

## تأثير تمارينات خططية باسلوب اللعب المباشر في تطوير بعض الجوانب البدنية الخاصة واداء المهارات الهجومية بالكرة الطائرة

أ.د.ناهده عبدزيد الدليمي

جامعة بابل

كلية التربية الرياضية

أ.د.حاجم شاني عودة

جامعة البصرة

كلية التربية الرياضية

أ.م.د.منتظر مجيد علي

جامعة البصرة

كلية التربية الرياضية

### الملخص العربي:

تركزت اهداف البحث في اعداد تمارينات خططية باسلوب اللعب المباشر لتطوير بعض الجوانب البدنية الخاصة واداء المهارات الهجومية بالكرة الطائرة،وكذلك معرفة تأثير التمارينات الخططية باسلوب اللعب المباشر في تطوير بعض الجوانب البدنية الخاصة واداء المهارات الهجومية بالكرة الطائرة، وتطرق الباحثون في الدراسات النظرية والسابقة ذات العلاقة واستعمل الباحثون المنهج التجريبي ذو التصميم التجريبي لعينة قوامها (24) طالبا تم تقسيمها بالتساوي إلى مجموعتين تجريبية وضابطة يمثلون طلاب السنة الدراسية الرابعة في كلية التربية الرياضية-جامعة بابل بعد إجراء عمليتي التجانس والتكافؤ، واستعمل الباحثون أدوات البحث العلمي ومنها المصادر العربية والاجنبية والاستبانة والملاحظة، فضلا عن المقابلة والاختبارات والقياس، كذلك استعان الباحثون بمجموعة من الأدوات والأجهزة المناسبة وإجراء تجربة استطلاعية مصغرة، وبعد ذلك اجريت الاختبارات القبلية وتطبيق مفردات التمارينات التعليمية التي استغرقت مدتها (6) أسابيع، وبواقع وحدتين تدريبيتين أسبوعياً زمن الوحدة التدريبية هو (90) دقيقة وحسب المنهج المقرر في الكلية وتم إتباع التمارينات الخططية باسلوب اللعب المباشر مع المجموعة التجريبية اما المجموعة الضابطة فقد اعتمدت المنهج المتبع ، وبعد الانتهاء من تنفيذ المنهج أجريت الاختبارات البعدية واستخرجت البيانات ومعالجتها إحصائياً ومن ثم عرضها وتحليلها ومناقشتها وقد خرج الباحثون باستنتاجات عدة من أهمها ان التمارينات الخططية بأسلوب اللعب المباشر والاسلوب المتبع قد حققا تأثيراً ايجابياً في تطوير الجوانب البدنية الخاصة واداء المهارات الهجومية بالكرة الطائرة، كذلك تفوق التمارينات الخططية بأسلوب اللعب المباشر في تطوير الجوانب البدنية الخاصة واداء المهارات الهجومية بالكرة الطائرة، وفي ضوء هذه الاستنتاجات أوصى الباحثون بالتأكيد على إدخال التمارينات الخططية باسلوب اللعب المباشر في العملية التدريبية لفائدتها الكبيرة في تطوير بعض الجوانب البدنية الخاصة واداء المهارات الهجومية بالكرة الطائرة، كذلك التوجه الى استعمال التمارينات الخططية بأسلوب اللعب المباشر لتوفير حالات الاداء وتطوير البرامج الحركية.

### Research Summary

#### **The impact of educational exercises tactical direct style of play in the development of some of the physical aspects of offensive skills and the performance of volleyball**

Focused research objectives in the preparation exercises educational tactical style of play direct to develop some aspects of special physical and performance skills offensive volleyball, as well as knowledge of the impact of these exercises educational tactical style of play directly in the development of some aspects of special physical and performance skills offensive volleyball, and touched researchers in theoretical studies and previous with Alalaghostaml researchers experimental approach with the experimental design for a sample of 24 students were divided evenly into two groups, experimental and control group representing the students of fourth year in the Faculty of Physical Education - University of Babylon after two homogeneity and parity, and used the researchers tools of scientific research, including Almassadrarabh and foreign-resolution observation, as well as the interview and testing and measurement, as well as the researchers used a set of tools and the appropriate hardware and conduct a reconnaissance mini, and then conducted tests tribal and apply vocabulary exercises education, which lasted duration (6) weeks, and by two units a week long educational unit is (90) minutes, according to the curriculum scheduled at the college were to follow exercises educational tactical style of play directly with the group Experimental either the control group has adopted the approach, after the completion of the implementation of the curriculum tests were carried out a posteriori and extracted data and statistically treated and then viewed and analyzed and discussed have been discharged researchers conclusions of several of the most important that exercise educational tactical style play direct and style educational approach may have made a positive impact in the development of aspects of physical Alkhashuadae skills offensive volleyball, as well as more than exercises educational tactical style play directly in the development of aspects of physical Alkhashuadae skills offensive volleyball and in the light of these findings recommended that researchers certainly enter Altmrbnat educational tactical direct style of play in the educational process for large utility in the development of some of the physical aspects of offensive skills and the performance of volleyball, as well as the approach to the use of educational exercises tactical playing style to provide a direct performance situations and develop these programs.

