



## The effect of special exercises using a ball launcher device to developing the spiking in badminton for players at the training center in Babylon Governorate

Lec. Samer Salah Abdel Hussein <sup>1</sup>  , Lec. Dr. Mohamed Othman Saad <sup>2</sup>  ,

Asst. Lec. Mohammed Hashem Mohammed <sup>3</sup> 

<sup>1</sup> *Babylon Education Directorate, Iraq.*

<sup>2</sup> *University of Babylon. College of Physical Education and Sports Sciences, Iraq.*

<sup>3</sup> *Babylon Education Directorate, Iraq.*

\*Corresponding author: [Samersalah425@gmail.com](mailto:Samersalah425@gmail.com)

Received: 13-05-2025

Publication: 28-08-2025

### Abstract

Through the presence of researchers as players of national teams and coaches of age groups in badminton, and his exposure to many topics and sources related to motor learning and badminton, most players aged 11-13 suffer from weak performance of the forehand and backhand smash skill. The spiking skill is an important skill for scoring points during a match. Therefore, researchers decided to give the learner exercises based on his desires and inclinations in terms of receiving stimuli. This prompted researchers to find solutions to this problem using special exercises and a feather thrower. The aim of the research was to prepare special exercises using a ball launcher to develop the forehand and backhand smash of badminton players, and to study the effect of special exercises using a ball launcher on developing the smash, as well as to identify the superior effect of special exercises using a ball launcher on developing the smash of badminton players. The research was applied to a sample of Babylon Academy players aged 11-13 years, numbering (12) players. This means that the researchers adopted a comprehensive enumeration method for all members of the sample. One of the most important findings is that the specific exercises using a ball launcher helped students learn the skills they studied. The specific exercises also helped them quickly transition between skills. The most important recommendations are to focus on badminton-specific exercises when training players, especially age groups. It is necessary to pay attention to special exercises that focus on perceiving and responding to stimuli in open environments, because most badminton skills are open skills that require multiple responses.

**Keywords:** Special Exercises, Ball Launcher, Spiking, Badminton.



تأثير تمارينات خاصه باستخدام جهاز قاذف الكرات في تطوير الضربة الساحقة بالريشة الطائرة

للاعبي المركز التدريبي في محافظة بابل

م. سامر صلاح عبد الحسين/العراق. مديره تربيه بابل

م.د. محمد عثمان سعد/العراق. جامعه بابل. كليه التربية البدنية وعلوم الرياضة

م.م. محمد هاشم محمد/العراق. مديره تربيه بابل

[Samersalah425@gmail.com](mailto:Samersalah425@gmail.com)

[phy312.mohammed.athman@uobabylon.edu.iq](mailto:phy312.mohammed.athman@uobabylon.edu.iq)

[Mh810625@gmail.com](mailto:Mh810625@gmail.com)

تاريخ استلام البحث 2025/5/13 تاريخ نشر البحث 2025/8/28

### الملخص

من خلال تواجد الباحثون كلاعبو للمنتخبات الوطنية ومدربو للفئات العمرية في لعبه الريشة الطائرة ، واطلاعه على العديد من المواضيع والمصادر الخاصة بالتعلم الحركي والريشة الطائرة ، ان اغلب اللاعبين بأعمار 11-13 يعانون من ضعف أداء مهارة الضرب الساحق الامامي والخلفي ، وتعد مهارة الضرب الساحق من المهارات المهمة التي من خلالها يتم تسجيل النقاط اثناء المباراة ، لذا ارتى الباحثون ان تعطى التمارين للمتعلم حسب رغبته وميوله من ناحيه استقبال المثيرات، وهذا ما دعى الباحثون الى إيجاد حلول لمشكلته باستخدام تمارينات خاصه وجهاز قاذف الريش. وهدف البحث الى اعداد تمارينات خاصه باستخدام جهاز قاذف للكرات في تطوير الضرب الساحق الامامي والخلفي للاعبين الريشة الطائرة ودراسة تأثير التمارينات الخاصة باستخدام جهاز إطلاق الكرات في تطوير الضرب الساحق وكذلك التعرف على افضله التأثير للتمارين الخاصة باستخدام جهاز قاذف للكرات في تطوير الضرب الساحق للاعبين بالريشة الطائرة. طبق البحث على عينه من لاعبو أكاديمية بابل بأعمار 11-13 سنة والبالغ عددهم (12) لاعب، ويعني هذا أن الباحثون اعتمدوا أسلوب الحصر الشامل لجميع أفراد العينة. ومن اهم الاستنتاجات هي ساعدت التمارينات الخاصة باستخدام جهاز قاذف للكرات على تعلم المهارات المدروسة. وكذلك ساعدت التمارينات الخاصة على سرعة التنقل بين المهارة. واهم التوصيات التركيز على التمارينات الخاصة بلعبة الريشة الطائرة عند تدريب اللاعبين وخاصة الفئات العمرية وضرورة الاهتمام بالتمارين الخاصة بين ادراك المثيرات والاستجابة لها وفي بيئات مفتوحة لان اغلب مهارات الريشة الطائرة مهارات مفتوحة تتطلب استجابات متعددة.

