

نسبة مساهمة بعض القدرات البدنية و الحركية بدقة اداء مهارتي الضربة الامامية و الخلفية للاعبي الريشة الطائرة

د. ندى نبهان

كلية التربية البدنية و علوم الرياضة جامعة

بغداد

الملخص :

ولعبة الريشة الطائرة من الالعاب الفردية التي تتطلب مستوى عاليا من حيث القدرات البدنية و الاعداد المهارية و ضعف احدهما يؤثر على الاخر بشكل سلبي لذا ان القدرات البدنية تختلف نسب مساهمتها من لعبة لاخرى لذ يجب على المدرب ان يركز على التنوع في التدريب و التخصص في التركيز على النواحي البدنية و القدرات الحركية للعبة حيث ان اغلب الحركات التي يقوم بها اللاعب ذات طابع مفاجئ، ويهدف البحث الى تحديد اهم القدرات البدنية بدقة اداء مهارتي الضربة الامامية و الخلفية للاعبي الريشة الطائرة ، تحديد اهم القدرات الحركية بدقة اداء مهارتي الضربة الامامية و الخلفية للاعبي الريشة الطائرة والتعرف على التباين في نسبة مساهمة لكل قدرة بدنية و حركية خلال اداء مهارتي الضربة الامامية و الخلفية للاعبي الريشة الطائرة وتم استخدام المنهج الوصفي وتمثلت عينه البحث (٤٦) لاعبا من اللاعبين المتقدمين بالريشة الطائرة وتم تحديد الاختبارات المستخدمة والتي قسمت الى اربعة ايام . وتم معالجة النتائج باستخدام الوسائل الاحصائية المناسبة لذلك تم التوصل الى ان نسبة مساهمة القدرات البدنية مجتمعة بدقة اداء مهارة الضربة الامامية كانت (٠,٥٤٢) ونسبة مساهمة القدرات البدنية مجتمعة بدقة اداء مهارة الضربة الخلفية كانت (٠,٥٦٩) وهي قيمة تؤكد التأثير الواضح والمهم للقدرات البدنية في تلك المهارات هناك نسب مساهمة متفاوتة بين القدرات البدنية ومهارة الضربة الامامية والقدرات البدنية ومهارة الضربة الخلفية فكان تسلسل النسب وفق الاهمية للقدرات البدنية .

١. التعريف بالبحث: Definition:

١.١ مقدمة البحث وأهميته :

شهدت الحياة تطورا ملحوظا في مختلف المجالات العلمية و الانسانية و للتربية الرياضية نصيب في هذا التقدم ، فبعد ان كانت الرياضة تقتصر على المتعة و الترويح تطورت و اصبحت تمارس من اجل اثبات الوجود و الفوز و تحقيق النتائج المعنوية و المادية و تميز الرياضيون كونهم مثلا يحتدى به حتى تتطلع لهم الانظار ، فهم يساهمون في رفع شان الامة و اعلاء قدرها في البطولات المحلية و الاقليمية و الدولية و يجعلون العالم يردد اسمها .

حيث تعد لعبة الريشة الطائرة لعبة متكاملة من حيث اعتمادها على المتطلبات الاساسية الشاملة لاية لعبة رياضية اخرى ، كالاداء المهارية و البدني ، النفسي ، الخططي ، العقلي ، و بنية الجسم فهي تتميز باختلاف الشد و الجهد من لحظة الى لحظة اخرى و التقاطع و التناوب في الجهد

المبذول مما جعل القدرات البدنية كالتوافق و القوة و السرعة الحركية و المرونة تشكل احدى الاعمدة الرئيسة لانجاز الواجبات الحركية المطلوبة .

و لعبة الريشة الطائرة من الالعب الفردية التي تتطلب مستوى عاليا من حيث القدرات البدنية و الاعداد المهاري و ضعف احدهما يؤثر على الاخر بشكل سلبي لذا فان التناسق في دمج النواحي البدنية و المهارية و اعداد الناحية المهارية كوسيلة لتطوير الناحية البدنية و بالعكس تعد من الوسائل الحديثة في التدريب الرياضي للوصول للانجاز العالي و ترى الباحثة ان القدرات البدنية تختلف نسب مساهمتها من لعبة لاخرى لذ يجب على المدرب ان يركز على التنوع في التدريب و التخصص في التركيز على النواحي البدنية و القدرات الحركية للعبة حيث ان اغلب الحركات التي يقوم بها اللاعب ذات طابع مفاجئ و تتطلب قدرات بدنية و حركية .

فاستنادا الى ما تقدم فان اهمية البحث تكمن في التعرف على نسبة مساهمة هذه القدرات البدنية و الحركية بدقة اداء بعض مهارات لعبة الريشة الطائرة و هي الضربة الامامية و الخلفية بالاضافة الى التعرف على اهمية كل قدرة من هذه القدرات خلال اداء تلك المهارتين لغرض اعطاء مؤشر علمي و دقيق و محدد للمدربين بواقع نسب بعض القدرات البدنية التي يمتاز بها لاعب الريشة الطائرة .

٢.١ مشكلة البحث :

ان فكرة لكل نشاط رياضي او لعبة رياضية متطلبات و مواصفات انموذجية يجب توافرها في اللاعب حتى تمكنه بلوغ المستويات المتقدمة تعد غاية تسعى كل الدول و الفرق الرياضية الى ايجاد الحلول الملائمة لها تبعا لكل نوع من انواع الرياضة و على الرغم من تعدد البحوث و الدراسات في نسب المساهمة و في مختلف الالعب فانه على حد علم الباحثة و من خلال عملها في لعبة الريشة كونها لاعبة و مدربة و خبيرة في اللعبة و مراجعتها للادبيات الخاصة وجدت ان هناك قصورا في اداء مهارتي الضربة الامامية و الخلفية للعبة الريشة الطائرة و ياتي هذا القصور او الضعف في عدم التركيز على تنمية القدرات البدنية و الحركية بتلك المهارتين خلال الاداء المهاري و كذلك عدم معرفة نسب هذه القدرات البدنية و الحركية التي تساهم في رفع مستوى الاداء خلال البرامج التدريبية للمدربين و بالتالي عدم وجود تطور في دقة اداء تلك المهارتين .

اذ تتجلى المشكلة في ان العملية التدريبية تتضمن ناحية مهمة و هي الناحية البدنية و الناحية الحركية التي من ضمنها القدرات البدنية و القدرات الحركية التي تؤثر بنسب متباينة في دقة اداء مهارتي الضربة الامامية و الخلفية بلعبة الريشة الطائرة و لمعرفة مقدار هذا التباين ركزت الباحثة

على تحديد نسب مساهمة المتغيرات المؤثرة في الدراسة لتكون خير عون في تعرف المدربين على هذه النسبة لوضعها ضمن مفردات العملية التدريبية بغية الوصول الى الاداء الامثل لتلك المهارتين

٣.١ اهداف البحث :يهدف البحث الى ماياتي :-

١- تحديد اهم القدرات البدنية بدقة اداء مهارتي الضربة الامامية و الخلفية للاعبي الريشة الطائرة

٢- تحديد اهم القدرات الحركية بدقة اداء مهارتي الضربة الامامية و الخلفية للاعبي الريشة الطائرة

٣- التعرف على التباين في نسبة مساهمة لكل قدرة بدنية و حركية خلال اداء مهارتي الضربة الامامية و الخلفية للاعبي الريشة الطائرة

١-٤ فروض البحث :

١- هنالك تباين في نسبة مساهمة القدرات البدنية بدقة اداء مهارتي الضربة الامامية و الخلفية للاعبي الريشة الطائرة

٢- هنالك تباين في نسبة مساهمة القدرات الحركية بدقة اداء مهارتي الضربة الامامية و الخلفية للاعبي الريشة الطائرة

١-٥ مجالات البحث :-

١-٥-١- المجال البشري : لاعبي اندية الدرجة الاولى بالريشة الطائرة و عددهم (١٤) نادي

١-٥-٢- المجال المكاني :- قاعة نادي الاثوري (بغداد) و قاعة نادي المحاويل (بابل) و

التابعة للاتحاد العراقي المركزي للريشة الطائرة

١-٥-٣- المجال الزماني : للفترة من ٢٠١٥/٢/١ و لغاية ٢٠١٥/٥/١

١-٦ تعريف المصطلحات

نسبة المساهمة : و هي نسب تنتج من خلال معامل التحديد ، و تبين مدى تأثير المتغيرات المستقلة في المتغير التابع بواسطة معادلة الانحدار التقديرية ^(٥).