**1-التعريف بالبحث:****1-1 مقدمة البحث وأهميته:**

إن التطور العلمي الحاصل في مجال التربية الرياضية اوجد أفقاً جديدة في علومها المختلفة ومنها التعلم الحركي الذي يشهد تطوراً ملحوظاً لمواكبة الاتجاهات الحديثة فيه من اجل التوصل الى تحقيق افضل النتائج الجيدة من خلال اتباع الاساليب التعليمية العلمية الصحيحة وبالشكل المناسب والسليم والمخطط له،لذا اصبح اتباع كل ما هو جديد في هذا العلم(التعلم الحركي) ضرورة لا بد من مراعاتها والاخذ بنظر الاعتبار عند التخطيط في عملية تعلم المهارات الرياضية المختلفة وتطوير ادائها.

وقد ظهرت في الآونة الاخيرة جهود كبيرة وعديدة لاجاد اساليب تعليمية مختلفة للمهارات الحركية تختص ومنها تعلم المهارات ثم ممارستها في اثناء اللعب(اسلوب اللعب المباشر) بادخال او ووضغ تمرينات تعليمية خطية لبيئة تعليمية مبرمجة لتعلم المهارات بشكل مشابه لحالة اللعب الحقيقية،أي تعلم المهارات الحركية باستعمالها في حالات مشابهة للعب والانتقال من تعلم المهارات بالتسلسل الواحدة تلو الاخرى،لان الهدف الاساس او المحور الاساس للعملية التعليمية هو المتعلم وتطوير أدائه في اثناء اللعب وتوصيله الى حالات مشابهة للعب،فان استعمال تمرينات تعليمية خطية مشابهة لحالة اللعب(اسلوب اللعب المباشر)هو حالة اقتراب مشجعة للمتعلم في ربط مستمر ومتناسك بين تعلم المهارة واستعمالها في حالة خطية،وان حالة الاقتراب هذه هي تحرك المتعلم ضمن تمرينات تعليمية خطية مركزة عن حالة معينة في اللعب.

وان لعبة الكرة الطائرة وبما تحتويه من مهارات دفاعية وهجومية يتطلب تعلم هذه المهارات واتقان ادائها الى استعمال تمرينات تعليمية لمهارات بيئية مقارنة لحالة اللعب الحقيقي لتوصيل المتعلم الى الاداء المهاري الصحيح في المواقف الهجومية واختيار المواقع المناسبة وتنفيذ هذه المتطلبات كلها يخدم المحصلة النهائية للبناء الصحيح للاداء المهاري(الفني والخطي)الا وهي احراز نقاط مباشرة للفوز بالشوط والمباراة.

وبهذا تتحدد اهمية البحث في ايجاد اساليب تعليمية لتطوير مهارات اللعبة من خلال ادخال او وضع تمرينات تعليمية خطية مشابهة لحالة اللعب لتحقيق التعلم الحركي الأفضل للمهارات الهجومية والأداء في اللعب.

**1-2 مشكلة البحث:** -من خلال متابعة الباحثون للوحدات التعليمية لمادة الكرة الطائرة للسنة الرابعة،لاحظوا إن هناك عددا كبيرا من الطلاب(المتعلمين)يعانون من ضعف واضح في الأداء الحركي للمهارات الهجومية الأساسية في الكرة الطائرة على الرغم من تعلمهم جميع المهارات في السنتين الثانية والثالثة،إلا أنهم لا يؤدون هذه المهارات بصورة صحيحة من ناحية الدقة والانسيابية والسرعة والتوقيت السليم،فضلا عن الجانب الخطي لها،وذلك بسبب اعتماد او استعمال طرائق واساليب محددة ومعدة مسبقاً على وفق مبدأ تعلم المهارات بالتسلسل والتدرج بها من السهل الى الصعب ثم الانتقال بعدها الى حالات اللعب،وان اسلوب التعلم المتبع هذا يتجه الى التكرارات لتعلم هذه المهارات بشكل منفرد خاليا من الجانب الخطي لها، الامر الذي يؤدي الى ان تكون قيمة عملية تعلم المهارات الهجومية قليلة،وهذا بدوره سيقود إلى نتائج سلبية لاتتلائم مع التطور في عملية التعلم

الحركي ولا يرتقي بالعملية التعليمية والسبب هو قلة استعمال اساليب التعلم الحركي ومنها اسلوب اللعب المباشر لهذه المهارات.

### 1-3 أهداف البحث:

1- اعداد تمارين تعليمية خطوية باسلوب اللعب المباشر لتطوير بعض الجوانب البدنية الخاصة واداء المهارات الهجومية بالكرة الطائرة.

2- معرفة تأثير التمارين التعليمية الخطوية باسلوب اللعب المباشر في تطوير بعض الجوانب البدنية الخاصة واداء المهارات الهجومية بالكرة الطائرة،

### 1-4 فرض البحث:

1- للتمارين التعليمية الخطوية باسلوب اللعب المباشر تأثير ايجابي في تطوير بعض الجوانب البدنية الخاصة واداء المهارات الهجومية بالكرة الطائرة،

### 1-5 مجالات البحث:-

1-5-1 المجال البشري:- طلاب السنة الرابعة في كلية التربية الرياضية-جامعة .

1-5-2 المجال الزمني:- المدة من 20/3/2013 ولغاية 15/5/2013.

