختبار ضربة الإبعاد الأمامية /درجه
معنوي	0,02	2,207	1,03	20,6	2,25	13,33	اختبار الضربة المسقطة الأمامية/درجة
معنوي	0,03	2,203	3,89	33,1	9,3	26,33	اختبار الضربة الساحقة /درجه

ن=5 ومستوى دلالة (0,05)

من الاطلاع على جدول (5) الذي يظهر قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيم ولكوكسن المحسوبة للاختبارات البدنية و المهارية وللمجموعة الضابطة ، حيث بلغ الوسط الحسابي للاستناد الأمامي خلال (15ثا) في الاختبار القبلي (10,8) والانحراف المعياري (0,83) ، وبعد إجراء الاختبار البعدي بلغ الوسط الحسابي (15,8) والانحراف المعياري (1,30) ، ومن ملاحظتنا لهذه المؤشرات نجدتها مختلفة في قيمها وهذا يدل على وجود فروق بين الاختبارين ، ولبيان حقيقة هذه الفروق استخدم الباحث اختبار ولكوكسن الذي كانت قيمته المحسوبة (2,06) عند مستوى دلالة (0,03) وهذا يشير إلى وجود فرق معنوي بين الاختبارين ولصالح الاختبار البعدي.

أما في اختبار الدوائر المرقمة بلغ الوسط الحسابي في الاختبار القبلي (8) والانحراف المعياري (1,03) ، وبعد إجراء الاختبار البعدي بلغ الوسط الحسابي (7,06) والانحراف المعياري (0,27) ، ومن ملاحظتنا لهذه المؤشرات نجدتها مختلفة في قيمها وهذا يدل على وجود فروق بين الاختبارين ، ولبيان حقيقة هذه الفروق استخدم الباحث اختبار ولكوكسن الذي كانت قيمته المحسوبة (2,07) عند مستوى دلالة (0,04) وهذا يشير إلى وجود فرق معنوي بين الاختبارين ولصالح الاختبار البعدي .

أما في اختبار العدو (30م) من العدو المنطلق بلغ الوسط الحسابي في الاختبار القبلي (6,61) والانحراف المعياري (0,21) ، وبعد إجراء الاختبار البعدي بلغ الوسط الحسابي (6) والانحراف المعياري (0,22) ، ومن ملاحظتنا لهذه المؤشرات نجدتها مختلفة في قيمها وهذا يدل على وجود فروق بين الاختبارين ، ولبيان حقيقة هذه الفروق استخدم الباحث اختبار ولكوكسن الذي كانت قيمته المحسوبة (2,04) عند مستوى دلالة (0,04) وهذا يشير إلى وجود فرق معنوي بين الاختبارين ولصالح الاختبار البعدي .

أما في اختبار ثني الجذع خلفا من وضع الانبطاح بلغ الوسط الحسابي في الاختبار القبلي (21) والانحراف المعياري (1,31) ، وبعد إجراء الاختبار البعدي بلغ الوسط الحسابي (24,2) والانحراف المعياري (1,12) ، ومن ملاحظتنا لهذه المؤشرات نجدتها مختلفة في قيمها وهذا يدل على وجود فروق بين الاختبارين ، ولبيان حقيقة هذه الفروق استخدم الباحث اختبار ولكوكسن الذي

كانت قيمته المحسوبة (2,02) عند مستوى دلالة (0,04) وهذا يشير إلى وجود فرق معنوي بين الاختبارين ولصالح الاختبار البعدي .

أما في اختبار الخطوة الجانبية (10ثا) بلغ الوسط الحسابي في الاختبار القبلي (4,7) والانحراف المعياري (0,37) , وبعد إجراء الاختبار البعدي بلغ الوسط الحسابي (5,5) والانحراف المعياري (0,54) , ومن ملاحظتنا لهذه المؤشرات نجدها مختلفة في قيمها وهذا يدل على وجود فروق بين الاختبارين ، ولبيان حقيقة هذه الفروق استخدم الباحث اختبار ولكوكسن الذي كانت قيمته المحسوبة (2,06) عند مستوى دلالة (0,04) وهذا يشير إلى وجود فرق معنوي بين الاختبارين ولصالح الاختبار البعدي .

