



معلومات البحث  
الاستلام: 2019/8/10  
القبول: 2019/9/4  
تاريخ النشر: 2019/7/30

تأثير أداة مصممة وفق تمارينات نوعية في تطوير سرعة الاداء لحركة القدمين  
بالريشة الطائرة  
أ.م.د. ماهر عبد الحمزة حردان  
العراق. جامعة بابل. كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة  
habobealiraqi@yahoo.com

### المخلص

هدف البحث على التعرف على تأثير التمارينات النوعية باستخدام الاداة المصممة في تطوير سرعة الأداء لحركة القدمين (Footwork) بالريشة الطائرة ، وافترض الباحث بان هناك تأثير معنوي للتمارين النوعية المستخدمة بالاداة المصممة في تطوير سرعة الاداء لحركات القدمين (Footwork) بالريشة الطائرة ، واستعمل الباحث المنهج التجريبي بأسلوب المجموعة الواحدة وتحدد مجتمع البحث بلاعبين المركز التخصصي للريشة الطائرة للاتحاد العراقي المركزي للريشة الطائرة لفئة (تحت 15) سنة للموسم (2018) والبالغ عددهم (10) لاعبين وتم اختيار العينة بالطريقة العمدية كونهم يمثلون مجتمع البحث الأصلي ، وتم اعتماد العينة للبحث مجموعة تضم (8) لاعبين تعمل على تطبيق التمارينات النوعية المعدة باستخدام الاداة المصممة ، وقد استغرقت مدة الوحدات التدريبية ل(5) أسابيع بواقع (4) وحدات تدريبية أسبوعيا ، وبعد الانتهاء من تنفيذ الوحدات التدريبية البالغة (20) وحدة تم إجراء الاختبارات البعدية واستخراج البيانات وتم استعمال الوسائل الإحصائية المناسبة لمعالجة النتائج التي تم عرضها وتحليلها ومناقشتها وفي هذه النتائج توصل الباحث إلى الاستنتاجات أهمها إن استعمال الاداة المصممة بتمارين نوعية معده ساهمت بشكل كبير في تطوير سرعة الاداء لحركات القدمين (Footwork) بالريشة الطائرة والتقليل من الجهد المبذول في عملية تصحيح الأخطاء وتقديم النصائح من قبل المدرب لنوع الخطأ من قبل اللاعبين ، أما أهم التوصيات فكانت ضرورة الاستفادة من التمارينات النوعية المعدة بالاداة المصممة في استثمار الوقت والجهد في العملية التدريبية لتطوير سرعة الاداء لحركات القدمين (Footwork) بالريشة الطائرة.

الكلمات المفتاحية: التمارينات النوعية ، اداة مصممة ، سرعة تحرك القدمين (Foot Work) بالريشة الطائرة

The Effect of a Designed Tool According to the Qualitative Exercises in  
the Development of the Speed of Performance of Foot work

Assistant Prof. MAHER ABDOUL HAMZA HARDAN AL-ALWANI

habobealiraqi@yahoo.com

---

-----

Abstract

The research aimed to identify the effect of specific exercises using the tool designed to develop the speed of the performance of the footwork in badminton . The researcher hypothesized that there is a significant effect of the specific exercises used in the tool designed to develop the velocity of footwork in badminton . The researcher used the experimental approach in a one-group method . The research community is determined by the players of the badminton specialized center , aged under 15 years for the academic season (2018) . The number of (10) players were chosen in a deliberate manner as representing the original research community. The research sample consisted of a group of (8) players working on the implementation of the specific exercises prepared by using the tool designed, and the duration of the training modules for (5) weeks, (4) training units per week. After the completion of the implementation of the (20) training units . The appropriate statistical means have been used to address the results, which have been presented, analyzed and discussed. Throughout these results, the researcher concluded that the use of the tool designed with exercises of a specific quality contributed significantly to the development of speed of footwork in badminton ,and reducing the efforts exerted for correcting errors process as well as advice given by coaches for the type of errors committed by players . Finally, the researcher recommended that it is necessary to take advantage of the quality exercises prepared by the designed tool to invest time and effort in training process for developing the speed performance of footwork in badminton .