1-5-3 المجال المكاني:- القاعة الرياضية المغلقة لكلية التربية الرياضية- جامعة بابل.

### 1-6 تحديد المصطلحات:

1- التمارين الخطوية:- هي تمارين تتضمن في محتواها تطوير الاداء الفني يصاحبه تطبيق خطوي للمهارات المطلوبة تنفذ بيئة مشابهة ومقاربة لحالة اللعب للوصول بالمتعلمين الى الاداء المهاري الامثل.(تعريف اجرائي).

2- اسلوب اللعب المباشر:- هو الاسلوب الذي يقوم فيه المتعلم بتطبيق اشكال متنوعة لتنفيذ المهارة باوضاع مختلفة، وان يتمرن على اداء المهارة في مواقف مشابهة او مقاربة لحالات اللعب الحقيقية قدر الامكان.<sup>1</sup>

3- الجوانب البدنية الخاصة:- وهي القدرات البدنية أو ما يسمى بالصفات البدنية وهي عبارة عن عناصر أو صفات بدنية فسيولوجية تولد مع الإنسان وتتمو بنموه ويتوقف ذلك النمو على طبيعة وعمل وأسلوب الفرد في الحياة".<sup>2</sup>

4- القدرة الانفجارية هي "إمكانية الجهاز العضلي والعصبي في التغلب على مقاومة تتطلب درجة عالية في سرعة الانقباضات العضلية".<sup>3</sup>

<sup>1</sup> - Arnold, Reek, Developing sport skills, New Jersey monograph ( 2 ) motor skills, 1981, p. 78.

<sup>2</sup> - بسطويسي احمد . أسس ونظريات الحركة . ط1 : (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1996 ) ص36

<sup>3</sup> - قاسم حسن حسين . علم التدريب الرياضي في الأعمار المختلفة . ط1 : (عمان ، دار الفكر للطباعة والنشر ، 1998 ) ص159.

- 5-الرشاقة:-هي"قابلية الجسم على أداء الحركات الصعبة والمعقدة والوصول إلى تحقيقها والسيطرة عليها وخاصة عندما يكون الجسم في حالة حركية".<sup>1</sup>
- 6-المهارة:-هي"تفاعل ذهني مع عملية حركية وتتميز بإدراك المكان وعوامل حسية حركية واتخاذ قرار مناسب للاستجابة وتنفيذ الحركة بنجاح من خلال إتباع نشاط عضلي منتظم لتوليد حركات مختلفة".<sup>2</sup>
- 7-الضرب الساحق:-هي" عبارة عن ضرب الكرة بإحدى اليدين بقوة لتعديتها بالكامل فوق الشبكة وتوجيهها إلى ملعب الفريق المنافس بطريقة قانونية".<sup>3</sup>
- 8-حائط الصد:-هي"عملية يقوم بها لاعب أو اثنان أو ثلاثة لاعبين معا" من المنطقة الأمامية مواجهها للشبكة أو قريبا" منها وذلك بالقفز للأعلى مع مد الذراع أو الذراعين لاعتراض الكرة المضروبة ساحقا" من ملعب الفريق المنافس فوق الحافة العليا للشبكة".<sup>4</sup>

### الباب الثالث

#### 3-منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

- 3-1منهج البحث:-استعمل الباحثون المنهج التجريبي بتصميم المجموعات المتكافئة.
- 3-2مجتمع البحث وعينته:- تحدد مجتمع البحث بطلاب السنة الرابعة بكلية التربية الرياضية-جامعة بابل للعام الدراسي(2012-2013)والبالغ عددهم(127) طالبا، وقد استبعد الباحثون عدداً من أفراد العينة لتحقيق التجانس ولأفراد الذين يزيد معدل أعمارهم عن (22)سنة والراسيون والمؤجلون والممارسون للعبة الكرة الطائرة والطالبات، لان حدود البحث تنحصر بالطلاب فقط،اذ بلغ عددهم الكلي (29) طالبا،وبهذا اصبح مجتمع البحث متجانسا وبعدد(98) طالبا، وتم اختيار العينة بالطريقة العشوائية وبأسلوب القرعة وبواقع (24) طالبا وتم تقسيمهم الى مجموعتين ضابطة وتجريبية تضم كل مجموعة (12) طالبا، وبهذا تكون النسبة المئوية لعينة البحث هي (34.49%)، وهي نسبة مئوية مناسبة لتمثيل مجتمع البحث تمثيلاً حقيقياً وصادقاً، وقد لجأ الباحثون إلى التحقق من تكافؤ مجموعتي البحث في المتغيرات قيد البحث، وكما هو مبين في الجدول(1).

<sup>1</sup> - ناهده عبد زيد الدليمي. أساسيات في التعلم الحركي ط1 : (النحف ، دار الضياء للطباعة والتصميم ، 2008 ) ، ص74 .

<sup>2</sup> - Howell' Skill Acquisition, http. / www. Goggle, com, search, 2000, p. 3.

<sup>3</sup> - لي مصطفى طه واحمد عبد الدائم ، دليل للمدرب في الكرة الطائرة تخطيط اختبارات ، (القاهرة، دار الفكر العربي،1999) ص55 .

