



**Diverse practice for generalizing motor programs and its impact on learning
the most important basic skills for young badminton players**

Dr. Hayder Abdulkathem Kuthaer

Wasit University/ College of Physical Education and Sport Sciences

hayderabdul.khudhair615@uowasit.edu.iq

Abstract

Badminton is one of the individual sports practiced by both genders, and most of its skills fall under the open-loop system, so it requires a high level of skill performance due to changing playing conditions within a single point. This has led to competition among countries to innovate the best modern scientific foundations that can develop the level of skill performance for learners. Therefore, the importance of the research lies in reaching the optimal way to deal with the specificity of the skill by utilizing the principle of diverse practice for generalizing motor programs in developing some basic skills in badminton, enabling the learner to find the best solutions for skill performance in different positions and forms with high skill performance. The researcher used the experimental method to suit the nature of the problem, and the research sample consisted of all members of the research community, who are young players from the badminton clubs of Wasit Governorate for the 2021-2022 season, totaling 27 players aged between 10-12 years. They were divided into three groups, two experimental and one control, with each group consisting of 9 players. The researcher concluded that diverse practice for generalizing motor programs has a positive impact on learning some basic skills in badminton.

Keywords: Diverse practice, movement programs, badminton.



الممارسة المتنوعة لتعميم البرامج الحركية وتأثيرها في تعلم اهم المهارات الاساسية للاعبين الأشبال بالريشة الطائرة

م. د حيدر عبد الكاظم خضير

جامعة واسط / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

ملخص البحث

لعبة الريشة الطائرة من الألعاب الفردية التي يمارسها كلا الجنسين وان اغلب مهاراتها تقع تحت نظام الدائرة المفتوحة لذا فهي تحتاج إلى أداء مهاري عالٍ نتيجة لتغيير حالات اللعب خلال النقطة الواحدة, مما أدى ذلك إلى تنافس الدول في ابتكار أفضل الأسس العلمية الحديثة التي يمكن من خلالها تطوير مستوى الأداء المهاري للمتعلم . لذا تكمن أهمية البحث في الوصول إلى التعامل الأمثل مع خصوصية المهارة من خلال الاستفادة من مبدأ تنوع الممارسة لتعميم البرامج الحركية في تطوير بعض المهارات الأساسية بالريشة الطائرة والتي تمكن المتعلم من إيجاد أفضل الحلول لأداء المهارة بوضعيات وأشكال مختلفة وبأداء مهاري عالٍ .

استخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمته لطبيعة المشكلة، وقد تكونت عينة البحث من جميع أفراد مجتمع البحث وهم لاعبو أشبال أندية محافظة واسط للموسم 2021-2022 بالريشة الطائرة والبالغ عددهم (27) لاعباً بأعمار تتراوح بين (10-12) سنة وتم تقسيمهم على ثلاث مجاميع مجموعتين تجريبيتين وواحدة ضابطة وبلغ عدد كل مجموعة (9) لاعبين. واستنتج الباحث أن تنوع الممارسة لتعميم البرامج الحركية له تأثير ايجابي في تعلم بعض المهارات الأساسية بالريشة الطائرة. , أن لتنوع الممارسة دور كبير وفعال في تطوير المهارة بأشكالها كافة إن تعميم البرامج الحركية له تأثير كبير على تفاعل اللاعب مع بيئة الأداء. وقد اوصى الباحث باستخدام مناهج تعليمية تعتمد على مبدأ تنوع الممارسة في تعلم جميع المهارات الأساسية بالريشة الطائرة.

الكلمات المفتاحية: الممارسة المتنوعة، البرامج الحركية، الريشة الطائرة.



1-1 المقدمة وأهمية البحث:

إن تنوع الممارسة في لعبة الريشة الطائرة من الأمور المهمة لأنها تساعد المتعلم على رفع قدرته وقابليته على أداء المهارة في المواقف التي يتعرض لها بدرجة عالية من الكفاية والفاعلية من خلال تحديد المواقف المستقبلية التي سوف يؤدي فيها المتعلم مما يؤدي إلى الانتقال الايجابي من الممارسة إلى المنافسة، وإن عملية تنوع الممارسة تهدف إلى إيجاد وخلق برنامج حركي وتعميمه وخزنه في ذاكرة المتعلم الطويلة الأمد كما تمكنه من استخدام البرنامج الحركي العام لأداء المهارة الحركية بأشكالها كافة نتيجة المرونة التي يوفرها هذا البرنامج للمتعلم في اختيار مقاييس لكل حركة ومهارة .