أما في اختبار ضربة الإبعاد الأمامية بلغ الوسط الحسابي في الاختبار القبلي (26,33) والانحراف المعياري (9) , وبعد إجراء الاختبار البعدي بلغ الوسط الحسابي (31,3) والانحراف المعياري (7,9) , ومن ملاحظتنا لهذه المؤشرات نجدها مختلفة في قيمها وهذا يدل على وجود فروق بين الاختبارين ، ولبيان حقيقة هذه الفروق استخدم الباحث اختبار ولكوكسن الذي كانت قيمته المحسوبة (2,03) عند مستوى دلالة (0,04) وهذا يشير إلى وجود فرق معنوي بين الاختبارين ولصالح الاختبار البعدي .

أما في اختبار الضربة المسقطة الأمامية بلغ الوسط الحسابي في الاختبار القبلي (13,33) والانحراف المعياري (2,25) , وبعد إجراء الاختبار البعدي بلغ الوسط الحسابي (20,6) والانحراف المعياري (1,03) , ومن ملاحظتنا لهذه المؤشرات نجدها مختلفة في قيمها وهذا يدل على وجود فروق بين الاختبارين ، ولبيان حقيقة هذه الفروق استخدم الباحث اختبار ولكوكسن الذي كانت قيمته المحسوبة (2,207) عند مستوى دلالة (0,02) وهذا يشير إلى وجود فرق معنوي بين الاختبارين ولصالح الاختبار البعدي .

أما في اختبار الضربة الساحقة بلغ الوسط الحسابي في الاختبار القبلي (26,33) والانحراف المعياري (9,3) , وبعد إجراء الاختبار البعدي بلغ الوسط الحسابي (33,1) والانحراف المعياري (3,89) , ومن ملاحظتنا لهذه المؤشرات نجدها مختلفة في قيمها وهذا يدل على وجود فروق بين الاختبارين ، ولبيان حقيقة هذه الفروق استخدم الباحث اختبار ولكوكسن الذي كانت قيمته المحسوبة (2,203) عند مستوى دلالة (0,03) وهذا يشير إلى وجود فرق معنوي بين الاختبارين ولصالح الاختبار البعدي .

4-2 مناقشة نتائج الاختبار القبلي والبعدي لمجموعي البحث (التجريبية والضابطة) في الاختبارات البدنية والمهارية.

من عرض نتائج الاختبارات البدنية والمهارية وتحليلها في الاختبار القبلي والبعدي ولمجموعي البحث (التجريبية و الضابطة) والتي وضحت في الجدولين (4) و(5) 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 التمارين ويعزو الباحث هذا الفرق إلى :

- استعمال المجموعة التجريبية الأدوات المساعدة التي أعدها الباحث خلال الوحدات التدريبية ، إذ أن تعدد المتطلبات الخاصة لكل مهارة يؤدي إلى تغلب طابع الصعوبة في الأداء لتحقيق الأداء الأفضل في المهارة التخصصية، ولهذا لجأ المختصون في هذا المجال إلى تصميم أو إعداد أجهزة وأدوات مختلفة لتهيئة ظروف تدريبية مناسبة لتطوير القدرات البدنية الخاصة بالمهارة وهذا ما تم تأكيده في أن الأدوات المساعدة تسهم في تطوير القدرات البدنية والحركية الخاصة بالفعالية التخصصية²⁸ (1).

- أن استعمال الأدوات المساعدة في أثناء الوحدات التطويرية بمثابة دافع و حافز لأفراد المجموعة التجريبية إذ يعد التحفيز من العوامل المهمة التي تسهل من تعلم المهارات الحركية وتطوير أدائها، وأن الدافع يعمل على توجيه السلوك نحو الفعالية وله دور كبير في تأخير التعب كذلك يعمل على زيادة الانتباه عند المتعلم وزيادة الدقة²⁹ (2)، وان الاستخدام الأمثل للتمارين المستخدمة من قبل الباحث مع كيفية تطبيقها وملائمتها لأفراد العينة ، حيث مارس أفراد المجموعة التجريبية عددا من التكرارات لكل تمرين من التمارين المستخدمة ، كما إن تمارين تدريب القدرات البدنية والحركية يجب أن تتشابه قدر الإمكان مع حركات الجسم المستخدمة عند أداء المهارة الرياضية وإن استخدام تمارين حديثه وملائمة لمستوى اللاعبين وإعطاء تكرارات مناسبة مع نوع التمرين ، إذ أن تكرار الأداء الحركي هو مطلب أساسي يحتاجه اللاعب للوصول إلى مستوى عال من الأداء الفني³⁰ (1).