<sup>4</sup> - علي مصطفى طه واحمد عبد الدائم .المصدر السابق . ص137 .

الجدول(1)يبين المعالم الاحصائية لاختبارات التكافؤ وقيمة(t) المحسوبة في الاختبارات القبليتين المجموعتين الضابطة والتجريبية

نوع الدلالة	قيمة (t) المحسوبة	التجريبية		الضابطة		المعالم الإحصائية الاختبارات
		± ع	س -	± ع	س -	
غير معنوي	0.62	0.41	3.15	0.35	3.05	القدرة الانفجارية للذراعين/متر
غير معنوي	0.56	0.32	1.91	0.26	1.84	القدرة الانفجارية للرجلين/متر
غير معنوي	0.88	0.61	9.62	0.82	9.89	الرشاقة/ثانية
غير معنوي	1.07	0.73	5.02	0.76	5.36	الأداء الفني للإرسال الساحق/درجة
غير معنوي	0.78	0.88	10.5	0.93	10.2	دقة اداء الإرسال الساحق/درجة
غير معنوي	0.69	0.66	4.95	0.56	5.13	الأداء الفني الضرب الساحق/درجة
غير معنوي	0.80	0.91	11.85	0.64	12.12	دقة اداء الضرب الساحق/درجة
غير معنوي	0.40	0.53	4.79	0.93	4.90	الأداء الفني للحائط الصد /درجة
غير معنوي	0.78	0.42	8.01	0.59	7.84	دقة حائط الصد/درجة

يبين الجدول(1) أن قيم(t) المحسوبة اصغر من قيمتها الجدولية البالغة(2.07) عند مستوى دلالة(0.05) ودرجة حرية(22) وهذا يدل على تكافؤ مجموعتي البحث في متغيرات البحث المختارة.

**3-3 الوسائل والأدوات والأجهزة المستعملة:-** استعان الباحثون بالوسائل البحثية والأدوات والأجهزة الآتية:- (المصادر والمراجع العربية والأجنبية والملاحظة والمقابلات الشخصية والاستبانة للاختبارات والقياس واستمارات متعددة الأغراض وملعب كرة طائرة قانوني بملاحقاته وكرات طائرة قانونية عدد (24) كرة وشريط قياس (سم) وشريط لاصق ملون وإصباغ وطباشير وساعة توقيت يدوية وحاسبة الكترونية يدوية عدد(1).

#### 3-4 إجراءات البحث الميدانية:-

#### 3-4-1 اختيار الاختبارات:-

قام الباحثون بمراجعة بعض المصادر العلمية والرسائل والاطاريح التي احتوت على اختبارات للقدرات البدنية والمهارات الهجومية بالكرة الطائرة تم اختيار اختبارات مقننة ومستعملة على مواصفات عينة البحث نفسها واختبارات هي:-

- 1- اختبار دفع الكرة الطبية (3 كغم ) باليدين<sup>1</sup>.
- 2- اختبار القدرة ( الوثب لسارجنت )<sup>2</sup>.
- 3- اختبار الرشاقة (9-3-6-3-9)<sup>3</sup>.
- 4- اختبارالأداء الفني للإرسال الساحق<sup>4</sup>.
- 5- اختبار تقويم الأداء الفني للضرب الساحق<sup>5</sup>.
- 6- اختبار تقويم الأداء الفني لمهارة حائط الصد<sup>6</sup>.
- 7- اختبار دقة مهارة الإرسال الساحق<sup>7</sup>.
- 8- اختبار دقة مهارة الضرب الساحق القطري<sup>8</sup>.
- 9- اختبار دقة حائط الصد<sup>9</sup>.

**3-4-2 التجربة الاستطلاعية:-** قام الباحثون بإجراء التجربة الاستطلاعية للاختبارات البدنية والمهارات الهجومية بالكرة الطائرة على عينة مؤلفة من ( 10 ) طلاب من الذين لم يكونوا ضمن عينة البحث الأساسية وبمساعدة فريق العمل وتمت التجربة بتاريخ 2013/3/20 وكان الهدف منها ما يأتي :-

- 1-التأكد من صلاحية الاجهزة والادوات المستعملة في البحث.
- 2-التأكد من تفاهم فريق العمل وكفائتهم في اجراء القياسات والاختباراتوتطريقة تسجيل النتائج
- 3-معرفة المعوقات التي قد تظهر وتلافي حدوث الأخطاء.

**3-4-3 الاختبارات القبلية:-** تم اجراء الاختبارات القبلية على المجموعتين الضابطة والتجريبية قبل البدء بتنفيذ التمرينات الخططية التعليمية بتاريخ 2013/3/27 في القاعة الرياضية المغلقة في كلية التربية الرياضية -جامعة بابل.

**3-4-4 تنفيذ مفردات الوحدات التعليمية:-**

-استغرقت مدة تنفيذ مفردات الوحدات التعليمية(6) اسابيع . -عدد الوحدات التعليمية في الاسبوع وحدتان .

-مجموع الوحدات التعليمية(12) وحدة تعليمية. -زمن الوحدة التعليمية الواحدة هو(90)دقيقة.

