

تأثير تمارينات المقتربات الخططية في تطوير دقة بعض مهارات الريشة الطائرة

نور علاء عزيز

أ.م.د. علي عبد الحسن حسين

طالبة ماجستير

جامعة كربلاء /كلية التربية الرياضية

ali.abidhasan@uokerbala.edu.iq

ملخص البحث باللغة العربية

يهدف البحث إلى معرفة تأثير تمارينات المقتربات الخططية في تعلم بعض المهارات الأساسية للاعبين الناشئين بالريشة الطائرة، وأيضا معرفة تأثيرها في تطوير الدقة لبعض المهارات الأساسية للاعبين الناشئين بالريشة الطائرة.

استخدم الباحثان المنهج التجريبي لملاءمته طبيعة البحث، وشملت عينة البحث على اللاعبين الناشئين تحت أعمار (12) سنة في المركز التدريبي في محافظة بابل بالريشة الطائرة والبالغ عددهم (20) لاعباً وقد شملت العينة جميع أفراد مجتمع البحث. واستخدم الباحثان مجموعة من الاختبارات للأشكال المهارية للمهارات التي كانت محور الدراسة وهي اختبارات (ضربة الإبعاد الأمامية، ضربة الإبعاد الخلفية، الضربة المسقطة الأمامية، الضربة المسقطة الخلفية) وبعد إجراء التجانس والتكافؤ تم تقسيم أفراد العينة على مجموعتين متساوية العدد واحدة تجريبية والثانية ضابطة، وتم معالجة البيانات التي تم الحصول عليها من الاختبارات باستخدام وسائل إحصائية مناسبة.

وقد أسفرت نتائج هذا البحث على أن أسلوب تمارينات المقتربات الخططية كان أكثر تأثيراً في تطوير دقة بعض المهارات الأساسية بالريشة الطائرة من الأسلوب التقليدي (الاعتيادي) المتبع مما يدل على فاعليته وتأثيره، وفي ضوء النتائج يوصي الباحثان ضرورة استخدام تمارينات المقتربات الخططية في تطوير دقة أداء المهارات الأساسية بالريشة الطائرة خاصة ومهارات باقي الألعاب عامة، فضلاً عن ضرورة تطبيق استخدام أسلوب تمارينات المقتربات الخططية بدروس التربية الرياضية.

Summery

The effect of exercise tactical approaches in the development of the skills of some accuracy Badminton

Assist . prof Ali Abdul Hussien

Noor Alaa Azeez/ Master Student

The research aims to determine the effect of exercise tactical approaches in learning some basic skills for junior badminton players, and also see the impact in the development of accuracy for some of the basic skills of junior badminton players.

The researcher used the experimental method to the nature of the relevance of the research, and included a sample of the research on young players under the age of 12 years at the training center in the province of Babylon, and badminton 's 20 -man squad has sample included all members of the research community . The researcher used a set of tests for the forms of footwork skills that were the focus of the study which tests (blow deportation front , blow deportation background, strike the projected front , strike the projected background) After conducting homogeneity and parity of the sample was divided into two groups of equal number one experimental and a second control group was processing the data obtained from the tests using appropriate statistical methods.

The results of this research on the method exercises approaches tactically was more influential in the development of the accuracy of some of the basic skills of badminton from the traditional method (normal) followed demonstrating the effectiveness and impact, and in the view of the results researcher recommends the need to use exercises approaches tactically in the development of accurate performance Almhart basic badminton skills and especially the rest of the gaming public, as well as "the need to apply for use of the approaches tactical exercises lessons of Physical Education.

1- التعريف بالبحث

1-1 المقدمة وأهمية البحث

تناول كثير من الدارسين في مجال التربية الرياضية، دراسة العوامل والعناصر التي لها دور فعال في العملية التعليمية التي من مهامها الرئيسية تمكين المتعلم من الحصول على الاستجابات المناسبة والمواقف الملائمة. والتعلم الحركي بصفة عامة يتناول حركة الإنسان عموماً والحركة الرياضية بشكل خاص بالدراسة والتحليل للتعرف على الأبعاد المختلفة التي يمكن أن نتناول بها الحركة⁽¹⁾.

وهناك الكثير من الأساليب التعليمية التي استخدمت في تعلم المهارات الرياضية وما زالت تستخدم ، إذ تباينت فيها نسب النجاح في الأداء المهاري والبدني ، لذا سعى الخبراء والباحثون إلى إيجاد أساليب تخدم الألعاب والفعاليات الرياضية كافة ، بما يتلاءم مع قابليات الأفراد المتعلمين وإمكانياتهم .

إن تمارينات المقتربات الخطئية هي اقتراب مشجع للمبتدئين لحل المهمات الخطئية وربط متماسك بين تعلم المهارات والخطط وهذا الاقتراب لتعليم المهارات هو تحرك المبتدئ ضمن خطوات خطئية متدرجة تعلمه كيف يمارس المهارة في إثناء اللعب والمنافسة وان الغاية من استخدام هذا الأسلوب هو تطوير أداء المبتدئين في اللعب والتفاعل لتوحيد الإدراك الخططي وتنفيذ المهارة².

ولعبة الريشة الطائرة يتطلب ممارستها أداء مهارات ذات مواصفات خاصة وأداء فني دقيق، وإتباع السبل الخطئية المعقدة، وللجانبي الخططي دور بارز ومهم في العديد من المباريات، وخاصة عندما يكون المستوى متقارباً بين اللاعبين في الجوانب البدنية والمهارية من خلال التدريب المستمر على التمارينات الخاصة والتي هي مشابهة لحالات اللعب، مع مراعاة التدرج بها من أجل ضمان استيعاب اللاعبين لها بصورة جيدة، والتأكد من انسجام مستوى الإعداد البدني والمهاري والتدريب الخططي مع إمكانيات اللاعبين وقابليتهم من النواحي الذهنية وقدراتهم على الاستيعاب.

ومن هنا جاءت أهمية البحث في استخدام أسلوب تمارينات المقتربات الخطئية والتي تستخدم المهارات الأساسية بالريشة الطائرة من خلال هذه المقتربات وياتجاهان أولهما إتقان المهارات الأساسية وتطويرها وثانيهما استخدام هذه المهارات في الاستراتيجيات الخطئية إثناء اللعب والمنافسة ، أي إننا نهدف إلى تعلم المهارات الأساسية في الريشة الطائرة عن طريق اللعب المباشر وذلك من ربط الأداء المهاري والخططي في إثناء الأداء.

