

تأثير زيادة الارتفاعات المختلفة للشبكة على دقة الإرسال العالي بالدوران الجانبي بوجه المضرب بتنس الطاولة لدى لاعبي منتخب كركوك للناشئين

م.م. زكي مردان عمر/العراق. جامعة كركوك. كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
م.د. ديار فخر الدين محمد/العراق. كلية القلم الجامعة . قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة
م.د. لقاء علي عناد/العراق. جامعة بغداد. كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات
Zekimerdan1962@gmail.com

الملخص

يهدف البحث إلى التعرف على تأثير زيادة الارتفاعات المختلفة للشبكة على دقة الإرسال العالي بالدوران الجانبي بوجه المضرب بتنس الطاولة لدى لاعبي منتخب كركوك للناشئين ، استخدم الباحثون المنهج التجريبي وذلك لملائمته لطبيعة المشكلة ، تم اختيار مجتمع البحث بطريقة عمدية من لاعبي منتخبات كركوك بتنس الطاولة ، اما عينة البحث فقد تم اختيارها بطريقة عشوائية والبالغ عددهم (5) لاعبين وكان معدل اعمارهم تتراوح ما بين (16-18) سنة ، استخدم الباحثون تصميم المجموعة التجريبية الواحدة ذات الاختبار القبلي والاختبار البعدي لعينة البحث ، قام الباحثون بتطبيق البحث في فترة من (2019/3/24) إلى (2019/4/14) ، وتم إجراء الاختبارات البعدية (الإكساب) بعد الانتهاء من تنفيذ تجربة البحث الرئيسية مباشرة بعد يوم واحد ، وكانت اهم النتائج هي وجود تأثير ايجابي واضح عند رفع الشبكة (0.5-1-1.5) خلال التدريبات على دقة الأرسال العالي بالدوران الجانبي لدى لاعبي منتخب كركوك للناشئين بتنس الطاولة وكانت اهم التوصيات هي ضرورة التنوع في اساليب التدريب المختلفة والاعتماد على الأسس العلمية الصحيحة ، زيادة الاهتمام من قبل الاندية على لعبة تنس الطاولة بما ينتج بها هذه اللعبة الفردية من خصوصية واهمية لا تقل عن بقية الألعاب الأخرى .

الكلمات المفتاحية : زيادة الارتفاعات ، للشبكة ، تنس الطاولة .

The effect of increasing the different heights of the network on the high service accuracy in the side rotation in the face of the table tennis racket among the Kirkuk junior national football players

Assistant Lect. Zaki Mardan Omar / Iraq. University of Kirkuk. College of Physical Education and Sports Science

Lect. Dr. Diyar Fakhruddin Muhammad / Iraq. University Pen College. Department of Physical Education and Sports Science

Lect. Dr. Liqaa Ali Anad / Iraq . Baghdad University. College of Physical Education and Sports Science for Girls

Zekimerdan1962@gmail.com

Abstract

The research aims to identify the effect of increasing the different heights of the network on the high service accuracy in the side rotation in the face of the racket in table tennis among Kirkuk junior players. The researchers used the experimental approach in order to suit the nature of the problem. The research community was chosen randomly, and the number (5) players and their average age ranged between (16-18) years. The researchers used the design of a single experimental group with a pre-test and a post-test for the research sample. The researchers applied the research in a period From (24/3/2019) to (14/4/2019), and the posttests (accretion) tests were conducted immediately after the completion of the implementation of the main research experiment after one day. The most important results were the presence of a clear positive impact when raising the network (0.5-1 -1.5) during the training on the accuracy of the high service by side rotation of the Kirkuk junior national team players in table tennis . The most important recommendations were the need to diversify in different training methods and rely on the correct scientific foundations, increase the interest of the clubs on the table tennis game, which makes this individual game of Privacy and importance that is not less than the rest of the other games

Keywords: hikes, net, table tennis

1- المقدمة:

أن الانجازات الرياضية العالية التي حققت في الآونة الاخيرة جاءت بفضل التقدم العلمي الذي يشهده العالم في مختلف الميادين ومنها المجال الرياضي ، فضلا عن اهتمام المعنيين بشؤون التربية الرياضية وتأثير العلوم المختلفة لها ، "ان لعبة كرة الطاولة من الأنشطة الرياضية التي تتميز بإقبال كبير من الافراد على ممارستها اذ انها لا تتطلب وسائل غالية التكاليف او متطلبات تفوق قدرة الممارسين كما انها تتلاءم مع جميع الاعمار المختلفة ، وهي من الرياضات التي فرضت نفسها كمنشآت من الأنشطة إلى حد اعتبارها نشاطا رياضيا شعبيا في غالبية الدول التي يقبل فيها شعبيها على ممارستها كأحد الأنشطة الرياضية الترويحية من جانب وانشطة رياضات المستوى العالي من جانب اخر" . (السقاف ، 2010 ، ص17)

وتعد مهارة الإرسال الأساس في اكتساب النقطة وخطط اللعب في جميع العاب المضرب ولاسيما في تنس الطاولة وكلما كان الإرسال جيد ومنتقن كلما كانت القدرة في الحصول على افضل النتائج في المنافسات "وهي الوسيلة لإدخال الكرة في اللعب وبيئته، وهو الفرصة الاولى لتحقيق النقطة ، فاذا لم يستطيع اللاعب الفوز بالنقطة بضربة الإرسال فيجب ان يهيب الإرسال اذا كان جيدا فرصة جيدة للهجوم بالضربة الثالثة . (سيمون ، 1990 ، ص183)

لذا فان الوصول الى مستوى عالي في اداء مهارة الإرسال يعتمد على السرعة والدوران للكرة مع دقة توجيه الكرة في ملعب الخصم اذ ان لكل فعالية رياضية مميزات خاصة بها تميزها عن غيرها من الالعاب الرياضية الأخرى ، اما الاشكالية فمن خلال متابعة الباحثون لتنس الطاولة لاحظا هناك ضعف في دقة توجيه الإرسال العالي بالدوران الجانبي مما يؤدي الى ارباك اللاعب المرسل ويتيح للاعب المستقبل فرصة للهجوم المباغت ، لذا فان دراسة تأثير زيادة الارتفاعات المختلفة على دقة الإرسال العالي بالدوران الجانبي بوجه المضرب من الامور المهمة التي تعطي مجالاً واسعاً للمدربين للتركيز على هذا المتغير التي تعيد للاعبين وتساعدهم الى الوصول الى مستوى الأداء الجيد ، لذا ارتأى الباحثون القيام بهذه الدراسة لايجاد طريقة علمية بالاعتماد على زيادة الارتفاعات المختلفة للشبكة على دقة الإرسال العالي بالدوران الجانبي بوجه المضرب من اجل النهوض بالاداء المهاري للاعبين في المستقبل ، الأمر الذي سيوفر الجهد الذي يبذله المدربون لوصول اللاعبين الى المستويات العليا ، ويهدف البحث إلى التعرف على تأثير زيادة الارتفاعات المختلفة للشبكة على دقة الإرسال العالي بالدوران الجانبي بوجه المضرب بتنس الطاولة لدى لاعبي منتخب كركوك للناشئين ، اما فرض البحث توجد فروق ذات دلالة احصائية بين مجموعة البحث في الاختبار القبلي والبعدي في دقة الإرسال العالي الجانبي بوجه المضرب بتنس الطاولة .

المجال البشري : لاعبو منتخب كركوك لفئة الناشئين بتنس الطاولة .

المجال الزمني : من (2019/2/25) ولغاية (2019/6/3) .

المجال المكاني : قاعة نادي سولاف الرياضي .

2- منهج البحث واجراءاته الميدانية .