-قام الباحثون بتنفيذ مفردات الوحدات التعليمية 2013/4/3. إذ تم تنفيذ المنهج الخاص بالمجموعة التجريبية من خلال التدريب على المهارات الهجومية وتطوير القدرات البدنية قيد البحث باستعمال التمرينات التعليمية الخططية بأسلوب اللعب المباشر .

-تم تنفيذ المنهج الاعتيادي على المجموعة الضابطة وفق المنهج المتبع من قبل المدرس .

<sup>1</sup> -علي سلوم جواد الحكيم .الاختبارات والقياس والإحصاء في المجال الرياضي، ط1،(القادسية ،الطيف للطباعة ، 2004 ) ص 95 .

<sup>2</sup> -علي مصطفى طه واحمد عبد الدايم. دليل المدرب في الكرة الطائرة تخطيط، اختبارات،(القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1999 ) ص 65 .

<sup>3</sup> -سمروان عبد المجيد إبراهيم . الموسوعة العلمية للكرة الطائرة . ط1،(عمان ، مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع ،2001). ص232.

<sup>4</sup> -ناهده عبد زيد ناهده عبد زيد .تأثير التداخل في أساليب التمرين على تعلم مهارتي الإرسال الساحق والضرب الساحق بالكرة الطائرة ، أطروحة دكتوراه (، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، 2002 )، ص 49 .

<sup>5</sup> -ناهده عبد زيد.، المصدر السابق نفسه ، 2002 ، ص 52 .

<sup>6</sup> علي مصطفى طه واحمد عبد الدايم .مصدر سبق ذكره . ص 186 .

<sup>7</sup> ناهده عبد زيد ، مصدر سبق ذكره ، 2002 ، ص 54

<sup>8</sup> محمد صبحي حسانين وحلمي عبد المنعم. الأسس العلمية للكرة الطائرة وطرق القياس، ط 1،(القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 1997)، ص 248

-تم الانتهاء من تنفيذ مفردات الوحدات التعليمية للمجموعتين الضابطة والتجريبية بتاريخ 2013/5/8.  
**3-4-5 الاختبارات البعدية:** - بعد الانتهاء من تنفيذ مفردات الوحدات التعليمية تم اجراء الاختبارات البعدية على المجموعتين الضابطة والتجريبية بتاريخ 2013/5/15، وذلك لتحديد مستوى المهارات الاساسية التي وقد سعى الباحثون الى تهيئة الظروف نفسها من حيث الزمان والمكان والاجهزة والادوات وطريقة التنفيذ وفريق العمل من اجل العمل قدر المستطاع على ايجاد الظروف نفسها او ما يشابهها التي اجريت فيها الاختبارات القبالية.

**3-5 الوسائل الاحصائية:** - اعتمد الباحثون الوسائل الاحصائية الاتية: <sup>1</sup>، <sup>2</sup>-النسبة المئوية. -الوسط الحسابي. -الانحراف المعياري. -معامل الاختلاف(قياس التطور).  
 -اختبار (t) للعينات المرتبطة. -اختبار (t) للعينات غير المرتبطة.

#### الباب الرابع

#### 4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

#### 4-1 عرض نتائج اختبارات المجموعتين الضابطة والتجريبية وتحليلها:

#### 4-1-1 عرض نتائج اختبارات المجموعة الضابطة وتحليلها:

الجدول (2) يبين نتائج قيم (t) المحسوبة بين الاختبارات القبالية والبعدية للمجموعة الضابطة

نوع الدلالة	قيمة ( t ) المحسوبة	البعدي		القبلي		المعالم الإحصائية الاختبارات
		ع ±	س -	ع ±	س -	
معنوي	3.11	0.26	3.58	0.35	3.05	القدرة الانفجارية للذراعين/متر
معنوي	2.89	0.16	2.14	0.26	1.84	القدرة الانفجارية للرجلين/متر
معنوي	2.76	0.22	8.01	0.82	9.89	الرشاقة/ثانية
معنوي	3.62	0.61	6.01	0.76	5.36	الأداء الفني للإرسال الساحق/درجة
معنوي	4.19	0.84	13.11	0.93	10.2	دقة اداء الإرسال الساحق/درجة
معنوي	3.08	0.49	6.94	0.56	5.13	الأداء الفني الضرب الساحق/درجة
معنوي	4.21	0.89	16.29	0.64	12.12	دقة اداء الضرب الساحق/درجة
معنوي	3.92	0.72	6.45	0.93	4.90	الأداء الفني للحائط الصد /درجة
معنوي	3.67	0.75	10.12	0.59	7.84	دقة حائط الصد/درجة

<sup>9</sup> علي مصطفى طه واحمد عبد الدايم .مصدر سبق ذكره. ص184 .

<sup>1</sup> -دبوع ياسين التكريتي وحسن محمد العبيدي. التطبيقات الاحصائية واستخدامات الحاسوب في بحوث التربية الرياضية ،(جامعة الموصل، دار الكتاب للطباعة والنشر ، 1999).



يبين الجدول (2) أن قيم (t) المحسوبة اكبر من قيمتها الجدولية البالغة (2.20) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (11) وهذا يدل على وجود فروق معنوية بين الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة ولصالح البعدية.