الكلمات المفتاحية: تمارينات خاصه، جهاز قاذف الكرات، الضربة الساحقة، الريشة الطائرة.

## 1- المقدمة:

يُعد التعلم الحركي أحد الفروع العلمية المرتبطة ارتباطاً وثيقاً بالمجال الرياضي، لما له من تأثير مباشر على أداء اللاعب، إذ يمثل مجموعة من العمليات العقلية التي تحدث أثناء الممارسة التدريبية، وتسهم في تطوير قدراته ومهاراته الحركية، وتشير العديد من نظريات التعلم إلى أهمية اكتساب المتغيرات المتعلقة بالأداء خلال ظروف تحاكي المنافسة، مما يُمكن اللاعب من التكيف معها وتقليل نسبة الأخطاء المهارية، وتتعدد الأساليب والطرق التي يمكن من خلالها تنظيم وتوقيت تمارين التعلم، حيث تختلف باختلاف نوع المهارة ومتطلباتها، إلى جانب مستوى المتعلمين والإمكانات المتاحة في البيئة التدريبية. وتُعد الضربة الساحقة من المهارات الهجومية الأساسية في لعبة الريشة الطائرة، ويعتمد عليها اللاعبون بشكل كبير في حسم النقاط والمباريات لصالحهم، نظراً لكونها إحدى أكثر الضربات استخداماً من فوق الرأس، وتتميز بمنح الريشة سرعة عالية، مما يجعل من الصعب على المنافسين التصدي لها.

تعد رياضة الريشة الطائرة من الفعاليات الأولمبية التي أصبحت مصدر اهتمام دول العالم من أجل ابتكار أفضل الطرق العلمية والوسائل التدريبية التي من الممكن ان تساهم في حصد الأوسمة الملونة، ان اغلب أساليب اللعب الحديث في رياضة الريشة الطائرة يتطلب ان يمتلك اللاعب الدقة والسرعة في تنفيذ المهارات. علما ان التنوع في أداء المهارات خلال النقطة الواحدة يشترط على اللاعب.

"المهارة الرياضية دور كبير وحيوي في تحقيق الإنجاز حيث انها تساعد المتعلم على تنفيذ الاداءات المتنوعة بطريقه مثاليه وبانسيابيه عالية مع مراعاة الاقتصاد بالوقت والجهد من خلال تواجد الباحثون لاعبا للمنتخبات الوطنية ومدربا للفئات العمرية في لعبه الريشة الطائرة، واطلاعه على العديد من المواضيع والمصادر الخاصة بالتعلم الحركي والريشة الطائرة، وجد قله اهتمام العديد من القائمين على العملية التعليمية لاحظ ان اغلب اللاعبين يعانون من ضعف في أداء الضرب الساحق، وعلى الرغم من أهمية هذه المهارة ودورها المحوري في تسجيل النقاط، فقد ارتأى الباحثون أن تُصمم التمرينات المقدمة للمتعلمين بما يتناسب مع ميولهم ورغباتهم، ولا سيما من حيث أسلوب استقبالهم للمثيرات. وهذا ما دعى الباحثون الى اعداد تمرينات خاصه لحل هذه المشكله وفق منهج تعليمي حسب ميول ورغبات المتعلمين ومعرفة أثره في تعلم مهاره الضرب الساحق الامامي.

