

تأثير تحديد مناطق في ملعب التنس الارضي لتطوير دقة الضربة الامامية والخلفية
للمعاقين

Determine the impact areas at the tennis stadium for
the development of precision strike the front and rear of
the disabled

أ.م.د. سهى حافظ مهدي

كلية الطب البيطري اختصاص معاقين / علم نفس

الملخص

هدف البحث الى التعرف على تأثير المنهج التجريبي في تطوير دقة الضربات الامامية و الخلفية بالتنس الارضي و قام الباحث باختيار المنهج التجريبي بأسلوب المجموعتين المتكافئتين (التجريبية و الضابطة) ذات الاختبارين القبلي والبعدي لملائمته لطبيعة البحث و تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية اذ تكونت من (١٠) لاعبين من لاعبي المنتخب الوطني العراقي للتنس الارضي للمعاقين (فئة الناشئين) اذ تم تقسيمهم بالطريقة العشوائية الى مجموعتين تجريبية وضابطة و مجموعه متكونه من (٥) لاعبين ، و كان اختبار البحث هو اختبار (Hensely) لقياس دقة الضربة الامامية و الخلفية ، و تم تطبيق منهج تدريبي لتطوير دقة الضربات الامامية و الخلفية ، و بعدها تم اجراء الاختبار البعدي و تم معالجة البيانات احصائياً لاستخراج نتائج البحث و تم التوصل الى الاستنتاجات اهمها ان تحديد مناطق في ملعب التنس الارضي ذات فاعلية في تطوير دقة الضربة الامامية و الخلفية.

Abstract

The aim of the research was to identify the impact of the training curriculum in the development of precision strikes the front and rear tennis ground , and the researcher to choose the experimental method style groups Almtakavitin (experimental and control) with tests pre and post suitable of the nature of the search , was chosen as a simple search as deliberate , as consisting of (10) players from the national team players Iraqi tennis ground from people with disabilities (junior class) , as were divided randomly into two groups experimental and control group , each group is composed of (5) players , and was

a test search is a test (Hensely) o measure the accuracy strikes front and rear , were applied training curriculum to develop accurate strikes the front and rear , and then was a post – test data processing were statistically to extract search results , was the most important conclusions that identify areas at the tennis stadium effective in the development of precision strike the front and rear.

١-١ الباب الاول (التعريف بالبحث):

١-١ مقدمه البحث واهميته :

تعد الرياضة هي الوسيلة التي تقرب الفرد المعاق من المجتمع لتقضي على حالة العزلة و الانفراد التي يواجهها من جراء عوقه و ان التدريب الرياضي للمعاق تعد ظاهرة تتميز بها المجتمعات المتطورة ، و ادراك المسؤولية بأهمية ورعاية هذه الشريحة الاجتماعية لتؤدي دورها الايجابي في مجال الرياضة اذ ان الهدف من العملية التدريبية هو محاولة الوصول الى افضل مستوى من الاداء الحركي للإنجاز وبعكس واقع المستوى الرياضي التي تهدف اليه العملية التدريبية و تعد رياضة المعاقين احدى الرياضات التي تسعى لتحقيق قدرات الفرد المعاق وامكانياته الجسمية و الفكرية و صقل واعداد شخصيته و تأهيله تأهيلا جيدا من خلال بناء برنامج يهدف الى تطوير هذه العوامل.

وان لعبه التنس الارضي احدى العاب الكرة التي تعتمد بصوره كبيرة علي وضع الاستعداد للتعامل مع كره الخصم و من ثم بذل جهد مناسب لرد الكرة بصورة مؤثرة ومحاولة الحصول على نقطة في اثناء تبادل الكرات بين اللاعبين اثناء اللعب من خلال الضربات الارضية و الامامية و الخلفية ، و من اجل تطوير دقة الضربة الامامية و الخلفية لابد من ايجاد وسائل لتطوير هذه المهارتين من هذه الوسائل تحديد اماكن في الملعب لزياده دقة الضربة الامامية و الخلفية.

و من هنا تتجلى اهمية البحث في استخدام اماكن محددة في الملعب و التي تعد الاصعب على اللاعب المنافس لزياده دقة الضربة الامامية و الخلفية كمحاولة علميه و وسيلة جديدة لتطوير المهارات الاساسية بلعبة التنس و اظهار ما هو ايجابي في مجال تطور الاداء على اساس علمي مدروس

١-٢ مشكلة البحث :

تعد لعبة التنس الارضي من الالعاب الرياضية التي تحتاج الى الدقة في اداء اللعب وذلك لأنه طريقة اللعب تتطلب من اللاعبين استغلال نقاط الضعف في اللاعب الخصم و اداء الضربات على اماكن البعيدة عن اللاعب لتكون صعبة الدفاع للحصول على النقاط.

