

دراسة مقارنة في بعض القدرات الحركية بين لاعبي العاب المضرب (الريشة الطائرة، وكرة الطاولة، والتنس) للشباب

م.م. ماهر محمد اسماعيل □

□

٢٠١٦ م

١٤٣٧ هـ

مستخلص البحث باللغة العربية.

تضمن البحث خمسة أبواب احتوى الباب الأول على مقدمة البحث وأهميته وتم التطرق إلى برمجه عمليات التدريب والتي يجب ان تتلاءم مع القدرات الفرد الرياضي واستثمار إمكانياته الجسمية والبدنية والمهارية للوصول به إلى أفضل المستويات إذ عملت اغلب العلوم دورا مهما في المساعدة للوصول إلى أعلى المستويات اما مشكلة البحث عدم الاهتمام في الاستخدام العلمي للتشخيص الحركي في التفريق بين متطلبات القدرات الحركية لكل نوع من انواع رياضة المضرب الثلاث وهدف البحث الى التعرف على الفروق والتباين في قيم بعض القدرات الحركية (السرعة والمرونة والرشاقة والتوافق) فيرياضة العاب المضربتمثل مجتمع البحث بلاعبي الشباب في العراق فيالعاب المضرب الثلاث (الريشة الطائرة، وكرة الطاولة، والتنس) واستخدم الاختبارات الخاصة بالقدرات واستنتج الباحث يتباين لاعبي العاب المضرب (كرة الطاولة والريشة الطائرة والتنس الارضي). بالقدرات الحركية ولاعبي كرة الطاولة يمتلكون سرعة حركة لليدين ولاعبي الريشة الطائرة يمتلكون مرونة حركية ورشاقة حركية ولاعبي التنس الارضي يمتلكون توافق حركي اعلى من لاعبي كرة الطاولة والريشة الطائرة

Abstract.

A Comparative Study of Some Motor Abilities Between Three Youth Racket Sport Players (Badminton, Table – Tennis and Tennis)

The importance of the research lies in the training procedures programming and its suitability to the athlete's individual abilities to reach his/ her best level. The problem of the research lies in not paying enough attention to scientific diagnosis of movement thus not distinguishing between the motor abilities for each of the racket sports. The aim of the research is to identify the differences between some motor abilities (speed, flexibility, agility, and coordination) in racket sports. The subjects were youth racket sport players (badminton, table – tennis, and tennis). The researcher used special ability tests to conclude the variance between racket players (badminton, tennis, and table – tennis) in motor abilities

and table – tennis players have speed in hand movement, badminton players have motor flexibility, motor agility while tennis players have higher motor coordination compared to the other racket sport players.

١ – المبحث الأول: التعريف بالمبحث.

١-١ مقدمة البحث وأهميته:

من الألعاب الممتعة والمثيرة في العالم وذات شعبية كبيرة وتجذب جمهور كبير هي ألعاب المضرب التي أصبحت إنجازاتها ترتبط بالعلوم الأخرى ارتباطاً وثيقاً ولها اهتمام كبير مقارنة بالألعاب الأخرى على الساحة الرياضية الدولية، والتطور العلمي في مختلف المجالات الرياضية من الأساسيات الذي يعتمد عليه في برمجته عمليات التدريب والتي يجب ان تتلاءم مع القدرات الفرد الرياضي واستثمار إمكانياته الجسمية والبدنية والمهارية للوصول به إلى أفضل المستويات إذ عملت اغلب العلوم دوراً مهماً في المساعدة للوصول إلى أعلى المستويات ومنها ، إذ ان كل نوع من أنواع الأنشطة الرياضية يتميز عن النوع الأخر بالنسبة بالتوفر قدرات وسمات معينة للفرد الرياضي تؤهله لممارسته هذا النوع من النشاط وإمكانية الوصول إلى أعلى المستويات وألعاب المضرب الثلاث (الريشة الطائرة، وكرة الطاولة، والتنس) واحدة من هذه الرياضات التي يمتاز رياضيوها بموصفات جسمية بدنية وقدرات حركية ومهارية خاصة إضافة إلى الأداء الفني لكل لعبة مقارنة برياضة أخرى ولعل ان ألعاب المضرب الثلاث (الريشة الطائرة، وكرة الطاولة، والتنس) تعد من الرياضات ذات الأداء الفني المختلف لكل نوع والتي تعتمد على مستوى عالي من القدرات الحركية والبدنية. ولذلك تعد مفتاح الأداء المهاري والتميز في اثناء المباراة والمفتاح الرئيسي في تحقيق مستواه الإنجازي مما استرعى دراسة الحركية المؤثرة التي تتيح له استغلال الاداء المهاري بشكل مناسب ومفيد لما لها من تأثير فعال لكل نوع من انواع رياضة المضرب الثلاث (الريشة الطائرة وكرة الطاولة، والتنس) مما استرعى دراسة بعض القدرات الحركية لكل نوع من هذه الانواع ومقارنتها من خلال البيانات التي يحصل عليها الرياضيين للارتقاء بمستوى الأداء الفني لكل نوع من انواع هذه الرياضات الثلاث (الريشة الطائرة وكرة الطاولة، والتنس) ومن هنا تجلت أهميه البحث في دراسة مقارنة لبعض القدرات الحركية (السرعة الحركية والمرونة والرشاقة والتوافق) بين بعض اللاعبين لكل نوع من انواع رياضة المضرب الثلاث (الريشة الطائرة، وكرة الطاولة، والتنس) لفئة الشباب.