## ويهدف البحث الى:

- 1- اعداد ترمينات خاصه باستخدام جهاز قاذف الكرات لتطوير الضربة الساحقة بالريشة الطائرة للاعبى المركز التدريبي في محافظه بابل.
- 2- التعرف على ترمينات خاصه باستخدام جهاز قاذف الكرات في تطوير الضربة الساحقة بالريشة الطائرة للاعبى المركز التدريبي في محافظة بابل.
- 3- هناك تأثير إيجابي للترمينات خاصه باستخدام جهاز قاذف الكرات في تطوير الضربة الساحقة بالريشة الطائرة للاعبى المركز التدريبي في محافظة بابل.

## 2- إجراءات البحث:

2-1 منهج البحث: استخدم الباحثون المنهج التجريبي باستخدام تصميم المجموعتين المتكافئتين لملائمته لطبيعة ومشكلة البحث.

## 2-2 مجتمع البحث وعينته:

حدد الباحثون مجتمع البحث بلاعبى أكاديمية بابل في محافظه بابل والتابع للاتحاد العراقي المركزي للريشة الطائرة والبالغ عددهم (12) لاعباً بأعمار تتراوح من (13-15) سنه، أما عينه البحث فأنها مثلت مجتمع البحث بأكمله وهذا يعني استخدام اسلوب الحصر الشامل لكل أفراد المجتمع حيث تم تقسيمهم بطريقة القرعة الى مجموعتين التجريبية الأولى وتضم (6) لاعبين والضابطة تضم (6) لاعبين واستخدم الباحثون اختبار مان وتي للتأكد من تكافؤ المجموعتين والتي أظهرت النتائج بعدم وجود فروق معنويه بين المجموعتين.

## 2-3 الأدوات والأجهزة المستخدمة بالبحث:

- ملعب ريشة متكاملة نوع (yonex) عدد (2)
- مضرب ريشة عدد (10)
- كرات ريشة نوع (yonex) عدد (10 علبة)
- اعمده شبكه بارتفاعات مختلفة
- أقلام ملون ماجيك عدد (5)
- أشرطة ملونه لاصقة عدد (10) روله
- شريط قياس كتان ذات طول 20م
- ساعة توقيت عدد (2) صينية المنشأ.
- الاختبارات والقياس
- استبيان

## 2-4 جهاز قاذف للكرات للريشة الطائرة:

يعتبر هذا الجهاز آلة أوتوماتيكية سريعة مناسبة لرمي الريشة وخاصة للمبتدئين، بحيث يمكن لشخص واحد اللعب بها دون الحاجة الى تدريب، ويمكنها حمل (50) ريشه وتتميز هذه الآلة بوظيفته الدوران يمينا ويسارا وتردد اخراج الريشة قابل للتعديل وكذلك مزوده بجهاز تحكم عن بعد لسهولة التعديل، وكذلك هذه الآلة سهلة الفك والتجميع وسهلة الحمل ومناسبة للملاعب والحدائق ورياض الأطفال وتعتبر خفيفة الوزن وسهلة الحمل وأنها الرفيق الأفضل للترفيه واللياقة البدنية.



الشكل (1) يوضح جهاز قاذف للكرات للريشة الطائرة

## 2-5 المهارات موضوع الدراسة:

قام الباحثون بدراسة المهارات الآتية (الضربة الساحقة الأمامية والضربة الساحقة الخلفية بالريشة الطائرة).

