



دور يناير
العام الجامعي 2013/2014م
تاريخ الامتحان: 2014/1/18م

كلية التربية الرياضية للبنين
قسم الرياضات الجماعية ورياضات المضرب
نموذج اجابة مادة رياضات المضرب (ريشة طائرة- الاسكواش)
الفرقة الثانية (نظام حديث)

(10)

السؤال الأول:

أ- اكمل العبارات التالية

- 1- تشكل الاتحاد العربي للريشة الطائرة عام 1985 وكانت أول بطولة عربية في سوريا عام 1988
- 2- أهم البطولات الدولية في رياضة الريشة الطائرة ابرا للسيدات، عموم إنجلترا، كاس توماس
- 3- من أهم مميزات ممارسة رياضة الريشة الطائرة الريشة الطائرة لعبة يتم التنافس فيها بين لاعبين أو زوجين من اللاعبين، وتكون مقسمة إلى ثلاثة أشواط ويفوز بالمباراة من يفوز بشوطين من الثلاثة ويتكون الشوط من 21 نقطة، وتحسب النقاط عند تمكن اللاعب من الفوز عند تبادل الضربات. وتتمارس المباراة على ملعب مخطط صغير نسبياً تفصله شبكة مثبتة بعمودين بطرفي الملعب . وملعب الريشة الطائر مشابه لملاعب التنس . أما كرة الريشة فهي مصنوعة من ريش الإوز و المضرب شبيه بمضرب التنس الأرضي ولكن أخف وزناً و أصغر حجماً.
- 4- طول ملعب الاسكواش 9.75 وعرضه 6.40
- 5- كرة الاسكواش لايقبل وزنها عن 23.5جم ولايزيد عن 25.5جم

ب- أذكر المهارات الحركية الأساسية في رياضة الريشة الطائرة متناولاً مهارة يعتبر استخدام الريش ككرة للعب بها استخداماً قديماً، فلقد مورس اللعب بكرة من الريش، كرياضة ترويحية قديمة، منذ القدماء، فلقد عثر على ما يشبه لعبة كرة الريشة في الآثار الهندية، حيث ثبت أنها لعبت هناك منذ ما يزيد على 2000 عام من قبل.

كما كانت هذه الرياضة تمارس في الصين في حوالي القرن السادس عشر الميلادي، وكانوا يطلقون عليها اسم: DI - DSCHIAN-DSI وهذه اللعبة لاقت نجاحاً كبيراً وإقبالاً شديداً من الأفراد ولعبها الأطفال والفتيات والنساء، نظراً لما تتميز به هذه الرياضة من صغر حجم الكرة وخفة وزنها وسهولة ممارستها.

كما أكدت بعض المراجع أن اليابانيين مارسوا هذه اللعبة وأطلقوا عليها اسم: ORBANA، وثبت أن الحكام والأمراء والقادة قد مارسوا هذه اللعبة في القرن الرابع عشر.

كما أشارت بعض المصادر إلى أن هذه الرياضة انتشرت في أمريكا الجنوبية،

حيث كانت هناك لعبة

شعبية شبيهة بها تُسمى: INKAS، وكذلك انتشرت في الهند لعبة كانت تستخدم مضرباً

وكرة من ريش الطيور الطبيعي، ومارسها الهنود بصفة عامة وأسموها: **POONA**،

وكل هذه الممارسات لألعاب كرة الريشة كانت تتم بغرض الترويح وقضاء وقت فراغ مفيد.

وعندما جاء عام 1870م، انتقلت فكرة اللعبة من الهند بواسطة بعض الضباط الإنجليز إلى إنجلترا، وفي بعض القرى الريفية الإنجليزية، وخاصة في مقاطعة جلوكسترشير الإنجليزية، وسرعان ما انتشرت على نطاق واسع وعرفت باسمها الحالي (بادمنتون) أو كرة الريشة الطائرة منذ عام 1872م، كما نعرفها نحن العرب.

وأنشأ الإنجليز ناديا أسموه نادي البادمنتون، وتم وضع قوانين لممارسة اللعبة، ثم انتقلت اللعبة للمعسكرات الإنجليزية والمستعمرات البريطانية في الهند والملايو وأستراليا ونيوزيلندا، كما نظمت إنجلترا بطولتها الدولية في البادمنتون (بطولة إنجلترا) والتي يشترك فيها معظم أبطال العالم، والتي أقيمت لأول مرة عام 1899م، وهذه البطولة شبيهة ببطولة ويمبلدون في التنس.

