

فاعلية برنامج "وقت الريشة" في رفع مستوى أداء بعض مهارات مربّي الريشة الطائفة بمملكة البحرين

أ.م.د/ سوسن حاجي محمد تقوي
أستاذ مساعد كلية العلوم الصحية والرياضية قسم التربية
الرياضية جامعة البحرين- مملكة البحرين.

staqawi@uob.edu.bh

الملخص:

يهدف البحث الحالي إلى التعرف على مدى فاعلية برنامج وقت الريشة في رفع مستوى أداء بعض مهارات مربّي الريشة الطائفة بمملكة البحرين والتعرف على مدى شمولية برنامج وقت الريشة، ومدى تحقيقه للأهداف المرجوة منه من وجهة نظر أفراد العينة. كذلك التعرف على دلالة الفروق بين الجنسين في رأيهم في دور البرنامج في تنمية مهارات المدربين المعرفية والفنية. أجري البحث على عينة عشوائية ضمت 60 مدرباً للريشة الطائفة في مملكة البحرين الخاضعين لبرنامج وقت الريشة (21 من الذكور، 39 من الإناث)، واعتمدت على استبانة تم إعدادها بعد الرجوع إلى دليل برنامج وقت الريشة المقدم من الاتحاد الدولي للريشة الطائفة، حيث تكونت الاستبانة بصورتها النهائية من البيانات الأولية التي تصف عينة الدراسة، وكذلك عن رأيهم في مدى تطبيق عناصر لعبة الريشة الطائفة في مملكة البحرين، ويضم هذا الجزء 23 بنداً تقيس عناصر اللعبة.

بينت النتائج أن جميع البنود الخاصة بالمهارات المعرفية والفنية جاءت في مستويات مرتفعة مما يدل على أهمية البنود الخاصة بدور البرنامج في تنمية المهارات الفنية للمدربين بمملكة البحرين من وجهة نظر أفراد العينة. وأن أفراد العينة يرون أن البرنامج يتصف بالشمولية بوزن نسبي 91.1%، وحقق أهدافه المرجوة منه بوزن نسبي 94.4%، كما تبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة 0.05 بين الجنسين في رأيهم في دور البرنامج في تنمية المهارات المعرفية والفنية لصالح الإناث، أي أن الإناث ترى أن برنامج وقت الريشة له دور فعال في تنمية المهارات المعرفية والفنية للمدربين مقارنة بالذكور.

الكلمات الرئيسية: برنامج وقت الريشة، لعبة كرة الريشة الطائفة، الاتحاد الدولي للريشة الطائفة.

Abstract:

The current study aimed to identify the effectiveness of the Shuttle Time program in improving the performance level of certain skills of badminton coaches in the Kingdom of Bahrain, and to assess the comprehensiveness of the program and its achievement of the intended objectives from the perspective of the sample participants. Additionally, it aimed to determine the significance of gender differences in opinions

regarding the role of the program in developing coaches' cognitive and technical skills.

The study was conducted on a random sample of 60 badminton coaches who participated in the program (21 males and 39 females). It relied on a questionnaire prepared after consulting the program guide provided by the Badminton World Federation (BWF). The final version of the questionnaire included initial data describing the study sample, as well as their opinions on 23 items measuring the elements of the game.

Results indicated high levels of cognitive and technical skills, highlighting the Shuttle Time program's importance in skill development from the participants' perspectives. The program was deemed comprehensive with a relative weight of 91.1% and achieved its objectives with a relative weight of 94.4%. Additionally, there were statistically significant differences at significance level of 0.05 between gender, with females perceiving the program as more effective in developing cognitive and technical skills compared to males.

The study concluded with recommendations to promote badminton and the Shuttle Time program in Bahrain.

Keywords: Shuttle Time program, badminton, BWF

فاعلية برنامج "وقت الريشة" في رفع مستوى أداء بعض مهارات تدريبي الريشة الطائرة بمملكة البحرين

المقدمة:

تعتبر الريشة الطائرة إحدى الرياضات الفولية أو الزوجية التي شهدت تطوراً كبيراً ملحوظاً في الآونة الأخيرة، حيث إنها تعد واحدة من الألعاب الرياضية الأولمبية المهمة التي تحظى باهتمام وشعبية في جميع أنحاء العالم بصورة كبيرة.

ويبين Yüksel and Tunç (2018) بأن لعبة الريشة الطائرة إحدى الألعاب الرياضية الآخذة في الانتشار بشكل ملحوظ في الآونة الأخيرة من كلا الجنسين وفي مختلف الأعمار، نظراً

لما تتميز به من خصائص وتكاليف بسيطة تجعل من السهل ممارستها، كما أنها تساعد على مرونة ورشاقة الجسم، وترفع من كفاءة الأجهزة الحيوية، وكذلك تحسن التوافق العضلي العصبي، لما تتميز به من تنوع حركاتها ما بين قوات وسوعات حركية عالية طبقاً لمتطلبات المهارات المتنوعة الخاصة بها.

وتتميز لعبة الريشة الطائرة بأنها واحدة من الرياضات الصحية والمناسبة للممارسة لجميع فئات المجتمع ومختلف الأعمار وخاصة الأطفال والشباب، فيمكن من خلال ممارستها إكساب الأطفال والشباب على وجه الخصوص المهارات الحركية الأساسية وعناصر اللياقة البدنية الأساسية في مراحل التعليم المبكرة حيث يمكن تطوير هذه المهارات من خلال اللعب.

حيث تتطلب لعبة الريشة الطائرة القوة على التحرك السريع والتوافق، والقوة على القفز والإمساك بالريشة ورميها بدقة وغيرها من الحركات والمهارات الأساسية الأخرى؛ وبالتالي، يتطلب تعليم الأطفال للريشة الطائرة تنمية المهارات الحركية الأساسية الشاملة لديهم، مثل الحوي والمشى والقفز والهبوط والالتقاط والومي والدران واتخاذ القوار والسواعة وخفة الحركة وغيرها، كما أنها تعتبر رياضة ممتعة ومناسبة للأطفال حيث توفر المتعة والتفاعل الاجتماعي من خلال الممارسة، مما يساعد على تعزيز الثقة بالنفس وتحسين الصحة العامة.

ومن منطلق حرص الاتحاد الدولي للريشة الطائرة (BWF) على الاعتناء بالأطفال والشباب وإكسابهم المهارات الحركية والصفات البدنية الأساسية من خلال اللعب، قام الاتحاد الدولي للريشة الطائرة بإصدار برنامج وقت الريشة (Shuttle Time) والذي يعتبر أحد البرامج المصممة التي توفر المواد التعليمية والموارد اللازمة للمدرسين والمربين والمجتمعات الرياضية المحلية لتعليم الريشة الطائرة بطريقة ممتعة وفعالة، حيث يهدف البرنامج إلى تعليم الأطفال والشباب اللعبة وتحسين مهاراتهم الحركية الأساسية في جميع أنحاء العالم، وتعزيز صحة الأطفال ونموهم البدني والعقلي من خلال تعليمهم لعبة الريشة الطائرة.