وقد لاحظ الباحث بأن تدريب لاعبي التنس الارضي المعاقين على الضربات الامامية و الخلفية لا يكون ذو فاعلية و ذلك لأنه لا يتم توجيه اللاعبين في اللعب على الاماكن الاصعب في الدفاع و هي زاويتي الملعب الخصم بالنسبة للضربات الامامية و الخلفية لذلك قام الباحث بتحديد هذه الاماكن و اعداد منهج تدريبي للعب على هذه الاماكن لتطوير الضربات الامامية و الخلفية للاعبين التنس الارضي للمعاقين (فئة الناشئين).

٣-١ اهداف البحث :

١- اعداد منهج تدريبي لتطوير دقة الضربات الامامية و الخلفية بالتنس الارضي.

٢ - التعرف على تأثير المنهج التدريبي في تطوير دقة الضربات الامامية و الخلفية بالتنس الارضي.

٤-١ فروض البحث :

١- هناك فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبية و الضابطة و لصالح الاختبار البعدي.

٢- هناك فروق ذات دلالة احصائية بين المجموعتين التجريبية و الضابطة في الاختبار البعدي و لصالح المجموعة التجريبية.

٥-١ مجالات البحث :

١-٥-١ المجال البشري : لاعبي المنتخب الوطني العراقي للتنس الارضي للمعاقين (فئة الناشئين).

١-٥-٢ المجال الزمني : المدة من ٢٤/٧/٢٠١٧ و الى غاية ٢٨/٩/٢٠١٧ .

١-٥-٣ المجال المكاني : ملاعب التنس في كلية التربية الرياضية جامعه بغداد الجادريه٣-٣ الادوات والاجهزة والوسائل المستخدمة في البحث.

٢- الباب الثاني (الدراسات النظرية)

١-٢ المهارات الاساسية في لعبة التنس الارضي:

مما لا شك فيه انا لأي لعبة مهاراتها الخاصة بها و التي تعتمد على تنفيذها على شروط ادائها بالشكل الصحيح ، و تعتمد لعبة التنس على مهارات اساسية و التي لها الدور البارز في اظهار مدى صعوبة التكنيك

ومدى الجمالية في الاداء و من هذه المهارات هي الضربة الامامية و الضربة الخلفية و ضربة الارسال فضلا عن الضربات العالية و الضربات الطائرة و الضربة الساحقة.

اجمعت في المصادر و البحوث العلمية كلها على ان المهارات الاساسية في لعبة التنس تشمل الارسال و الضربتين الامامية و الخلفية و تنفرع منها الضربات الطائرة و العليا و الضربة الساحقة و الضربة الساقطة وان المهارات الاساسية تشكل نسبة (٨٠ ٪) من استخداماتها في اثناء اللعب اذ يستهل المبتدئ بتعليمها اولا بشكل اساس اذ تعد بمثابة حجر الاساس لاعداد اللاعبين و تعد مهارات هجومية ودفاعية في الوقت نفسه^(١).

٢-٢ مهاراتا الضربتين الارضيتين الامامية و الخلفية:

تعد هذه الضربتان من اكثر المهارات استخداما في اثناء المباريات في التنس حيث تتميز بسهولة تعلمها وادائها بصورة جيدة و اكثرها استخداما في عالم التنس بالنسبة للاعبين المبتدئين و المتقدمين حيث يقصد بالضربة الارضية الامامية ضرب الكرة و هي امام اللاعب او من جهة الذراع الحاملة للمضرب اما بالنسبة الى الضربة الارضية الخلفية فيقصد بها ضرب الكرة من الجهة المعاكسة ليد اللاعب التي تحمل المضرب وسميت كذلك لانها تلعب بوجه المضرب الخلفي اذ ان "الضربة الامامية تضرب بوجه المضرب من جهة اليسار و الضربة الخلفية تضرب بوجه المضرب من جهة اليمين كما و تعد الضربة الخلفية من الضربات الكثيرة الاستعمال في هذه اللعبة و اهميته لا تقل عن اهمية الضربة الامامية لان ضرب الكرة اثناء المباريات يكون دائما اما من امام اللاعب او يمينه و اما من يسار اللاعب^(٢)

اذ تشكيل هاتان مهارتان معظم قوة اللعب وتمتاز باهميتها لاستخدامها كضربات دفاعية وهجومية ، و تشكل ايضا حجر الزاوية في اللعب الصحيح في التنس ، و تنشق هاتين الضربتين ضربات عده منها (الضربة الطائرة و النصف الطائرة و العالية و الساقطة).

