

**قياس الجانب المعرفي لدى مدربي الكرة الطائرة في العراق**  
**أ.د. خليل ابراهيم الحديثي**  
**أ.د. جمعة محمد عوض**  
**جامعة الانبار / كلية التربية الرياضية**

اجريت الدراسة على عينة من مدربي اندية لدرجة الممتازة بالكرة الطائرة في العراق للموسم الرياضي 2003-2004 البالغ عددهم (10) اندية وبهدف التعرف على الجانب المعرفي لديهم والخاص بلعبة الكرة الطائرة . اذ تم توزيع استمارة قياس الجانب المعرفي المعتمدة من قبل الاتحاد العربي للكرة الطائرة ( محمد صبحي حسانين 1997 ) المتضمنة محاور عدة للقياس منها المحور التاريخي للعبة ، التدريبي ، المهاري (الفني) ، الخططي ، و المعلومات العامة عن اللعبة ، تم تفريغ البيانات ومعالجتها احصائيا ووصفها بجداول خاصة نوقشت بعدها باسلوب علمي مستند الى المصادر العلمية اذ تم التوصل الى استنتاجات منها : هناك ضعف كبير وحاد في المعلومات التدريبية ومعلومات الاداء المهاري (التعلم المهاري) والمعلومات العامة فضلا عن تاريخ اللعبة ، فيما كانت نسبة المحور الخططي مقبولة نسبيا وقد عزا الباحثان ذلك الى الاختلاط من خلال المباريات فضلا عن اعتماد المدربين على عناصر جاهزة . لذا اوصى الباحثان بضرورة رفع الجانب المعرفي للمدربين من خلال الدورات التدريبية والتطويرية فضلا عن اعتماد المدرب الاكاديمي الكفاء ليتسنى تحقيق هدف الدراسة وبالتالي تطوير مستوى اللعبة وتحقيق النتائج الافضل .

**Measuring the Cogritive Side of Volleyball Coaches in Iraq**

**BY**

**Full.Prof.Dr : Khalel Ebraheem Suleiman**

**Full.Prof.Dr : Jumaa Muhammed Auadh**

**University os Anbar–Collage Of physical Education**

The present study has been carried out at a sample of first class terms volleyball coackes in Iraq . For the year 2003-2004 . They were 10 in number . The aim was t. know their geogrative side in relation to volleyball . The list of measuring the Cogritive side authorized by Arab Vollyball Union ( Mohammed Subhi ..... 1997) has been disterbuted . It included many measuring aspects.

Such as , the historized aspect , the training aspect , Skills aspect , planning aspect as well as general information of the game.

The data has been statistically proussed and described according to special tables . Then , they were discussed following a scientific approach that depends as scientific sources . The results show that there is a great weakness concerning the training information , skillful performance information ( skillfull learning ) , general information as well as information concerning the history of the game.

The percentage of the planning aspect was fair . The researchers attribute this fact to mixing with ofher coaches via games as well as using reading – made elements . The researchers recommend the recessting to raise the cogrition aspect of coaches through training and dechpremental programmes as well as enrolling efficient academic coaches to acheine the aims of the study and , consequenthy , raise the standard of the game and acheime better results .

## قياس الجانب المعرفي لدى مدربي الكرة الطائرة في العراق

بحث وصفي

على مدربي أندية الدرجة الممتازة بالكرة الطائرة للموسم

2004 – 2003

أ. د جمعه محمد عوض

أ. د خليل إبراهيم الحديثي

كلية التربية الرياضية / جامعة الانبار

### 1- التعريف بالبحث

#### 1-1- المقدمة ومشكلة البحث

تطورت الرياضة تطوراً كبيراً بفضل استخدام الجانب العلمي إذ ارتبطت بالعلوم الرياضية الأخرى التي ساهمت في رفع الأنجاز الرياضي بشكل متسارع إذ أثبتت السنين القليلة الماضية تطور المستويات الرياضية في مختلف الألعاب ويرجع الفضل في ذلك الى التأهيل العلمي للمدربين وادخالهم الدورات التدريبية والعلمية لمواكبة التطور الحاصل في العلوم المختلفة والتي تساهم في خلق الرياضي المتطور ، ومن الألعاب الرياضية التي لاقت تقدماً واضحاً لعبة الكرة الطائرة حيث يعد الاتحاد الدولي للعبة من الأتحادات النشطة في مجال التنظيم واستقطاب الجماهير وزيادة فاعلية اللعبة من خلال استخدام الجوانب العلمية سواء العملية منها أو النظرية .

ولاشك أنه أية عملية تطوير تعتمد على كل من المدرب واللاعب وطريقة التدريب وتشكيل الحمل التدريبي لذا نرى ان للمدرب دور أساسي في خلق الأنجاز الرياضي وهو أحد الدعائم الأساسية لعملية التطوير ، لذا يجب تأهيله وتطويره وتسليحه بالمعلومات والمعارف والخبرات ليستطيع خلق فريق متمكن . ولما كانت المعرفة جزء من حياة الإنسان يستخدمها أنى شاء لمواجهة المشكلات وايجاد الحلول لها . فهي الى جانب ذلك جزءاً بل عنصراً أساسياً لايمكن الاستغناء عنه في برامج الأعداد الرياضي اذ يعرف بأنها (( تلك العمليات التي تقوم باختزان المعلومات ، أي ملكة التذكر وتجهزها ملكة الفكر- حيث تمتد من الاستدعاء البسيط لجزئية من المعلومات الى العمليات الابداعية التي تحتاج الى تركيب الافكار والربط بينها ))<sup>(1)</sup> ويذكر علاوي أنه كلما إزداد إتقان المعارف النظرية وطرق تطبيقها وكذلك المعلومات الأساسية للمربي الرياضي كلما كان أقدر على تطوير وتنمية المستوى الرياضي و عليه أن لا يكتفي بما وصل اليه من مستوى وتأهيل بل يستزيد ويطلع على المعلومات والمعارف المختلفة التي تخلق منه مدرباً ناجحاً<sup>(2)</sup> .

لذا فالمدرب يلعب دوراً أساسياً في العملية التربوية والتدريبية و عليه تعميم علاقات ايجابية من اللاعبين فهو المسؤول عن اعداد اللاعب بدنياً وفنياً وهو المعلم الذي يكتشف المواهب ويقوم بالتوجيه وتقديم الإرشاد ورفع المستوى الرياضي<sup>(3)</sup> كما يعد اللاعب المادة الخام التي يجب على المدرب صياغتها وصنعها لنخلق العاليه الأنجاز الرياضي بعد تدريبه عده سنوات للوصول الى المستويات العالية ، وقد ذكر محمد حسن علاوي أن من واجبات المدرب تخطيط التدريب واداء العملية التدريبية وتقويم النجاح في هذه العملية مع إمكانية رعاية اللاعب وتوجيه الارشاد والنصح له<sup>(4)</sup> .