- اختبار مهارة الضربة الساحقة الأمامية

الغرض من الاختبار: قياس الضرب الساحق الأمامي

الأدوات المطلوبة: مضارب للريشة، ريش طبيعي، قوائم إضافية بارتفاع (213 سم)، حبل مطاطي، استمارة

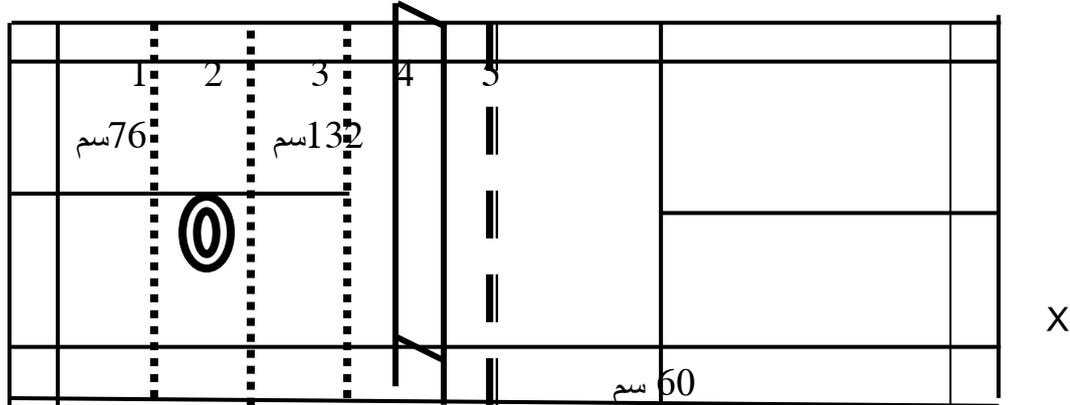
لتسجيل البيانات، وملعب ريشة مُخطط وفق تصميم الاختبار.

## وصف الأداء :

يقف اللاعب على (X) وهو المكان المخصص له ويقوم بضرب الريشة المرسلة له من منطقه مقابلة بأداء ضربه قوية محاولاً إسقاطها في المكان ذات الدرجة الأعلى بشرط ان يُطلب من اللاعب إرسال الريشة من فوق الشبكة ومن أسفل الحبل المثبت خلفها على مسافة 60 سم وبارتفاع 213 سم، ويؤدي اللاعب 10 محاولات، مع التركيز على ملاحظة قوة الضربة الساحقة

## تقويم الأداء :

- تُمنح الدرجة وفقاً لمكان سقوط الريشة داخل مناطق الملعب المحددة.
- في حال لم يتم إرسال الريشة من فوق الشبكة ومن تحت الحبل، أو سقطت خارج حدود الملعب، يُمنح اللاعب درجة صفر.
- إذا سقطت الريشة على الخط الفاصل بين منطقتين، تُمنح أعلى درجة ممكنة.
- تُوزع الدرجات على خمس مناطق محددة داخل الملعب، بحيث تكون التقسيمات كالتالي (1-2-3-4-5) :
- 5) - تُحتسب الدرجة النهائية بجمع نتائج المحاولات العشر، وبعد أقصى (50) درجة.
- يُحسب زمن الأداء بدءاً من لحظة تحرك اللاعب وحتى عودته إلى مركز الملعب.



الشكل (2) يوضح تخطيط ملعب الريشة الطائرة لاختبار الضربة الساحقة الأمامية

## اختبار مهارة الضربة الساحقة الخلفية:

- الغرض من الاختبار: قياس دقة مهارة الضرب الساحق الخلفي
- الأدوات المطلوبة: مضارب للريشة، ريشاً طبيعياً، قوائم إضافية بارتفاع (213 سم)، حبلًا مطاطياً، استمارة لتسجيل البيانات، بالإضافة إلى ملعب ريشة مخطط وفق تصميم الاختبار، كما في الشكل (2)

