



معلومات البحث

الاستلام : 2020/06/15

قبول النشر : 2020/06/30

النشر : 2021/07/01

"تأثير برنامج تدريبي باستخدام الستارة الحاجبة على دقة اداء بعض المهارات الاساسية للاعبين الريشة الطائرة"

أ.م.د محمد علي جلال

العراق - كلية التربية الأساسية - الجامعة المستنصرية

moajalal.edbs@uomustansiriyah.edu.iq

تكمن أهمية البحث في تأثير برنامج تدريبي بالستارة الحاجبة على بعض المهارات الاساسية. ان قلة الوسائل المساعدة وقلة استخدام التمارين المساعدة خلال الوحدة التدريبية كلها مشاكل دعت الباحث الى اعداد تمارين خاصة تتناسب مع الوسيلة المساعدة (جهاز الستارة الحاجبة) في تعلم مهارات الريشة الطائرة مع استثمار وقت التعلم وتثبيت المسار الحركي الصحيح للمهارات الرياضية ان قلة الوسائل المساعدة وقلة استخدام التمارين المساعدة خلال الوحدة التدريبية كلها مشاكل دعت الباحث الى اعداد تمارين خاصة تتناسب مع الوسيلة المساعدة (جهاز الستارة الحاجبة) في تعلم مهارات الريشة الطائرة مع استثمار وقت التعلم وتثبيت المسار الحركي الصحيح للمهارات الرياضية من خلال زيادة عدد التكرارات والتنظيم الصحيح لمكونات الوحدة التدريبية. ويهدف البحث الى اعداد تمرينات خاصة مصاحبة لجهاز الستارة الحاجبة في تعلم بعض المهارات الاساسية للاعبين الناشئين وتأثيرها عليهم.

الكلمات المفتاحية : برنامج تدريبي، الريشة الطائرة



Effect of a training program using the blinds on the accuracy of the performance of some basic skills in badminton for young players

Asst. Prof. Dr. Mohamed Ali Jalal

Iraq - College of Basic Education - Al-Mustansiriya University

moajalal.edbs@uomustansiriyah.edu.iq

The importance of the research lies in the effect of a training program in the blinds curtain on some basic skills. The lack of auxiliary means and the lack of use of auxiliary exercises during the training unit are all problems that called the researcher to prepare special exercises commensurate with the auxiliary method (the blind curtain device) in learning badminton skills with investment Learning time and fixing the correct motor path for athletic skills. The lack of auxiliaries and the lack of use of assistive exercises during the training unit are all problems that called the researcher to prepare special exercises commensurate with the auxiliary method (the diaphragm device) In learning badminton skills while investing in learning time and stabilizing the correct movement path of mathematical skills by increasing the number of repetitions and correct organization of the components of the training unit. The research aims to prepare special exercises associated with the blind curtain device in learning some basic skills for emerging players and their effect on them.

Keywords: A Training Program, Badminton.



1- المقدمة

تعد لعبة الريشة الطائرة من الالعاب الفردية واسعة الانتشار على المستوى العالمي وقد اصبح لها نصيب وافرم من الاهتمام على ما شهدت من تطورات واضحة في الأونة الاخيرة من تطور ادواتها وكذلك الشكل الفني في اداء المهارات وتطور مستوى اللاعبين وكثرة البطولات الخاصة بهذه اللعبة، اذ ان لعبة الريشة الطائرة شأنها شأن أكثر الالعاب لها ما يميزها عن غيرها من مهارات مختلفة ومتنوعة وخطط تزيد من متعة اداها ومشاهدتها حيث انها معركة ذهنية بقدر ما هي معركة لاستعراض القدرات البدنية او المهارات،

وان نجاح عملية التعلم تعتمد الى حد كبير على الوسائل المساعدة كونها جزء لا يتجزأ منها فضلا عن دورها الفعال في العملية التدريبية اذ يعد جهاز الستارة الحاجبة من الاجهزة الحديثة التي تساعد المتعلم على تعلم مهارات الريشة الطائرة بوقت قصير وبأقل جهد ممكن من خلال زيادة عدد التكرارات والتحكم بسرعة الريشة فضلا عن ضبط المسار الحركي للريشة والاداء الصحيح للمهارة.