مشكلة البحث:

في عام 2012، أطلق الاتحاد الدولي للريشة الطائرة BWF برنامج وقت الريشة Shuttle Time في المدارس. بدعم المبدأ القائل بأن الأطفال يجب أن يعيشوا حياة صحية ونشطة، داخل المدرسة وخرجها. وكان هدف الاتحاد الدولي للريشة الطائرة BWF هو جعل الريشة الطائرة واحدة من أكثر الرياضات المدرسية شعبية وسهولة في الوصول إليها في العالم. ويوفر Shuttle Time لمعلمي المدارس إمكانية الوصول إلى المورد والتدريب والمعدات المجانية التي تدعم تدريس أنشطة الريشة الطائرة الممتعة والأمنة والشاملة للأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين 5 و15 عاماً.

وتم تصميم دروس Shuttle Time لتزويد الأطفال بصورة إيجابية عن الويشة الطائرة من خلال العديد من الفوص للحصول على المتعة والتفاعل مع الآخرين وتجربة النجاح. ويتم تنفيذ برنامج Shuttle Time حالياً في 132 دولة بالشراكة مع الاتحادات القلية للاتحاد الدولي لكرة القدم والاتحادات الأعضاء. ومنذ إطلاقته في عام 2012، توسع برنامج Shuttle Time بشكل كبير. حيث يقوم الاتحاد الدولي للويشة الطائرة بمحاولة نشر اللعبة في مدارس التعليم العام في كافة الدول، وجعل اللعبة جذابة بشكل كبير، مما يجذب هذا الجيل الحديث من الأطفال والشباب لهذه اللعبة، وقد لاحظت الباحثة بصفتها رئيسة اتحاد هذه اللعبة في مملكة البحرين، عدم انتشار اللعبة بين أوساط التلاميذ في مملكة البحرين بالشكل الكافي والمأمول، وعدم وعي الأطفال والشباب باللعبة وقوانينها وقواعدها المختلفة، ونقص كبير في أعداد مرببي اللعبة ومهاراتهم المعرفية والفنية، الأمر الذي يجعل هناك نورة في المربين المشتغلين في هذه اللعبة.

الرواسات السابقة:

في نواسة أخواها كلا من Hardiansyah and Zalindro (2019) عن التنشئة الاجتماعية لبرنامج وقت الويشة الطائرة في التعليم التربوي ومسوى المدرسة الابتدائية في بادانج أوترا، هدفت النواسة إلى تحسين قوة المعلم على نواسة الويشة الطائرة من خلال برنامج وقت الويشة، استخدم الباحثان المنهج الوصفي، وطبقت النواسة على عينة قوامها (1061) معلماً حيث تم طرح مجموعة من الأسئلة قبل البرنامج وبعده على المعلمين، ومن أهم النتائج التي توصلت إليها هذه النواسة أن أنشطة التنشئة الاجتماعية لوقت الويشة التي تم منحها للمعلمين بالمرحلة الابتدائية يمكن أن تزيد من فهم المعلمين لتوفير مواد تعلم الويشة الطائرة ذات الصلة بالأطفال في سن المدرسة الابتدائية من خلال برنامج وقت الويشة بشكل صحيح. كما أن من المتوقع أن يتمكن المعلمون في المستقبل من تطبيق طريقة برنامج وقت الويشة في التعلم بحيث تتطور قرات الطلاب على لعب الويشة الطائرة على النحو الأمثل.

كما أجرى Duncan, et al. (2020) نواسة تناولت تأثيرات برنامج وقت الويشة على المهارات الحركية الأساسية (FMS) لدى الأطفال لمجموعه تكونت من 124 طفلاً (الأعمار من 6 إلى 7 سنوات)، و58 في (10-11 سنة) نفذوا برنامج وقت الويشة (Shuttle Time) مرة واحدة أسبوعياً لمدة ستة أسابيع (المجموعة التجريبية= 63) (المجموعة الضابطة= 63) قبل وبعد عشرة أسابيع، وأتضح من النتائج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات المهارات الحركية الأساسية (FMS) للأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين 10-11 سنة. وفي سباق العشرة أمتار انخفضت السورة بعد عشرة أسابيع بالنسبة لمجموعات التي تتراوح أعمارهم بين 6-7

سنوات، وزادت مسافة الوثب الطويل وتم الحفاظ عليها بعد عشرة أسابيع، كما زاد لدى المجموعة التجريبية أداء رمي الكرة الطبية، وبالتالي يعد برنامج وقت الريشة للاتحاد الدولي للريشة الطائرة BWF Shuttle Time مفيداً في تطوير المهارات الحركية الأساسية (FMS) لأطفال المرحلة الأساسية الأولى (الأعمار من 6 إلى 7 سنوات).

وفي دراسة أخرى أجراها كل من Donie, Arifianto and Hermanzoni (2021) بعنوان "تطبيقات إضافة برنامج وقت الريشة في تطوير رياضة الريشة الطائرة"، هدفت الدراسة إلى الكشف عن مميزات وإمكانيات استخدام البرنامج الدولي (وقت الريشة) للاتحاد الدولي للريشة الطائرة كتقنية لياقة تعليمية تعزز الصحة، ومن أهم النتائج التي توصلت إليها أن تسمح الممارسة والدراسات العديدة بإثبات أن الحالة البدنية للإنسان تعتمد بشكل كبير على فاعلية استخدام تقنيات اللياقة البدنية الموفرة للصحة. كما يمكن اعتبار البرنامج الدولي "وقت الريشة" التابع للاتحاد الدولي للريشة الطائرة بمثابة تقنية لياقة تعليمية لتوفير الصحة.

أما دراسة Duncan, et al. (2021) والتي هدفت التعرف على تأثير الاستجابة لوجعة من برنامج وقت الريشة التابع للاتحاد الدولي للريشة الطائرة (BWF) على مهارات الحركة الأساسية (FMS)، وكفاءة المهارات الحركية الأساسية لدى الأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين 6-9 سنوات، وقد استخدم الباحثون المنهج التجريبي، وطبقت الدراسة على عينة قوامها (158) من الأطفال (83 ولداً، و75 فتاة، وكان متوسط العمر 7.6 سنة)، ومن أهم النتائج التي توصلت إليها وجود فروق ذات دلالة إحصائية في تطور المهارات الحركية الأساسية (FMS) بين المجموعات التجريبية.

كذلك أجرى طلبة (2022) دراسة بعنوان "تأثير استخدام دليل الاتحاد الدولي (وقت الريشة) على بعض القدرات الحركية الخاصة والمهارات الأساسية لناشئي الريشة الطائرة"، هدفت الدراسة إلى التعرف على تأثير استخدام دليل الاتحاد الدولي (وقت الريشة) على تطوير القدرات الحركية ودقة بعض المهارات الأساسية لناشئي الريشة الطائرة، من خلال تحديد القدرات الحركية الخاصة والتي ينبغي تحسينها لناشئي الريشة الطائرة، وقد استخدم الباحث المنهج التجريبي باستخدام التصميم التجريبي ذو القياسين القبلي والبعدي لمجموعتين تجريبيتين، وضابطة، وطبقت الدراسة على عينة قوامها (26) من ناشئي الريشة الطائرة تحت 11 سنة بنادي اتحاد الشوطة، ومن أهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة أن البرنامج التدريبي باستخدام دليل الاتحاد الدولي (وقت الريشة) يؤثر في تنمية القدرات الحركية الخاصة، كما حدث تقدم للمجموعة التجريبية التي استخدمت برنامج وقت الريشة على المجموعة الضابطة والتي استخدمت البرنامج التقليدي.