#### 4-1-2 عرض نتائج اختبارات المجموعة التجريبية وتحليلها:

الجدول (3) يبين نتائج قيم (t) المحسوبة بين الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية

نوع الدلالة	قيمة ( t ) المحسوبة	البعدية		القبلي		المعالم الإحصائية الاختبارات
		ع ±	س -	ع ±	س -	
معنوي	3.76	0.18	3.92	0.41	3.15	القدرة الانفجارية للذراعين/متر
معنوي	3.04	0.21	2.54	0.32	1.91	القدرة الانفجارية للرجلين/متر
معنوي	3.02	0.29	7.08	0.61	9.62	الرشاقة/ثانية
معنوي	4.62	0.52	7.69	0.73	5.02	الأداء الفني للإرسال الساحق/درجة
معنوي	4.83	0.48	15.67	0.88	10.5	دقة اداء الإرسال الساحق/درجة
معنوي	5.22	0.39	8.04	0.66	4.95	الأداء الفني الضرب الساحق/درجة
معنوي	6.75	0.51	17.28	0.91	11.85	دقة اداء الضرب الساحق/درجة
معنوي	4.09	0.34	7.69	0.53	4.79	الأداء الفني للحائط الصد /درجة
معنوي	4.83	0.63	12.17	0.42	8.01	دقة حائط الصد/درجة

يبين الجدول (3) أن قيم (t) المحسوبة اكبر من قيمتها الجدولية البالغة (2.20) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (11) وهذا يدل على وجود فروق معنوية بين الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية ولصالح البعدية .

#### 4-1-3 عرض نتائج الاختبارات البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية وتحليلها:

الجدول (4) يبين نتائج قيم (t) المحسوبة للاختبارات البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية

نوع الدلالة	قيمة ( t ) المحسوبة	التجريبية		الضابطة		المعالم الإحصائية الاختبارات
		ع ±	س -	ع ±	س -	
معنوي	3.57	0.18	3.92	0.26	3.58	القدرة الانفجارية للذراعين/متر
معنوي	5.03	0.21	2.54	0.16	2.14	القدرة الانفجارية للرجلين/متر
معنوي	8.71	0.29	7.08	0.22	8.01	الرشاقة/ثانية
معنوي	6.95	0.52	7.69	0.61	6.01	الأداء الفني للإرسال الساحق/درجة
معنوي	8.78	0.48	15.67	0.84	13.11	دقة اداء الإرسال الساحق/درجة
معنوي	5.83	0.39	8.04	0.49	6.94	الأداء الفني الضرب الساحق/درجة
معنوي	3.20	0.51	17.28	0.89	16.29	دقة اداء الضرب الساحق/درجة
معنوي	5.17	0.34	7.69	0.72	6.45	الأداء الفني للحائط الصد /درجة
معنوي	6.94	0.63	12.17	0.75	10.12	دقة حائط الصد/درجة

يبين الجدول (4) أن قيم (t) المحسوبة اكبر من قيمتها الجدولية البالغة (2.07) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (22) وهذا يدل على وجود فروق معنوية في الاختبارات البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح التجريبية.

**4-2 مناقشة النتائج:-** من خلال ما تم عرضه في الجدولين (2،3) تبين أن هناك فروقا ذات دلالة معنوية بين الاختبارات القبلية والبعدية ولمجموعتي البحث التجريبية والضابطة في اختبارات المتغيرات قيد البحث كافة ولصالح الاختبارات البعدية، ويعزو الباحثون تلك الفروق بالنسبة للمجموعة الضابطة الى اتباع افراد هذه المجموعة التمرينات في الوحدات التعليمية وتنظيمها وطريقة تبويبها من حيث الزمن المخصص لها من خلال استمرارية ادائها والعدد الكبير من التكرارات لكونها مهارات منفردة او من حيث ربطها مع المهارات الاخرى، وكذلك يعزو الباحثون الفروق المعنوية في هذه المتغيرات الى استعمال التغذية الراجعة من قبل المدرس لتصحيح اداء المهارات وتصحيح الاداء الفني للعب في الوقت نفسه وهذا مما يزيد تعزيز الاداء الايجابي والتوجه الى تعليم كيفية استعمال المهارة في اللعب المتغير، وبهذا تتوضح لدى المتعلم والمدرس حالات الاداء الفني الصحيح والخاطئ للاداء . وبهذا الاسلوب يُمكن المتعلمين بالتفاعل المستمر فيما بينهم الاستفادة من التغذية الراجعة عن الاداء المهاري بشقيه الفني والخططي لان من "الظواهر الطبيعية لعملية التعلم انه لا بد ان يكون هناك تطور في التعلم مادام المدرس يتبع الخطوات الاساسية السليمة للتعلم والتعليم والتمرن على الاداء الصحيح والتركيز على المحاولات التكرارية بشكل متواصل لحين ترسيخ وثبات الاداء".<sup>1</sup>

<sup>2</sup> محمد صبحي حسانين. القياس والتقويم في التربية الرياضية والبدنية ، ج 1 ، ط 3 ، (القاهرة ، دار الفكر العربي ،) (1995).

