

دراسة تحليلية لبعض المهارات الأساسية للاسكواش وأثرها على نتائج المباريات للشباب

د. إمام جابر إمام حسنين
مدرس بقسم تدريب الالاعاب الرياضية
كلية التربية الرياضية
جامعة الاسكندرية

مقدمة ومشكلة الدراسة :

يسعى العالم إلى إحداث تغيير وتطوير في جميع جوانب الحياة وفي كافة المجالات وخاصة في المجال الرياضي، ولا سيما أن الرياضة تعد الآن مقياسا وانعكاسا لتقدم وحضارة الأمم والشعوب، والبحث العلمي هو أساس الوصول إلى المستويات الرياضية العليا، وذلك من أجل رفع مستوى اللاعب في جميع الجوانب البدنية والمهارية والخططية حيث بات تحقيق المستويات العليا والانجازات الرياضية من أهم مظاهر التقدم الحضارى للدول.

فالاسكواش هي إحدى أنشطة ألعاب المضرب التي يمارسها عدد كبير من كلا الجنسين وفي مختلف الأعمار، كما أن لها طبيعة خاصة حيث يتعامل لاعب الاسكواش مع متغيرات عديدة مضرب وكرة وملعب محاط بأربع حوائط وخصم ينافسه على امتلاك زمام المباراة مستخدما المهارات الأساسية في اللعبة .

ويشير خالد نعيم(٢٠٠٠) أن لعبة الاسكواش أصبحت من الألعاب المتميزة عن غيرها، حيث أن لها طابع خاص تميزها بالإثارة والتشويق والعمل المتبادل بين القدرات البدنية والذهنية والجوانب المهارية، فهي من الألعاب الفردية المميزة بسهولة التعلم حيث يمكن تعلمها في مراحل سنوية مختلفة، ولكنها تحتاج إلى وقت طويل للوصول إلى مستوى البطولة.(٦ : ٢)

ويذكر شريف فتحي (٢٠٠٣) أن إتقان المهارات يعتبر من أهم العوامل التي تساعد اللاعب على تحقيق الفوز ، حيث أنه لا يمكن أن يتم تنفيذ أى واجب خططى سواء كان هجومي أو دفاعي إلا عن طريق الإتقان الجيد لهذه المهارات ، ويؤكد ذلك الاهتمام الكبير من دول العالم المتقدمة على الإرتقاء بمستوى الأداء المهارى والخططى والذي يلعب الدور الأساسى خلال المنافسات، ولاسيما مع تبادل اللاعبين المتنافسين لمواقف الهجوم والدفاع .(٧ : ١٢٣)

ويضيف حازم محمد (٢٠٠٦) أن المهارات الأساسية هي جوهر الانجاز في المباريات وبدون إتقانها لن يكون هناك تنفيذ خططى سليم، فهي تمثل ركنا أساسيا فى وحدة التدريب إذ تعتبر قاعدة أساسية للعبة وبدون إتقانها لن يستطيع اللاعب تنفيذ الخطط بصورة كاملة.

(٥ : ١٥)

ويؤكد ياسر كمال (١٩٩٧) أن الجانب الخططي يعتبر من أهم الجوانب حيث أنه يعد المحصلة النهائية للنواحي البدنية والمهارية والنفسية . (١٣ : ٢)

ويرى الباحث أن الأداء الخططي يتأسس على الأداء المهارى، إذ أن خطط اللعب ماهى إلا عملية إختيار مهارة حركية معينة، وفي موقف معين مستعينا بالقدرات العقلية أثناء الأداء، تبعا لطبيعة المواقف المتعددة والمتغيرة أثناء المباريات، كما يتبين مدى أهمية المهارات الأساسية (الدفاعية- الهجومية) وتأثيرها على نتائج مباريات الإسكواش وضرورة رفع المستوى المهارى للاعبين وإجراء التقييم المستمر والمتابعة حتى يمكن التعرف على ما تم تحقيقه من إنجازات ومعالجة أوجه القصور وتلافيها .

ويضيف حازم محمد (٢٠٠٦) أن القياس والتقييم يعتبر إحدى الوسائل الهامة والتي تعكس بصورة واضحة أسلوب التدريب وما به من جوانب القوة والضعف . (٥ : ٣)

ويؤكد كلا من محمد صبحى وحمدى عبد المنعم (١٩٩٧) أنه لكون القياس والتقييم من أهم بنود وعناصر التدريب فقد تمثل هذا التنافس أيضا بين الدول فى إبتكار الإختبارات والمقاييس وطرق تحليل المباريات وتقنياتها بما يتناسب مع طبيعة اللعبة.(١٢ : ٧)

ويرى كمال الدين درويش وآخرون(٢٠٠٢) أن أسلوب تحليل المباراة يعد أحد طرق وأساليب القياس حيث يمكن عن طريقه جمع ملاحظات ومعلومات كمية عن أداء اللاعبين والفرق ومستوياتهم وتقدير هذه المستويات تقدير كمي وفق إطار معين من المقاييس المدرجة، وهذا يتيح لنا مقارنة اللاعب بنفسه وبغيره من نفس الفريق أو الفرق المنافسة .(١٠ : ٢٧٤)

ويضيف محمد أحمد (١٩٩٦) أن نظام تحليل المباراة يعتبر طريقة لتقييم مستوى المهارات للاعبين سواء كان ذلك أثناء المنافسات أو التدريب، وبالرغم من أن طرق تحليل تتعدد وتختلف طبقا للهدف من عملية التحليل وظروف إستخدام هذه الطريقة إلا أنها جميعا تسعى إلى تقييم الأداء الفنى للاعب بإحدى الأساليب الموضوعية .(١١ : ٧)

ويذكر قحطان عدنان(٢٠١٤) نقلا عن Lieu-W أن تحليل الأداء المهارى بشكل علمى يمكن استخدامه فى تحليل تركيبات وهياكل وأنماط الأداء الحركى .(٩ : ٢)

ويضيف أحمد عبد الحميد (٢٠٠٩) أنه قد أتفق العلماء على أهمية تحليل المباريات المختلفة للوقوف على ما يستجد من طرق الأداء المهارى والخططى والأستفادة منه، والتعرف على مدى تأثيره على نتائج المباريات فى ظل ما استحدثت من تطورات اللعبة، وضرورة أهتمام المدربين والباحثين ووضع سياسة لتطوير الجانب الخططى والمهارى والأستفادة من ذلك فى تصميم البرمج التدريبية، حيث تكمن أهمية التحليل أيضا فى المساعدة على تصحيح

أخطاء اللاعبين وتدعيم الإيجابيات لاكتساب اللاعبين الكفاءة الفنية والبدنية والنفسية لأداء المباريات. (٢ : ٣١، ٣٢)

ويتبين مما سبق أنه أصبحت عملية قياس وتقويم وتحليل مستوى أداء اللاعبين في البطولات أمراً هاماً، لما توفره من معلومات يمكن أن تساعد في توجيه عملية التدريب، ونظراً لأهمية تحليل مباريات الاسكواش والنقص الواضح في الدراسات المتعلقة بها والتي تتناول أداء اللاعبين ولاسيما أن كل بطولة تشهد المزيد من التطور في الأداء الخططي، وفي ضوء خبرة الباحث في مجال الاسكواش أرتأى تحليل البطولة العربية للاسكواش ٢٠١٤ للناشئين والشباب والتي تضم مجموعة من اللاعبين ذوي المستويات العالية، حيث يسعى الباحث إلى التعرف على تفاصيل الأداء المهارى للاعبى الاسكواش وبالتالي التعرف على نواحي القوة ومن ثم تدعيمها وجوانب الضعف ومن ثم علاجها وذلك من خلال دراسة تحليلية لبعض المهارات الهجومية والدفاعية للاعبى الاسكواش والتي بدورها ستنعكس على عملية توجيه التدريب سواء من الناحية المهارية أو الخططية في محاولة جادة للوصول إلى الأداء الأعلى للاعبى الاسكواش .

