

أثر استخدام تمارين اللعب المباشر على دقة الاداء لمهارة استقبال الارسال
والدفاع عن الملعب بالكرة الطائرة للناشئين

أ.د. منتظر مجيد علي

م.م. مهند خير الله جبار

أ.د. قسور عبد الحميد عبد الواحد

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

جامعة البصرة

ملخص البحث العربي:

تطرق الباحثون الى اهمية التعلم باستخدام تمارين اللعب المباشر، إذ يعد هذا الأسلوب من الأسس العلمية الحديثة لربط فن تنظيم التعليم مع الاقتراب الأفضل لتعليم المهارات الحركية في حالة اللعب ، اما مشكلة البحث فكانت بضعف دقة الاداء المهاري لبعض لاعبي فئة الناشئين والاكتفاء في تطوير المستوى المهاري بعيدا عن دقة الاداء لذا عمل الباحثون على ايجاد وتطبيق تمارين مشابهة للعب المباشر والتي يروا من خلالها معالجة حالة الضعف الموجودة في المناهج المتبعة من قبل المدربين والابتعاد عن الرتابة في تطبيق تلك المناهج بالاعتماد على تمارين تقليدية متبعة ، اما اهداف البحث اشتملت على اعداد تمارين تقترح اسلوب اللعب المباشر، والتعرف على دقة مستوى الاداء المهاري للدفاع واستقبال الارسال، استخدم الباحثون المنهج التجريبي وتمثلت عينة البحث بلاعبوا المدارس التخصصية في محافظة البصرة .

The effect of using direct play exercises on the accuracy of the performance of the skill of receiving serve and defending the youth volleyball field.

Mohanad Khairallah Jabba Dr. Muntazir Majeed Ali Dr. Qasour Abdel Hamid
Abdel Wahid

The researchers touched on the importance of learning using direct play exercises, as this method is one of the modern scientific foundations to link the art of organizing education with the best approach to teaching motor skills in the case of play. On the accuracy of performance, so the researchers worked to find and apply exercises similar to direct play through which they see addressing the weakness of the existing curricula by the trainers and avoiding the monotony in applying these curricula by relying on traditional exercises followed. The research consisted of preparing exercises that suggest direct play style, and identifying the accuracy of the skill level of defense and receiving transmissions. The researchers used the experimental approach. The sample of the research was the player of specialized schools in Basra Governorate.

1-التعريف بالبحث

1-1 المقدمة وأهمية البحث

تعتبر الكرة الطائرة الحديثة واحدة من الالعاب التي بدأت بالاعتماد على اساليب تعليمية حديثة تعمل على الوصل بالمستوى المهاري الى اعلى ما يمكن , وللمنتبع للكرة الطائرة يرى اختلاف في مستوى الاداء المهاري والخططي بين الفترات السابقة والفترة الحالية وخصوصا اذا ما رجعنا الى دورتين اولمبية على سبيل المثال , وان هذا التطور يعود الى استخدام اساليب جديدة تعود على الكرة الطائرة بالنفع والتقدم وبالتالي فتحت افاق جديدة في العملية التعليمية والتدريبية لا تتوقف عند نقطة محددة حتى ولو وصلنى الى مستوى متطور من الاداء نتيجة الاعداد الحديث والجيد .

وغالبا ما يتجه التعليم الى التركيز على الاعداد البدني والمهارى لفئة الناشئين ولا يهتم بتمرينات الدقة المصاحبة للأداء المهاري نتيجة قصر فترة الاعداد او التركيز على الجانب الاكثر اهمية من وجهه نظر بعض المدربين , مما يفقد الناشئ صفة دقة الاداء او ضعفها وبالتالي تنتقل عملية التعليم على دقة الاداء الى مراحل تدريبية تالية ربما في فئة الشباب مما يؤخر وصول اللاعب الى المستوى المهاري المصحوب بالدقة في الوقت المحدد .

لذا وجد الباحثون من الاهمية بمكان استخدام اساليب جديدة او مختلفة عن الاسلوب التقليدي و ان اسلوب اللعب المباشر هو واحد من الاساليب الاكثر حداثة والذي يحث على تحقيق التطور ورفع مستوى الاداء الحركي و الاداء الفني بالإضافة الى دقة الاداء لدى اللاعبين ,كون اسلوب اللاعب المباشر يعود بالفائدة على المتعلم بأداء المهارات ضمن اداء واقعي في اللعب والتعرف على متغيرات وإشكال اداء المهارات في بيئة تعليمية متغيرة مما يزيد السيطرة والتحكم والقدرة والبراعة في الاداء .(8:139)

ومن هنا تكمن أهمية البحث في اعداد تمرينات جديدة بالاعتماد على أسلوب اللعب المباشر الذي يساعد في تطوير دقة الأداء الفني لمهارتي استقبال الارسال والدفاع عن الملعب لفئة الناشئين ليحقق التنمية الشاملة بالاستفادة من انسجامها مع فلسفه الاداء الفعلي حيث ان لتمرينات اللعب المباشر اثر في تعلم المهارات الحركية للعبة واستيعابها وادراك كيفية استعمالها , اي تعلم المهارات واتقانها من خلال اللعب .