¹ - نجاح مهدي شلش، أكرم محمد صبحي، التعلم الحركي، ط2، دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل، 2000، ص62.
2-Linda .L.griffinandother. Teaching sport concePts and skill .A tactical games Approach.il Human KENTICS, U.S.A,1997,P6.

1-2 مشكلة البحث:

أن من الأهمية اختيار أفضل الوسائل التعليمية للمهارات الحركية وتطويرها وعليه لا بد من توفير بيئة تعليمية لتعلم المهارات الأساسية وبنفس الوقت تطبيقها في حالات لعب واقعية والابتعاد عن الأساليب التقليدية. ومن خلال خبرة الباحثان ومتابعتهما لأغلب البرامج التعليمية والتدريبية وإطلاعها على المصادر العلمية الحديثة والتي أكدت على ظهور أفكار جديدة ذات بدائل تعليمية يمكن إن تعطي ظروف مشابهة لظروف المنافسة بشكل أكثر دقة.

لذا ارتأى الباحثان إلى دراسة هذا الموضوع من خلال إعداد تمرينات المقتربات الخطئية والتي تهدف إلى الجمع بين تعلم أداء اللعب الخططي وتطوير المهارات من خلال تطوير القدرة على استخدام المهارات الأساسية وممارستها في حالات مشابهة لحالات اللعب والتي من شأنها تطوير المستوى المهاري للاعب الريشة الطائرة.

1-3 أهداف البحث

- 1- أعداد تمرينات المقتربات الخطئية في تطوير دقة بعض مهارات الريشة الطائرة.
- 2- التعرف على تأثير تمرينات المقتربات الخطئية في تطوير دقة بعض مهارات الريشة الطائرة.

1-4 فروض البحث

- 1- لتمرينات المقتربات الخطئية تأثيرا ايجابيا في تطوير دقة بعض مهارات الريشة الطائرة.
- 2- هناك أفضلية في التأثير ما بين المجموعتين في تطوير دقة بعض مهارات الريشة الطائرة ولصالح المجموعة التجريبية.

1-5 مجالات البحث

- 1-5-1 المجال البشري : لاعبي منتخب الجامعة في كلية التربية الرياضية - جامعة كربلاء، للموسم الرياضي 2013 - 2014.
- 2-5-1 المجال الزمني : للفترة من 1-12-2013م ولغاية 1-4-2014م.
- 3-5-1 المجال المكاني : قاعة نادي المحاويل الرياضي في محافظة بابل، و القاعة المغلقة بكلية التربية الرياضية - جامعة كربلاء.

2- الدراسات النظرية والسابقة

2-1 الدراسات النظرية

2-1-1 التعلّم الحركي

إن من بدهة الأمر أن تكون العلاقة واردة ما بين التعلّم بشكله العام والتعلم الحركي بخصوصيته المعينة في الأداء المهاري للألعاب الرياضية ، إذ إن التعلّم الحركي هو فرع مهم من التعلّم الذي يتعامل مع الجوانب الحركية والمهارية والبدنية ، وكما تعامل الباحثون والمهتمون في التربية وعلم النفس مع التعلّم بإطاره العام ، فقد أهتم المعنيون بالجوانب الحركية مع مفهوم التعلّم الحركي .

إن ما يميز التعلّم الحركي عن التعلّم هو إن الاستجابة في مجال التعلّم الحركي تكون على شكل سلوك حركي لمجاميع عضلية كبيرة للوصول إلى الهدف (1) .

إن التعلّم الحركي هو عملية تحصل في الجهاز العصبي المركزي ، ولا يمكن قياس التعلّم بصورة مباشرة وإنما بصورة غير مباشرة من هنا يأتي تعلّم المهارة الحركية ، ومن ضمن هذا السياق ، فالمتعلم يتم قياس مدى تعلمه عن طريق قياس نسبة النجاح للأداء المهاري ، ولما كان التعلّم يحصل في الجهاز العصبي المركزي ، لذلك فإن تعلّم المهارة الحركية يكون عن طريق خزن برنامج حركي يتم تشذيبه بواسطة التكرارات والتغذية الراجعة (2)

ومن خلال ما تقدم نجد أن التعلّم الحركي على ارتباط وثيق بالجهاز العصبي المركزي المحيطي ، والذي يكون المسؤول عن التحكم بالمجاميع العضلية ، وكيفية عمل الأعصاب المحيطية بفاعلية عالية لأجل تحريك أجزاء الجسم ، وهذا يعني حدوث عملية داخلية ، وإن نتائج هذه العملية هو التغيير الحاصل في السلوك الحركي . إن التغيير لا يمكن معرفته بصورة مباشرة ، وإنما بصورة غير مباشرة عن طريق السلوك الحركي ، وبما أن التعلّم الحركي عملية داخلية وغير ملموسة ، فإن الأداء الحركي هو نتيجة التغيير النهائية .

2-1-2 التعلّم عن طريق اللعب

من المفاهيم الحديثة التي تعتمد على الأداء الخططي في اللعب هو مفهوم تمرينات المقتربات الخططية وهي حالات في التعلّم الخططي تهدف إلى الجمع بين تعلم أداء اللعب الخططي وتطوير المهارات من خلال تطوير القدرة على استخدام المهارات الأساسية وممارستها في حالات مشابهة لحالات اللعب .

لقد تطرق العديد من الخبراء والعلماء إلى مفهوم سابق وواسع الانتشار ، تم استخدامه في العديد من الدراسات والبحوث وهو مفهوم التعلّم بأسلوب اللعب ، وهو تعلّم المهارات الحركية للعبة واستيعابها وإدراك كيفية استخدامها ووقت استخدامها خلال اللعب ، أي تعلّم وإتقان المهارات الأساسية من خلال اللعب المباشر .

ومن أجل تلافي نقاط الضعف التي يمكن ان تظهر في هذا الأسلوب (التعلّم بأسلوب اللعب) ظهرت مؤخراً أفكار جديدة ذات بدائل تعليمية يمكن ان توفر بيئة تعليمية تعطي ظروف مشابهة لظروف المنافسة بشكل أكثر دقة ، لأن أكثر المشاكل التي تواجه المتعلم والمدرّب هي كيفية استخدام المهارات الأساسية وتطبيقاتها خلال المنافسة .

