The effect of the diversity of variable and fixed practice in the development of kinesthetic perception and speed of response and accuracy of the projected strike the front and rear of the drop net Badminton players (11-13 years)

تأثير تنوع الممارسة المتغيرة والثابتة في تطوير الإدراك الحس- حركي وسرعة الاستجابة ودقه الضربة المسقطة الأمامية والخلفية بالريشة الطائرة للاعبين (11-13) سنه

ا.م.د وسام صلاح عبد الحسين – كليه التربية البدنية وعلوم الرياضه/جامعه كربلاء
م.د عامر حسين علي - كليه التربية البدنية وعلوم الرياضه/جامعه كربلاء
مدرب رياضي زيد مكي جاسم – رئاسه جامعه كربلاء

المستخلص

لاحظ الباحثون من خلال تواجدهم في مجال لعبة الريشة الطائرة ومتابعتهم لأغلب الوحدات التعليمية بان اغلب اللاعبين يعانون من ضعف في بعض المدركات الخاصة بلعبة (إدراك المسافة والزمن والقوة والاتجاه)، وهذا ما يؤثر على سرعة الاستجابة الحركية ودقه الضربة المسقطة الأمامية والخلفية ، وذلك لان عملية التعرف على المثيرات وإدراكها تساعد اللاعب على تهيئة برامج حركية في الدماغ مما يجعل الاستجابة تكون سريعة ، ومن هنا تمركزت مشكلة البحث ، لذا ارتئ الباحثان إعداد تمرينات جديدة وتنفيذها بأسلوب الممارسة المتغيرة والممارسة الثابتة ومعرفه تأثيرها في تطوير الإدراك الحس-حركي وسرعة الاستجابة ودقة الضربة المسقطة الأمامية والخلفية بالريشة الطائرة للاعبين (11-13) سنه. وهدف البحث الى التعرف على تأثير الممارسة المتغيرة والثابتة في تطوير الإدراك الحس-حركي وسرعة الاستجابة و دقة الضربة المسقطة الأمامية والخلفية بالريشة الطائرة للاعبين بأعمار (11-13) سنه ، والتعرف على افضليه التأثير لتنوع الممارسة المتغيرة والثابتة في تطوير الإدراك الحس-حركي وسرعة الاستجابة ودقه الضربة الأمامية والخلفية بالريشة الطائرة للاعبين (11-13) سنه

اما فروض البحث فهي هناك تأثيرا ايجابيا للممارسة المتغيرة والثابتة في تطوير الإدراك الحس-حركي وسرعة الاستجابة و دقة الضربة المسقطة الأمامية والخلفية بالريشة الطائرة بأعمار(11-13) سنه في الاختبارات القبلية والبعدية ، للممارسة المتغيرة افضليه التأثير في تطوير الإدراك الحس-حركي وسرعة الاستجابة ودقة الضربة المسقطة الأمامية والخلفية بالريشة الطائرة للاعبين بأعمار (11-13) سنه في الاختبارات البعديه ، واستخدم الباحثين المنهج التجريبي بتصميم (المجموعتان المتكافئتان ذات الاختبار القبلي والبعدي) وذلك لملاءمته طبيعة المشكلة وتحقيق أهداف البحث ، ومثلت عينة البحث مجتمع البحث بأكمله وهم لاعبوا المركز التدريبي في محافظة بابل للموسم2014 -2015 م والبالغ عددهم (16) لاعب وبأعمار(11-13) سنة وهذا يعني استخدام طريقة الحصر الشامل لجميع أفراد المجتمع ، وتم تقسيمهم عن طريق القرعة إلى مجموعتين التجريبية الاولى تعلمت بالممارسة المتغيرة والتجريبية الثانية تعلمت بالممارسة الثابتة وكانت اهم الاستنتاجات هي إن تمرينات الإدراك الحس – حركي ساعدت على تطور دقة مهارتي الضربة المسقطة الأمامية والخلفية بالريشة الطائرة ، وإن التمرينات المقترحة للإدراك الحس – حركي وسرعة الاستجابة ساعد أفراد المجموعة التجريبية الاولى والثانية على فهم وإدراك اغلب المثيرات الخاصة بلعبة الريشة الطائرة وسرعة توفير الاستجابة الحركية لهذه المثيرات اما اهم التوصيات هي ضرورة الاهتمام بالمدركات الخاصة بلعبة الريشة الطائرة عند تدريبي اللاعبين وخاصة الفئات العمرية . وضرورة الاهتمام بالتدريب على تمارين سرعه الاستجابة الحركية وذلك لضرورتها في لعبة الريشة الطائرة ، وضرورة الاهتمام بتمرينات مركبة بين إدراك المثيرات والاستجابة لها وفي بيئات مفتوحة وثابته لان اغلب مهارات الريشة الطائرة تحتاج إلى توفير استجابات متعددة.

Abstruct

Note researchers through their presence in the area for badminton and followed for most of the modules that most of the players are suffering from weakness in some perceptions own game (awareness of distance and time, strength and direction), and this is what affects the motor speed of response and accuracy of the strike front and rear projected, because the identification process the stimuli and awareness helps the player to create dynamic programs in the brain which makes the response be quick, and here centered research problem, so Arti researchers set up new exercises and implemented in a manner changing the practice of fixed and practice and to know its impact on the development of Sensory Perception-kinetic and speed of response and accuracy

of the strike front and rear projected Badminton Volleyball players (11-13 years). The research aims to identify the impact of variable and fixed practice in the development of Sensory Perception-kinesthetic response speed and strike accuracy front projected and rear paintbrush plane for players ages (11-13 years), and to identify the favorable impact of the diversity of variable and fixed practice in the development of Sensory Perception-kinetic and speed of response and precision strike the front and rear of the plane Badminton players (11-13 years)

The research hypotheses are there positive impact variable and fixed practice in the development of Sensory Perception-kinesthetic response speed and strike the accuracy of the front and rear projected badminton aged (11-13 years) in the before and after tests, practice changing preference influence in the development of Sensory Perception-kinetic and speed of response and precision strike the front projected and rear paintbrush plane for players ages (11-13 years) in the tests Posterior, and researchers used the experimental method design (two groups Almtkavitan of pretest and posttest) as it suits the nature of the problem and achieve the objectives of the research, and represented the research sample the entire community Find and they exert training center in the province of Babylon of the season 2014 -2015 m and totaling (16) player and aged (11-13 years) and this means using the method of comprehensive inventory of all members of society, were divided by lot to the first experimental groups learned the changing and experimental practice the second I learned constant practice and was the most important conclusions It is that the exercises Sensory Perception - kinesthetic have helped to develop my skills strike the front projected and background badminton accurate, and exercises proposed for the realization sense - kinetic and speed of response has helped members of the experimental group first and second to understand and recognize most of the stimuli for a game of badminton and speed provide a kinetic response to these stimuli either the most important recommendations is the need to pay attention Balmadrkat own game of badminton players at training and in particular age groups. And the need to pay attention to training on the speed of the motor response exercises so as to their necessity in a game of badminton, and the need for attention exercises vehicle between perception and response to stimuli and in an open and stable environments because most of badminton skills you need to provide multiple responses.

1- التعريف بالبحث

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 الكفاءة والفاعلية من خلال تحديد المواقف المستقبلية التي سوف يؤدي فيها المتعلم مما يؤدي إلى الانتقال الايجابي من الممارسة إلى المنافسة, وان عملية تنوع الممارسة تهدف إلى إيجاد وخلق برنامج حركي وخزنه في ذاكرة المتعلم الطويلة الأمد كما تمكنه من اداء المهارة الحركية بأشكالها كافة نتيجة المرونة التي يوفرها هذا البرنامج للمتعلم في اختيار مقاييس لكل حركة ومهارة.

ويلعب الإدراك الحس-حركي دورا مهما ورئيسا في أداء المهارات الرياضية من خلال الإحساس بالجهد العضلي أو بالمقاومة أو بسرعة الحركة ، فضلا عن أن اغلب الحركات في الريشة الطائرة تتطلب من اللاعب أن يمتلك قدرة عالية على إدراك العديد من المتغيرات ، كادراك المسافة والزمن والقوة والاتجاه . وان تطور القدرة الإدراكية تساعد اللاعب على التعرف لأغلب المثيرات التي من الممكن أن تواجهه أثناء المنافسة وهذا بدوره يساعد على اختيار الاستجابة المناسبة للموقف .