وفي لراسة أرهاا كل من Chen, et al. (2022) استهدفت تقييم تأثير دروس الريشة الطائة على الصة لدى الشباب نوي الإعاقات الذهنية. أهرت اللاسة على ثمانية عشر من نوي الإعاقات الذهنية (14 ذكراً و4 إناث، ولوحت أعملهم بين 19 و26 عاماً) ولديهم خوة قليلة أو معدومة، تم تقسيم العينة حسب الخوة في الريشة الطائة إلى مجموعة تعوين (تجريبية)، ومجموعة مراقبة (ضابطة). وملست مجموعة التملين جلسة لمدة 50 دقيقة، مرتين في الأسوع لمدة 10 أيام، بينما لم يقدم أي تريب للمجموعة الضابطة، وباستخدام اختبار ويلكسون لمقرنة ما قبل وما بعد في كل مجموعة، تم التوصل إلى انخفاض معدل ضربات القلب أثناء الراحة بشكل ملحوظ، ومسافات المشي الأطول في اختبار المشي لمدة 6 دقائق، وكان الأداء الأفضل في مهارات الريشة الطائة واضحاً في مجموعة التعوين، وخلصت اللاسة إلى أنه يمكن أن تحسن دروس الريشة الطائة الصة واكتساب مهارات الريشة الطائة لدى البالغين نوي الإعاقة الذهنية.

أما لراسة Gladchenko (2023) التي كانت بعنوان "الدورة الجامعية لبرنامج وقت الريشة في النشاط الطلابي الحركي"، والتي هدفت إلى تحديد مدى ملائمة البرنامج الدولي الجامعي لوقت الريشة، استخدم الباحث في اللاسة الراجعة المنهجية للأدبيات العلمية، ومن أهم النتائج التي توصلت إليها اللاسة أن استراتيجيات التعليم المعتمدة في الدورة تتضمن تغييرات مهمة في النظرية التربوية وممارسة التربية الرياضية، كما تتيح الدورة التعرف بشكل أفضل على الريشة الطائة كرياضة، والتخطيط بكفاءة لدروس الريشة الطائة وضمان النشاط الحركي للطلاب الشباب. وفي لراسة أرهاا Duncan, et al. (2023) تناولت التأثيرات القصوة (ما قبل وبعد)

والطويلة المدى (بعد 10 أسابيع). من برنامج وقت الريشة Shuttle Time التابع للاتحاد الدولي للريشة الطائة (BWF) حول المهارات الحركية الأساسية (FMS) واللياقة البدنية لدى الأولاد والبنات السعوديين. أهرت اللاسة على 76 طفلاً تتراوح أعمارهم بين 9 و11 عاماً (44 ولداً، 32 فتاة؛ بمتوسط عمر 10.2 سنة) تم إجراء جلسات مرتين أسوعياً لمدة 6 أسابيع، بعد مرور 10 أسابيع، تم قياس (FMS) باستخدام اختبار التطور الحركي والجسدي من خلال سوعة العدو لمسافة 10 أمتار، والوثب الطويل من الوقوف، ورمي الكرة الطبية أثناء الجلوس، واختبار 6 دقائق للمشي (6 MWT) أتضح أن هناك تحسينات كبيرة في (FMS) لكل من الأولاد والبنات. ولكن الفتيات أظهرن حجم أكبر من التغيير بشكل ملحوظ في (FMS) في وقت العدو لمسافة 10 أمتار، ورمي الكرة الطبية أثناء الجلوس، والوقوف طويلاً، والقفز، وتحسن أداء الأولاد والبنات بشكل ملحوظ عما كان عليه قبل 10 أسابيع، وكان حجم التغيير أكبر لدى الفتيات، ورمي الكرة الطبية، ولكنها كانت أكبر بالنسبة للأولاد في الوثب الطويل، وبالتالي يعد برنامج وقت الريشة

BWF Shuttle Time ممكناً للتطبيق في المملكة العربية السعودية، ومفيد في تطوير (FMS) واللياقة البدنية للأطفال السعوديين الذين تتراوح أعمارهم بين 8-12 سنة.

ومن خلال ما سبق عرضه يتضح بأن جميع الدراسات السابقة تؤكد على أهمية برنامج وقت الريشة سواء في تعليم الأطفال والشباب للمهارات الحركية الأساسية للعبة أو مهارات اللعبة بصورة فعّالة وممتعة، كما أن نوة الدراسات في هذا الإطار تحتم على الباحثة عملية تسليط الضوء بشكل أكبر على دوره الكبير في تطوير المعلمين وتأهيلهم لتعليم الريشة الطائرة بشكل مختلف عن التعليم التقليدي القديم، وقد تم الاستفادة من هذه الدراسات في عملية تحديد المنهج المناسب واختيار العينة ومناقشة النتائج.

أسئلة البحث:

يمكن التعبير عن مشكلة البحث من خلال الإجابة عن الأسئلة التالية:

1. ما دور برنامج وقت الريشة في تنمية المهارات المعرفية والفنية للمربين بمملكة البحرين؟
2. ما رأي أفراد العينة في شمولية برنامج وقت الريشة، ومدى تحقيقه للأهداف المرجوة منه؟
3. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين في رأيهم في دور برنامج وقت الريشة في تنمية مهارات المربين المعرفية والفنية في مملكة البحرين؟

أهداف البحث:

يهدف البحث إلى التعرف على "مدى فاعلية برنامج وقت الريشة في رفع مستوى أداء بعض مهارات مربّي الريشة الطائرة بمملكة البحرين"، وذلك من خلال:

1. دور برنامج وقت الريشة في تنمية المهارات المعرفية والفنية للمربين بمملكة البحرين.
2. رأي أفراد العينة في شمولية برنامج وقت الريشة، ومدى تحقيقه للأهداف المرجوة منه.
3. دلالة الفروق بين الجنسين في رأيهم في دور برنامج وقت الريشة في تنمية مهارات المربين المعرفية والفنية في مملكة البحرين.

فرضيات البحث:

تتمثل فرضيات البحث فيما يلي:

1. لبرنامج وقت الريشة دوراً إيجابياً في تنمية المهارات المعرفية والفنية للمربين بمملكة البحرين.
2. لأفراد العينة رأياً إيجابياً في شمولية برنامج وقت الريشة، وقدرته على تحقيق الأهداف المرجوة منه.

3. لا توجد فروق دالة إحصائياً بين الجنسين في رأيهم في دور برنامج وقت الويشة في تنمية مهارات المدربين المعرفية والفنية في مملكة البحرين.