2-1 مشكلة البحث

من خلال الاطلاع على الوحدات التعليمية في فترة الإعداد العام والخاص للمدارس التخصصية في محافظة البصرة بالكرة الطائرة , لاحظ الباحثون رتابة ومحدودية في الاعتماد على اساليب التعليم الحديثة وكذلك عدم اشراك تمرينات الدقة لبعض المهارات الفنية وبالخصوص لمهارة استقبال الارسال والدفاع عن اللعب والتي تعتبر من اهم المهارات الدفاعية التي يبني على اساسها الهجوم الناجح للفريق وكذلك التشكيلات الهجومية المنوعة , فضلا من عدم اعطاء تمرينات اللعب المباشر تحاكي واقع اللعب الذي يحتاجه اللاعب الا في فترة المنافسة من مرحلة الاعداد وهذا ما يشكل ملل لدى اللاعبين كون تلك الفترة هي في نهاية المنهاج

التعليمي ، مما دعى الباحثون الى حل تلك المشكلة من خلال تمارينات تنافسية تحاكي اللعب المباشر وتثير روح المنافسة والدافعية لدى الفريق منذ اليوم الاول لفترة الاعداد بغية الوصول الى مستوى مهاري تتصف بالدقة العالية لبعض المهارات الدفاعية بالكرة الطائرة

3-1 اهداف البحث

- 1- اعداد تمارينات اللعب المباشر ضمن منهاج تعليمي يحاكي واقع اللعب الفعلي .
- 2- التعرف على اثر التمارينات المقترحة على مستوى دقة الاداء المهاري لاستقبال الارسال وللدفاع عن الملعب لدى عينة البحث التجريبية.

4-1 فروض البحث :

- 1- ان للمنهاج التعليمي بأسلوب تمارينات اللعب اثر معنوي في تعلم وتطوير دقة الاداء الفني لمهاري استقبال الارسال والدفاع عن الملعب بالكرة الطائرة للاعبين عينة البحث.

5-1 مجالات البحث :

- 1-5-1 المجال البشري : لاعبو المدارس التخصصية بالكرة الطائرة في محافظة البصرة للناشئين
 - 2-5-1 المجال الزمني : المدة من (3 / 6 / 2019) الى (19 / 8 / 2019)
 - 3-5-1 المجال المكاني : الملاعب الخاصة بالمدارس التخصصية بالكرة الطائرة في محافظة البصرة.
- تعريف المصطلحات : اسلوب تمارينات اللعب المباشر : " وهي حالة توجيه التعليم المهاري بأسلوب مشابه لحالات اللعب ، والغاية منه تعليم اللاعب أداء اللعب والذي يستلزم الجمع بين الوعي والاستيعاب والإدراك للمعرفة الخطئية وتنفيذ المهارة " . (2:6)
- اي انه هو تعلم المهارات الحركية للعبة واستيعابها وكيفية وادراك كيفية استعمالها اي تعلم المهارات واتقانها من خلال اللعب . (140:8)

2- الدراسات النظرية : حيث اشتملت على: اسلوب اللعب المباشر والمهارات الفنية للعبة الكرة الطائرة

3- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

- 3-1 منهج البحث: ان طبيعة المشكلة غالباً ما تحدد منهج البحث المستخدم ومن أجل حل مشكلة البحث استخدم الباحث المنهج التجريبي ، كونه يعتبر أدق أنواع المناهج المستخدمة في البحوث العلمية والتي يمكن ان تؤثر على علاقة المتغير المستقل والمتغير التابع في التجربة لذلك استخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين (الضابطة و التجريبية) .

- 3-2 مجتمع وعينة البحث : تمثل مجتمع البحث باللاعبين الناشئين للمدارس التخصصية بالكرة الطائرة في محافظة البصرة بأعمار (14-16) سنة والبالغ عددهم (40) لاعبا، وقد اختيروا بالطريقة العمدية، اما عينة البحث اختيرت بالطريقة العشوائية (القرعة) ، إذ اشتملت على (28) لاعبا وتم تقسيمها الى مجموعتين (

تجريبية و ضابطة)، تمثلت المجموعة التجريبية بـ (14) اربعة عشر لاعبا من لاعبي مدرسة (عز الدين سليم) التخصصية بالكرة الطائرة ، اما المجموعة الضابطة فقد تمثلت بـ (14) اربعة عشر لاعبا من لاعبي مدرسة (ابي الخصيب) التخصصية بالكرة الطائرة ، وقد تم استبعاد اللاعبين (اللييرو) من العينتين ، وبالتالي مثلت نسبة عينة البحث (70%) من مجتمع البحث . ومن اجل التعرف على تجانس العينة وبغية عزل المؤثرات التي قد تؤثر في التجربة فقد استخدم الباحث معامل الاختلاف لمعرفة مدى تجانس العينة في القياسات الجسمية والعمر ، حيث ظهرت قيمة معامل الاختلاف اقل من 30% مما يشير الى تجانس العينة، حيث كلما اقترب معامل الاختلاف من 1% يعد التجانس عالياً واذا زاد عن 30% يعني ان العينة غير متجانسة.(9:161) وكما موضح في الجدول (1)