ومما تقدم تكمن أهمية البحث في تأثير التمرينات المصاحبة لجهاز قاعدة القوة وتأثيره في تعلم بعض المهارات الاساسية. ان قلة الوسائل المساعدة وقلة استخدام التمارين المساعدة خلال الوحدة التدريبية كلها مشاكل دعت الباحث الى اعداد تمارين خاصة تناسب مع الوسيلة المساعدة (جهاز الستارة الحاجبة) في تعلم مهارات الريشة الطائرة مع استثمار وقت التعلم وتثبيت المسار الحركي الصحيح للمهارات الرياضية من خلال زيادة عدد التكرارات والتنظيم الصحيح لمكونات الوحدة التدريبية. ويهدف البحث الى اعداد تمرينات خاصة مصاحبة لجهاز الستارة الحاجبة في تعلم بعض المهارات الاساسية للاعبين الناشئين وتأثيرها عليهم.

2- اجراءات البحث

1-2 منهج البحث

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

2-2 عينة البحث

مثلت عينة البحث لاعبوا الاتحاد المركزي العراقي للموسم 2019 والبالغ عددهم (24) لاعباً وبأعمار (10-13) سنة من النادي الاثوري ، وتم تقسيمهم عن طريق القرعة إلى مجموعتين الأولى تجريبية البالغ عددهم (12) لاعب تتعلم بالوسائل التدريبية المستخدمة من قبل الباحث والثانية ضابطة والبالغ عددهم (12) لاعب تتعلم بالوسائل التدريبية المتبعة من قبل المدرب .

3-2 الوسائل والاجهزة والادوات المستخدمة بالبحث

1-3-2 وسائل جمع المعلومات

- الاختبارات والقياسات.
- الملاحظة العملية.
- المراجع والمصادر العربية والأجنبية والدراسات والبحوث ذات العلاقة
- فريق عمل مساعد .
- استمارة تسجيل البيانات وتفرغها .

4-2 اختيار مهارات واختبارات البحث

قام الباحث بعد التشاور مع السادة الخبراء واجراء المقابلات الشخصية فضلا عن الاطلاع على المصادر تم اختيار المهارات والاختبارات الخاصة بكل مهارة :