أهداف الدراسة :

- تهدف هذه الدراسة إلى تحليل بعض المهارات الأساسية الهجومية والدفاعية للاعبى الاسكواش التعرف على فاعلية هذه المهارات وذلك من خلال :-
١. أكثر المهارات الأساسية الهجومية والدفاعية أستخدمها في مباريات فردى لاعبي الاسكواش.
 ٢. أكثر مناطق اللعب على الحائط الأمامى أستخدمها في مباريات فردى لاعبي الاسكواش .
 ٣. أكثر المهارات الهجومية والدفاعية إحرزا للنقاط في مباريات فردى لاعبي الاسكواش .
 ٤. تأثير هذه المهارات على نتائج المباريات(إحراز نقطة، إستمرارية لعب،خسارة نقطة).

تساؤلات الدراسة :

- تحاول هذه الدراسة الأجابة على التساؤلات الآتية وذلك من خلال تحليل نتائج المباريات :
١. ما أكثر المهارات الأساسية الهجومية والدفاعية إستخدمها في مباريات فردى الاسكواش ؟
 ٢. ما أكثر مناطق اللعب على الحائط الأمامى إستخدمها في مباريات فردى الاسكواش ؟
 ٣. ما أكثر المهارات الهجومية والدفاعية إحرزا للنقاط في مباريات فردى الاسكواش ؟
 ٤. ما مستوى فاعلية هذه المهارات ؟

المصطلحات المستخدمة في الدراسة

١. المهارات الأساسية : مجموعة الحركات الضرورية الهادفة والتي تؤدي بغرض معين في إطار قانون لعبة الاسكواش، سواء كانت هذه الحركات بالكرة والمضرب أو بدونهما. (٢٢ : ١٨)
٢. التحليل : يقصد به الوسيلة المنطقية التي يجرى بمقتضاها تناول الظاهرة موضوع الدراسة كما لو كانت مقسمة إلى أجزاءها أو عناصرها الأساسية المؤلفة لها حيث تبحث هذه الأجزاء كل على حدة لفهم أعمق للظاهرة ككل (٤ : ١٥)
٣. التحليل في المجال الرياضي : هو أحد الأساليب المتكاملة للتقويم حيث يمكن عن طريقها تقدير قيمة الأداء الذي يقوم به اللاعب أو الفريق وكذلك إصدار الأحكام على هذه القيمة في ضوء اعتبارات ومعايير محددة . (٣ : ٤٧٤)
٤. الاستمرارية Rally : هي عملية تبادل ضرب الكرات حتى يقوم أحد اللاعبين بالوقوع في أى خطأ (٧ : ١٢٦)
٥. فعالية الإنجاز : هي تقييم فعالية إنجاز أو تحقيق الأداء المهارى فى مقارنة النتيجة الرياضية المحققة، ويستخدم هذا الأسلوب فى تقييم المهارات الرياضية فى جميع الألعاب (١ : ١٨)

إجراءات الدراسة

منهج الدراسة : يستخدم الباحث المنهج الوصفي متبعاً الأسلوب المسحي وذلك لمناسبته لطبيعة الدراسة .

- عينة الدراسة :** عينة عمدية قوامها (١٥) مباراة من مباريات فردى الشباب تحت ١٩ سنة فى البطولة العربية السادسة والعشرون للاسكواش للفئات السنية تحت ١٥، ١٩ سنة للناشئين والشباب فردى وفرق والتي إقيمت فى الفترة من ٣ - ٢٠١٤/٩/٩ والمدرجة فى بطولات الاتحاد العربى للاسكواش، وقد وقع إختيار الباحث على هذه العينة لما يلى :
١. نظراً لأهمية البطولة نتيجة لمشاركة ٦ دول عربية بها .
 ٢. أغلب اللاعبين المشتركين من أفضل لاعبي الاسكواش المصنفين عالمياً فى هذه المرحلة .
 ٣. تقام جميع المباريات تحت ظروف واحدة مثل (المكان، الأدوات، الإضاءة، توقيت المنافسة) لكل اللاعبين .
 ٤. دور ال (١٦) يمثل تقارب المستويات للاعبين من حيث تصنيف الاتحاد الدولى للاسكواش.

متغيرات الدراسة :

فى ضوء أهداف الدراسة فقد قام الباحث بتحديد المتغيرات كما يلى :

أولاً : المهارات الأساسية الهجومية والدفاعية فى الاسكواش وذلك من خلال المسح المرجعي وما توصلت إليه الأبحاث العلمية وعليه فقد حدد الباحث ما يلى :

- المهارات الهجومية وتشمل (الضربة الجانبية، الضربة المسقطة، الضربة الطائرة، الضربة المقتولة) بوجهى المضرب.
- المهارات الدفاعية وتشمل (الضربة الامامية، الضربة الخلفية، الضربة المرفوعة، الضربة العكسية، ضربة الحائط الخلفى) بوجهى المضرب .

ثانيا : تقسيم الحائط الأمامى إلى (١٥) مربع وذلك لتحديد أكثر مناطق الحائط أستخدمًا في أداء المهارات الهجومية والدفاعية كما في دراسة أحمد خميس (٢٠٠٤) (١) مرفق رقم (١)

- وسائل وأدوات جمع البيانات :

استخدم الباحث وسائل متعددة لجمع بيانات الدراسة بما يتناسب مع البيانات المراد الحصول عليها وهي:

- الملاحظة الموضوعية :

قام الباحث بملاحظة المباريات عينة الدراسة التي تم تصويرها للحصول على البيانات موضوع الملاحظة.

- استمارة جمع البيانات، استمارة تفريغ البيانات:

قام الباحث بعرض استمارة جمع البيانات على مجموعة من الخبراء مرفق رقم (٢) وقد أنتهت إلى الوضع الحالى مرفق رقم (٣) وقد قام الباحث بتفريغ البيانات في استمارة أخرى وذلك من أجل تجميع البيانات في سهولة ويسر وتبويبها وجدولتها من أجل معالجتها أحصائيا مرفق رقم (٤).

المعاملات العلمية لإستمارة جمع البيانات :

١. **صدق الإستمارة :** (الصدق الظاهرى أو صدق المحكمين) قام الباحث بعرض استمارة جمع البيانات على مجموعة من الخبراء والمتخصصين في الاسكواش وذلك للتحقق من صدق محتوياتها حتى تم التوصل إلى الشكل النهائى لها . مرفق رقم (٣)

٢. **ثبات الأستمارة :** قام الباحث بتطبيق الاستمارة في صورتها النهائية على الشوط الاول من مباراة في الادوار التمهيديّة في هذه البطولة (خارج عينة الدراسة الأساسية) ثم قام بإعادة تطبيق هذه الأستمارة مرة أخرى على نفس العينة وب نفس الشروط وذلك بعد مضي ١٠ أيام ،ثم قام الباحث بحساب معامل الارتباط البسيط بين كل متغير في التطبيقين ثم حساب المتوسط حيث بلغ (٠،٩٨٧) وقد كان مستوى المعنوية عند مستوى ٠،٤٦٨=٠،٠٥، وكان مستوى المعنوية عند مستوى ٠،٥٩٠=٠،٠١ ، مما يدل على أن الاستمارة ذات معاملات ثبات عالية .