اما نتائج المجموعة التجريبية فيعزو الباحثون سبب الفروق المعنوية التي ظهرت بين الاختبارات القبليّة والبعدية ولصالح البعدية الى استعمال افراد المجموعة التجريبية للتمرينات التعليمية الخططية وباسلوب اللعب المباشر والتي وجد الباحثون أن لها تأثيراً فعالاً في تطوير الجانب البدني والأداء الفني والدقة للمهارات الهجومية لدى المتعلمين، لان من الامور التي ساعدت في تطوير المهارات الهجومية من حيث الاداء الفني والدقة هو تطوير بعض القدرات البدنية لانه "يتطلب للاداء المهاري بأشكاله المتعددة والمتنوعة خلال المباراة ضرورة توافر بعض القدرات البدنية الحاسمة"<sup>2</sup>، وأن المقصود في امتلاك المتعلم لتلك القدرات او افتقاره لها يعكس بوضوح ضعف المستوى المهاري له، لذا تعد التنمية المتزنة لمتطلبات التمرينات الخططية والمقاربة للعب جميعها هي ما يتأسس عليها زيادة وقدرة المتعلم للاداء المهاري المنفق عليها باحد الاتجاهات الاساسية لعملية التعلم الافضل التي يجب ان يراعيها المدرس اوالمدرّب.

اما نتائج الجدول (4)والذي بين وجود فروق معنوية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبارات البعدية للمتغيرات قيد البحث كافة ، يعزو الباحثون سبب هذه الفروق الى عدة اسباب منها مراعاة التخطيط للتمرينات التعليمية الخططية المقاربة لحالة اللعب والتركيز على اداء المهارات الهجومية الاساسية على شكل اداء فردي حر ومع الزميل ومرتبطة بالحركات الاساسية بما يزيد من تطوير القدرات البدنية الخاصة باداء هذه المهارات وتطوير احساس المنعلم بالكرة وتوافقه معها،" اذ ان" الاحساس بالكرة ينمو عند اللاعب مع التمرين، ويكون نوعاً خاصاً من الملاحظة العالية التي تجعله يستطيع التعامل مع الكرة بخبرته، وان تمرينات السيطرة على الكرة التي تخلق الاحساس، تجعل(الصدّاقة) بين اللاعب والكرة قوية، مما يجعلها طوعه وتحت سيطرته في أثناء الحركة.<sup>3</sup>، فضلاً عن التمرينات المهارية الخاصة بهذه المهارات التي تم وضعها على اساس علمي ومندرج في أوقات الراحة البيئية وخلالها، ويرى الباحثون انه تم مراعاة عدد التمرينات التعليمية الخططية المهارية حتى تتناسب تلك التمرينات مع المتطلبات الحديثة للعبة الكرة الطائرة في القيادة والسيطرة على الكرة، اذ تم تخصيص الزمن الكافي لها ، ومن جانب اخر يرى الباحثون ان الفروق الحاصلة بين المجموعتين كانت نتيجة التدريب على المهارات الاساسية وما يصاحبها من تغيير في الاتجاهات فضلاً عن ارتباط أدائها بالكثير من المهارات الاخرى ولفكرة تكرارات كبيرة ومتعددة ، فضلاً عن ذلك فان استجابة افراد المجموعة التجريبية للتمرينات التعليمية الخططية المهارية وقدرتهم على التوقيت الناجح لادائها وتوقيت حركات الجسم وربطها مع القدرات البدنية الخاصة كالقردة الانفجارية وللرجلين والذراعين والرشاقة ، لان التمرينات التعليمية الخططية من خلال اسلوب اللعب الذي اعطى فرصة كبيرة وفترة طويلة في الوقت في ممارسة المهارات عن طريق اللعب المتغير والتحكم والسيطرة على الاداء وهذا التنوع في حالات الاداء قد زاد من تطور البرنامج الحركي لدى المتعلم في المجموعة التجريبية بسبب التنوع بتمرينات مما جعله قادراً على مواجهة معظم متغيرات اللعب والتي تعرض اليها في أثناء الوحدات التعليمية ، وان هذه التمرينات المتنوعة لها تأثير اكبر من

<sup>1</sup> - ظافر هاشم اسماعيل ، اسلوب التدريس المتداخل وتأثيره في التعلم والتطور من خلال الخيارات التنظيمية المكانية لبيئة تعليم التنس، اطروحة دكتوراه (، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية ، 2000 )، ص102.

<sup>2</sup> - امر الله السباطي ومحمد كشك، اسس الاعداد المهاري والخططي في كرة القدم ناشئين - كبار )، (الاسكندرية، دار المعارف، 2000)، ص166 .

اتباع الاستقرار والثبات في مكان واحد بسبب ان " ان تغير اداء المهارة يتطلب من المتعلم ان يعمم البرنامج الحركي في جداول متنوعة وفي مستويات مختلفة من التداخل وسيكون له تأثير ايجابي في الاحتفاظ والنقل الى حالة اللعب الحقيقية"<sup>1</sup>، وبهذا استطاع المتعلم ان يحل المهمات الخطئية باسلوب صحيح وتمكن من تجاوزها ، لان من فوائد التمرينات الخطئية المقاربة للعب هو ان المتعلم بهذا الاسلوب يتعرف على عدة حالات متنوعة من تطبيقات التمرين وبهذا يكون المتعلم متفاعل في اداء المهارة وبشكل فعال ، فضلاً عن تزويده معرفياً وبدنياً عن محيط اللعب وتعليمه تحويل الاداء بما يلائم محيط اللعب ومتغيراته ومجرباته"<sup>2</sup>.