٢-١ مشكلة البحث:

ان ما تعاني منه فعاليات انواع رياضات المضرب الثلاث (الريشة الطائرة وكرة الطاولة، والتنس) هو تذبذب وضعف التطور في مستوى الإنجاز على المستوى المحلي والوطني منذ فترة من الزمن بسبب عدم الاهتمام في الاستخدام العلمي للتشخيص الحركي في التفريق بين متطلبات القدرات الحركية لكل نوع من انواع رياضة المضرب الثلاث (الريشة الطائرة، وكرة الطاولة، والتنس) وأدى إلى انحسار التطور بشكل واضح وظهر ذلك في عدم تحقيق إنجازات أفضل ولعل احد الأسباب الرئيسية هو عدم استخدام قياس عالي المستوى خلال انتقاء او تدريب الشباب والناشئين بتطوير القدرات الحركية (السرعة والمرونة والرشاقة والتوافق) لكل رياضة من الرياضات الثلاثة لذا حاول

الباحث دراسة هذه المشكلة من اجل الوقوف على متطلبات كل رياضة من هذه الرياضات الثلاثة التخصصية ووضع قياس جديدة لكل نوع من هذه الانواع لغرض المقارنة ببعض القدرات الحركية. من خلال المقارنة بينهم والحصول على معايير علمية حديثة يستطيع من خلالها الوصول إلى مستويات متقدمة.

٣-١ اهداف البحث:

١. التعرف على بعض القدرات الحركية (السرعة الحركية والمرونة والرشاقة والتوافق) في رياضة العاب المضرب الثلاث (الريشة الطائرة، وكرة الطاولة، والتنس)
٢. التعرف على الفروق والتباين في قيم بعض القدرات الحركية (السرعة والمرونة والرشاقة والتوافق) في رياضة العاب المضرب الثلاث (الريشة الطائرة، وكرة الطاولة، والتنس) لفئة الشباب والمقارنة بينهم

٤-١ فرض البحث:

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين بعض القدرات الحركية (السرعة الحركية والمرونة والرشاقة والتوافق) في رياضة العاب المضرب الثلاث (الريشة الطائرة، وكرة الطاولة، والتنس) لفئة الشباب

٥-١ مجالات البحث:

- ١-٥-١ المجال البشري: (١٨) لاعبي من فئة الشباب لأندية بغداد في العاب المضرب الثلاث (الريشة الطائرة، وكرة الطاولة، والتنس)
- ٢-٥-١ المجال الزمني: المدة من ١/١٢ / ٢٠١٦ ولغاية ٤/ ١٠ / ٢٠١٦
- ٣-٥-١ المجال المكاني: جامعة المستنصرية - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة والمدارس التخصصية في بغداد ونادي الارمن.

٢ - المبحث الثاني: منهج البحث وإجراءاته الميدانية.

١-٢ منهج البحث المستخدم:

استخدم الباحث المنهج الوصفي لملاءمته مشكلة البحث واستخدم تصميم المجموعات المقارنة

٢-٢ عينة البحث:

تم تحديد مجتمع البحث بالطريقة العمدية وتمثل بلاعبي الشباب في العراق في العاب المضرب الثلاث (الريشة الطائرة، وكرة الطاولة، والتنس) مجتمع البحث المتواجدين في مدينة بغداد حيث مثلوا اندية (الارمن والمدارس التخصصية) واختيار عينة منهم وعددهم (١٨)، بالطريقة العشوائية وتمثلت لكل فعالية (٦) لاعبي من فئة الشباب، (٦) لاعبي من نادي الارمن للريشة الطائرة و(٦) من المدارس التخصصية لكرة الطاولة و(٦) لاعبي من نادي الصيد للتنس.