ويأتي مفهوم البرنامج الحركي بوصفه مكوناً مهماً يستطيع من خلاله المتعلمون تنظيم حركاتهم تحت نظام الدائرة المفتوحة عندما لا يمتلك المتعلمون الوقت الكافي لمعالجة المعلومات آتية من التغذية الراجعة لإجراء التصحيحات وبما أن الهدف الرئيس من تعلم المهارة هو وصول أداء المتعلمين إلى حالة مشابهة لحالة اللعب الحقيقية لذلك تحتاج عملية التعلم أن تأخذ بالحسبان بناء برامج حركية بوضعيات وأشكال مختلفة.

(Schmidt A.R:1991,81)

وبما أن لعبة الريشة الطائرة من الألعاب الفردية التي يمارسها كلا الجنسين وإن أغلب مهاراتها تقع تحت نظام الدائرة المفتوحة لذا فهي تحتاج إلى أداء مهاري عالٍ نتيجة لتغيير حالات اللعب خلال النقطة الواحدة، مما أدى ذلك إلى تنافس الدول في ابتكار أفضل الأسس العلمية الحديثة التي يمكن من خلالها تطوير مستوى الأداء المهاري للمتعلم .

لذا تكمن أهمية البحث في الوصول إلى التعامل الأمثل مع خصوصية المهارة من خلال الاستفادة من مبدأ تنوع الممارسة لتعميم البرامج الحركية في تطوير بعض المهارات الأساسية بالريشة الطائرة والتي تمكن المتعلم من إيجاد أفضل الحلول لأداء المهارة بوضعيات وأشكال مختلفة وبأداء مهاري عالٍ .

1-2 مشكلة البحث :

لاحظ الباحث من خلال تواجدهما في مجال اللعبة لاعباً للمنتخبات الوطنية ومدرباً للفئات العمرية قلة اهتمام أغلب المناهج التعليمية والتدريبية للمدربين إلى تنوع ممارسة المهارة بأشكالها كافة والتعامل مع خصوصية كل



شكل منها، وإنما يتم الاعتماد على شكل المهارة العام، مما جعل اغلب اللاعبين ومنهم الأشبال خاصة يواجهون صعوبة في أداء المهارات بشكل فعال أثناء الموقف الحركي، ونتيجة لتتويع مواقف اللعب المستمرة وسرعة الحركة داخل الملعب مما يودى إلى صعوبة تحديد مسار الريشة خلال النقطة الواحدة من قبل المتعلم.

وبما أن الهدف الرئيس الذي يقع على عاتق المدرب هو وصول أداء لاعبيه إلى حالة مشابهة لحالة اللعب الحقيقي لذا ارتأى الباحث إعداد منهج تعليمي قائم على نظرية تعميم البرامج الحركية من خلال الاستفادة من تنوع الممارسة والتعامل مع خصوصية كل شكل من أشكال المهارة الواحدة

1-3 هدف البحث:

1- معرفة تأثير الممارسة المتنوعة لتعميم البرامج الحركية اهم المهارات الاساسية للاعبين الأشبال بالريشة الطائرة

2- معرفة تأثير الممارسة المتنوعة في تطوير نسب تعميم البرامج الحركية لاهم المهارات الأساسية للاعبين الأشبال بالريشة الطائرة.

1-4 فرضا البحث:

1- الممارسة المتنوعة لتعميم البرامج الحركية له تأثير ايجابي في تعلم اهم المهارات الأساسية للاعبين الأشبال بالريشة الطائرة.

2- الممارسة المتنوعة له تأثير ايجابي في تطوير نسب تعميم البرامج الحركية لأهم المهارات الأساسية للاعبين الأشبال بالريشة الطائرة.

1-5 مجالات البحث:

1-5-1 المجال البشري:

اللاعبون الأشبال في أندية محافظة واسط للموسم 2021-2022 وعددهم (27).

1-5-2 المجال الزماني:

للفترة من 3 / 1 / 2021 ولغاية 17 / 3 / 2021



1-5-3 المجال المكاني:

ملعب وقاعة نادي الحي الرياضي محافظة واسط.

2- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية :

1-2 منهجية البحث :

استخدم الباحث المنهج التجريبي من خلال تنفيذ تصميم (*Schmidt*) لانتقال اثر التعلم (يعرب خيون : 2002, 110) و الموضح في الجدول (1) وكذلك تصميم الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة الواحدة المبين في الجدول (2) :-

جدول (1) يبين تصميم (*Schmidt*) لانتقال اثر التعلم

المجموعة	المهمة المنقولة	المهمة الأصلية	الاختبار
التجريبية الأولى	الضربة الخلفية	الإرسال	الإرسال
التجريبية الثانية	الضربة الأمامية	الإرسال	الإرسال
ضابطة	REST	الإرسال	الإرسال

2-2 عينة البحث :

تمثل عينة البحث جميع أفراد مجتمع البحث وهم لاعبو أشبال أندية محافظة واسط للموسم 2021-2022 بالريشة الطائرة والبالغ عددهم (27) لاعباً بأعمار تتراوح بين (10-12) سنة وتم تقسيمهم على ثلاث مجاميع مجموعتين تجريبيتين وواحدة ضابطة باستخدام الطريقة العشوائية البسيطة القرعة وبلغ عدد كل مجموعة (9) لاعبين، والجدول (3) يبين تفاصيل عينة البحث.