أن الاهتمام بالجوانب المعرفية يجعلنا نقف أمام المشكلات الحركية التي تحتاج الى حلول صحيحة لتحسين الأنجاز لذلك فنحن بحاجة الى معرفة جديدة وعلمية عن الأداء الأفضل فاللاعب يحتاج المعلومات والمعارف اللازمة للتدريب و عليه يجب أن يعرف الشكل العام للحركة والمسارات الحركية لاجزاء الجسم المشتركة في الأداء وضبط التوافق مع معرفة بالقوانين الميكانيكية ومحاولة الاستفادة منها ومعرفة الدقة في التصرف الحركي ويتم ذلك من خلال

الوسائل السمعية والبصرية والحسية ، لذا فمسئولية المدرب كبيرة لفهم ما سبق ذكره وايصاله الى اللاعب بعد تكيفه مع كل الظروف الخاصة بالمباراة ويذكر سليمان علي حسن أن للمدرب خواص مهمة تتعلق بالجانب العلمي والتربوي وتتطلب منه معرفة علمية للأداء الحركي ومعرفة جيدة للأسس البايوميكانيكية من الأداء المهاري لتوجيه الأداء المهاري واتقانه (5) .

كما أكدت الكثير من البحوث والدراسات فضلاً عن الاتجاهات العالمية في بناء والتفوق الرياضي . أهمية الجانب المعرفي في تحقيق الأنجاز والتفوق في الألعاب . مما يبرز الحاجة الى تحليل أكثر عمقاً لتحديد ما يحتاجه الرياضي من مستوى معرفي يساعد في التوجيه الحركي وضبط التحكم بالمستوى الحركي .

وتكمن مشكلة البحث بتذبذب مستويات فرق المقدمه ومن الأسباب المهمة في ذلك هو المستوى المعرفي والمعلوماتي للمدربين لذا ارتأى الباحثان دراسة هذه المشكلة وقياس الجانب المعرفي بواسطة استمارة معدة لهذا الغرض وتقديم الحلول الناجحة التي تساهم في تطوير المستوى الرياضي للعبة .

## 1-2- هدف البحث

قياس الجانب المعرفي لمدربي أندية الدرجة الممتازة بالكرة الطائرة بجمهورية العراق للموسم 2003 – 2004 .

## 2- منهج البحث واجراءاته الميدانية :

### 1-2-1- منهج البحث

أستخدام الباحثان المنهج الوصفي بأسلوب المسح وذلك لملائمة طبيعة مشكلة البحث .

### 2-2- عينة البحث .

تكونت عينة البحث من عشرة مدربين للكرة الطائرة وممن تم اعتمادهم في اتحاد اللعبة يمثلون عشرة أندية من الدوري الممتاز للعام 2003-2004 وهي (( الكرخ – السلام – الصناعة – القوة الجوية – الرمادي – هيت – الرميثة – الكوفة – الدغارة والهاشمية )) مع استبعاد نادي بروسك لتعذر الوصول اليه .

## 2-3- إجراءات البحث .

تم استخدام استمارة مخصصة لقياس الجانب المعرفي لمدربي الكرة الطائرة \* وقد طبق هذا الاختبار في جمهورية مصر العربية ويصلح للمنطقة العربية إذ أعد هذا الاختبار في دراسة المدربين الدولية تحت اشراف الاتحاد المصري للعبة ، ويتضمن هذا الاختبار خمسون سؤالاً لمختلف النواحي النظرية المتعلقة بالعبة واشتمل على نواحي المعرفة المختلفة التاريخية والتكنيك الرياضي والتاكتيك والقانون الدولي والمعلومات العامة ومعلومات تتعلق بعلم التدريب الرياضي والنواحي المتعلقة بالاختبارات وقياس المستوى والاستكشاف

\* محمد صبحي حسنين حمدي عبد المنعم ، الأسس العلمية للكرة الطائرة وطرق القياس ، دار روز اليوسف القاهرة 1997 .

وهي مقسمة كما يأتي :

أرقام الفقرات	طبيعة المعلومات
4,3,2,1	المعلومات التاريخية
33,26,20,19,13	الأداء الفني التكنيك
49,41,39,25,24,22,21,18,17,16	الخطط (( التاكتيك ))
43,40,37,36,35,30,28,11,10	التدريب الرياضي
47,45,42,34,29	الاختبارات
44,38,32,27,5	قانون اللعبة
50,48,46,31,23,15,14,12,9,8,7,6	معلومات عامه تتعلق بالعبة

أذ ان لكل سؤال جواب صحيح بأستثناء سؤالين هما ( ( 23 ، 26 ) لكل منهما جوابين صحيحين يحملان نفس العلامة .  
تم توزيع الأستمارة على المدربين بمقابلة الباحثين لهما واعطاء فترة ساعة أو اكثر لكل منهما لغرض قراءة الفقرات والأجابة عليها وكذلك الرد على بعض الأستفسارات التي لاتؤثر على موضوعية النتائج .

الوسائل الأحصائية

الجزء

$$\text{النسبة المئوية} = \frac{\text{الجزء}}{\text{الكل}} \times 100$$

### 3- عرض وتحليل ومناقشة النتائج .

بعد ورود الأجابات من قبل المدربين تم تحليلها ووضعها في جداول تتناسب ونوعية السؤال وكما يأتي :

#### 3-1- عرض وتحليل ومناقشة المعلومات التاريخية

جدول ( 1 )

إجابات أفراد العينة على المعلومات التاريخية

رقم السؤال	عدد الأجابات الصحيحة	النسبة المئوية
1	6	60%
2	1	10%
3	4	40%
4	7	70%

يتضح من الجدول (1) إن إجابات أفراد العينة الصحيحة تراوحت ما بين 10 – 70 % . وهناك تفاوت في الأجابة مما يستدعي الوقوف عند هذا الجانب لأن المعلومات التاريخية تعبر عن إهتمام المدرب الرياضي بالعبة وأطلاع على المستجدات العلمية ، اذ ان أهمية الجانب التاريخي قد أشرت في بعض المصادر العلمية التي أهتمت بدراسة تاريخ التربية الرياضية اذ أن من المهم والمفيد أن يفهم المدرب الجوانب التاريخية ليستطيع أن ينهض باعداد الفريق<sup>(6)</sup> وعلى الرغم من أن التاريخ منصب على دراسة الماضي ولكن لايمكن فصله عن الحاضر والمستقبل لأن الحياة في سيرها وحده متكاملة .