أهمية البحث:

تتمثل أهمية البحث فيما يلي:

1. تعتبر من الدراسات الأولى التي سوف تعمل على إواز دور برنامج وقت الويشة في تنمية مهارات المدربين في تعليم الصغار الويشة الطائرة في حدود معرفة الباحثة.
2. إواز أهمية برنامج وقت الويشة من وجهة نظر مدربي الويشة الطائرة في مملكة البحرين.
3. توجيه وتوعية المدربين بأهمية برنامج وقت الويشة في عملية تعليم الأطفال للمهارات والحركات الأساسية.

محددات البحث:

التمت الباحثة بالحدود الآتية:

1. المحددات الموضوعية: فاعلية برنامج وقت الويشة في رفع مستوى أداء بعض مهارات مدربي الويشة الطائرة بمملكة البحرين.
2. المحددات البشرية: تكون مجتمع البحث من مدربي الويشة الطائرة المسجلين في الاتحاد البحريني للويشة الطائرة الخاضعين لبرنامج وقت الويشة.
3. المحددات الجغرافية: الاتحاد البحريني للويشة الطائرة والإسكواش بمملكة البحرين.
4. الحدود الزمانية: طبق البحث خلال الموسم الرياضي للعام 2023-2024.

مصطلحات البحث:

اعتمدت الباحثة المصطلحات التالية:

■ البرنامج:

هو مجموعة من النشاطات المخطط لها والمنظمة على أسس علمية تتضمن خوات تعليمية، محاضرات، تدريبات، ومناقشات، وواجبات بيتية، وتعليمات تقدم عبر طرائق وأساليب ووسائل مختلفة بهدف مساعدتهم على النمو (شكري، 2020: 434).

■ برنامج وقت الويشة:

هو برنامج الإتحاد الدولي للويشة الطائرة الخاص بالمدلس، ويهدف إلى جعل الويشة الطائرة واحدة من الألعاب الرياضية الأكثر شعبية في العالم داخل المدلس (الإتحاد الدولي للويشة الطائرة، 2021: 6).

منهج البحث:

اعتمد البحث الحالي المنهج الوصفي، بأسلوب الدراسات المسحية، وذلك لمناسبته لطبيعة وأهداف البحث، وبغرض التعرف على مدى فاعلية برنامج وقت الريشة في رفع مستوى أداء بعض مهارات مربّي الريشة الطائفة بمملكة البحرين من وجهة نظر أفراد العينة، والذي يهتم بتحليل البيانات التي تم التوصل إليها من عينة البحث ومعالجتها في ضوء الأساليب الإحصائية المختلفة.

مجتمع البحث:

يشمل مجتمع البحث الحالي جميع مربّي الريشة الطائفة المسجلين في الاتحاد البحريني للريشة الطائفة (ملحق 1) الخاضعين لبرنامج وقت الريشة.

عينة البحث:

اشتملت عينة البحث الأساسية على (60) فرداً تم اختيارهم بالطريقة العمدية من مربّي الريشة الطائفة المسجلين في الاتحاد البحريني للريشة الطائفة الخاضعين لبرنامج وقت الريشة، 21 من الذكور بنسبة 35.0%، بينما كان عدد الإناث 39 وبلغت نسبتهم 65.0%. وكان متوسط العمر لدى أفراد العينة 20.43 سنة بانحرف معياري 1.21 (الذكور 20.52 سنة بانحرف معياري 1.53، والإناث 20.38 سنة بانحرف معياري 1.02)، وقد بلغ متوسط الخوة لدى أفراد العينة في لعبة الريشة الطائفة 0.83 سنة بانحرف معياري 1.07 (الذكور 1.09 سنة بانحرف معياري 1.76، والإناث 0.69 سنة بانحرف معياري 1.70).

أوات جمع البيانات:

استخدمت الباحثة استمارة استبانة لجمع البيانات المتعلقة بهذا البحث من تصميم الباحثة مرفق (1)، من خلال عمل مسح لعدد من العواجم والدراسات العلمية ذات العلاقة بموضوع البحث، وبالرجوع إلى دليل برنامج وقت الريشة المقدم من الاتحاد الدولي للريشة الطائفة، حيث تم استخدام الاستبانة التي تم بنؤها من قبل الباحثة بالطريقة التي تتناسب مع أهداف البحث الحالي، حيث تكونت الاستبانة بصورتها النهائية من ثلاثة أجزاء كالتالي:

الجزء الأول: يتضمن البيانات الأولية التي تصف عينة البحث، مثل الجنس، والعمر، وعدد سنوات الخوة في لعبة الريشة الطائفة.

الجزء الثاني: يتضمن رأي العينة في مدى تطبيق عناصر لعبة الريشة الطائفة في مملكة البحرين، ويضم هذا الجزء 23 بنداً تقيس عناصر اللعبة، وتتضمن الإجابة على هذا الجزء الاختيار من خمسة بدائل: بدرجة كبيرة جداً (5 درجات)، بدرجة كبيرة (4 درجات)، بدرجة متوسطة (3 درجات)، بدرجة قليلة (درجتان)، بدرجة قليلة جداً (درجة واحدة). وتنقسم البنود الـ 23 ما بين

المهارات المعرفية باللعبة، والمهارات الفنية، والجدول رقم (1) يوضح ذلك:

جدول (1)

توزيع بنود الاستبانة بين المهارات المعرفية والمهارات الفنية

المهارات الفنية	المهارات المعرفية
20-19-18-17-16-15-14-13	23-22-21-12-11-10-9-8-7-6-5-4-3-2-1

الجزء الثالث: يتضمن رأي أفراد العينة في مدى شمولية برنامج وقت الريشة، ومدى تحقيقه للأهداف المرجوة منه.

خطوات إعداد استبانة الاستبانة:

تحديد محاور الاستبانة:

وَأولاً: تحديد جميع عناصر لعبة الريشة الطائرة حسب ما حددها الاتحاد الدولي للريشة الطائرة (BWF)، وذلك بعد الرجوع إلى دليل برنامج وقت الريشة المقدم من الاتحاد الدولي للريشة الطائرة. ثانياً: المسح الموجعي من خلال إطلاع الباحثة على بعض من المراجع والدراسات العلمية التي تناولت برنامج وقت الريشة الخاص بالاتحاد الدولي للريشة الطائرة تم تحديد البنود الأساسية للاستبيان.

ثالثاً: إعداد أداة البحث في شكله المبدئي بتحديد البنود الأساسية للاستبيان.

رابعاً: عرض الاستبانة على خبراء متخصصين وبلغ عددهم (4) وقد تم اختيارهم وفقاً للمعايير التالية:

1. أن يكون أستاذ متخصص في مجال التربية الرياضية بجامعة البحرين.
2. أن يكون أستاذ متخصص في الريشة الطائرة.
3. أن يكون مطلع على برنامج وقت الريشة الطائرة.

وذلك لاستطلاع رأيهم حول مدى مناسبة بنود الاستبانة وملائمته لتحقيق أهداف البحث من خلال المقياس الخماسي، سواء بالتعديل أو الحذف أو الإضافة لبنود الاستبانة المستخدمة في البحث الحالي.