جدول (3) يبين أسماء الأندية وعد اللاعبين

عدد اللاعبين	أسم النادي
10	نادي الحي
4	نادي النعمانية
5	نادي الكوت
4	نادي العزة
4	نادي الشهداء

2-3 الأدوات والأجهزة والوسائل المساعدة :

الأدوات والأجهزة :

- ملاعب ريشة طائرة عدد (3)
- مضارب ريشة طائرة عدد (30) مضرب نوع yonex
- شبكات ريشة نوع yonex عدد (3)
- أعمدة ريشة عدد (6)
- ريش بلاستيك بعدد (20) علبة سعة الواحدة (6) ريشة نوع yonex
- أعمدة بارتفاعات مختلفة (1-3م) عدد (6)
- شريط قياس
- أصباغ وطباشير
- شريط لاصق ملون
- حبال مطاطية
- حائط مستو



• مصاطب خشبية على ارتفاع (1م) عدد (3)

• ساعة توقيت عدد (3)

الوسائل المساعدة :

• المصادر

• الاختبارات مهارية

• الخبراء والمختصون.

• استمارة استبيان

2-4 المهارات موضوع الدراسة:

إن مهارتي الضربة الأمامية والضربة الخلفية ومهارة الإرسال من المهارات الأساسية في لعبة الريشة الطائرة والتي تعتبر من أكثر المهارات استخداماً في اللعب والتي تجمع عليها معظم المصادر العلمية .

لذا قام الباحث بدراسة هذه المهارات الثلاثة وإشكالها من خلال إجراء استبيان لأراء الخبراء والمختصين* في اللعبة حول تحديد أكثر الأشكال مهارية وانسبها استخداماً لطبيعة البحث وجاءت نتائج الاستبيان حول الإشكال الآتية :

أ- مهارة الإرسال:

1- الإرسال القصير

2- الإرسال الطويل

ب- مهارة الضربة الأمامية:

1. ضربات فوق الرأس (ضربة التخليص)

2. ضربات المدفوعة

* الخبراء والمختصين



3. ضربات الصد والدفع

ج- مهارة الضربة الخلفية:

1. ضربة الصد والدفع

2. الضربة المدفوعة

3. الضربة المسقطة

4. ضربات التخليص

2-5 الاختبارات المهارية المستخدمة:

أولاً: اختبارات الإرسال (مازن هادي كزار: 2003, 44)

أ- اختبار الإرسال القصير:

ب- اختبار الإرسال الطويل (مازن هادي كزار: 2003, 50-51)

ثانياً : اختبارات الضربات الأمامية والخلفية:

أ- اختبار ضربات فوق الرأس الأمامية (معين محمد طه: 2001, 64)

ب- اختبار ضربة التخليص (الإبعاد) الخلفية

ج- اختبار الضربة المدفوعة الأمامية والخلفية

2-6 التجربة الاستطلاعية :

اشرف الباحث وبمساعدة فريق العمل المساعد* على إجراءات التجربة الاستطلاعية والتي تم تطبيقها على عينة من اللاعبين الأشبال لمنتدى شباب المحاويل ومن غير المشاركين في التجربة الرئيسية وبعدد (10) لاعبين في تاريخ (5- 2021/1/7) وقبل إجراء الاختبارات القبلية بغية التعرف على أهم الصعوبات التي قد ترافق إجراءات البحث الميدانية وقد أغنت الباحث بالملاحظات التالية:



1. معرفة مدى ملائمة عدد التمرينات والتكرارات بشكل تقريبي للوحدات التعليمية لكل مهارة لكي تكون احد أسس بناء المنهج التعليمي.
2. التأكد من صلاحية الأدوات والملاعب وكفائتها لاستخدامها كوسائل لأداء مفردات البحث، مع تنظيم وتخطيط الملاعب سواء لمتطلبات التجربة أم لإجراء الاختبارات.
3. معرفة مدى ملائمة الاختبارات لمستوى عينة البحث وكيفية تنظيمها وإعطاء التعليمات لمفردات الاختبار.
4. معرفة المدة الزمنية للوحدة التعليمية وتحديد أوقات الراحة المناسبة.