3-4 عرض وتحليل نتائج الاختبار البعدي لمجموعتي البحث (التجريبية و الضابطة) في الاختبارات البدنية والمهارية .

بعد جمع البيانات البعدي للاختبارات البدنية والمهارية و لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة ، ولغرض وصف نتائج أفراد العينة قام الباحث 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 (6) .

جدول (6)

بين قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيم مان وتني المحسوبة للاختبارات

البعدي و للمجموعة التجريبية و الضابطة

نوع الدلالة	مستوى الدلالة	قيمة مان وتني المحسوبة	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		الاختبارات
			ع	س-	ع	س-	
معنوي	0,00	0,00	1,30	15,8	0,83	18,8	اختبار الاستناد الأمامي خلال (15ثا)
معنوي	0,00	0,00	0,27	7,06	0,37	6,06	اختبار الدوائر المرقمة/ درجه
معنوي	0,00	0,00	0,22	6	0,206	5,74	اختبار العدو 30م من البدء المنطلق/ ثا
معنوي	0,00	0,00	1,12	24,2	1,32	26,67	اختبار ثني الجذع خلفا من الانبطاح/سم
معنوي	0,00	0,00	0,54	5,5	0,44	7,4	اختبار الخطوة الجانبية (10ثا)/عدد
معنوي	0,00	0,00	7,9	31,3	2,99	44,8	اختبار ضربة الإبعاد الأمامية /درجه

²⁸1- ناهده عبد زيد ، المصدر السابق ، 2008، ص171.

²⁹2- محمد حسن علاوي . مقدمة في علم النفس التربوي الرياضي ، ط 1 ، القاهرة : دار المعارف ، 1971 ، ص 158

³⁰1- مخلص محمد جاسم ، اثر برنامج تدريبي باستخدام كرات حديدية مثقله في تطوير القوة الخاصة والانجاز لطلاب كلية التربية الرياضية بقذف النقل، أطروحة دكتوراه ، جامعة بابل- كلية التربية الرياضية ، 2010، ص102.

مغوي	0,00	0,00	1,03	20,6	1,63	24,6	اختبار الضربة المسقطة الأمامية/درجة
مغوي	0,00	0,00	3,89	33,1	1,31	43,3	اختبار الضربة الساحقة /درجه

ن=5 ن=2 مستوى دلالة (0,05)

من الاطلاع على جدول (6) الذي يظهر قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيم مان وتني المحسوبة ودلالاتها المعنوية لمجموعي البحث (التجريبية والضابطة) ، ففي اختبار الاستناد الأمامي لمدة (15ثا) بلغ الوسط الحسابي للمجموعة التجريبية (18,8) والانحراف المعياري (0,83) ، وبلغ الوسط الحسابي للمجموعة الضابطة (15,8) والانحراف المعياري (1,30) ، ومن ملاحظتنا لهذه المؤشرات نجدها مختلفة في قيمها وهذا يدل على وجود فروق بين المجموعتين ، ولييان حقيقة هذه الفروق استخدم الباحث اختبار مان وتني الذي كانت قيمته المحسوبة (0,00) عند مستوى دلالة (0,00) وهذا يشير إلى وجود فرق معنوي بين المجموعتين ولصالح المجموعة التجريبية.

أما في اختبار الدوائر المرقمة بلغ الوسط الحسابي للمجموعة التجريبية (6,06) والانحراف المعياري (0,37) ، وبلغ الوسط الحسابي للمجموعة الضابطة (7,06) والانحراف المعياري (0,27) ، ومن ملاحظتنا لهذه المؤشرات نجدها مختلفة في قيمها وهذا يدل على وجود فروق بين المجموعتين ، ولييان حقيقة هذه الفروق استخدم الباحث اختبار مان وتني الذي كانت قيمته المحسوبة (0,00) عند مستوى دلالة (0,00) وهذا يشير إلى وجود فرق معنوي بين المجموعتين ولصالح المجموعة التجريبية.