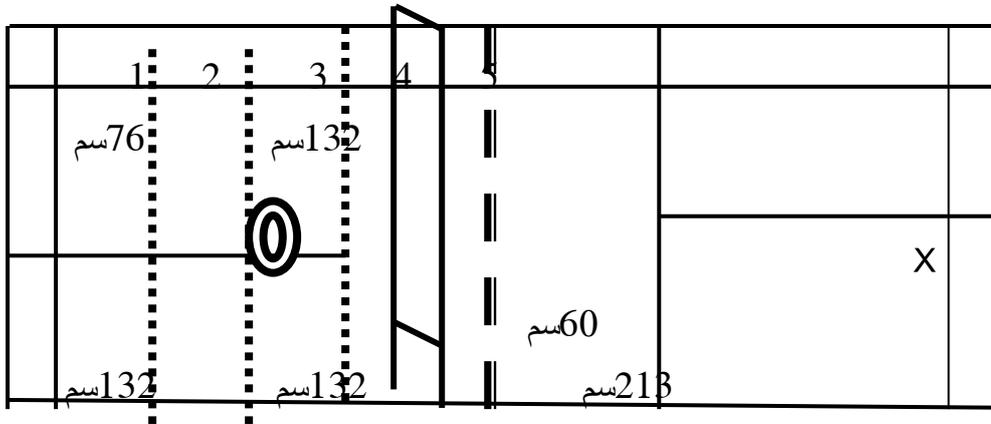
## وصف الأداء :

يقف اللاعب على (X) وهو المكان المخصص له قوم اللاعب برد الريشة المرسلة إليه من المنطقة المقابلة من خلال تنفيذ ضربة ساحقة قوية، بهدف إسقاطها في المنطقة التي تمنح أعلى درجة، وذلك بشرط أن تمر

الريشة من فوق الشبكة ومن أسفل الحبل المثبت خلفها على مسافة 60 سم وبارتفاع 213 سم، ويؤدي اللاعب عشر محاولات، مع مراعاة تقييم قوة الضربة الساحقة في كل محاولة.

### تقويم الأداء:

- تُحتسب الدرجة وفقاً لموقع سقوط الريشة داخل المناطق المحددة في الملعب.
- في حال لم تمر الريشة من فوق الشبكة ومن تحت الحبل، أو سقطت خارج المناطق المحددة، تُمنح درجة صفر.
- إذا سقطت الريشة على الخط الفاصل بين منطقتين، تُحسب الدرجة الأعلى بين المنطقتين.
- تُقسم المناطق إلى خمس درجات تصاعديّة (1-2-3-4-5) بحسب موقع السقوط.
- تُحدد الدرجة النهائية بجمع نتائج المحاولات العشر، بحيث يكون الحد الأقصى للدرجة (50) نقطة.



الشكل (3) يوضح تخطيط ملعب الريشة الطائرة لاختبار الضربة الساحقة الخلفية

### 2-6 التجربة الاستطلاعية:

تاريخ التجربة: يوم 2024/9/3.

- مكان إجراء التجربة: القاعة المغلقة في قضاء المحاويل.
- عينة الدراسة: تم اختيار عينة الاستطلاع من نفس أفراد العينة المستخدمة في التجربة الرئيسية.
- أهداف التجربة الاستطلاعية:
- تعريف فريق العمل المساعد بطبيعة الاختبارات المستخدمة، وتقييم مدى كفاءته في تنفيذها.
- التعرف على المعوقات المحتملة التي قد تواجه الباحثون أثناء تطبيق الاختبارات، والعمل على تلافيها.
- تقدير الزمن التقريبي اللازم لأداء كل اختبار، والوقت الكلي المطلوب لإنجاز جميع الاختبارات.
- التحقق من الخصائص العلمية للاختبارات، من حيث الصدق والثبات والموضوعية.
- تحديد الوقت والمكان الأنسب لتنفيذ التمارين المستخدمة في البحث.
- التعرف على طبيعة التمارين ومدى ملاءمتها لأفراد العينة.

## 2-7 الاختبارات القبليّة:

أجرى الباحثون الاختبارات القبليّة في 2024/9/10 في القاعة المغلقة في قضاء المحاويل في الساعة العاشرة صباحاً، حيث تم اختبار مهارة الضرب الساحق الأمامية والخلفية بالريشة الطائرة.