ثم قام الباحث بتفويغ وتحليل آراء الاسادة الخبراء حيث اتفقوا على مناسبة البنود وارتباطها بموضوع البحث، والجدول رقم (1) يوضح آراء الاسادة الخبراء والنسبة المئوية لكل محور.

جدول (2)

يوضح النسبة المئوية لآراء الخواء حول المحاور والأبعاد الخاصة بها ن=4

النسبة %	مدى مناسبة صياغة البند	مدى ارتباط العبرة بهدف البحث	البند
%100	4	4	1. مدى وضوح أهداف برنامج وقت الريشة الطائرة.
%100	4	4	2. كيفية شرح أساسيات الريشة الطائرة.
%100	4	4	3. مدى وضوح الهدف من اللعبة.
%100	4	4	4. كيفية شرح قواعد اللعبة.
%100	4	4	5. كيفية شرح أصل اللعبة.
%100	4	4	6. مدى وضوح رؤية الاتحاد الدولي للريشة الطائرة.
%100	4	4	7. مدى وضوح رسالة الاتحاد الدولي للريشة الطائرة.
%100	4	4	8. مدى وضوح أهداف الاتحاد الدولي للريشة الطائرة.
%100	4	4	9. كيفية شرح المواد التعليمية الريشة الطائرة.
%100	4	4	10. مدى وضوح هيكل البرنامج.
%100	4	4	11. مدى مرونة البرنامج.
%100	4	4	12. كيفية شرح تعليم الريشة الطائرة للمجموعات الكبيرة.
%100	4	4	13. كيفية شرح التمرين البدنية.
%100	4	4	14. كيفية شرح الضرب والحركة.
%100	4	4	15. كيفية شرح المسكات.
%100	4	4	16. كيفية شرح وقفة الاستعداد.
%100	4	4	17. كيفية شرح اللعب في المنطقة الأمامية من الملعب.
%100	4	4	18. كيفية شرح تطوير مهارات اللعب في منتصف الملعب (الأرجحة والومي).
%100	4	4	19. كيفية شرح تطوير مهارات اللعب في الجهة الخلفية من الملعب (الومي والضرب).
%100	4	4	20. كيفية شرح تكتيكات اللعب.
%100	4	4	21. شرح كيفية تحقيق الفوز في المباريات.
%100	4	4	22. كيفية شرح تنظيم المنافسة.
%100	4	4	23. كيفية شرح قواعد الريشة الطائرة المبسطة.

يتضح من جدول رقم (2) أن رآء الخواء في البنود والنسبة المئوية لها وحصلت جميع البنود على نسبة مئوية (100%).

خامساً: التحقق من صدق وثبات الاستبانة:

1. صدق الاستبانة:

أ. **لحساب صدق المد توى Content Validity** تم عرض الاستبانة على ثلاثة من المحكمين* من أصحاب الخبرة العلمية والعملية في مجال الريشة الطائوة وتدريبها وتدريبها، لإبداء الملاحظات الخاصة ببنود الاستبانة، سواء بالتعديل أو الحذف أو الإضافة لبنود الاستبانة المستخدمة في البحث الحالي، وبناء على ملاحظات المحكمين تم تعديلها بشكلها الأخير.

ب. كما تم حساب **صدق البناء Construct Validity** وذلك من خلال حساب الارتباط الداخلي بين قوات الاستبانة البالغ عددها (23) بنداً مع الدرجة الكلية للاستبانة، وهو ما يفيد في صدق الاستبانة، إذ أن الارتباطات الداخلية يمكن استخدامها كدلالة على صدق الاستبانة، وقد حسبت معاملات ارتباط بوسون بين قوات الاستبانة مع الدرجة الكلية، بتاريخ 28 يناير 2024م والجدول (3) يوضح ذلك:

جدول (3)

الارتباط الداخلي بين قوات الاستبانة ودرجتها الكلية

معامل الارتباط مع الدرجة الكلية	البند
**0.63	1. مدى وضوح أهداف برنامج وقت الريشة
**0.61	2. كيفية شرح أساسيات الريشة الطائوة
0.21	3. مدى وضوح الهدف من اللعبة
**0.54	4. كيفية شرح قواعد اللعبة
**0.53	5. كيفية شرح أصل اللعبة
**0.41	6. مدى وضوح رؤية الاتحاد الدولي للريشة الطائوة
**0.62	7. مدى وضوح رسالة الاتحاد الدولي للريشة الطائوة
**0.65	8. مدى وضوح أهداف الاتحاد الدولي للريشة الطائوة
**0.68	9. كيفية شرح المواد التعليمية للريشة الطائوة

معامل الارتباط مع الدرجة الكلية	البند
**0.62	10.مدى وضوح هيكل البرنامج
**0.62	11.مدى مرونة البرنامج
**0.70	12.كيفية شرح تعليم الريشة الطائرة للمجموعات الكبيرة
**0.49	13.كيفية شرح التمرين البدنية
**0.52	14.كيفية شرح الضرب والحركة
**0.49	15.كيفية شرح المسكات
**0.59	16.كيفية شرح وقفة الاستعداد
**0.61	17.كيفية شرح اللعب في المنطقة الأمامية من الملعب
**0.65	18.كيفية شرح تطوير مهارات اللعب في منتصف الملعب (الأرجحة والومي)
**0.69	19.كيفية شرح تطوير مهارات اللعب في الجهة الخلفية من الملعب (الومي والضرب)
**0.76	20.كيفية شرح تكتيكات اللعب
**0.71	21.شرح كيفية تحقيق الفوز في المباريات
**0.75	22.كيفية شرح تنظيم المنافسة
**0.76	23.كيفية شرح قواعد الريشة الطائرة المبسطة

** دالة عند 0.01

يتضح من الجدول السابق أن جميع معاملات الارتباط بين فئات الاستبانة ووجدتها الكلية كانت دالة عند مستوى دلالة 0.01، ما عدا البند رقم 3، مما يدل على صدق المقياس.

ثبات الاستبانة:

أ. الثبات بطريقة الاتساق الداخلي (معامل ألفا كرونباخ):

تم حساب معامل ألفا لكرونباخ لحساب التجانس الداخلي للاستبانة، كما تم حساب التجزئة النصفية لفئات الاستبانة بتاريخ 29 يناير 2024م، والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول (4)

معامل ألفا لكرونباخ لحساب التجانس الداخلي للاستبانة، والتجزئة النصفية لفترات الاستبانة

التجزئة النصفية	معامل ألفا لكرونباخ
0.81	0.91

يوضح الجدول رقم (4) ان قيمة معامل ألفا لكرونباخ بلغت 0.91، وهي قيمة مقبولة إحصائياً، وبلغت قيمة معامل التجزئة النصفية 0.81، وهي أيضا قيمة مقبولة إحصائياً، مما يدل على ثبات الاستبانة.

ب. الثبات بطريقة إعادة التطبيق:

قامت الباحثة بحساب الثبات بطريقة إعادة التطبيق بفرق زمني مدته (14) يوماً، وبلغ معامل ارتباط بوسون بين التطبيقين الأول والثاني 0.99، وهو معامل مرتفع ومقبول إحصائياً، مما يفيد بثبات الاستمارة.