٣. **موضوعية الاستمارة :** قام الباحث بإعطاء أحد مدربي الاسكواش ممن لديهم القدرة على الملاحظة والتحليل نفس العينة السابقة (التي تم تطبيق معامل الثبات عليها) وذلك بعد تدريبه

على كيفية الملاحظة والتحليل باستخدام نفس الاستمارة ، وتم حساب معامل الارتباط البسيط بين كل متغير من المتغيرات فى استمارة التحليل لكلا من الباحث والمدرّب ، وقد كان متوسط معامل الارتباط البسيط بين الاستمارتين (٠،٩٧٧) وهى درجة يطمئن إليها الباحث وبذلك تحقق الباحث من موضوعية الاستمارة .

مستويات فعالية الإنجاز:

إحراز نقطة = (٢) درجتان ، استمرار لعب = (١) درجة ، خسارة نقطة = (صفر)

الأجهزة المستخدمة :

أستخدم الباحث الأجهزة والأدوات الآتية للمساهمة فى جمع البيانات بعد التأكد من صلاحيتها للاستخدام وهى: شرائط تسجيل فيديو ماركة باناسونيك Panasonic مدة كل شريط ٣ ساعات، جهاز فيديو ماركة باناسونيك Panasonic ثنائى النظام يتمتع بخواص العرض البطئ والسريع والعداى وتثبيت الصورة، جهاز تليفزيون LED LG ٣٢ بوصة .

الدراسة الأساسية :

قام الباحث بالحصول على شرائط البطولة من قبل اللجنة المنظمة للبطولة والتي اعتمد عليها الباحث فى عملية التحليل وذلك خلال فترة البطولة المقامة فى الفترة من ٣ - ٢٠١٤/٩/٩ بدولة الكويت وإجراء عملية تحليل المباريات.

المعالجات الأحصائية :

أستخدم الباحث المعالجات الأحصائية التالية والتي تتناسب مع طبيعة الدراسة وهى :-

١- معامل الارتباط البسيط .

٢- المتوسط الحسابى .

٣- معادلة درجة الفعالية

= (مجموع التكرارات تحت مستوى الفعالية) x الدرجة المقابلة للمستوي

المجموع الكلي للتكرارات

٤- النسبة المئوية .

عرض ومناقشة النتائج:

التساؤل الاول: ما أكثر المهارات الأساسية الهجومية والدفاعية إستخداما فى مباريات فردى الاسكواش؟

جدول رقم (١)

التوصيف الاحصائي (التكرارات لكل مهارة والنسب المئوية والترتيب) لمتغيرات البحث

الترتيب	النسبة المئوية	التكرارات	متغيرات البحث	نوع الإداء المهارى
٤	%١١,٦	١٠٠٣	الضربة الامامية Forhand	
١	%٢٣,٨	٢٠٦٣	الضربة الخلفية Backhand	
٢	%١٣,٦	١١٨٠	الضربة العكسية بوجه المضرب الامامى Cross	
٣	%١٢,٩	١١١٥	الضربة العكسية بوجه المضرب الخلفى Cross	
٧	%٤,٦	٤٠١	الضربة المسقطة بوجه المضرب الامامى Drobshot	
٦	%٥,٨	٥٠٧	الضربة المسقطة بوجه المضرب الخلفى Drobshot	
١٠	%٣,٦	٣٠٩	الضربة الجانبية بوجه المضرب الامامى Sideball	
٩	%٤,١	٣٥٢	الضربة الجانبية بوجه المضرب الخلفى Sideball	
٨	%٤,٢	٣٦٤	الضربة الطائرة بوجه المضرب الامامى Volleyball	
٥	%٩,٦	٨٣٢	الضربة الطائرة بوجه المضرب الخلفى Volleyball	
١١	%٢,٥	٢١٥	الضربة المرفوعة بوجه المضرب الامامى Lob	
١١	%٢,٥	٢١٥	الضربة المرفوعة بوجه المضرب الخلفى Lob	
١٣	%٠,٥	٤٢	الضربة المقذولة بوجه المضرب الامامى Killingshot	
١٥	%٠,٢	١٧	الضربة المقذولة بوجه المضرب الخلفى Killingshot	
١٤	%٠,٣	٢٩	ضربة الحائط الخلفى بوجه المضرب الامامى Backwall	
١٥	%٠,٢	١٧	ضربة الحائط الخلفى بوجه المضرب الخلفى Backwall	
-	١٠٠	٨٦٦١	المجموع	

في ضوء إجراءات وعينة الدراسة والمعالجات الاحصائية توصل الباحث للنتائج التالية :

يتضح من الجدول رقم (١) المرتبط بالتوصيف الاحصائي (التكرارات والنسب المئوية والترتيب) لمتغيرات البحث، أنه بالنسبة إلى نوع الأداء المهارى نجد أن أكثر المهارات إستخداما (تكرارا) كانت على الوجه الآتى:

١. الضربة الخلفية بنسبة ٢٣,٨% ويعزى الباحث ذلك إلى أنها تعد من المهارات الأساسية والتي يمكن عن طريقها فتح ثغرات لبناء هجوم سريع وناجح فى الاسكواش، كما أنها من المهارات التي تمكن اللاعب من تهدئة سرعة المباراة، ويتفق ذلك مع خالد نعيم(٢٠٠٠) أنه يجب البدء فى تعلم هذه المهارة ليكون من السهل على الناشئ إتقان جميع المهارات بصورة جيدة لتكون أحد مفاتيح الفوز، كما أنها تعد إحدى الضربات الدفاعية التي تحرك المنافس إلى الجزء الخلفى من الملعب.(٦: ١٤٦)

٢. الضربة العكسية الأمامية والخلفية بنسبة ١٣,٦% ، ١٢,٩% على الترتيب ويعزى الباحث ذلك إلى تلك المهارة تعد من المهارات ذات التأثير الخططى ويكثر إستخدامها فى الأشواط الأولى لرغبة اللاعب فى التعرف على نقاط قوة وضعف المنافس وإرهاقه بدنيا، ويرى Swift(١٩٩٨) أن الكرات العكسية من الضربات الهامة فى معرفة أى الجوانب يفضل المنافس اللعب عليها، حيث يمكن تغيير الملعب من جانب لآخر بواسطة إنتظار رد المنافس لهذه الكرات مما يوضح له التعرف على نقاط القوة والضعف والتركيز على إرسال الكرات الصعبة فى نقاط الضعف للمنافس ليتحقق له الفوز بالنقطة، لذا فهذه المهارة هامة جدا لكل لاعب ولكنها تعتمد أيضا على إتقانه للضربات الأمامية والخلفية.(٢٤: ٨٠، ٨١)

٣. الضربة الأمامية بنسبة ١١,٦% ويعزى الباحث ذلك إلى أنها من الضربات السهلة فى الأداء والتي تؤدى بصورة انسيابية لتناسبها مع حركة الذراع الطبيعية، ويضيف أحمد خميس(٢٠٠٤) أن فى هذه الضربة يتوفر لها نقل حركى حيث أن أداءها يتفق مع حركة الذراع مما يكسبها قوة أكبر لدى ضرب اللاعب للكرة، وكثيرا ما يقوم اللاعب بلعب الضربة الساحقة بهذه المهارة، ومن عيوبها أنها لا تمتاز بالدقة الكبيرة ولا تصلح كثيرا فى اللعب الطولى.(١: ٦٢)