٢- الدراسات النظرية و المشابهة

١.٢ الدراسات النظرية :

٢-١-١ المواصفات البدنية و المهارية في لعبة الريشة الطائرة : - تتميز لعبة الريشة الطائرة بانها متقلبة الظروف و الاحداث كالاختلافات في الشدة و الجهد من لحظة الى اخرى و التقاطع و التناوب و عدم الاستمرارية في اللعب و الوثب و الضرب و هذا يتطلب و بشكل كبير العناصر

^٥ خاشع محمود : المدخل الى تحليل الانحدار . جامعة الموصل . ١٩٨٧ ص ١٧٠

المهارية و البدنية و الخطئية و النفسية و من الصعب معرفة الاهم منها بالنسبة للاعب ، لانه من المستحيل ان نقيس متطلبات هذه اللعبة بدقة و اعتمادها على عمر اللاعب و مستواه البدني ، و لكن يبقى الاداء الفني هو المتطلب الاهم بالنسبة للاعبين في حين تحظى المتطلبات البدنية و النفسية بالاهمية الثانية عندهم ن و قد يغطي الاداء المهاري الجيد على ضعف اللياقة البدنية و يعوضها جزئيا او كليا ، و بالمقابل فان اللياقة البدنية قد تؤثر على المهارة الجيدة (الاداء) و لاسيما بعد الشوط الاول من المباراة و على التحمل حتى نهاية المباراة ، و هذا يعني ان عناصر اللعبة جميعها ترتبط ببعضها بشكل كبير ، و يضيف الخولي الى ان لعبة الريشة الطائرة تتطلب مجموعة من القدرات البدنية و الحركية لاداء مهارات اللعبة المتعددة و حيث تتطلب الدقة لارسال الريشة الطائرة للاماكن الصالحة للهجوم في ملعب الفريق المنافس ، و القوة لارسال الريشة لحدود الملعب الخلفية و التغلب على بطء الريشة في الهواء نظرا لطبيعتها التركيبية ، و نظرا لخفة الريشة و سرعتها الفائقة عند ضربها فهي تحتاج لاستجابة سريعة و ردود فعل خاطفة ، و لاختصار الوقت و تعويض المسافة و الوقاية من الاصابة تظهر الحاجة الى مرونة الاداء الحركي و مطاطية العضلات و لتعدد احتمالات الهجوم في اللعبة من خلال الضربات التي سيؤديها المنافس تظهر اهمية التوقع ، اما التوافق فله اهمية خاصة بين العين و اليد و الرجل و اليد و الرجل (١).

كما ان لعبة الريشة الطائرة واحدة من الالعب المميزة بعدد كبير من المهارات الرئيسية و الثانوية الدفاعية منها و الهجومية و تقدم مستوى اللاعبين و مستواهم بها يعتمد بدرجة كبيرة على مدى اتقانهم للاداء المهاري و التدريب عليه (٢)

٢-١-٢ علاقة القدرات البدنية و الحركية بالاداء المهاري للاعب الريشة الطائرة :

من الضروري جدا الربط بين القدرات البدنية و الحركية و المهارية للوصول الى افضل مستوى ممكن ، فاللاعب الذي يمتلك قدرات بدنية معينة و كذلك مهارات اساسية معينة في الريشة الطائرة لايمكن ان يؤدي مباراة بكفاءة عالية و تصرف سليم في الاداء ، لان نقص بعض القدرات البدنية و الحركية اضافة الى عدم اتقان بعض المهارت يؤدي الى الشعور بالتعب و بالتالي يكون ادائه غير مقنع و ذات مردود سلبي على اللاعبين.

و بالرغم من اختلاف وجهات النظر بين العلماء و الباحثين في تحديد مكونات القدرات البدنية و الحركية الا انها في النهاية تصب في مجرى واحد فهي ترتبط بالتمرينات التي يؤديها اللاعب و قدرته و كفاءته على بذل مجهود بدني .

^٦ الخولي ، امين انور . الريشة الطائرة . ط ١ (مكتبة الطالب الجامعي ، مكة المكرمة ، ١٩٨٦) ص ١٦٧
^٧ الديري ، علي و محمد علي محمد ، مناهج التربية الرياضية بين النظرية و التطبيق ، دار الفرقان ، اربد الاردن) ص ١١٧

ان هذه القدرات التي يمارسها اللاعب يجب ان تمر بمرحلة الاتقان اثناء اداء المهارات الاساسية في لعبة الريشة الطائرة . علما ان المهارات الاساسية تكاد تكون بالاهمية نفسها لان لاعب الريشة الطائرة بحاجة الى كل المهارات الاساسية طول وقت المباراة . و كلما كان المستوى الذي يقدمه اللاعب عاليا يؤدي الى جمالية اللعبة اكثر .

لذا ترى الباحثة ان في لعبة الريشة الطائرة يتطلب من المدرب اختيار اللاعبين في سن مبكر ليصبح عدد هؤلاء مؤهلين لتمثل البلد في المحافل العربية و الدولية لذا لا بد من الاهتمام في القدرات البدنية و الحركية مجتمعتا و علاقتها بمستوى الاداء المهاري للعبة .

٢-١-٣ الضربة الامامية في لعبة الريشة الطائرة (the forehand shot)

يعرفها امين الخولي " بانها من المهارات الاساسية لايه لعبة من العاب المضرب المختلفة ، و اكثرها استعمالا في الملعب و التدريب بطرائق عديدة (مستقيمة ، متقاطعة ، منخفضة ، عالية) " (٨) و يذكر أن باتمان بان " الضربة الامامية تؤدي بالوجه الامامي للمضرب ردا للريشة الاتية من اتجاه اليمين من جسم اللاعب على الاغلب (غير الاعسر) و يكون هدفها بحسب شكل الضربة الامامية ، فعندما تكون منخفضة تكون ردا على ضربات الشبكة القادمة من الخصم ، اما عندما تكون متوسطة الارتفاع او بالوضع الطبيعي للجسم فانها تكون ردا على الضربات العائدة للساحة الخلفية من الملعب و تضرب من اعلى نقطة ممكنة و هي بعيدة عن الجسم و توجه الى جوانب الملعب و بارتفاع كاف بحيث تبتعد عن الشبكة الى ساحة الملعب الخلفية " (٩)

٢-١-٤ الضربة الخلفية في لعبة الريشة الطائرة :

" و هي من المهارات الاساسية لاية لعبة من العاب المضرب المختلفة ايضا ، و كما في الضربة الامامية فهي تؤدي بطرائق و اشكال عديدة و بحسب مواقف اللعب المطلوبة (مستقيمة ، قاطعة ، عالية) ، و يجب التدريب على كل الضربات معا للاهمية المتساوية لها " (١٠)

" و تؤدي الضربة الخلفية بالوجه الخلفي للمضرب ردا على الريشة القادمة في اتجاه اليسار من جسم اللاعب على الاغلب (غير الاعسر) و يكون هدفها كما ورد في الضربة الامامية تماما " (١١)

يعرفها امين الخولي هي ضربة خلفية سهلة تعتمد اساسا على التوقيت الملائم ، و فكرة الاداء الحركي فيها تعتمد على ثني و مد الذراع الضاربة لمقابلة الريشة " (١٢)

^٩ - امين انور الخولي . الريشة الطائرة التاريخ الدولي المهارات و الخطط و قواعد اللعب : القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٤ ص ٧٣
^{١٠} مازن عبد الهادي و مازن هادي كزار . الريشة الطائرة بين التعليم و التدريب ، (بيروت ، دار الكتب العالمية ، ٢٠١٣) ص ٩٤ - ١٠٠

^{١١} ان باتمان . مصدر سبق ذكره ١٩٩١ ص ٤٧

^{١٢} امين الخولي ، مصدر سبق ذكره ١٩٩٤ ص ٧٣

و ترى الباحثة ان الضربة الخلفية هي مجموعة من الضربات التي تؤدي بالمضرب من الجهة المعاكسة للذراع الضاربة ، و يجب ان تضرب الريشة بظهر المضرب (السطح الخارجي) و من جهة اليسار .

٢-٢ الدراسات المشابهة

٢-٢-١- دراسة سوسن جذوع كاظم النعيمي^(١٣)

(مساهمة بعض عناصر اللياقة البدنية و القياسات الجسمية بدقة اداء مهارة الضرب الساحق بالكرة الطائرة)

و ترمي الدراسة الى الاهداف التالية :

- ١- التعرف على العلاقة بين عناصر اللياقة البدنية و دقة مهارة الضرب الساحق بالكرة الطائرة .
- ٢- التعرف على العلاقة بين القياسات الجسمية و دقة مهارة الضرب الساحق بالكرة الطائرة .
- ٣- التعرف على العلاقات المتبادلة في التأثير المشترك لبعض المتغيرات و دقة مهارة الضرب الساحق بالكرة الطائرة .
- ٤- التعرف على نسبة مساهمة :

- بعض عناصر اللياقة البدنية في دقة اداء مهارة الضرب الساحق
 - بعض القياسات الجسمية في دقة اداء مهارة الضرب الساحق بالكرة الطائرة .
 - بعض عناصر اللياقة البدنية و القياسات الجسمية مجتمعة في دقة اداء مهارة الضربة الساحقة بالكرة الطائرة .
- احتوى الباب الثالث على اجراءات البحث التي تضمنت منهج البحث الذي تكون من ١٨ لاعبا من المنتخب الوطني بالكرة الطائرة تم اختيارهم بالطريقة العمدية و تم تحديد الاختبارات و القياسات للمتغيرات البدنية و مهارة الضرب الساحق عن طريق برنامج احصائي جاهز (state graph) و توصلت الدراسة الى النتائج الاتية :
- من بين متغيرات الدراسة البدنية و القياسات الجسمية اظهرت معنوية ارتباط و هي الوثب العمودي من الحركة و رمي الكرة الطيبة بيد واحدة ، الركض مع تغيير الاتجاه و قياس الطول الكلي و عرض الكتفين و الوزن و مساحة الكف .
- بلغت نسبة مساهمة المتغيرات البدنية في الضرب الساحق (٧٥،٠٥٣) و هي قيمة تؤكد فاعلية هذه المتغيرات في التأثير

- بلغت نسبة مساهمة المتغيرات الجسمية في الضرب الساحق (٦٩،٤) و هي تؤكد اهمية المتغيرات في التأثير
- بلغت نسبة مساهمة عناصر اللياقة البدنية و القياسات الجسمية مجتمعة في الضرب الساحق (٩٤،٣١) و هو استنتاج يعكس فاعلية هذه المتغيرات في التأثير على الضرب الساحق .
- وضع تسلسل ذات اهمية في تأثيرمتغيرات الدراسة البدنية و القياسات الجسمية على الضرب الساحق.