## 2-8 التمرينات الخاصّة:

عمد الباحثون بأعداد تمرينات خاصه جديده باستخدام جهاز قاذف للكرات تساعد على تطوير الضرب الساحق الامامي والخلفي، حيث بلغ عدد التمرينات (12) تمرين، وكان زمن التمرينات ضمن القسم الرئيسي بواقع (10د) بالإضافة الى ان عدد تكرارات التمرين الواحد كان يتراوح ما بين (6-8) تكرار، وكانت التمارين مشابه لحالات اللعب الحقيقيّة التي يتعرض لها اللاعب داخل المباراة علما ان عدد الوحدات في الأسبوع (3) وكانت مدة تطبيق التمارين (30) يوماً من 2024/10/6 9/6

## 2-9 الاختبارات البعدية:

أجرى الباحثون الاختبارات البعدية بتاريخ 10/8 وبنفس الظروف والمكان التي اجر فيها الباحثون اختباراتهم القبليّة.

## 2-10 الوسائل الإحصائية: استخدم الباحثون الحقيبة الإحصائية spss

### 3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

3-1 عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية لمجموعتي البحث في الاختبارات المهاريّة: عد الانتهاء من جمع البيانات القبليّة والبعدية للاختبارات المهاريّة الخاصّة بمجموعتي البحث، قام الباحثون بوصف نتائج أفراد العينة من خلال المعالجة الإحصائيّة باستخدام مقياس النزعة المركزيّة ومقاييس التشتت، كما تم استخدام اختبار ولكوكسن (Wilcoxon) لتحليل دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدى لكل من المجموعتين وذلك كما هو مبين في الجدولين (1) و(2).

جدول (1) يبين نتائج التحليل الإحصائي لنتائج الاختبار القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية

| نوع الدلالة | مستوى الدلالة | قيمة (t) المحسوبة | الاختبار البعدى |    | الاختبار القبلي |    | المهارة                 |
|-------------|---------------|-------------------|-----------------|----|-----------------|----|-------------------------|
|             |               |                   | ع               | س  | ع               | س  |                         |
| معنوي       | 0.00          | 9.90              | 0.08            | 28 | 2.5             | 19 | الضربة الساحقة الأمامية |
| معنوي       | 0.00          | 14.87             | 0.04            | 20 | 0.04            | 14 | الضربة الساحقة الخلفية  |

جدول (2) يبين نتائج التحليل الإحصائي لنتائج الاختبار القبلي والبعدى للمجموعة الضابطة

| نوع الدلالة | مستوى الدلالة | قيمة (t) المحسوبة | الاختبار البعدى |    | الاختبار القبلي |    | المهارة                 |
|-------------|---------------|-------------------|-----------------|----|-----------------|----|-------------------------|
|             |               |                   | ع               | س  | ع               | س  |                         |
| معنوي       | 0.00          | 8.70              | 0.08            | 22 | 2.3             | 18 | الضربة الساحقة الأمامية |
| معنوي       | 0.00          | 12.87             | 0.03            | 17 | 0.04            | 14 | الضربة الساحقة الخلفية  |

### 2-3 مناقشه نتائج الاختبار القبلي والبعدي لمجموعتي البحث (التجريبية والضابطة) في الاختبارات المهاريه:

من خلال عرض نتائج الاختبارات المهارية وتحليلها في القياسين القبلي والبعدي لمجموعتي البحث (الضابطة والتجريبية)، كما هو مبين في الجدولين (1) و(2)، تبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين، وكانت الفروق لصالح الاختبار البعدي. ويظهر هذا التحسن بشكل أوضح في المجموعة التجريبية التي خضعت لتطبيق التمارين. ويُعزى هذا التحسن، وفقاً لرؤية الباحثون إلى الأسباب التالية:

- الاستخدام الأمثل للتمارين التي اختارها الباحثون، وتطبيقها بما يتناسب مع خصائص أفراد العينة حيث أجرى أعضاء المجموعة التجريبية عدداً محدداً من التكرارات لكل تمرين متخصص، كما ينبغي أن تتشابه الحركات الحركية المركبة قدر الإمكان مع الحركات الحقيقية للجسم أثناء الأداء بحيث تُنفذ تمارين القوة للعضلات المسؤولة عن حركات ضرب الريشة بدقة عالية وانسيابية تامة.