٤. الضربة الطائرة بوجه المضرب الخلفى بنسبة ٩,٦% ، ويذكر Pippa(٢٠٠٣) أن هذه الضربة من أصعب الضربات لأنها تحتاج إلى وقت كبير عند تعلمها لأنها تكون فى عكس الوضع التشريحي لجسم اللاعب، وتعتبر من الضربات الهجومية لأنها تعتمد على وقت قصير وسرعة عالية فى الأداء عند ضرب الكرة.(٢١: ١٠٣)

٥. الضربة المسقطة الخلفية والأمامية بنسبة ٥,٨% ، ٤,٦% على الترتيب ويعزى الباحث ذلك إلى أنها تعد من المهارات الهجومية الفعالة ولكنها تستخدم بمحاذير، ويتفق ذلك مع Alan(١٩٨٩) أنها من أهم مهارات الفوز خلال المباراة لكسب النقاط إذا تم إتقانها وتعد أيضا من أكثر الضربات أهدارا للنقاط، وهى تدرج تحت الهجوم المباشر لكونها تجبر المنافس على التخلي عن منطقة منتصف الملعب وبذلك تجعل جميع أركان الملعب خالية ليتم فيها اللعب بحرية وهو ما يكون له أثر فعال فى إختلال توازن المنافس، وتؤدى هذه المهارة من منتصف الملعب الأمامى، وإذا تم أداءها من الخلف تكون مخاطرها أكبر نظرا لبعدها المسافة، وقد لاتؤدى بدقة فتقع الضربة على اللوحة الرنانة مما يؤدى إلى خسارتها.(١٤: ٢٢)

٦. الضربة الطائرة بوجه المضرب الأمامي بنسبة ٤,٢%، وعن هذه المهارة يذكر خالد نعيم (٢٠٠٠) أنه لا بد من إتقان اللاعب لهذه المهارة حتى يتمكن من إبعاد المنافس من منطقة منتصف الملعب والسيطرة عليها، وهي أسهل في أداءها عنها بالوجه الخلفي، ويحتاج اللاعب عند أدائها إلى درجة من الدقة والسرعة حتى يتمكن من إرسالها في المكان الذي يريده. (٦: ١٤٦)

٧. الضربة الجانبية الخلفية والأمامية بنسبة ٤,١%، ٣,٦% على الترتيب، ويرى الباحث أنها من الضربات الهامة في المباراة، ويؤكد Divid (١٩٩٠) أن هذه المهارة تلعب دورا كبيرا في مفاجأة الخصم، وهي تؤدي بشكل متوسط عن باقي المهارات لأن تكرارها بشكل دائم قد يكشف للمنافس طريقة أداء اللاعب في بعض الكرات، وهي من الكرات الدفاعية والهجومية على حد سواء، وتعد من الضربات التكتيكية لو تم استغلالها في وقت مناسب خلال المباراة، وخاصة عندما تلعب هذه الضربة بعد عدد من الكرات المستقيمة بصورة مفاجئة مما تخل بتوازن المنافس، وتجعل باقي أجزاء الملعب خلفه مكشوفاً للضغط عليه. (١٦: ٢٦)

٨. الضربة المرفوعة الأمامية والخلفية بنفس النسبة ٢,٥%، ويذكر Jahngir (١٩٩٣) أن مهارة الضربة المرفوعة تعد من المهارات الدفاعية التي تؤدي لفك الضغط أو الهجوم عن اللاعب، حيث يقوم بإرسال الكرة إلى الحائط الخلفي وهي فرصة لالتقاط الأنفاس بعد تبادل الضربات المستمر، ويلجأ إليها اللاعب عندما يفقد الكثير من طاقته لاكتساب الراحة اللازمة، وتعتبر أفضل وسيلة للدفاع عن الكرات الجانبية أو الضربات المسقطة أو الكرات المقتولة. (١٩: ٣٤)

٩. الضربة المقتولة الأمامية والخلفية بنسبة ٠,٥%، ٠,٢% على الترتيب، ويرى أحمد خميس (٢٠٠٤) أنها مهارة هجومية من الدرجة الأولى، واللاعب لا يقوم على أداءها بشكل متتابع نظراً لخطورتها لأنها تحتاج إلى درجة كبيرة من التركيز والدقة المتناهية، وهذه المهارة يكون نسبة الخطأ أو الوقوع على اللوحة الرنانة كبير جداً مما لا يتيح للاعب فرصة الإقدام عليها. (١: ٦٤)

١٠. ضربة الحائط الخلفي الأمامية والخلفية بنسبة ٠,٣%، ٠,٢% على الترتيب، ويتفق كلا من J.Zug (٢٠٠٣) و Raju (٢٠٠٣) أن هذه المهارة لا يقبل اللاعبون على أدائها أو القيام بها لأنها تتيح للمنافس فرصة كبيرة لإحراز الفوز بالنقطة حيث أنها مهارة دفاعية. (١٨: ٢٨) (٢٢: ٥٨)

وبهذا يكون الباحث قد أجاب على التساؤل الأول .

التساؤل الثاني: ما أكثر مناطق اللعب على الحائط الأمامي إستخداما في مباريات فردى الإسكواش ؟

جدول رقم (٢)

التوصيف الاحصائي (التكرارات لكل مهارة والنسب المئوية والترتيب) لمتغيرات البحث

الترتيب	النسبة المئوية	التكرارات	متغيرات البحث	
١٦	%٠,٠٣	٣	المربع رقم (١)	مكان سقوط الكرة
١٤	%٠,٢	١٦	المربع رقم (٢)	
١١	%٢,٧	٢٣١	المربع رقم (٣)	
١٤	%٠,٢	١٦	المربع رقم (٤)	
١٣	%٠,٣	٢٤	المربع رقم (٥)	
٥	%١٠,١	٨٧٦	المربع رقم (٦)	
٨	%٦	٥١٦	المربع رقم (٧)	
٣	%١١,٥	٩٩٧	المربع رقم (٨)	
٩	%٥,٦	٤٨٧	المربع رقم (٩)	
١٢	%٢,٥	٢٢٠	المربع رقم (١٠)	
٢	%١١,٨	١٠٢٠	المربع رقم (١١)	
٧	%٧,٧	٦٦٣	المربع رقم (١٢)	
٤	%١١,٣	٩٨٣	المربع رقم (١٣)	
٦	%٨,٧	٧٥٤	المربع رقم (١٤)	
١	%١٦,٩	١٤٦٧	المربع رقم (١٥)	
١٠	%٤,٥	٣٨٨	Down	
-	١٠٠	٨٦٦١	المجموع	

يتضح من الجدول رقم (٢) أنه بالنسبة إلى أماكن سقوط الكرة فقد جاء المربع رقم (١٥) في المرتبة الأولى بنسبة ١٦,٩% ويعزى الباحث ذلك إلى محاولة وضع الكرة في أقصى يسار الملعب للمنافس لعدم تمكنه من أداء أى مهارة هجومية ويكون وضع الكرة في هذا المربع غالبا كرات طويلة وفي بعض الأحيان يستخدم عليه كرات قصيرة بعد أداء عدة كرات طويلة وذلك بهدف إرباك المنافس، وقد جاء المربع رقم (١١) في المرتبة الثانية بنسبة ١١,٨% ويفسر الباحث ذلك برغبة اللاعبين (عينة الدراسة) في إيجاد ثغرة للاعب المنافس وذلك عن طريق إرسال كرات طويلة على هذا المربع وتتبعها بكرات قصيرة أو عكسية لإحراز نقطة وذلك من خلال عمل جمل خطية من ضربات طويلة Length للتخضير لأداء الهجوم، وقد جاء المربع رقم (٨) في المرتبة الثالثة بنسبة ١١,٥% ويعزى الباحث ذلك إلى أداء ضربات عكسية عالية تكون بعيدة عن الذراع الضاربة حيث أن اللاعب يسعى دائما إلى السيطرة على منطقة منتصف الملعب T ومن خلال هذا المربع يجبر اللاعب منافسه على

