

المبحث الثاني :مميزات لعبة الريشة الطائرة : تعد لعبة الريشة الطائرة نموذج للرياضة المناسبة للجميع بغض النظر عن السن أو الجنس أو الحالة الاجتماعية ، بل وحتى مستوى اللياقة البدنية للفرد ، ولأنها ليست بصعوبة بعض الألعاب الأخرى ، فضلاً عن رخص أدواتها وضيق مساحة ملعبها فان هذه المميزات تدفع بالريشة الطائرة إلى المصاف الأول للرياضات الترويحية ، فمن السهل شراء مضرب الريشة الطائرة وكذلك الريشة ، ويمكن الاستغناء عن الشبكة بحبل ، وحلت الريشة البلاستيك مشكلة الأماكن المغلقة فأصبح بالإمكان لعبها في الهواء الطلق فضلاً عن أن الريشة تسقط في خلال مساحة صغيرة فلا يضطر اللاعبون الجري وراء الكرات واحظارها كما يحدث في التنس مثلاً .

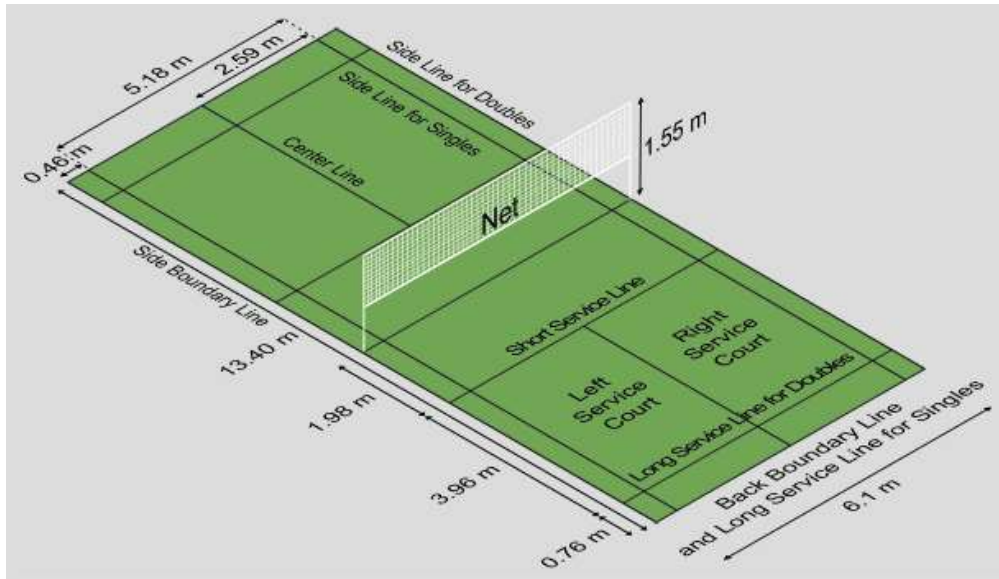
المبحث الثالث : أهداف لعبة الريشة الطائرة :

- ١ . تنمية القدرات العقلية باعتبار الريشة الطائرة إحدى الألعاب التي تستخدم النهج الخططي .
- ٢ . تنمية السمات الإرادية كالثقة بالنفس والتعود على المثابرة والكفاح والتنافس الجاد الشريف .
- ٣ . تنمية اللياقة البدنية من خلال الحركة المستمرة التي تعمل خلالها مجموعة من العضلات الكبيرة والصغيرة فهي تكسبه (الرشاقة والمرونة والقوة والسرعة والمطاولة)
- ٤ . تنمية القيم الاجتماعية المرغوبة من خلال من خلال المسابقات الزوجية كالتعاون والتفاهم والتنسيق واحترام جهود الآخرين وتقديرهم .
- ٥ . الشعور بالمتعة عند مزاولتها وذل من خلال متابعتهم بالنظر إلى الريشة وهي في الهواء .

٦. قضاء وقت الفراغ في فعالية مفيدة وبريئة .