٣ . منهج البحث وأجراءاته الميدانية: Programmer and Procedure : ١.٣ منهج البحث :

ان اختيار منهج البحث يتناسب مع مشكلة البحث يتناسب مع مشكلة البحث و كيفية الوصول الى حل المشكلة بالاضافة الى ان ذلك طبيعية الظاهرة التي يتطرق اليها الباحثون هي التي تحدد نوع المنهج المستخدم و اهدافه ، لذا اعتمدت الباحثة المنهج الوصفي بالاسلوب المسحي لملائمته طبيعة المشكلة و اهدافه.

٣-٢ مجتمع البحث وعينته :

قامت الباحثة باختيار مجتمع البحث (و عينته) بالطريقة العمدية من لاعبي اندية الدرجة الاولى بالريشة الطائرة (المتقدمين) والبالغ عددهم (٤٦) لاعب .

جدول (١) يوضح عدد افراد العينة و عدد الاندية المشاركة في البحث ن = (٤٦)

ت	اسم النادي	عدد اللاعبين	العدد المختار
١	المحاوليل	٤	٤
٢	الاثوري	٦	٦
٣	السلام	٤	٣
٤	اكاد	٤	٣
٥	اربييل	٤	٣
٦	الزبير	٤	٣
٧	الزعيم	٤	٣
٨	الحي	٤	٣
٩	الاندلس	٤	٣
١٠	غاز الشمال	٤	٣
١١	السلام	٤	٣
١٢	الارمني	٤	٣
١٣	المجر	٤	٣
١٤	الجدود	٤	٣

٣.٣ الأدوات والأجهزة ووسائل جمع المعلومات المستخدمة في البحث :

٣-٣-١ :- الاجهزة المستخدمة في البحث

١- جهاز حاسوب الكتروني (dell) صينية الصنع

٢- كامرا تصوير نوع (sony) يابانية الصنع عدد ٢

٣-٣-٢ : الادوات المستخدمة في البحث

١- ملعب للريشة الطائرة في القاعات التابعة للاتحاد العراقي المركزي للريشة الطائرة

٢- كرات ريشة عدد (١٠) نوع (molten) صينية الصنع

٣- شريط لاصق ملون

٤- صافرة عدد (٢)

٥- صور توضح طريقة الاداء الفني للمهارة المختارة

٦- شريط قياس بطول (١٠) م ومضارب عدد (١٠)

٣-٣-٣ وسائل جمع المعلومات

١- المصادر و المراجع العربية و الاجنبية

٢- استمارة تفرغ البيانات

٣- القياسات و الاختبارات

٣-٤ اجراءات البحث الميدانية .

٣-٤-١ تحديد القدرات البدنية والحركية والمهارية

من أجل تحديد القدرات البدنية والحركية والمهارية الخاصة بالبحث ، قامت الباحثة في تصميم إستمارة إستبيان وقد تم عرضها على عدد(٥) من الخبراء المختصين في مجال الريشة الطائرة وعلم التدريب لإختبار القدرات البدنية والحركية والمهارية الخاصة بالبحث، وبعد جمع الاستمارات وتفرغ البيانات وفرزها تم اختيار القدرات التي حصلت على نسبة (٧٠%) فصاعداً واستبعاد القدرات التي حصلت على أقل نسبة من (٧٠%) كما موضح بالجدول (٢)

٣-٤-٢ تحديد الاختبارات المستخدمة في البحث :

الاختبار هو قياس قدرة الطالب على اداء عمل معين وفق ضوابط و صيغ علمية دقيقة و من خلال الاطلاع على المصادر العلمية تم الحصول على مجموعة من اختبارات الضربة الامامية و الخلفية

جدول (٢) يوضح الأهمية النسبية للاختبارات البدنية و الحركية المستخدمة قيد البحث

الملاحظات	الأهمية النسبية	الاختبارات المرشحة	القدرات البدنية
	36% 80% 52%	١- إختبار قوة القبضة (يمين) ٢- إختبار قوة القبضة (يمين - يسار) ^(١٤) ٣- إختبار قوة القبضة (يسار)	القوة العضلية
	85% 50% 54%	١- رمي الكرة الطبية زنة (3) كغم بكلتا اليدين من خلف الرأس من وضع الجلوس على الكرسي لأبعد مسافة ممكنة ^(١٥) ٢- رمي الكرة الطبية زنة (2) كغم من الوقوف ٣- رمي الكرة الطبية زنة (1,5) كغم بكلتا اليدين من أمام الصدر من وضع الجلوس على الكرسي لأبعد مسافة ممكنة	القوة الانفجارية لعضلات الذراعين
	35% 52% 90%	١- عصا (نيلسون) بيد واحدة ٢- نيلسون للاستجابة الحركية الانتقالية ٣- عصا (نيلسون) باليدين ^(١٦)	سرعة الاستجابة الحركية
	35% 80% 75%	١- التعلق بالعقلة المنخفضة حتى التعب ٢- من وضع الإنبطاح الاستناد الأمامي ثني الذراعين ومدهما حتى التعب (شناو) ^(١٧) ٣- إختبار الجلوس من الرقود (تمرين بطن)	تحمل القوة (المطاولة)
	86% 50% 67%	١- السرعة الإنتقالية أماماً وخلفاً ^(١٨) ٢- السرعة الإنتقالية للخلف ٣- السرعة الإنتقالية جانباً	السرعة الإنتقالية

^{١٤} - علي سلوم جواد الحكيم ؛ الاختبارات والقياس والإحصاء في المجال الرياضي: (جامعة القادسية ، مطبعة الطيف ، ٢٠٠٤) .

^{١٥} - علي سموم . المصدر السابق . ص

^{١٦} محمد صبحي حسانين ؛ القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية، ط١: (القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٥) .

^{١٧} علي سموم . المصدر السابق . ص

^{١٨} - مروان عبد المجيد ؛ تصميم وبناء اختبارات اللياقة البدنية باستخدام طرق التحليل العاملي، ط١: (عمان ، دار الوراق للنشر والتوزيع

، ٢٠٠٠) .

الملاحظات	الأهمية النسبية	الإختبارات المرشحة	القدرات الحركية
	57%	١- من وضع الانبطاح على الأرض رفع الجذع للأعلى لأبعد مسافة ممكنة	المرونة
	80%	٢- تدوير العصا الخشبية خلف الرأس بكتفا اليدين (١٩)	
	40%	٣- من وضع الجلوس الطويل على الأرض ثني الجذع أمام أسفل لأبعد مسافة ممكنة	
	50%	١- إختبار الجري المكوكي (٦×٥)	الرشاقة
	36%	٢- إختبار الجري متعدد الجهات	
	92%	٣- إختبار ٥ : ٢ : ٤ : ٢ : ٥ (٢٠)	
	75%	١- الجلوس الطويل على مصطبة مع مد الذراعين جانباً (٢١)	التوازن
	45%	٢- التوازن الثابت من الوقوف	

٣-٤-٣ مواصفات الاختبارات المهارية المستخدمة في البحث :

٣-٤-٣-١ إختبار ضربة الابعاد الامامية (٢٢):

اسم الاختبار : ضربة الابعاد الامامية

غرض الاختبار : قياس دقة اداء ضربة الابعاد الامامية

الادوات المطلوبة : مضارب ريشة ، حبل ، قوائم اضافية بارتفاع (٢٤٤ سم) استمارة معلومات ، ملعب مخطط بتصميم الاختبار .

وصف الاداء :

- بعد ان يتم شرح الاختبار للمختبرين يعطى المختبرون وقتا مناسباً للاحماء ثم يعطى كل مختبر (٥) محاولات تجريبية .
- يقف المختبر في المنطقة المحددة ب (×)
- في اللحظة التي يرسل المدرب له الريشة يستطيع التحرك ان كان هذا التحرك ضروريا لانجاح المحاولة . و عليه ضرب الريشة بضربة ابعاد امامية (من فوق الراس) ليرسلها من فوق الشبكة ثم الحبل باتجاه المنطقة المحددة بالدرجات
- يعطى المختبر (١٢) محاولة تحسب له افضل ١٠ محاولات فقط

^{١٩} - ضاري توما . فوائد التمارين العلاجية بين الواقع والتطبيق: (كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، ٢٠٠٦)

^{٢٠} - مروان عبد المجيد . المصدر السابق . ص س

^{٢١} - ظافر حرب عويجلة الإبراهيمي : بناء وتقنين بطارية اختبار اللياقة البدنية للمعاقين على الكراسي المتحركة (شلال الأطراف السفلى) :

(رسالة ماجستير ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، ٢٠٠٧) .