جدول (1)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل الاختلاف لبعض متغيرات عينة البحث

ت	القياسات الجسمية والعمر	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الاختلاف
1	الطول	سم	179,44	5,59	3,11
2	الوزن	كغم	67,41	5,14	7,62
3	العمر	سنة	15,07	0,81	5,37
4	طول الرجل	سم	92,45	4,48	4,14
5	طول الذراع	سم	75,16	5,11	6,79

ولأجل التأكد من تكافؤ افراد عينة البحث لما له من اهمية في المجتمع التجريبي وحتى يستطيع الباحثون ان يعزو ما حدث من فروق في نتائج الاختبارات الى تأثير العامل التجريبي ، إذ تم استعمال اختبار (T) للاختبارات القبلية في لمهارتي استقبال الارسال والدفاع عن الملعب للمجموعتين التجريبية والضابطة ، وكما مبين في الجدول (2) .

الجدول (2)

يبين تكافؤ مجموعتي البحث في اختبارات دقة مهارتي استقبال الارسال والدفاع عن الملعب .

ت	المعالم الإحصائية المتغيرات	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		Sig معنوية الدلالة
		الانحراف المعياري	س	الانحراف المعياري	س	
1	دقة استقبال مركز (5) /درجة	1.25	8.78	1.33	9.35	0.76
2	دقة استقبال مركز (1) /درجة	1.69	8.35	1.78	8.57	0.74
3	دقة الدفاع مركز (5) /درجة	1.45	7.50	1.57	8.21	0.55
4	دقة الدفاع مركز (1) /درجة	2.37	6.57	2.17	7.14	0.51

3-3-3 الوسائل والأدوات والأجهزة المستخدمة .

3-3-1 وسائل جمع المعلومات:

- 1- المصادر والمراجع العربية والاجنبية .
- 2- الاختبارات والقياس.

3-3-2 الادوات والاجهزة المستخدمة :

- 1-جهاز حاسوب Lap top نوع (hp) .
- 2-شريط قياس (15م).
- 3-ميزان الكتروني.
- 4-حبال مطاطية عدد (4) بطول (10م).
- 5-صناديق حديدية بارتفاع 1 م³
- 6- شريط لاصق بعرض (5سم).
- 7- ملعب الكرة الطائرة قانوني , كرات طائرة (Mikasa) عدد (20).

3-4- اختبار مهارة استقبال الإرسال.(18:1)

الغرض من الاختبار : قياس دقة استقبال الإرسال .
الأدوات : ملعب الكرة الطائرة قانوني ، الكرة الطائرة.

مواصفات الأداء : تقسم المنطقة الخلفية إلى مستطيل قياسه 9 × 3م ويقسم بدوره إلى منطقتين (أ - ب) و كل منطقة قياسها (3 × 4,5) م .

1- يؤدي اللاعب (5 محاولات) من داخل كل منطقة (أ - ب) .

2- يقف اللاعب المعد في مركز (3) لمحاولة اعداد الكرة القادمة من الاستقبال (يعتبر الهدف)

التسجيل : (3) درجات للكرة التي يتم استقبالها وتوجيهها إلى الهدف (اللاعب المعد) ويمكن اعدادها بسهولة

(2) درجتان للكرة الملامسة للهدف (اللاعب المعد) ولا يمكن اعدادها بسهولة .

(صفر) للكرة البعيدة عن الهدف (اللاعب المعد) ولا يمكن اعدادها



الشكل (1) يوضح اختبار دقة استقبال الإرسال

3-5 اختبار مهارة الدفاع عن الملعب. (18:1)

الغرض من الاختبار : قياس دقة الدفاع عن الملعب .

الأدوات : ملعب الكرة الطائرة قانوني ، الكرة الطائرة.

مواصفات الأداء : تقسم المنطقة الخلفية إلى مستطيل قياسه 3×9 م ويقسم بدوره إلى منطقتين (أ - ب) و كل منطقة قياسها $(3 \times 4,5)$ م .

1- يؤدي اللاعب (5 محاولات) من داخل كل منطقة (أ - ب) .

2- يقف اللاعب المعد في مركز (3) لمحاولة اعداد الكرة القادمة من الاستقبال (يعتبر الهدف)

التسجيل : (3) درجات للكرة التي يتم دفاعها وتوجيهها إلى الهدف (اللاعب المعد) ويمكن اعدادها بسهولة .

(2) درجتان للكرة الملامسة للهدف (اللاعب المعد) ولا يمكن اعدادها بسهولة .

(صفر) للكرة البعيدة عن الهدف (اللاعب المعد) ولا يمكن اعدادها

الدرجة العظمى لكل مركز (15)

3-6 التجربة الاستطلاعية: أجرى الباحثون التجربة الاستطلاعية في يوم الاثنين الموافق 2019/6/3 على

القاعة الرياضية لمنتدى شباب عز الدين سليم في ناحية الهوير على عينة من لاعبي المنتدى للناشئين بالكرة

الطائرة والبالغ عددهم (5) خمسة لاعبين من خارج عينة البحث , حيث تم تطبيق الاختبارات لمهاتري استقبال

الارسال والدفاع عن الملعب, وكان الهدف من اجراء التجربة الاستطلاعية الاولى ما يلي:

1- التأكد من صلاحية الادوات المستخدمة في الاختبارات وكذلك طريقة التسجيل لكل اختبار .