استخدم الباحثون المنهج التجريبي وذلك لملائمته لطبيعة المشكلة فالمنهج التجريبي هو (محاولة للتحكم في جميع المتغيرات والعوامل الأساسية باستثناء متغير واحد ، كما يقوم الباحثون بتغييره بهدف تحديد وقياس تأثيره العلمي)

(الشوك والكبيسي ، 2004 ، ص58)

واتبع الباحثون التصميم التجريبي للمجموعة الواحدة ذات الاختبار القبلي والبعدي .

2-1 منهج البحث :

تعد المنهجية ذات اهمية في البحوث العلمية ، اذ ان قيمة البحث ونتائجه ترتبط ارتباطاً وثيقاً بالمنهج الذي يتبعه الباحث "منهجية البحث فهو الاسلوب الذي يتبعه الباحث لتحديد خطوات بحثه والذي يتمكن من خلاله التوصل الى حل مشكلاته"

(وجيه ، 2002 ، ص81)

ولما كانت مشكلة البحث الحالي تتطلب تطبيق منهج تجريبي ، لذا استخدم الباحثون المنهج التجريبي لملائمته وطبيعة البحث واهدافه ، اذ ان البحوث التجريبية تهدف الى احداث " تغيير عمدي ومضبوط للشروط المحددة لحدث ما، مع ملاحظة التغييرات الواقعة في ذلك الحدث وتفسيرها" .

(وجيه ، 1993 ، ص108)

2-2 مجتمع البحث وعينته :

إن عملية اختيار العينة من الخطوات الرئيسية لجمع البيانات والمعلومات وكثيرا ما يلجأ الباحثون الى تحديد مجتمع بحثه بناءً على الظاهرة او المشكلة التي يختارها ، اي "ان يختار الباحثون عينة يرى فيها انها تمثل المجتمع الاصلي الذي يقوم بدراسته تمثيلاً صادقاً " .

(علاوي ورضوان ، 2001 ، ص222)

لذلك تم اختيار مجتمع البحث بطريقة عمدية من لاعبي منتخب كركوك بتنس الطاولة ، اما عينة البحث فقد تم اختيارها بطريقة عشوائية وبالبالغ عددهم (5) لاعبين من مجموع (8) لاعبين يمثلون مجتمع العينة حيث تشكل عينة البحث نسبة مقدارها (62.5%) من المجتمع الكلي وكان معدل اعمار اللاعبين تتراوح ما بين (16-18) سنة وهذا ما يدل على تجانس العينة حيث انهم من فئة واحدة .

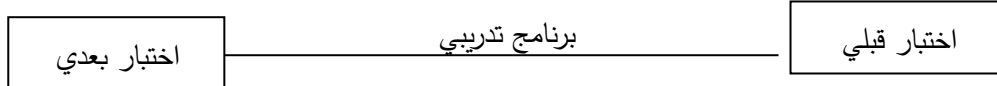
2-3 التصميم التجريبي للبحث : على الباحثون أن يختاروا التصميم التجريبي المناسب الذي يوفر له الحد الأدنى من الصدق الداخلي والصدق الخارجي لنتائج البحث .

(عودة وملكاوي ، 1987 ، ص187)

ويتضمن التجريب تشكيل الفروض واختباراتها ، وإن استخدام تصميم تجريبي مناسب أمر مهم في كل بحث لأنه يساعد في الحصول على إجابات لأسئلة البحث، إذ أن تصميم البحث " هو الاستراتيجية التي يضعها الباحث لجمع المعلومات اللازمة لضبط العوامل والمتغيرات التي يمكن أن تؤثر في هذه المعلومات".

(علاوي وراتب ، 1992 ، ص23)

2-4 تصميم المجموعة التجريبية : استخدم الباحثون تصميم المجموعة التجريبية الواحدة ذات الاختبار القبلي والاختبار البعدي لعينة البحث .



مع زيادة الارتفاعات المختلفة للشبكة

الشكل (1) يبين التصميم التجريبي

2-5 الاجهزة والادوات ووسائل جمع المعلومات :

2-5-1 الاجهزة المستخدمة : استخدم الباحثون الاجهزة التالية :

- جهاز حاسوب (lenovo) .

- حاسبة يدوية نوع (CASIO) ياباني المنشأة عدد (1) .