المبحث الرابع : أدوات لعبة الريشة الطائرة :

الملعب : يعد ملعب الريشة الطائرة في واقع الأمر ملعبين في ملعب واحد ، فالشبكة من حيث المبدأ تقسم الملعب إلى نصفين سواء الفردي أم الزوجي ن وخط الإرسال المنخفض وهو اول خط يلي الشبكة ويوازيها على جانبي الملعب وهو خط مشترك بين الفردي والزوجي ، كما أن خط المنتصف مشترك في الفردي والزوجي وهو الخط العمودي على خط الإرسال المنخفض ويتصل أماماً به وخلفاً يتصل بخط الإرسال المرتفع وخط القاعدة سواء للملعب الفردي أم الزوجي وهو يقسم ملعب الفريق إلى جانبين اليمين واليسار وهو بذلك يساعد في تحديد منطقة الإرسال والاستقبال ن ولأن الإرسال في الريشة الطائرة كالتنس قطري أي من اليمين إلى اليسار او العكس فإن من الواجب تحديد منطقة استقبال الإرسال أي حدوده القانونية فهي تختلف في الملعب الفردي عن الملعب الزوجي .(انظر الشكل(٥٤)

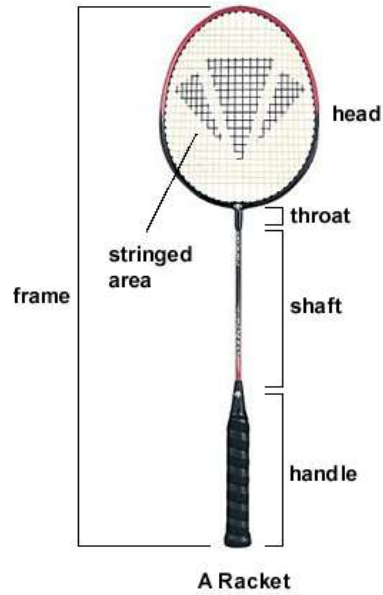


الشكل (٥٤) يوضح ملعب الريشة الطائرة

المضرب :

تلعب الريشة الطائرة بمضارب خاصة لعل أهم ما يميزها خفة وزنها ، ولأن هناك أصنافاً عديدة من المضارب يزخر بها سوق الأدوات الرياضية ، تتراوح ما بين الجيد والرديء ، لذلك ينصح أن يتأكد اللاعب من جودة المضرب قبل شراءه وذلك باستشارة لاعب قديم له خبره في هذا المجال ، لأن المضرب قد يكون قانونياً ولكنه غير جيد ، أما أهم صفات المضرب الجيد هي سهولة قيادته في اليد ، فالحركة الأساسية في الضربات المختلفة للريشة الطائرة تؤثر فيها حركة الرسغ إلى حد كبير ولهذا فإن المضرب الثقيل ربما يكون عائقاً في أداء الضربات بالطريقة المرجوة ومن المواصفات أيضاً أن يكون متزناً ، فان كان غير متزن فان كفايته تقل كثيراً ، وان يشكل خط الرأس مع العنق والقبضة خطأ مستقيماً فلا تكون هناك انحرافات لأي من الجهتين . ويتكون مضرب الريشة الطائرة من الأجزاء الآتية : (انظر الشكل ٥٥

(



الشكل (٥٤) يوضح مضرب الريشة الطائرة

وبالطبع هناك مواصفات قانونية خاصة بالمضرب تجدها مشروحة في فصل قواعد اللعب من هذا الكتاب .

الريشة :

تعد الريشة الطائرة من أهم أدوات اللعب في البادمنتون ، ويطلقون عليها أسماء متعددة ، مثل الشتلوكوك ، أو البيرد الطائر ، وهي تقوم مقام الكرة في ألعاب المضرب عموماً ولأن اللعبة تقوم على مبادئ أساسية منها مسار حركة الريشة وسرعتها ، لذلك فإن خصائص ومواصفات الريشة من الأمور الهامة التي تحكم مسار اللعب وكفايته ولذلك يجب اختيار أجود أنواعها .

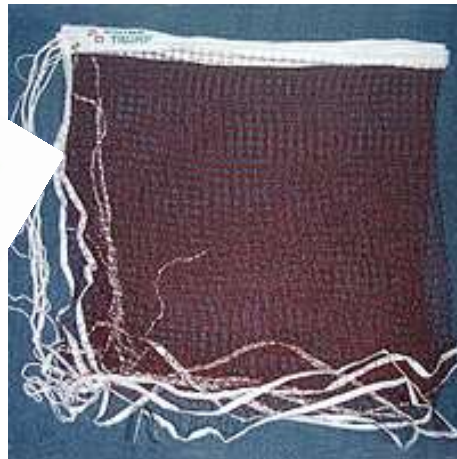
والريشة تتكون من ١٤-١٦ ريشة مثبتة في قاعدة من الفلين بشكل محكم يتراوح وزن الريشة بين ٤.٧٣-٥.٥ غرام وما زاد عن هذا الوزن تعد ريشة سريعة وإذا قل عن هذا الوزن تعد الريشة بطيئة أما قطر الكرة الدائرية للريشة فيتراوح بين ٢.٥-٢.٨١ سم ، وطول الريشة يتراوح بين ٦.٤ - ٧ سم ، أما نصف قطر الدائرة العليا التي يشكلها الريش فانها تتراوح بين ٥.٥-٦.٢٥ سم . (انظر الشكل ٥٥) وقديماً كانت الريشة المستخدمة في اللعب ذات شكل برميلي مميز ، ولقد استخدمت على نطاق واسع في العالم وكانت من الفلين والريش الطبيعي (ريش الأوز) ، ثم استبدلت القاعدة الفلين بقاعدة من الكاوتشوك الطبيعي أو الصناعي مع الريش الطبيعي في السبعينات من القرن الماضي ، استخدمت الريشة المصنوعة من النايلون ، ويعد (و.س. كارلتون) صاحب مصانع كارلتون الأمريكية للريشة الطائرة صاحب الفضل الأول في تطوير الريشة على النحو الذي سبق ذكره.