2-7 الاختبار القبلي :

لقد قام الباحث بأجراء وحدتين تعريفيتين لجميع أفراد عينة البحث، تضمنت شرحاً وعرضاً وافياً لجميع المهارات المدروسة وأداء بعض التكرارات للوصول إلى فهم واستيعاب جميع أشكال المهارات وحسب المجموعات. وبعد ذلك قام الباحث بأجراء الاختبارات القبليّة بتاريخ (9-2021/1/10) وعلى أفراد عينة البحث على ملاعب نادي الحي الرياضي

2-8 المنهج التعليمي :

اعد الباحث منهجاً تعليمياً واعتماداً على المصادر العلمية في مجال ألعاب المضرب، وتضمن المنهج التعليمي للمجموعة التجريبية الأولى (تعلم مهارة الضربة الخلفية ومهارة الإرسال) أما المنهج التعليمي للمجموعة التجريبية الثانية فتتضمن (تعلم مهارة الضربة الأمامية ومهارة الإرسال) إما المنهج التعليمي للمجموعة الضابطة فتتضمن (تعلم مهارة الإرسال فقط)، وقد طبق على العينة للمدة من (2021/1/12 ولغاية 2020/3/17).

كانت مدة المنهج التعليمي (45) يوماً وبلغ مجموع الوحدات التعليمية (27) وحدة تعليمية وبواقع (3) وحدات أسبوعياً. ومدة الوحدة التعليمية (90 دقيقة)

وقد أشتمل المنهج التعليمي للمهارات المدروسة على المفردات الآتية :

- عدد الوحدات التعليمية لمهارة الضربة الأمامية (9) وحدات.



- عدد الوحدات التعليمية لمهارة الضربة الخلفية (9) وحدات.
- عدد الوحدات التعليمية لمهارة الإرسال (9) وحدات.
- معدل التمرينات في الوحدة التعليمية الواحدة (6) تمرينات.
- معدل التكرار في الوحدة التعليمية الواحدة (140) تكراراً.

وتم تقسيم الوحدة التعليمية الواحدة إلى ثلاثة أقسام هي :

1. القسم التحضيري : إحماء عام - إحماء خاص (15 د)
2. القسم الرئيسي : جزء تعليمي - جزء تطبيقي (60 د)
3. القسم الختامي : تمارين تهدئة - تغذية راجعة (15 د)

2-9 الاختبار البعدي :

تم إجراء الاختبارات البعدية يوم (2021/3/20) في ملاعب نادي الحي الرياضي على المجاميع الثلاثة وكلاً حسب منهجه التجريبي مع مراعاة التنظيم نفسه وشروط تنفيذ الاختبارات وتحت نفس الإمكانيات المستخدمة في الاختبارات القبلية لغرض الحصول على نتائج دقيقة.

2-10 الوسائل الاحصائية : استخدم الباحث الحقيبة الاحصائية spss .

3-1 عرض نتائج تعميم البرامج الحركية لمهارتي الضربة الخلفية والأمامية بالريشة الطائرة وتحليلها:-

لمعرفة نسب تعميم البرامج الحركية لكل مهارة (الضربة الخلفية و الأمامية) استخدم الباحث معادلة انتقال اثر التعلم لقياس نسب التعميم لذا تم معالجة البيانات الخاصة للاختبارات البعدية لمهارة الإرسال إحصائياً من خلال استخراج الوسط الحسابي لكل شكل من أشكال مهارة الإرسال وبعدها استخراج الوسط الحسابي لهذه الأوساط لكل مجموعة من مجموعات البحث لغرض الحصول على قيمة واحدة تمثل كل أبعاد وأشكال المهارة.



جدول (7) يبين الوسط الحسابي ووسط اوساط مهارة الارسال لمجموعات البحث

المجموعة	مهارة الإرسال		وسط الأوساط
	سَ للإرسال الطويل	سَ للإرسال القصير	
ت ₁	27.62	29.88	28.75
ت ₂	31.8	28.6	30.2
ض	27	23.4	25.2

جدول (8) يبين نسب تعميم البرامج الحركية لمهارتي الضربة الخلفية والأمامية بالريشة الطائرة

ت	المجموعة	اتجاه النقل	نسبة التعميم
1	التجريبية الأولى	من الضربة الخلفية إلى الإرسال	14.31%
2	التجريبية الثانية	من الضربة الأمامية إلى الإرسال	20.16%

3-2 مناقشة نتائج تعميم البرامج الحركية لمهارتي الضربة الخلفية والأمامية بالريشة الطائرة:-

تبين من خلال العرض والتحليل لنتائج أفراد العينة تأثير تنوع الممارسة على تعميم البرامج الحركية للمهارات والتي ظهرت بنسب جيدة إذا ما قورنت بمستوى المتطلبات المهارية التي تحتاجها لعبة الريشة الطائرة