2- التأكد من قدرة اللاعبين على تطبيق الاختبارات المستخدمة , وتحديد المعوقات التي قد تواجه المختبرين

اثناء تنفيذ الاختبارات .

3-7 الاختبارات القبليية لعينة البحث .

قام الباحثون بإجراء الاختبارات القبليية على عينة البحث التجريبيية وذلك يوم الاربعاء 2019 /6/5 الساعة

الخامسة عصرا, حيث تم تطبيق الاختبارات القبليية في القاعة الرياضية لمنتدى شباب عز الدين سليم في

ناحية الهوير على لاعبي المدرسة التخصصية والبالغ عددهم (14) لاعبا من خلال تطبيق اختبارات الاداء

الفني لمهاتري استقبال الارسال والدفاع عن الملعب بالكرة الطائرة من خلال تطبيق اختبار دقة الاداء الفني

لمهاتري استقبال الارسال والدفاع عن الملعب بالكرة الطائرة ، وتم تطبيق الاختبارات القبليية على العينة

الضابطة يوم الخميس 2019/6/6 على عينة من لاعبي منتدى شباب ابي الخصيب والبالغ عددهم (14)

لاعبا , وقد راعى الباحثون وكادر العمل المساعد* جميع الاجراءات التي تم تطبيقها على عينة البحث

التجريبيية اثناء اختبار عينة البحث الضابطة

* 1- ریحان علي جاسب 2- جواد عبد الكاظم كعید 3- علي مولى عبد المولى

3-8 التجربة الرئيسية : بعد اجراء التجربة الاستطلاعية والتأكد من سلامة الاجراءات المتبعة والاختبارات وطريقة تطبيق المنهج ,تم الشروع بتطبيق التجربة الرئيسية من خلال المباشرة في تطبيق الوحدات التعليمية المبنية على اساس اللعب المباشرة على عينة البحث التجريبية وذلك يوم الجمعة 2019/6/7 وبواقع وحدتين تعليميتين في الاسبوع وليومي (الجمعة والاثنين) من كل اسبوع , حيث بلغ مجموع الوحدات التعليمية (22 وحدة تعليمية) موزعة على (11) اسبوع وتنتهي يوم الاثنين 2019/8/19 , وتم تطبيق المنهج التعليمي المتبع من قبل المدرب على عينة البحث الضابطة بالتزامن مع تطبيق المنهج التجريبي ولفس المدة الزمنية المتبعة على عينة البحث التجريبية .

3-8 تمارينات اللعب المباشر المقترحة .

من خلال إطلاع الباحثون على بعض المصادر والأبحاث العلمية ذات العلاقة , قاموا بإعداد تمارينات اللعب المباشر (ملحق 1) بما يتلاءم مع قدرة اللاعبين الناشئين والتي يعتقد إن لها دور في تعلم الأداء الصحيح للمهارة قيد الدراسة, إذ تم إعداد منهاج تعليمي يتكون من (22) اثنا عشر وحدة تعليمية وبواقع وحدتين تعليميتين في الاسبوع وذلك إبتداءً من يوم الجمعة الموافق 2019/6/7 وانتهاءً بـ يوم الاثنين 2019/8/19 وتم عرض تمارينات اللعب المباشر على مجموعة من الخبراء والمختصين في مجال اللعبة ، حيث تم تطبيق المنهاج التعليمي في القاعة الرياضية لمركز شباب الهوير في محافظة البصرة , علماً أن زمن الوحدة التعليمية (90) تسعون دقيقة موزعة على أقسامها الرئيسية مع مراعاة درجة الصعوبة والسهولة للتمرين والتدرج في تطبيقها ضمن التسلسل المنطقي لمراحل الاداء الفني للمهارة, فضلاً عن استخدام الوسائل المساعدة الحديثة أثناء تطبيق الوحدات التعليمية , وقد راعى الباحثون ادراج تمارينات تحاكي الاداء الفعلي اثناء المباراة وكل الظروف المتوقعة اثناء المباراة .

3-9 الاختبارات البعدية لعينة البحث .

بعد الانتهاء من تطبيق التمارينات المقترحة ضمن المنهج التعليمي للعب المباشر على عينة البحث التجريبية , قام الباحثون بإجراء الاختبارات البعدية على العينة التجريبية وكذلك الضابطة , حيث تم اختبار عينة البحث التجريبية على قاعة منتدى شباب عز الدين سليم يوم الثلاثاء الموافق 2019/ 8/20 في تمام الساعة الخامسة عصراً بوجود كادر العمل المساعد ,وتضمن الاختبارات البعدية اختبار الاداء الفني لمهاتري استقبال الارسال والدفاع عن الملعب. اما اختبار المجموعة الضابطة فقد تم يوم الاربعاء الموافق 2019/8/21 الساعة الخامسة عصراً على ملعب منتدى شباب ابي الخصيب بنفس الخطوات السابقة والمتبعة في اختبار العينة التجريبية من حيث نوع الاختبارات وطريقة التنفيذ والتسجيل وتطبيقها بالشكل الأمثل.