لذلك لابد من توفير بيئة تعليمية لتعلّم المهارات الأساسية وبنفس الوقت تطبيقها في حالات لعب واقعية ، والابتعاد عن بعض الأساليب القديمة التي تعتمد على تعلّم المهارات وإتقانها ثم تعلم خطط اللعب بالتعاقب ، هذه الأساليب قد لا تنسجم مع الوقت المخصص للتعلّم المهاري والخططي ونقصد هنا وقت دروس لعبة الريشة الطائرة ، لأن هذا الأسلوب يلتزم بتعلّم المهارات الأساسية الواحدة بعد الأخرى ، مثلاً الإرسال ثم استقبال الريشة بالضربات الأمامية والخلفية ، الضرب الساحق ، الدفاع عن الملعب... الخ ، بعدها يتجه المدرّب او المدرس الى تعلّم الطلاب او اللاعبين كيفية استخدام تلك المهارات في إثناء اللعب من خلال تنفيذ هذه المهارات ضمن واجبات خططية ، ونحن هنا لا نستطيع ان نجزم بان هذا الأسلوب هو أسلوب غير ناجح ، ولكن نقول أسلوب تمرينات المقتربات الخططية ، يستطيع إن يستثمر الوقت المخصص للتعلّم بشكل صحيح

¹ - يعرب خيون: التعلّم الحركي بين المبدأ والتطبيق ، بغداد : مكتب الصخرة للطباعة ، 2002 ، ص80 .

² - Schmidt A. Richard: Motor Learning and Performance, Human Kinetics11, 2000, P. 84.

من خلال استخدام تمارين خطية مهارية معاً، مما يعطي للمتعلم الفرصة لبناء برنامج حركي متكامل للمهارات في إثراء اللعب واستيعاب كيفية استخدامها ضمن البرامج الخطية وضبط توقيتاتها وأوضاعها، وهذا سيساعد المتعلم على تعلم وضبط التوقيت الصحيح والسيطرة والتحكم بالأداء في إثراء اللعب الحقيقي وهذا لا يمكن الوصول إليه إلا من خلال الحالات التي مرت على المتعلم في إثراء أدائه التمارين الخطية. ويرى (Throp-1994) إن كل زيادة في تكتيكات اللعب من خلال استيعاب واستخدام تمارين المقتربات الخطية يعطي دفعة قوياً لحل مهمات ومشاكل اللعب بصورة سهلة ومهارة عالية، وعند تطبيق هذا الأسلوب سوف نستطيع ان نميز الفروق الفردية بين المتعلمين بالإضافة إلى إننا سنشاهد تطور أداء العديد منهم في إثراء اللعب بشكل أكثر كفاءة من حيث السرعة في اتخاذ القرار واختيار المهارة المناسبة وتحديد موقعه داخل الملعب.

2-1-3 مفهوم التعلم بأسلوب تمارين المقتربات الخطية:

إن هدف المدرس أو المدرب هو توصيل طلابه أو لاعبيه إلى تعليم وتطوير وإتقان المهارات الحركية واستخدامها أثناء اللعب كنتاج نهائي للتعليم أو التدريب، والتوصل إلى تحقيق الأداء الأفضل في اللعب. فقد ظهرت مفاهيم وأفكار جديدة خاضعة للتجربة على معظم الألعاب التي تعتمد الأداء الخطي في اللعب، وهذه الإبعاد الجديدة تصميم تمارين لمقتربات خطية مشابهة لحالة اللعب وبشكل واجبات أو مهمات خطية ينبغي منها تعلم المهارات الحركية من خلال اللعب، ويطلق على هذه الفكرة التوجه بالتعليم بأسلوب اللعب. وهو تعليم المهارات الحركية للعبة واستيعابها وإدراك أين تستخدم في اللعب ومجال ومكان ووقت استخدامها.⁽³⁾ وبهذا نجد أن المدرسين يقومون بتعليم المهارات ثم خطط اللعب بالتعاقب، فمثلاً مدرس الريشة الطائرة يمضي في تطبيق تمارين مهارية الواحدة بعد الأخرى كالضربة الأمامية ثم الخلفية ثم الإرسال... وهكذا. وبعد اكتساب المهارة بصورة صحيحة يتجهون في تعليمهم إلى كيفية استخدام تلك المهارات أثناء اللعب لغرض اكمال الصورة عند المتعلم بان اللعب يكون بهذا الشكل، ويحاولون تنفيذ هذه المهارات في مهمات أو واجبات خطية، وهذا التعليم يشكل فصلاً بين تعليم المهارات واللعب، وبهذا ربما تحدث فجوة في تنفيذها أثناء اللعب أو يتأخر المتعلم في كيفية استخدامها بواقع اللعب الحقيقي ومن هنا جاءت فكرة استثمار التعليم في استخدام تمارين خطية مهارية سوية وتوجيه المتعلم إلى توحيد أداء المهارة أثناء لعبها مباشرة واستيعاب كيفية استخدامها أثناء اللعب ومواقفه وتوقيتاته وأوضاعه. وبهذا نساعد المتعلم على التوقيت الصحيح في المكان والزمان المحددين وإمكانية السيطرة والتحكم بالكرة لأن المتعلم سبق وان قام بتنفيذ هذه الحالات أثناء التمارين الخطية، وان هذه الطريقة التعليمية سوف تعطي إثارة وشوق للمتعلم عن طريق تعلم اللعب مباشرة، وبنفس الوقت لها وظيفة دافعية⁽⁴⁾.

2-1-4 أهمية تمارين المقتربات الخطية

إن من الدراسات والبحوث الأولية التي اهتمت باستخدام أساليب تعليمية بهذا الشكل هي دراسة (Throp and Bunker 1986) التي استخدمت أسلوباً تعليمياً خطياً غرضها استيعاب كيفية اللعب، واستخدمت لتعليم بعض أنواع الرياضات في المدارس المتوسطة وهو أسلوب معاكس في مفهومه لأسلوب استخدام تعليم

³- Mosston and Ashworth, teaching physical Education, Macmillan publishing com. Newyork, 1994, p.41

1- Burrows, An Introduction to netball, bulletin of physical education, 1993, 19 (1), P.P.27-31.