التخلي عن السيطرة عن هذه المنطقة، وقد جاء المربع رقم (١٣) في المرتبة الرابعة بنسبة ١١،٣% ويرجع الباحث ذلك لأن اللاعبين (عينة الدراسة) يحاولون وضع الكرات العكسية القصيرة Cross shot في هذا المربع رغبة منهم في إرباك المنافس من خلال إرباك حركات القدمين، حيث أن لعبة الأسكواش تعتمد على تحركات القدمين بصورة كبيرة للوصول إلى الكرة في التوقيت المناسب لضربها بقوة، وقد جاء المربع رقم (٦) في المرتبة الخامسة بنسبة ١٠،١% ويفسر الباحث ذلك إلى لاعبي عينة الدراسة تهدف إلى إرسال الضربات الطويلة Length لهذا المربع لكي تذهب للمنطقة الخلفية من الملعب وتكون الكرة ملاصقة للحائط الأمامي مما يصعب على المنافس أداء أى هجوم فعال، وقد جاء المربعين رقمي (١٤)، (١٢) في المرتبة (٦، ٧) بنسبة ٨،٧%، ٧،٧% على الترتيب ويعزى الباحث ذلك إلى رغبة اللاعبين في إرسال كرات جانبية Side ball من المنطقة الخلفية في الملعب للعمل على أنهاك المنافس بدنيا مما يعكس على مستوى أداءه، في حين جاء المربعين رقمي (٧)، (٩) في المرتبة (٨، ٩) بنسبة ٦%، ٥،٦% على الترتيب ويرجع الباحث ذلك أن اللاعبين الذين ينتهجوا الأسلوب الدفاعي كأسلوب لعب يقومون بإرسال الكرات المرفوعة Lob shot من على المربعات هذه إلى آخر الملعب رغبة في السيطرة على منطقة منتصف الملعب T للقيام بهجوم فعال عقبها، وقد جاءت الكرات التي ضربت أسفل المربعات (في اللوحة الرنانة) أو خارج حدود الملعب في المرتبة رقم (١٠) بنسبة ٢،٧% وذلك يتفق مع Anderson (١٩٩٨) أنه كلما وصل أداء اللاعب إلى مرحلة الآلية قلت أخطائه (١٥ : ٣٦)

وقد جاء المربع رقم (٣) في المرتبة رقم (١١) بنسبة ٢،٧% ويفسر الباحث ذلك إلى محاولة وضع الكرة في هذا المربع عند أداء الأرسال العالي مما يصعب على المنافس القيام بهجوم فعال، وقد جاء المربع رقم (١٠) في المرتبة رقم (١٢) بنسبة ٢،٥% ويعزى ذلك إلى إرسال الضربات الطويلة Length لهذا المربع لكي تذهب للمنطقة الخلفية من الملعب وتكون الكرة ملاصقة للحائط الأمامي مما يصعب على المنافس أداء أى هجوم فعال، وقد جاءت المربعات أرقام (١)، (٢)، (٤)، (٥) في المرتبة رقم (١٣)، (١٤)، (١٤)، (١٦) بنسب ٠،٣%، ٠،٢%، ٠،٢%، ٠،٣% على الترتيب ويبرر الباحث قلة تلك التكرارات لأن الكرات التي تصل للمنافس من هذه المربعات تسهل عليه القيام بهجوم وضغط مباشر مما يساعده على إنهاء النقطة بعد هذه الضربات الساقطة من المربعات العليا الموجودة على الحائط الأمامي. وبذلك يكون الباحث قد أجاب على التساؤل الثاني .

التساؤل الثالث : ما أكثر المهارات الهجومية والدفاعية إحرارا للنقاط في مباريات فردى الاسكواش ؟

التساؤل الرابع : ما مستوى فعالية هذه المهارات ؟

جدول رقم (٣)
مستوى فعالية الإنجاز للمهارات الهجومية والدفاعية

ترتيب النسبة المئوية للمنتوسط	النسبة المئوية للمنتوسط	متوسط درجة الفعالية	مجموع التكرارات	مستويات فعالية الإنجاز			نوع الأداء المهاري
				احراز نقطة (٢)	استمرار لعب (١)	خسارة نقطة (-)	
٩	%٥٠,٥	١,٠١	١٠٠٣	٣٩	٩١٢	٥٢	الضربة الامامية Forhand
١٠	%٥٠	١,٠٠	٢٠٦٣	٧١	١٩٠٤	٨٨	الضربة الخلفية Backhand
٦	%٥٤,٤	١,٠٩	١١٨٠	٤٢	٩٨٥	١٥٣	الضربة العكسية بوجه المضرب الامامي Cross
٥	%٥٧	١,١٤	١١١٥	٣٧	٨٨٤	١٩٤	الضربة العكسية بوجه المضرب الخلفي Cross
٣	%٦٧	١,٣٤	٤٠١	٦٠	١٤٢	١٩٩	الضربة المسقطة بوجه المضرب الامامي Drobshot
٢	%٧٠	١,٤٠	٥٠٧	٥٨	١٨٨	٢٦١	الضربة المسقطة بوجه المضرب الخلفي Drobshot
١٢	%٤٦,٥	٠,٩٣	٣٠٩	٥٤	٢٢٠	٣٥	الضربة الجانبية بوجه المضرب الامامي Sideball
١١	%٤٧	٠,٩٤	٣٥٢	٥١	٢٧١	٣٠	الضربة الجانبية بوجه المضرب الخلفي Sideball
٧	%٥٣,٥	١,٠٧	٣٦٤	٦٢	٢١٤	٨٨	الضربة الطائرة بوجه المضرب الامامي Volleyball
٨	%٥٢	١,٠٤	٨٣٢	٨٧	٦٢٣	١٢٢	الضربة الطائرة بوجه المضرب الخلفي Volleyball
١٤	%٤٢,٥	٠,٨٥	٢١٥	٣٤	١٧٨	٣	الضربة المرفوعة بوجه المضرب الامامي Lob
١٣	%٤٣,٥	٠,٨٧	٢١٥	٣٠	١٨١	٤	الضربة المرفوعة بوجه المضرب الخلفي Lob
١	%٨٨	١,٧٦	٤٢	٢	٦	٣٤	الضربة المقتولة بوجه المضرب الامامي Killingshot
٤	%٦٤,٥	١,٢٩	١٧	١	١٠	٦	الضربة المقتولة بوجه المضرب الخلفي Killingshot
١٥	%٤١	٠,٨٢	٢٩	٥	٢٤	-	ضربة الحائط الخلفي بوجه المضرب الامامي Backwall
١٦	%٣٢	٠,٦٤	١٧	٦	١١	-	ضربة الحائط الخلفي بوجه المضرب الخلفي Backwall
-	%٥٣,٥	١,٠٧	٨٦٦١	٦٣٩	٦٧٥٣	١٢٦٩	المجموع