### 3-2- عرض وتحليل ومناقشة معلومات الأداء الفني

#### جدول (2)

إجابات أفراد العينة على المعلومات المتعلقة بالأداء الفني

النسبة المئوية	عدد الاجابات الصحيحة	رقم السؤال
70 %	7	13
50 %	5	19
90 %	9	20
70 %	7	26
10 %	1	33

تراوحت الأجابات في هذا الجانب بين 10 – 90 % وهي نسب متفاوتة أيضاً إذ أن الأداء الفني الرياضي يعد عنصراً مهماً في بناء العملية التدريبية فهو أحد عناصر تحديد المستوى الرياضي ويشكل أساساً مهماً في بناء الفرد الرياضي في مختلف الألعاب الرياضية ومن خلاله يمكن الوصول بالفرد لمستوى متميز في الأداء ومستوى جيد أيضاً في الجوانب المتعلقة به كالجانب الخططي لذا يجب على المدرب ان يكون ملماً الماماً واسعاً بطريقة التعلم وتفرعاتها المختلفة وطرائق الأداء المهاري والتغذية المرتدة لا يصال المعلومات بنجاح الى اللاعب ليتمكن من اداء دوره وتحقيق الانجاز الافضل اذ ان الذي يحدد مدى اكتساب اللاعب لهذه المعارف والمعلومات هي قدرته على الاداء العملي الذي يسهم في ربط التصورات السمعية والبصرية التي اكتسبها بالتصورات الحركية اذ ان الاداء العملي هو الا تطبيق للمعارف والمعلومات المكتسبة<sup>(8)</sup> وقد أكد ( siclovan ) أنه مهما بلغ مستوى التطور في المهارة او الأعداد البدني فإنه يبقى في حالات كثيرة عاضراً عن استيعاب الكثير من الحالات وتحليلها وخاصة في المباريات المهمة ان لم يقترن بمستوى جيد من المعلومات في ايجاد حلول مناسبة لمعالجة حالات اللعب ((<sup>(9)</sup> هذا ما يسهم في خلق حالة من الترابط بين الادراك المعرفي وبين القدرة على التطبيق العملي . فالناحية المعرفية هي إحدى الشروط الاساسية لتنفيذ أية مهارة حركية وبدونها تغيب إحدى المقومات الرئيسية للعلم .

### 3-3- عرض وتحليل ومناقشة المعلومات الخطئية (( التاكتيك )) .

#### جدول (3)

إجابات أفراد العينة على المعلومات الخطئية

النسبة المئوية	عدد الاجابات الصحيحة	رقم السؤال
100 %	10	16
100 %	10	17
100 %	10	18
00 %	صفر	21
100 %	10	22
00 %	صفر	24
00 %	صفر	25
100 %	10	39
00 %	صفر	41
60 %	6	49

يظهر من الجدول إن إجابات افراد العينة تراوحت ما بين 00 – 100 % اذ وجد ان خمسة أسئلة إجابتها دقيقة جداً في حين أنه هناك خمسة أسئلة أخرى كانت ضعيفة جداً بل معدومة – ويعزو الباحثان ذلك الى أن هناك تشابه كبير جداً في الأجابة على ما هو متعارف بين المدربين والذي يفضل بينهم بالمشاهدة للفرق الاخرى والاعتماد على ما عند المدرب منه معارف لايزيد عليها شيء لأنه الخمس أسئلة الأخرى كانه تحصيل أفراد العينة قد بلغ صفراً ... ان هذا التفاوت في الأجابات يعطي إنطباعاً على إهمال كبير في هذا الجانب المهم في العملية التدريبية والتربويه . اذ يعد الجانب الخططي مفتاح الفوز في المباريات وهو عنصر فعال في واجبات التدريب . ويطمح المدربون الأمام بهذا الجانب من خلال زيادة معارفهم ومعلوماتهم لغرض تطوير مستوياتهم الذاتية وايصال المعلومات الى لاعبيهم لغرض انجاز الفعاليات الخططية سواء الدفاعية أم الهجومية الفردية منها أم الجماعية اذ أنه التاكتيك هو كل الإجراءات الفردية منها أم الجماعية اذ انه التاكتيك هو كل الإجراءات الفردية والجماعية للاستثمار المجدي للامكانيات الجسمية والحركية والفعلية والعقلية والنفسية خلال اللعب من أجل التغلب على الخصم وبنفس الوقت منع الخصم من تحقيق خطته<sup>(9)</sup> إذ تقترب صحة القرارات بالمعلومات المتوفرة لدى اللاعب . فكلما كانت معارفه متطورة ومعدة اعداد جيداً أصبح إيجاد الحلول الفكرية سهلاً وبأسرع وقت ممكن ، لذا فعلى المدرب أو المدرس أن يكسب التعلم أو الرياضي المتعلم المعرفي باستخدام وسائل العرض المختلفة وتطبيق ذلك عملياً من خلال وضعه في مواقف تجعله يفكر في اختيار الحل الحركي المناسب<sup>(10)</sup> لذا فان أي خطأ يصدر عن أي لاعب نتيجة ضعف القدرة على التفاعل في نقل المعلومات الى حيز التطبيق بشكلها الصحيح سيعطي نتائج سلبية وهنا تكمن أهمية الربط التلقائي أثناء التدريب بين القدرة البدنية والقدرة الفعلية . هذا الربط الذي يجب أن يكون واضحاً عند المدرب لوضع الأسلوب الأنسب في الأداء الخططي .

### 3-4- عرض وتحليل ومناقشة معلومات التدريب الرياضي

#### جدول (4)

إجابات العينة على معلومات التدريب الرياضي

رقم السؤال	عدد الأجابات الصحيحة	النتيجة المئوية
10	3	30 %
11	2	20 %
28	4	40 %
30	5	50 %
35	صفر	00 %
36	1	10 %
37	3	30 %
40	2	20 %
43	4	40 %

يتضح من الجدول (4) أن الأجابات تراوحت بين 00 – 50 % وهي نسب ضعيفة بل متدنية قياساً بمستوى المسؤولية الملقاة على عاتق المدربين ويعزز الباحث هذا الى ضعف المعلومات المعرفية حول قواعد وأصول التدريب الرياضي مما شكل حالة سلبية تؤدي لخلق مستوى رياضي متدني اذ أن التاهيل العلمي مهم جداً للمدربين خصوصاً فيما يتعلق بعلم التدريب من حيث التخطيط واخرجه وطريقة التأثير ورفع المستوى ومستوى الحمل التدريبي ضمن القدرات

التدريبية المختلفة على مدار السنة ويذكر عقيل الكاتب أنه على المدرب أن يستخدم المعرفة العلمية في التدريب وبدون ذلك لا يتحقق أي مستوى وأي تقدم للفريق<sup>(11)</sup> ويذكر محمد حسن علاوي أن من واجبات المدرب الرياضي عملية تخطيط التدريب إذ يتميز المدرب الرياضي بالتأهيل التخصصي العالي فكلما زاد إتقان المعارف النظرية وطرق تطبيقها كان أقدر على تخطيط عملية التدريب بصورة علمية تسهم بدرجة كبيرة في تطوير وتنمية المستوى الرياضي للاعبين الى اقصى درجة وتتطلب عملية التخطيط الأمام التام بالاسس النظرية والعملية لعلم التدريب الرياضي فضلاً عن العديد من المعارف العلمية الأساسية في عدد من العلوم الطبيعية والأساسية والانسانية<sup>(12)</sup>

### 3-5- عرض وتحليل ومناقشة المعلومات المتعلقة بالاختبارات

جدول ( 5 )