٢-٣ وسائل جمع المعلومات والأدوات والأجهزة المستخدمة في البحث:

٢-٣-١ وسائل جمع المعلومات:

- المصادر والمراجع العربية والأجنبية
- الملاحظة والتجريب
- المقابلات الشخصية
- الاختبار والقياس
- شبكة المعلومات الدولية

٢-٣-٢ أدوات وأجهزة البحث:

- شريط قياس
- ساعة توقيت
- مسطرة مدرجة
- شواخص متنوعة
- مسطبة خشبية
- صافرة
- طباشير والوان ماجيك
- شريط لاصق

٢-٤ إجراءات البحث الميدانية:

٢-٤-١ اختبار نيلسون اختبار المسطرة: (١:١٢٣)

- الغرض من الاختبار: قياس سرعة الاستجابة الحركية للذراعين
- الادوات المستخدمة: مسطرة
- مواصفات اداء الاختبار: يقف اللاعب ويديه مسطرة وعلى المختبر ترك المسطرة ومسكها
- التسجيل: يحتسب فرق المسافة بالتدرج للمسطرة وحدة القياس سم

٢-٤-٢ اختبار نيلسون: (٢:٢٥٤)

- الغرض من الاختبار: قياس سرعة الاستجابة الحركية للرجلين
- الادوات المستخدمة: ساعة توقيت / شريط لاصق / شريط قياس

- مواصفات اداء الاختبار: يرسم خطان جانبيان يبعدان مسافة ٦.٤ م عن خط المنتصف الذي طوله ١م ويقف اللاعب على خط المنتصف ويقف المدرب امامه ويرفع يده الممسكة بساعة التوقيت وعند الاشارة الى احدى الجهتين يقوم بالركض على الاتجاه الذي يحدده المدرب وهكذا لكلا الاتجاهين.
- التسجيل: يحتسب الزمن المستغرق من الاشارة الى ان يعبر اللاعب الخط الجانبي كاملة وتعطى عشر محاولات لكل لاعب ولكلا الاتجاهين، وتعطى راحة بين كل محاولة واخرى مقدارها ٢٠ ثانية وتسجل المحاولة الافضل.

٢-٤-٣ اختبار حني الجذع من الوقوف: (٣: ١٣٠)

- غرض الاختبار: قياس مرونة الجذع وعضلات الفخذ
- الادوات اللازمة: مسطبة خشبية بطول ٢م وارتفاعها ٥٠سم ، او منضدة مسطحة تتحمل وزن المختبر، مقياس مدرج من الخشب او مسطرة طولها (٦٠) سم، ٣٠ سم للأسفل، ٣٠سم للأعلى ويكون الصفر في المنتصف، ويثبت الصفر على الحافة العليا للمسطبة.
- وصف الأداء: يتخذ المختبر وضع الوقوف حافي القدمين على حافة المسطبة بحيث تكون القدمان ملامستان لجانبي المقياس يقوم المختبر بثني الجذع إماماً أسفل بحيث تصبح اصابع اليد أمام المقياس ، ويحاول المختبر ثني الجذع لأقصى مدى ممكن محاولاً تمرير أصابع اليدين في مستوى اقل من سطح المسطبة والثبات في هذا الوضع.
- حساب الدرجات: تحتسب درجة المختبر بالسنتيمتر فإذا كانت تحت الصفر (تحت مستوى أصابع القدمين) فتحسب بالموجب، وإذا كانت فوق الصفر (فوق مستوى أصابع القدمين) فتحسب بالسالب. والشكل (٦) يوضح ذلك.

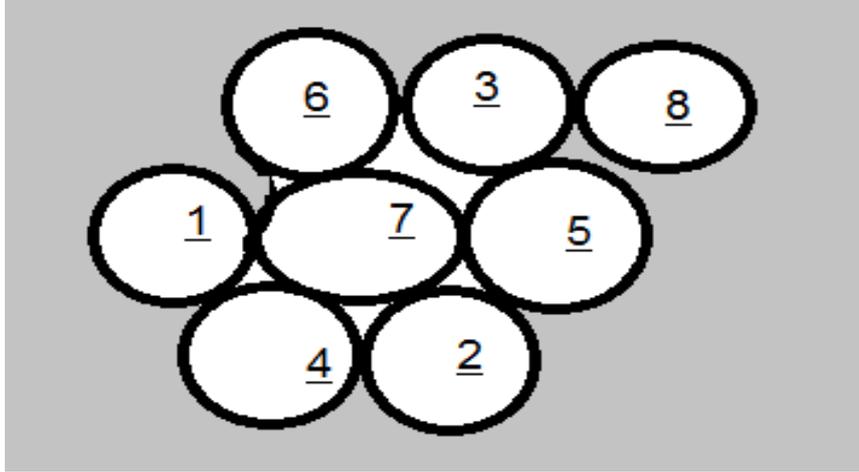
٢-٤-٤ اختبار الرشاقة الحركية الركض بين الشواخص (٢٠ م): (٤: ١٥٥)