ويعزو الباحث هذه النتائج إلى التنوع والتغيير في ظروف أداء المهارة مع ممارسة كل الأشكال المهارية لمواقف مشابهة لحالة اللعب الحقيقية، إن تنوع الممارسة يساعد المتعلم على تكوين مخرجات حركية مختلفة وللبرنامج الحركي نفسه من خلال استخدام مقاييس مختلفة تتناسب ومتطلبات المواقف التي تحدث داخل الملعب مما يحسن من أداء المتعلم لجميع الإشكال المهارية وبالتالي سوف يعمل على تطوير البرنامج الحركي العام وهذا ما يتفق وفرض البحث الثاني .

ويشير (2000, Wrisberg) إلى أن تنوع الممارسة تعمل على تطوير البرنامج الحركي المعمم ويحسن من أداء المتعلم على الرغم من اختلاف المقاييس للبرنامج نفسه، وإن تطور البرنامج الحركي يتعزز عندما يمارس المتعلم على تغييرات واسعة من الحركات ولنفس الصنف من الحركة .



يتضح مما سبق ان قدرة المتعلم على تعميم مهارة الضربة الأمامية أفضل بكثير من تعميم مهارة الضربة الخلفية يعزوه الباحث ذلك إلى أن مهارة الضربة الأمامية تتمتع ببيئة واسعة من حيث التشابه والتنوع في الأشكال المهارية مما يتيح للمتعم إمكانية استخدام مقاييس مناسبة لكل برنامج حركي من خلال استخدام تنوع الممارسة كما أن إمكانية التحكم بمسكة المضرب الأمامية تساعد المتعلم على أداء أية حركة معقدة يصعب تنفيذها عندما يمسك المضرب بمهارة الضربة الخلفية، كما أن متطلبات اللعب تحتاج إلى كثرة استخدام مهارة الضربة الأمامية بسبب المجال الحركي الواسع التي توفره لنا وكثرة الأشكال المهارية مما يساعد المتعلم على تكوين خيارات كثيرة ومشابهة لمواقف اللعب الحقيقية وبالتالي سوف يصبح لدى المتعلم برنامج حركي معمم بصورة أفضل مما لو كان في مهارة الضربة الخلفية .

3-3 عرض نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية لمجموعتي البحث التجريبتين في تعلم بعض المهارات الأساسية بالريشة الطائرة وتحليلها:-

بعد جمع البيانات من خلال الاختبار القبلي والبعدى قام الباحث بتحليلها إحصائياً إذ تم حساب الوسط الحسابي والانحراف المعياري للبيانات لغرض وصف انجاز العينة في المجموعتين التجريبتين ثم تم حساب معنوية الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدى من خلال استخدام اختبار (t) للمجاميع المرتبطة لملاءمته لمستوى قياس البيانات في البحث كما هو مبين في الجدولين (9) (10)

جدول (9) يبين نتائج التحليل الإحصائي لنتائج الاختبار القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية الأولى في مهارتي الإرسال والضربة الخلفية

المهارة	الاختبار القبلي		الاختبار البعدى		الجد (t) قيمة ولية	نوع الدلالة
	ع	س	ع	س		
الإرسال	25.75	1.70	28.75	4.30	2.26	معنوي
ضربة الصد والدفع	14.7	3.19	20.2	3.70	2.26	معنوي
الضربة المقوسة	14.4	2.98	21.8	2.16	2.26	معنوي
ضربة التخليص	24.2	4.49	28.7	5.22	2.26	معنوي
الضربة المدفوعة	24.4	5.31	31.5	4.85	2.26	معنوي

عند درجة حرية (9) ومستوى دلالة (0.05)



جدول (10) يبين نتائج التحليل الإحصائي لنتائج الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الثانية في مهارتي الإرسال والضربة الأمامية

نوع الدلالة	قيمة (t) الجدولية	قيمة (t) المحسوبة	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		المهارة
			ع	س	ع	س	
معنوي	2.26	8.03	2.19	30.2	2.35	22.4	الإرسال
معنوي	2.26	4.58	3.98	22.1	2.25	16.8	ضربة الصد والدفع
معنوي	2.26	3.13	4.53	29.9	4.53	24.9	ضربات فوق الرأس
معنوي	2.26	3.37	4.99	29.4	4.13	24	الضربة المدفوعة

عند درجة حرية (9) ومستوى دلالة (0.05)

جدول (11) يبين مقدار التطور للمجموعة التجريبية الأولى (الإرسال والضربة الخلفية)