3-9 الوسائل الاحصائية :

عولجت البيانات إحصائياً من خلال استخدام برنامج الحقيبة الاحصائية (SPSS ver. 20) من خلال استخدام التطبيقات التالية :

الوسط الحسابي. الانحراف المعياري. اختبار (T. test) للعينة المترابطة والمستقلة. النسبة المئوية. (303:2).
معامل الاختلاف. (280:4)

4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها :

4-1 عرض نتائج دقة الأداء للمهارات الفنية للاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية وتحليلها ومناقشتها.

الجدول (3)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيم اختبار (t) المحتسبة لدقة الأداء الفني لمهاتري استقبال الارسال والدفاع عن الملعب لعينة البحث القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية

نوع الدلالة	قيم (T) المحتسبة	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		المعالم الإحصائية الاختبارات
		± ع	- س	± ع	- س	
0.00	10.07	1.14	11.92	1.25	8.78	دقة الاستقبال مركز (5)/درجة
0.00	4.75	1.49	11.64	1.69	8.35	دقة الاستقبال مركز (1)/درجة
0.61	0.50	1.26	7.28	1.45	7.50	دقة الدفاع مركز (5) /درجة
0.03	2.30	2.14	7.85	2.37	6.571	دقة الدفاع مركز (1) /درجة

ومن خلال النتائج اعلاه والخاصة بالعينة التجريبية لدقة الاداء المهاري للاختبارين القبلي والبعدي نلاحظ ان هناك فروق معنوية ولصالح الاختبار البعدي لجميع اختبارات الدقة , وان هذه النتائج تظهر نجاعة ترمينات اللعب المباشر في تطوير دقة الاداء المهاري ويمكن ان نعبر عن الدقة بأنها " قدرة الفرد على التحكم في حركاته الارادية نحو هدف معين". (247:7)

وهذا ما جعل الباحثون يعمدون الى قياس مستوى الدقة للأداء المهاري كونها " تُعدّ من الخصائص المتميزة للأداء المهاري الذي يتوقف عليها نجاح الرياضي عن طريق اظهار الحركة بالأداء الأمثل والجيد والمناسب الذي يتطور بوساطة الممارسة والمران المستمرين ولذلك فإنّ أي انقطاع عن التدريب يؤدي الى تدهور الأداء. (44:3)

وان ترمينات اللعب باستخدام اسلوب المنافسة اثناء التمرين اعطى حافز على تطوير دقة الاداء كون المنافسة تتطلب الحصول على ناتج اداء جيد للتفوق على الفريق المنافس او للتفوق في واجب حركي معين, حيث يمكن أن نعتبر المنافسة الاختبار الحقيقي لإعداد اللاعب ، وخلال هذه المرحلة يمكن للاعب قياس مستوى التقدم في الأداء ، وكيفية توزيع مجهوده بعناية وتحسين السمات النفسية لتكون اكثر قوة ومثابرة . (41:6).

4-5 عرض نتائج دقة الأداء للمهارات الفنية للاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة وتحليلها ومناقشتها

الجدول (4)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيم اختبار (t) المحتسبة لدقة الأداء الفني لمهارتي استقبال الارسال والدفاع عن الملعب لعينة البحث القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة

نوع الدلالة	قيم (T) المحتسبة	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		المعالم الإحصائية الاختبارات
		± ع	س -	± ع	س -	
0.39	0.87	1.83	10.00	1.33	9.357	دقة الاستقبال مركز (5)/درجة
0.01	2.79	1.54	9.92	1.49	8.35	دقة الاستقبال مركز (1)/درجة
0.00	8.33	1.35	10.00	1.57	8.21	دقة الدفاع مركز (5) /درجة
0.04	2.18	1.49	8.35	2.17	7.14	دقة الدفاع مركز (1) /درجة

بينما جاءت بقية الاختبارات بقيم فروق معنوية وهذا يشير الى تحسن في عينة البحث الضابطة في دقة الاداء للمهارات المتبقية رغم التحسن الضئيل الواضح من قيم الوسط الحسابي للاختبارات , ويعزو الباحث سبب هذا التحسن النسبي الى الممارسة والمران على تطبيق التمرينات المتكررة داخل الوحدات التعليمية مما يعطي افضلية في زيادة خبرات المتعلمين على التطبيق وبالتالي تحسن دقة الاداء , اي ان زيادة اوقات التعلم تعمل على اكتساب المعرفة والأداء بالرغم من هذه الزيادة في وقت اكتساب التمارين ليست هي الاساس في عملية التعلم والوصول الى الاليه حيث يذكر (شميدت 2000) " إن مقدار الوقت الذي يضيفه المتعلم في ممارسته التمرينات هو ليس المؤثر الوحيد في تطور التعلم فقط بل نوعية التمرين أيضا خلال المدة المحددة، حيث نجد أن المتعلمين في بعض الأحيان يبذلون جهدا كبيرا لساعات عدة في تمرين غير مؤثر يسبب لهم الفشل أو الإحباط أو إن نوع المهارة وتصنيفها لا يلائم المحيط الذي يؤدي فيه لهذا يجب أن يضع المدرس أو المدرب في ذهنه إن يكون متقنا ومثابرا ومنظما لبناء هيكل التمرين وبأسلوب مؤثر" (3:232)