الأداء الفني (التكنيك) للمهارات الحركية مباشرة من خلال المحاولات التكرارية فقط. وهذا الأسلوب يبدأ بمشاركة الطالب في الدخول لتعليم نشاطات الألعاب والبدائية من الشرح والعرض والتمرين وقد صممت سلسلة من التمرينات التطبيقية والتدرج بها من السهل إلى الصعب هدفها تطوير وتحسين اكتساب المهارة. في حين إن الأسلوب المقترح يساعد على اكتساب الأداء الفني للمهارات من خلال اللعب.

وان (Throp 1986) وآخرين يعتبرون من المهتمين الأوائل في البحوث المنشورة عن الاهتمام ببدائل إضافية للتعليم والتعلم وإعادة التفكير بتعليم المهارات الحركية للألعاب، وقد رفعوا شعار "إرشاد وتوجيه المتعلم إلى معرفة واستيعاب ماذا سوف يعمل قبل تعليمه كيف سوف يعمل" (What to do should proceed how to do) وربطوا هذا المفهوم باللعب المباشر أولاً هو الذي يعلم المبتدئ كيفية أداء المهارات وإتقانها لأن هذا الاستخدام سوف يؤدي بفائدة للمتعلم بأداء المهارات ومجالات واقعية مشابهة للعب والتعرف على متغيرات وأشكال وأنواع أداء المهارات وفي بيئة تعليمية متغيرة وهذا مما يزيد السيطرة والتحكم والقدرة والبراعة في الأداء والتوصل بالمتعلمين إلى حالة اللعب العشوائي المتغير والذي يشابه حالة اللعب⁽⁵⁾.

وهذا لا يعني إننا نقوم بتعليم المهارة قبل تعريفها للمبتدئ وإعطاء الإرشادات والتعليمات لرموز المهارة ودلائلها وعرضها له قبل الدخول مباشرة لممارستها في اللعب. وهذا ما يؤكد عليه الخبراء والمعنيون والباحثون في دراساتهم.

2-1-5 بعض المهارات الأساسية للعبة الريشة الطائرة :

إن من أهم واجبات المدرب في لعبة الريشة الطائرة هو تعليم المهارات الأساسية للعبة من خلال استيعاب وفهم وإدراك الأشكال للمهارات الأساسية للوصول بهم إلى أداء أفضل لأننا لا نستطيع الوصول إلى المستويات العليا إلا من خلال إتقان أداء المهارات الأساسية من أجل أداء التكنيك العالي بكل سهولة ودقة. وفيما يأتي بعض المهارات الأساسية للعبة الريشة الطائرة:-

2-1-5-1 الضربة الأمامية :

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 الأمامية⁽⁶⁾.

وذكر (1997 Edwards) أن من أهم أنواع الضربات الأمامية :

أ- ضربات فوق الرأس الأمامية⁽⁷⁾ :

وهي من الضربات الأساسية والمهمة في لعبة الريشة الطائرة والتي تؤدي بوجه المضرب الأمامي ومن فوق الرأس. وهي الضربات التي يعتمد عليها اللاعب لتحريك اللاعب من مركزه إلى أبعاد الملعب، وتؤدي هذه

2-Throp, and Bunker, Al mond for the teaching of games in secondary school, Bulletin of ph. Ed. 1986, p.p 5-8

1- أمين أنور الخولي، الريشة الطائرة، ط2، القاهرة، دار الفكر العربي، 2001، ص85.

2- John Edwards. Badminton(Technique Tactics Training) (Growood press.97 p.45.

الضربة من الجزء الخلفي للملعب، بحيث يقف اللاعب وقدمه اليسرى نحو الأمام وقدمه اليمنى نحو الخلف ويضرب الريشة بقوس عالٍ أو متوسط حتى تسقط الريشة قبل حدود الملعب الفردي بقليل أو قرب الشبكة.
د- الضربة المسقطة الأمامية⁽⁸⁾:

تؤدي الضربة المسقطة في الريشة الطائرة بشكل أساسي من فوق الرأس ومن منطقة الملعب الخلفية أو منطقة المنتصف إلى منطقة الملعب الأمامية للمنافس، أي إرسال الريشة من الأعلى إلى الأسفل في طريق سير نزولها إلى منطقة الملعب الأمامية وتكون قريبة من الشبكة لزيادة الصعوبة على اللاعب المنافس، والهدف هو إن يكون المنافس اقرب إلى منطقة الملعب الأمامية وهكذا يمكن للاعب المهاجم إن يتمكن من فتح فضاء أوسع داخل الملعب رغم انه موجود في منطقة الملعب الخلفية وفي هذه الحالة يتمكن اللاعب من إجبار المنافس على رفع الريشة إلى الأعلى وبالنتيجة الحصول على إمكانية للهجوم أو إحراجه في صعوبة رد الريشة.

وهناك نوعان من الضربة المسقطة الأمامية هما:

1. الضربة المسقطة الأمامية البطيء:

إن طريقة أداء الضربة المسقطة الأمامية مشابهة لطريقة أداء ضربة الإبعاد الأمامية ولكن الاختلاف في مكان سقوط الريشة وفي المسار الحركي للريشة، إن مكان سقوط الريشة في الضربة المسقطة الأمامية البطيئة يكون في المنطقة القريبة من الشبكة، ولحظة ضرب الريشة يكون من أعلى نقطة مما يجبر المنافس على التحرك للأمام وبالتالي رفع الريشة إلى الأعلى مما يسهل كسب النقطة.

2. الضربة المسقطة الأمامية السريعة:

إن طريقة أداء الضربة المسقطة الأمامية مشابهة لطريقة أداء ضربة الإبعاد الأمامية ولكن الاختلاف في مكان سقوط الريشة وفي المسار الحركي للريشة، وإن مكان سقوط الريشة يكون قرب خط الإرسال الأمامي لملعب المنافس ويفضل أن تكون إلى جوانب الملعب، ويجب أداؤها بسرعة لتجبر المنافس على فقدان الاتزان.

2-1-5-2 الضربة الخلفية:

وهي من المهارات الأساسية لأية لعبة من ألعاب المضرب، كما في الضربة الأمامية فإنها تؤدي بطرائق وأشكال عديدة حسب مواقف اللعبة⁽⁹⁾.

ويعرفها (أمين الخولي 2001) بأنها مجموعة الضربات التي تؤدي بالمضرب من الجهة المعاكسة للذراع الضاربة، فإن كان اللاعب أيمن فإن الريش الآتية على يساره يجب أن تلعب بظهر المضرب (السطح الخارجي) ومن جهة اليسار وتعتبر من الضربات المهمة والصعبة فهي تتطلب بعض الوقت لإجادتها⁽¹⁰⁾.