الشكل (٥٥)

يوضح أنواع الريش (البلاستيك والطبيعي)

الشبكة : شبكة الريشة تقسم الملعب إلى نصفين متساويين ارتفاعها من الوسط ١٥٢ سم مشدودة على حاملين ارتفاع كل منها ١٥٥ سم تصنع الشبكة من خيوط حمراء أو سوداء اللون وفتحاتها لاتسمح للريشة باختراقها وطول ضلع كل فتحة يتراوح بين ١.٥ - ٢ سم ، أما طول الشبكة فيتراوح بين ٥.١٨ - ٦.١٠ متركي تكون صالحة للعب الفردي والزوجي، تحتوي الشبكة على شريط ابيض اللون من طرفها العلوي (انظر الشكل ٥٦)



الملابس : عند اختيار الملابس يجب أن يراعى المواصفات الآتية :

١. أن تكون مصنوعة من مادة ناعمة مثل القطن .
٢. أن تتيح الملابس حرية الحركة وسهولتها .
٣. أن تمكن اللاعب من التنفس بيسر .
٤. أن تمتص العرق في الجو الحار وتتيح التدفئة في الجو البارد .
٥. أن تتيح المظهر الأنيق النظيف الذي يزيد الثقة بالنفس ويعكس شخصية اللاعب .

القميص والسروال : ويفضل ان يرتدي لاعب الريشة الطائرة القميص والسروال المناسبين المقاس فلا هي فضفاضة ولا هي ضيقة لتجنب أي تقيد للحركة لأن لعبة الريشة الطائرة لعبة تتطلب حركات المد والطعن والثني واللي الكثيرة ، والقانون لم يحدد لون الملابس ولكن يفضل اللون الأبيض لأن هذا مريح للنظر ويمكن رؤية الأوساخ عليه بوضوح ويمكن تنظيفها بسهولة ، أما بالنسبة للنساء فيفضل ارتداء التنورة المحكمة من الوسط . (انظر الشكل ٥٧)



الجواريب : يفضل ارتداء النوع القطني من الجواريب الذي يمتص العرق بحيث يكون المقاس مناسباً لايعيق عمل الدورة الدموية ، ويجب توفر أكثر من زوج من الجواريب حتى يتمكن اللاعب من ارتداء الجواريب النظيفة باستمرار .

الحذاء : ان حركة القدمين في الريشة الطائرة قليلاً ما تستخدم في مسارات مستقيمة في الركض كما أنها تتنوع ما بين طعن وتوقف وتغطية ثم تراجع أو تقدم ، وهي في مجملها حركات مختلفة الاتجاهات . واختيار نوع الحذاء وفقاً لخصائصه أمر شخصي إلى حد كبير ولكن المبدأ الاساسي في هذا الصدد هو أنه كلما قل وزن اللاعب وملابسه زاد في سهولة الحركة السريعة في غضون ممارسة الريشة الطائرة ، وعليه فالحذاء المصنوع من الكاوتشوك الخفيف أو المتوسط بدون رقبة ، برباط قصير هو من أفضل مايناسب القدمين في اللعب ، وينصح هشمان وجونز (hashman & jones) باختيار حذاء ذو خطوط عريضة بارزة من خامة النعل نفسها ، وفي أجزاء معينة منه وبخاصة في امتداد الكعب لأعلى في اتجاه الكاحل ، الأمر الذي يزيد من مرونة الحذاء خلال حركات الثني واللي الكثيرة التي تتعرض لها قدما اللاعب كما يفضل ايضاً أن تمتد الخطوط العريضة للامام بحيث ترتفع إلى مقدمة الحذاء. انظر الشكل (٥٨)



الشكل (٥٨) يوضح حذاء لاعب الريشة الطائرة