كما تلعب سرعة الاستجابة الحركية دوراً مهماً في الأداء التكنيكي للمهارات الأساسية وتشكل مع باقي العوامل إحدى الأسس الهامة في حسم الموقف ، إذ أن اللاعب المهاجم في لعبة الريشة الطائرة يجب أن يتميز بقصر زمن استجابته الحركية لأجل الوصول إلى الريشة (1) .

ان لعبة الريشة من الألعاب الفردية التي شهدت تطورا واضحا في الآونة الأخيرة ، مما جعل اغلب الدول تتنافس في ابتكار أفضل الطرق والوسائل العلمية لتطوير أداء لاعبيهم كما أن تنوع البطولات (الفردي والزوجي و الزوجي المختلط) للرجال والنساء جعل اغلب الدول تعتمد مبدأ التخصص في اللعب ، وذلك لأنّ مهارات الريشة الطائره تتميز بدرجة عالية من الدقة والصعوبة بسبب السرعة الكبيرة للكره وتعدد مساراتها الحركية في النقطة الواحدة مما يتطلب من اللاعب التعرف على جميع المثيرات والمتغيرات الحركية حتى يتمكن من الاستجابة وبأقل زمن ممكن ، ومن هنا تأتي أهمية البحث في إعداد تمرينات تعتمد على إدراك اغلب المثيرات الحركية التي تواجه اللاعب وزيادة سرعة الاستجابة ودقه الضربة المسقطة الأمامية والخلفية بالريشة الطائرة للاعبين بأعمار (11-13) سنه .

2-1 مشكلة البحث

لاحظ الباحثين من خلال تواجدهم في مجال لعبة الريشة الطائرة ومتابعتهم لأغلب الوحدات التعليمية بان اغلب اللاعبين يعانون من ضعف في بعض المدركات الخاصة بلعبة (إدراك المسافة والزمن والقوة والاتجاه)، وهذا ما يؤثر على سرعة الاستجابة الحركية ودقه الضربة المسقطة الأمامية والخلفية ، وذلك لان عملية التعرف على المثيرات وإدراكها تساعد اللاعب على تهيئة برامج حركية في الدماغ مما يجعل الاستجابة تكون سريعة. ومن هنا تمركزت مشكلة البحث ، لذا ارتئ الباحثين إعداد تمرينات جديدة وتنفيذها بأسلوب الممارسة المتغيرة والممارسة الثابتة ومعرفه تأثيرها في تطوير الإدراك الحس-حركي وسرعة الاستجابة ودقة الضربة المسقطة الأمامية والخلفية بالريشة الطائرة للاعبين (11-13) سنه.

2-1 أهداف البحث:

1-التعرف على تأثير الممارسة المتغيرة والثابتة في تطوير الإدراك الحس-حركي وسرعة الاستجابة و دقة الضربة المسقطة الأمامية والخلفية بالريشة الطائرة للاعبين بأعمار (11-13) سنه.

2- التعرف على افضليه التأثير الممارسة المتغيرة والثابتة في تطوير الإدراك الحس-حركي وسرعة الاستجابة ودقه الضربة الأمامية والخلفية بالريشة الطائرة للاعبين (11-13) سنة

3-1 فرضا البحث :

1- هناك تأثيرا ايجابيا للممارسة المتغيرة والثابتة في تطوير الإدراك الحس-حركي وسرعة الاستجابة و دقة الضربة المسقطة الأمامية والخلفية بالريشة الطائرة بأعمار(11-13) سنه في الاختبارات القبلية والبعدية

2-للمارسه المتغيرة افضليه التأثير في تطوير الإدراك الحس-حركي وسرعة الاستجابة ودقة الضربة المسقطة الأمامية والخلفية بالريشة الطائرة للاعبين بأعمار (11-13) سنه في الاختبارات البعديه.

5-1 مجالات البحث :

1- المجال البشري: المركز التدريبي في محافظه بابل للموسم 2014-2015م

2- المجال الزماني:2014/12/1الى 14-1-2015م

3- المجال المكاني: القاعة المغلقة في نادي المحاويل / محافظه بابل.

2-الدراسات النظرية

2-1 مفهوم تنوع الممارسة:-

تلعب الممارسة دورا هاما في عملية التعلم لأنه لا يحدث تعلم بدون ممارسة, لذا الممارسة تتعلق بكافة النشاطات التي يقوم بها الفرد والتي من خلالها يستطيع المتعلم اكتساب المعارف والمعلومات والمهارات , أن الممارسة لمهارة معينة تساعد المتعلم على امتلاك خزين من المعلومات التي يمكن الرجوع إليها في عملية التعديل أو التغيير (2).

إن لتنوع الممارسة دوراً فعالاً في زيادة فرص النجاح في المواقف الجديدة من خلال زيادة خبرات المتعلم أثناء الممارسة ويتم ذلك من خلال التنوع في خصائص البيئة التي تتم فيها الممارسة علاوةً على التنوع في اشكال المهارة المتعلمة نفسها, حيث تساعد تنوع الممارسة على زيادة القدرة في أداء المهارة في المواقف المستقبلية ومنها يعني إن الفرد يصبح قادراً على التكيف مع الظروف الجديدة التي قد تصادفه خلال المواقف المستقبلية المتغيرة (3).

ويرى الباحثين أن زيادة تنوع الممارسة من خلال التنوع في الأشكال المهارية وتنوع في (المسافة – الاتجاه – السرعة) للمهارة الواحدة تساعد المتعلم بالحصول على كم هائل من المعلومات وبالتالي سوف تؤدي إلى رفع مستوى التعلم, وهذا ما تعتمد عليه اغلب الدول المتقدمة في لعبة الريشة الطائرة بالتركيز على تنوع الممارسة لأنها تساعد على تعميق الخبرات في إثناء المنافسة وان أي زيادة في تنوع الممارسة سوف يؤدي إلى زيادة كمية الأخطاء في مراحل التعلم الأولية مما تساعد المتعلم للحصول على أفضل أداء خلال المراحل المتقدمة من التعلم وبأقل قدر ممكن من الأخطاء خلال المنافسة.

وهذا ما يتفق مع نتيجة التجربة التي قام بها العالمان *(1985 Edward & Lee)* حيث استنتجا إن الخطأ القليل خلال الممارسة لم يكن ذا فائدة عند تعلم

2-2 تنوع الممارسة وتأثيرها في مهارات الريشة الطائرة:

أن المهارة الرياضية لايمكن أن تعلم أو تطور من خلال القراءة أو المشاهدة فقط ولكن يجب أن تكون هناك ممارسة فعلية للأداء ولمرات عديدة ومتكررة حتى نصل إلى تناسق في الأداء المهاري.