سادساً: الدراسة الاستطلاعية:

تم إجراء الدراسة استطلاعية على عينة مكونة من (10) من نفس مجتمع البحث ومن خلج العينة الأساسية، وذلك خلال الفترة من 31 يناير 2024م إلى 6 فواير 2024م وكان الهدف من هذه الدراسة:

- التعرف على مدى فهم عينة البحث للعبوات التي يتضمنها الاستبانة ووضوح بنوده وزمن تطبيقه.
 - التعرف على الصعوبات التي قد تظهر أثناء التطبيق والعمل على تلافياها.
 - اجراء المعاملات العلمية للاستبيان.
- وقد أسفرت نتائج الدراسة الاستطلاعية عن الآتي:
- التأكد من مدى فهم عبارات الاستبانة ووضوحه.
 - تحديد زمن الإجابة على الاستبانة من خلال حساب الزمن التجريبي.
- سابعاً: تطبيق الاستبانة على أفراد العينة، والذي يشتمل على مربى الويشة الطائرة المسجلين في الاتحاد البحريني للويشة الطائرة بمملكة البحرين الخاضعين لبرنامج وقت الويشة، ومن ثم إدخال البيانات في الحاسوب.
- ثامناً: تحليل بيانات البحث من خلال الحزمة الإحصائية SPSS الإصدار 27.
- وأخيراً: إعداد التقرير النهائي للبحث.

الأساليب الإحصائية المستخدمة:

باستخدام البرنامج الإحصائي SPSS (Version 27.0)، تم استخدام الأساليب الإحصائية المناسبة للبحث الحالي، حيث تم حساب المتوسطات والانحرافات المعيارية لبيانات الاستبانة، كما تم استخدام اختبار (ت) t . test، للتعرف على دلالة الفروق التي تغوى لمتغير الجنس.

نتائج البحث:

ولاً: عرض نتائج السؤال الأول:

للإجابة عن السؤال الأول للبحث: "ما دور برنامج وقت الريشة في تنمية المهارات المعرفية والفنية للمدربين بمملكة البحرين؟"، تم حساب التكرارات والنسب المئوية، والجدول التالي يوضح ذلك:

أ. المهارات المعرفية:

جدول (5)

دور برنامج وقت الريشة في تنمية المهارات المعرفية للمدربين بمملكة البحرين
من وجهة نظر أفراد العينة (ن=60)

المستوى	الأهمية النسبية*	الانحراف المعياري	المتوسط	الترتيب	البند
مرتفع	98.0	.30253	4.9000	1	1. مدى وضوح الهدف من اللعبة.
مرتفع	98.0	.30253	4.9000	2	2. كيفية شرح أساسيات الريشة الطائرة.
مرتفع	97.3	.34280	4.8667	3	3. كيفية شرح المواد التعليمية للريشة الطائرة.
مرتفع	97.0	.40442	4.8500	4	4. مدى وضوح أهداف برنامج وقت الريشة.
مرتفع	96.0	.48011	4.8000	5	5. مدى وضوح رؤية الاتحاد الدولي للريشة الطائرة.
مرتفع	95.7	.49030	4.7833	6	6. كيفية شرح التمرين البدنية.
مرتفع	95.7	.55515	4.7833	7	7. كيفية شرح تعليم الريشة الطائرة للمجموعات الكبيرة.
مرتفع	95.0	.50840	4.7500	8	8. مدى وضوح هيكل البرنامج.
مرتفع	94.9	.51170	4.7458	9	9. مدى مرونة البرنامج.
مرتفع	94.3	.55515	4.7167	10	10. مدى وضوح أهداف الاتحاد الدولي للريشة الطائرة.
مرتفع	94.0	.61891	4.7000	11	11. مدى وضوح رسالة الاتحاد الدولي للريشة الطائرة.

المستوى	الأهمية النسبية *	الانحراف المعياري	المتوسط	الترتيب	البند
مرتفع	93.0	.73242	4.6500	12	12. كيفية شرح قواعد الريشة الطاولة المبسطة.
مرتفع	92.7	.68807	4.6333	13	13. كيفية شرح أصل اللعبة.
مرتفع	87.3	.91996	4.3667	14	14. كيفية شرح تنظيم المنافسة.
مرتفع	87.0	.98849	4.3500	15	15. شرح كيفية تحقيق الفوز في المباريات.

* تم حساب الأهمية النسبية من خلال المعادلة التالية = متوسط البند / سقف الدرجة (5) × 100

إجراءات تطبيق الاستمارة:

اعتمدت الدراسة المقياس الخماسي لتقييم محاور استمارة الواسعة، التي تكون فيها الدرجات مترتبة من 1 إلى 5 درجات، يتم أولاً حساب طول مدى المتوسطات الحسابية على النحو الآتي:

طول مدى المتوسطات الحسابية = الحد الأعلى - الحد الأدنى

طول مدى المتوسطات الحسابية = 5-1 = 4

طول المدى لكل مستوى من المستويات الثلاثة = طول مدى المتوسطات الحسابية / مؤان

الاستمارة

طول المدى لكل مستوى من المستويات الثلاثة = $3 \div 4 = 1.33$

وبالتالي يكون مدى درجات المستوى الأول = $1 + 1.33 = 2.33$ ، وهكذا:

وبالتالي يتم تقسيم المستويات كما يلي:

المستوى المنخفض / الضعيف = مدى الدرجات من 1.00 إلى 2.33

المستوى المتوسط = مدى الدرجات من 2.34 إلى 3.66

المستوى المرتفع / العالي = مدى الدرجات من 3.67 إلى 5.00

بعد أن تأكدت الباحثة من صدق وثبات الاستمارة وأصبحت الاستمارة في صورتها النهائية،

تم تطبيق الاستمارة على عينة الواسعة وذلك في الفترة من 21 ولغاية 27 فبراير 2024.

كما قامت الباحثة بالمتابعة الشخصية لعملية التطبيق، حيث قامت بتوزيع الاستمارة بنفسها،

والتأكد على الإجابة بكل دقة وأمانة علمية، وإن المعلومات المجمعة سوف تستخدم فقط في

أغراض البحث العلمي.

أوضح من الجدول (5) أن جميع البنود الخاصة بالمهارات المعرفية جاءت في مستويات

مرتفعة ولم يحصل أي بند على مستوى متوسط أو ضعيف، وكانت أعلى البنود "مدى وضوح

الهدف من اللعبة"، و"كيفية شرح أساسيات الريشة الطاولة" بوزن نسبي بلغ 98.0%. مما يدل على

أهمية البنود الخاصة بدور برنامج وقت الريشة في تنمية المهارات المعرفية للمدربين بمملكة البحرين من وجهة نظر أفراد العينة.