أن المتطلبات الرئيسية التي يحتاجها اللاعب لأداء الضربة الخلفية هي⁽¹¹⁾:

-مسك المضرب بطريقة القبضة الخلفية.

-متابعة مسار الريشة القادمة بالنظر.

-وضع الجسم في ضوء ذلك للتمهيد لأدائها.

3- وسام صلاح عبد الحسين: الريشة الطائرة بين الممارسة والمنافسة، ط1، عمان، دار الرضوان للنشر والتوزيع، 2012، ص43.

4- أن بتمان: التنس، ترجمة قاسم لزام. بغداد: ج دار الحكمة، 1991، ص49.

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

2- أمين الخولي. الريشة الطائرة. ط2 . القاهرة: دار الفكر العربي، 1994، ص97.

-عدم التوتر في أثناء أداء الضربة.

وتقسم الضربة الخلفية على عدة أنواع منها⁽¹²⁾:

أ- ضربة التخليص الخلفية :

وهي ضربة خلفية سهلة تعتمد أساسا على التوقيت الملائم، وفكرة الأداء الحركي فيها تعتمد على ثني ومد الذراع الضاربة لمقابلة الريشة.

ب- الضربة المدفوعة الخلفية:

وهي ضربة تشبه ضربة التخليص الخلفية من حيث فكرة الحركة وإن اختلفت لأن الذراع لا تمتد من فوق الرأس كما في التخليص وإنما في مستوى الكتف تقريبا، وهي ضربة تستخدم كثيرا في الزوجي والزوجي المختلط.

ج- الضربة المقوسة الخلفية :

وهي ضربة ذات مسار من أسفل إلى أعلى وذات قوس عال وتلعب في الغالب بالقرب من الشبكة.

د- ضربات الصد والدفع الخلفية :

تؤدي هذه الضربات في وضع القبضة الخلفية للمضرب وهي تشبه من حيث الوظائف والأداء مثيلاتها في الضربات الأمامية مع ملاحظة أنها تؤدي من الجهة عكس الذراع الضاربة أي بالسطح الخارجي للمضرب.

هـ - الضربة المسقطة الخلفية:

تؤدي الضربة المسقطة الخلفية في الريشة بشكل أساسي من فوق الرأس ومن منطقة الملعب الخلفية أو منطقة المنتصف إلى منطقة الملعب الأمامية للمنافس، أي إرسال الريشة من الأعلى إلى الأسفل في طريق نزولها إلى منطقة الملعب الأمامية وتكون قريبة من الشبكة لزيادة الصعوبة على اللاعب المنافس، إن الهدف هو إن يكون المنافس أقرب إلى منطقة الملعب الأمامية وهكذا يمكن للاعب المهاجم إن يتمكن من فتح فضاء أوسع داخل الملعب رغم انه موجود في منطقة الملعب الخلفية وفي هذه الحالة يتمكن اللاعب من إن يجبر المنافس على رفع الريشة إلى الأعلى وبالنتيجة الحصول على إمكانية للهجوم أو إرجاعه في صعوبة رد الريشة.

وهناك نوعان من الضربة المسقطة الخلفية هما:

1- الضربة المسقطة الخلفية البطيئة:

إن طريقة أداء الضربة المسقطة الخلفية البطيئة مشابهة لطريقة أداء الضربة المسقطة الأمامية البطيئة ولكن الاختلاف في طريقة التنفيذ ومسكة المضرب، وإن مكان سقوط الريشة في الضربة المسقطة الخلفية يكون قرب الشبكة.

2- الضربة المسقطة الخلفية السريعة:

إن طريقة أداء الضربة المسقطة الخلفية السريعة مشابهة لطريقة أداء الضربة المسقطة الأمامية السريعة ولكن الاختلاف في طريقة التنفيذ ومسكة المضرب، وإن مكان سقوط الريشة يكون في الثلث الأمامية لملعب المنافس ويفضل إن تكون إلى جوانب الملعب.

3- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية :

3-1 منهج البحث :

نظرا لما تتطلبه طبيعة البحث وأهدافه الموضوعية فضلا عن المشكلة المطروحة استخدمت الباحثة المنهج التجريبي بأسلوب المجموعات المتكافئة ذات الإخبار (القبلي والبعدي) وهذا ما تراه مناسباً ومنسجماً مع مواصفات البحث وحل المشكلة وتحقيق أهدافها.

3-2 مجتمع البحث وعينته :

تم تحديد مجتمع البحث للاعبين الناشئين تحت أعمار 12 سنة في المركز التدريبي في محافظة بابل للموسم 2013 - 2014 والبالغ عددهم (20) لاعب، وتم تقسيمهم إلى مجموعتين تجريبية وضابطة بالطريقة العشوائية اذ بلغ عدد كل مجموعة (10) لاعبين والذين يمثلون عينة البحث.

3-3 وسائل جمع المعلومات والأدوات المستخدمة :

3-3-1 أدوات البحث :

- الاختبارات والقياس
- الملاحظة
- الاستبيان

3-3-2 الأجهزة والوسائل المستخدمة بالبحث :

- ملاعب ريشة طائرة عدد (2)
- مضارب ريشة طائرة عدد (20) مضرب نوع yonex
- شبكات ريشة نوع yonex عدد(2)
- أعمدة ريشة عدد (4)
- ريش بلاستيك بعدد (20) علبة سعة الواحدة (6) ريشة نوع yonex
- أعمدة بارتفاعات مختلفة (1-3م) عدد (4)
- شريط قياس
- أصباغ وطباشير
- شريط لاصق ملون
- حبال مطاطية
- حائط مستو
- مصاطب خشبية على ارتفاع(1م) عدد(3)
- ساعة توقيت عدد (3)

3-4 تحديد المهارات واختباراتها

من خلال اطلاع الباحثة على المصادر والمراجع والعديد من الدراسات والبحوث العلمية والاستقامة بأراء الخبراء والمختصين تم تحديد ودراسة المهارات التالية لتكون موضوع الدراسة :-

1- مهارة ضربة الإبعاد الأمامية.

2- مهارة الضربة المسقطة الأمامية.

3- مهارة ضربة الإبعاد الخلفية.

4- مهارة الضربة المسقطة الأمامية.