^{٢٢} - وسام صلاح ، سامر يوسف ، صالح كاظم . الريشة الطائرة بين الممارسة و المنافسة (دار رضوان للنشر و التوزيع ، الاردن ،

٢٠١٢) ص ٦٧-٦٨

تقويم الاداء

- ١- يعطى للمختبر (٣) نقاط في حالة سقوط الريشة في المنطقة المحددة بمسافة (٥٠) سم بعد الخط الخلفي للملعب
 - ٢- يعطى للمختبر (٥) نقاط في حالة سقوط الريشة في المنطقة المحددة بمسافة (٧٦) سم بين الخط الخلفي للملعب و بداية خط الارسال الزوجي البعيد
 - ٣- يعطى للمختبر (٤) نقاط في حالة سقوط الريشة في المنطقة المحددة بمسافة (٧٠) سم بعد خط الارسال الزوجي البعيد
 - ٤- يعطى للمختبر نقطتين في حالة سقوط الريشة في المنطقة المحددة بمسافة (١٢٤) سم و التي تبدأ من نهاية النقطة (٤) و تنتهي بالخط الوهمي الممتد اسفل الحبل
 - ٥- تعطى درجة الاعلى في حالة سقوط الريشة على خط بين نقطتين ولا تعطى اية نقطة للريشة التي تسقط خارج حدود الملعب او تعلق بالشبكة
 - ٦- يكون الحد الاعلى للنقاط التي يستطيع المختبر تسجيلها في افضل (١٠) محاولات هو (٥٠) نقطة
 - ٧- يمكنك اداء مهارة ضربة الابعاد بصورة امامية او قطرية
- ٣-٤-٢ اختبار ضربة الابعاد الخلفية
اسم الاختبار : ضربة الابعاد الخلفية
غرض من الاختبار : قياس دقة اداء ضربة الابعاد الخلفية
الادوات المطلوبة : ملعب ريشة الطائرة مخطط بتصميم الاختبار . مضارب ريشة ، شريط لاصق ، استمارة معلومات ، ريش
وصف الاداء :
- بعد ان يتم شرح الاختبار للمختبرين يعطى المختبرون وقتا مناسباً للاحماء ثم يعطى كل مختبر (٥) محاولات تجريبية .
 - يقف المختبر في المنطقة المحددة ب (×)
 - يقوم المدرب بالارسال بحيث تصل الى جهة يسار المختبر (اذ كان ماسكا مضربه بذراع اليمين و العكس صحيح) بحيث تستطيع ضربها ضربة ابعاد خلفية
 - يعطى للمختبر (١٢) محاولة و تحسب له افضل (١٠) محاولات

- يستطيع المختبر التحرك لانجاح المحاولة و يستطيع كذلك ترك ايه ريشة يعتقد بان ردها لا تنتج منه محاولة ناجحة ، و اذ اعتقد المدرب بان ارساله غير صحيح ينادي (اعادة) و لاتحسب هذه المحاولة
 - يكون الحد الاعلى من النقاط التي يستطيع المختبر تسجيلها في افضل (١٠) محاولات هو (٤٠) نقطة
 - تقويم الاداء :
 - يعطى المختبر (١) نقطة في حالة سقوط الريشة في المنطقة المحددة بمسافة (١٩٨) سم الممتدة من خط الوسط اسفل الشبكة حتى خط الارسال القريب .
 - يعطى للمختبر نقطتين و ثلاث في حالة سقوط الريشة في المنطقة المحددة بمسافة (١٩٨) سم و التي تبدأ من خط الارسال القريب و تنتهي بخط الارسال الزوجي و البعيد
 - يعطى المختبر (٤) نقاط في حالة سقوط الريشة في المنطقة المحددة بمسافة (٧٦) سم و الممتدة بعد خط نهاية الساحة .
 - يعطى المختبر نقطتين في حالة سقوط الريشة في المنطقة المحددة بمسافة (٨٠) سم و التي تفصل بين خط الارسال الزوجي البعيد مع خط الارسال الفردي البعيد .
 - الريشة التي تعلق بالشبكة او تخرج خارج حدود الملعب (عدا المنطقة المحدد) لا تعطي اي نقطة
 - يمكن اداء ضربة الابعاد الخلفية بصورة امامية او قطرية .
- ٤-٣ التجربة الاستطلاعية :
- اجرى الباحث التجربة الاستطلاعية يوم الاربعاء بتاريخ ٢٠١٥/٢/١٨ على عينة من لاعبي منتخب جامعة بغداد بالريشة الطائرة و عددهم (٦) طلاب و ذلك للتأكد من مدى كفاءة فريق العمل المساعد في اجراء الاختبارات و دقة التسجيل النتائج ماهي المعوقات التي ظهرت اثناء اجراء التجربة الرئيسية
- ٥-٣ الاسس العلمية للاختبار
- ١-٥-٣ صدق الاختبار : ان الصدق " هو ان يقيس الاختبار ما وضع لقياسه و للحصول على صدق الاختبار قام الباحثه بعرض الاختبارات على مجموعة من الخبراء و المختصين لبيان رايهم حوله

مدى صدق الاختبارات للغرض الذي وضعت من اجل قياسه و بعد جمع الاستمارات و تفرغها تبين للباحث وجود نسبة اتفاق عالية بينهم و بذلك تحقق الصدق الظاهري للاختبارات

٢-٥-٣ ثبات الاختبار :- ثبات الاختبار يعني " اذا اجري الاختبار ما على عينة ثم اعيد هذا الاختبار على العينة نفسها و تحت ظروف نفسها فان النتائج التي ظهرت في المرة الاولى هي النتائج نفسها في المرة الثانية " اذ استخدم الباحث لايجاد معامل الثبات بطريقة الاختبار و اعادته لانها لنسب الظروف المتبعة في ثبات الاختبار في البحوث التجريبية و تم اجراء الاختبار في يوم الاربعاء الموافق ٢٠١٥/٢/١٨ و اعيد الاختبار نفسه لمرّة ثانية بعد سبعة ايام في يوم السبت الموافق ٢٠١٥/٢/٢٤ على العينة نفسها و تم معالجة البيانات احصائيا و من خلال استخدام معامل الارتباط البسيط (بيرسون)

٣-٥-٣ موضوعية الاختبار : ان الاختبار الذي تم استخدامه في البحث اتسم بالموضوعية لانه كان بعيد عن " التحيز او التعصب و عدم ادخال العوامل الشخصية للمختبر كرائه و اهوائه الذاتية و ميوله الشخصية و حتى تحيزه او تعصبه فهي تعني ان تصف الفرد كما هو موجود فعلا لاكما نريده "

٦-٣ التجربة الرئيسية : من اجل تحقيق اهداف البحث قامت الباحثة باجراء الاختبارات البدنية و الحركية و المهارية على الاندية التابعة لقضاء المحاويل يومي الاثنين و الثلاثاء المصادف ١٠-٩ / ٢٠١٥/٣ و على قاعة نادي المحاويل و اجراء الاختبارات البدنية و الحركية و المهارية على اندية بغداد على قاعة نادي الاثوري يومي الثلاثاء و الاربعاء المصادف ١١-١٢ / ٢٠١٥/٣

٧.٣ الوسائل الإحصائية :

استخدم الباحث الحقيبة الإحصائية (SPSS) الموجودة ضمن نظام (Windows 2010) لمعالجة البيانات التي تم الحصول عليها .

٤. عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها :

النتائج وتحليلها ومناقشتها:

يشمل هذا الباب على عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها، وعليه تم تحديد مجموعة جداول حول هذه البيانات، لأنها تُعدّ أداة توضيحية للبحث كونها تقلل من احتمالات الخطأ في المراحل المقبلة من البحث، وتعزز الأدلة العلمية، وتمنحها قوة^(٢٣).

٤- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

٤-١ عرض وتحليل الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للقدرات البدنية والحركية والمهارات الأساسية المستخدمة قيد البحث.