(١) ظافر هاشم اسماعيل ، الاسلوب التدريس المتداخل وتأثيره في التعلم والتطور من خلال الخيارات التنظيمية المكانية لبيئة تعليم التنس : (اطروحة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، ٢٠٠٢) ، ص٦٨.

(٢) علي سلوم جواد ، العاب الكرة والمضرب التنس الارضي : (جامعة القادسية ، مطبعة الطيف ، ٢٠٠٢) ، ص٨٥.

و يتفق مع ذلك (ايلين : ١٩٨٦) اذ يذكر " بأن الضربات الارضية الامامية و الخلفية تعد مألوفة واكثرها انتشارا و تتميز بسهولة ادائها قياساً بالضربات الاخرى... ويجب على اللاعب تعلمها جيدا و التحكم فيها قبل البدء في تعلم الضربات الاخرى"^(٣) .

ويذكر (Murphy:١٩٨٧) " ان الضربات الامامية و الخلفية لا تزال تشكل حجر الزاوية للعب الصحيح للتنس و على اللاعبين تعلم لعبة التنس من خلال تعلم الضربات الامامية اولاً"^(٤) .

و يذكر طارق " ان الضربة الامامية هي من اهم الضربات واكثرها استخداما في التنفس و تتميز بسهولة تعلمها و ادائها بصورة جيدة و هي ضربة جميلة تقود اللاعب الى الفوز بالنقاط"^(٥) .

و اخيراً يذكر مجموعة خبراء اتحاد التنس في الولايات المتحدة الامريكية ان الضربات الارضية الامامية و الخلفية تعتمد على سلسله متعاقبة من الحركات التي لا بد من اتقانها بقدرة عالية و جعلها حركة واحدة متدرجة فيما بينها و هي^(٦)

١- الامساك بالمضرب.

٢- وقفة الاستعداد.

٣- الدوران مع المرجح الخلفية.

٤- الخطوة.

٥- المرجحة الامامية لملامسة الكرة بالمضرب.

٦- المتابعة مع الكرة.

(٢) ايلين وديع فرج ، التنس - تعليم - تدريب - تقييم - تحكيم : (الاسكندرية ، منشأة المعارف ، ١٩٨٦) ، ص ٥١ .

(٣) Bill Murphy (١٩٨٧) ، (ترجمة) سمير مسلط (واخرون) ، الكتاب الشامل لتمرين البطولة في التنس (بغداد ، مطابع التعليم العالي ، ١٩٩٥) ، ص ٢٥ .

(٤) طارق حمودي امين الجلبي ، العاب الكرة والمضرب : (جامعة بغداد ، مديرية الكتب للطباعة والنشر ، ١٩٨٧) ، ص ٤٢ .

(٥) ليث حبيب ، تأثير بعض الاساليب التطبيقية في تعلم الاداء الفني ودقة الانجاز للضربتين الارضيتين الامامية والخلفية بكرة التنس: (رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، ١٩٩٦) ، ص ٢١ .

٧- نهاية الحركة .

٣- منهجية البحث واجراءاته الميدانية :

٣-١ منهج البحث :

ان اختيار المنهج يعتمد اساساً على طبيعة المشكلة المراد حلها ، لذا استخدم الباحث المنهج التجريبي بأسلوب المجموعتين المتكافئتين (التجريبية والضابطة) ذات الاختبارين القبلي والبعدي لملائمته لطبيعة البحث.

٣-٢ عينة البحث:

اختيرت عينة البحث بالطريقة العمدية اذ تكونت من (١٠) لاعبين من لاعبين المنتخب الوطني العراقي للتنس الارضي للمعاقين (فئة الناشئين) اذ تم تقسيمهم بالطريقة العشوائية الى مجموعتين تجريبية وضابطة ، كل مجموعة متكونة من (٥) لاعبين ، اذ تم اجراء التكافؤ بين المجموعتين لكي التحقق من عشوائية الفروق بين المجموعتين لكي يتم الانطلاق من خط شروع واحد ، و لغرض تحقيق التكافؤ استخدم الباحث قانون (t) بين المجموعتين.

الجدول (١)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (t) المحسوبة ونسبة الخطأ بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار القبلي لاختبار (Hensely)

المتغيرات	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		(t) المحسوبة	نسبة الخطأ	الفروق
	س	ع	س	ع			
اختبار (Hensely)	١٤٨	٠,٨٣٦	٢	٠,٢٣٥	٠,٤٠٨	٠,٦٩٣	غير معنوي

يتبين من الجدول (١) بان الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في اختبار (Hensely) كانت عشوائية وذلك لان نسبة الخطأ هي اكبر من مستوى الدلالة (٠,٠٥) وهذا يدل على ان المجموعتين قد بدأتا من خط شروع واحد.