أما في اختبار العدو 30م من البدء المنطلق بلغ الوسط الحسابي للمجموعة التجريبية (5,74) والانحراف المعياري (0,206) ، وبلغ الوسط الحسابي للمجموعة الضابطة (6) والانحراف المعياري (0,22) ، ومن ملاحظتنا لهذه المؤشرات نجدها مختلفة في قيمها وهذا يدل على وجود فروق بين المجموعتين ، ولييان حقيقة هذه الفروق استخدم الباحث اختبار مان وتني الذي كانت قيمته المحسوبة (0,00) عند مستوى دلالة (0,00) وهذا يشير إلى وجود فرق معنوي بين المجموعتين ولصالح المجموعة التجريبية.

أما في اختبار ثني الجذع خلفا بلغ الوسط الحسابي للمجموعة التجريبية (26,67) والانحراف المعياري (1,32) ، وبلغ الوسط الحسابي للمجموعة الضابطة (24,6) والانحراف المعياري (1,12) ، ومن ملاحظتنا لهذه المؤشرات نجدها مختلفة في قيمها وهذا يدل على وجود فروق بين المجموعتين ، ولييان حقيقة هذه الفروق استخدم الباحث اختبار مان وتني الذي كانت قيمته المحسوبة (0,00) عند مستوى دلالة (0,00) وهذا يشير إلى وجود فرق معنوي بين المجموعتين ولصالح المجموعة التجريبية.

أما في اختبار الخطوة الجانبية (10ثا) بلغ الوسط الحسابي للمجموعة التجريبية (7,4) والانحراف المعياري (0,44) ، وبلغ الوسط الحسابي للمجموعة الضابطة (5,5) والانحراف المعياري (0,54) ، ومن ملاحظتنا لهذه المؤشرات نجدها مختلفة في قيمها وهذا يدل على وجود فروق بين المجموعتين ، ولييان حقيقة هذه الفروق استخدم الباحث اختبار مان وتني الذي كانت قيمته المحسوبة (0,00) عند مستوى دلالة (0,00) وهذا يشير إلى وجود فرق معنوي بين المجموعتين ولصالح المجموعة التجريبية.

أما في اختبار ضربة الأبعاد الأمامية بلغ الوسط الحسابي للمجموعة التجريبية (44,8) والانحراف المعياري (2,99) ، وبلغ الوسط الحسابي للمجموعة الضابطة (31,3) والانحراف المعياري (7,9) ، ومن ملاحظتنا لهذه المؤشرات نجدها مختلفة في قيمها وهذا يدل على وجود فروق بين

المجموعتين ، ولبيان حقيقة هذه الفروق استخدم الباحث اختبار مان وتني الذي كانت قيمته المحسوبة (0,00) عند مستوى دلالة (0,00) وهذا يشير إلى وجود فرق معنوي بين المجموعتين ولصالح المجموعة التجريبية.

أما في اختبار الضربة المسقطة الأمامية بلغ الوسط الحسابي للمجموعة التجريبية (24,6) والانحراف المعياري (1,63) ، وبلغ الوسط الحسابي للمجموعة الضابطة (20,6) والانحراف المعياري (1,03) ، ومن ملاحظتنا لهذه المؤشرات نجدها مختلفة في قيمها وهذا يدل على وجود فروق بين المجموعتين ، ولبيان حقيقة هذه الفروق استخدم الباحث اختبار مان وتني الذي كانت قيمته المحسوبة (0,00) عند مستوى دلالة (0,00) وهذا يشير إلى وجود فرق معنوي بين المجموعتين ولصالح المجموعة التجريبية.

أما في اختبار الضربة الساحقة بلغ الوسط الحسابي للمجموعة التجريبية (43,3) والانحراف المعياري (1,31) ، وبلغ الوسط الحسابي للمجموعة الضابطة (33,1) والانحراف المعياري (3,89) ، ومن ملاحظتنا لهذه المؤشرات نجدها مختلفة في قيمها وهذا يدل على وجود فروق بين المجموعتين ، ولبيان حقيقة هذه الفروق استخدم الباحث اختبار مان وتني الذي كانت قيمته المحسوبة (0,00) عند مستوى دلالة (0,00) وهذا يشير إلى وجود فرق معنوي بين المجموعتين ولصالح المجموعة التجريبية.