الجدول (٣)

الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للقدرات والحركية قيد البحث ن= (٤٦)

الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	وحدة القياس	القدرات البدنية
٧,٦٧٥	٤٦,٢٧٦	كغم	قوة القبضة اليمين
٥,٢٧٢	٣٧,٩٧٦	كغم	قوة القبضة اليسار
٦,٠٠٥	١٩,٦٦٨	عدد/ثا	الانبطاح المائل
١٧,٣٦٧	٢٦,٨٨٧	عدد/ثا	الجلوس من الرقود
٠,٨٥٥	٧,٧٤٠	متر	رمي الكرة الطبية
٢١,٨٠٧	٥٩,٦٠٠	ثانية	التوازن
١٢,٧٢٤	٥٦,٢٨٧	سم	مرونة الأكتاف
٤,٦٤٧	٤,٣٣٢	سم	نيلسون لرد الفعل
١,٤٠٥	٩,٣٣٧	ثانية	السرعة الانتقالية
١,٣٢٩	١١,١٧٥	ثانية	الرشاقة

من الجدول (٣) الخاص بالقدرات البدنية قيد البحث يتبين:

- في اختبار قوة القبضة (اليمين) بلغ الوسط الحسابي (٤٦,٢٧٦) وانحراف معياري قدره (٧,٦٧٥).
- في اختبار قوة القبضة (اليسار) بلغ الوسط الحسابي (٣٧,٩٧٦) وانحراف معياري قدره (٥,٢٧٢).
- في اختبار الانبطاح المائل بلغ الوسط الحسابي (١٩,٦٦٨) وانحراف معياري قدره (٦,٠٠٥).
- في اختبار الجلوس من الرقود بلغ الوسط الحسابي (٢٦,٨٨٧) وانحراف معياري قدره (١٧,٣٦٧).
- في اختبار رمي الكرة الطبية بلغ الوسط الحسابي (٧,٧٤٠) وانحراف معياري قدره (٠,٨٥٥).
- في اختبار التوازن بلغ الوسط الحسابي (٥٩,٦٠٠) وانحراف معياري قدره (٢١,٨٠٧).

^(٢٣) رودني شتملر؛ طرق الاحصاء في التربية الرياضية، ترجمة: عبد علي نصيف، ومحمود السامرائي، (بغداد: دار الحرية للطباعة، 1974)، ص35.

- في اختبار مرونة الأكتاف بلغ الوسط الحسابي (٥٦,٢٨٧) وبانحراف معياري قدره (١٢,٧٢٤).
- في اختبار نيلسون لرد الفعل بلغ الوسط الحسابي (٤,٣٣٢) وبانحراف معياري قدره (٤,٦٤٧).
- في اختبار السرعة الانتقالية بلغ الوسط الحسابي (٩,٣٣٧) وبانحراف معياري قدره (١,٤٠٥).
- في اختبار الرشاقة بلغ الوسط الحسابي (١١,١٧٥) وبانحراف معياري قدره (١,٣٢٩).

الجدول (٤)

الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للمهارات الأساسية المستخدمة قيد البحث

الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	وحدة القياس	المهارات الأساسية
٤,٦	٣٥,٥	درجة	الضربة الامامية
٥,٩	٣٤,٩	درجة	الضرب الخلفية

من الجدول (٤) الخاص بالمهارات المستخدمة قيد البحث يتبين:

- في اختبار مهارة الضربة الامامية بلغ الوسط الحسابي (٣٥,٥) وبانحراف معياري قدره (٤,٦).
 - في اختبار مهارة الضربة الخلفية بلغ الوسط الحسابي (٣٤,٩) وبانحراف معياري قدره (٥,٩).
- ٤-٢ عرض وتحليل ومناقشة علاقة الارتباط ونسبة المساهمة وأثر القدرات البدنية و الحركية في المهارات المستخدمة قيد البحث .
- ٤-٢-١ عرض وتحليل علاقة الارتباط ونسبة المساهمة وأثر القدرات البدنية و الحركية في مهارة الضربة الامامية .

الجدول (٥)

يبين معامل الارتباط ومستوى الخطأ ونسبة المساهمة بين القدرات البدنية و الحركية و مهارة الضربة الامامية

لعينة البحث

نسبة المساهمة	مستوى الخطأ	قيمة t	معامل الارتباط	القدرات البدنية
٠,٠٨٩	٠,١٤٠	٠,٣٧٩	٠,٢٩٩	قوة القبضة اليمين
٠,٠٦٥	٠,١٨٠	٠,٢٠٦	٠,٢٥٤	قوة القبضة اليسار
٠,٠٣١	٠,٢٦٥	٠,٥٨٨	٠,١٧٦-	الانبطاح المائل
٠,٠١٣	٠,٣٤١	٠,٣٤٤	٠,١١٦	الجلوس من الرقود
٠,٠٨٥	٠,١٤٦	٠,٢٣٥	٠,٢٩١	رمي الكرة الطبية
٠,٠٠٧	٠,٣٨٧	٠,٦٤٤	٠,٠٨١-	التوازن
٠,٠٠٧	٠,٣٨٤	٠,٨٢٤	٠,٠٨٤	مرونة الأكتاف
٠,٠٧٩	٠,١٥٥	٠,٣٧٦	٠,٢٨١-	نيلسون لرد الفعل
٠,١٥١	٠,٠٧٦	٠,٤٢٢	٠,٣٨٩	السرعة الانتقالية
٠,٠٠٢	٠,٤٤٢	١,٠٦٨	٠,٠٤١	الرشاقة

*معنوي عند مستوى الخطأ (٠,٠٥) إذا كان مستوى الخطأ أصغر من (٠,٠٥).

* قيمة (ر) الجدولية (٠,٥١٤) عند مستوى الخطأ (٠,٠٥) وأمام درجة حرية (٤٤).

من الجدول (٥) الخاص بعلاقة الارتباط بين القدرات البدنية و الحركية ومهارة الضربة الامامية يتبين الآتي:

- بلغ معامل الارتباط بين اختبار قوة القبضة (اليمين) ومهارة الضربة الامامية (٠,٢٩٩) بمستوى خطأ (٠,١٤٠) ونسبة مساهمة (٠,٠٩٨) .
- بلغ معامل الارتباط بين اختبار قوة القبضة (اليسار) ومهارة الضربة الامامية (٠,٢٥٤) بمستوى خطأ (٠,١٨٠) ونسبة مساهمة (٠,٠٦٥).
- بلغ معامل الارتباط بين اختبار الانبطاح المائل ومهارة الضربة الامامية (-٠,١٧٦) بمستوى خطأ (٠,٢٦٥) ونسبة مساهمة (٠,٠٣١).
- بلغ معامل الارتباط بين اختبار الجلوس من الرقود ومهارة الضربة الامامية (٠,١١٦) بمستوى خطأ (٠,٣٤١) ونسبة مساهمة (٠,٠١٣).
- بلغ معامل الارتباط بين رمي الكرة الطيبة ومهارة الضربة الامامية (٠,٢١٩) بمستوى خطأ (٠,١٤٦) ونسبة مساهمة (٠,٠٨٥).
- بلغ معامل الارتباط بين اختبار التوازن ومهارة الضربة الامامية (-٠,٠٨١) بمستوى خطأ (٠,٣٨٧) ونسبة مساهمة (٠,٠٠٧).
- بلغ معامل الارتباط بين اختبار مرونة الاكتاف ومهارة الضربة الامامية (٠,٠٨٤) بمستوى خطأ (٠,٣٨٤) ونسبة مساهمة (٠,٠٠٧).
- بلغ معامل الارتباط بين اختبار نيلسون لرد الفعل ومهارة الضربة الامامية (-٠,٢٨١) بمستوى خطأ (٠,١٥٥) ونسبة مساهمة (٠,٠٧٩).
- بلغ معامل الارتباط بين اختبار السرعة الانتقالية ومهارة الضربة الامامية (٠,٣٨٩) بمستوى خطأ (٠,٠٧٦) ونسبة مساهمة (٠,١٥١) .
- بلغ معامل الارتباط بين اختبار الرشاقة ومهارة الضربة الامامية (٠,٠٤١) بمستوى خطأ (٠,٤٤٢) ونسبة مساهمة (٠,٠٠٢) .

الجدول (٦)

يبين قيم تقديرات الحد الثابت والميل (الأثر) للقدرات البدنية و الحركية في أداء مهارة الضربة الامامية وأخطائها المعيارية ومستويات دلالاتها الحقيقية والارتباط المتعدد ونسبة مساهمتها ن = (٤٦)

المتغيرات	الميل β (الأثر)	الخطأ المعياري	قيمة t	مستوى الخطأ	مستوى الثقة	معامل الارتباط المتعدد	نسبة المساهمة
الحد الثابت	٢,٩٤٨	٧,٧٧١	٠,٣٧٩	٠,٧٢٤	٠,٢٧٦	٠,٧٣٦	٠,٥٤٢
قوة القبضة اليمين	-٠,٤٥٥٤	٠,٢٢١	٠,٢٠٦	٠,٨٤٧	٠,١٥٣		
قوة القبضة اليسار	٠,١٧١	٠,٢٩٠	٠,٥٨٨	٠,٥٨٨	٠,٤١٢		
الانبطاح المائل	-٠,٠٤٢٣٧	٠,١٢٣	٠,٣٤٤	٠,٧٤٨	٠,٢٥٢		
الجلوس من الرقود	٠,٠٠٨٩٠٨	٠,٠٣٨	٠,٢٣٥	٠,٨٢٦	٠,١٧٤		
رمي الكرة الطبية	١,١٧٥	١,٨٢٦	٠,٦٤٤	٠,٥٥٥	٠,٤٥٤		
التوازن	-٠,٠٢٩٣٩	٠,٠٣٦	٠,٨٢٤	٠,٤٥٦	٠,٥٤٤		
مرونة الأكتاف	-٠,٠٢٠٤٧	٠,٠٥٤	٠,٣٧٦	٠,٧٢٦	٠,٢٧٤		
نيلسون لرد الفعل	-٠,٠٧٥١٦	٠,١٧٨	٠,٤٢٢	٠,٦٩٥	٠,٣٠٧		
السرعة الانتقالية	٠,٤٨٥	٠,٤٥٤	١,٠٦٨	٠,٣٤٦	٠,٦٥٤		
الرشاقة	-٠,٨٣٣	٠,٧٧١	١,٠٨٠	٠,٣٤١	٠,٦٥٩		

*معنوي عند مستوى الخطأ (٠,٠٥) إذا كان مستوى الخطأ أصغر من (٠,٠٥).