المهارة	مقدار التطور
الإرسال	%12.37
ضربة الصد والدفع	%35.59
الضربة المقوسة	%47.43
ضربة التخليص	%17.44
الضربة المدفوعة	%27.73

جدول (12) يبين مقدار التطور للمجموعة التجريبية الثانية (الإرسال والضربة الامامية)

المهارة	مقدار التطور
الإرسال	%28.26
ضربة الصد والدفع	%40.15
ضربات فوق الرأس	%19.92
الضربة المدفوعة	%20.76



وبما أن العامل المشترك بين المجموعتين التجريبيتين في المهام التي تدربت عليهما في تجربة البحث هو مهارة الإرسال فقط لذلك ارتأى الباحث حساب معنوية الفرق بين نسب التطور الخاصة بالمجموعتين ولمهارة الإرسال فقط من خلال تطبيق اختبار (كا²) على البيانات التي تم الحصول عليها من معادلة مقدار التطور للإرسال لغرض معرفة الأفضلية لمن تعلم مهارة الإرسال، هل هي المجموعة التي تدربت على مهارة الضربة الأمامية ثم الإرسال أو ضربة خلفية ثم إرسال وكما هو مبين في الجدول (13).

جدول (13) يبين معنوية الفرق بين نسب التطور لمهارة الإرسال في مجموعتي البحث التجريبيتين

المهارة	قيمة (كا ²) المحسوبة	قيمة (كا ²) الجدولية	نوع الدلالة
الإرسال	10.83	3.84	معنوي

• درجة حرية = 1 ومستوى دلالة (0,05)

يبين الجدول (13) قيمة (كا²) المحسوبة وهي (10.83) للفرق بين قيم تطور مهارة الإرسال للمجموعتين التجريبيتين وهي أكبر من قيمة (كا²) الجدولية البالغة (3.84) عند درجة حرية (1) ومستوى دلالة (0.05) وهذا يدل على وجود فرق ذات دلالة معنوية لصالح المجموعة التجريبية الثانية.

3-4 مناقشة نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية لمجموعتي البحث التجريبيتين في تعلم بعض المهارات الأساسية بالريشة الطائرة:

من خلال استعراض النتائج في الجدولين (8) (9) والموضحة للتعلم الحاصل للمهارات التي تمت دراستها ولمجموعتي البحث التجريبيتين والتي تم تعميم البرامج الحركية لهذه المهارات من خلال استخدام الممارسة المتنوعة والتعامل مع أشكال المهارة الواحدة.

ويعزو الباحث هذا التطور الحاصل لمجموعتي البحث نتيجة التأثير الإيجابي للمنهج التعليمي الذي تم تطبيقه على مجموعتي البحث، إذ أن التطور الحاصل يعود إلى الاستخدام الأمثل لمفردات المنهج التعليمي مع كيفية تطبيقه وملاءمته لأشكال المهارة الواحدة حيث مارس أفراد كل مجموعة تجريبية عدداً من التكرارات لكل شكل من أشكال المهارة الواحدة مما ساعد المتعلم على خزن العديد من البرامج الحركية في الذاكرة الطويلة الأمد، كما أن استخدام الوسائل التعليمية الحديثة وملاءمته بمستوى المتعلمين وإعطاء تكرارات مناسبة مع نوع التمرين



وقابلية المتعلم خلال القسم الرئيسي للوحدة التعليمية الواحدة وذكر " أن تكرار الأداء الحركي هو مطلب يحتاجه الأشخاص للوصول إلى مستوى عالٍ من التعلم الحركي (Schmidt A. Timothy D.Lee ;2001, 21)

أن استخدام تنوع الممارسة للإشكال المهارية وتنوع استخدام التمارين خلال الوحدة التعليمية آذ يؤدي المتعلم عدداً من التكرارات المتتالية لكن غير متشابهة من حيث المسافة والاتجاه والسرعة المستخدمة مما جعل لدى المتعلم عدداً هائلاً من المقاييس المخزونة في الذاكرة للبرنامج الحركي الواحد الخاص بالمهارة. وعزز ذلك (1995 Magil and Weeks) إذ ذكر أن التعلم الحاصل لدى المتعلمين الذين يمارسون عدة تنويعات في التمرين سوف تصبح لديهم القدرة على تحديد مقاييس مختلفة لكل برنامج حركي مما يساعد على تعميم البرنامج الحركي وبالتالي تفعيل عملية التعلم لهذه الأشكال المهارية (Schmidt and Wirsberg. Opcit; 2000,276)

ويود الباحث الإشارة إلى أن التعلم الحاصل لدى مجموعتي البحث التجريبيتين لم يكن من خلال استخدام تنوع الممارسة فقط بل كان هناك دور للتطبيق السليم والتنظيم لمفردات المنهج التعليمي و الشمولية التي تميز بها من خلال إعطاء تمارين متنوعة للإشكال المهارية كافة والموازنة بين أوقات الراحة والتمرين مع اختيار مناسب لموقع التمرين ومزاوجته مع شكل المهارة المدروسة، كذلك تم تعريف المتعلمين بنوع المهارة وكيفية أدائها والهدف من استخدامها مع وصف للظروف التي سوف يؤدي المتعلم خلالها ولتزويده بمهارات التعامل مع الأداة والتركيز على ميكانيكية الحركة لضمان الاقتصاد بالوقت والجهد.