#### 5- الاستنتاجات والتوصيات:

##### 5-1 الاستنتاجات:

- 1- التمرينات الخطئية باسلوب اللعب المباشر والاسلوب التعليمي المتبع قد حققا تأثيراً ايجابياً في تطوير الجوانب البدنية الخاصة واداء المهارات الهجومية بالكرة الطائرة.
- 2- تفوق التمرينات التعليمية الخطئية باسلوب اللعب المباشر في تطوير الجوانب البدنية الخاصة واداء المهارات الهجومية بالكرة الطائرة.
- 3- ظهور حالة التجاوب والتشويق والرغبة وتبديد حالة الملل لدى المتعلمين في ممارسة تعلم المهارات من خلال بيئة مشابهة لحالة اللعب الحقيقية.

##### 5-2 التوصيات:

- 1- التأكيد على إدخال التمرينات التعليمية الخطئية باسلوب اللعب المباشر في العملية التعليمية لفائدتها الكبيرة في تطوير بعض الجوانب البدنية الخاصة واداء المهارات الهجومية بالكرة الطائرة.
- 2- التوجه الى استعمال التمرينات التعليمية الخطئية باسلوب اللعب المباشر لتوفير حالات الاداء وتطوير البرامج الحركية.
- 3- اجراء بحوث للتعرف على فوائد التعليم عن طريق اسلوب اللعب المباشر من الجوانب المعرفية والنفسية والاجتماعية فضلاً عن الجوانب الحركية.
- 4- اجراء دراسات وبحوث اخرى في تعليم المهارات وباساليب تعليمية مختلفة ومقارنتها مع اسلوب اللعب المباشر (موضوعة البحث) في الالعاب الفرعية والفردية.

#### المصادر:

- امر الله السباطي ومحمد كشك. اسس الاعداد المهاري والخطئي في كرة القدم ناشئين- كبار، (الاسكندرية، دار المعارف، 2000).
- بسطويسي احمد. اسس ونظريات الحركة، ط1، (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1996) .
- حنفي محمود مختار. الأسس العلمية في تدريب كرة القدم، (مصر ، القاهرة ، دار الفكر العربي، 1993).
- علي سلوم جواد الحكيم. الاختبارات والقياس والإحصاء في المجال الرياضي، ط1، (القادسية، الطيف للطباعة، 2004).

<sup>3</sup> - حنفي محمود مختار ، الأسس العلمية في تدريب كرة القدم ، مصر ، القاهرة : دار الفكر العربي ، 1993 ، ص 103

<sup>1</sup> Madill A. R. Motor learning, concepts and application, Boston, Mcgraw. Hill, Fifth edition, 1998, p. 243.

-علي مصطفى طه واحمد عبد الدايم. دليل المدرب في الكرة الطائرة تخطيط، اختبارات، (القاهرة، دار الفكر العربي، 1999).

-ظافر هاشم اسماعيل. الاسلوب التدريسي المتداخل وتأثيره في التعلم والتطور من خلال الخيارات التنظيمية المكانية لبيئة تعليم التنس، اطروحة دكتوراه، (جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، 2000).

- قاسم حسن حسين. علم التدريب الرياضي في الأعمار المختلفة، ط1، (عمان، دار الفكر للطباعة النشر، 1998).

-محمد صبحي حسانين. القياس والتقويم في التربية الرياضية والبدنية، ج1، ط3، (القاهرة، دار الفكر العربي، 1995).

-محمد صبحي حسانين وحمدى عبد المنعم. الأسس العلمية للكرة الطائرة وطرق القياس، ط1، (القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 1997).

-مروان عبد المجيد إبراهيم. الموسوعة العلمية للكرة الطائرة، ط1، (عمان، مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع، 2001).

-ناهده عبد زيد ناهده عبد زيد. تأثير التداخل في أساليب التمرين على تعلم مهارتي الإرسال الساحق والضرب الساحق بالكرة الطائرة، أطروحة دكتوراه، (جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، 2002).

- ناهده عبد زيد الدليمي. أساسيات في التعلم الحركي، ط1، (النجف، دار الضياء للطباعة والتصميم، 2008).

-وديع ياسين التكريتي وحسن محمد العبيدي. التطبيقات الاحصائية واستخدامات الحاسوب في بحوث التربية الرياضية، (جامعة الموصل : دار الكتاب للطباعة والنشر، 1999).

- Arnold, Reek, Developing sport skills, New Jersey monograph ( 2 ), motor skills, 1981.

- Howell' Skill Acquisition, [http. / www. Goggle, com](http://www.Goggle.com), search, 2000.

- Klara, Cubars, Action Research on tactical approach to teaching a prespective tennis class, Journal of behavior, March, 1999.

- Madill A. R. Motor learning, concepts and application, Boston, Mcgraw. Hill, Fifth edition, 1998.

تأثير تدريبات سلم أجيليتي على بعض مكونات اللياقة الحركية للمتدربات

بعمر 20-25 سنة

<sup>2</sup>- Klara, Cubars, Action Research on tactical approach to teaching a prespective tennis class, Journal of behavior, March, 1999, p. 89.