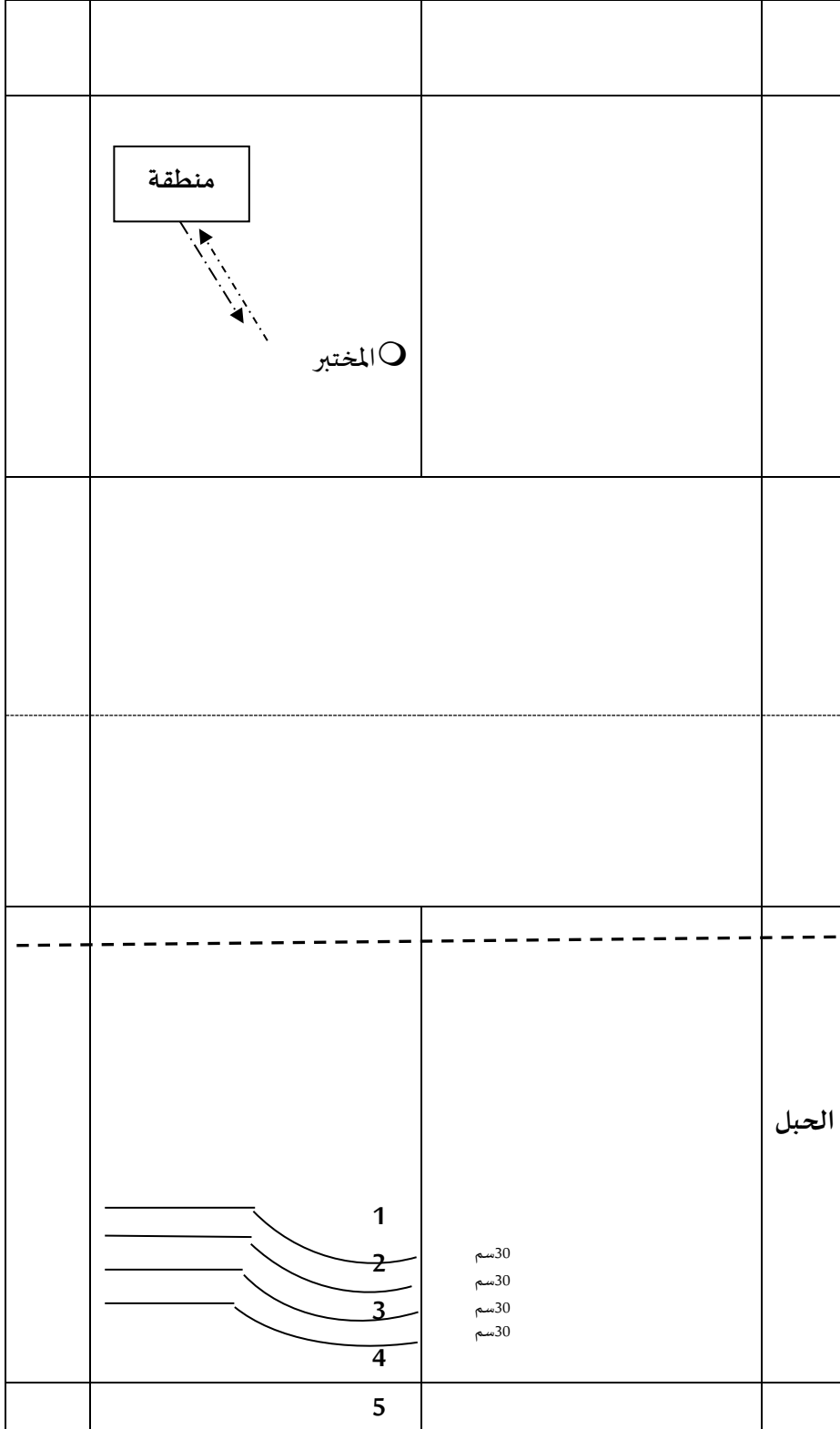
5-2 الاختبارات المهارية (1:148)

1-5-2 اختبار ضربة الابعاد

اسم الاختبار: اختبار مهارة ضربة الابعاد .

الهدف من الاختبار: قياس دقة مهارة ضربة الابعاد.