يتبين من الجدول (٦):

- بلغ أثر الحد الثابت في مهارة الضربة الامامية (٢,٩٤٨) وبخطأ معياري قدره (٧,٧٧١) في حين بلغت قيمة (t) المحسوبة (٠,٣٧٩) وبمستوى خطأ (٠,٧٢٤) وبمستوى ثقة (٠,٢٧٦) ، في حين بلغ معامل الارتباط المتعدد (٠,٧٣٦) ونسبة مساهمة (٠,٥٤٢) .
- بلغ أثر اختبار قوة القبضة (اليمين) في مهارة الضربة الامامية (-٠,٤٥٥٤) وبخطأ معياري قدره (٠,٢٢١) في حين بلغت قيمة (t) المحسوبة (٠,٢٠٦) وبمستوى خطأ (٠,٨٤٧) وبمستوى ثقة (٠,١٥٣) ، في حين بلغ معامل الارتباط المتعدد (٠,٧٣٦) ونسبة مساهمة (٠,٥٤٢) .
- بلغ أثر اختبار قوة القبضة (يسار) في مهارة الضربة الامامية (٠,١٧١) وبخطأ معياري قدره (٠,٢٩٠) في حين بلغت قيمة (t) المحسوبة (٠,٥٨٨) وبمستوى خطأ (٠,٥٨٨) وبمستوى ثقة (٠,٤١٢) ، في حين بلغ معامل الارتباط المتعدد (٠,٧٣٦) ونسبة مساهمة (٠,٥٤٢) .
- بلغ أثر اختبار الانبطاح المائل في مهارة الضربة الامامية (-٠,٠٤٢٣٧) وبخطأ معياري قدره (٠,١٢٣) في حين بلغت قيمة (t) المحسوبة (٠,٣٤٤) وبمستوى خطأ (٠,٧٤٨) وبمستوى ثقة (٠,٢٥٢) ، في حين بلغ معامل الارتباط المتعدد (٠,٧٣٦) ونسبة مساهمة (٠,٥٤٢) .
- بلغ أثر اختبار الجلوس من الرقود في مهارة الضربة الامامية (٠,٠٠٨٩٠٨) وبخطأ معياري قدره (٠,٠٣٨) في حين بلغت قيمة (t) المحسوبة (٠,٢٣٥) وبمستوى خطأ (٠,٨٢٦) وبمستوى ثقة (٠,١٧٤) ، في حين بلغ معامل الارتباط المتعدد (٠,٧٣٦) ونسبة مساهمة (٠,٥٤٢) .

- بلغ أثر اختبار رمي الكرة الطيبة في مهارة الضربة الامامية (١,١٧٥) وبخطأ معياري قدره (١,٨٢٦) في حين بلغت قيمة (t) المحسوبة (٠,٦٤٤) وبمستوى خطأ (٠,٥٥٥) وبمستوى ثقة (٠,٤٤٥) ، في حين بلغ معامل الارتباط المتعدد (٠,٧٣٦) وبنسبة مساهمة (٠,٥٤٢) .
 - بلغ أثر التوازن في مهارة الضربة الامامية (-٠,٢٩٣٩) وبخطأ معياري قدره (٠,٠٣٦) في حين بلغت قيمة (t) المحسوبة (٠,٨٢٤) وبمستوى خطأ (٠,٤٥٦) وبمستوى ثقة (٠,٥٤٤) ، في حين بلغ معامل الارتباط المتعدد (٠,٧٣٦) وبنسبة مساهمة (٠,٥٤٢) .
 - بلغ أثر اختبار مرونة الأكتاف في مهارة الضربة الامامية (-٠,٢٠٤٧) وبخطأ معياري قدره (٠,٠٥٤) في حين بلغت قيمة (t) المحسوبة (٠,٣٧٦) وبمستوى خطأ (٠,٧٢٦) وبمستوى ثقة (٠,٢٧٤) ، في حين بلغ معامل الارتباط المتعدد (٠,٧٣٦) وبنسبة مساهمة (٠,٥٤٢) .
 - بلغ أثر اختبار نيلسون لرد الفعل في مهارة الضربة الامامية (-٠,٠٧٥١٦) وبخطأ معياري قدره (٠,١٧٨) في حين بلغت قيمة (t) المحسوبة (٠,٤٢٢) وبمستوى خطأ (٠,٦٩٥) وبمستوى ثقة (٠,٣٠٥) ، في حين بلغ معامل الارتباط المتعدد (٠,٧٣٦) وبنسبة مساهمة (٠,٥٤٢) .
 - بلغ أثر اختبار السرعة الانتقالية في مهارة الضربة الامامية (٠,٤٨٥) وبخطأ معياري قدره (٠,٤٥٤) في حين بلغت قيمة (t) المحسوبة (١,٠٦٨) وبمستوى خطأ (٠,٣٤٦) وبمستوى ثقة (٠,٦٥٤) ، في حين بلغ معامل الارتباط المتعدد (٠,٧٣٦) وبنسبة مساهمة (٠,٥٤٢) .
 - بلغ أثر اختبار الرشاقة في مهارة الضربة الامامية (-٠,٨٣٣) وبخطأ معياري قدره (٠,٧٧١) في حين بلغت قيمة (t) المحسوبة (١,٠٨٠) وبمستوى خطأ (٠,٣٤١) وبمستوى ثقة (٠,٦٥٩) ، في حين بلغ معامل الارتباط المتعدد (٠,٧٣٦) وبنسبة مساهمة (٠,٥٤٢) .
- عن طريق عرض نسبة مساهمة القدرات البدنية و الحركية في أداء مهارة الضربة الامامية نلاحظ أن
- ٤-٢-٢ عرض وتحليل علاقة الارتباط ونسبة المساهمة وأثر القدرات البدنية والحركية في مهارة (الضربة الخلفية) قيد البحث .

الجدول (٧)

يبين معامل الارتباط ومستوى الخطأ ونسبة المساهمة بين القدرات البدنية و الحركية ومهارة الضربة الخلفية

القدرات البدنية	معامل الارتباط	قيمة t	مستوى الخطأ	نسبة المساهمة
قوة القبضة اليمين	٠,١١٧	٠,٣٩٠	٠,٣٤٠	٠,٠٦٤
قوة القبضة اليسار	٠,١٤٠-	١,١٦٦	٠,٣٠٩	٠,٠٢٠
الانبطاح المائل	٠,٥٤٧	١,٢٢٨	*٠,٠١٧	٠,٠١٣
الجلوس من الرقود	٠,٣٠٦-	٠,٧٢٤	٠,١٣٤	٠,٠٩٤
رمي الكرة الطبية	٠,٤٦٦	٠,٥٦٩	٠,٢٧٧	٠,٠٥٨
التوازن	٠,١٧٥-	٠,٧٧٦	٠,٢٦٦	٠,٠٣١
مرونة الأكتاف	٠,١٥٩	٠,٤٠٤	٠,٢٨٥	٠,٠٢٥
نيلسون لرد الفعل	٠,١٥١-	٠,٦٣٢	٠,٢٩٥	٠,٠٢٣
السرعة الانتقالية	٠,١٤١-	٠,١٣٧	٠,٣٠٩	٠,٠٢٠
الرشاقة	٠,١٢٢	٠,٠٩٠	٠,٣٣٢	٠,٠١٥

*معنوي عند مستوى الخطأ (٠,٠٥) إذا كان مستوى الخطأ أصغر من (٠,٠٥).

* قيمة (ر) الجدولية (٠,٥١٤) عند مستوى الخطأ (٠,٠٥) وأمام درجة حرية (٤٤).

من الجدول (٧) الخاص بعلاقة الارتباط بين القدرات البدنية ومهارة الضربة الخلفية يتبين

الآتي:

- بلغ معامل الارتباط بين اختبار قوة القبضة (اليمين) ومهارة الضربة الخلفية (٠,١١٧) بمستوى خطأ (٠,٣٤٠) ونسبة مساهمة (٠,٠١٤).
- بلغ معامل الارتباط بين اختبار قوة القبضة (اليسار) ومهارة الضربة الخلفية (٠,١٤٠-) بمستوى خطأ (٠,٣٠٩) ونسبة مساهمة (٠,٠٢٠).
- بلغ معامل الارتباط بين اختبار الانبطاح المائل ومهارة الضربة الخلفية (٠,٥٤٧) بمستوى خطأ (٠,٠١٧) ونسبة مساهمة (٠,٢٩٩).
- بلغ معامل الارتباط بين اختبار الجلوس من الرقود ومهارة الضربة الخلفية (٠,٣٠٦-) بمستوى خطأ (٠,١٣٤) ونسبة مساهمة (٠,٠٩٤).
- بلغ معامل الارتباط بين رمي الكرة الطبية ومهارة الضربة الخلفية (٠,٤٦٦) بمستوى خطأ (٠,٢٧٧) ونسبة مساهمة (٠,٠٢٨).
- بلغ معامل الارتباط بين اختبار التوازن ومهارة الضربة الخلفية (٠,١٧٥-) بمستوى خطأ (٠,٢٦٦) ونسبة مساهمة (٠,٠٣١).
- بلغ معامل الارتباط بين اختبار مرونة الأكتاف ومهارة الضربة الخلفية (٠,١٥٩) بمستوى خطأ (٠,٢٨٥) ونسبة مساهمة (٠,٠٢٥).
- بلغ معامل الارتباط بين اختبار نيلسون لرد الفعل ومهارة الضربة الخلفية (٠,١٥١-) بمستوى خطأ (٠,٢٩٥) ونسبة مساهمة (٠,٠٢٣).