أما فيما يخص مقدار التطور الحاصل للمهارات ولكلا مجموعتي البحث فيعزو الباحث ذلك إلى تعميم البرامج الحركية والتي كان لها الدور الفعال في رفع مستوى الأداء المهاري للمتعلمين والذي أدى إلى رفع مستوى التعلم العام كما ساعد على أداء المهارات بأشكال وأوضاع مختلفة بحسب ما يتطلبه الموقف، وهذا ما أكدته النتائج التي تم الحصول عليها من نسب التعميم والتي أوضحت التطور الكبير للمجموعة التجريبية الثانية التي تتدرب على مهارة الضربة الأمامية والإرسال والتي نسبة التعميم فيها اكبر من نسبة التعميم للمجموعة التجريبية الأولى التي تدربت على مهارة الضربة الخلفية ومهارة الإرسال، ولهذا كان مقدار التطور للمجموعة التجريبية الثانية أفضل من مقدار التطور للمجموعة التجريبية الأولى.



4- الاستنتاجات والتوصيات

4-1 الاستنتاجات :-

1. أن تتنوع الممارسة لتعميم البرامج الحركية له تأثير ايجابي في تعلم بعض المهارات الأساسية بالريشة الطائرة.
2. أن لتتنوع الممارسة دور كبير وفعال في تطوير المهارة بأشكالها كافة
3. أن نسبة تعميم البرنامج الحركي لمهارة الضربة الأمامية اكبر من نسبة تعميم البرنامج الحركي لمهارة الضربة الخلفية.
4. إن تعميم البرامج الحركية له تأثير كبير على تفاعل اللاعب مع بيئة الأداء.

4-2 التوصيات :-

1. استخدام مناهج تعليمية تعتمد على مبدأ تنوع الممارسة في تعلم جميع المهارات الأساسية بالريشة الطائرة.
2. الاعتماد على مبدأ تعميم البرامج الحركية في تعلم جميع المهارات المفتوحة التي تحتوي على أشكال متعددة.
3. إمكانية إجراء بحوث مشابهة تعتمد على فكرة التعميم للبرنامج الحركي .

المصادر

- يعرب خيون. التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق, بغداد: مطبعة الصخرة, 2002.
- محمد حسن علاوي وأسامة كامل راتب. البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي. القاهرة: دار الفكر العربي، 1999، ص232.
- (Don.R.&Joseph.G.&R.J.1987) ≥ (مازن هادي كزار). اثر التدريب العقلي والبدني المهاري في دقة وسرعة الاستجابة الحركية للاعبين الريشة الطائرة، رسالة ماجستير، جامعة بابل، كلية التربية الرياضية، 2003، ص44.



- (Don.R.&Joseph.G.&R.J.1987) اقتبس (معين محمد طه)، تأثير برنامج تدريبي بريش مختلفة السرعات في تطوير مهارات لعبة الريشة الطائرة. أطروحة دكتوراه، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، 2001، ص 64.

- Schmidt A. Timothy D.Lee, motor control and learning, 4th Ed Human Kineties, 2005
- Schmidt A.R: motor learning and performance from principles to practice– human kinetics book, 1991, p, 81

الملاحق

ملحق (1) يبين مفردات المنهج التعليمي المقترح لمهارة الإرسال

الهدف: تعلم مهارة الإرسال

الوحدة التعليمية : الأولى

زمن الوحدة: 90د

الوقت: الخامسة عصرا

المهارات والتمرينات	أقسام الوحدة
هرولة (5 د) تمارين بدنية خاصة (5 د) أداء تمارين إحماء بالمضرب (5 د)	القسم التحضيري (15د)
القسم الرئيسي	
– أداء مهارة الإرسال الأمامي من الأسفل إلى الأعلى بارتفاعين (2-3م) على التوالي. (25 تكرار) أداء مهارة الإرسال الخلفي من الأسفل إلى الأعلى بارتفاعين (2-3م) على التوالي. (25 تكرار) أداء مهارة الإرسال الأمامي أمام حائط مستوي على بعد (2-3م). (20 تكرار) أداء مهارة الإرسال الخلفي أمام حائط مستوي على بعد (2-3م). (20 تكرار) أداء مهارة الإرسال الأمامي من الأسفل إلى الأمام ولمسافة (7-8م). (25 تكرار) أداء مهارة الإرسال الخلفي من الأسفل إلى الأمام ولمسافة (7-8م). (25 تكرار)	(60 د)
القسم الختامي	