- الهدف من الاختبار: قياس الرشاقة.
- الأدوات المستخدمة: شريط قياس وشواخص عدد (١٠) وساعة توقيت وصافرة.
- الأداء: يقوم اللاعب عند سماع الصافرة بالركض بين الشواخص قاطعاً مسافة (٢٠)م.
- التسجيل: يتم حساب الوقت المستغرق الأفضل من محاولتين منذ سماع الصافرة حتى عبور خط نهاية (٢٠)م.

٢-٤-٥ اختبار الدوائر المرقمة (١: ١٨٣)

- الغرض: قياس توافق الرجلين والعينين
- الأدوات: ساعة ايقاف، يرسم على الارض ثمان دوائر على ان يكون قطر كل منها (٦٠)سم وترقم الدوائر كما هو في الشكل،

- مواصفات الاداء: يقف المختبر داخل الدائرة رقم (١) وعند سمع اشارة البدء يقوم بالوثب الى الدائرة رقم (٢) ثم الى الدائرة رقم (٣) ثم الدائرة رقم (٤) . . . وهكذا حتى رقم (٨) يتم ذلك بأقصى سرعة
- التسجيل: يسجل للمختبر الزمن الذي يستغرقه في الانتقال عبر الثماني دوائر



الشكل (١)

يوضح اختبار الدوائر المرقمة

٢-٥ المعالجات الإحصائية:

استخدم الباحث الوسائل الإحصائية من خلال الحقيبة الإحصائية (SPSS) الرزم الإحصائية للنظم الاجتماعية وباستخدام القوانين الإحصائية ذات العلاقة

- الوسط الحسابي
- الانحراف المعياري
- اختبار تحليل التباين
- اختبار اقل فروق معنوية.

٣- المبحث الثالث: عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها.

عرض الباحث نتائج القياسات لعينة البحث، من خلال عرض الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية في جداول توضيحية بعد إجراء العمليات الإحصائية اللازمة لها، وذلك لسهولة ملاحظة النتائج، فضلاً عن إجراء المقارنة بين المجموعات الثلاث في الاختبارات من خلال تحليل وتفسير نتائج القياسات لمعرفة واقع الفروق ودلالاتها الإحصائية، على وفق المنظور العلمي الدقيق، من أجل تحقيق أهداف البحث وفروضه.

١-٣ عرض نتائج الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للقدرات الحركية وتحليلها:

عرض الباحث أولاً نتائج الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للقدرات الحركية للمجاميع البحث الثلاثة

في الجدول (١) وكما يأتي:

الجدول (١)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للقدرات الحركية للمجاميع الثلاثة

المتغيرات	وحدة القياس	كرة الطاولة		الريشة الطائرة		التنس	
		ع	س	ع	س	ع	س
السرعة الحركية لليدين	درجة	١,٢١١	١٧,٦٦	٠,٧٥٢	١٦.٢٠	٢,١٦٠	٦٦.٢٣
السرعة الحركية للرجلين	ثا	٠,٠٦٣	٩٠١.١	٠,٦٩٨	١,٦٠٧	٠,٠٦٩	٨٩٥.١
المرونة	سم	١,٢١١	٣٣٣.٤	٠,٨١٦	٦,٦٦٦	١,٢٦٤	٤,٠٠
الرشاقة الحركية	/ثا	٠,٥٧٢	٨٦٣.١٠	١٦٢.٠٠	٩٣٠.٩	٠,٢٢٨	١٥٠.١١
التوافق	/ثا	٢٧٩.٠٠	٨,٨٣٨	٢١٨.٠٠	٦٠٦.٨	٠,٧٩.٠٠	٣٢٥.٨

٢-٣ عرض نتائج تحليل التباين في القدرات الحركية للاختبار للمجاميع الثلاثة وتحليلها ومناقشته:

جدول (٢)