- بلغ معامل الارتباط بين اختبار السرعة الانتقالية ومهارة الضربة الخلفية (-٠,١٤١) بمستوى خطأ (٠,٣٠٩) وبنسبة مساهمة (٠,٠٢٠).
- بلغ معامل الارتباط بين اختبار الرشاقة ومهارة الضربة الخلفية (٠,١٢٢) بمستوى خطأ (٠,٣٣٢) وبنسبة مساهمة (٠,٠١٥).

الجدول (٨)

يبين قيم تقديرات الحد الثابت والميل (الأثر) للقدرات البدنية في أداء مهارة الضربة الخلفية وأخطائها المعيارية ومستويات دلالاتها الحقيقية والارتباط المتعدد ونسبة مساهمتها

المتغيرات	الميل β (الأثر)	الخطأ المعياري	قيمة t	مستوى الخطأ	مستوى الثقة	معامل الارتباط المتعدد	نسبة المساهمة
الحد الثابت	٤,٥٠٠	١١,٥٣٨	٠,٣٩٠	٠,٧١٦	٠,٢٨٤	٠,٧٥٤	٠,٥٦٩
قوة القبضة اليمين	٠,٣٨٣	٠,٣٢٩	١,١٦٦	٠,٣٠٩	٠,٦٩١		
قوة القبضة اليسار	٠,٥٢٩-	٠,٤٣١	١,٢٢٨	٠,٢٨٧	٠,٧١٣		
الانبطاح المائل	٠,١٣٢	٠,١٨٣	٠,٧٢٤	٠,٥٠٩	٠,٤٩١		
الجلوس من الرقود	٠,٠٣٢٠٨-	٠,٠٥٦	٠,٥٦٩	٠,٦٠٠	٠,٤٠٠		
رمي الكرة الطبية	٢,١٠٣-	٢,٧١٠	٠,٧٧٦	٠,٤٨١	٠,٥١٩		
التوازن	٠,٠٢١٤١	٠,٠٥٣	٠,٤٠٤	٠,٧٠٧	٠,٢٩٣		
مرونة الأكتاف	٠,٠٥١٠١	٠,٠٨١	٠,٦٣٢	٠,٥٦٢	٠,٤٣٨		
نيلسون لرد الفعل	٠,٠٣٦١٨-	٠,٢٦٤	٠,١٣٧	٠,٨٩٨	٠,١٠٢		
السرعة الانتقالية	٠,٠٦٠٣٩-	٠,٦٧٤	٠,٠٩٠	٠,٩٣٣	٠,٠٦٧		
الرشاقة	١,٤١٢	١,١٤٥	١,٢٣٤	٠,٢٨٥	٠,٧١٥		

*معنوي عند مستوى الخطأ (٠,٠٥) إذا كان مستوى الخطأ أصغر من (٠,٠٥).

- بلغ أثر الحد الثابت في مهارة الضربة الخلفية (٤,٥٠٠) وبخطأ معياري قدره (١١,٥٣٨) في حين بلغت قيمة (t) المحسوبة (٠,٣٩٠) وبمستوى خطأ (٠,٧١٦) وبمستوى ثقة (٠,٢٨٤) في حين بلغ معامل الارتباط المتعدد (٠,٧٥٤) وبنسبة مساهمة (٠,٥٦٩).
- بلغ أثر اختبار قوة القبضة (اليمين) في مهارة الضربة الخلفية (٠,٣٨٣) وبخطأ معياري قدره (٠,٣٢٩) في حين بلغت قيمة (t) المحسوبة (١,١٦٦) وبمستوى خطأ (٠,٣٠٩) وبمستوى ثقة (٠,٦٩١) في حين بلغ معامل الارتباط المتعدد (٠,٧٥٤) وبنسبة مساهمة (٠,٥٦٩).
- بلغ أثر اختبار قوة القبضة (يسار) في مهارة الضربة الخلفية (-٠,٥٢٩) وبخطأ معياري قدره (٠,٤٣١) في حين بلغت قيمة (t) المحسوبة (١,٢٢٨) وبمستوى خطأ (٠,٢٨٧) وبمستوى ثقة (٠,٧١٣) في حين بلغ معامل الارتباط المتعدد (٠,٧٥٤) وبنسبة مساهمة (٠,٥٦٩).
- بلغ أثر اختبار الانبطاح المائل في مهارة الضربة الخلفية (٠,١٣٢) وبخطأ معياري قدره (٠,١٨٣) في حين بلغت قيمة (t) المحسوبة (٠,٧٢٤) وبمستوى خطأ (٠,٥٠٩) وبمستوى ثقة (٠,٤٩١) في حين بلغ معامل الارتباط المتعدد (٠,٧٥٤) وبنسبة مساهمة (٠,٥٦٩).

- بلغ أثر اختبار الجلوس من الرقود في مهارة الضربة الخلفية (-٠,٣٢٠٨) وبخطأ معياري قدره (٠,٠٥٦) في حين بلغت قيمة (t) المحسوبة (٠,٥٦٩) وبمستوى خطأ (٠,٦٠٠) وبمستوى ثقة (٠,٤٠٠) في حين بلغ معامل الارتباط المتعدد (٠,٧٥٤) وبنسبة مساهمة (٠,٥٦٩) .
- بلغ أثر اختبار رمي الكرة الطيبة في مهارة الضربة الخلفية (-٢,١٠٣) وبخطأ معياري قدره (٢,٧١٠) في حين بلغت قيمة (t) المحسوبة (٠,٧٦٦) وبمستوى خطأ (٠,٤٨١) وبمستوى ثقة (٠,٥١٩) في حين بلغ معامل الارتباط المتعدد (٠,٧٥٤) وبنسبة مساهمة (٠,٥٦٩) .
- بلغ أثر التوازن في مهارة الضربة الخلفية (٠,٠٢١٤١) وبخطأ معياري قدره (٠,٠٥٣) في حين بلغت قيمة (t) المحسوبة (٠,٤٠٤) وبمستوى خطأ (٠,٧٠٧) وبمستوى ثقة (٠,٢٩٣) في حين بلغ معامل الارتباط المتعدد (٠,٧٥٤) وبنسبة مساهمة (٠,٥٦٩) .
- بلغ أثر اختبار مرونة الأكتاف في مهارة الضربة الخلفية (٠,٠٥١٠١) وبخطأ معياري قدره (٠,٠٨١) في حين بلغت قيمة (t) المحسوبة (٠,٦٣٢) وبمستوى خطأ (٠,٥٦٢) وبمستوى ثقة (٠,٤٣٨) في حين بلغ معامل الارتباط المتعدد (٠,٧٥٤) وبنسبة مساهمة (٠,٥٦٩) .
- بلغ أثر اختبار نيلسون لرد الفعل في مهارة الضربة الخلفية (-٠,٣٦١١٨) وبخطأ معياري قدره (٠,٢٦٤) في حين بلغت قيمة (t) المحسوبة (٠,١٣٧) وبمستوى خطأ (٠,٨٩٨) وبمستوى ثقة (٠,١٠٢) في حين بلغ معامل الارتباط المتعدد (٠,٧٥٤) وبنسبة مساهمة (٠,٥٦٩) .
- بلغ أثر اختبار السرعة الانتقالية في مهارة الضربة الخلفية (-٠,٠٦٠٣٩) وبخطأ معياري قدره (٠,٦٧٤) في حين بلغت قيمة (t) المحسوبة (٠,٠٩٠) وبمستوى خطأ (٠,٩٣٣) وبمستوى ثقة (٠,٠٦٧) في حين بلغ معامل الارتباط المتعدد (٠,٧٥٤) وبنسبة مساهمة (٠,٥٦٩) .
- بلغ أثر اختبار الرشاقة في مهارة الضربة الخلفية (١,٤١٢) وبخطأ معياري قدره (١,١٤٥) في حين بلغت قيمة (t) المحسوبة (١,٢٣٤) وبمستوى خطأ (٠,٢٨٥) وبمستوى ثقة (٠,٧١٥) في حين بلغ معامل الارتباط المتعدد (٠,٧٥٤) وبنسبة مساهمة (٠,٥٦٩) .