Keywords: Specific exercises - designed tool - Foot Work in badminton

1- المقدمة

تعد التمرينات النوعية من أساليب التدريب الرياضي الحديثة ، إذ تعد من التمرينات التي تتفاعل تفاعلا وظيفيا لتحقيق الأهداف المطلوبة والوصول باللاعبين إلى أفضل مستوى في الاداء الفني للمهارات الرياضية المختلفة ، كذلك تعد هذه التمرينات هي إحدى التمرينات التي تهدف لتعامل بشكل خاص مع متطلبات الاداء الفني وتنظيم الوحدات التدريبية ، لأنها تركز على اختزال الوقت للاعبين في مجموعات صغيرة مختلفة في القدرات للأداء باستخدام الاداة المساعدة المعدة للعمل فيما بينهم بهدف رفع المستوى الفني من خلالها.

وتعد لعبة الريشة الطائرة واحدة من الألعاب الرياضية التي شهدت تطورا ملحوظاً من خلال التطبيق العلمي الصحيح لاسيما في العملية التدريبية لمهاراتها الحركية الأساسية ومنها سرعة الاداء لحركة القدمين (Footwork) بالريشة الطائرة والتي تشكل الركيزة الاساسية في هذه اللعبة والأكثر استعمالا في اداء المهارات الاساسية للعبة ، كذلك تعد سرعة الاداء لحركة القدمين (Footwork) بالريشة الطائرة ، ويعتمد مستوى التطور في أدائها إلى حد كبير على مقدار كفاية اللاعب ودرجة إتقانهم لها لأنها الركيزة الأساسية في اللعب.

ومن خلال ما تقدم تكمن أهمية البحث في استعمال التمرينات النوعية المعدة بالأداة المصممة في تطوير سرعة الاداء الفني لحركة القدمين (Footwork) بالريشة الطائرة ومعرفة تأثير هذه التمرينات المعدة بالأداة المصممة في تطوير سرعة الأداء لحركة القدمين لهذه الفئة من اللاعبين والذين هم بفئة تحت (15) سنة ومشكلة البحث من خلال متابعة الباحث لواقع لعبة الريشة الطائرة ولاسيما الفئات العمرية، وجد ضعفا وصعوبة واضحة في كيفية أداء مهارة سرعة التحرك للقدمين (Footwork) بالريشة الطائرة لدى لاعبي فئة تحت (15) سنة ، فضلا عن وجود تشتيت للريش عند أداء بعض الضربات خلال اللعب وقلة وجود انسيابية وترابط في دقة الأداء الحركي لسرعة الاداء في حركة القدمين ، إذ أن اللاعب قد لا يدرك الارتفاع المناسب لمرور الريشة فوق الشبكة ، وكذلك تحديد المكان المناسب لحركة القدمين وسرعة الاستجابة ، ولذا ارتأى الباحث إدخال التمرينات النوعية المعدة بأداة مصممة تعمل على تطوير الأداء الفني لسرعة الاداء لحركة القدمين (Footwork) بالريشة الطائرة ، وهذا ما قد يتلاءم مع التطور في العملية التدريبية . ويهدف البحث:

- التعرف على تأثير التمرينات النوعية المعدة باستعمال اداة مصممة في تطوير سرعة الاداء لحركة القدمين (Footwork) بالريشة الطائرة للاعبين فئة تحت (15) سنة .

فرض البحث:

هناك تأثير للتمرينات النوعية المعدة باستعمال اداة مصممة في تطوير سرعة الاداء لحركة القدمين (Footwork) بالريشة الطائرة للاعبين فئة تحت (15) سنة ومجالات البحث البشري تمثل بلاعبي المنتخب الوطني بالريشة الطائرة لفئة تحت(15) سنة للمدة من 2018/6/5 ولغاية 2018/7/20 وعلى ملاعب المركز التدريبي في بابل .

2- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

1-2 منهج البحث: استعمل الباحث المنهج التجريبي بتصميم المجموعة الواحدة .

2-2 مجتمع البحث وعينته:

تحدد مجتمع البحث بلاعبي المنتخب الوطني للريشة الطائرة لفئة تحت(15) سنة للموسم الرياضي (2018) والبالغ عددهم(10) لاعبين وتم اختبار العينة بالطريقة العمدية وهم يمثلون مجتمع البحث الأصلي حيث تم تحديد العينة التي ضمت(8) لاعبين ، وبهذا تكون النسبة المئوية لعينة البحث هي(80%) حيث تم استبعاد اللاعبين المصابين وهم اثنان .

2-3 الوسائل والأدوات والأجهزة المستعملة:

2-3-1 الوسائل البحثية: استعان الباحث بالوسائل البحثية الآتية:

- المصادر العربية والأجنبية -الملاحظة - المقابلات الشخصية- الاستبانة - الاختبارات والقياس.

2-3-2 الأدوات والأجهزة المستعملة: استعمل الباحث الأدوات والأجهزة الآتية:

- استمارة تسجيل الأداء الفني للتحرك للقدمين .

- ملعب للريشة الطائرة نوع يونكس بساط عدد 3.

- الجهاز المصمم لتطوير سرعة الاستجابة ورد الفعل لحركة القدمين Footwork .

- مضارب ريشة .

- حبال للقفز .

- أقماع وشواخص .

- ساعة توقيت يدوية عدد(2) .

- جهاز لاب توب نوع(ASUS).

- كاميرا تصوير + فيديو نوع (SONY) .

## 2-4 تحديد اختبار الأداء الفني لسرعة التحرك للقدمين Footwork :

تعد الاختبارات من الأمور الواجب توافرها في أي بحث علمي وعلى هذا الأساس استعمل الباحث اختبار الأداء الفني لسرعة التحرك للقدمين Footwork وتم عرضها على مجموعة من السادة الخبراء والمختصين\* في مجالات التنس والتعلم الحركي والاختبار والقياس والبالغ عددهم (5) خبراء ومختصين، لبيان رأيهم في مدى صلاحيتها وفي ضوء آراء السادة الخبراء والمختصين تبين أن قيمة (ك<sup>2</sup>) المحسوبة هي (9) وهي أكبر من قيمتها الجدولية البالغة (3.84) عند درجة (1) ومستوى دلالة (0.05) وهذا يدل على صلاحية الاختبار.

- اسم الاختبار :- (SPEED FOOT WORK FOR 8 POINT) سرعة التحرك للثمانى نقاط

- هدف الاختبار :- تقييم الأداء الفني لسرعة التحرك داخل الملعب .

- الأدوات :- مضارب وملعب ريشة متكامل مع الشواخص والريش .

- الإجراءات :-

- يمنح اللاعب (5) محاولات للأداء (سرعة التحرك داخل الملعب مع مس الشواخص والريش

المحددة في اماكن داخل الملعب) .

- تقويم الدرجات :-

- الدرجة الممتازة (اقل وقت يسجله اللاعب) من بداية الحركة الى نهايتها لآخر نقطة .

## 2-5 التجربة الاستطلاعية:

قام الباحث بإجراء تجربته الاستطلاعية يوم الخميس الموافق (2018/6/7) في المركز التدريبي

للريشة الطائرة بابل على عينة من مجتمع البحث الأصل من الذين مشتركون في التجربة الرئيسية

بلغ عددهم (4) لاعبين ، إذ كان الهدف من التجربة الاستطلاعية هو التعرف على :-

- معرفة مدى ملائمة الاختبار الفني مع مستوى عينة البحث وقدراتهم .

- معرفة الزمن المستغرق للاختبار وطبيعة استخدام الاداة .