شكل (1) يوضح اختبار ضربة الابعاد

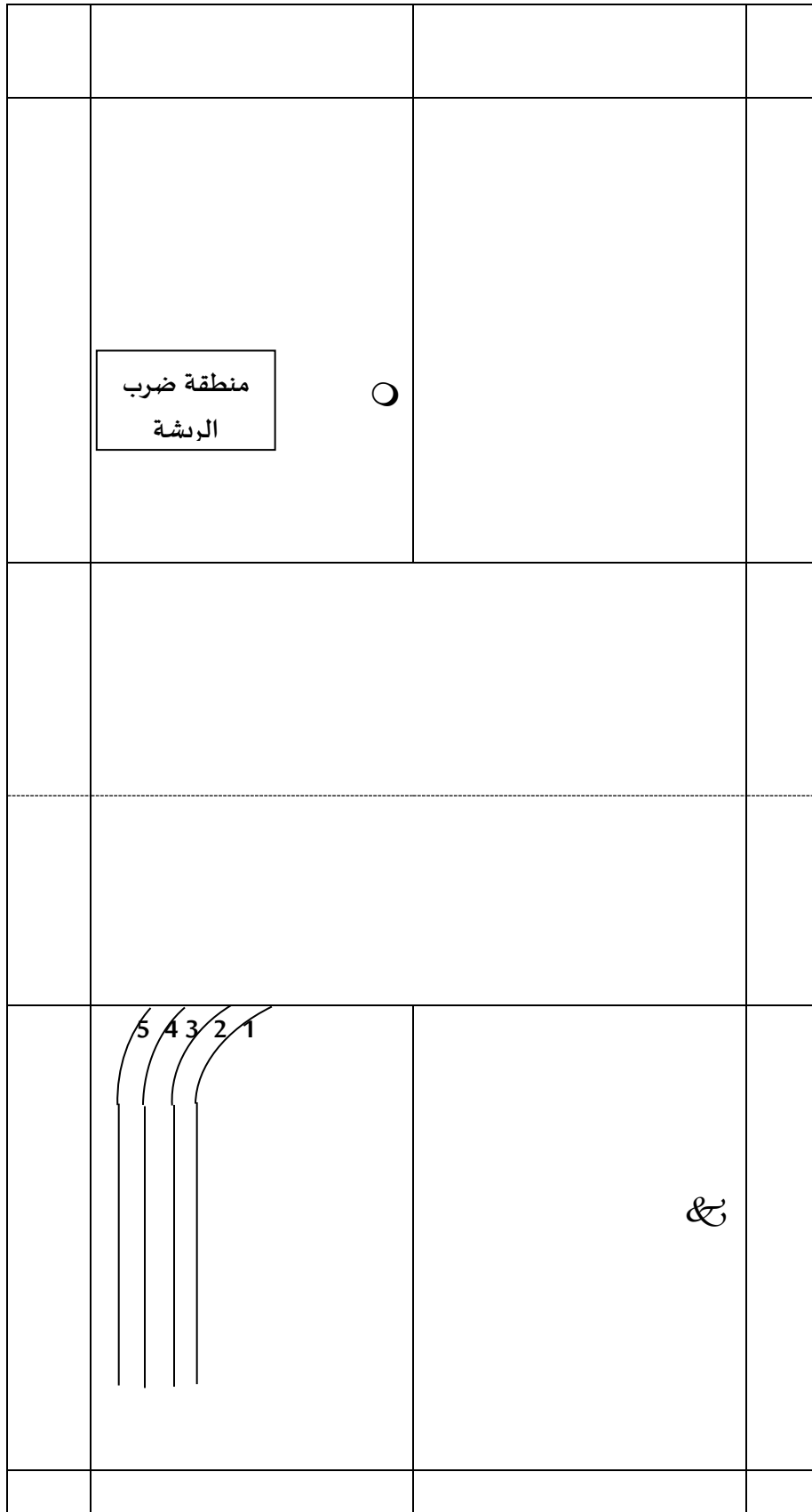


2-5-2 اختبار الضربة المدفوعة

اسم الاختبار: اختبار مهارة ضربة الابعاد .

الهدف من الاختبار: قياس دقة مهارة ضربة الابعاد

شكل (2) يوضح اختبار الضربة المدفوعة



6-2 التجربة الاستطلاعية

وتعرف التجربة الاستطلاعية " بأنها دراسة تجريبية أولية يقوم بها الباحث على عينة صغيرة قبل قيامها ببحثها بهدف اختبار أساليب البحث وأدواته". (89:2)

- تاريخ التجربة : يوم 2019/1/9 الساعة العاشرة صباحاً .
- مكان التجربة : ملعب النادي الاثوري للريشة .
- العينة : تكونت عينة الاستطلاع من (6) لاعبين ومن ضمن عينة البحث الرئيسية .

7-2 اجراءات البحث الميدانية

1-7-2 الاختبارات القبليّة

أجرى الباحث الاختبارات القبليّة للمجموعتين الضابطة والتجريبية في يوم 17 / 1 / 2019 في ملاعب النادي الاثوري في الساعة العاشرة صباحاً ، فقد تم تطبيق الاختبارات التي ذكرت سابقاً وبمشاركة فريق العمل المساعد.