4-6 عرض نتائج دقة الأداء للمهارات الفنية للاختبارات البعدي للمجموعة التجريبية والضابطة وتحليلها ومناقشتها

الجدول (5)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيم اختبار (t) المحتسبة لدقة الأداء الفني لمهاتري استقبال الارسال والدفاع عن الملعب لعينة البحث البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة

نوع الدلالة	قيم (T) المحتسبة	الاختبار البعدي (ضابطة)		الاختبار البعدي (تجريبية)		المعالم الإحصائية الاختبارات
		± ع	س -	± ع	س -	
0.00	3.33	1.83	10.00	1.141	11.92	دقة الاستقبال مركز (5)/درجة
0.00	2.98	1.54	9.92	1.49	11.64	دقة الاستقبال مركز (1)/درجة
0.00	5.46	1.35	10.00	1.26	7.28	دقة الدفاع مركز (5) /درجة
0.48	0.71	1.49	8.35	2.14	7.85	دقة الدفاع مركز (1) /درجة

وهذا يشير الى افضلية التمرينات المقترحة في تطوير دقة الاداء لمهارة استقبال الارسال والتي تعتبر من المهارات التي تحتاج الى تركيز عال اثناء التنفيذ لما له من دور في امتصاص قوة ارسال المنافس وكذلك دوره في عملية البدء بهجوم منظم من خلال اىصال الكرة بدقة عالية الى اللاعب المعد والذي يعتبر مفتاح الفريق للهجوم وهذا ما عملت عليه الفرق العالمية من التدريب على تقليل الاخطاء في عملية استقبال الارسال الى ادنى مستوى ممكن من خلال التمرينات الخاصة بالاستقبال " لذلك نرى في البطولات العالمية والدولية والاولمبية دقة الاستقبال حتى انه لم تسجل اي اخطاء مباشرة سوى (4%) بالنسبة للرجال و(7%) بالنسبة للنساء " (1:27), مما دفع الباحثون الى ايجاد تمرينات تتماشى مع اهمية هذه المهارة والتنوع في استخدامها بأسلوب اللعب المباشرة وكذلك من خلال اشعة روح المنافسة في تحقيق افضل استقبال بين اللاعبين والى المكانات المحددة في كل تمرين وبالتالي افضلية في النتائج مقارنة بالعينة الضابطة .

وكذلك جاءت نتائج دقة استقبال الارسال من مركز (1) منطقية تماشياً مع التشابه في الاداء لتلك المهارة مع اختلاف مركز الاستقبال والذي يرى فيها الباحثون صعوبة نسبية اكثر من مركز (5) كون مكان وصول الكرة سيكون خلف اتجاه اللاعب المعد ودخوله لحضه الاعداد في بعض الاحيان مما يجعل من دقة الاستقبال مهمة جدا , وان اي خطأ يرتكبه اللاعب اثناء استقبال الارسال معناه فقدان الفريق نقطة محققة بالإضافة الى ذلك فأن الاستقبال غير الجيد والدقيق يؤدي الى صعوبات جمة بالنسبة للاعب المعد والذي لا يستطيع بدوره بناء مركبات لعب ذات مستوى جيد وعالي على الشبكة وبدوره ينعكس على الضرب الساحق وشدته. (5:62)

وبناء على كل ما تقدم عمد الباحث الى وضع تمارينه بما يتلاءم مع محاكاة واقع اللعب والتنافس من اجل توصيل واستقبال جيد للإرسال يعطي افضلية للعينة التجريبية على العينة الضابطة. وبالنظر الى نتائج الدفاع عن اللعب من مركز (5) حيث تعد هذه المهارة من المهارات التي تعتمد على كثير من المثيرات الخارجية والتي يجب على اللاعب السيطرة عليها لتحقيق دقة اداء وهذا ما نجده من الصعوبة بمكان لتلك الفئة العمرية وعلى الرغم من التطور النسبي في قيم الوسط الحسابي الا ان انعدام الفروق المعنوية بين العينة الضابطة والتجريبية في الدفاع من مركز (1) يعني عدم تأثر العينة في المنهاج التعليمي نتيجة صعوبة ضبط هذا المتغير اثناء التمرينات وبالتالي يجب التركيز اكثر اثناء التدريب للوصول الى المستوى الافضل في دقة الاداء.

5- الاستنتاجات والتوصيات :

1-5 الاستنتاجات :

- 1- ان لتمرينات اللعب المباشر الفاعلية في تطوير دقة اداء مهارة الاستقبال من مركز (1) و (5) لفئة الناشئين عينة البحث .
- 2- ان لتمرينات اللعب المباشر الفاعلية في تطوير دقة اداء مهارة الدفاع عن الملعب من مركز (1) لفئة الناشئين عينة البحث .
- 3- لا يوجد تأثير يذكر للتمرينات المعتمدة من قبل الباحث على دقة الدفاع من مركز (5) لفئة الناشئين عينة البحث .