- التعرف على كيفية تنظيم عمل الفريق المساعد .

- معرفة مدى ملائمة الملعب والأدوات وصلاحيتها .

- إيجاد الأسس العلمية للاختبارات .

## 2-6 الأسس العلمية للاختبار:

لغرض ضمان القياس الصحيح قام الباحث بالتأكد من لأسس العلمية للاختبار قبل إجراء التجربة الرئيسية وكما يأتي:-

2-6-1 صدق الاختبار:- وصولاً لتحقيق صدق الاختبار استعمل الباحث صدق المحتوى من خلال عرضها على السادة الخبراء والمختصين.

## 2-6-2 ثبات الاختبارات:-

لمعرفة مدى ثبات الاختبار استعمل الباحث طريقة الاختبار وإعادته ، إذ تم تطبيق الاختبار يوم الخميس الموافق 2018/6/7 على عينة من مجتمع البحث الأصل من الذين مشتركون في التجربة الرئيسية والبالغ عددهم (4) وبعد مرور (7) أيام أعيد تطبيق الاختبار في يوم الخميس الموافق 2018/6/14 ، وبعد المعالجة الإحصائية للنتائج وفق قانون الارتباط البسيط (بيرسون) تبين أن الاختبار يتمتع بدرجة ثبات عالية وكما مبين في الجدول (1).

## 2-6-3 موضوعية الاختبارات:-

أن الاختبار يعد موضوعياً إذا أعطى في الحالات جميعها نفس الدرجات بغض النظر عن صحه ، لذا تم إيجاد موضوعية اختبار الأداء الفني من خلال إيجاد معامل الارتباط بين درجات محكمين اثنين ، بعد المعالجة الإحصائية لنتائج الاختبار جاء معامل الارتباط بدلاله عالية مما يدل على معامل الموضوعية كان عالياً ، وكما مبين في الجدول (1).

الجدول (1) يبين معامل الثبات والموضوعية للاختبار قيد البحث

الموضوعية	معامل الثبات	الاختبار	ت
0.92	0.87	الأداء الفني لسرعة التحرك للقدمين Footwork	1

## 2-7 إجراءات البحث الميدانية:

### 2-7-1 الاختبار القبلي:

أجري الاختبار القبلي لعينة البحث يوم الأحد الموافق 2018/6/13 اختبار الأداء الفني لسرعة التحرك للقدمين Footwork بالريشة الطائرة وذلك يمنح كل لاعب (5) محاولات للتحرك بسرعة لأداء اختبار سرعة التحرك للنقاط الثمانية ، وتم حساب الدرجة التي يحصل عليها اللاعب اعتماداً على الاختبار المحدد وحسب استمارة التقويم المعدة مسبقاً لهذا الغرض، وقد تم تقييم الأداء الفني لسرعة التحرك بحسب الوقت المؤدى به الاختبار الذي يسجله اللاعب يتم اختيار افضل وقت مسجل (اقل وقت للأداء) .

تنفيذ مفردات التمرينات:

بعد اكمال الاختبارات القبليية قام الباحث بالآتي :

- الوحدات التدريبية ل(5)أسابيع وبواقع (4) وحدات تدريبية أسبوعيا .
- المجموع الكلي للوحدات التدريبية (20) وحدة .
- زمن الوحدة التدريبية (90) دقيقة.

- تم تنفيذ التمرينات النوعية بالأداة المصممة في جزء من القسم الرئيس وبزمن(40) دقيقة.

علما ان الاداة تؤدي الاشارات الصادرة باللون الاحمر وحسب السهم الذي يشير الى الجهة المراد اللاعب التحرك لها - وهذه تؤدي بشكل متسلسل وبشكل عشوائي حيث يوجد مفتاح لكل اسلوب بجانب الاداة المصممة وكذلك السرعة حيث تمت المعايرة للتوقيت بحيث يمكن ان يكون الایعاز بطيء او سريع حسب ما يتم اختياره من السرعة المطلوب الاداء بها وحسب الملحق (1)

- تم البدء بتنفيذ الوحدات التعليمية يوم الجمعة الموافق 2018 /6/15.