يبين تحليل التباين لمتغيرات القدرات الحركية بين المجاميع الثلاثة

المتغيرات	مصدر التباين	مجموع المربعات الحرة	درجات الحرية	متوسط المربعات	F المحسوبة	مستوى الخطأ	دلالة الفروق
السرعة الحركية لليدين	بين	١٠٩	٢	٥٠.٥٤	٤٠٣.٢٤	٠,٠٠٠	معنوي
	داخل	٥٠.٣٣	١٥	٢٣٣.٢			
السرعة الحركية للرجلين	بين	٣٣٩.٠٠	٢	٠,١٧٠	١,٠٢٥	٣٨٣.٠٠	عشوائي
	داخل	٤٨٤.٢	١٥	١٦٦.٠٠			
المرونة	بين	٣٣٣.٢٥	٢	٦٦٧.١٢	١٧٩.١٠	٠,٠٠٢	معنوي
	داخل	٦٦٧.١٨	١٥	٢٤٤.١			
الرشاقة الحركية	بين	٨٩٦.٤	٢	٤٤٨.٢	٠٥٤.١٨	٠,٠٠٠	معنوي
	داخل	٠٣٤.٢	١٥	١٣٨.٠٠			
التوافق	بين	٠,٧٨٨	٢	٣٩٤.٠٠	٨.٩٣٣	٠,٠٠٣	معنوي
	داخل	٠,٦٦١	١٥	٠,٠٠٢			

عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (٢-١٥)

أن قيم اختبار (F) المحسوبة للقدرات الحركية بالاختبارات للمجاميع الثلاثة في (السرعة الحركية لليدين والمرونة الحركية والرشاقة الحركية والتوافق الحركي) كانت أكبر من قيمة (F) عند مستوى (٠.٠٥) مما يدل على معنوية الفروق بين المجاميع الثلاثة أما سرعة الرجلين للمجاميع الثلاثة كانت أقل من قيمة (F) الجدولية البالغة عند مستوى دلالة (٠.٠٥) وأمام درجة حرية (٢-٩) وهذا دل على عدم وجود فروق معنوية بين المجاميع الثلاثة في هذا المتغير.

ولمعرفة الفروق بين المجاميع الأربعة قيد البحث لجأ الباحث إلى استعمال اختبار أقل فرق معنوي لتحديد تلك الفروق وكما موضح في الجدول اللاحق.

٣-٣ عرض وتحليل ومناقشة أقل فروق معنوية بين المجموعات:

١-٣-٣ عرض وتحليل أقل فروق معنوية بين المجموعات في السرعة الحركية لليدين.

الجدول (٣)

يبين اختبار أقل فرق معنوي بين المجاميع الثلاثة في الاختبار السرعة الحركية لليدين

المجاميع	الأوساط الحسابية	فرق الأوساط	مستوى الخطأ	دلالة الفروق
الأولى - الثانية	١٦.٢٠ - ١٧,٦٦	*٥٠٠.٢	٠.١١.٠	معنوي
الأولى - الثالثة	٦٦.٢٣ - ١٧,٦٦	*٠٠.٦	٠.٠٠.٠	معنوي
الثانية - الثالثة	٦٦.٢٣ - ١٦.٢٠	*٥٠٠.٣	٠.٠١.٠	معنوي

- ظهرت معنوية الفروق بين المجموعة الأولى (لاعبي كرة الطاولة) والمجموعة الثانية (لاعبي الريشة الطائرة)، إذ ظهرت قيمة فرق الأوساط بين المجموعتين (٥٠٠.٢) أكبر من قيمة (LSD) عند مستوى خطأ (٠.١١.٠). ولصالح المجموعة الأولى (لاعبي كرة الطاولة)
- وظهرت معنوية الفروق بين المجموعة الأولى (لاعبي كرة الطاولة) والمجموعة الثالثة (لاعبي التنس) إذ ظهرت قيمة فرق الأوساط بين المجموعتين (٠٠.٦) أكبر من قيمة (LSD) عند مستوى خطأ (٠.٠٠.٠). ولصالح المجموعة الأولى (لاعبي كرة الطاولة)
- وظهرت معنوية الفروق بين المجموعة الثانية والمجموعة الثالثة ظهرت قيمة فرق الأوساط بين المجموعتين (٣٩.١٧٠) أكبر من قيمة (LSD) عند مستوى خطأ (٠.٠١.٠). ولصالح المجموعة الثانية. (لاعبي الريشة الطائرة)

٣-٣-٢ عرض وتحليل اقل فروق معنوية بين المجموعات في المرونة الحركية.

جدول (٤)

يبين اختبار اقل فرق معنوي بين المجاميع في الاختبار في المرونة الحركية.