2-5-2 الأدوات المستعملة : استعمل الباحثون الادوات الاتية :

- طاولات قانونية صيني المنشأ عدد (1) .

- شبكة مع القاعدة نوع (Double Happens) صيني المنشأ عدد (1) .

- كرات طاولة نوع (Double Happens) صيني المنشأ عدد (5) كرة .

- مضارب طاولة سويدي المنشأ عدد (5) شخصي للاعبين .

- أقلام مختلفة الأنواع (ماجيك ، جاف ، رصاص) عدد (6) .

- ورق ابيض حجم (A4) .

- كابسة اوراق .

- سلة بلاستيكية عدد (1) .

- حواجز عدد (24) .

- شريط لقياس الطول .

- اقراص (cd) عدد (5) .

- فلاش ميموري عدد (1) .

2-6 وسائل جمع المعلومات :

- المصادر العربية والاجنبية .

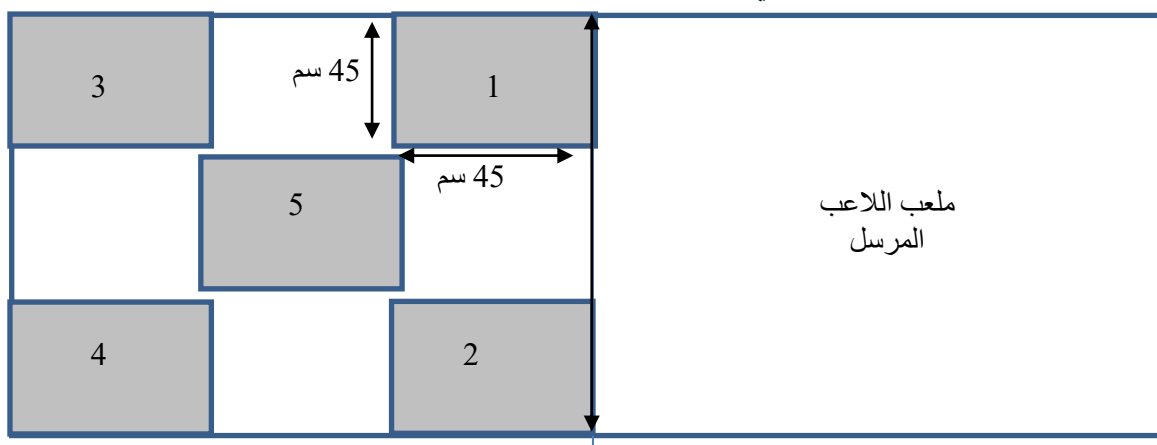
- الاختبارات والقياس .

- الوسائل الإحصائية .

- المواقع الالكترونية .

2-6-1 الاختبار المستخدم في البحث :

اسم الاختبار: اختبار مهارة الارسال كما موضح في الشكل (2)



الشكل (2) يوضح اختبار مهارة الارسال

الغرض من الاختبار: قياس القدرة المهارية لضربة الإرسال بوجه المضرب .

الادوات المستعملة :

- طاولة كاملة لكرة الطاولة مرسومة عليها مربعات بطول ضلع 45X45سم .

- كرات كرة طاولة قانونية .

- مضرب وشبكة .

طريقة الاداء :

- يرسل اللاعب الكرة داخل المربعات الموضحة بالرسم بادئا بـ (1) على التوالي الى (5) وللاعب الحق في عمل محاولتين للإرسال لكل مربع واحتساب احسن محاولة .

2-7 التجربة الاستطلاعية :

قبل اللجوء الى التجربة الرئيسية قام الباحثون بأجراء تجربة استطلاعية في يوم الاحد المصادف (2019/3/10) على (3) من لاعبي منتخب كركوك للناشئين بتتس الطاولة الذين لا يشاركون في التجربة الرئيسة وكان الهدف من التجربة الاستطلاعية هو :

- التعرف على المعوقات التي قد تواجه الباحثون عند تنفيذ التجربة الرئيسية .