ب. المهارات الفنية:

جدول (6)

دور برنامج وقت الريشة في تنمية المهارات الفنية للمدربين بمملكة البحرين
من وجهة نظر أفراد العينة (ن=60)

المستوى	الأهمية النسبية*	الانحراف المعياري	المتوسط	الترتيب	البند
مرتفع	98.0	.39915	4.9000	1	1. كيفية شوح المسكات.
مرتفع	97.3	.38912	4.8667	2	2. كيفية شوح الضرب والحركة.
مرتفع	97.0	.40442	4.8500	3	3. كيفية شوح اللعب في المنطقة الأمامية من الملعب.
مرتفع	95.0	.54072	4.7500	4	4. كيفية شوح تطوير مهارات اللعب في منتصف الملعب (المرجحة والومي).
مرتفع	94.3	.64022	4.7167	5	5. كيفية شوح تطوير مهارات اللعب في الجهة الخلفية من الملعب (الومي والضرب).
مرتفع	92.3	.71525	4.6167	6	6. كيفية شوح وقفة الاستعداد.
مرتفع	91.7	.67124	4.5833	7	7. كيفية شوح تكتيكات اللعب.

* تم حساب الأهمية النسبية من خلال المعادلة التالية = متوسط البند / سقف الدرجة (5) × 100

أوضح من الجدول (6) أن جميع البنود الخاصة بالمهارات الفنية جاءت في مستويات مرتفعة ولم يحصل أي بند على مستوى متوسط أو ضعيف، وكانت أعلى البنود "كيفية شوح المسكات" بوزن نسبي بلغ 98.0%، و"كيفية شوح الضرب والحركة" بوزن نسبي بلغ 97.3%. مما يدل على أهمية البنود الخاصة بدور برنامج وقت الريشة في تنمية المهارات الفنية للمدربين بمملكة البحرين من وجهة نظر أفراد العينة.

ثانياً: عرض نتائج السؤال الثاني:

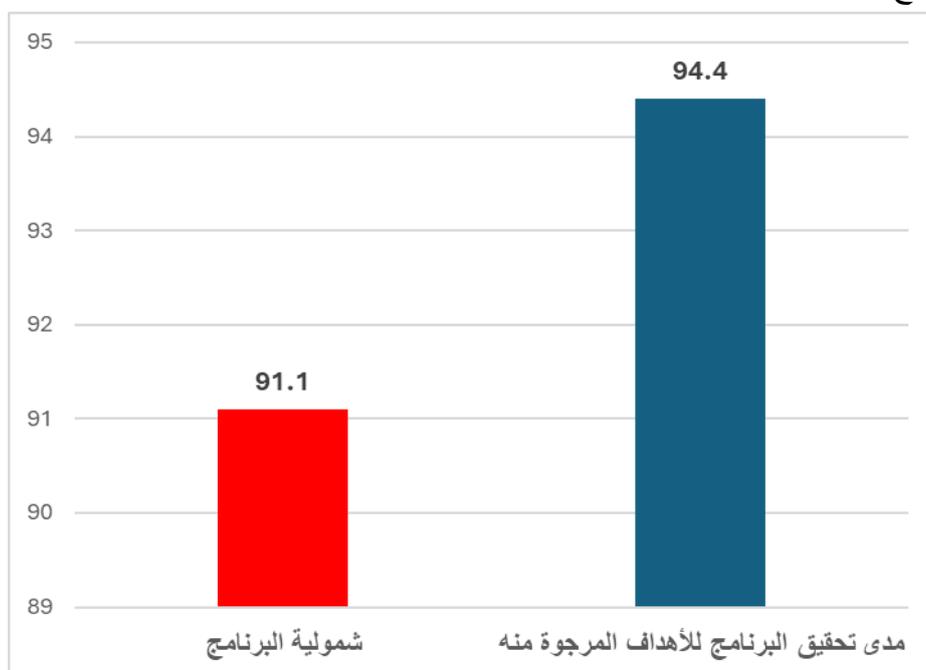
للإجابة عن السؤال الثاني للبحث: "ما رأي أفراد العينة في شمولية برنامج وقت الريشة، ومدى تحقيقه للأهداف المرجوة منه؟" تم حساب التكرارات والنسب المئوية، والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول (7)

رأي أفراد العينة في شمولية برنامج وقت الريشة، ومدى تحقيق للأهداف المرجوة منه (ن=60)

الوزن النسبي	الانحراف المعياري	المتوسط	بدرجة كبيرة		بدرجة متوسطة		بدرجة قليلة		البند
			عدد	%	عدد	%	عدد	%	
91.1	0.446	2.733	44	73.3	16	26.7	-	-	شمولية البرنامج
94.4	0.376	2.833	50	83.3	10	16.7	-	-	مدى تحقيق البرنامج للأهداف المرجوة منه

أتضح من الجدول (7) أن أفراد العينة يرون أن برنامج وقت الريشة يتصف بالشمولية بوزن نسبي 91.1%، وأن البرنامج قد حقق أهدافه المرجوة منه بوزن نسبي 94.4%. والشكل التالي يوضح ذلك:



شكل (1)

رأي أفراد العينة في شمولية برنامج وقت الريشة، ومدى تحقيق للأهداف المرجوة منه
ثانياً: عرض نتائج السؤال الثالث:

للإجابة عن السؤال الثالث للبحث: "هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين في رأيهم في دور برنامج وقت الريشة في تنمية مهارات المدربين المعرفية والفنية في مملكة البحرين؟". تم استخدام اختبار (ت) t. test، للتعرف على دلالة الفروق بين الجنسين في رأيهم في دور برنامج وقت الريشة في تنمية مهارات المدربين المعرفية والفنية، والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول (8)

نتائج اختبارات لدلالة الفروق بين الجنسين في رأيهم في دور برنامج وقت الريشة
في تنمية مهارات المدربين المعرفية والفنية

المتغير	الذكور (ن=21)		الإناث (ن=39)		قيمة ت	دلالة ت*
	ع	م	ع	م		
المهارات المعرفية	0.401	4.555	0.309	4.807	-2.712	**0.009
المهارات الفنية	0.381	4.625	0.343	4.830	-2.123	*0.038

* دالة عند 0.05

** دالة عند 0.01

يتضح من الجدول (8) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة 0.05 بين الجنسين في رأي أفراد العينة في دور برنامج وقت الريشة في تنمية المهارات المعرفية لصالح الإناث. أي أن الإناث ترى أن برنامج وقت الريشة له دور فعال في تنمية المهارات المعرفية والفنية للمدربين مقارنة بالذكور.

مناقشة النتائج:

أتضح من نتائج البحث الحالي أن جميع البنود الخاصة بالمهارات المعرفية والفنية جاءت في مستويات مرتفعة، مما يدل على أهمية البنود الخاصة بدور برنامج وقت الريشة في تنمية المهارات المعرفية والفنية للمدربين بمملكة البحرين من وجهة نظر أفراد العينة. وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه واسة Gladchenko (2023) من أن استراتيجيات التعليم المعتمدة في دورة وقت الريشة تتضمن تغييرات مهمة في النظرية التربوية وممارسة التربية الرياضية، كما تتيح الدورة التعرف بشكل أفضل على الريشة الطائرة كرياضة، والتخطيط بكفاءة لدروس الريشة الطائرة وضمان النشاط الحركي للطلاب الشباب، وبالتالي يمكن القول إن فوضيية الأولى للبحث قد تحققت.