4-4 مناقشة نتائج الاختبارات البعدية لمجموعتي البحث (التجريبية و الضابطة) في الاختبارات البدنية والحركية و المهارية

من عرض وتحليل نتائج الاختبارات البدنية والحركية والمهارية في الاختبار البعدي والتي وضحت في الجدول (6)، تبين أن هناك فروق معنوية بين مجموعتي البحث ولصالح المجموعة التجريبية ويعزو الباحث هذه الفروق في التطور إلى ما يأتي :

- إن التطور الحاصل في القدرات البدنية والحركية جاء نتيجة استعمال الأدوات المساعدة في التدريب مما كان له الأثر الفاعل في تطور هذه القدرات .

- إن استعمال " تمارين تنظيمية تطبيقية متنوعة وبأوضاع تعليمية مختلفة ساعدت المتعلم في التحكم والسيطرة على متطلبات الأداء واختيار الفعالية الملائمة للأسلوب وزيادة المحاولات التكرارية التي تعد من المتطلبات الأساسية للتعلم". (1)، فضلاً عن إعطاء فرصة للمتعم في التخلص من الأخطاء بوقت مبكر إذ إن "تأخير تصحيح الأخطاء يؤدي إلى صعوبة التخلص منها وأنه كلما أمكن تصحيح الخطأ مبكراً زاد في سرعة التعلم". (2)³¹

- أن التطور والفارق في دقة المهارات الأساسية بالريشة الطائرة والحاصل لدى المجموعة التجريبية بمقدار كبير عن المجموعة الضابطة يعود إلى أن التمارين المعدة من قبل الباحث والمبنية على أسس علمية من خلال تنظيم التمارين بما يتناسب مع طريقة التدريب والشدة المستخدمة التي تجعل شدة التمرين مشابهة لشدة المنافسة مما طور 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 بنوعها (معلومات حول الأداء ومعلومات حول النتيجة) .

- إن اعتماد مبدأ التنوع في أداء المهارات الأساسية بالريشة الطائرة واستخدام أدوات مساعدة لسهولة استخدام المهارات بسرع ومسافات واتجاهات مختلفة وزيادة الإثارة في التدريب يجعل اللاعب يؤدي حركات اوتوماتيكية مع درجه عالية في الاستعداد والقدرة على أداء المهارات بمدياتها المتنوعة وإشكالها المختلفة ، "أن التمرين يؤدي حتما إلى تطوير الانجاز ، إذا بني على أساس علمي في تنظيم عملية التدريب وبرمجته وكذلك استعمال التكرارات المثلى وفترات الراحة البيئية المؤثرة .

5- الاستنتاجات والتوصيات

³¹ ظافر هاشم الكاظمي . الأسلوب التدريسي المتداخل وتأثيره في التعلم والتطور من خلال الخيارات التنظيمية المكانية لبيئة تعليم التنس ، أطروحة دكتوراه ، غير منشورة : (جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية) ، 2002م ، ص 104 .

5-1 الاستنتاجات

- 1- استعمال الأدوات المساعدة ساهم بطريقة ايجابية في تطوير القدرات البدنية والحركية للاعبين لناشئين بالريشة الطائرة.
- 2- استعمال الأدوات المساعدة ساهم بطريقة ايجابية في تطوير المهارات الأساسية في الريشة الطائرة.

5-2 التوصيات :

- 1- ضرورة استعمال أدوات مساعدة في الوحدات التدريبية للاعبين في الريشة الطائرة .
- 2- ضرورة تصميم تمارين جديدة ملائمة للأدوات المساعدة لتطوير القدرات البدنية و الحركية في الريشة الطائرة
- 3- ضرورة إجراء بحوث مشابهة على اللاعبين الشباب والمتقدمين بالريشة الطائرة .
- 4- ضرورة إجراء بحوث مشابهه لجميع فعاليات العاب المضرب .