إجابات أفراد العينة على المعلومات المتعلقة بالاختبارات

رقم السؤال	عدد الاجابات الصحيحة	النسبة المئوية
29	3	30 %
34	2	20 %
42	صفر	00 %
45	1	10 %
47	2	20 %

يتضح من الجدول (5) إجابات عينة البحث إذ تراوحت بين صفر – 30 % وهي نسبة غير جيدة بل ضعيفة جداً في هذا الجانب الحيوي والمهم والذي يتعلق بتقويم المستوى للاعب من الأوجه المختلفة والمتعلقة بالعملية التدريبية فعندما يكون المدرب غير ملم بجانب التقويم والقياس فإنه من غير الممكن أن يكون قادراً على المستوى العام للرياضي ومن ثم فهو غير قادر على الانتقاء الصحيح لتشكيل الفريق فضلاً عن المتابعة الدقيقة لمستوى الفرق والوقوف على نقاط القوة مع العمل على تعزيزها وكذلك نقاط الضعف من أجل تجاوزها إذ ان أهمية الاختيار والقياس المعرفي لا تقف عند تحديد نقاط الضعف والقوة فقط بل تعمل على زيادة واقعية الرياضي بالمزيد من المتابعة لتنمية المعلومات المتعلقة بمجال إختصاصه فضلاً عن (( وضع مستويات معيارية لمتابعة مراحل التدريب الرياضي سواء للمبتدئين أو المتقدمين ))<sup>(13)</sup> وعليه فالأختيار والقياس يعد عاملاً مهماً في تحديد مستوى اللاعب الى جانب معرفة مدى ملائمة المناهج التدريبية المعدة له وفقاً لامكانياته وقدراته مما يساعد المدرب على كيفية التقدم بالعملية التدريبية فضلاً عن أنه يعد مرتكزاً مهماً في عمليات إختيار الموهوبين والمبدعين عند التطبيق .

### 3-6- عرض وتحليل ومناقشة معلومات قانون اللعبة

جدول (6)

إجابات أفراد العينة على معلومات قانون اللعبة

النسبة المئوية	عدد الاجابات الصحيحة	رقم السؤال
70 %	7	5
100 %	10	27
90 %	9	32
60 %	6	38
70 %	7	44

يظهر من الجدول (6) أن الاجابات تراوحت بين 60 – 100 % وهذا يعني أن هناك ضعفاً في بعض الفقرات القانونية وعلى الرغم من ان هذه النسبة تكاد تكون عالية إلا أنها ضعيفة بمستوى الاداء الحقيقي للاعب أو المدرب ، ويعزو الباحثان هذه النسبة الى ان هناك نوعاً من التعلم من خلال المباريات التي تخوضها الفرق وتكرار هذه المباريات إلا أنها لا تزال دون المستوى المطلوب ، فقانون اللعبة يجب أن يعرف من قبل اللاعب والمدرب وان تجري عليه مناقشات وحوار لاستثمار الحالات القانونية مما يؤدي الى اقبال المعلومات المعرفيه المتعلقة بقانون اللعبة وبدا تقل أخطاء الفريق أثناء اللعب لذا فان تأهيل المدربين في هذه المعلومات يساهم في تطوير مستوى الانجاز المهاري والخططي النهائي للفريق لان مستوى الانجاز أي انجاز – اذا لم يوافق قواعد تلك اللعبة يكون قاصراً وغير مكتمل .

### 3-7- عرض وتحليل ومناقشة المعلومات العامة بالعبه

جدول (7)

إجابات افراد العينة حول المعلومات المتعلقة بالعبه

النسبة المئوية	عدد الاجابات الصحيحة	رقم السؤال
40 %	4	6
20 %	2	7
00 %	صفر	8
20 %	2	9
20 %	2	12
00 %	صفر	14
100 %	10	15
30 %	3	23
30 %	3	31
10 %	1	46
20 %	2	48
10 %	1	50

يبين الجدول (7) إن اجابات أفراد العينة تراوحت بين صفر – 100 % وقد تكرر الصفر مرتين وكذلك بقية الأجابات التي لا تتجاوز 40 % باستثناء إجابة واحدة كانت 100 % فقط وان هذا التباين الكبير في مستوى إجابات العينة ويعزوه الباحثان الى عدم إهتمام أكثر المدربين بالثقافة الرياضية والتي تعد رافداً مهماً من روافد المعرفة العلمية إذ أن أعداد الرياضي لا يقف عند حدود اكسابه اللياقة البدنية والمستوى المهاري والخططي والنفسي الجيد – بل يجب أن يتعدى ذلك الى حصوله على معلومات ومعارف تسهم سرعة بعلمه واستيعابه للواجبات الملقاة على عاتقه وهذه المعارف التي تساعد على تحليل المواقف المختلفة وانتقاء أنسب الحلول للتعامل مع متغيرات الأداء . إذ أن تزويد اللاعب بالمعارف التي يعمل على دمجها ما تعلمه سابقاً يؤدي الى الوصول الى التفكير الأبداعي الذي ينعكس أثناء الأداء . لذا فالمعرفة هي القدرة العقلية للرياضي التي يتعامل بها مع الحالات المختلفة وفق ما يمتلكه اللاعب من تراكمات ذهنية من خلال التجربة والممارسة .

وفي ضوء كل ماتقدم فان النجاح الحقيقي للرياضي سواء اللاعب أو المدرب كما يراه أكثر العلماء . هو التأكيد على الجمع بين الممارسة العملية والنظرية أي ممارسة النشاط والمعرفة وأن تقدم الرياضي بالعمر قد يبعه عن الممارسة الميدانية ولكن لا يبعه عن المعرفة أي أنه يستطيع الاحتفاظ بالمعلومات والمعارف مدة أطول من الاحتفاظ بالمستوى البدني أو المهاري وفي ذات الوقت فهو قادر على تطوير معلوماته بالحديث من العلوم الرياضية والمعارف المهمة التي تطراً على اللعبة التي يمارسها من النواحي كافة البدنية والمهارية والخططية فضلاً عن فهم الجوانب الأرادية والتربوية ليكون قادراً على التأثير في الآخرين من خلال قيادته لهم (14)

#### 4- الاستنتاجات والتوصيات

##### 4-1- الاستنتاجات

بعد مناقشة النتائج توصل الباحثان الى الاستنتاجات الآتية :-

- 1- هناك ضعف واضح في المستوى المعرفي لدى مدربي أندية الدرجة الممتازة في العراق تمثل بما يأتي :
  - ضعف المعلومات المتعلقة بالمعلومات التاريخية للعبة الكرة الطائرة .
  - ضعف كبير في المعلومات الخاصة بقواعد التدريب الرياضي .
  - ضعف كبير جداً في المعلومات الخاصة بالأختبارات والقياس .
  - ضعف واضح في المعلومات العامة المتعلقة باللعبة .
- 2- هناك مستوى معرفي مقبول في المحاور الآتية :-
  - مستوى متوسط في المعلومات الخاصة بالاداء الفني ( التكنيك ) .
  - مستوى جيد في المعلومات الخاصة بالجانب الخططي .
  - مستوى جيد في المعلومات المتعلقة بالقواعد الخاصة باللعبة .