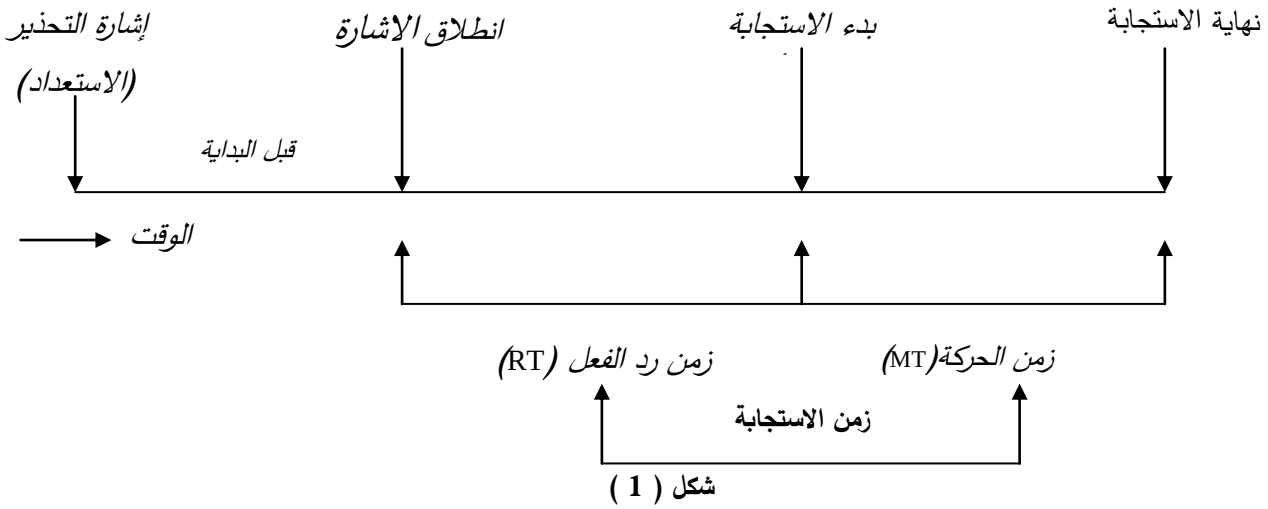
أن تنوع الممارسة لمهارة معينة ضمن واجب حركي يؤدي إلى زيادة الخبرة وأحداث تطور في القابلية العقلية والبدنية وامتلاك خزين من المعلومات التي يمكن الرجوع إليها في عمليات التعديل أو التغيير، وان ترك تنوع الممارسة للمهارة الرياضية يعمل على فقدان المعلومات وأضعاف مستوى الأداء المهاري لدى المتعلم [2]. إن تنوع الممارسة بالنسبة لبعض المهارات المغلقة في الريشة الطائرة تكون فيها المحددات المنظمة للأداء ثابتة ومتوقعة نسبيا في حين المحددات غير المنظمة جديدة ومختلفة إلى حد ما، لهذا يجب أن يتم تنوع الممارسة على المهارات المغلقة في وجود محددات خارجية منظمة ثابتة كالتي تسود في مواقف المنافسة مع تنوع في المحددات الخارجية غير المنظمة وذلك لتعزيز نجاح الأداء في ظروف المنافسة, أما تنوع الممارسة للمهارات المفتوحة في الريشة الطائرة فأنها تتطلب التنوع المستمر في الخبرات والمواقف التي يتعرض لها المتعلم في أثناء الممارسة لان كل محاولة

أداء لمهارة مفتوحة محاولة متفردة وان لكل محاولـة خصائص معينة مما يضطر المتعلم في بعض الأوقات إلى إنتاج حركات معينة لم يؤدها من قبل بالطريقة التي يطلبها هذا الموقف، لذا يحتاج أن يعدل من أدائه لكي يتمكن من تحقيق الهدف من المهارة [3].
ويرى الباحثين أن زيادة تنوع الممارسة لمهارات الريشة الطائرة تساعد المتعلم على أداء المهارة بأعلى مستوى من الدقة والانسيابية وبأقل عدد ممكن من الأخطاء خلال المنافسة.

2-3 الإدراك:
الإدراك هو العملية التي يفسّر بها المخ المعلومات القادمة إليه من المستقبلات الحسية ، فيتم تحديد ما يحدث في العالم الخارجي وما يحدث لأجسادنا وتحديد العلاقات الحالية بينهما، إذ إن كل من الخبرة السابقة و المعرفة المتراكمة و التوقع والميول تساهم في عملية الإدراك (3).
والإدراك هو"البحث في قدرة الإنسان على اختيار نواحي معينة في حالة المثير أو اكتشاف التشابه بين أنماط المثيرات المختلفة"(4).
ويعرف أيضا بأنه "العملية التي يتم من خلالها التعرف على المثيرات الحسية القادمة من الحواس وتنظيمها وفهمها(5)
ويرى الباحث الإدراك على أنه قدرة الإنسان على تفسير المعلومات القادمة إليه من الحواس نتيجة لوجود المثيرات.
عملية السيطرة على المهارات الحركية تتم من خلال عدة مراحل تبدأ من دخول المعلومات إلى إنتاج الحركة وهذه المراحل هي (تشخيص الحافز و اختيار الإجابة و برنامج الإجابة) ويؤكد علماء النفس أن عملية دخول المعلومات (المدخلات) تدخل نظاما" ابتدائيا" يتم من خلالها تشخيص المعلومات الداخلة التي تشير إلى الحافز لذا يتم استخدام المعلومات الواردة من مصادر متعددة مثل (الرؤيا و الصوت والتماس والإحساس بالحركة....) ومن ثم يقوم اللاعب بتفسير هذه المعلومات وربما تكون من عدة مصادر لتكون نموذجا" حركيا" معينا"(6).
2-4 مراحل الإدراك (3):الإدراك عملية كلية تخضع لظروف خاصة وشروط معينة نتيجة تفاعل الإنسان مع المجال الخارجي ، ويتضمن الإدراك ثلاثة مراحل متسلسلة تبدأ من ظهور المثير ومن خلالها يتم التعرف على المثير وهي :
1-الاكتشاف : وهي العملية التي يشعر من خلالها المخ بوجود مثير، إذ إن قدرة المخ على اكتشاف المثيرات المختلفة كبيرة جدا
2-المقارنة : هو ما يحدث عند انتباهنا لمثير تم الشعور به ، إذ يتم تشفير الصورة والصوت والمشاعر والتي يتم نقلها للذاكرة لمقارنتها بالشفرات المشابهة والتي سبق تخزينها
3-التعرف : ويحدث عندما يكون هناك توافق بين الشفرة الواردة والشفرة المخزنة في الذاكرة ومن ثمّ إدراك المثير (تحديده والتعرف عليه).
ويرى الباحثين أن لاعب الريشة الطائرة يجب أن تكون له القدرة على اكتشاف المثيرات وإمكانية إدراكها ومن ثم إدراك الموقف الحركي الذي يشمل على عدة مثيرات مختلفة وهذا يتحقق من التدريب والممارسة على جميع المواقف الحركية وإمكانية التعرف على جميع المثيرات التي يمكن أن تواجه اللاعب في أثناء المنافسة .
2-4 المدركات الحسية الخاصة بالريشة الطائرة(7):
ترتبط الفعاليات الرياضية بأنواع عديدة من المدركات التي يمكن تنميتها وتطويرها من خلال عملية التعلم والتدريب واهم هذه المدركات هي:
1- **إدراك الإحساس بالمضرب :** يتأسس الأداء الفني للاعب الريشة الطائرة على دقة التحكم بالمضرب، وهذا النوع من الإدراك يساعد اللاعب على التوافق مابين حركة المضرب وحركات جسمه ويرتبط ذلك بدقة إدراك وزن المضرب ووزن الريشة وسرعتها ومستوى ارتفاعها .
2- إدراك الإحساس بالسرعة: قدرة اللاعب على إدراك سرعة الريشة عما إذا كانت سريعة أو بطيئة أو متوسطة السرعة وكذلك إدراك السرعة التي يتحرك بها المنافس داخل الملعب و قدرة اللاعب على إدراك سرعته الانتقالية والسرعة الحركية للإطراف العليا والسفلى .
3- إدراك الإحساس بالمسافة : وهي قدرة اللاعب على تحديد المسافة التي يتحرك بها في أثناء الأداء وقدرته على تحديد المسافة التي تفصل بين المنافس والريشة ، وان عملية إدراك المسافة في الريشة الطائرة عملية معقدة وذلك لسرعة انتقال الريشة وتعدد المسارات الحركية (عالٍ و مستقيم و واطئ) وكذلك تعدد الارتفاعات (عالٍ و متوسط و قريب) التي تسقط بها الريشة في ملعب المنافس وملعب اللاعب نفسه .
4- **إدراك الإحساس بالقوة العضلية:** وهي قدرة اللاعب على إظهار القدر المناسب من القوة اللازمة لأداء حركي معيّن كإظهار أقصى قوة عضلية أو قوة متوسطة أو قليلة أو بحسب ما يتطلبه الموقف الحركي كما هو الحال عند أداء الضربة الأمامية بالريشة الطائرة أو الضربة الساحقة .

2-5 سرعة الاستجابة (8):

تعد سرعة الاستجابة الحركية من القدرات المهمة التي لا يخلوا منها أي نشاط رياضي وتختلف الأنشطة فيما بينها بمدى احتياجها لها حسب المتطلبات المهارية والخططية لكل نشاط وتظهر أهميتها في كثير من الألعاب التي تتميز بطبيعة الأداء غير الثابت والتغيير السريع لظروف المنافسة . ويتحدد في سرعة الاستجابة متغيرين لهما بالغ الأهمية في السلوك الحركي وهما سرعة رد الفعل و سرعة الحركة والاثنان يرمزان إلى سرعة الاستجابة الحركية .وكما في الشكل(1).