2-7-2 المنهج التدريبي

على وفق نتائج الاختبارات القبليّة لعينة البحث عمد الباحث الى بناء منهج تدريبي يهدف الى تدريب وتطوير أداء بعض المهارات لدى اللاعبين الناشئين بالريشة ، حيث تم البدء بتطبيق المنهج التدريبي في يوم السبت الموافق (2019/1/19) وانتهى في يوم الثلاثاء الموافق (2019/4/9) وذلك بإدخال الستارة الحاجبة في المنهج التدريبي للمجموعة التجريبية ولم تختلف مفردات المنهج التدريبي عن المجموعة الضابطة عدا الستارة الحاجبة وتوقيتات استخدامها .

8-2 الاختبارات البعديّة

تم تطبيق الاختبارات البعديّة للمجموعتين الضابطة والتجريبية 10 / 4 / 2019 في ملعب نادي الاثوري وفي الساعة العاشرة صباحاً وتم تطبيق الاختبارات نفسها التي طبقت بالاختبارات القبليّة وبالتسلسل نفسه وبمساعدة الفريق المساعد والمدرّب .

9-2 الوسائل الإحصائية

تم استخدام برنامج الحقيبة الإحصائية (SPSS) (303-257:3) في تحليل بيانات البحث وكما يأتي :

- الوسط الحسابي .
- الانحراف المعياري .
- اختبار t للعينات المستقلة والعينات المرتبطة .

3- عرض النتائج ومناقشتها

1-3 عرض وتحليل ومناقشة نتائج الإختبارات القبليّة والبعديّة للمجموعتين التجريبية والضابطة لاختبارات البحث

جدول (1) يبين نتائج الاختبارات القبليّة والبعديّة لاختباري ضربة الابعاد والضربة المدفوعة للمجموعتين التجريبية والضابطة

الاختبارات المهارة	وحدة القياس	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		قيمة ت محسوبة	الدلالة
		ع	س	ع	س		
التجريبية	الابعاد	14.31	2.28	10.16	2.84	2.5	معنوي
	المدفوعة	13.62	2.27	10.15	2.16	2.59	معنوي
الضابطة	الابعاد	12.31	1.34	10.68	1.72	2.65	معنوي
	المدفوعة	11.06	2.08	9.02	2.11	2.62	معنوي

عند درجة حرية (ن-1) = 11 ومستوى دلالة (0.05)

1-1-3 مناقشة نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة

من خلال الجدول نلاحظ وجود فروقا معنوية بين الاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعة التجريبية في الاختبارات ، يعزو الباحث هذه الفروق إلى استفادة المجموعة التجريبية من المنهج المعد من قبل الباحث والذي كان يركز فيه على استخدام الوسيلة المساعدة وذلك يدل على أن المنهج جاء منسجماً مع مستوى الناشئين من اللاعبين وأعمارهم وقابليّاتهم ورغبتهم في التعلم والتدريب والاستثمار الجيد للوقت والالتزام بالحضور وباستخدام الوسائل المساعدة التي تخدم تعلم المهارة ودفع المتعلمين للرغبة والتشويق للتعلم وتعزيز أداءهم الحركي.

كما وان الاعداد الصحيح للتمارين واوقات اعطاء هذه التمارين وتوفير المستلزمات الضرورية ساعدت على زيادة قابلية الأداء " أن قابلية التعلم الحركي تتطور نتيجة التربية والاعداد ويمكن أن نصل بالفعل عن طريق التعلم الحركي وزيادة تصحيح أخطاء حركاته الى شكل الحركة الهادفة وبالتكنيك الصحيح". (4:218)

2-3 عرض وتحليل ومناقشة نتائج الاختبارات البعدية بين المجموعتين التجريبية والضابطة لاختبارات البحث

جدول (2) يبين نتائج الاختبارات البعدية لاختباري ضربة الابعاد والضربة المدفوعة بين المجموعتين التجريبية والضابطة