##### 4-2- التوصيات .

- 1- ضرورة تأهيل المدربين من قبل الأتحاد المركزي – للعبة من خلال فتح الدورات التطويرية وللدرجات كافة .
- 2- اجراء إختبارات معرفية دورية على المدربين بين أونة واخرى .
- 3- اشراك المدربين بدورات تدريبية لتطوير المدرب من النواحي كافة اسوة بأختبارات كوبر لحكام كرة القدم .

### الهوامش

- (1) اليلي السيد فرحان ؛ القياس المعرفي الرياضي . ط1 – مركز الكتاب للنشر – (2001) ص31 .
- (2) محمد صبحي حسنين وحمدي عبد المنعم ؛ الأسس العلمية للكرة الطائرة وطرق القياس : ( القاهرة 1988 ) ص255 .
- (3) معيوف ذنون ؛ علم النفس الرياضي ( جامعة الموصل / مطبعة الجامعة 1987 ) ص107 .
- (4) معيوف ذنون ؛ المصدر السابق نفسه ص107 .
- (5) سليمان علي حسن ؛ المدخل الى علم التدريب الرياضي ( الموصل . مطابع الموصل 1983 ) ص129 .
- (6) منذر هاشم الخطيب ؛ تأريخ التربية البدنية ( بغداد – مطابع جامعة بغداد 1984 ) ص8 .
- (7) عادل عبد اليصير ؛ التدريب الرياضي والتكامل بين النظرية والتطبيق ط1 : ( القاهرة – مركز الكتاب للنشر 1999 )
- (8) زهير الخشاب وآخرين ؛ كرة القدم ط2 : ( الموصل . مطابع جامعة الموصل 1999 ) ص222 .
- (9) عبد الوهاب غازي ؛ أثر المنهج التدريبي المقترح في تطوير المعرفة الخطئية ( إطروحة دكتوراه – كلية التربية الرياضية – جامعة بغداد 1998 ) ص8
- (10) عقيل الكاتب ؛ الكرة الطائرة – الخطط التدريب – اللياقة البدنية : ( بغداد بمطابع جامعة بغداد 1988 ) ص11 .
- (11) محمد حسين علاوي؛ باسكيولوجية التدريب والمسافات ؛ ط1 : ( اقاهرة 1987 ) ص77 .
- (12) قاسم حسن حسين وفتحي المهشيش ؛ الموهوب الرياضي . سماته وخصائصه في مجال التدريب الرياضي ط1 : ( عمان – دار الفكر للطباعة والنشر 1999 ) ص301 .
- (13) حمدي عبد المنعم ؛ مهارات الكرة الطائرة : ( القاهرة 1984 ) ص255 .
- (14) Siclovan : Conculul mational De – edicatia Fizicasl sporti : ( Bucuresti – Romania Eaitera 2001 ) P.115

### المصادر

- 1- حمدي عبد المنعم ؛ مهارات الكرة الطائرة : ( القاهرة – دار الفكر العربي ، 1984 ) .
- 2- زهير الخشاب وآخرون ؛ كرة القدم : ( الموصل ، مطابع جامعة الموصل ، 1999 ) .
- 3- سليمان علي حسن ؛ المدخل الى علم التدريب الرياضي : ( الموصل . مطابع جامعة الموصل 1983 ) .
- 4- عادل عبد البصير ؛ التدريب الرياضي والتكامل بين النظرية والتطبيق . ط1 : ( القاهرة ، مركز الكتاب للنشر 1999 ) .
- 5- عبد الوهاب غازي : أثر المنهج التدريبي المقترح في تطوير المعرفة الخططية : ( أطروحة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية – جامعة بغداد – 1998 ) .
- 6- عقيل عبدالله الكاتب ؛ الكرة الطائرة ، الخطط التدريب – اللياقة البدنية : ( جامعة بغداد ، مطابع الجامعة 1988 )
- 7- قاسم حسن حسين وفتحي المهشيش ؛ الموهوب الرياضي سماته وخصائصه في مجال التدريب الرياضي . ط1 : ( عمان – دار الفكر للطباعة والنشر 1999 ) .
- 8- ليلى السيد فرحان ؛ القياس المعرفي الرياضي ، ط1 : ( القاهرة – مركز الكتاب للنشر 2001 ) .
- 9- محمد حسين علاوي ؛ سيكولوجية التدريب والمنافسات ، ط1 : ( القاهرة – دار الفكر العربي ، 1987 ) .
- 10- محمد صبحي جستين وحمد عبد المنعم ؛ الأسس العلمية للكرة الطائرة وطرق القياس : ( القاهرة ، مطابع روز اليوسف ، 1988 )
- 11- معيوف ذنوب ؛ علم النفس الرياضي : ( جامعة الموصل ، مطابع جامعة الموصل ، 1987 ) .
- 12- منذر هاشم الخطيب ؛ تاريخ التربية البدنية ، ( بغداد – مطابع جامعة بغداد – 1984 ) .

**13-Siclovan : Conculul mational De – edicatia Fizicasl sporti : ( Bucuresti – Romania Eaitera 2001 ) P.115**

## قياس الجانب العرفي لمُدربي الكرة الطائرة

### التعليمات

- 1- اقرأ بعناية كل سؤال .
- 2- اقرأ بعناية كل الاجابات .
- 3- لكل سؤال اجابة واحد صحيحة فقط ضع علامة حول رقم هذه الاجابة .
- 4- اكثر من علامة على سؤال واحد يعرض السؤال للشطب .

### مضمون الاختبار:

- 1- ظهرت الكرة الطائرة :
  - ( أ ) في أمريكا 1886 سبرنج فيلد بواسطة هالستير .
  - ( ب ) فرنسا 1947 باريس بواسطة بول ليبو .
  - ( ج ) كندا 1900 فانكوفر عن طريق جمعيات الشباب المسيحية .
  - ( د ) أمريكا 1895 طوليوك بواسطة وليم مورجان .
- 2- تكون الاتحاد الأول لكرة الطائرة في :
  - ( أ ) 1936 في برلين .
  - ( ب ) 1947 في باريس .
  - ( ج ) 1896 في سبر نجفيلد .
  - ( د ) 1905 في طوكيو .
- 3- عدد الاتحادات الأهلية بالاتحاد الدولي :
  - ( أ ) أكثر من 160 اتحادا إقليميا .
  - ( ب ) أكثر من 90 اتحادا إقليميا .
  - ( ج ) أكثر من 125 اتحادا إقليميا .
  - ( د ) أكثر من 150 اتحادا إقليميا .
- 4- أي البلاد الآتية نظمت بطولة العالم بالكرة الطائرة للرجال عام 1986 :
  - ( أ ) تشيكو سلوفاكيا .
  - ( ب ) فرنسا .
  - ( ج ) بلجيكا .
  - ( د ) الصين .
- 5- يستطيع المدرب مخاطبة لاعبيه :
  - ( أ ) قبل وأثناء وبعد المباراة .
  - ( ب ) خلال الوقت المستقطع – خلال اللعب – وبعد المباراة .
  - ( ج ) خلال الوقت المستقطع – خلال التبديل – خلال الفترة بين الأشواط .
  - ( د ) خلال التبديل – أثناء الوقت المستقطع – بعد المباراة .
- 6- ما هو الوقت المناسب لتحليل المباراة :
  - ( أ ) من خلال رأي اللاعبين وبعض المدربين بعد المباراة مباشرة .
  - ( ب ) من خلال رأي المدرب ورئيس الفريق في اليوم التالي .
  - ( ج ) مناقشة اللاعبين وبعض الإداريين قبل المباراة بأسبوع .
  - ( د ) من خلال الملاحظة الموضوعية وغير الموضوعية بواسطة المدرب واللاعبين في اليوم التالي للمباراة .