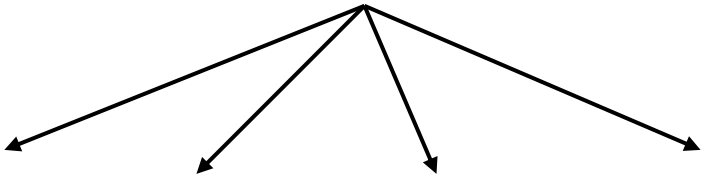
شكل (1)

يوضح أحداث الفواصل الزمنية في قياس زمن رد الفعل وزمن

يوضح الشكل (1) بأن زمن رد الفعل يعني الفاصلة الزمنية بين انطلاق إشارة المثير وبداية الاستجابة الحركية . ويلاحظ أن زمن رد الفعل لا يتضمن الحركة وإنما الوقت قبل بدء الحركة , ويعرف بأنه الزمن منذ لحظة دخول المثير عن طريق الحواس، أما زمن الحركة فيبدأ بعد نهاية زمن رد الفعل ويعني الفاصلة الزمنية بين بداية تكملة الحركة ونهايتها ، أما زمن الاستجابة فهو مجموع الفواصل الزمنية لكل من زمن رد الفعل وزمن الحركة , وأن هناك نقطة مهمة وهي أن لكل من زمن رد الفعل وزمن الحركة مقياساً مستقلاً (9).

وهذا يعني أن هناك علاقة واطئة بينهما , ولهذا رأى الباحثون أنه لا يمكن استخدام نتائج زمن رد الفعل في التنبؤ أو التوقع لزمن الحركة والعكس صحيح ، أي بمعنى أخر أن الذي لديه سرعة رد فعل عالية أن يكون له سرعة حركة عالية وبالعكس، لأن احدهما متعلق باختيار المثير (عملية عقلية) والأخر عملية إيعاز عقلية إلى العضلات .وكما موضح بالشكل (2).

زمن الاستجابة = زمن رد الفعل + زمن الحركة



الشكل (2)العوامل التي يتوقف عليها طول زمن الاستجابة

2-7 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 :

2-الضربة الأمامية Forehand stroke :

الضربات الأمامية تقسم إلى ثلاثة أنواع

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

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

3- الضربة الخلفية backhand stroke **:**

وتقسم الضربة الخلفية على عدة أنواع منها[1]:

أ- ضربة الإبعاد الخلفية ب- الضربة المدفوعة الخلفية

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

3- منهج البحث وإجراءاته الميدانية :

3-1 منهج البحث :

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

3-2 مجتمع البحث وعينته:

مثلت عينة البحث مجتمع البحث بأكمله وهم لاعبوا المركز التدريبي في محافظة بابل للموسم2014 -2015 م والبالغ عددهم (16) لاعب وبأعمار(11-13) سنة وهذا يعني استخدام طريقة الحصر الشامل لجميع أفراد المجتمع ، وتم تقسيمهم عن طريق القرعة إلى مجموعتين التجريبية الاولى تعلمت بالممارسة المتغيرة والتجريبية الثانية تعلمت بالممارسة الثابتة ، وللتأكد من تكافؤ المجموعتين استخدم الباحثون اختبار مان وتني والتي أظهرت النتائج بعدم وجود فروق معنوية بين المجموعتين وكما في الجدول (1).

جدول (1) يبين تكافؤ مجموعتي البحث

المؤشرات الإحصائية / المتغيرات البحثية	وحدة القياس	قيمه مان وتني	مستوى الدلالة	نوع الدلالة
مهارة الضربة المسقطة الأمامية	درجة	11	0,13	غير معنوي
مهارة الضربة المسقطة الخلفيه	درجة	14	0,81	غير معنوي
الإدراك الحس– حركي في الريشة الطائرة	مسافة	9,7	0,15	غير معنوي
سرعة الاستجابة	زمن	12	0،33	غير معنوي

ن1= 8 ن2=8 مستوى الدلالة (0,05)

3-3 الأدوات والأجهزة المستخدمة بالبحث :

1- ملاعب ريشة متكاملة نوع (yonex) عدد (2)

2- مضارب ريشة نوع (yonex) عدد (20)

3- كرات ريشة نوع (yonex) عدد (10 علبة) بلاستك

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- قطع قماش داكنة اللون عدد(20) قطعة لعصب العينين.

3-4 المهارات موضوع الدراسة :

قام الباحث بدراسة مهارتي الضربة المسقطة الأمامية والخلفية بالريشة الطائرة

3-5 الاختبارات المهارية والإدراك وسرعة الاستجابة في الريشه الطائره :

1- اختبار الضربة المسقطة الأمامية (10):

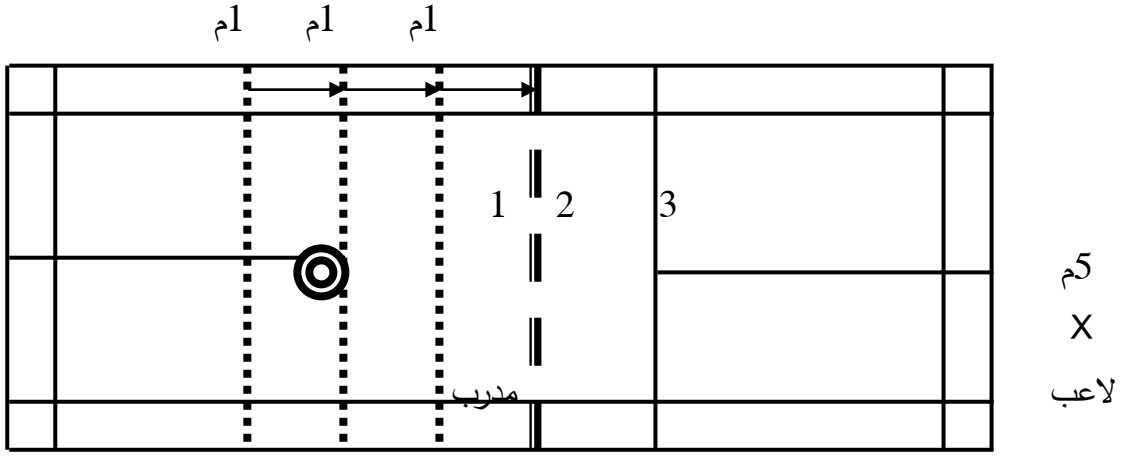
غرض الاختبار: قياس مهارة الضربة المسقطة الأمامية.

الأدوات المطلوبة: مضارب ريشة، ريش ، ملعب مخطط بتصميم الاختبار وكما في الشكل(3).

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 لاستقبال الريشة المرسلة 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.



شكل (3) يوضح تخطيط ملعب الريشة الطائرة لاختبار الضربة المسقطة

2- اختبار الإدراك في الريشة الطائرة [11]:

غرض الاختبار **:** قياس قدرة الإدراك لدى اللاعبين بالريشة الطائرة

الأدوات المطلوبة : * مضارب ريشة طائرة عدد (10) * ريش طبيعي عدد (5 علبة) * شريط لاصق ملون* شريط قياس متري * مسجل لتسجيل الأخطاء

* قطع قماش ناعمة وداكنة اللون عدد(10) *ملعب ريشة طائرة مخطط بتصميم الاختبار وحسب الشكل (4)

طريقة الأداء:

1- تقسم منطقة استقبال الريشة إلى منطقتين ، منطقة أمامية تبلغ مساحتها (60سم) ابتداء من الخط الأمامي للإرسال ، والمنطقة الخلفية تبلغ مساحتها(60سم) ابتداء من الخط الخلفي للملعب والى الداخل .

2- تعطى لكل مختبر (10) محاولات (5) محاولات للإرسال القريب و (5) محاولات للإرسال البعيد .