٣-٣ الادوات والاجهزة والوسائل المستخدمة في البحث :

٣-٣-١ أدوات البحث :

١- مضرب تنس عدد (١٠).

٢- كرة تنس عدد (٢٠) .

٣- اصباغ لتخطيط الملعب .

٤- ملاعب تنس .

٥- استمارة التسجيل*

٦- ساعة توقيت .

٧- سلة كرات .

٣-٣-٢ وسائل البحث :

١- المصادر العربية والاجنبية .

٢- المقابلات الشخصية .

٣- الخبراء المختصون .

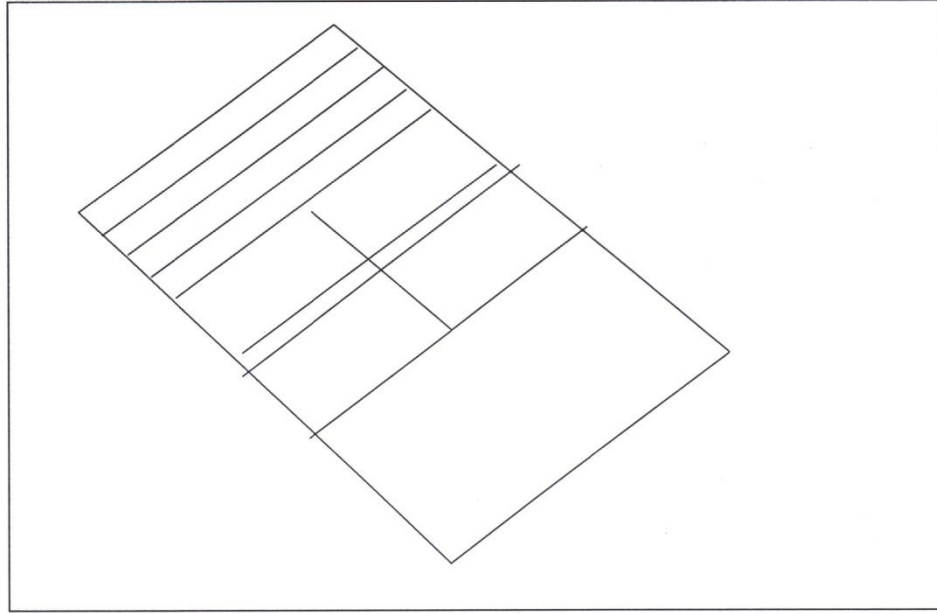
٣-٣-٤ اختيار الاختبار المهاري بالتنس الارضي :

قام الباحث باختيار الاختبار المناسب الذي يخص مهارتي الضربتين الارضيتين الامامية والخلفية ، بحيث تتماشى مع مستوى قدرات اللاعبين مع افراد عينة البحث وكان الاختبار هو اختبار (Hensely) ، وكما موضح في الاتي :

- الغرض من الاختبار : قياس دقة الضربتين الامامية والخلفية .
- الادوات : مضارب عدد (١٠) كرات عدد (٢٠) ملعب نظامي متكامل للتنس ، اصباغ ، طباشير ، شريط قياس ، استمارة تسجيل .
- الاجراءات :
- ١- يسمح لكل طالب باجراء احماء (٥) دقائق قبل البدء بالاختبار .
- ٢- يضرب اللاعب كرة تقذف من يديه الى الارض بجانبه للضربة الامامية وعلى جهته سبعة محاولات للامامية وسبعة محاولات خلفي.
- ٣- الضربتان الاوليتان لكل جهة تعد بمثابة تثبيت واستقرار اداء .
- ٤- خمسة محاولات لكل ضربة تسجل على ضوء الهدف المكاني المثبت على ارض الملعب لقياس الدقة .
- ٥- كل ضربة تقع في عمق الملعب (قرب خط القاعدة) تحصل على اربعة نقاط والتي تقع قرب الشبكة تحصل على نقطة واحدة .
- ٦- حصل الاختبار على درجة ثبات عالية للامامية والخلفية (٠,٨٦) وحصل على ثبات متقارب (Pellet:1998) (٠,٨٤) للامامية والخلفية ايضا باختبار (١١٠) من طلاب الجامعة .
- التسجيل تجمع المحاولات العشر ويحتسب الوسط الحسابي لها ولكل لاعب.

(1) Hensely , LD: Tennis skills est manual , quoted by tracy , pellehe and curt lox , journal of teaching phy-Ed Human Kentics pub. Inc. 1998 . P.P . 453-467.

(*) انظر الملحق (١)



شكل (١) يوضح اختبار (Hensely) والدرجات التقويمية ومناطق وقوف المختبر واهداف مواقع الدقة

٣-٥ التجربة الاستطلاعية :

ان التجربة الاستطلاعية واحدة من الشروط الاساسية في البحث العلمي اذ تعد "دراسة تجريبية اولية يقوم بها الباحث على عينة صغيرة قبل قيامه ببحته بهدف اختيار اساليب البحث وادواته^(٨).