(مخلد محمد، 2010)

- يعزو الباحثون هذا التطور إلى التنوع في التمرينات الخاصة المستخدمة، والتي تتيح تنوعاً فعالاً في تنمية القدرات البدنية حسب شدة التمرين والفترات الزمنية المحددة له لذا يُعتبر التنوع والتكرار المستمر في الأداء الرياضي من العوامل الأساسية والهامة لتحقيق التوازن والتكامل البدني، بالإضافة إلى تعزيز الدافع والرغبة الكبيرة لدى الأفراد للمشاركة الفعالة في عملية التدريب.

(كمال جميل الربصي، 2001)

### 3-3 عرض نتائج الاختبار البعدي لمجموعي البحث (التجريبية والضابطة) في الاختبارات البدنية والمهارية:

أثناء جمع بيانات الاختبارات المهارية لكل من المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة، ولغرض وصف نتائج أفراد العينة، قام الباحثون بتحليل البيانات إحصائياً باستخدام مقاييس النزعة المركزية والتشتت. ولتحديد مدى دلالة الفروق بين المجموعتين في الاختبار البعدي، تم استخدام اختبار مان-ويتني، كما هو مبين في

الجدول (3) يبين قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيم مان وتني المحسوبة للاختبارات البعدية ولمجموعي البحث

| نوع الدلالة | مستوى الدلالة | قيمة (t) المحسوبة | الاختبار البعدي |    | الاختبار القبلي |    | المهارة                 |
|-------------|---------------|-------------------|-----------------|----|-----------------|----|-------------------------|
|             |               |                   | ع               | س  | ع               | س  |                         |
| معنوي       | 0.00          | 8.80              | 0.08            | 22 | 2.3             | 19 | الضربة الساحقة الأمامية |
| معنوي       | 0.00          | 12.87             | 0.04            | 17 | 0.04            | 14 | الضربة الساحقة الخلفية  |

### 3-4 مناقشه نتائج الاختبارات البعدية لمجموعي البحث (التجريبية والضابطة) في الاختبارات المهارية:

من خلال عرض وتحليل نتائج الاختبارات المهارية في الاختبار البعدي والتي مبينة في جدول (3) تبين ان هناك فروق معنويه بين مجموعتي البحث ولصالح المجموعة التجريبية ويعزو الباحثون هذه الفروق في التطور.

- ان التطور الحاصل في الضرب الساحق الامامي جاء نتيجة التمرينات الخاصة المستخدمة من قبل الباحثون كانت مؤثره في الحصول على هذه النتائج، اذ ان التدريب بتثقيل الأداة وتخفيفها يعد من الوسائل المهمة والحديثة في تطوير أنواع القوة العضلية.

(عصام عبد الخالق، 1994)

- يرجع الباحثون السبب إلى أن التمرينات الخاصة بالمهارات تعتمد على أساليب علمية صحيحة، تتمثل في الربط بين المهارات المختلفة لتحقيق أداء جيد للاعب وأداء متكامل لعدة مهارات مترابطة معاً ومن الضروري أن يصل اللاعب إلى تنفيذ المهارة بشكل آلي من خلال التكرار المستمر للأداء، واستخدام تمارين متنوعة تتميز بتغيير الاشتراطات والعوامل الخارجية أثناء التمرين، بالإضافة إلى خوض مباريات تجريبية لتعزيز هذا الأداء.

(مفتي إبراهيم، 1994)

#### 4-الاستنتاجات والتوصيات:

##### 4-1 الاستنتاجات:

- 1- ان لتنوع الممارسة دور كبير وفعال في تطوير المهارة بأشكالها كافة.
- 2- ان التمرينات الخاصة كانت ذو فعالية كبيره في تطوير الضرب الساحق الامامي والخلفي للاعبين بالريشة الطائرة.
- 3- ان المجموعة التي استخدمت التمرينات الخاصة تفوقت بشكل واضح على المجموعة التي تمرنت بالشكل الاعتيادي المتبع في تطوير الضرب الساحق الامامي والخلفي للاعبين بالريشة الطائرة.
- 4- افضليه تقديم مهارة الضرب الساحق الامامي على تعلم مهارة الضرب الساحق الخلفي في عمليه تعلم المهارات بالريشة الطائرة.