يتضح من الجدول رقم(٣) والخاص بمستوى فعالية الإنجاز للمهارات الهجومية والدفاعية أن مهارة الضربة المقتولة الأمامية تأتي في المرتبة الأولى بنسبة ٨٨%، والخلفية في المرتبة الرابعة بنسبة ٦٤،٥% ويعزى الباحث ذلك لكونها مهارة هجومية صعبة على الخصم، ويتفق مع ذلك خالد نعيم (٢٠٠٠) أنها تحمل هذا الأسم لأنها كرة لا أمل في إحيائها إلا بصعوبة كبيرة لأن الكرة تزحف على الأرض مباشرة وهي مهارة هجومية من الدرجة الأولى، وتحتاج إلى درجة عالية من التركيز والدقة المتناهية، ولا يقبل اللاعب على أدائها بشكل مستمر نظرا لخطورتها لأن نسبة أخطاءها أو وقوعها كبيرة. (٦ : ١٥١)

ومهارة الضربة المسقطة الخلفية والأمامية تأتي في المرتبة (٢، ٣) بنسبة ٧٠%، ٦٧% على الترتيب ويفسر الباحث ذلك لكونها من أهم مهارات الفوز في المباراة ، ويتفق كلا من طارق دسوقي (٢٠٠٠)، Richard (١٩٩٤) على أنها ضربة هجومية وفيها يقوم اللاعب بإسقاط الكرة من فوق اللوح الأمامي بقليل لحظة وقوف المنافس بعيدا خلف خط الأرسال الأرضي مما يصعب عليه اللحاق بالكرة، كما تستخدم لزيادة سرعة اللعب والتنوع في الضربات، فهي من الضربات الناجحة عند إستخدامها مع المنافس في حالة عدم تمتعه بلياقة بدنية مرتفعة. (٨ : ٣٠) (٢٣ : ٧٠)

ومهارة الضربة العكسية الخلفية والأمامية تأتي في المرتبة (٥، ٦) بنسبة ٥٧%، ٥٤،٤% على الترتيب ويرى الباحث أن تلك المهارة تعد من المهارات ذات التأثير الخططي ويكثر إستخدامها في الأشواط الأولى لرغبة اللاعب في التعرف على نقاط قوة وضعف المنافس وإرهاقه بدنيا، ويمكن إستغلالها لأرهاق اللاعب ومن ثم تحقق نتائج بالرغم من كونها مهارة دفاعية، ويتفق مع ذلك كلا من Swift (١٩٩٨)، Pippa (٢٠٠٣) أنها مهارة تهدف لإرهاق المنافس والتعرف على الجوانب الضعيفة لديه، فهي من الضربات الهامة في معرفة أى الجوانب يفضل المنافس اللعب عليها، حيث يمكن تغيير الملعب من جانب لآخر بواسطتها وإنتظار رد المنافس لهذه الكرات مما يوضح له التعرف على نقاط القوة والضعف والتركيز على إرسال الكرات الصعبة في نقاط الضعف للمنافس ليتحقق له الفوز بالنقطة . (٢٤ : ٨٠، ٨١) (٢١ : ٣٧)

ومهارة الضربة الطائرة الأمامية والخلفية في المرتبة (٧، ٨) بنسبة ٥٣،٥%، ٥٢% على الترتيب، ويذكر أحمد خميس (٢٠٠٤) أن هذه الضربة تمتاز عن باقي الضربات الأخرى بالسرعة حيث تضرب الكرة قبل سقوطها على الأرض، وتشكل ضغطا على المنافس عند أدائها بالطريقة السليمة. (١ : ١٤)، ويضيف Philip (١٩٩٧) أن هذه المهارة تحتاج إلى درجة من الدقة والسرعة عند ضرب الكرة لتحقيق عنصر المفاجأة للمنافس. (٢٠ : ٩٥)

ومهارة الضربة الأمامية والخلفية تأتي في المرتبة (٩، ١٠) بنسبة ٥٠،٥%، ٥٠% وهي مهارة دفاعية ولكنها توظف بشكل جيد، حيث يتفق كلا من Hong and etc (١٩٩٨) وأحمد خميس (٢٠٠٤) أن في الضربة الأمامية يتوفر لها نقل حركي حيث أن أداءها يتفق مع

حركة الذراع مما يكسبها قوة أكبر لدى ضرب اللاعب للكرة، وكثيرا ما يقوم اللاعب بلعب الضربة الساحقة بهذه المهارة. (١٧ : ٢٤) (١ : ٦٢)

أما عن الضربة الخلفية يرى الباحث أنها تعتبر من المهارات الأساسية والتي يمكن عن طريقها فتح ثغرات لبناء هجوم سريع وناجح فى الاسكواش، كما أنها من المهارات التي تمكن اللاعب من تهدئة سرعة المباراة، ويتفق ذلك مع خالد نعيم (٢٠٠٠) أنه يجب البدء فى تعلم هذه المهارة ليكون من السهل على الناشئ إتقان جميع المهارات بصورة جيدة لتكون أحد مفاتيح الفوز، كما أنها تعد إحدى الضربات الدفاعية التي تحرك المنافس إلى الجزء الخلفى من الملعب. (٦ : ١٤٦)

ومهارة الضربة الجانبية الخلفية والأمامية فى المرتبة (١١، ١٢) بنسبة ٤٧%، ٤٦%، ويبرر الباحث ذلك أنه بالرغم من أنها تعتبر من الضربات الهامة فى المباراة إلا أنها تستخدم بشروط، حيث يشير Philip (١٩٩٧) أنها من الضربات الهجومية والدفاعية، وتؤدى فى الوقت الذى يكون فيه الأرسال ضعيفا، أو المنافس فى الجزء الخلفى من الملعب، ولا يتم ضرب الكرة من أسفل لأنها سترتد من الحائط الأمامي عالية مما يتيح الفرصة للمنافس للقيام بالهجوم. (٢٠ : ٥٤)

ويضيف ويؤكد Divid (١٩٩٠) أن هذه المهارة تلعب دورا كبيرا فى مفاجأة الخصم، وهى تؤدى بشكل متوسط عن باقى المهارات لأن تكرارها بشكل دائم قد يكشف للمنافس طريقة أداء اللاعب فى بعض الكرات، وهى من الكرات الدفاعية والهجومية على حد سواء، وتعد من الضربات التكتيكية لو تم استغلالها فى وقت مناسب خلال المباراة، وخاصة عندما تلعب هذه الضربة بعد عدد من الكرات المستقيمة بصورة مفاجئة مما تخل بتوازن المنافس، وتجعل باقى أجزاء الملعب خلفه مكشوفاً للضغط عليه. (١٦ : ٢٦)

ومهارة الضربة المرفوعة الخلفية والأمامية فى المرتبة (١٣، ١٤) بنسبة ٤٣%، ٤٢%، على الترتيب وهى من الضربات الدفاعية، ويذكر أحمد خميس (٢٠٠٤) نقلا عن Heather Machlays أنها مهارة دفاعية وتكمن خطورتها فى خروج الكرة خارج حدود الملعب، أو تصبح الكرة فى متناول مضرب المنافس فيضربها ضربة ساحقة Smash. (١ : ١٦)

ومهارة ضربة الحائط الخلفى الأمامية والخلفية فى المرتبة (١٥، ١٦) بنسبة ٤١%، ٣٢% على الترتيب وهى مهارات دفاعية ويعزى الباحث قلة إستخدام هذه الضربات لكونها غير مؤثرة وفعالة وتتيح للخصم السيطرة على المباراة، ويتفق كلا من J.Zug (٢٠٠٣) و Raju (٢٠٠٣) أن هذه المهارة لا يقبل اللاعبين على أدائها أو القيام بها لأنها تتيح للمنافس فرصة كبيرة لإحراز الفوز بالنقطة. (١٨ : ٢٨) (٢٢ : ٥٨)

وبهذا فقد أجاب الباحث على كلا من التساؤل الثالث والرابع للدراسة.