3- يقف المختبر في منطقة الإرسال المحددة له وهو يمسك مضربه والريشة

4- تعصب العينين قبل كل محاوله وبعد استقرار اللاعب ينفذ الأداء

5- يؤدي المختبر مهارة الإرسال بعد عصب العينين ويكون أداؤه على التوالي (إرسال طويل و إرسال قصير) .

تقويم الأداء :

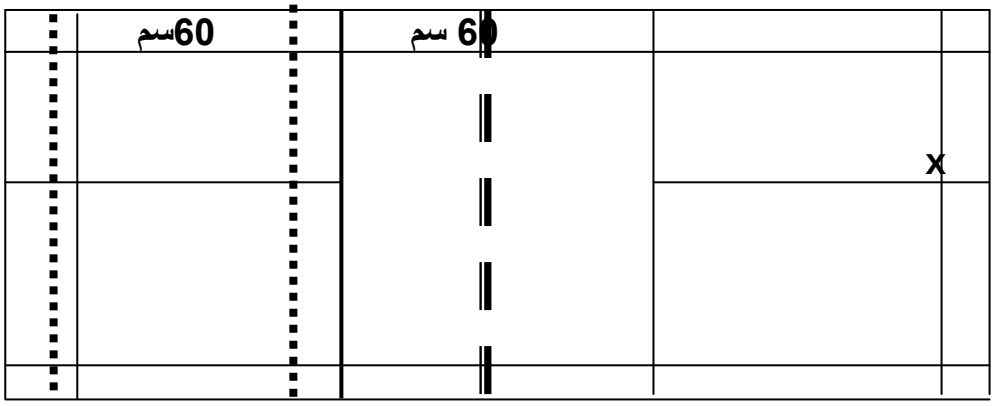
1- يتم قياس المسافة من مكان سقوط الريشة بشكل عمودي عن المنطقة الأمامية (60سم) للملعب في الإرسال القريب ، ويتم قياس المسافة من مكان سقوط الريشة وبشكل عمودي عن المنطقة الخلفية للملعب (60سم) في الإرسال البعيد .

2- تعطى درجة (صفر)عن كل محاولة صحيحة أي عند سقوط الريشة في المنطقة الأمامية في الإرسال القريب و المنطقة الخلفية في الإرسال البعيد .

3- يتم حساب مقدار الخطأ لكل محاولة من خلال قياس المسافة بين نقطه سقوط الريشة وبعّدها عن المنطقة الأمامية أو الخلفية المحددة في الاختبار

4- يتم حساب مقدار الخطأ الكلي لكل لاعب من جمع ما تم قياسه من مسافة للمحاولات العشرة واخذ الوسط الحسابي لها لتمثل مقدار خطا الإدراك لكل لاعب .

5- كلما كانت درجات اللاعب قليله كان إدراك اللاعب أفضل .



الشكل(4) يوضح تخطيط ملعب الريشة الطائرة لاختبار الإدراك

3- اختبار نيلسون للاستجابة الحركية (12):

الغرض من الاختبار: قياس القدرة على الاستجابة والتحرك بسرعة ودقة على وفق اختيار المثير
الأدوات : منطقة فضاء مستوية خالية من العوائق بطول(20م) والعرض(2م) وساعة إيقاف وشريط قياس.
الإجراءات : تخطيط منطقة الاختبار بثلاثة خطوط المسافة بين كل خط وآخر هي(6.40م) وطول الخط(1م).

مواصفات الأداء :

* يقف المختبر عند نهايتي خط المنتصف في مواجهة الحكم الذي يقف عند نهاية الطرف الآخر للخط (الشكل7)
*يتخذ المختبر وضع الاستعداد بحيث يكون خط المنتصف بين القدمين وبحيث ينحني جسمه إلى الأمام .
*يمسك الحكم بساعة الإيقاف بإحدى يديه ويرفعها إلى الأعلى ثم يقوم بسرعة بتحريك ذراعه أما ناحية اليمين أو اليسار وفي الوقت نفسه يقوم بتشغيل الساعة .
*يستجيب المختبر لإشارة البدء ويحاول الحركة بأقصى سرعة ممكنة في الاتجاه المحدد للوصول إلى خط الجانب الذي يبعد عن خط المنتصف بمسافة (6.40 م).
*وعندما يقطع المختبر الجانب الصحيح يقوم الحكم بإيقاف الساعة .
*وإذا بدأ المختبر الجري في الاتجاه الخاطئ فان الحكم يستمر في تشغيل الساعة حتى يغير المختبر من اتجاهه ويصل إلى خط الجانب الصحيح .
*يعطي المختبر عشر محاولات متتالية بين كل محاولة وأخرى (20 ثانية)، وبواقع خمس محاولات في كل جانب .
*تختار المحاولات في كل جانب بطريقة عشوائية متعاقبة (Random Sequence) ولتحقيق ذلك تعد عشر قطع من الورق المقوى موحدة الحجم واللون ويكتب على خمس منها كلمة (يسار) وعلى الخمس الأخرى كلمة (يمين) ثم تقلب جيداً وتوضع في كيس أو صندوق ثم تسحب بدون النظر أليها .

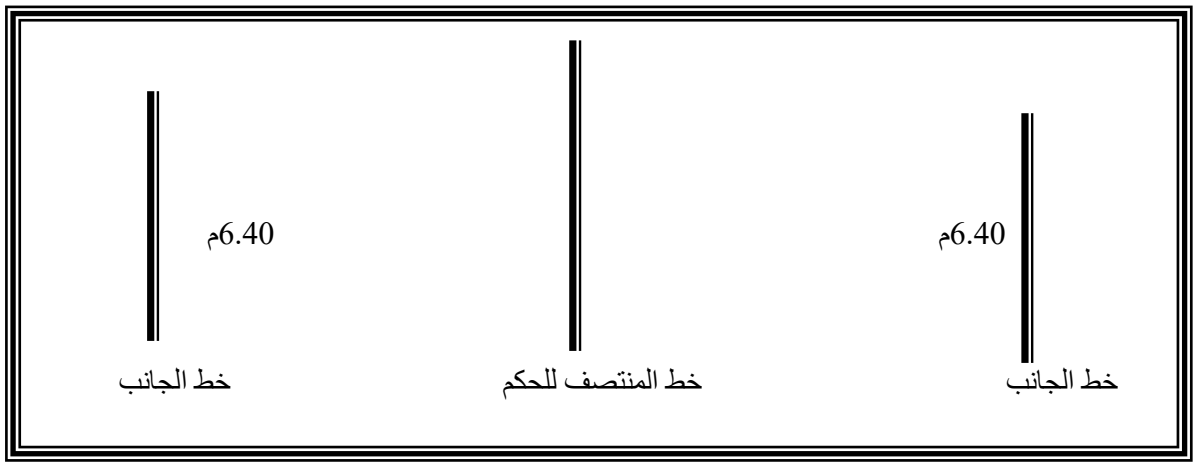
تعليمات الاختبار :

*يعطى كل مختبر عدداً من المحاولات خارج القياس بالشروط الأساس نفسها وذلك بغرض التعرف على إجراءات الاختبار.
*يجب على الحكم أن يتدرب على إشارة البدء ،حتى يتمكن من إعطاء هذه الإشارة بالذراع وتشغيل الساعة في الوقت نفسه.
*يقوم الحكم قبل أن يجري الاختبار على المختبر بسحب الكروت العشرة السابقة بطريقة عشوائية وتسجل على وفق ترتيب سحبها في بطاقة خاصة ويقوم بوضعها في إحدى يديه لترشده في تسلسل اتجاهات الإشارات ويسجل الزمن لكل مختبر منفصلاً عن الأخر وهذا الأجراء يستخدم لمنع المختبر من توقع الاتجاه إلى المحاولة التالية .
*يجب عدم معرفة المختبر بأن المطلوب منه أداء عشر محاولات موزعة على الاتجاهين بالتساوي وإنما يحتمل أن يكون عدد محاولات اتجاه ما اكبر من الآخر وان ترتيب أداء المحاولات يتم بطريقة عشوائية وهو يختلف من مختبر إلى أخر.
*يجب أن يبدأ الاختبار بأن يعطي المحكم الإشارة التالية : استعد -أبدا ، وفي المحاولات جميعها يجب أن تكون المدة الزمنية بين (استعد-ابدأ) في مدى يتراوح ما بين(0.5-2) ثانية.