##### 4-2 التوصيات:

- 1- ضرورة الاهتمام بمهارة الضرب الساحق الامامي والخلفي لأنه ذو اهميه كبيرة في الحصول على النقاط اثناء المباراة.
- 2- امكانيه اجراء بحوث مشابهه تعتمد على فكره التعميم للبرنامج الحركي.
- 3- ضرورة استخدام التمرينات الخاصة في تطوير المهارات الأخرى في لعبة الريشة الطائرة.

#### المصادر

- مازن هادي كزار: تأثير العرض والتنفيذ المباشر والمؤجل في تعلم بعض مهارات الريشة الطائرة وانتقال أثره الى بعض مهارات التنس الأرضي، أطروحة دكتوراه، جامعة بابل، كلية التربية الرياضية، 2008.
- مازن عبد الهادي ومازن هادي: الريشة الطائرة بين التعلم والتدريب، بيروت، دار الكتب العلمية للطباعة والنشر، 2013 والنشر.
- ناهدة عبد زيد: أساسيات التعلم الحركي، ط1، النجف، دار الضياء للطباعة والنشر، 2008.
- وسام صلاح عبد الحسين: تنوع الممارسة لتعميم البرامج الحركية وأثره في تعلم بعض المهارات الأساسية للاعبين بالريشة الطائرة، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعه بابل، سنة 2008.
- وسام صلاح عبد الحسين: الريشة الطائرة بين الممارسة والمنافسة، الاردن، دار رضوان للطباعة والنشر، 2013.
- وسام صلاح، سامر يوسف: التعلم الحركي وتطبيقاته في التربية البدنية والرياضية، بيروت، دار الكتب العلمية، 2014.
- يعرب خيون: التعلم بين المبدأ والتطبيق، ط1، دار الصخرة للطباعة والنشر، 2002.

## ملحق (1)

### التمارين المستخدمة في البحث:

- 1-مدرب واقف في جهة اليمين الملعب القريبة من الشبكة وبيده (10) ريش وامامه لاعب يتحرك الى الامام لأداء ضربات الشبكة ثم رجوع بالقفز لأداء الضرب الساحق الامامي (10) تكرار .
- 2-مدرب واقف في جهة اليسار الملعب القريبة من الشبكة وبيده (10) ريش وامامه لاعب يتحرك الى الامام لأداء ضربات الشبكة ثم رجوع بالقفز لأداء الضرب الساحق الامامي (10) تكرار
- 3-مدرب واقف في جهة يسار الملعب القريبة من الشبكة ويمسك بيده (10) ريش وامامه لاعب يتحرك حركه قطريه لأداء ضربات الشبكة بدون ريشه ثم الرجوع بالقفز لأداء ضرب الساحق الامامي (20) تكرار .
- 4-مدرب واقف في جهة يمين الملعب القريبة من الشبكة ويمسك بيده (10) ريش وامامه لاعب يتحرك حركه قطريه لأداء ضربات الشبكة بدون ريشه ثم الرجوع بالقفز لأداء ضرب الساحق الامامي (20) تكرار .
- 5-يقف مدرب وسط الملعب ويمسك بيده (8) ريش ولاعب يقف في جهة اليسار من الملعب ويرسل المدرب ريشه الى منطقه وقوف اللاعب ومن ثم يودي اللاعب الضربة الساحقة الأمامية.
- 6- يقف مدرب وسط الملعب ويمسك بيده (8) ريش ولاعب يقف في جهة اليمين من الملعب ويرسل المدرب ريشه الى منطقه وقوف اللاعب وبعدها يرجع اللاعب الى وسط الملعب ليؤدي اللاعب الضربة الساحقة الخلفية.