- التعرف على صلاحيات وملائمة الأختبار لمستوى العينة .

- التعرف على الوقت الكافي للاختبار .

2-8 الاختبار القبلي : تم الاشراف على اجراء الاختبار القبلي على المجموعة التجريبية وتم اجراءها في يوم الاحد الموافق (2019/3/17) مع ضبط جميع المتغيرات . حيث تم اجراء الاختبار القبلي والشبكة بشكل قانوني وتم أدرج النتائج في أستمارة خاصة .

2-9 تجربة البحث الرئيسية :

بعد استكمال متطلبات التجربة في تحديد مجموعة البحث وتحديد البرنامج التدريبي قام مدرب منتخب كركوك(زياد طاهر بابا علي) بتدريب المجموعة التجريبية وذلك يوم الاحد المصادف (2019/3/24) وعلى مدار (3) أسابيع بمعدل وحدتين تدريبيتين في الاسبوع أي (6) وحدات بزيادة ارتفاع الشبكة (نصف سم) في الوحدة الاولى (1 سم) في الوحدة الثانية (1/5 سم) في الوحدة الثالثة ، ثم أُعيد زيادة ارتفاعات الشبكة في الوحدة الرابعة والخامسة والسادسة وانتهت التجربة في تاريخ (2019/4/14) وفيما يلي نموذج لوحدة تعليمية الجدول (1) :

جدول (1) (نموذج لوحدة تدريبية)

الاقسام	التمرينات البدنية والمهارية	الوقت
القسم الاعدادي	الأحماء العام	7 دقائق
	الأحماء الخاص	5 دقائق
القسم الرئيسي	تمرين فور هاند	5 دقائق
	تمرين باك هاند	5 دقائق
	تمرين قطري مع مستقيم بالتناوب	10 دقائق
	تمرين فور هاند مع صد اللاعب الثاني وبالعكس	10 دقائق
القسم الختامي	تمرين ارسال مع الدقة وبالتناوب	30 دقيقة
	هرولة خفيفة	10 دقائق
	تمطية	5 دقائق
	استرخاء	3 دقائق
	زيادة واحد سم في ارتفاع الشبكة . مدة الوحدة التدريبية 90 دقيقة .	

2-10 الاختبارات البعدية :

تم إجراء الاختبارات البعدية (الإكساب) بعد الانتهاء من تنفيذ تجربة البحث الرئيسية مباشرة بعد يوم واحد على مجموعة البحث وهو يوم الاثنين المصادف (2019/4/15) ، أذ تم أدرج النتائج في استمارات خاصة وبعد تفرغ الاستمارات الخاصة بالاختبار تم معالجتها احصائياً .

2-8 الوسائل الاحصائية : أستخدم الباحثون الوسائل الاحصائية التالية :

- الوسط الحسابي - الانحراف المعياري - اختبار (T-test) - النسبة المئوية .

3- عرض النتائج ومناقشتها:

3-1 عرض وتحليل نتائج مجموعة البحث التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدى في دقة الارسال العالي الجانبى بوجه المضرب بتنس الطاولة ومناقشتها .

3-1-1 عرض وتحليل النتائج المتعلقة بالفرضية ومناقشتها :

"توجد فروق ذات دلالة احصائية بين مجموعة البحث في الاختبار القبلي والبعدى في دقة الارسال العالي الجانبى بوجه المضرب بتنس الطاولة " وللتحقق من صحة هذه الفرضية تم استخدام اختبار (t) للعينات المترابطة .