وبعد إن قامت الباحثة باعتماد بعض المهارات الأساسية بالريشة الطائرة سعت إلى مسح المصادر والمراجع

ومن ثم تحديد مجموعة من الاختبارات المعينة بتلك المهارات وعرضها على الخبراء والمختصين *

أ- اختبار ضربة الإبعاد الأمامية⁽¹⁾ :-

اسم الاختبار: ضربة التخليص (الإبعاد) الأمامية.

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

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

وصف الأداء :-

- بعد أن يتم شرح الاختبار للمختبرين يعطى المختبرون وقتاً مناسباً للإحماء ثم يعطى كل مختبر (5) محاولات تجريبية.
- يقف المختبر في المنطقة المحددة ب (X).
- 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.
- يعطى المختبر (12) محاولة تحسب له أفضل (10) محاولات فقط.

تقويم الأداء:

- يعطى المختبر (3) نقاط في حالة سقوط الريشة في المنطقة المحددة بمسافة (50 سم) بعد الخط الخلفي للساحة.
- يعطى المختبر (5) نقاط في حالة سقوط الريشة في المنطقة المحددة بمسافة (76 سم) بين الخط الخلفي للساحة وبداية خط الإرسال الزوجي البعيد.
- يعطى المختبر (4) نقاط في حالة سقوط الريشة في المنطقة المحددة بمسافة (70 سم) بعد خط الإرسال الزوجي البعيد.
- 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.
- تعطى الدرجة الأعلى في حالة سقوط الريشة على خط بين نقطتين ولا تعطى أية نقطة للريشة التي تسقط خارج حدود الملعب أو تعلق بالشبكة.
- يكون الحد الأعلى للنقاط التي يستطيع المختبر تسجيلها في أفضل (10) محاولات هو (50) نقطة.

* ينظر ملحق (3)

¹ - (Don.R.&Joseph.G.&R.J.1987) اقتبسه (معين محمد طه)، تأثير برنامج تدريبي بريش مختلفة السرعات في تطوير مهارات لعبة الريشة الطائرة. أطروحة دكتوراه، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، 2001، ص64.

	220 سم	2	4	5	3	
	ارتفاع الحبل					
33 سم		المدرّب				
x						

شكل (1) يوضح تخطيط ملعب الريشة الطائرة لاختبار ضربة التخليص الأمامية

ج- اختبار الضربة المسقطة الأمامية :

غرض الاختبار: قياس مهارة الضربة المسقطة الأمامية.

الأدوات المطلوبة: مضارب ريشة، ريش، ملعب مخطط بتصميم الاختبار.

وصف الأداء: بعد إن يتم شرح الاختبار للمختبرين يعطى كل مختبر (5) محاولات تجريبية للإجماع وبعدها يقف اللاعب في المكان المحدد له (x) وعلى بعد (5م) من الشبكة ويكون ماسكا مضربه بمسكه أمامية لاستقبال الريشة المرسلّة إليه من الملعب المقابل وعلى جهة يمين اللاعب (اللاعب الأيمن) وبالعكس لتعبير الشبكة محاولا إسقاطها في المنطقة ذات الدرجة الأعلى والمدرجة (1,2,3) والبالغ مساحة كل منطقة (1م).

تقويم الأداء:

- يقوم اللاعب بأداء (12) محاولة وتحسب له أفضل (10) محاولات.
- تعطى الدرجة حسب مكان سقوط الريشة.
- الريشة التي تقع على خط بين منطقتين تعطى الدرجة الأعلى.
- أعلى نقاط يمكن إن يحصل عليها اللاعب هي (30) نقطة.
- يمكن تنفيذ هذا الاختبار (ضرب الريشة) بصورة أمامية أو قطرية.

1م 1م 1م

		مدرّب		
		3	2	1
	5م لاعب			

شكل(2) يوضح تخطيط الملعب باختبار الضربة المسقطة الأمامية

د- اختبار الضربة المسقطة الخلفية:

غرض الاختبار: قياس مهارة الضربة المسقطة الخلفية.

الأدوات المطلوبة: مضارب ريشة، ريش، ملعب مخطط بتصميم الاختبار.

وصف الأداء:

بعد إن 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 خلفية لاستقبال الريشة المرسله إليه من الملعب المقابل وعلى جهة يسار اللاعب (اللاعب الأيمن) وبالعكس لتعبر الشبكة محاولا إسقاطها في المنطقة ذات الدرجة الأعلى والمدرجة (1,2,3) وبالبالغ مساحة كل منطقة (1م).

تقويم الأداء:

- يقوم اللاعب بأداء (12) محاولة وتحسب له أفضل (10) محاولات.
- تعطى الدرجة حسب مكان سقوط الريشة.
- الريشة التي تقع على خط بين منطقتين تعطى الدرجة الأعلى.
- أعلى نقاط يمكن إن يحصل عليها اللاعب هي (30) نقطة.
- يمكن تنفيذ هذا الاختبار (ضرب الريشة) بصورة أمامية أو قطرية.

3-5 التجربة الاستطلاعية

تعد التجربة الاستطلاعية " تدريب عملي للباحث للوقوف على السلبيات والايجابيات التي تقابله أثناء إجراء الاختبارات لتفاديها مستقبلاً⁽¹⁵⁾. بتاريخ 20/12/2013، أجرى الباحثان تجربة استطلاعية على (4) لاعبين من نفس عينة البحث على قاعة نادي المحاويل الرياضي بهدف الوقوف على الصعوبات والعقبات التي قد تواجه الباحثان ومن خلالها تم التحقق من عدة أغراض منها

- 1- التأكد من كفاية فريق العمل المساعد.
- 2- جاهزية الأدوات والأجهزة المستخدمة.
- 3- التعرف على الوقت الذي يستغرقه كل اختبار.
- 4- تحديد مكان آله التصوير وصلاحيته.
- 5- التعرف على مدى تفهم واستيعاب المتعلمين لمفردات الاختبارات والتمرينات.

3-6 الاختبار القبلي :

لقد قام الباحثان بأجراء وحدة تعريفية لجميع أفراد عينة البحث، تضمنت شرحاً وعرضاً وافياً للمهارات المدروسة وأداء بعض التكرارات للوصول إلى فهم واستيعاب جميع أشكال المهارات وحسب المجموعات. وبعد ذلك قام الباحثان بأجراء الاختبارات القبليّة بتاريخ (2013/12/15) وعلى أفراد عينة البحث في قاعة نادي المحاويل الرياضي.