7- ما الفرص التي من الممكن إعطائها للاعبين الأذكياء ولكن خبراتهم قليلة :

- ( أ ) في بداية المباراة .
- ( ب ) إذا كان فريقه حاصل على نقاط أكثر من الفريق الأخر بفارق نقطتين .
- ( ج ) إذا كان هناك لاعب آخر مستواه ضعيف ويرتكب أخطاء كثيرة .
- ( د ) في نهاية الجزء الأخير من الشوط الحاسم والذي يتقرر عليه نتيجة المباراة .

8- إذا شعر المدرب ان الحكم كان ضعيفا أو متحيزا يفعل الآتي :

- ( أ ) يبدي استياءه ويظهر عدم الموافقة على ذلك ( بيديه ) .
- ( ب ) يشجع لاعبيه على اللعب المتميز بالخطورة .
- ( ج ) يشجع لاعبيه على عدم الاعتراض واللعب ببرود .
- ( د ) يسأل الحكم بطريقة غير عنيفة أثناء الوقت المستقطع .

9- لا يجب على المدرب عمل الآتي :

- ( أ ) تجهيز الفريق قبل المباراة .
- ( ب ) أعمال العلاقات العامة والأعمال الإدارية .
- ( ج ) إدارة الفريق أثناء المباراة .
- ( د ) تحليل المباراة وتقويمها .

10- عند استخدام طريقة التدريب الفترى لتنمية التحمل في الكرة الطائرة لابد للمدرب مراعاة:

- ( أ ) طول فترة العمل .
- تنظيم ونجاح المجموعة التمرينات الموضوعية خلال الزمن والمكان .
- صفة النشاط للاعبين أثناء التدريب الفترى .
- طول فترة الراحة .
- صفة النشاط في خلال وقت الراحة .
- ( ب ) صفة النشاط خلال التدريب الفترى .
- صفة النشاط خلال وقت الراحة .
- طول فترة الراحة .
- مكان أداء التمرينات .
- عدد المجموعات ( الأداء وفترات الراحة بينهما ) .
- ( ج ) طول فترة العمل :
- صفة النشاط خلال فترات الراحة .
- طول فترات الراحة .
- تنظيم ونجاح مجموعة التمرينات خلال الزمن والمكان .
- ( د ) شدة النشاط في فترة العمل .
- صفة النشاط في فترات الراحة .
- مكان اداء التمرينات .
- جرعات التمرينات خلال فترة العمل .
- عدد المجموعات ( الأداء وفترات الراحة بينهما ) .
- ( هـ ) طول فترة العمل :
- شدة النشاط في فترات العمل .
- طول فترات الراحة .
- صفة النشاط في فترات الراحة .
- عدد المجموعات ( الأداء وفترات الراحة بينهما ) .

11- ماذا يطلق إلى التدريب الذي هدفه تطوير القدرة اللاهوائية من خلال الأداء لفترة من

10 - 15 ثانية ثم راحة كاملة .

- ( أ ) التدريب المستمر .
- ( ب ) التدريب التكراري .
- ( ج ) التدريب الفترى المنخفض الشدة .
- ( د ) التدريب الفترى المرتفع الشدة .

- 12- تقاس سرعة الكرة في الضرب الساحق السريع للرجل كالاتي :
- ( أ ) 15 – 20 متر / الثانية .
  - ( ب ) 20 – 25 متر / ثانية .
  - ( ج ) 25 – 30 متر / الثانية .
  - ( د ) 30 – 35 متر / الثانية .

- 13- واحد من الاختيارات التالية تصنف كمهارة هجومية ودفاعية :

( أ ) الإرسال .

( ب ) حائط الصد .

( ج ) الإعداد .

( د ) الضرب الساحق .

- 14- سرعة رد الفعل غير مطلوبة عند تنفيذ إحدى المهارات التالية .

( أ ) الإرسال .

( ب ) الضرب الساحق .

( ج ) استقبال الإرسال .

( د ) الإعداد .

- 15- لاعبو الكرة الطائرة ذوو المستوى العالي في العالم لا بد أن يكونوا قد لعبوا مع فريقهم:

( أ ) 80 مباراة .

( ب ) 100 مباراة .

( ج ) 150 مباراة .

( د ) 250 مباراة .

- 16- مع الاخذ في الاعتبار سرعة الضرب الساحق وزمن رد الفعل للاعبي الكرة الطائرة فانه من المهم للاعبين أن يقوموا بالدفاع ضد الضربات الساحقة بواسطة تغيير ومراكزهم حينئذ ما أكثر النقاط أهمية لأداء دفاع ناجح

( أ ) سرعة رد الفعل عالية والدفاع بالطيران .

( ب ) توقع حركة الكرة ثم أداء الدفاع مع استجابة سريعة .

( ج ) الدفاع بدون استجابة سريعة وبدون توتر قبل ضرب الكرة .

( د ) الدرجة بسرعة للدفاع عن الكرة مع مراعاة الوضع الصحيح للجسم .

- 17- النجاح السريع بالتركيبات يعتمد على :

( أ ) أداء جيد من الحكم .

( ب ) عدد اللاعبين المكونين لحائط الصد .

( ج ) ارتفاع الشبكة .

( د ) علامة جيدة والتعاون بين المعد وبقية الضاربيين .

- 18- تتميز طريقة الفرق ذات المستوى العالي بعد اللاعبين الضاربيين والمعدين ذكر الطريقة المناسبة للمستويات العالية .

( أ ) 2 ضاربيين – 4 معدين .

( ب ) 4 ضاربيين – 2 معدين .

( ج ) 3 ضاربيين – 3 معدين .

( د ) 5 ضاربيين – 1 معد .

- 19- حدد أكثر الأخطاء عند أداء مهارة التمير من أسفل باليدين :

( أ ) عدم مد الذراعين .

( ب ) تمرير الكرة بالرسغين .

( ج ) تمرير الكرة بالجانب .