2-5 التوصيات :

- 1- ضرورة اعتماد تمرينات اللعب المباشر لفئة الناشئين لما اظهرته من تطوير دقة الاداء اثناء تطبيقها على العينة التجريبية .
- 2- التعامل بمرنة اثناء تطبيق تمرينات اللعب المباشر في حال عدم فائدتها في تطوير دقة الاداء لمهارة الدفاع عن الملعب من مركز (1).
- 3- تعميم تطبيق تمرينات اللعب المباشر لتطوير بقية المهارات الفنية بالكرة الطائرة .
- 3- تعميم تمرينات اللعب المباشر على جميع المدارس التخصصية بغية الاستفادة منها لتطبيق منهاج علمي مبني على اسس علمية .

المصادر العربية والاجنبية

- 1- احمد عبد الدايم وعلي مصطفى طه ؛ دليل المدرب في الكرة الطائرة - اختبارات - تخطيط - سجلات ، ط1 : (دار الفكر العربي ، 1999)

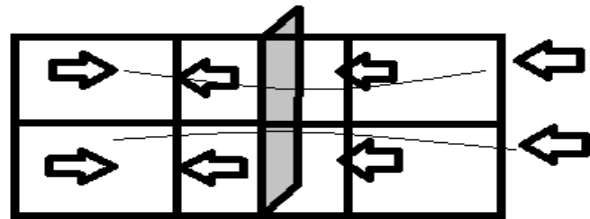
- 2- اخلاص محمد عبد الحفيظ, مصطفى حسين باهي: مصدر سبق ذكره, 2002

- 3- علي سبهان صخي : تأثير التمرينات المركبة البصرية والسمعية بالأسلوبين المتغير والعشوائي لتطوير دقة وسرعة الاستجابة الحركية في بعض المهارات الفنية للاعبين الكرة الطائرة: اطروحة دكتوراه . كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة . جامعة بغداد 2014
- 4- علي سلوم جواد الحكيم: الاختبارات والقياسات والاحصاء في المجال الرياضي, جامعة القادسية 2004,
- 5- عقيل عبد الكاتب وعامر جبار السعدي : الكرة الطائرة التكتيك والتكتيك الفردي الحديث , جامعة بغداد 2002,
- 6- غصون ناطق عبد الحميد: دراسة التدريب في فترة المنافسات على بعض المتغيرات البدنية والوظيفية وعلاقتها بدقة التصويب بالبندقية الهوائية , رسالة ماجستير , كلية التربية الرياضية بنات , جامعة بغداد 2004
- 7- مروان عبد المجيد ؛ الموسوعة العلمية للكرة الطائرة : (عمان ، مؤسسة الوراق ، 2001)
- 8- ناهدة عبد زيد ، اساليب في التعلم الحركي ، دار الكتب العلمية ، سنة 2012.
- 9- وديع ياسين محمد وحسن محمد عبد : التطبيقات الاحصائية واستخدام الحاسوب في بحوث التربية الرياضية ، دار الكتب للطباعة والنشر ، الموصل ، 1999،
المصادر الاجنبية

- 1- Fiedler :volleyball sport,verlag,Berlin,1988
- 2- Linda I . Griffin and Others ; teaching sport concepts and skill, tactical games approach,: (human ken tics , U .S .A_.,1997).
- 3- Schmidt a.richard and craing a.wriberg .motor learning and performance.
Human knyics, 2000.

تمرينات اللعب المباشر المقترحة

- التمرين الحادي عشر: يقسم الملعب الى نصفين على شكل طولي في كل ملعب يتمركز لاعبين يبدأ اللعب بإرسال الكرة الى الفريق المنافس ويتم استقبال الكرة من احد اللاعبين من الاسفل الى الزميل لأعدادها بالأصابع لتنفيذ الضرب الساحق من المنطقة الخلفية على الفريق المنافس ضمن حدود نصف الملعب الطولي ويستمر اللعب بهذا الاسلوب لحين خروج الكرة عن اللعب . (التمرين ينفذ في نصفي ملعب



12- التمرين الثاني عشر: يقسم الملعب الى نصفين على شكل طولي في كل ملعب يتمركز لاعبين يبدأ اللعب بإرسال الكرة الى الفريق المنافس ويتم استقبال الكرة من احد اللاعبين من الاعلى بالأصابع حصرا الى الزميل لأعدادها بالأصابع لتنفيذ الضرب الساحق من المنطقة الخلفية على الفريق المنافس ضمن حدود نصف الملعب الطولي ويستمر اللعب بهذا الاسلوب لحين خروج الكرة عن اللعب . (التمرين ينفذ في نصفي الملعب مع فقدان نقطة في حال عدم استقبال الكرة بالأصابع).

13- التمرين الثالث عشر: يقسم الملعب الى نصفين على شكل طولي في كل ملعب يتمركز لاعبين يبدأ اللعب بإرسال الكرة الى الفريق المنافس ويتم استقبال الكرة من احد اللاعبين من الاسفل الى الزميل لأعدادها بالأصابع لتنفيذ الضرب الساحق من المنطقة الامامية فقط على الفريق المنافس ضمن حدود نصف الملعب الطولي ويستمر اللعب بهذا الاسلوب لحين خروج الكرة عن اللعب . (التمرين ينفذ في نصفي الملعب ويخسر الفريق نقطة في حال الكبس من المنطقة الخلفية).