3-7 المنهج التعليمي :

قام الباحثان بالإشراف على تنفيذ المنهج التعليمي والذي يتضمن تمرينات المقتربات الخطئية المقترية والمعدة من قبل الباحثان على أسس علمية بالاستعانة بالمصادر والمراجع والخبراء والمختصين (في القسم الرئيسي من المنهج) على عينة البحث.

استخدمت المجموعة التجريبية المنهج المعد من قبل الباحثان (تمرينات المقتربات الخطئية) في حين استخدمت المجموعة الضابطة المنهج المعد من قبل المدرب.

وهنا تكمن جودة تمرينات المقتربات الخطئية حيث تم تصميمها بصورة مشابهة لحالة اللعب وبشكل واجبات أو مهمات خطئية ينبغي منها تعلم المهارات الحركية من خلال اللعب ويطلق على هذه الفكرة التوجه بالتعليم بتمرينات اللعب وهو تعليم المهارات الحركية للعبه واستيعابها وإدراك أين تستخدم في اللعب ومجال ومكان ووقت استخدامها⁽¹⁾.

3-8 الاختبار البعدي :

تم إجراء الاختبارات البعدية يوم (2014/2/1) في قاعة نادي المحاويل الرياضي على المجموعتين وكلاً حسب منهجه التجريبي مع مراعاة التنظيم نفسه وشروط تنفيذ الاختبارات وتحت نفس الإمكانيات المستخدمة في الاختبارات القبليّة لغرض الحصول على نتائج دقيقة.

3-9 الوسائل الإحصائية :

استخدم الباحثان النظام الإحصائي Spss ويأحدث نسخة:

معامل الالتواء، الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، المنوال، اختبار (t) للمجاميع المترابطة، معامل الارتباط بيرسون .

4- النتائج عرضها وتحليلها ومناقشتها

4-1 عرض فرق القياسات القبليّة والبعديّة لإفراد عينة البحث

لغرض تحقيق هدف الدراسة الثاني (التعرف على تأثير تمرينات المقتربات الخطئية في تطوير دقة بعض مهارات الريشة الطائرة) ، وبعد الانتهاء من تنفيذ إجراءات البحث الميدانية والتي اشتملت الاختبارات القبليّة وكذلك تطبيق البرنامج التعليمي، وتنفيذ الاختبارات البعدية للمتغيرات المبحوثة على لاعبي العينة، وبعد الحصول على البيانات وتفرغها ومعالجتها إحصائياً للتأكد من تحديد أهداف البحث واختبار فروضه، تم إجراء، وتحليل النتائج ومناقشتها لكافة الزوايا التي تناولا البحث، حيث سعى الباحثان إلى اعتماد السياقات الآتية:

4-1-1 عرض وتحليل مستوى الأداء المهاري للاختبارات القبليّة والبعديّة للمجموعة الضابطة :

الجدول (1) قيم الوسط الحسابي والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة لاختبارات البحث بين القياسين

القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة

الدلالة	قيمة T الجدولية	قيمة T المحسوبة	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		المعالم الإحصائية الاختبارات
			ع	س-	ع	س-	
معنوي		0,577	0,823	2,3	0,919	2,2	ضربة الإبعاد الأمامية

غير معنوي	2,262	6,862	0,823	3,3	0,738	2,1	الضربة المسقطة الأمامية
معنوي		0,361	0,850	2,5	0,966	2,4	ضربة الإبعاد الخلفية
معنوي		1,627	0,843	2,4	0,738	1,9	الضربة المسقطة الخلفية

* تحت درجة حرية (9) ومستوى دلالة 0,05

يبين الجدول (1) قيم متوسط الفروق وانحرافها للاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في المهارات الأساسية بالريشة الطائرة، إذ بلغ متوسط الفروق لمهارة ضربة الإبعاد الأمامية (2,2) وبانحراف معياري (0,919) وبلغت قيمة (ت) المحسوبة (0,577)، وبلغ متوسط الفروق لمهارة الضربة المسقطة الأمامية (2,1) وبانحراف معياري (0,738) وبلغت قيمة (ت) المحسوبة (6,862)، بينما بلغ متوسط الفروق لمهارة ضربة الإبعاد الخلفية (2,4) وبانحراف معياري (0,966) وبلغت قيمة (ت) المحسوبة (0,361)، وقد بلغ متوسط الفروق لمهارة الضربة المسقطة الخلفية (1,9) وبانحراف معياري (0,738) وبلغت قيمة (ت) المحسوبة (1,627)، وعند مقارنة قيم (ت) المحسوبة مع قيمة (ت) الجدولية عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (9) والبالغة (2,262) كانت القيم المحسوبة لاختبار (ت) أكبر من القيم الجدولية وهذا يعني وجود فروق غير معنوية بين القياسين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي في الاختبارات (الإبعاد الأمامية، المسقطة الأمامية، الإبعاد الخلفية، المسقطة الخلفية) وهو ما يحقق فرضية البحث إذ يعود ذلك إلى فاعلية المنهج التعليمي الذي اتبعه المدرب والذي حقق هدفه في التأثير المعنوي، ويعزو الباحثان هذا التطور إلى ما تضمنه المنهج من تمارين متنوعة وبطريقة مثلى ساعدت أفراد المجموعة الضابطة على تطوير المهارات الأساسية قيد البحث.

4-2 عرض وتحليل مستوى الأداء المهاري للاختبارات القبالية والبعدي للمجموعة التجريبية :

الجدول (2) قيم الوسط الحسابي والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة لاختبارات البحث بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية

الدلالة	قيمة T الجدولية	قيمة T المحسوبة	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		المعالم الإحصائية الاختبارات
			ع	س-	ع	س-	
معنوي	2,262	0,375	0,789	4,2	0,966	2,4	ضربة الإبعاد الأمامية
معنوي		1,444	0,966	3,6	0,949	2,3	الضربة المسقطة الأمامية
معنوي		2,000	0,816	4	0,850	2,5	ضربة الإبعاد الخلفية
معنوي		1,342	1,033	3,8	0,738	2,1	الضربة المسقطة الخلفية