( د ) تمرير الكرة من أسفل بدلا من لعبها بالأصابع .

- 20- الإرسال الأكثر شيوعا في هذه الفترة :
- ( أ ) الإرسال المتموج .
  - ( ب ) الإرسال الساحق .
  - ( ج ) الإرسال التنس .
  - ( د ) الإرسال المواجه الأمامي من الأسفل .

21- الوضع الامثل للمعد يكون في :

- ( أ ) بين مركزي 3 - 4 .
- ( ب ) في مركز 4 .
- ( ج ) في مركز 2 .
- ( د ) بين مركز 2 - 3 .

22- تشكيلات الهجوم بالنسبة للرجال تعتمد على :

- ( أ ) 2 مهاجمين فقط .
- ( ب ) هجوم سريع بالتركيبيات بتعاون ( 2 ) ضاربيين ومعد باستخدام طرق الهجوم المختلفة .
- ( ج ) هجوم سريع قريب من الشبكة .
- ( د ) حركات تقاطع المعد مع الضارب .

23- خطة المباراة يجب أن تناقش مع اللاعبين :

- ( أ ) قبل المباراة مباشرة .
- ( ب ) قبل المباراة بعدة أسابيع .
- ( ج ) قبل المباراة بشهر على الأقل .
- ( د ) قبل المباراة بعدة ساعات .

24- الهجوم السريع بالتركيبيات يستخدم .

- ( أ ) الإدخال السرور على اللاعبين الضاربيين .
- ( ب ) لتحسين اللياقة البدنية للاعبين .
- ( ج ) لخلخلة حائط الصد للاعبين الفريق الآخر .
- ( د ) لخلخلة الدفاع للاعبين دفاع المنطقة الخلفية في الفريق الآخر .

25- ما السمات العامة التي يتصف بها سلوك اللاعب المعد في الفريق ذو المستوى العالي .

- ( أ ) القدرة على تحديد وتوقع مكان حائط الصد للمنافس من خلال استقراء حركة الأقدام ووضعها .
- ( ب ) ضبط سرعة وزاوية اقتراب المهاجم .
- ( ج ) جميع العناصر المشار إليها عاليا .
- ( د ) إرسال اللاعب المهاجم الذي يكون ذا فعالية .

26- أذكر الخطوتين الصحيحتين عند أداء حائط الصد وعند التحرك لليساار .

- ( أ ) خطوة جانبية بالرجل اليسرى .
- ( ب ) خطوة جانبية بالرجل اليمنى .
- ( ج ) خطوة تقاطع بالرجل اليسرى .
- ( د ) خطوة تقاطع بالرجل اليمنى .

27- ورقة الدوران تسلم كالاتي :

- ( أ ) من قبل المدرب إلى الحكم الأول عند بداية كل شوط .
- ( ب ) من قبل المدرب إلى مراقب الخط عند بداية كل شوط .
- ( ج ) من قبل مساعد المدرب إلى الحكم الثاني عند بداية كل شوط .
- ( د ) من قبل المدرب موقعه إلى الحكم الثاني والمسجل عند بداية كل شوط .

28- يقسم المفهوم شامل للعملية التدريبية في الكرة الطائرة إلى عوامل ضرورية اختر العوامل التي ترى إنها صحيحة :

- ( أ ) الإعداد البدني

- الإعداد المهاري  
الإعداد الخططي  
( ب ) الإعداد البدني  
الإعداد النفسي والمعرفي  
الأعداد الخططي والمهاري  
( ج ) الإعداد المهاري  
الإعداد الخططي  
الإعداد النفسي  
( د ) الإعداد البدني  
الإعداد الخططي والمهاري  
الأعداد المعرفي  
( هـ ) الإعداد الخططي والمهاري  
الإعداد النفسي  
الأعداد المعرفي

- 29- الطرق المستخدمة في ملاحظة المباريات الكرة الطائرة هي :  
( أ ) تقويم المهارات الأساسية – التحليل القصير – نظرية التعاون – التحليل المطور  
نظرية الاستكشاف  
( ب ) تقويم المهارات الأساسية – التحليل القصير – التحليل المطور – نظرية التدفق  
نظرية الاستكشاف .  
( ج ) تقويم المهارات الأساسية – التحليل المختصر – نظرية التدفق – التحليل السريع  
نظرية التعاون .

- 30- تقسيم الدورة التدريبية السنوية إلى أجزاء متعددة أما التقسيم الصحيح لهذه الدورة ؟  
( أ ) الفترة التحضيرية – فترة أساسية – فترة المناقشات .  
( ب ) فترة المناقشات – موسم – فترة الانتقالية .  
( ج ) فترة المنافسات – فترة انتقالية – فترة التوقف .  
( د ) فترة أساسية – فترة المنافسات – فترة التوقف .  
( هـ ) فترة إعداد – فترة المنافسات – فترة انتقالية .

- 31- في اللقاء الذي يعقب المباراة هناك بعض الموضوعات التي لا يجب مناقشتها :  
( أ ) سلوك الجماهير .  
( ب ) سلوك الفريق وسلوك كل لاعب .  
( ج ) الأسباب الرئيسية للنصر والهزيمة .  
( د ) كيف قاد المدرب الفريق .  
( هـ ) المستوى العام ومستوى كل لاعب على حدة .

- 32- للمدرب حق فيما يأتي .  
( أ ) إعطاء التعليمات خلال تبديل اللاعبين .  
( ب ) إعطاء المعلومات أثناء توقف الكرة .  
( ج ) إعطاء التعليمات خلال عملية التبديل للاعبين من قبل الفريق المنافس .  
( د ) إعطاء التعليمات أثناء الأوقات المستقطعة أو التوقف بين الأشواط دون الدخول إلى  
المعلب .

- 33- ما التوقيت الصحيح للاعب الصد ضد الهجوم السريع :  
( أ ) قبل عملية الضرب مباشرة .  
( ب ) في نفس لحظة الضرب .  
( ج ) بعد الضرب مباشرة .  
( د ) قبل الضرب بمدة طويلة .

- 34- الأساليب المستخدمة في عملية تقويم المهارات الأساسية كإحدى طرق ملاحظة المباريات هي :

- ( أ ) قيام مراقب واحد بعملية التحليل لكل فريق ويستخدم في ذلك جهاز تسجيل يقوم ثلاث أفراد بعملية التحليل لكل فريق ويستخدم في ذلك استمارات تسجيل ذات مواصفات معينة
- ( ب ) قيام ثلاث أفراد بعملية التحليل لكل فريق ويستخدم في ذلك استمارات تسجيل ذات مواصفات معينة .
- ( ج ) قيام اثنين من الإداريين بعملية التحليل لكل فريق بواسطة جهاز تسجيل .
- ( د ) يقوم مراقب بعملية التحليل لكل فريق مستخدماً في ذلك جهاز تسجيل يقوم اثنان من اللاعبين البدلاء بعملية التحليل لكل فريق بواسطة جهاز التسجيل .