و في ضوء هذا المفهوم و من اجل التوصل الى افضل طريقة لتكملة اجراءات البحث الميدانية و لاهميتها اجرى الباحث التجربة الاستطلاعية بتاريخ ٢٤/٧/٢٠١٧ المصادف يوم الثلاثاء ، و على ملاعب كلية التربية الرياضية / جامعه بغداد ، على لاعبين من لاعبي التنس الارضي للمعاقين (فئة الناشئين) من غير عينة البحث ، و قام الباحث باجراء التجربة الاستطلاعية لغرض التعرف و الوقوف على الايجابيات و السلبيات التي قد تواجه الباحث قبل تطبيقه التجربة الرئيسة اذ كان هدفها الاتي:

- التعرف على العوامل السلبية و الايجابية التي ربما تحدث خلال التجربة.
- التعرف على صعوبة الاختبار و سهولته ، و كيفية تنفيذه.
- التأكد من صلاحية الادوات المستخدمة.
- التعرف على العوامل والمعوقات التي قد تظهر عند تنفيذ الاختبار و المنهج التعليمي و العمل على ايجاد الحلول لها.

(٨) مجمع اللغة العربية ، معجم علم النفس والتربية ، ج ١ : (القاهرة ، الهيئة العامة لشؤون المطابع الاجرية ، ١٩٨٤)، ص ٧٩.

- التعرف على مدى ملائمة الاختبار لمستوى اللاعبين.
- التعرف على الوقت المستغرق للوحدات التعليمية و التكرارات و الوقت المستغرق لاجراء الاختبارات و هذا ساعد على نجاح التجربة الرئيسية للبحث.

٦-٣ الاختبار القبلي:

تم اجراء الاختبار القبلي لعينة البحث من (١٠) لاعبين من لاعبي المنتخب الوطني العراقي للتنس الارضي للمعاقين (فئة الناشئين) وذلك في يوم ٢٠١٧/٧/٢٨ و مكان الاختبار في ملاعب كلية التربية الرياضية الخارجية لكرة المضرب / جامعة بغداد.

٧-٣ المنهج التدريبي:

تم تطبيق المنهج التجريبي^٩ بتاريخ ٢٠١٧/٧/٢٩ المصادف يوم السبت على المجموعة التجريبية وذلك لتحقيق اهداف البحث و استخدام الباحث مبدأ الزمن (الوقت) في عملية التعلم ، فضلاً عن ذلك تم اعتماد مبدأ التكرار مع اعطاء حد اقصى من الوقت في استخدام هذه التكرارات و تألفت من (٢٤) وحدة تعليمية بواقع (٣) وحدات تدريبية في الاسبوع وان زمن الوحدة تدريبية (٦٠) دقيقة تعطى فيها التمارين الخاصة في الضربة الامامية و الخلفية المعدة من قبل الباحث اما المجموعة الثانية فأنها تتدرب وفق المنهاج المعد من قبل المدرب و الذي يتشابه من حيث الزمن المعطى و عدد الوحدات التدريبية الاسبوعية للتدريب على الضربات الامامية و الخلفية ولكن تختلف من حيث التمارين بينها و بين المنهج التجريبي و تم الانتهاء من المنهج التجريبي في ٢٠١٧/٩/٢٧.

٨-٣ الاختبار البعدي

تم اجراء الاختبار البعدي للمجموعتين بعد الانتهاء من تنفيذ المنهج التدريبي على المجموعة التجريبية بتاريخ ٢٠١٧/٩/٢٨ من اجل معرفة الفروق بين المجموعتين و حرص الباحث على ان تكون الظروف التي يجري فيها الاختبار مشابهة قدر الامكان الظروف التي فيها الاختبار القبلي فهي تتشابه من حيث المكان و الزمان و طريقة الاختبار.

٩-٣ الوسائل الاحصائية:

استخدم الباحث الحقيبة الاحصائية الجاهزة (SPSS) لاستخراج القوانين الاحصائية الاتية :

- الوسط الحسابي .
- الانحراف المعياري .

(٩) انظر الملحق (٢).

• قانون (t) للعينات المرتبطة.

• قانون (t) للعينات غير المرتبطة.

٤ الباب الرابع (عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها)

٤-١ عرض نتائج الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة لاختبار

(Hensely) وتحليلها ومناقشتها :

الجدول (٢)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسط الحسابي للفروق والانحراف المعياري للفروق وقيمة (t) المحسوبة ونسبة الخطأ للمجموعتين التجريبية والضابطة للاختبارين القبلي والبعدي لاختبار (Hensely).