المجاميع	الأوساط الحسابية	فرق الأوساط	مستوى الخطأ	دلالة الفروق
الأولى - الثانية	٦,٦٦٦ - ٣٣٣ .٤	٣٣٣ .٢	٠٠٣ .٠	معنوي
الأولى - الثالثة	٠٠٠ .٤ - ٣٣٣ .٤	٣٣٣ .٠	٦١٢ .٠	غير معنوي
الثانية - الثالثة	٠٠٠ .٤ - ٦,٦٦٦	٦٦٦ .٢	٠٠١ .٠	معنوي

- ظهرت معنوية الفروق بين المجموعة الأولى (لاعبي كرة الطاولة) والمجموعة الثانية (لاعبي الريشة الطائرة)، إذ ظهرت قيمة فرق الأوساط بين المجموعتين (٣٣٣ .٢) أكبر من قيمة (LSD) عند مستوى خطأ (٠٠٣ .٠). ولصالح المجموعة الثانية (لاعبي الريشة الطائرة)
- وظهرت عشوائية الفروق بين المجموعة الأولى (لاعبي كرة الطاولة) والمجموعة الثالثة (لاعبي التنس) إذ ظهرت قيمة فرق الأوساط بين المجموعتين (٣٣٣ .٠) أكبر من قيمة (LSD) عند مستوى خطأ (٦١٢ .٠).
- وظهرت معنوية الفروق بين المجموعة الثانية والمجموعة الثالثة ظهرت قيمة فرق الأوساط بين المجموعتين (٦٦٦ .٢) أكبر من قيمة (LSD) عند مستوى خطأ (٠٠١ .٠). ولصالح المجموعة الثانية. (لاعبي الريشة الطائرة).

٣-٤ عرض وتحليل اقل فروق معنوية بين المجموعات في الرشاقة الحركية

الجدول (٥)

يبين اختبار اقل فرق معنوي بين المجاميع في الاختبار في الرشاقة الحركية

المجاميع	الأوساط الحسابية	فرق الأوساط	مستوى الخطأ	دلالة الفروق
الأولى - الثانية	٩٣٠ .٩ - ٨٦٣ .١٠	٩٣٨ .٠	٠٠١ .٠	معنوي
الأولى - الثالثة	١٥٠ .١١ - ٨٦٣ .١٠	٢٨١ .٠	٢٠٥ .٠	عشوائي
الثانية - الثالثة	١٥٠ .١١ - ٩٣٠ .٩	٢٢٠ .١	٠٠٠ .٠	معنوي

- ظهرت معنوية الفروق بين المجموعة الأولى (لاعبي كرة الطاولة) والمجموعة الثانية (لاعبي الريشة الطائرة)، إذ ظهرت قيمة فرق الأوساط بين المجموعتين (٥٠٠ .٢) أكبر من قيمة (LSD) عند مستوى خطأ (٠١١ .٠). ولصالح المجموعة الثانية (لاعبي الريشة الطائرة)
- وظهرت عشوائية الفروق بين المجموعة الأولى (لاعبي كرة الطاولة) والمجموعة الثالثة (لاعبي التنس) إذ ظهرت قيمة فرق الأوساط بين المجموعتين (الثانية (لاعبي الريشة الطائرة) أكبر من قيمة (LSD) عند مستوى خطأ (٢٠٥ .٠).

- وظهرت معنوية الفروق بين المجموعة الثانية (لاعبي الريشة الطائرة) والمجموعة الثالثة (لاعبي التنس) ظهرت قيمة فرق الأوساط بين المجموعتين (٢٢٠ .١) أكبر من قيمة (LSD) عند مستوى خطأ (٠.٠٠٠). ولصالح المجموعة الثانية.

٣-٥ عرض وتحليل اقل فروق معنوية بين المجموعات في التوافق الحركي

الجدول (٦)

يبين اختبار اقل فرق معنوي بين المجاميع في الاختبار في التوافق الحركي

المجاميع	الأوساط الحسابية	فرق الأوساط	مستوى الخطأ	دلالة الفروق
الأولى - الثانية	٦٠٦ .٨ - ٨,٨٣٨	٢٣١ .٠	٠,٧٥ .٠	عشوائي
الأولى - الثالثة	٣٢٥ .٨ - ٨,٨٣٨	٥١١ .٠	٠,٠٠١	معنوي
الثانية - الثالثة	٣٢٥ .٨ - ٦٠٦ .٨	٠,٢٨٠	٠,٣٦ .٠	معنوي