٤-٣ مناقشة نسبة مساهمة القدرات البدنية و الحركية في مهارة الضربة الامامية و الخلفية للعبة الريشة الطائرة :-

عن طريق عرض نسب المساهمة و القدرات البدنية في اداء مهارتي الضربة الامامية و الخلفية نلاحظ ان هناك تباين في هذه النسب مع بقية النسب الاخرى اذ اظهرت النتائج حصول (السرعة الانتقالية ، القوة العضلية ، سرعة الاستجابة) على نسب مساهمة مرتفعة مقارنة بالقدرات البدنية الاخرى حيث تعزو الباحثة السبب الى ان هذه القدرات البدنية لها تاثير ايجابي على رفع المستوى البدني و المهاري للاعب الريشة الطائرة ، و من ثم رفع مستوى الانجاز في مهارة الرضبة

الامامية بالريشة الطائرة و هذا ما اشار اليه (محسن علاوي)^(٢٤) " ان الصفات و القدرات البدنية ترتبط الى حد كبير بالمهارات الحركية و البدنية لمختلف ألوان النشاط الرياضية عن طريق التدريب الرياضي و يجب النظر في عمليات التدريب و تسليط الضوء على تنمية الصفات البدنية و كذلك تنمية المهارات الحركية على انها جزئين لعملية واحدة .

و تعزو الباحثة سبب ظهور نسب مساهمة عالية في قدرة القوة العضلية في مهارة الضربة الامامية و القوة الانفجارية للذراعين في مهارة الضربة الخلفية كنسب ذات اهمية و قدرات مؤثرة و هذا مما اكده كل من (محمد صبحي حسنين و حمدي عبد المنعم)^(٢٥) " ان القوة الانفجارية لكل من الذراعين تمثل اهمية خاصة فلا يمكن الحصول على اداء مهاري جيد من لاعب ليس لديه القدرة او القوة الانفجارية او اللاعب الذي يفتقر الى قوة الذراعين لا يمكن الحصول على اداء مهاري قوي "

اما بالنسبة للقدرات البدنية (السرعة الانتقالية و تحمل القوة) فقد اظهرت هذه القدرات نسب مساهمة مرتفعة في مهارتي الضربة الامامية و الخلفية للاعب الريشة الطائرة حيث ان لهذه القدرات تاثير ايجابي في ظهور هذه القدرات بالشكل الامثل خلال الاداء و تتفق الباحثة مع (قاسم حسن و منصور جميل العنبيكي)^(٢٦)

بان " اللياقة البدنية تؤدي دورا كبيرا في الاداء الحركي و المهاري للاعبين نظرا لوجود الارتباط الوثيق بينهما ، فضلا عن تطابق هذه الصفات النفسية و الموهلات التقنية لتحقيق البناء البدني و قابلية التوافق الحركي " اما بالنسبة لقدرة (سرعة الاستجابة الحركية) فقد اظهرت نسبة مساهمة فعالة و جيدة لمهارة الضربة الخلفية للاعب الريشة الطائرة ، فهذه من الصفات و القدرات المهمة للاعب اذ يحتاج اللاعب المستقبل للارسال الى سرعة استجابة حركية لان سرعة الريشة عنج الارسال تصل الى (٥٠ م / ثا) و ذلك يتطلب من اللاعب المستقبل سرعة استجابة حركية تصل الى (٠،١٠ - ٠،١٢) ثا .

^{٢٤} - محمد حسن علاوي ؛ علم التدريب، ط٩: (القاهرة ، دار المعارف، ١٩٩٣) ص ٥٥

^{٢٥} - محمد صبحي حسنين وحميد عبد المنعم ؛ الأسس العلمية للكرة الطائرة وطرق القياس، ط١ : (القاهرة ، مطبعة روز اليوسف ، ١٩٨٨) ص١٥٦

^{٢٦} - قاسم حسن حسين ومنصور جميل العنبيكي ؛ اللياقة البدنية وطرق تحقيقها: (بغداد ، مطبعة التعليم العالي ، ١٩٨٨) ، ص ٤٣ .

٥- الباب الخامس : الاستنتاجات و التوصيات و Conclusions and recommendations

١-٥ الاستنتاجات :-

- عن طريق ما جاء في الدراسة من نتائج، توصلت الباحثة إلى الاستنتاجات الآتية:
- ١- ان نسبة مساهمة القدرات البدنية مجتمعة بدقة اداء مهارة الضربة الامامية كانت (٠,٥٤٢) و هي قيمة تؤكد التأثير الواضح و المهم للقدرات البدنية في تلك المهارة
 - ٢- ان نسبة مساهمة القدرات البدنية مجتمعة بدقة اداء مهارة الضربة الخلفية كانت (٠,٥٦٩) و هي قيمة تؤكد التأثير الواضح و المهم للقدرات البدنية في تلك المهارة
 - ٣- من خلال تقدير المعاليم تم استنتاج المعادلة الخاصة بالانحدار المتعدد لتحديد القيمة التقديرية التنبؤية لمهارتي الضربة الامامية و الضربة الخلفية للعبة الريشة الطائرة
 - ٤- وضع تسلسل وفق الاهمية في متغيرات الدراسة (القدرات البدنية) للمهارات المستخدمة
 - ٣- هنالك نسبة مساهمة متفاوتة بين القدرات البدنية ومهارة الضربة الامامية ، فكان تسلسل النسب وفق الاهمية للقدرات البدنية هو (السرعة الانتقالية . القوة العضلية . سرعة الاستجابة الحركية .
 - ٤- هنالك نسبة مساهمة متفاوتة بين القدرات البدنية ومهارة الضربة الخلفية ، فكان تسلسل النسب وفق الاهمية للقدرات البدنية هو (تحمل القوة . التوازن . السرعة الانتقالية.
- ٥-٢ التوصيات :- في ضوء نتائج البحث فان الباحث يضع التوصيات التالية
- ١- التاكيد على ضرورة العمل على تطوير القدرات البدنية لمهارتي الرضبة الامامية و الخلفية عند وضع المناهج التدريبية للمدربي اندية القطر التي من شأنها الاسهام في رفع المستوى البدني و المهاري لدى عينة بالبحث
 - ٢- ضرورة اعطاء المدربين اهمية من الناحية التدريبية للقدرات التي اظهرت نسبة مساهمة قليلة و التي تسهم في اعداد اللاعب اعدادا مهاريا متكاملًا
 - ٣- من الضروري التاكيد على ان يكون تدريب القدرات البدنية و الحركية في ضوء المسار الحركي للاعب الذي يؤدي المهارة المعطاة الذي من شأنه رفع المستوى المهاري و البدني و الجركي في ان واحد
 - ٤- العمل على اجراء اختبارات دورية و تحليل المستوى البدني و المهاري على وفق تلك الاختبارات قبل بدء المنهج التدريبي و خلاله اذ يتم التعرف من خلاله على نقاط القوة و الضعف في المنهج التدريبي و ايجاد المعالجات بشانه

المصادر العربية والأجنبية : References

أولاً : المصادر العربية :

- ١- خاشع محمود : المدخل الى تحليل الانحدار . جامعة الموصل . ١٩٨٧
- ٢- امين انور الخولي . الريشة الطائرة التاريخ الدولي المهارت و الخطط و قواعد اللعب : القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٤
- ٣- الديري ، علي و محمد علي محمد ، مناهج التربية الرياضية بين النظرية و التطبيق ، دار الفرقان ، اربد الاردن (ص
- ٤- مازن عبد الهادي و مازن هادي كزار . الريشة الطائرة بين التعليم و التدريب ، (بيروت ، دار الكتب العالمية ، ٢٠١٣)
- ٥- وسام صلاح ، سامر يوسف ، صالح كاظم . الريشة الطائرة بين الممارسة و المنافسة (دار رضوان للنشر و التوزيع ، الاردن ، ٢٠١٢)
- ٦- رودى شتملر؛ طرق الاحصاء في التربية الرياضية، ترجمة: عبد علي نصيف، ومحمود السامرائي، (بغداد: دار الحرية للطباعة، 1974)
- ٧- علي سلوم جواد الحكيم ؛ الاختبارات والقياس والإحصاء في المجال الرياضي: (جامعة القادسية ، مطبعة الطيف ، ٢٠٠٤) .
- ٨- محمد صبحي حسانين ؛ القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية، ط١: (القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٥) .
- ٩- مروان عبد المجيد ؛ تصميم وبناء اختبارات اللياقة البدنية باستخدام طرق التحليل العاملي، ط١: (عمان ، دار الوراق للنشر والتوزيع ، ٢٠٠٠) .
- ١٠- ضاري توما . فوائد التمارين العلاجية بين الواقع والتطبيق: (كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، ٢٠٠٦)
- ١١- ظافر حرب عويجلة الإبراهيمي : بناء وتقنين بطارية اختبار اللياقة البدنية للمعاقين على الكراسي المتحركة (شلل الأطراف السفلى) : (رسالة ماجستير ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، ٢٠٠٧) .
- ١٢- محمد صبحي حسانين وحميد عبد المنعم ؛ الأسس العلمية للكرة الطائرة وطرق القياس، ط١ : (القاهرة ، مطبعة روز اليوسف ، ١٩٨٨)
- ١٣ - قاسم حسن حسين ومنصور جميل العنكي ؛ اللياقة البدنية وطرق تحقيقها: (بغداد ، مطبعة التعليم العالي ، ١٩٨٨)