الاستخلاصات :-

فى ضوء أهداف وتساؤلات الدراسة والعينة ونتائج التحليل الأحصائى ومناقشتها إستخلص الباحث ما يلى :

١- المهارات الأساسية الأكثر إستخداما فى المباريات قيد الدراسة كان ترتيبها كالتالى
الضربة الخلفية Bachand بنسبة ٢٣,٨%، الضربة العكسية بوجه المضرب الأمامي Cross بنسبة ١٣,٦%، الضربة العكسية بوجه المضرب الخلفى Cross بنسبة ١٢,٩%، الضربة الأمامية Forhand بنسبة ١١,٦%، الضربة الطائرة بوجه المضرب الخلفى Volleyball بنسبة ٩,٦%، الضربة المسقطة بوجه المضرب الخلفى Drobshot بنسبة ٥,٨%، الضربة المسقطة بوجه المضرب الأمامي Drobshot بنسبة ٤,٦%، الضربة الطائرة بوجه المضرب الأمامي Volleyball بنسبة ٤,٢%، الضربة الجانبية بوجه المضرب الخلفى Sideball بنسبة ٤,١%، الضربة الجانبية بوجه المضرب الأمامي Sideball بنسبة ٣,٦%، الضربة المرفوعة بوجه المضرب الأمامي والخلفى Lob بنسبة ٢,٥%، الضربة المقتولة بوجه المضرب الأمامي Killingshot بنسبة ٠,٥%، ضربة الحائط الخلفى بوجه المضرب الأمامي Backwall بنسبة ٠,٣%، الضربة المقتولة بوجه المضرب الخلفى Killingshot وضربة الحائط الخلفى بوجه المضرب الخلفى Backwall بنسبة ٠,٢% .

٢- أكثر المربعات إستخداما كانت بالترتيب الآتي المربع رقم (١٥) بنسبة ١٦,٩%، المربع رقم (١١) بنسبة ١١,٨%، المربع رقم (٨) بنسبة ١١,٥%، المربع رقم (١٣) بنسبة ١١,٣%، المربع رقم (٦) بنسبة ١٠,١%، المربع رقم (١٤) بنسبة ٨,٧%، المربع رقم (١٢) بنسبة ٧,٧%، المربع رقم (٧) بنسبة ٦%، المربع رقم (٩) بنسبة ٥,٦%، Down بنسبة ٤,٥%، المربع رقم (٣) بنسبة ٢,٧%، المربع رقم (١٠) بنسبة ٢,٥%، المربع رقم (٥) بنسبة ٠,٣%، المربعين رقمى (٢)، (٤) بنسبة ٠,٢%، المربع رقم (١) بنسبة ٠,٠٣% .

٣- فاعلية المهارات الهجومية والدفاعية فى المباريات قيد الدراسة كانت كالتالى الضربة المقتولة بوجه المضرب الأمامي بنسبة ٨٨%، الضربة المسقطة بوجه المضرب الخلفى بنسبة ٧٠%، الضربة المسقطة بوجه المضرب الأمامي بنسبة ٦٧%، الضربة المقتولة بوجه المضرب الخلفى بنسبة ٦٤,٥%، الضربة العكسية بوجه المضرب الخلفى بنسبة ٥٧%، الضربة العكسية بوجه المضرب الأمامي بنسبة ٥٤,٤%، الضربة الطائرة بوجه المضرب الأمامي بنسبة ٥٣,٥%، الضربة الطائرة بوجه المضرب الخلفى بنسبة ٥٢%، الضربة الأمامية بنسبة ٥٠,٥%، الضربة الخلفية بنسبة ٥٠%، الضربة الجانبية بوجه المضرب الخلفى بنسبة ٤٧%، الضربة الجانبية بوجه المضرب الأمامي بنسبة ٤٦,٥%، الضربة المرفوعة بوجه المضرب الخلفى بنسبة ٤٣,٥%، الضربة المرفوعة بوجه المضرب الأمامي بنسبة ٤٢,٥%، ضربة الحائط الخلفى بوجه المضرب الأمامي بنسبة ٤١%، ضربة الحائط الخلفى بوجه المضرب الخلفى بنسبة ٣٢% .

- ٤- أن الضربات المقتولة الأمامية والخلفية و الضربات المسقطة الأمامية والخلفية و الضربات العكسية الأمامية والخلفية من أكثر المهارات الهجومية إحرزا للنقاط في مباريات الاسكواش
- ٥- يوجد ارتباط بين المهارات الهجومية والدفاعية المستخدمة وتأثيرها على نتائج المباريات .
- ٦- يوجد إختلاف بين ترتيب مناطق الحائط الأمامي من حيث الأكثر إستخداما .

التوصيات :-

- في ضوء النتائج التي توصل إليها الباحث وفي حدود عينة الدراسة يوصي الباحث بما يلي :-
- ١- الاهتمام بالمهارات الهجومية وبالاخص الضربة المقتولة الامامية والخلفية، والضربة المسقطة بنوعيتها كأحد مفاتيح الفوز وإحراز النقاط خلال المباراة .
 - ٢- الاهتمام بتقسيم الحائط الأمامي إلى مربعات والتدريب عليها كواجب خطى ، ولاسيما خلال برامج الناشئين.
 - ٣- ضرورة وجود شخص يقوم بعملية التحليل أثناء المباريات للتعرف على نقاط القوة والضعف للاعب.
 - ٤- أن يكون تحليل مكونات الجانب المهارى الهجومى والدفاعى لتقييم مستوى الأداء من الأسس والمعايير التى على ضوئها يتم إنتقاء وإختيار لاعبي المستويات العالية .
 - ٥- التدريب على ضرب الكرات فى المربعين رقي(١٥) و(١١)لأنها لا تمكن المنافس من إستغلال الضربات الخارجة منها بمهارة هجومية، فى حين أن المربعات أرقام (١، ٢، ٣، ٤، ٥) تسمح بقيام المنافس بهجوم فعال .
 - ٦- إجراء دراسات مشابهة للبطولات العالمية بصفة دورية مع التنوع فيها فردى ، سيدات، مباريات الزوجى، لمراحل سنية مختلفة للتعرف على كل ما هو جديد فى المجال الخطى.
 - ٧- الأهتمام برفع المستوي المهاري وخاصة للناشئين ومراعاة ذلك عند وضع البرامج والخطط وذلك فى ضوء العلاقة بين المستوي المهاري وفاعلية الأداء .