- ظهرت عشوائية الفروق بين المجموعة الأولى (لاعبي كرة الطاولة) والمجموعة الثانية (لاعبي الريشة الطائرة)، إذ ظهرت قيمة فرق الأوساط بين المجموعتين (٢٣١ .٠) أكبر من قيمة (LSD) عند مستوى خطأ (٠.٧٥).
- وظهرت معنوية الفروق بين المجموعة الأولى (لاعبي كرة الطاولة) والمجموعة الثالثة (لاعبي التنس) إذ ظهرت قيمة فرق الأوساط بين المجموعتين (٥١١ .٠) أكبر من قيمة (LSD) عند مستوى خطأ (٠.٠٠١). ولصالح المجموعة الأولى (لاعبي كرة الطاولة)
- وظهرت معنوية الفروق بين المجموعة الثانية (لاعبي الريشة الطائرة) والمجموعة الثالثة (لاعبي التنس) ظهرت قيمة فرق الأوساط بين المجموعتين (٠,٢٨٠) أكبر من قيمة (LSD) عند مستوى خطأ (٠.٣٦). ولصالح المجموعة الثانية.

٣-٦ مناقشة النتائج:

إن مؤشرات الدلائل التي تتعلق بالقدرات الحركية في أنواع رياضات المضرب الثلاث (الريشة الطائرة، وكرة الطاولة، والتنس) تدل على قيم واقع القدرات الحركية الخاصة التي يمتلكها لاعبي هذه الألعاب متباينة نظر لمتطلبات التطبيق الفني والذي يعني أداء الحركة المهاري لكل لعبة بمثابة وخصوصية وتحكم عالي ويجب أن تكون الحركة وفقاً لمتطلبات المهارات الخاصة ووفقاً للأوضاع الذي يتخذها الجسم وأجزائه خلال هذه المراحل الاداء، ومتطلبات بذل القوة واتجاهها. ونجد إن سرعة حركة اليدين اعلى مستوى لرياضي كرة الطاولة وهذا له علاقة بنوع الفعالية وما يتطلب توافر قدرات حسية عالية نتيجة سرعة اللعبة ودقة أداها التي تقتضي من اللاعب سرعة إدراك لمواقف اللعب المختلفة ولذلك ان التمارين الخاصة الموضوعه لرياضي كرة الطاولة تعمل على تنمية القدرات الخاصة بالإحساس بحركة الكرة والخصم

والعمل على سرعة الاستجابة الخاصة واتخاذ القرار الصحيح وهذا بالطبع يتطلب تطوير صفة سرعة الحركة لليدين الوصول إلى دقة وسرعة الحكم على الموقف وبما يضمن سرعة الاستجابة عن طريق احتوائه على تمارينات وتشكيلات تميزت بأدائها الحركي بالتعامل مع الكرة. ويؤكد هنا (محمد محمد الشحات) الى ان "عند أداء الضربة الأمامية أو الخلفية بكرة المنضدة يجب ملاحظة عودة اللاعب إلى وضع الاستقبال بأسرع ما يمكن بعد أداء كل ضربة إلا إذا استطاع اللاعب بصدق وتوقع ومعرفة المكان الذي ستصل إليه الضربة التالية" (٤: ٨) لذلك من المنطقي ان تكون تدريبات لاعبي كرة الطاولة لتطوير سرعة الاستجابة لليدين.

وحصل (لاعبي الريشة الطائرة) على اعلى مستوى بالمرونة الحركية والرشاقة ، إن لمتغير المرونة والرشاقة الحركية علاقة بالأوضاع التي يتخذها الجسم أثناء الأداء وخاصة العلاقة بين الرجلين والذراعين والجذع من خلال أداء الدفاع والهجوم والانحناءات الكثيرة والاستدارات وتغير الاتجاهات مع المحافظة على السرعة والتوازن وهنا تشير (أضواء ورور) الى ان الريشة الطائرة "تأخذ طابعا ديناميكيا يتطلب التفاعل المستمر من اللاعب للتعامل مع متغيرات الاداء من قبل تحقيق نتائج ايجابية، يدخل في ضمنها قدرة اللاعب وامكانياته في الاداء الجيد" (٥: ٣٥). لذلك يعمل المدرب على ان تكون التمارين الموضوعية على وفق المعايير الخاصة بالمهارة من خلال خلق هذه التمارينات الخاصة التي يمكن ان تغير وتتناسب مع متطلبات الرياضة الخاصة مما ساعد في تحسين وقدرة اللاعب في التحرك بسرع واتجاهات وبمرونة عالية وتشير (إيمان نجم الدين) الى ان لعبة الريشة الطائرة " لعبة فردية ذات مستوى عال تتطلب جهداً أكبر وسرعة أداة ورشاقة ومرونة فهي لعبة تعتمد على إظهار طاقة الفرد" (٦: ٢٤)