الفروق	نسبة الخطأ	(t) المحسوبة	ف هـ	ف	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		اختبار Hensely
					ع	س	ع	س	
معنوي	٠,٠٣ ٢	٣,٢٢٤	٠,٩٠٨	١,٣١	٠,٢٣٥	٣,١١	٠,٨٣٦	١,٨	المجموعة التجريبية
غير معنوي	٠,١٧ ٧	١,٦٣٢	٠,٥٤٧	٠,٤	٠,٥٤٧	٢,٤	٠,٧٠٧	٢	المجموعة الضابطة

و يتبين من خلال الجدول (٢) بأن الوسط الحسابي لاختبار (Hensely) للمجموعة التجريبية في الاختبار القبلي قدره (١,٨) وبانحراف معياري قدره (٠,٨٣٦) اما في الاختبار البعدي فبلغ الوسط الحسابي لنفس الاختبار مقدار (٣,١١) وبانحراف معياري قدره (٠,٢٣٥) اما الوسط الحسابي للفروق طان قيمته (١,٣١) وبانحراف معياري قدره (٠,٩٠٨) وبلغت قيمة (t) المحسوبة مقدار (٣,٢٢٤) بدرجة حرية (٤) ومستوى دلالة (٠,٠٥) وبلغت قيمة الخطأ (٠,٠٣٢) وهي اقل من مستوى الدلالة (٠,٠٥) مما يدل على معنوية الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي ، اما بالنسبة للمجموعة الضابطة فبلغ الوسط الحسابي لاختبار (Hensely) في الاختبار القبلي قدره (٢) وبانحراف معياري قدره (٠,٧٠٧) اما بالاختبار البعدي فبلغ الوسط الحسابي لنفس الاختبار مقدار (٢,٤) وبانحراف معياري قدره (٠,٥٤٧) ، اما الوسط الحسابي للفروق فكان قيمته (٠,٤) وبانحراف معياري قدره (٠,٥٤٧) وبلغت قيمة (t) المحسوبة مقدار (١,٦٣٢) بدرجة حرية (٤) ومستوى دلالة (٠,٠٥) وبلغت قيمة نسبة الخطأ (٠,١٧٧) وهي أكبر من مستوى الدلالة (٠,٠٥) مما يدل على عشوائية الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة .

ويتبين من خلال الجدول (٢) بأن للمنهج التجريبي المعد من قبل الباحث كان ذو تأثير فاعل في تطوير الضربة الامامية و الضربة الخلفية ، و يعزو الباحث سبب ذلك الى ان المنهج التجريبي و التمارين المعطاة من قبل الباحث ساعدت على التأثير المباشر في زيادة الدقة في تنفيذ الضربات الامامية و الخلفية وذلك عن طريق الاداء و التكرار المبرمج تحت اشراف المدرب ، اذ ان الدقة لا تلبث ان تبدأ بالتسارع و التحسن والتطوير و هذا واضح من خلال النظر الى الاوساط الحسائية التي تبين ارتفاع في دقة الاداء في الاختبار البعدي مقارنة بالاختبار القبلي ، اذ ان المجموعتين التجريبية والضابطة تم اعطاءهما محاولات متساوية من حيث الوقت و التكرارات وهذه المحاولات ادت الى تطور في قدره الجهاز العصبي المتحكم اساساً في اداء المهارة و نقل الاشارة الحسية اليه لتكوين اداء مناسباً للهدف الموضوع ، ففي العديد من الفعاليات الرياضية لا تكفي سلامة الجهاز العصبي و العضلي و سلامة الحواس خاصة (السمع و النظر) لكي يكون اللاعب دقيقاً بل لابد من مواصفات جسمية و بدنية ومهارية مع استمرارية التدريب من دون القطاع حتى تنمو هذه الصفة المهمة بالخبرة و الممارسة^(١٠).

فأن توجيه الحركات الارادية نحو هدف محدد يتطلب كفاية عالية من الجهازين العصبي و العضلي فالدقة تتطلب سيطرة كاملة عن العضلات الارادية لتوجيهها نحو هدف معين ، كما يتطلب الامر ان تكون الاشارات العصبية الواردة الى العضلات من الجهاز العصبي محكمة التوجيه سواء كان منها موجه للعضلات العاملة او العضلات المقابلة لها حتى تؤدي الحركة بالاتجاه المطلوب بالدقة اللازمة لإصابة الهدف ، فاذا حدث خلل في الاشارات الواردة فأن ذلك يؤثر في دقة الحركة^(١١).