المراجع

أولاً: المراجع العربية:-

١. أحمد خميس بدير شعيب : فاعلية أداء المهارات الهجومية والدفاعية على نتائج بطولة الغردقة الدولية لفردي السيدات ٢٠٠٣ فى الاسكواش،رسالة ماجستير غير منشورة،كلية التربية الرياضية جامعة طنطا ،٢٠٠٤.
٢. أحمد عبد الحميد محمد حسوبة : فعالية الأداءات الدفاعية لبعض المهارات الهجومية الأكثر شيوعا لدي لاعبي المستويات العليا لتنس الطاولة خلال بطولة العالم ٢٠٠٦م بالقاهرة، رسالة ماجستير غير منشورة،كلية التربية الرياضية للبنين جامعة الإسكندرية ،٢٠٠٩.
٣. إمام جابر إمام : فعالية بعض المهارات الهجومية والدفاعية للاعبين المستويات العليا فى تنس الطاولة، المؤتمر الدولي (٥٦) للمجلس الدولي للصحة والتربية البدنية والرياضة والترويح"١٨-٢٠ ديسمبر ٢٠١٤" المنامة، البحرين، ٢٠١٤.
٤. جمال محمد علاء الدين : دراسة معملية في بيوميكانيكا الحركات الرياضية، دار المعارف، الإسكندرية، ١٩٨٠.
٥. حازم محمد إسماعيل :علاقة بعض المهارات بنتائج المباريات فى تنس الطاولة،رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين جامعة بنها ،٢٠٠٦.
٦. خالد نعيم على : دراسة تحليلية لبعض المتغيرات البدنية والمهارية والخطية المرتبطة بنتائج المباريات للاعبين الاسكواش، رسالة ماجستير غير منشورة،كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة جامعة حلوان ، ٢٠٠٠.
٧. شريف فتحى صالح : دراسة تحليلية للأداء الخطى الفردي للاعبين المستويات العليا لرياضة تنس الطاولة فى ضوء القانون الدولي،العدد الثالث والعشرون، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة بكلية التربية الرياضية للبنات جامعة الإسكندرية ،٢٠٠٣.
٨. طارق دسوقي كامل : برنامج مقترح لتنمية المتطلبات البدنية الخاصة للاعبين الاسكواش وأثره على مستوى الأداء، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة جامعة حلوان ،٢٠٠٠.
٩. قحطان عدنان أحمد : دراسة تحليلية لفاعلية طرق استقبال الإرسال القصير لدى لاعبي تنس الطاولة فى الدورى العراقي،رسالة ماجستير غير منشورة،كلية التربية الرياضية للبنات جامعة الإسكندرية ،٢٠١٤.
١٠. كمال الدين درويش وآخرون: القياس والتقويم وتحليل المباراة فى كرة اليد (نظريات-تطبيقات)،الطبعة الأولى، مركز الكتاب للنشر،القاهرة ،٢٠٠٢.
١١. محمد أحمد عبد الله :الأسس العلمية فى تنس الطاولة وطرق القياس،الطبعة الأولى،مصر،مركز آيات للطباعة والكمبيوتر ،٢٠٠٧.

١٢. محمد صبحى حسنين ، حمدى عبد المنعم : الأسس العلمية للكرة الطائرة وطرق القياس للتقويم، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، ١٩٩٧.
١٣. ياسر كمال غنيم : فعالية الجانب الخططى لصد الإرسال فى المواقف الأكثر شيوعا لدى لاعبي التنس،رسالة دكتوراه غير منشورة،كلية التربية الرياضية للبنين جامعة الأسكندرية، ١٩٩٧.

ثانيا المراجع الأجنبية :

- 14- Alan Maryon Davis: Fit For Squash Manfann Office,Hong Kong,1989.
- 15- Andersoin Mikael : ITTF high performance 6-13 june,Egypt,1998.
- 16- Divid Dollins: Get Ready For Squash Training Programme the crowood press gipsy lane swindn,1990.
- 17- Hong.Y.Robison,P.D.Chan W.K: Game Strategy used by the World top Female Squash plsyersin international competition-anation-al analysis women in sport and physical activity journal (fort Worth,tex)7(1)spring27-44,1998.
- 18- J.Zug :Squash History of the game,<http://www.Squashtalk.com/scstore/p-SOB-009,htm1>,2003.
- 19- Jahngir Khan : Learn Squash in a week end, dorling kind ersley limited, London,1993.
- 20- Philip Yarrow: Steps to success,human kinetics publishers,Inc,1997.
- 21- Pippa Sales: Improve your Squash come 101 drilles coaching tips and resources.<http://www.amazon.com.mars>,2003.
- 22- Raju Chainan: Squash History,<http://www.ispSquash.com/cci.wester India history1,htm>,2003.
- 23- Richard Eaton:Squash Action,R.J.actard great Britan,1994.
- 24- swift Tony: Squash Racket,Eppublishing,Ltd,1998.

المخلص

دراسة تحليلية لبعض المهارات الأساسية للاسكواش وأثرها على نتائج المباريات للشباب

د. إمام جابر إمام حسنين
مدرس بقسم تدريب الألعاب الرياضية
كلية التربية الرياضية
جامعة الاسكندرية

تهدف الدراسة إلى تحليل بعض المهارات الأساسية الهجومية والدفاعية للاعبى الاسكواش للتعرف على فاعلية هذه المهارات، وذلك من خلال تحليل نتائج المباريات والتعرف على أكثر المهارات الأساسية الهجومية والدفاعية إستخداما فى مباريات فردى الاسكواش، وأكثر مناطق اللعب على الحائط الأمامى إستخداما فى مباريات فردى الاسكواش، وأكثر المهارات الهجومية والدفاعية إحرزا للنقاط فى مباريات فردى الاسكواش، ومستوى فاعلية هذه المهارات.

إستخدم الباحث المنهج الوصفى متبعا الأسلوب المسحى، العينة عمدية وقوامها (١٥) مباراة من مباريات فردى الشباب تحت ١٩ سنة فى البطولة العربية السادسة والعشرون للاسكواش، وتم استخدام المعالجات الأحصائية المناسبة .

ومن أهم النتائج أن المهارات الأساسية الأكثر إستخداما فى المباريات قيد الدراسة الضربة الخلفية، الضربة العكسية بوجه المضرب الأمامى، الضربة العكسية بوجه المضرب الخلفى، الضربة الأمامية، الضربة الطائرة بوجه المضرب الخلفى، الضربة المسقطة بوجه المضرب الخلفى، أكثر المربعات إستخداما هى (١٥، ١١، ٨، ١٣، ٦، ١٤، ١٢، ٧)، وجود ارتباط بين المهارات الهجومية والدفاعية المستخدمة وتأثيرها على نتائج المباريات، ومن أهم التوصيات الاهتمام بالمهارات الهجومية وبالاخص الضربة المقتولة الامامية والخلفية، والضربة المسقطة بنوعيتها كأحد مفاتيح الفوز وإحراز النقاط خلال المباراة، تقسيم الحائط الأمامى إلى مربعات والتدريب عليها كواجب خطى.

Summary

An analytical study of some of the basic skills of squash and its impact on the outcome of games for young people

Dr.Emam Gaber Emam Hassanien

Lecturer, games training department
Faculty of Physical Education for men
Alexandria University

The study aims to analyze some of the basic skills of offensive and defensive players of squash to get to know the effectiveness of these skills, and through the analysis of the results of the games and get to know the most basic skills of offensive and defensive commonly used in the singles matches squash, and more play on the front wall areas commonly used in the singles matches squash, and more skills offensive and defensive get points in singles squash matches, and the level of effectiveness of these skills.

The researcher used the descriptive following the screening method, the sample intentional and strength (15) match of the singles matches young people under 19 years old in the Twenty-sixth Arab Squash Championship, was the use of appropriate statistical treatments.

Among the most important results that the most commonly used basic skills in games under study background strike, general strike inverse front Tennis, Tennis general strike rear reverse, front strike, strike aircraft generally Racquet rear, theprojected general strike back racquet, more boxes are commonly used (15, 11, 8, 13, 6, 14, 12, 7), and a correlation between offensive and defensive skills used and their impact on the results of the matches, and the most important recommendations concern the offensive skills, especially strike murdered front and rear, and strike the projected two types as one of the winning keys and make points during the game, split the front wall to the boxes and training them as a duty my plans.