14- التمرين الرابع عشر: يقسم الملعب الى نصفين على شكل طولي في كل ملعب يتمركز لاعبين يبدأ اللعب بإرسال الكرة الى الفريق المنافس ويتم استقبال الكرة من احد اللاعبين من الاسفل الى الزميل لتميرها الى الفريق المنافس من الاسفل من النقلة الثانية ويستمر التداول بنقلتين للتمرير من الاسفل حصرا لحين خروج الكرة من التداول لصالح احد الفريقين (التمرين ينفذ في نصفي الملعب ويخسر الفريق نقطة في حال التمرير من الاعلى).

15- التمرين الخامس عشر: يقسم الملعب الى نصفين على شكل طولي في كل ملعب يتمركز لاعبين اثنين , يبدأ اللعب بإرسال الكرة الى الفريق المنافس ويتم استقبال الكرة من احد اللاعبين من الاسفل الى المعد لتميرها الى نفس اللاعب بالأصابع ومن ثم التمرير من الاسفل الى ملعب المنافس للمنطقة الخلفية حصرا ويستمر التداول بثلاث نقلات حصرا لحين خروج الكرة من التداول لصالح احد الفريقين (التمرين ينفذ في نصفي الملعب ويخسر الفريق نقطة في حال عد التمرير الى المنطقة الخلفية).

نموذج لوحدة تعليمية باستخدام أسلوب اللعب المباشر

الوحدة التعليمية	الهدف التربوي: بث روح التعاون بين اللاعبين	الوسائل والادوات المستخدمة:	الاشكال	الملاحظات
الخامسة + السادسة	الهدف التعليمي: تعلم بعض المهارات الاساسية (الارسال والاستقبال من الاسفل والاعداد والضرب الساحق)	ملعب الكرة الطائرة قانوني + كرات طائرة		الوحدة: 90 دقيقة التاريخ: 20-24 6 / 2019
اقسام الوحدة التعليمية	الزمن	التفاصيل	الاشكال	الملاحظات
أولاً- القسم التحضيري	20د	السير - الهرولة الوقوف مع تدوير الكاحل - الوقوف مع تدوير الركبتين - الوقوف مع تدوير الورك - الهرولة مع رفع الورك - الهرولة مع ضرب العقبين بالورك - الهرولة مع قتل الجذع - الهرولة مع تدوير الذراعين اماما وخلفا.	* * * * *	التأكيد على توحيد الحركة اثناء الاداء التأكيد على تمارين التغطية لمنع الإصابة التأكيد على كيفية استخدام الاحماء بالكرات
احماء عام	8د	احماء خاص بالكرات (الاحساس بالكرة _ دفاع وهجوم)	* * * * *	التأكيد على تنفيذ الارسال الصحيح لكلا اللاعبين
ثانياً- القسم الرئيسي	12د	شرح مفصل على المهارات المطلوبة الارسال والاستقبال من الاسفل والاعداد والضرب الساحق العالي مع عرض نموذجي لكيفية تعلم التمرين المطلوب . تنمية الاتجاهات الايجابية لتعلم المهارات عن طريق التفاعل بين اللاعب والمدرّب من خلال تحديد الاهداف ووصفها للمتعلّمين (اللاعبين) .	الانطلاق الى نهاية الملعب	التأكيد على كيفية استقبال الكرة
النشاط التعليمي	60د	<u>التمرين الحادي عشر:</u> يقسم الملعب الى نصفين على شكل طولي في كل ملعب يتمركز لاعبين يبدأ اللعب بإرسال الكرة الى الملعب الثاني ويتم استقبال الكرة من احد اللاعبين..... الخ	الانطلاق الى نهاية الملعب	التأكيد على كيفية اعداد الكرة والضرب الساحق العالي
النشاط التطبيقي	10د	<u>التمرين الثاني عشر:</u> يقسم الملعب الى نصفين على شكل طولي في كل ملعب يتمركز لاعبين يبدأ اللعب بإرسال الكرة الى الفريق المنافس الخ .	الانطلاق الى نهاية الملعب	التحكم في سهولة وصعوبة التمرين
	55د	<u>التمرين الثالث عشر:</u> يقسم الملعب الى نصفين على شكل طولي في كل ملعب يتمركز لاعبين يبدأ اللعب بإرسال الكرة الى الفريق المنافس الخ	الانطلاق الى نهاية الملعب	التأكيد على تنوع حالة التمرين لزيادة التعميم الحركي
ثالثاً- القسم الختامي	10د	<u>التمرين الرابع عشر:</u> يقسم الملعب الى نصفين على شكل طولي في كل ملعب يتمركز لاعبين يبدأ اللعب بإرسال الكرة الى الفريق الخ	الانطلاق الى نهاية الملعب	
	10د	<u>التمرين الخامس عشر:</u> يقسم الملعب الى نصفين على شكل طولي في كل ملعب يتمركز لاعبين. يبدأ اللعب بإرسال الكرة الى الفريق الخ تهنئه عامه للجسم واسترخاء مع هرولة خفيفة - جمع الادوات	الانطلاق الى نهاية الملعب	