٤-٢ عرض نتائج الاختبار البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة لاختبار (Hensely) وتحليلها ومناقشتها :

الجدول (٣)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (t) المحسوبة ونسبة الخطأ للمجموعتين التجريبية والضابطة للاختبار البعدي لاختبار (Hensely)

(١٠) سعد محسن ، تأثير اساليب تدريبية لتنمية القوة الانفجارية للرجلين والذراعين في دقة التصويب البعيد بالقفز عالياً في كرة اليد : (اطروحة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، ١٩٩٦) ، ص٥٢.

(١١) محمد صبحي حسانين ، القياس والتقوم في التربية الرياضية ، ج١ ، ط٤ ، (القاهرة ، دار الفكر العربي ، ٢٠٠١) ، ص٣٥٧.

المتغيرات	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		المحسوبة (t)	نسبة الخطأ	الفروق
	س	ع	س	ع			
اختبار (Hensely)	٣،١١	٠،٢٣٥	٢،٤	٠،٥٤٧	٢،٦٦٢	٠،٠٢٨	معنوي

يتبين من الجدول (٣) بأن الوسط الحسابي لاختبار (Hensely) للمجموعة التجريبية في الاختبار البعدي قدره (٣،١١) وبانحراف معياري قدره (٠،٢٣٥) اما الوسط الحسابي للمجموعة الضابطة في الاختبار البعدي قدره (٢،٤) وبانحراف معياري قدره (٠،٥٤٧) وبلغت قيمة (t) المحسوبة مقدار (٢،٦٦٢) بدرجة حرية (٨) ومستوى دلالة (٠،٠٥) وبلغت قيمة نسبة الخطأ (٠،٠٢٨) وهي اقل من مستوى الدلالة (٠،٠٥) مما يدل على معنوية الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي.

يعزو الباحث سبب الى التمارين المعطاة من قبل الباحث كانت ذو فاعلية في تطوير دقة الضربة الامامية و الخلفية اكثر من المنهج المدرب المعد ، و ان السبب في ذلك صعوبة التمارين ومتطلباتها العالية الدقة التي تفرض على اللاعبين بتوجيه الضربات الامامية و الخلفية بتركيز عالي في مناطق معينة ، مما يعمل على زيادة الدقة لدى اللاعبين ، اما في مجال قياس الدقة في الالعاب الرياضية ، فأن الذي اتفق عليه خبراء القياس و التقويم و ان يتم قياس الدقة فوقاً لطبيعة اللعبة او النشاط الممارس ففي كرة اليد مثلاً تقاس عن طريق تصويب الكرة نحو المرمى باليد و في كرة القدم تقاس عن طريق تصويب الكرة على المرمى بالقدم وفي التنس والريشة يجب استخدام المضرب في تصويب الكرات الى اماكن معينة من ساحة الخصم^(١٢) . ، اذ ان مفهوم التحسن و التطور يكمن في قدرة الجهاز العصبي على ارسال الاشارات الحسية المناسبة و الاوامر الى العضلات لاداء المهارة او تحقيق الهدف وبمعنى اخر ان البرامج الحركية المناسبة للاداء الحركي تكون مخزونة في الدماغ. اذ تنفذ هذه البرامج عن طريق ايعازات من الجهاز العصبي المركزي على شكل اشارات من الدماغ و عبر الاعصاب الحركية الى المجاميع العضلية لتنفيذ الواجب الحركي ، اذ ان الجهاز العصبي لا يستطيع تخزين المعلومات من خلال الاداء الاول ، انما تزداد هذه المعلومات وتكون أكثر تركيزاً ودقة كلما زاد عدد التكرارات و تنوعت ظروف التدريب وتعقدت^(١٣) .

(١٢) محمد صبحي حسانين ، مصدر سبق ذكره ، ٢٠٠١ ، ص٣٥٨.

(١٣) وجيه محبوب ، التعلم وجدولة التدريب : (عمان ، دار وائل للطباعة والنشر ، ٢٠٠١) ، ص١.

وكما معلوم ان البرامج الحركية " انظمة تشابه تقريباً نظام الكمبيوتر الذي يجب ان يكون فيه التخزين من المعلومات التي تستخرج بالكيفية المطلوبة فالجهاز العصبي يرسل استشارة او حافز للجهاز العضلي عن طريق الوحدة المحركة لإخراج سلسلة من الحركات التي تؤدي الى انجاز المهارة المطلوبة و من ثم تحقيق هدف الحركة^{١٤}.

٥- الباب الخامس (الاستنتاجات والتوصيات):

١-٥ الاستنتاجات :

في ضوء نتائج البحث توصل الباحث الى الاستنتاجات الآتية:

- ١- ان تحديد مناطق في ملعب التنس الارضي ذات فاعلية في تطوير دقة الضربة الامامية و الخلفية.
- ٢- ان التدريب المستمر و المتكرر على اداء الضربات الامامية و الخلفية يزيد من فاعلية اداء الضربات.