*يجب على المختبر القيام ببعض التمرينات الخفيفة لغرض الإحماء ،ويفضل ارتداء حذاء خفيف ويجب أن تكون منطقة أداء الاختبار خالية من أية موانع .

التسجيل :

*يحتسب الزمن الخاص بكل محاولة لأقرب ثانية . *درجة المختبر هي : متوسط المحاولات العشر .



شكل (5)يبين رسماً تخطيطياً لمنطقة اختبار نيلسون للاستجابة الحركية الانتقالية

3-6 التجربة الاستطلاعية : تاريخ التجربة : يوم 3 / 2014/12 مساءا.

- مكان التجربة : ملعب القاعة المغلقة في نادي المحاويل الرياضي.
- العينة : تكونت عينة الاستطلاع من لاعبو المركز التدريبي في محافظه بابل والبالغ عددهم (6) لاعبين ومن نفس عينه البحث الرئيسيه.

- **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 لأفرد العينة.

3-7 الأسس العلمية للاختبارات :

1- الصدق: تم اعتماد الصدق الظاهري من عرض الاختبارات المهارية واختبار الإدراك وسرعة الاستجابة على السادة الخبراء والمختصين* ، إذ تم اتفاق جميع الخبراء والمختصين عليها. وكما مبين في الجدول (2).

2- الثبات : تم حساب معامل الثبات لجميع الاختبارات المهارية واختبار الإدراك واتخاذ القرار بطريقة (الاختبار وإعادة الاختبار) ، إذ طبّق الباحث الاختبارات في التجربة الاستطلاعية على عينه البحث بتاريخ 3/ 12 /2014 وبعد مرور(7) أيام تم إعادة الاختبار على نفس العينة وتحت نفس الظروف بتاريخ 12/10 /2014 ، وللتأكد من ثبات الاختبارات استخدم الباحث معامل ارتباط سبيرمان بين نتائج الاختبار الأول والاختبار الثاني، وقد أظهرت النتائج وجود ارتباطا" معنويا" بينهما وهذا مؤشر بان معامل الثبات لهذه الاختبارات عال أيضا . وكما مبين في الجدول (3).

3-الموضوعية :لغرض التأكد من موضوعية الاختبارات استعان الباحث بدرجات محكمين **سجلت في أثناء إعادة الاختبارات في 10/ 2011/12 وبعد معالجة نتائجهما إحصائيا باستخدام معامل الارتباط سبيرمان، تم التأكد من معنوية الموضوعية لجميع المهارية . كما مبين بالجدول (3).

*** الخبراء والمختصين : 1- ا.م.د مازن هادي 2- ا.م.د.حذيفة إبراهيم 3- ا.م.د ماهر عبد الحمزة 4- ا.م.د سهير إبراهيم 5- ا.م.صاحب عبد الحسين 6-م.د جبار علي 7-م.م علي عطية**

**** المحكمان هما :1- مرتضى حسام حكم اتحادي الاتحاد العراقي للريشة الطائرة**
2- اسامه عدنان حكم اسيوي الاتحاد العراقي للريشة الطائرة

الجدول (2)يبين عدد الخبراء الموافقين وغير الموافقين والنسبة المئوية وقيمة كا^2 للاختبارات المبحوثة

الاختبارات	وحدة القياس	الموافقين	%	غير الموافقين	%	قيمة كا^2		نوع الدلالة
						المحسوبة	الجدولية	
الضربة المسقطة الأمامية	(درجه)	7	%100	صفر	صفر%	9	3,84	معنوي
الضربة المسقطة الخلفية	(درجه)	7	%100	صفر	صفر%	9	3,84	معنوي
الإدراك الحس–حركي	مسافة	7	%100	صفر	صفر%	9	3,84	معنوي
سرعة الاستجابة	زمن	7	%100	صفر	صفر%	9	3,84	معنوي

عند درجة حرية = 1 ومستوى دلاله =0,05

جدول (3) يبين معاملات الثبات والموضوعية

الاختبارات	معامل الثبات	معامل الموضوعية
الضربة المسقطة الأمامية	*091	*0,95
الضربة المسقطة الخلفية	*0,94	*0,90
الإدراك الحس–حركي	*0,89	*0,89
سرعة الاستجابة	*0,88	*0,94

3–8 الاختبارات القبلية:

طبق الباحثون الاختبارات القبلية في11/ 12/2014 في قاعة نادي المحاويل الرياضي الساعة الخامسة مساءا ، حيث تم إجراء الاختبارات المهارية واختبار الإدراك الحس-حركي وسرعة الاستجابة.

3-9 التمارين المستخدمة في البحث:

اعد الباحثون مجموعه من التمارين التي تهدف إلى زيادة تطور القدرة الإدراكية من خلال أداء المهارات بمديات (باراميترات) مختلفة وبسرع وارتفاعات واتجاهات متنوعة وثابته للمساعدة في توفير اكبر عدد من المعلومات المخزنة في الدماغ ،

كما هدفت التمارين إلى تطور سرعة الاستجابة الحركية للاعبين من خلال تقليل زمن رد الفعل وزمن الحركة في أداء بعض المهارات الهجومية ملحق(1).

3-10 التجربة الرئيسية :

تم تطبيق التجربة الرئيسية في 12/12 إلى 2015/1/12, حيث تم إعطاء التمارين التي أعدها الباحثون إلى التجريبية الاولى والثانية وبواقع (25) دقيقه من الجزء الرئيس للوحدة التدريبية ولثلاثة أيام في الأسبوع ، حيث اصبح عدد الوحدات التعليمية (12) وحده تعليميه

3-11 الاختبارات البعدية :

تم تطبيق الاختبارات البعدية للاختبارات المهارية واختبار الإدراك الحس-حركي وسرعة الاستجابة ولمجموعتي البحث في 13/ 1 /2015 في قاعة نادي المحاويل الرياضي وبنفس الظروف التي تم اجراء الاختبارات في الاختبارات القبلية.

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:

4-1 عرض وتحليل نتائج الاختبار القبلي والبعدي لمجموعتي البحث في الاختبارات المهارية واختبار الادراك الحس-حركي وسرعة الاستجابة الحركية.

بعد جمع البيانات القبلية والبعدية للاختبارات المهارية والإدراك الحس-حركي وسرعة الاستجابة و لمجموعتي البحث ، ولغرض وصف نتائج أفراد العينة قام الباحث بمعالجة البيانات إحصائيا 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) يبن قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيم ولكوكسن المحسوبة للاختبارات

الاختبارات	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة ولكوكسن المحسوبة	مستوى الدلالة	نوع الدلالة
	س-	ع	س-	ع			
اختبار الضربة المسقطة الأمامية /درجة	19	1,31	28	1,56	2,213	0,01	معنوي
اختبار الضربة المسقطة الخلفية /درجه	18,5	1,33	27,1	1,73	2,212	0,02	معنوي
اختبار الإدراك الحس-حركي/ مسافة	27	1,91	8	1,36	2,214	0,02	معنوي
اختبار سرعة الاستجابة الحركية/زمن	1,78	0,21	1,37	0,11	2,213	0,02	معنوي

القبلية والبعدية وللمجموعة التجريبية الاولى (الممارسة المتغيرة)

ن=8 ومستوى دلاله (0,05)

وفيما يخص نتائج المجموعة التجريبية الثانية (الممارسة الثابتة) في الاختبار القبلي و البعدي للاختبارات المهارية، واختبار الادراك الحس-حركي يبيّن الجدول (5) وصفا لنتائج المجموعة الضابطة وكذلك نتائج الاختبار الإحصائي ولكوكسن لمعرفة معنوية الفروق بين الاختبارين القبلي و البعدي .