كما تبين أن أفراد العينة في البحث الحالي يرون أن برنامج وقت الريشة يتصف بالشمولية بوزن نسبي 91.1%، وأن البرنامج قد حقق أهدافه المرجوة منه بوزن نسبي 94.4%. وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة واسة كلا من Hardiansyah and Zalindro (2019) والتي بينت أن أنشطة التنشئة الاجتماعية لوقت الريشة التي تم منحها للمعلمين بالمرحلة الابتدائية يمكن أن تزيد من فهم المعلمين لتوفير مواد تعلم الريشة الطائرة ذات الصلة للأطفال في سن المدرسة الابتدائية من خلال وقت الريشة بشكل صحيح. كما أن من المتوقع أن يتمكن المعلمون في المستقبل من تطبيق طريقة وقت الريشة في التعلم بحيث تتطور قرات الطلاب على لعب الريشة الطائرة على النحو الأمثل. كذلك مع النتيجة التي توصلت إليه واسة Duncan, et al. (2020) والتي

أظهرت أن برنامج وقت الويشة كان مفيداً في تطوير المهارات الخاصة بالأطفال في المرحلة الأساسية الأولى (الأعمار من 6 إلى 7 سنوات). وأيضاً مع نتيجة واسة كل من دوني، Donie، و Arifianto and Hermanzoni (2021)، والتي توصلت إلى أنه يمكن اعتبار البرنامج الدولي "وقت الويشة" التابع للاتحاد الدولي للويشة الطائرة بمثابة تقنية لياقة تعليمية لتوفير الصحة. وكذلك مع نتيجة واسة طلبة (2022) التي توصلت إلى أن البرنامج التدريبي باستخدام دليل الاتحاد الدولي (وقت الويشة) يؤثر في تنمية القدرات الحركية الخاصة وبالتالي يمكن القول إن فرضية الثانية للبحث قد تحققت.

كما اتضح وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة 0.01 بين الجنسين في رأي أفراد العينة في دور برنامج وقت الويشة في تنمية المهارات المعرفية لصالح الإناث. كذلك وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة 0.05 بين الجنسين في رأي أفراد العينة في دور برنامج وقت الويشة في تنمية المهارات الفنية لصالح الإناث. أي أن الإناث ترى أن برنامج وقت الويشة له دور فعال في تنمية المهارات المعرفية والفنية للمدربين مقارنة بالذكور. وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه واسة واسة Duncan, et al. (2023) والتي أظهرت أن الفتيات أظهرن حجم أكبر من التغيير بشكل ملحوظ في وقت العدو لمسافة 10 أمتار، ورمي الكرة الطبية أثناء الجلوس، والوقوف طويلاً، والقفز، بعد تعرضهن لبرنامج وقت الويشة لمدة 10 أسابيع وبالتالي يمكن القول إن الفرضية الثالثة للبحث لم تتحقق.

التوصيات:

- بناء على نتائج البحث الحالي يمكن تقديم التوصيات التالية:
1. ضرورة الاهتمام باللعبين الناشئين في لعبة الويشة الطائرة، والتأكيد على تطبيق برنامج وقت الويشة عليهم.
 2. توفير الصالات والملاعب الرياضية الخاصة بهذه اللعبة بشكل كاف.
 3. التأكيد على نشر لعبة الويشة الطائرة في المدارس والجامعات والأندية الرياضية.
 4. إقامة المسابقات الخاصة بلعبة الويشة الطائرة، وجلب الاستثمارات والرعاة الذين يدعمون هذه اللعبة لنشرها بين أوساط الطلبة والشباب بمملكة البحرين.
 5. انتقاء المدربين واللاعبين في الويشة الطائرة بالطرق العلمية السليمة لاختيار أفضل العناصر في هذه اللعبة، والتأكيد على تنفيذ برنامج وقت الويشة على هؤلاء المدربين واللاعبين.

قائمة المراجع:

أ. المراجع العربية:

الاتحاد الدولي للريشة الطائرة (2021). برنامج الاتحاد الدولي للريشة الطائرة للمدرس "دليل المعلمين". (ط2). طبع بواسطة شركة فوسيان للدعاية والاعلان بي اتش دي. كوالالمبور. شكوي، بروين محمود (2020). تقويم برنامج تدريب مدرسي الترخ ومدرساتها في أثناء الخدمة من وجهة نظر المتدربين أنفسهم. مجلة إكليل. العواق. (1)، (4) 431 – 446.

طلبة، أحمد رضا أحمد (2022). تأثير استخدام دليل الإتحاد الدولي (وقت الريشة) على بعض القدرات الحركية الخاصة والمهارات الأساسية لناشئي الريشة الطائرة. مجلة التربية البدنية وعلوم الرياضة. كلية التربية الرياضية. جامعة بنها. (26)، (3).

ب. المراجع الأجنبية:

Chen, C.C., Ryuh, Y.J., Donald, M. & Rayner, M. (2022). The impact of badminton lessons on health and wellness of young adults with intellectual disabilities: a pilot study, *International Journal of Developmental Disabilities*, 68:5, 703–711, DOI: 10.1080/20473869.2021.1882716.

Donie, D., Arifianto, I., & Hermanzoni, H. (2021). Implementation of Integrated Shuttle Time in Involving and Developing Badminton Sports. *Journal Humanities Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1), 13–18. <https://doi.org/10.24036/jha.0201.2021.03>.

Duncan, M.J., Eyre, E., Noon, M., and Clark, C. (2021). Dose response effects of the BWF Shuttle Time Program on children's actual and perceived fundamental movement skill competence, *International Journal of Sports Science & Coaching*, 2021, Vol. 16 (6) 1312–1321.

Duncan, M.J., Noon, M., Lawson, C., Hurst, J. and Eyre, E. (2020). The Effectiveness of a Primary School Based Badminton Intervention on

- Children's Fundamental Movement Skills, *Sports* 2020, 8, 11; doi:10.3390/sports8020011.
- Duncan, M.J.; AlShabeb, A.; Fitton Davies, K.; Alshahrani, N.; Almasoud, Y. (2023). A 6-Week Badminton Based Movement Intervention Enhances Fundamental Movement Skills and Physical Fitness in Saudi Boys and Girls. *Sports* 2023, 11, 132. <https://doi.org/10.3390/sports1107013>.
- Gladchenko, S. A. (2023). The shuttle time university course in the motor activity of students // Соціально-гуманітарні аспекти розвитку сучасного суспільства: матеріали X Всеукраїнської наукової конференції студентів, аспірантів, викладачів та співробітників, Суми, 27–28 квітня 2023 року / уклад. М. М. Набок. Суми: Сумський державний університет, С. 155–159.
- Hardiansyah, Z. and Zalindro, A. (2019). The socialization of a badminton Shuttle Time for the educative education and elementary school level in Padang Utara. *Journal Humanities Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 67–72. <https://www.neliti.com/publications/457101/the-socialization-of-a-badminton-shuttle-time-for-the-educative-education-and-e>
- Yüksel, M. F., and Tunç G. T. (2018). Examining the Reaction Times of International Level Badminton Players Under 15.” *Sports* (Basel, Switzerland) vol. 6,1 20. 5 Mar, doi:10.3390/sports6010020.