* تحت درجة حرية (9) ومستوى دلالة 0,05

يبين الجدول (2) قيم متوسط الفروق وانحرافها للاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في المهارات الأساسية بالريشة الطائرة، إذ بلغ متوسط الفروق لمهارة ضربة الإبعاد الأمامية (2,4) وبانحراف معياري (0,966) وبلغت قيمة (ت) المحسوبة (0,375)، وبلغ متوسط الفروق لمهارة الضربة المسقطة الأمامية (2,3) وبانحراف معياري (0,949) وبلغت قيمة (ت) المحسوبة (1,444)، بينما بلغ متوسط الفروق لمهارة ضربة الإبعاد الخلفية (2,5) وبانحراف معياري (0,850) وبلغت قيمة (ت) المحسوبة (2,000)، وقد بلغ متوسط الفروق لمهارة الضربة المسقطة الخلفية (2,1) وبانحراف معياري (0,738) وبلغت قيمة (ت)

المحسوبة (1,342)، وعند مقارنة قيم (ت) المحسوبة مع قيمة (ت) الجدولية عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (9) والبالغة (2,262) كانت القيم المحسوبة لاختبار (ت) اكبر من القيم الجدولية وهذا يعني وجود فروق معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي وهو ما يحقق فرضية البحث ، ويعزو الباحثان هذه الفروق المعنوية إلى فاعلية تأثير المقتربات الخطئية التي أسهمت في تطوير المهارات الأساسية بالريشة الطائرة لدى أفراد المجموعة التجريبية، إذ كانت تتسم بالتنوع والتشويق ومقاربة أدائها إلى طبيعة اللعب.

4-3 عرض وتحليل مستوى الأداء المهاري للاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة:

الجدول (3) قيم الوسط الحسابي والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة لاختبارات البحث البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة

الدالة	قيمة T الجدولية	قيمة T المحسوبة	الاختبارات التجريبية		المجموعة الضابطة		المعالم الإحصائية الاختبارات
			ع	س-	ع	س-	
معنوي	2,101	1,456	0,789	4,2	0,823	2,3	ضربة الإبعاد الأمامية
معنوي		0,234	0,966	3,6	0,823	3,3	الضربة المسقطة الأمامية
معنوي		1,342	0,816	4	0,850	2,5	ضربة الإبعاد الخلفية
معنوي		2,123	1,033	3,8	0,843	2,4	الضربة المسقطة الخلفية

* تحت درجة حرية (9) ومستوى دلالة 0,05

يبين الجدول (3) قيم متوسط الفروق وانحرافها للاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في المهارات الأساسية بالريشة الطائرة، إذ بلغ متوسط الفروق لمهارة ضربة الإبعاد الأمامية (2,3) وانحراف معياري (0,823) وبلغت قيمة (ت) المحسوبة (1,456)، بينما بلغ متوسط الفروق لمهارة الضربة المسقطة الأمامية (3,3) وانحراف معياري (0,823) وبلغت قيمة (ت) المحسوبة (0,234)، وقد بلغ متوسط الفروق لمهارة ضربة الإبعاد الخلفية (2,5) وانحراف معياري (0,850) وبلغت قيمة (ت) المحسوبة (1,342)، وبلغ متوسط الفروق لمهارة الضربة المسقطة الخلفية (2,4) وانحراف معياري (0,843) وبلغت قيمة (ت) المحسوبة (2,123)، وعند مقارنة قيم (ت) المحسوبة مع قيمة (ت) الجدولية عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (9) والبالغة (2,101) كانت القيم المحسوبة لاختبار (ت) اكبر من القيم الجدولية وهذا يعني وجود فروق معنوية بين الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة الضابطة، ويعزو الباحثان الفروق المعنوية في المهارات قيد البحث ولصالح المجموعة التجريبية إلى فاعلية المقتربات الخطئية التي حملت في طياتها الكثير من المواقف المشابهة لحالات اللعب والتي بدورها تزيد من تمكن أفراد العينة من تطوير المهارات الأساسية بشكل أكثر سهولة لما تحمله من إثارة ورفع روح التنافس وزيادة الدافعية بين المتعلمين.

5- الاستنتاجات والتوصيات

5-1 الاستنتاجات

- 1- أسلوب تمرينات المقتربات الخططية كان أكثر تأثيراً في تطوير دقة بعض مهارات الريشة الطائرة من الأسلوب الاعتيادي (أسلوب المدرب) مما يدل على فاعليته وتأثيره .
- 2- تمرينات المقتربات الخططية ساعدت أفراد المجموعة التجريبية في السيطرة والاستعداد للمنافسة واختيار موقع اللعب الصحيح .

5-2 التوصيات

- 1- ضرورة استخدام تمرينات المقتربات الخططية في تطوير دقة بعض مهارات الريشة الطائرة خاصة ومهارات باقي الألعاب عامة.
- 2- ضرورة تطبيق استخدام أسلوب تمرينات المقتربات الخططية بدروس التربية الرياضية بجميع مراحل التعليم الجامعي ولجميع المهارات.

المصادر العربية والأجنبية

- آن بتمان: التنس، ترجمة قاسم لزام. بغداد : ج دار الحكمة، 1991.
- أمين الخولي: الريشة الطائرة، ط2، القاهرة، دار الفكر العربي، 1994.
- أمين أنور الخولي، الريشة الطائرة، ط2، القاهرة، دار الفكر العربي، 2001.
- (Don.R.&Joseph.G.&R.J.1987) اقتيسه (معين محمد طه)، تأثير برنامج تدريبي بريش مختلفة السرعات في تطوير مهارات لعبة الريشة الطائرة. أطروحة دكتوراه، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، 2001.
- نجاح مهدي شلش، أكرم محمد صبحي، التعلم الحركي، ط2، دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل، 2000.
- وسام صلاح عبد الحسين: الريشة الطائرة بين الممارسة والمنافسة، ط1، عمان، دار الرضوان للنشر والتوزيع، 2012.
- يعرب خيون: التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق ، بغداد : مكتب الصخرة للطباعة ، 2002.
- Burrows, An Introduction to netball, bulletin of physical education, 1993.
- John Edwards. Badminton(Technique Tactics Training (Growood press.1997.
- Linda .L.griffinandother. Teaching sport concePts and skill ,A tactical games Approach.il Human KENTICS, U.S.A,1997.
- Mosston and Ashworth, teaching physical Education, Macmillan publishing com. Newyork, 1994.
- Schmidt A. Richard: Motor Learning and Performance, Human Kinetics11, 2000.
- Throp, and Bunker, Al mond for the teaching of games in secondary school, Bulletin of ph. Ed. 1986.