٥-٢ التوصيات :

- ١- استخدام المنهج التدريبي و التمارين المستخدمة لتطوير دقة الضربات الامامية و الخلفية. ٢- استخدام تحديد المناطق على العاب مضرب اخرى.

المصادر

١. ايلين وديع فرج ، التنس - تعليم - تدريب - تقييم - تحكيم : (الاسكندرية ، منشأة المعارف ، ١٩٨٦).
٢. سعد محسن ، تأثير اساليب تدريبية لتنمية القوة الانفجارية للرجلين والذراعين في دقة التصويب البعيد بالقفز عالياً في كرة اليد : (اطروحة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، ١٩٩٦).
٣. Bill Murphy (١٩٨٧) ، (ترجمة) سمير مسلط (اخرين) ، الكتاب الشامل لتمرين البطولة في التنس (بغداد ، مطابع التعليم العالي ، ١٩٩٥).
٤. طارق حمودي امين الجلي ، العاب الكرة والمضرب : (جامعة بغداد ، مديرية الكتب للطباعة والنشر ، ١٩٨٧).

(3) Robert W. Chriting and Pamie I,M . : Coaches Guido to teaching sport skill, 1988.

٥. ظافر هاشم اسماعيل ، الاسلوب التدريس المتداخل وتأثيره في التعلم والتطور من خلال الخيارات التنظيمية المكانية لبيئة تعليم التنس : (اطروحة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، ٢٠٠٢).
٦. علي سلوم جواد ، العاب الكرة والمضرب التنس الارضي : (جامعة القادسية ، مطبعة الطيف ، ٢٠٠٢).
٧. ليث حبيب ، تأثير بعض الاساليب التطبيقية في تعلم الاداء الفني ودقة الانجاز للضربتين الارضيتين الامامية والخلفية بكرة التنس: (رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، ١٩٩٦).
٨. مجمع اللغة العربية ، معجم علم النفس والتربية ، ج ١ : (القاهرة ، الهيئة العامة لشؤون المطابع الاجرية، ١٩٨٤).
٩. محمد صبحي حسنين ، القياس والتقويم في التربية الرياضية ، ج ١ ، ط ٤ ، (القاهرة ، دار الفكر العربي ، ٢٠٠١).
١٠. وجيه محجوب ، التعلم وجدولة التدريب : (عمان ، دار وائل للطباعة والنشر ، ٢٠٠١).
11. Hensely , LD: Tennis skills est manual , quoted by tracy , pellehe and curt lox , journal of teaching phy-Ed Human Kentics pub. Inc. 1998 . P.P . 453-467.
12. Robert W. Chrting and Pamie LM . : Coaches Guido to teaching sport skill, 1988.

الملحق (١) استمارة التسجيل

ت	الاسم	الضربة الامامية					الضربة الخلفية				
		١	٢	٣	٤	٥	١	٢	٣	٤	٥
١											
٢											
٣											
٤											
٥											
٦											
٧											
٨											
٩											
١٠											

ت	اسم التمرين	زمن الاداء	الراحة	عدد التكرارات
١	الاداء الضربة الامامية على مربعات في زوايا الملعب بقطر (١,٥ X ١,٥) متر مرة للجهة اليمين ومرة للجهة اليسار	٣ د	١ د	٤
٢	اداء الضربة الخلفية على مربعات في زوايا الملعب بقطر (١,٥ X ١,٥) متر مرة للجهة اليمين ومرة للجهة اليسار	٣ د	١ د	٤
٣	اداء الضربة الامامية على مستطيل على طول خط القاعدة بعرض (١,٥) متر وعلى طول الملعب .	٣ د	١ د	٤
٤	اداء الضربة الخلفية على مستطيل على طول خط القاعدة بعرض (١,٥) وعلى طول الملعب.	٣ د	١ د	٤

ت	اسم التمرين	زمن الاداء	الراحة	عدد التكرارات
١	الاداء الضربة الامامية على مربعات في زوايا الملعب بقطر (١ X ١) متر وعلى الجهتين بالتناوب.	٣ د	١ د	٤
٢	اداء الضربة الخلفية على مربعات في زوايا الملعب بقطر (١ X ١) متر وعلى الجهتين بالتناوب.	٣ د	١ د	٤
٣	اداء الضربة الامامية على مستطيل على طول خط القاعدة بعرض (١) متر وعلى طول الملعب .	٣ د	١ د	٤
٤	اداء الضربة الخلفية على مستطيل على طول خط القاعدة بعرض (١) وعلى طول الملعب.	٣ د	١ د	٤