وحصل لاعبي التنس الارضي على اعلى مستوى في التوافق الحركي نتيجة متطلبات الاداء لهذه اللعبة باستخدام حركات كبيرة وبقوة عالية وتنسيق عالي بين القوة للرجلين واليدين مع قدرة عالية بالاحساس كون هذه الرياضة تعتمد على فعالية الارسال والضربتين الامامية والخلفية التي تعد حجر الاساس لهذه اللعبة ولقد أكدت المصادر لتعليم مهارتي الضربتين الأرضيتين الأمامية والخلفية وعلى شكل خطوات رئيسة وهي " ضبط الخطوات وعدم تقاطعها. وتوافق الدوران مع المرجحتين الأمامية والخلفية لضرب الكرة. والتوقيت والتقدير الصحيح بمكان ضرب الكرة ومتابعة ضرب الكرة." (٧: ٢٠) لذلك من المنطقي ان يمتلك لاعبو التنس الارضي اعلى توافق حركي مقارنة بالمجموعات الاخرى.

ويعزو الباحث الى النتائج الغير معنوية بين (كرة الطاولة والتنس) في متغير المرونة الحركية والرشاقة الحركية وبين(كرة الطاولة والريشة الطائرة) في التوافق الحركي الى ان هناك تشابه في متطلبات هذه الفعاليات مما يدفع المدربين الى تطوير هذه القدرات بصورة مستمرة مما جعل هذه النتائج متقاربة وظهرت هذه النتائج بهذا الشكل.

٤ - المبحث الرابع: الاستنتاجات والتوصيات:

٤-١ الاستنتاجات:

١. يتباين لاعبي العاب المضرب (كرة الطاولة والريشة الطائرة والتنس الارضي) . بالقدرات الحركية
٢. لاعبي كرة الطاولة يمتلكون سرعة حركة لليدين اعلى من لاعبي الريشة الطائرة والتنس الارضي.
٣. لاعبي الريشة الطائرة يمتلكون مرونة حركية ورشاقة حركية اعلى من لاعبي كرة الطاولة والتنس الارضي.
٤. لاعبي التنس الارضي يمتلكون توافق حركي اعلى من لاعبي كرة الطاولة والريشة الطائرة

٤-٢ التوصيات والمقترحات:

١. ضرورة اعتماد القدرات الحركية عند تدريب وتطور اللاعبين حسب الاختصاص
٢. ضرورة اعتماد المعايير من اجل انتقاء اللاعبين لوفق التخصص الخاص بالعب المضرب
٣. التأكيد على اختيار أصحاب السرعة العالية لليدين في كرة الطاولة والمرونة والرشاقة للريشة الطائرة والتوافق للتنس الارضي.
٤. إجراء دراسات مشابهة. تقارن بين القياسات الجسمية والميكانيكية.

المصادر.

١. ريسان خريبط؛ موسوعة القياسات والاختبارات في التربية البدنية. ج ١ (بغداد. مطابع التعليم العالي. ١٩٨٩)
٢. محمد صبحي حسانين: القياس والتقويم في التربية البدنية: ط٦، القاهرة، دارالفكر العربي، ٢٠٠٠
٣. علي سلوم: الاختبارات والقياس والإحصاء في المجال الرياضي، ٢٠٠٤
٤. محمد الشحات. ألعاب المضرب، ط١: (مكتبة الأيمان للنشر والتوزيع، المنصورة، أمام جامعة الأزهر، ١٩٩٦م)
٥. أضواء ورور؛ تحليل مستوى التحصيل المعرفي وعلاقته بأداء بعض المهارات الأساسية في لعبة الريشة الطائرة. رسالة ماجستير. جامعة ديالى - كلية التربية الرياضية ٢٠٠٥
٦. إيمان نجم الدين؛ منهج تدريبي مقترح لتطوير القدرة اللاهوائية والهوائية وتأثيرها في بعض المتغيرات البدنية والوظيفية والمهارية لدى لاعبي الريشة الطائرة. اطروحة دكتوراه. كلية التربية الرياضية للبنات - جامعة بغداد. ٢٠٠٥
٧. هه فال خور شيد رفيق. تحليل وتقويم أداء لاعبي التنس المتقدمين من خلال استخدام نظام ملاحظة مقترح: (رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، ١٩٩٧م)