وفي الخامس من شهر يوليو عام 1934م، قامت اتحادات رياضية للبادمنتون من تسع دول هي: إنجلترا، الدانمرك، أيرلندا، هولندا، كندا، فرنسا، الدانمرك، نيوزيلندا، اسكتلندا، ويلز، بتأسيس أول اتحاد عالمي ودولي لهذه الرياضة، والتي سُميت (البادمنتون) **I.B.F**، واكتسبت هذه اللعبة الصفة العالمية والدولية الرسمية، وتم توحيد قوانينها، ويضم الاتحاد الدولي لكرة الريشة الطائرة نحو تسعين دولة حالياً .

ورأس الاتحاد في بداية نشأته توماس الذي كان لاعباً مشهوراً لهذه الرياضة، ولذلك نظم الاتحاد الدولي للبادمنتون بطولته السنوية على كأس توماس منذ عام 1939م وحتى الحرب العالمية الثانية، ثم أعاد الاتحاد الدولي البطولة بعد انتهاء الحرب وأطلق عليها اسم: كأس التحدي: البطولة الدولية للبادمنتون، وبدأت عام 1948م، وتقام بطولتها مرة كل ثلاث سنوات بين أبطال القارات الخمسة الأمريكيتين، وآسيا وأوروبا وأستراليا، وأضيفت لهم أفريقيا بعد ذلك، وبدأت منذ عام 1956م بطولة السيدات في الكرة الطائرة بنفس نظام بطولات التحدي وتسمى بطولة كأس أبر للسيدات.

وتأسست في مصر اتحاد وطني للريشة الطائرة، الذي يعمل على انتشار اللعبة، مع أنها لم تنتشر بعد بالشكل المطلوب، كما تأسس في البلاد العربية اتحادات مماثلة.

كما انتشرت اللعبة بقوة في دول جنوب شرق آسيا مثل ماليزيا وتايلاند والصين والهند، وغيرها من دول العالم، وهي رياضة منتشرة عالمياً ومدججة بالألعاب الأولمبية من دورة سيدني 2000 .

تعتبر كرة الريشة الطائرة من الرياضات التي تمارس غالباً في الصالات الداخلية، حتى لا تتأثر بالعوامل الجوية، لأن أداة اللعب خفيفة ويؤثر فيها الهواء بشدة .

فالتحكم في الكرة الخفيفة والتركيز أثناء لعبها والمهارة في تسديدها ثلاثة أساسيات للعبة البادمنتون.

والبادمنتون ليس رياضة سهلة كما يتصور البعض، إنها رياضة اللحظة المناسبة والقدرة على ضبط حركة اليد مع حركة الجسم، وتُعرف أيضاً بأنها رياضة الأعصاب الهادئة القوية أثناء اللعب والتدريب، فالتحكم بالحركة والإبقاء عليها هما جوهر إتقان لعبة البادمنتون.

وفكرة هذه اللعبة تتمثل في محاولة إرجاع كل لاعب الكرة من فوق الشبكة لداخل الملعب إلى ملعب المنافس، باستخدام مضرب له مواصفات خاصة.

وتمارس كرة الريشة الطائرة بصورة زوجية أو فردية، وهي من الألعاب الترويحية الهامة التي تُسهم في قضاء وقت طيب، ولا تحتاج إلى تجهيزات معقدة، ولذلك، فهي رياضة الجميع: أطفالاً وسيدات وشباب وشيوخ، لأنها لا تحتاج إلى درجة عالية من اللياقة البدنية أو القدرات المهارية أو الحركية الخاصة .

السؤال الثالث:

(10)

أ- ضع علامة (√) او علامة (x) مع تصحيح الخطأ :

- (x) 1- أول اتحاد عربي في رياضة الريشة الطائرة هو الاتحاد المصري وتأسس عام 1985م
- (x) 2- تتكون مباراة الاسكواش من خمسة أشواط ويتكون الشوط من تسع نقاط
- (x) 3- في مباراة الاسكواش يمكن انتهاء الشوط بالتعادل (8/8)
- (x) 4- الطول الكلي لمضرب الاسكواش 90سم
- (x) 5- طول ضلع مربع الارسال في رياضة الاسكواش 1,5م

ب - ملعب الريشة الطائرة موضحا عليا الابعاد القانونية .

إن الملعب التي تقام عليه مباريات تنس الريشة للمحترفين يبلغ عرضه 1,6 متر وطوله 13,4 متر. وتقسيم الشبكة الملعب إلى نصفين متساويين. وتصنع الكرة (الشتلكوك) من ريش جناح الإوزة ويتكون من 16 ريشة وتزن ما بين 4,74 إلى 5,50 جرام. يُلعب أو يُضرب الشتلوك بواسطة مضرب، وقد يختلف وزن وشكل المضرب ولكن يجب أن لا يتجاوز طول إطاره الإجمالي 680 ملليمتر وعرضه الإجمالي 230 ملليمتر.

مع أطيب التمنيات بالتوفيق والنجاح.....
أستاذ المادة م.د/ محمد عبد الشافي