جدول (5)يبن قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيم ولكوكسن المحسوبة للاختبارات

الاختبارات	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة ولكوكسن المحسوبة	مستوى الدلالة	نوع الدلالة
	س-	ع	س-	ع			
اختبار الضربة المسقطة الأمامية /درجة	18,7	1,31	24	4,84	2,211	0,02	معنوي
اختبار الضربة المسقطة الخلفيه /درجه	18	1,33	22	3,21	2,212	0,01	معنوي
اختبار الإدراك الحس-حركي/ مسافة	28	2,33	11	3,22	2,211	0.02	معنوي
اختبار سرعة الاستجابة الحركية/زمن	1,74	0,07	1,49	0,18	2,222	0,02	معنوي

القبلية والبعدية وللمجموعة التجريبية الثانية (الممارسة الثابتة)

ن=8 ومستوى دلاله (0,05)

2-4 مناقشة نتائج الاختبار القبلي والبعدي لمجموعتي البحث في الاختبارات المهارية والإدراك الحس-حركي وسرعة الاستجابة.

من عرض نتائج الاختبارات المهارية واختبار الإدراك الحس-حركي وسرعة الاستجابة وتحليلها في الاختبار القبلي والبعدي ولمجموعتي البحث 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 الاولى ويعزو الباحثون هذا الفرق إلى :

- تناولت التمرينات المعدة من قبل الباحثون جميع أبعاد الإدراك الحس-حركي الخاصة بلعبة الريشة الطائرة من خلال أداء التمرينات بمقاييس ثابته ومختلفة (المسافة –السرعة- الاتجاه-الارتفاع)، حيث إن تمكن أفراد المجموعة التجريبية الاولى والثانية من التعرف على المثيرات وإدراكها ، (إذ إن ارتفاع دقة المدركات الحسية تزيد من قدرة الفرد الرياضي على التحكم والتوجيه الواعي لحركة الجسم ككل في الفراغ بالإضافة إلى انه عن طريق الإحساس العضلي يمكن أن يمد الفرد بمعلومات عن خصائص الإدراك الحس-حركي المطلوب ،الأمر الذي يمكن من خلاله تصحيح الأداء)(13)
- إن تنوع التمرينات المقترحة ساعد أفراد المجموعة التجريبية الاولى والثانية على خزن عدد كبير من البرامج الحركية الخاصة بالمهارات المبحوثه مما ساعد على تطور سرعة الاستجابة الحركية، ومن خلال التدريبات المستمرة والمنتظمة على سرعة الاستجابة الحركية قد قلل من زمن سرعة الاستجابة الحركية وهو إحدى متطلبات التعلم الضرورية وهذا ينطبق مع مجريات اللعب السريعة التي تحدث وفق محددات غير معروفة مسبق (14)

إن سرعة الاستجابة الحركية ضرورية لأداء المهارات الهجومية فاللاعب يحتاج إلى التكيف والتحول السريع ومراقبة الريشة وما يقوم به المنافس وهذا يعتمد على سرعة تحرك اللاعب لأن سرعة الريشة كبيرة وتحتاج إلى استجابة سريعة ، فكلما قصر زمن سرعة الاستجابة الحركية استطاع اللاعب أن يقوم بالتصرف السليم في الوقت المناسب لا سيما ألعاب الخداع التي يقوم بهاالمنافس

.3-4 عرض وتحليل نتائج الاختبار البعدي لمجموعتي البحث في الاختبارات المهارية واختبار الإدراك الحس–حركي وسرعة الاستجابة الحركية.

بعد جمع البيانات البعدية للاختبارات المهارية والإدراك الحس–حركي وسرعة الاستجابة و لمجموعتي البحث ، ولغرض وصف نتائج أفراد العينة قام الباحث بمعالجة البيانات إحصائيا باستخدام مقاييس النزعة المركزية ومقاييس التشتت، ولغرض معرفة معنوية الفروق بين الاختبار البعدي ولمجموعتي البحث استخدم الباحثين اختبار مان وتني وكما مبين في الجدول (6).

جدول (6) يبن قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيم مان وتني المحسوبة للاختبارات البعدية ولمجموعتي البحث

الاختبارات	المجموعة التجريبية الاولى		المجموعة التجريبية الثانية		قيمة مان وتني المحسوبة	مستوى الدلالة	نوع الدلالة
	س–	ع	س–	ع			
اختبار الضربة المسقطة الأمامية /درجة	28	1,56	24	4,84	0،00	0،00	معنوي
اختبار الضربة المسقطة الخلفية /درجه	27,1	1,73	22	3,21	0،00	0،00	معنوي
اختبار الإدراك الحس–حركي/ مسافة	8	1,36	11	3,22	0،00	0،00	معنوي
اختبار سرعة الاستجابة الحركية/زمن	1,37	0,11	1,49	0,18	0،00	0،00	معنوي

ن1=8 ن2=8 ومستوى دلاله (0,05)

4-4 مناقشة نتائج الاختبار البعدي لمجموعتي البحث في الاختبارات المهارية والإدراك الحس-حركي وسرعة الاستجابة.

من خلال ما تم عرضة من نتائج في الجدول (6) ، والذي يبين الفروق المعنوية للمجموعة التجريبية الاولى (الممارسة المتغيرة) ويعزو الباحثان هذه الفروق إلى إن المجموعة التجريبية الاولى تدربت على تمرينات جديدة تهدف إلى تطور قدرة الإدراك الحس – حركي والذي اشتمل على جميع المدركات الحسية الخاصة بلعبة الريشة الطائرة مما أدى هذا إلى تطور قدرة الإدراك بلعبة الريشة الطائرة ، و توفر لدى أفراد هذه المجموعة عدد كبير من المعلومات والبرامج الحركية الخاصة بلعبة الريشة الطائرة وبالتالي توفر لديهم عدد كبير من الاستجابات الحركية لأغلب حالات اللعب. حيث إن إعداد اللاعب يجب إن يكون على مستوى جيد لكي يستطيع إن يتفوق عند تعرضه لمواقف اللعب المختلفة، إذ يتطلب منه إن يقف أمام منافسه وهو مستعد ومركز كل حواسه لملاحظة التحركات المختلفة للمنافس من لحظة ظهورها ويستثمر هذه المواقف ليقوم بعمل الحركات المناسبة للرد (سرعة الاستجابة) على تلك المواقف وهذا يتطلب استجابة سريعة في الوقت المناسب وبدقة كبيرة وهذا يتطلب جهاز حركي وتوافق عضلي عصبي متطور والتي أيضا تدخل في جانب تكامل وتطور المهارة ، وهذا ما تميز به أفراد المجموعة التجريبية الاولى التي تعلمت بأسلوب الممارسة المتغيرة.

5- الاستنتاجات والتوصيات :

5-1 الاستنتاجات

1- إن تمرينات الإدراك الحس – حركي ساعدت على تطور دقة مهارتي الضربة المسقطة الأمامية والخلفية بالريشة الطائرة.

2-إن التمرينات المقترحة للإدراك الحس – حركي وسرعة الاستجابة ساعد أفراد المجموعة التجريبية الاولى والثانية على فهم وإدراك اغلب المثيرات الخاصة بلعبة الريشة الطائرة وسرعة توفير الاستجابة الحركية لهذه المثيرات

3-إن تمرينات الإدراك الحس- حركي وسرعة الاستجابة ساعدت أفراد المجموعة التجريبية الاولى (الممارسة المتغيرة) على توفير اكبر عدد من البرامج الحركية للمهارة الواحدة مما أدى إلى سهولة مواجهه اغلب حالات اللعب والاستجابة لها.

4-تفوق المجموعة التجريبية الاولى التي تعلمت بأسلوب الممارسة المتغيرة في الادراك الحس –حركي وسرعه الاستجابة مما ساعد على تطور المهارات المبحوثه (الضربة المسقطة الأمامية والخلفية بالريشة الطائرة).

5-2 التوصيات

1- ضرورة الاهتمام بالمدركات الخاصة بلعبة الريشة الطائرة عند تدريبي اللاعبين وخاصة الفئات العمرية .

2- ضرورة الاهتمام بالتدريب على تمارين سرعه الاستجابة الحركية وذلك لضرورتها في لعبة الريشة الطائرة .

3- ضرورة الاهتمام بتمرينات مركبة بين إدراك المثيرات والاستجابة لها وفي بيئات مفتوحة وثابته لان اغلب مهارات الريشة الطائرة تحتاج إلى توفير استجابات متعددة.

4- ضرورة إعداد تمرينات جديدة في لعبة الريشة الطائرة وتكون مشابهة لحالات اللعب .

5- إجراء بحوث مشابهة ولمهارات وفئات عمرية مختلفة.