الاختبارات المهارة	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة ت محسوبة	الدلالة
		ع	س	ع	س		
الإبعاد	درجة	14.31	2.28	12.31	1.34	2.31	معنوي
المدفوعة	درجة	13.62	2.27	11.06	2.08	2.95	معنوي

عند درجة حرية (ن-1) = 22 ومستوى دلالة (0.05)

1-2-3 مناقشة نتائج الاختبارات البعدية بين لمجموعتين التجريبية والضابطة

يعزو الباحث التقدم الحاصل للمجموعة التجريبية إلى تأثير المنهج الذي نفذ من قبل المجموعة التجريبية الذي اسهم في تطوير مهارة ضربة الأبعاد والضربة المدفوعة نحو المناطق المقسمة على الملعب كون المنهج اعتمد على التنوع بالتمارين واستخدام الستارة الحاجبة خلال التدريب لاداء الضربات الأبعاد والمدفوعة وكذلك بتصعيب متطلبات التمرين بزيادة صعوبة التوافق الحركي عن طريق تنفيذ الضربات من مناطق مختلفة في الملعب وكذلك على التكرارات التي تتلاءم مع تطور دقة الأداء للضربتين لدى أفراد العينة التجريبية " إذ ان الدقة في أداء الضربة هي من أهم ما يميز لعبة الريشة ومدى النجاح يقاس في القدرة على إيصال الكرة في المكان المناسب". (5:73)

4- الاستنتاجات والتوصيات

1-4 الاستنتاجات

- 1 تفوق المجموعة التجريبية على الضابطة في جميع اختبارات البحث الموضوعية وهذا يعني تفوق اكبر في عملية التدريب للمجموعة التجريبية للمهارات المبحوثة .
- 2 ان الوسيلة المستخدمة قد حققت اغراضها واهدافها المتعددة التي وضعت من اجله من خلال الاستفادة منها في تسهيل وتبسيط عملية التدريب لمهارات الريشة الطائرة فضلا عن الكلفة في الوقت والجهد .
- 3 اظهرت النتائج ان وسيلة التدريب هي الافضل في تدريب مهارة ضربة الابعاد والضربة المدفوعة من خلال ضبط مسار الريشة وقوة الضربة من اسلوب التمرينات التطبيقية التقليدية المتبعة في تدريب الريشة الطائرة.

2-4 التوصيات

- 1 استخدام هذه الوسيلة في تعلم المهارات وبوصفها تمرينا مساعدا في تدريب مهارتي ضربة الابعاد والضربة المدفوعة.
- 2 ان الوسيلة المستخدمة في تعلم المهارات المستخدمة يعد خطوة اولى للناشئين كونه عامل مهم في التشويق بعيدا عن الملل لدى المتعلم في اتباع البرنامج التقليدي .
- 3 إمكانية إجراء بحوث مشابهة تعتمد على هذه الفكرة على عينات مختلفة من حيث (العمر ومستوى اللاعب والجنس).



المصادر

- 1 محمد علي جلال : بناء وتقنين اختبارات مهارية وبدنية كمحددات لانتقاء الناشئين بالريشة الطائرة ، الجامعة المستنصرية ، كلية التربية الأساسية ، بغداد ، اطروحة دكتوراه ، 2013.
- 2 مجمع اللغة العربية : معجم علم النفس والتربية ، ج 1 ، الهيئة العامة لشؤون المطابع الامرية ، القاهرة ، 1984.
- 3 محمد نصر الدين رضوان : الإحصاء الاستدلالي في علوم التربية البدنية والرياضية ، ط 1 ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 2003.
- 4 كورت ماينل: التعلم الحركي، (ترجمة)، عبد علي نصيف، ط 1، بغداد، دار الكتب للطباعة والنشر، 1980.
- 5 راتب احمد قبع واحمد الكردي: الاسكواش رياضة الفن والحركة، بيروت، دار الراتب الجامعية، 1996.