المصادر العربية والأجنبية

- إبراهيم احمد سلامه ، المدخل التطبيقي للقياس في اللياقة البدنية ، القاهرة ، منشأة المعارف ، 2000 .
- أبو العلا احمد عبد الفتاح . ومحمد صبحي حسانين . فسولوجيا ومرفولوجيا الرياضي وطرق القياس والتقويم . ط1 ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1997 .
- أسامة كامل راتب وإبراهيم عبد ربه، النمو والدافعية في توجيه النشاط الحركي للطفل والأنشطة الرياضية المدرسية ، ط1 : القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1999م .
- أسامة كامل راتب ، النمو الحركي ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1999.
- أمين الخولي ، الريشة الطائرة ، ط3، القاهرة : مكتبة الطالب الجامعي ، 2001.
- إن بتمان ، التنس ، ترجمة قاسم لزام ، بغداد ، دار الحكم، 1991.
- بيتر ج.ل. تومسون . المدخل إلى نظريات التدريب ، القاهرة ، ترجمة مركز التنمية الإقليمي ، 1996 .
- عقيل عبد الله الكاتب . الكرة الطائرة التدريب والخطط الجماعية واللياقة البدنية . ج1 ، بغداد ، مطبعة التعليم العالي ، 1988.
- عباس احمد السامرائي ، عبد الكريم السامرائي . كفايات تدريسية في طرائق تدريس التربية الرياضية ، جامعة البصرة ، مطبعة دار الحكمة ، 1991 .
- ظافر هاشم الكاظمي ، الأسلوب التدريسي المتداخل وتأثيره في التعلم والتطور من خلال الخيارات التنظيمية المكانية لبيئة تعليم التنس ، أطروحة دكتوراه ، غير منشورة : (جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، 2002م.
- ضياء الخياط ونوفل محمد الحبالى ، كرة اليد ، الموصل ، دار النشر ، 2001 .
- علي سلوم جواد ، الاختبار والقياس والإحصاء في المجال الرياضي ، جامعة القادسية ، 2004.
- مازن هادي كزار ، تأثير العرض والتنفيذ المباشر والمؤجل في تعلم بعض مهارات الريشة الطائرة وانتقال أثره إلى بعض مهارات التنس الأرضي ، أطروحة دكتوراه ، جامعة بابل ، كلية التربية الرياضية ، 2008.
- مازن هادي كزار ، تأثير العرض والتنفيذ المباشر والمؤجل في تعلم بعض مهارات الريشة الطائرة وانتقال أثره إلى بعض مهارات التنس الأرضي ، أطروحة دكتوراه ، جامعة بابل ، كلية التربية الرياضية ، 2008.
- محمد حسن علاوي . مقدمة في علم النفس التربوي الرياضي ، ط 1 ، القاهرة : دار المعارف ، 1971
- محمد عثمان ، التعلم الحركي والتدريب الرياضي ، الكويت ، دار القلم ، 1987
- محمد صبحي حسانين. القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية . ط3. القاهرة: دار الفكر العربي ، 1995 .

- مخلد 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 ، 2010.
- مفتي إبراهيم ، اللياقة البدنية . ط1 ، مصر ، 2004 .
- مروان عبد المحيد ، الموسوعة العلمية للكرة الطائرة ، مهارات ، خطط ، اختبارات بدنية ومهارية ، قياسات جسمية ، انتقاء معاقين ، تحكيم ، ط1 ، عمان ، مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع ، 2001.
- معين محمد طه، تأثير برنامج تدريبي بريش مختلفة السرعات في تطوير مهارات لعبة الريشة الطائرة. أطروحة دكتوراه، جامعة بغداد, كلية التربية الرياضية، 2001.
- ناهده عبد زيد ، أساسيات في التعلم الحركي ، النجف ، دار الضياء للطباعة والنشر ، 2008 .
- وديع ياسين التكريتي ، النظرية والتطبيق في رفع الأثقال . ج1- ج2 ، بغداد ، المكتبة الوطنية ، 1989 .
- وجيه محجوب وآخرون . نظريات التعلم والتطور الحركي . ط2 ، بغداد ، دار الكتب والوثائق ، 2000 .
- John Edwards. Badminton(Technique ,Tactics ,Training) Garwood press. 1997.
- Venugopal mahalingan. The skills of the Badminton, Kuala Lumpur, 2007.