- تم الانتهاء من العمل مع مجموعة البحث يوم الخميس الموافق 2018/7/19.

2-7-2 الاختبار البعدي:

بعد اكمال الوحدات التعليمية في مدة(5)أسابيع بواقع(20) وحدة باستعمال الاداة المصممة لزيادة وتطوير سرعة الاستجابة ورد الفعل للأداء الفني لحركة القدمين Footwork وفق التمرينات النوعية المعدة من اجل تطوير الأداء الفني لحركة القدمين Footwork بالريشة الطائرة المضافة للوحدات التدريبية ، أجري الاختبار البعدي وبالظروف ذاتها التي طبق فيها الاختبار القبلي وذلك في يوم السبت الموافق 2018/7/21 .

2-8 الوسائل الإحصائية:-

استعان الباحث بالوسائل الإحصائية الآتية:-

- النسبة المئوية.
- المنوال.
- الوسط الحسابي.
- الانحراف المعياري.
- معامل الالتواء. اختبار(كا2).
- معامل الارتباط بيرسون.
- اختبار(t) للعينات غير المتناظرة والعينات المتناظرة.

### 3- النتائج ومناقشتها:

عرض نتائج الأداء الفني لسرعة حركة القدمين Footwork بالريشة الطائرة وتحليلها ومناقشتها: الجدول (2) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة بين الاختبارات القبلية والبعدية لاختبار الأداء الفني لسرعة حركة القدمين Foot Work بالريشة الطائرة

نوع الدلالة	قيمة (t) المحسوبة	البعدي		القبلي		المتغيرات
		ع	س-	ع	س-	
معنوي	4.11	1.22	8.8	1.29	13.5	الاداء الفني لحركة القدمين ( زمن ) Foot Work

قيمة (t) الجدولية ( ) عند مستوى دلالة (0.05) وتحت درجة حرية (7).

يبين الجدول (2) الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيم (t) المحسوبة بين الاختبارين القبلي والبعدي للأداء الفني لتحرك القدمين Foot Work بالريشة الطائرة للمجموعة التجريبية ، وأظهرت النتائج أن قيم (t) المحسوبة هي اكبر من قيمتها (t) الجدولية (2.20) عند مستوى دلالة (0.05) وتحت درجة حرية (7) ، وهذا يدل على وجود فرق معنوي بين الاختبارين ولصالح الاختبار البعدي .

ويعزو الباحث سبب هذه الفروق والتفوق إلى التمرينات النوعية بالأداة المصممة التي يؤدي فيها اللاعبون التمرينات المعدة وفق الاداة لتحقيق هدف مشترك واحد الا وهو امكانية تطوير سرعة الاداء لتحرك القدمين والتي تعتبر من المهارات الاساسية والرئيسية التي يجب ان يمتلكها لاعب الريشة الطائرة ، فضلا عن ما قدمته هذه التمرينات المعدة على اساس استعمال الاداة المصممة من تنافس فيما بين اللاعبين ، كذلك استعمال الاداة المصممة وإدخالها في الوحدات التدريبية لتنفيذ التمرينات النوعية المعدة لتطوير الاداء الفني لتحرك القدمين Footwork بالريشة الطائرة ، إذ أنها أوجدت نوع من الإثارة والتشويق والتنافس لدى اللاعبين عينة البحث ، فضلا عن أن استعمال الاداة المصممة كعامل مساعدة كان له تأثير فعال أدى إلى تطوير الأداء الفني لسرعة تحرك القدمين Footwork بالريشة الطائرة من خلال الاقتصاد بالزمن والجهد المبذول من المدرب واللاعب وهذا ما تم تأكيده في أن للأدوات المساعدة أهمية في توفير الوقت والجهد المبذول من قبل المدرب أو المدرس واللاعب والعمل على تقريب واقع الحركة أو المهارة المرغوب تعلمها في ذهن اللاعب أو المتعلم وتعلم أعداد كبيرة من اللاعبين في وقت واحد ، فضلاً عن التأثير الايجابي والفعال في زمن العملية التدريبية .