(15 د)	إعطاء تمارين تهدئة لإعادة الجسم إلى وضعه الطبيعي. مناقشة اللاعبين حول محتويات الوحدة التعليمية وأهدافها. إعطاء تغذية راجعة لتصحيح الأخطاء الشائعة في أداء المهارة.
--------	---

ملحق (2) مفردات المنهج التعليمي المقترح لمهارة الضربة الخلفية

الهدف: تعلم مهارة الضربة الخلفية

الوحدة التعليمية : الأولى

زمن الوحدة: 90د

الوقت: السادسة عصرا

أقسام الوحدة	المهارات والتمرينات
القسم التحضيري (15 د)	هرولة (5 د) تمارين بدنية خاصة (5 د) أداء تمارين إحماء بالمضرب (5 د)
القسم الرئيسي (60 د)	أداء الضربة الخلفية (ضربة التخليص) إلى الأعلى مع ارتدادها لنفس اللاعب وبارتفاعين مختلفين (1-2 م). (20 تكرار) أداء الضربة الخلفية (ضربة التخليص) إلى الأعلى مع ارتدادها لنفس اللاعب بالتحرك مسافة (2 م) لأداء الضربة الأخرى. (20 تكرار) أداء الضربة الخلفية المدفوعة من الأسفل إلى الأعلى مع ارتدادها لنفس اللاعب وبارتفاعين مختلفين (3-4 م). (20 تكرار) أداء الضربة المدفوعة الخلفية أمام حائط مستوي وعلى بعد (2-2.5 م) من الحائط. (20 تكرار) أداء ضربات الصد والدفع الخلفية من الأسفل إلى الأعلى مع ارتدادها لنفس اللاعب بالتحرك مسافة (1-2 م). (20 تكرار) أداء ضربات الصد والدفع الخلفية من الأسفل إلى الأعلى مع ارتدادها لنفس اللاعب وعلى ارتفاعين مختلفين (2-4 م). (20 تكرار)
القسم الختامي (15 د)	إعطاء تمارين تهدئة لإعادة الجسم إلى وضعه الطبيعي. مناقشة اللاعبين حول محتويات الوحدة التعليمية وأهدافها. إعطاء تغذية راجعة لتصحيح الأخطاء الشائعة في أداء المهارة.



ملحق (3) يبين مفردات المنهج التعليمي المقترح لمهارة الضربة الأمامية

الهدف: تعلم مهارة الضربة الأمامية

الوحدة التعليمية : الأولى

زمن الوحدة: 90د

الوقت: السادسة عصرا

المهارات والتمرينات	أقسام الوحدة
. هرولة (5 د) . تمارين بدنية خاصة (5 د) . أداء تمارين إحماء بالمضرب (5 د)	القسم التحضيري (15 د)
القسم الرئيسي	
. أداء الضربة الأمامية (من فوق الرأس) إلى الأعلى مع ارتدادها لنفس اللاعبين وبارتفاعين مختلفين (2-1 م). (20 تكرار) . أداء الضربة الأمامية (من فوق الرأس) إلى الأعلى مع ارتدادها لنفس اللاعب بالتحرك مساحة (2 م) لأداء الضربة الأخرى. (25 تكرار) . أداء الضربة الأمامية المدفوعة من الأسفل إلى الأعلى مع ارتدادها لنفس اللاعب وبارتفاعين مختلفين (3-4 م). (20 تكرار) . أداء الضربة الأمامية المدفوعة إمام حائط مستوي وعلى بعد (2-2.5 م) من الحائط (25 تكرار) . أداء ضربات الصد والدفع الأمامية من الأسفل إلى الأعلى مع ارتدادها لنفس اللاعب بالتحرك مسافة (2-1 م). (20 تكرار) . أداء ضربات الصد والدفع الأمامية من الأسفل إلى الأعلى مع ارتدادها لنفس اللاعب وعلى ارتفاعين مختلفين (2-4 م). (25 تكرار)	(60 د)
القسم الختامي	
. إعطاء تمارين تهدئة لإعادة الجسم إلى وضعه الطبيعي. . مناقشة اللاعبين حول محتويات الوحدة التعليمية وأهدافها. . إعطاء تغذية راجعة لتصحيح الأخطاء الشائعة في أداء المهارة.	(15 د)