المصادر

1- مازن هادي كزار، أثر التدريب العقلي والبدني المهاري في دقة وسرعة الاستجابة الحركية للاعبي الريشة الطائرة ، رسالة ماجستير ، جامعه بابل، كلية التربية الرياضية،2004، ص20،

2- قاسم لزام صبر وآخرون ،أسس التعلم والتعليم وتطبيقاته في كرة القدم,2005, ص29.

3- طلحه حسام الدين (وآخرون) ، التعلم والتحكم الحركي ، ط1 ،القاهرة: مركز الكتاب للنشر،2006.

4- نجاح مهدي شلش وأكرم محمد صبحي ، التعلم الحركي ، ط 2,2000.

5- عدنان يوسف ، علم النفس المعرفي النظرية والتطبيق ، عمان: دار الميسرة للطباعة والنشر، 2004.

6- - Richard A. Schmidt and Craig A. wrisberg , motor learning and performance fourth edition, Human Kinetics ,library of congress u.s.a,2008

7- وسام صلاح عبد الحسين ، الريشة الطائرة بين الممارسة والمنافسة ، عمار ، دار رضوان للطباعة والنشر ، 2014، ص133.

8- - Magill, A.Richard . Motor learning and application , Mc Graw- Hill , Boston , 1998

9- يعرب خيون ، التعلم بين المبدأ والتطبيق، بغداد ،مطبعة الصخرة،2002

10- Venugopal mahalingan. The skills of the Badmintion, Kuala Lumpur, 2007

11-وسام صلاح عبد الحسين ، تأثير منهج تعليمي تدريبي في تصحيح الأخطاء الفنية وتطوير بعض القدرات العقلية ودقة بعض المهارات الأساسية للاعبين الشباب بالريشة الطائرة ، أطروحة دكتوراه، جامعه بابل ، كلية التربية الرياضية، 2011.

12- محمد حسن علاوي ،محمد نصر الدين رضوان، القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي ،ط2 ،القاهرة ،دار الفكر العربي ،1988

13- ناجي مطشر عزت ، اثر تمرينات مقترحه لتطوير الإدراك الحس – حركي واتخاذ القرار بأداء مهارتي المناولة والتصويب للاعبي كرة اليد للشباب ، رسالة ماجستير ، جامعة بابل ، التربية الرياضية ، 2008.

14- منتظر مجيد علي ، علاقة أهم القدرات العقلية والبدنية بأداء أهم المهارات الأساسية بالتنس الأرضي , رسالة ماجستير كلية التربية الرياضية - جامعة البصرة , 2001.

ملحق (1)

التمارين المقترحة بالبحث

التمرين الأول :

مسك المضرب بقبضة أمامية وضرب الريشة من الأسفل إلى الأعلى بصورة مستمرة وبارتفاعات مختلفة .

التمرين الثاني :

مسك المضرب بقبضة خلفية وضرب الريشة من الأسفل إلى الأعلى بصورة مستمرة وبارتفاعات مختلفة.

التمرين الثالث :

مسك المضرب وضرب الريشة من الأسفل إلى الأعلى على التوالي ضربة أمامية ومن ثم ضربة خلفية .

التمرين الرابع :

مسك المضرب بقبضة أمامية وضرب الريشة من فوق الرأس إلى الأعلى.

التمرين الخامس:

مسك المضرب بقبضة خلفية وضرب الريشة من فوق الرأس إلى الأعلى.

التمرين السادس:

يقف المدرب وسط الملعب ويمسك بيده(8) ريش ولاعب يقف في الجهة اليسرى من الملعب ، يرسل المدرب ريشاً إلى منطقة وقوف اللاعب ومن ثم يؤدي اللاعب ضربة إبعاد أمامية على جهتي الملعب

التمرين السابع:

يقف المدرب في وسط الملعب ويمسك بيده (8) ريش ولاعب يقف في الجهة اليسرى من الملعب ، يرسل المدرب ريشاً إلى منطقة وقوف اللاعب ومن ثم يؤدي اللاعب ضربة مسقطة أمامية على جهتي الملعب

التمرين الثامن:

لاعب مقابل لاعب على جهة يسار الملعب ولعب الضربة المسقطة الأمامية مع مس خط الإرسال

التمرين التاسع:

وضع (8) ريش موزعة على جميع أبعاد الملعب ولاعب يقف في المنتصف وعند سماعه الإيعاز بالبدء يقوم بالتحرك لجمع الريش ومن ثم إرجاعهن إلى المكان نفسه (كل تحرك للريشة بعده رجوع للمنتصف)

التمرين العاشر:

مدرب واقف في جهة يمين الملعب القريبة من الشبكة وبيده (10) ريش وأمامه لاعب يتحرك إلى الأمام لأداء ضربات الشبكة ثم الرجوع بالقفز لأداء الضربة المسقطة الخلفية

التمرين الحادي عشر:

مدرب واقف في جهة يمين الملعب القريبة من الشبكة وبيده (10) ريش وأمامه لاعب يتحرك حركة قطريه لأداء ضربات الشبكة ثم الرجوع لا داء الضربة المسقطة الخلفية.

التمرين الثاني عشر:

يقف المدرب وسط الملعب ويمسك بيده (8) ريش ولاعب يقف في الجهة اليمنى من الملعب ، يرسل المدرب ريشاً إلى منطقة وقوف اللاعب ومن ثم يؤدي اللاعب ضربة اسقاط أمامية على جهتي الملعب.

التمرين الثالث عشر

التحرك مع إشارة المدرب في مساحة 20م

التمرين الرابع عشر

التحرك عكس إشارة المدرب في مساحة 20م

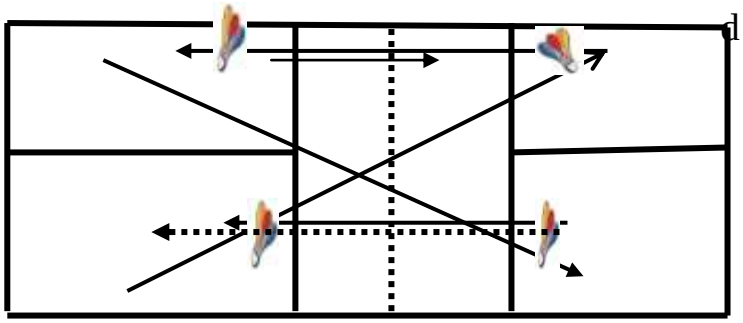
التمرين الخامس عشر

وضع أربعة شواخص داخل الملعب للريشة الطائرة وبألوان مختلفة والتحرك حسب إشارة المدرب وبدون ريشة.

التمرين السادس عشر

الوقوف في وسط ملعب الريشة والتحرك مع إشارة المدرب إلى زوايا الملعب المختلفة.

التمرين السابع عشر
الوقوف في وسط ملعب الريشة والتحرك عكس إشارة المدرب إلى زوايا الملعب المختلفة.
التمرين الثامن عشر
مدرب يوزع ريش إلى زوايا الملعب المختلفة ويتحرك اللاعب من منتصف الملعب لضرب الريشة والرجوع إلى المنتصف
التمرين التاسع عشر
مدرب يقف امام لاعب بحيث يتحرك اللاعب عكس اتجاه الريشة داخل الملعب
التمرين العشرون
لاعب مقابل لاعبان (اللاعب الفردي يلعب ضرب ساحق قطري + لعب على الشبكة) واللاعبان (يدافعان أمامي + لعب على الشبكة أمامي) ويكون التمرين حسب التسلسل الأتي (إرسال عالي + s ضرب ساحق قطري + d دفاع أمامي + n لعب على الشبكة أمامي +L ضربة مرفوعة أمامية+S ضرب ساحق قطري).



التمرين الواحد والعشرون :
لاعب مقابل لاعبان (اللاعب الفردي يدافع أمامي + رفع ريشة أمامي) واللاعبان يؤدون (ضرب ساحق قطري + لعب على الشبكة أمامي) ويكون التمرين حسب التسلسل الأتي (إرسال عالي + s ضرب ساحق قطري + d دفاع أمامي + n لعب على الشبكة أمامي +L ضربة مرفوعة أمامية+S ضرب ساحق قطري).