35- ما الهدف من الإعداد البدني :

- ( أ ) تنمية عضلات اللاعب بصورة أساسية لكي يتحقق له التكوين البدني المقاس .
- ( ب ) تنمية عناصر الرشاقة لدى اللاعب ليحقق المتطلبات الضرورية للمباريات .
- ( ج ) تنمية القدرات الحركية لدى اللاعبين من ماحية العناصر الخاصة والعامة .
- ( د ) تنمية القدرة العضلية للاعب بما يضمن نجاحه في الأداء ويحقق له الحياة الصحية .
- ( هـ ) تحقيق التطور المتناسق والحظي بالنسبة لقدراته الحركية فيما يخص النواحي الخاصة والعامة للاعب .

36- يمكن تقسيم الوحدة التدريبية والتي مدتها ساعتان إلى خمس أجزاء ويكون تقسيمها إلى كالاتي .

ت	مقدمة	إحماء	جزء أساسي	ختام
أ	20ق	15-30 ق	60-80 ق	5-15 ق
ب	5 ق	5-15 ق	90-100ق	10-20 ق
ج	10 ق	10-30 ق	70-90 ق	5-10 ق
د	5 ق	15-30 ق	40-60 ق	40-50 ق
هـ	10 ق	5-10 ق	40-100 ق	20-30 ق

37- القوة المميزة بالسرعة هي اهم مكون في :

- ( أ ) القوة العضلية .
- ( ب ) قوة الرجلين .
- ( ج ) القوة الثابتة .
- ( د ) القوة المتحركة .
- ( هـ ) القوة المستهلكة .
- 38- إذا طلب المدرب تبديل لاعب ولم يكن مستعداً في منطقة التبديل يترقب عليه :

- ( أ ) الحكم لا يسمح بالتبديل .
- ( ب ) يحتسب وقتاً مستقطعاً ولا يسمح بالتبديل .
- ( ج ) لا يحتسب وقت مستقطع ويعطى تنبيهاً للمدرب .
- ( د ) يعطى وقتاً مستقطعاً ولا يسمح بتبديل اللاعب .

39- أفضل وقت لا يستخدم الهجوم السريع بالتركيبيات هو .

- ( أ ) بعد لعب الكرة بعيداً عن الصد .
- ( ب ) بعد مرور الكرة من المنافس للفريق
- ( ج ) بعد إرسال قوي من المنافس .
- ( د ) بعد إرسال الفريق المهاجم نفسه .

(هـ) بعد هجوم قوي من المنافس .

40- عند الارتفاع بالحمل نجد إن أهم مكون لا بد من زيادته هو.

- ( أ ) حجم التدريب .
- ( ب ) شدة التدريب .
- ( ج ) شدة وحجم التدريب .
- ( د ) نوعية التدريب .
- ( هـ ) التدريب بتمرينات مركبه .

41- أي المهارات الآتية لها طابع هجومي أقل :

- ( أ ) الضرب الساحق .
- ( ب ) حائط الصد .
- ( ج ) الإعداد .
- ( د ) الإرسال .
- ( هـ ) التغطية .

42- تستخدم طريقة التحليل المختصر لملاحظة وتحليل المهارات الآتية :

- ( أ ) الإرسال – الهجوم – الصد .
- ( ب ) الاستقبال – الهجوم – الصد .
- ( ج ) الإرسال – الاستقبال – الهجوم .
- ( د ) الهجوم – الصد – الدفاع عن الملعب .
- ( هـ ) الإرسال – الاستقبال – الإعداد .

43- للسرعة ثلاث مكونات هي :

- ( أ ) سرعة رد الفعل – سرعة الانتقال – سرعة الحركة .
- ( ب ) سرعة الانتقال – زمن حركة الجسم – سرعة الحركة .
- ( ج ) سرعة رد الفعل – سرعة الحركة – زمن حركة الجسم .
- ( د ) سرعة رد الفعل – سرعة الانتقال – زمن حركة الجسم .

44- الإنذار يكون :

- ( أ ) اللاعب لا يسجل في ورقة التسجيل ولا يخسر فريقه نقطة او يفقد نقطة الإرسال .
- ( ب ) اللاعب يسجل ويفقد الفريق الإرسال أو يخسر نقطة .
- ( ج ) للاعب في الشوط الأول يتبعه طرد إذا تكرر في الشوط الثاني .
- ( د ) للاعب يستعمل الحكم الكارت الأصفر والأحمر مع خساره نقطة أو الإرسال .

45- يقوم بتحليل المباراة :

- ( أ ) اللاعبين البدلاء – الإداريون – مساعد المدرب .
- ( ب ) اللاعبين البدلاء – الإداريون – مدير النادي .
- ( ج ) اللاعبين البدلاء – الإداريون – المشجعون .

46 سلطة المدرب تختصر في الاتي :

- ( أ ) النجاح الحالي للفريق واستمرار هذا النجاح .
- ( ب ) معلوماته وخبرته ونجاحه في عمله .
- ( ج ) قدرته على تنمية الدوافع الفردية للاعبين .
- ( د ) قدرته في تنظيم والأداء والعلاقات العامة .

47- تستخدم أوراق الرسم البياني في ملاحظة مباريات الكرة الطائرة .

- ( أ ) لتقويم المهارات الأساسية .

- ( ب ) للتعرف على الحالة النفسية للفريق .
- ( ج ) لتشجيع اللاعبين على الاستمرار في اللعب .
- ( د ) التوضيح الدقيق للإيقاع العام والخاص بالفريق خلال المباراة .
- ( هـ ) لقياس اللياقة البدنية للاعبين .

48- تستخدم أوراق الرسم البياني كالاتي :

- ( أ ) مسافة واحدة لأسفل = فقد إرسال .
- مسافتان إلى لأسفل = فقد نقطة .
- مسافة واحدة لأعلى = استحوذ كرة إرسال .
- مسافتان إلى لأعلى = كسب نقطة .
- ( ب ) مسافة واحدة لأسفل = استحوذ كرة إرسال .
- مسافتان لأعلى = فقد نقطة .
- مسافة واحدة لأعلى = كسب نقطة .
- مسافة واحدة لأعلى = فقد إرسال .

49- ما أنواع التكتيك المستخدم في المباريات :

- ( أ ) التاكتيك المتواءم مع اللياقة البدنية والفنية والقدرات النفسية للاعبين .
- ( ب ) التاكتيك الذي يؤدي إلى التكامل الفني .
- ( ج ) التاكتيك الذي يؤدي إلى تحسين القدرات البدنية .
- ( د ) التاكتيك الذي تؤدي أحسن فرق في العالم .

50- بطولات القارات تعد تهيلا إلى :

- ( أ ) كأس العالم - الألعاب الأولمبية - بطولة العالم .
- ( ب ) بطولة العالم .
- ( ج ) الألعاب الأولمبية .
- ( د ) بطولات إقليمية - كأس العالم .
- ( هـ ) الألعاب الأولمبية - بطولة العالم - بطولة القارات التي تليها .