الجدول (2) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية، وقيمة (t) المحسوبة بين الاختبارين (القبلي والبعدى) للمجموعة

التجريبية في دقة الارسال العالي الجانبى بوجه المضرب بتنس الطاولة

الدلالة الاحصائية	القيمة الاحتمالية Sig	قيمة (t) المحسوبة	الاختبار البعدى		الاختبار القبلى		المعالم الإحصائية للمهارات
			±ع	س	±ع	س	
معنوي*	0.033	-3.207	0.207	0.707	3.2	2.00	الارسال العالي الجانبى بوجه المضرب

(* معنوي عند نسبة الخطأ $0.05 \geq$)

نلاحظ في الجدول (2) ان الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبار القبلى للمجموعة التجريبية قد بلغت (2.00-3.2) لمهارة الارسال العالي الجانبى بوجه المضرب الامامى ، في حين بلغت الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبارات البعدية للمجموعة نفسها (0.207-0.707) ، وبما ان القيمة الاحتمالية (sig) بلغت (0.033) وهي اصغر من نسبة الخطأ (0.05) مما يدل على ان هنالك فروقاً معنوية بين الاختبارات القبلى والبعدية ولصالح الاختبارات البعدية . يرى الباحثون ان التحسن في دقة الإرسال العالي بالدوران الجانبى بوجه المضرب يعود سببه الى مبدأ الخصوصية بالتدريب ، حيث ان رفع الشبكة (0.5-1-1.5) سم عن مستواه القانونى خلال التدريبات قد حقق مبدأ الفائدة للاعبين من خلال تحسين دقة أدائهم ، (أن مبدأ الخصوصية بالتدريب يعنى اشمال التدريب على الحركات المشابهة لطبيعة الأداء في نوع النشاط الرياضى الممارس) (القدومى ، 1998 ، ص15)

4- الاستنتاجات والتوصيات:

4-1 الاستنتاجات:

1- وجود تأثير ايجابي واضح عند رفع الشبكة (0.5-1-1.5) خلال التدريبات على دقة الأرسال العالي بالدوران الجانبي لدى لاعبي منتخب كركوك للناشئين بتتس الطاولة .

4-2 التوصيات:

- 1- ضرورة التنوع في اساليب التدريب المختلفة والاعتماد على الأسس العلمية الصحيحة .
- 2- زيادة الاهتمام من قبل الاندية على لعبة تنس الطاولة بما ينتج بها هذه اللعبة الفردية من خصوصية واهمية لاتقل عن بقية الألعاب الاخرى .
- 3- اجراء دراسات مماثلة في لعبة تنس الطاولة وعلى مختلف الفئات العمرية للوقوف على اهم المستجدات في هذه اللعبة والنهوض بها .

المصادر

- بيتر سيمون: كرة الطاولة الناجحة (ترجمة) محمد عبد الحميد الدوري مطبعة النهضة ، بغداد العراق ، 1990 .
- السقاف ، فتحي احمد: رياضة تنس الطاولة "المهترات - مراحل النمو - الانتقاء - المدرب ، مؤسسة حورس الدولية للنشر ، الإسكندرية ، مصر ، 2010 .
- الشوك ، نوري ابراهيم والكبيسي ، رافع صالح فتحي: دليل الباحث لكتابة الأبحاث في التربية الرياضية ، بغداد ، العراق ، 2004 .
- علاوي ، محمد حسن ورضوان ، محمد نصر الدين : القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، مصر ، 2001 .
- علاوي ، محمد حسن وراتب ، اسامة كامل: البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، مصر ، 1992 .
- عودة ، احمد وملكاي ، فتحي: اساسيات البحث العلمي في التربية والعلوم الانسانية ، المنار للطباعة ، جامعة يرموك ، الزرقاء ، الاردن ، 1987 .
- القدومي ، عبد الناصر عبد الرحيم: دراسة مقارنة بين استخدام تمرينات البليومتريية والتدريب الاعتيادي على القدرة الاوكسجينية لدى لاعبي الكرة الطائرة للمرحلة الثانوية ، بحث منشور في جامعة النجاح للأبحاث في العلوم الانسانية ، العدد 12 ، 1998 .
- محجوب ، وجيه: طرائق البحث العلمي ، دار الحكمة للنشر ، بغداد ، العراق ، 1993 .
- محجوب ، وجيه: البحث العلمي ومناهجه ، مديرية دار الكتب والطباعة للنشر ، بغداد ، العراق ، 2002 .

<http://telc.tanta.edu.eg/hosting/pro4/containt/16.htm>