(ناهد عبد زيد الدليمي ، 2008 ، ص171)

كما أن أهمية إدخال الأدوات المساعدة في مجمل العملية التدريبية في طريقة بناء وتنفيذ هذه الوحدات على وفق الأسس العلمية لها ، هي من الحقائق التي عملت على إنقاز الأداء الفني لتحرك القدمين Footwork للريشة الطائرة وتطويرها 0



4- الاستنتاجات والتوصيات :

4-1 الاستنتاجات :

- 1- استعمال التمرينات النوعية المعدة بأداة مصممة في استثمار الوقت والجهد المبذول في الوحدة التدريبية من قبل اللاعبين في تطوير سرعة الاداء لحركة القدمين (Footwork) بالريشة الطائرة .
  - 2- إدخال الأداة المصممة ساهم بشكل مباشر في تطوير الأداء الفني لسرعة الاداء لحركة القدمين (Footwork) بالريشة الطائرة .
  - 3- وجود فرقا واضحا بين الاختبار القبلي والبعدي في تطوير الأداء الفني لسرعة الاداء لحركة القدمين (Footwork) بالريشة الطائرة .
- 4-2 التوصيات:

- 1- ضرورة الاستفادة من التمرينات النوعية المعدة بالأداة المصممة في استثمار الوقت والجهد المبذول في الوحدة التدريبية في تطوير سرعة الاداء لحركة القدمين (Footwork) بالريشة الطائرة .
  - 2- ضرورة إدخال الأداة المصممة في الوحدات التدريبية لتقليل الجهد والزمن وبث الدافعية والإثارة لدى اللاعبين لتطوير أدائهم الفني لمهارة الاداء الفني لحركة القدمين Footwork بالريشة الطائرة
  - 3- إجراء المزيد من الدراسات التي تستعمل الأدوات المساعدة الحديثة المتنوعة بتمرينات تعد على اساس الاهداف لتطوير المهارات الأساسية بالريشة الطائرة والعب المضرب .
  - 4- ضرورة إجراء دراسات وبحوث على مهارات أخرى في الريشة الطائرة والعب المضرب الأخرى ولكلا الجنسين .
- المصادر:

- وديع ياسين وحسن محمد ، التطبيقات الإحصائية واستخدام الحاسوب في بحوث الترقية لرياضة ، الموصل ، دار الكتب للنشر ، 1999 .
- ناهده عبد زيد الدليمي ، 2008 .

الملحق (1)

توضح صور للجهاز المصمم المستعمل في البحث



الملحق (2)

يبين استمارة تقييم الأداء الفني لسرعة الاداء لحركة القدمين (Footwork) بالريشة الطائرة .

الانحراف المعياري للمحاولات	الوسط الحسابي للمحاولات	المجموع الكلي للمحاولات	المحاولات					الاداء الفني	اللاعب
			5	4	3	2	1		
									1
									2
									3
									4
								سرعة الاداء لحركة القدمين Footwork	5
									6
									7
									8

الملحق (3)

أسماء الخبراء والمختصين الذين تم عرض الاستبانة عليهم

ت	الاسماء	الاختصاص	مكان العمل
1	أ.د. محمد جاسم الياسري	الاختبارات والقياس	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة بابل
2	أ.د. مازن عبد الهادي	التعلم الحركي	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة بابل
3	أ.د. محمد جاسم الحلي	التعلم الحركي/العاب القوى	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة بابل
4	أ.م.د. حذيفة ابراهيم خليل	التعلم الحركي/العاب المضرب	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة بابل
5	م.د. جبار علي كاظم	التعلم الحركي/العاب المضرب	جامعة القاسم الخضراء