

تأثير منهج تعليمي في تطوير التوافق الحركي وعلاقته بدقة أداء مهارتي الارسال
المواجه من الاعلى (التنس)والضرب الساحق المواجه العالي لدى ناشئي
الكرة الطائرة

أ.م.د محمد عبد الرضا كريم م.د أحمد حسن صابر
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
جامعة ميسان

ملخص البحث العربي:

تجلت أهميه البحث استخدام المنهج التعليمي بتطوير قدرة التوافق الحركي وعلاقتها بدقة اداء بالمهارات الاساسية للكرة الطائرة والمهارات الهجومية خاصة كالأرسال المواجه من الاعلى والضرب الساحق ، ولابد من الاشارة الى ان الاداء الفني المميز يحتاج الى التوافق الحركي وهي حالة اساسية ومهمة في تحسين وتطوير الانجاز ، لذلك على المدربين إعطاء اهمية كبيرة للتوافق الحركي .استخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين التجريبية والضابطة ، تكونت العينة من (10) لاعبا بأعمار (15 – 17) سنة واستغرق تطبيق المنهج لمدة (8) أسابيع وبواقع (3) وحدات في الأسبوع وكان زمن الوحدة (90) دقيقة . وأظهرت النتائج وجود وتطور واضح في اختبارات القدرات الحركية والاداء الفني والدقة لمهارة الارسال المواجه من الاعلى والضرب الساحق بالكرة الطائرة ولصالح المجموعة التجريبية .وأوصى الباحث بضرورة استخدام المنهج التعليمي المقترح لما له من تأثير ايجابي في تطوير متغيرات البحث .

tathirmunhajtaelimi fi tatwiralttawafuqalharakiwaealaqatihbidiqqat ' ada
'muharatialairsalalmuajih min al'aelaa (alttans)
walddarbalssahiqladaanashiiyalkurat alttayira

m . d 'ahmedhasansabir al kaaby a.m.d Mohammad Abdul Radhia Kareem

'ahammihalbahthaistikhdamalmunhajalttaelimibatwirqudratalttawafuqalharakiwaealaqati haalmuhimmatbialsaharatal'asasiatlikuratalttayiratwalmaharatalhujumiatkhasatankal'ar salalmuajih min al'aelaawalddarbalssahiq , walabid min al'iisharat 'iilaa 'annal'ada' alfannialmumiazyahtaj 'iilaaalttawafuqalharakiwahihalat 'asasiatwamuhimmat fi tahsinwatatwiral'iinjaz , Idhlkealaaalmudarribin 'iieta' 'ahammiatkabitatliittawafuqalharaki . aistakhdamalbahithalmanhajalttajribibitasmimalmajmueataynalttajribiatwalddabitat , takunutaleinat min (10) laeibaanbi'aemar (15-17) sanatan, waistaghaqatbiqalmanhijlimudd (8) 'asabiewabawaqie (3) wahadat fi al'usbuewakanzamanalwahda (90) daqiqatan . wa'azharatalnnatayijwujudwatatawwurwadih fi aikhtibaratlqudratalharakiatwal'ada' alfanniwalddqqatlimaharatalairrisalalmuajih min al'aelaawalddarbalssahiqbiakuratalttayiratwalisalihalmajmueeatalttajribia . wa'awsaaalbahithbdrwraistikhdamalmunhajalttaelimialmuqtarahlammalah min tathir 'iijabi fi tatwirmutaghayiratalbahth.

1.1 المقدمة واهمية البحث :

تعد لعبة الكرة الطائرة من الفعاليات التي تحتاج الى قدرات حركية والتي تؤثر على الاداء الفني المتميز للاعب والذي يحتم علينا البحث عن افضل الطرق والوسائل التي يمكن من خلالها تطوير امكانيات اللاعبين . أن التطور السريع الذي حققته لعبة الكرة الطائرة هذه الأيام على المستوى العالمي ، لذلك أصبحت لا تقل أهمية عن بقية الألعاب الرياضية الأخرى لأن تكوين لعبة الكرة الطائرة تجعل اللاعب بحاجة إلى حركات سريعة وتوافق حركي ينظم ادائها بشكل جيد ، وهذه القدرات الحركية هي المكون الأساس الذي يبنى عليه الاداء المهاري اللازمة للوصول بالرياضي إلى أفضل المستويات التي نطمح اليها ، أن تحقيق الإنجازات ذات المستوى العالي يتطلب توافر القدر المناسب والمستمر من الإعداد البدني والمهاري ، وهذا يعني أن التوافق الحركي يعد العمود الفقري والدعامة الأساسية لأداء هذه اللعبة بصورة جيدة وفي جميع المراحل العمرية والناشئين بصورة خاصة .

أن التوافق الحركي يعتبر شرطاً أساسياً مهماً لبعض الألعاب الرياضية لأن التجانس يؤدي إلى الانسيابية في أداء الحركة بشكل جيد وفضل ، لذلك على المدرب ان يعطي أهمية كبيرة لتطوير قدرة للتوافق الحركي لعلاقتها المهمة بالمهارات الأساسية للكرة الطائرة والمهارات الهجومية خاصة كالإرسال المواجه من الأعلى والضرب الساحق ، ان الاداء الفني المتميز يحتاج الى التوافق الحركي وهو حالة اساسية في تحسين وتطوير الاداء المهاري ، لذلك على المدرب إعطاء أهمية كبيرة للتوافق الحركي .

أن كل مهارة من مهارات الكرة الطائرة لها متطلباتها الخاصة من القدرات الحركية ، لذلك اصبح على المدرب مراعاة ذلك من اجل التعرف على ما يمتلكه اللاعب من امكانيات . بهدف الارتقاء وتحسين مستويات اللاعبين في هذا الجانب وخاصة اللاعبين الذي يتمتعون بقدرات حركية جيدة . إن المهارات الهجومية ومنها مهارتي الإرسال المواجه من الأعلى والضرب الساحق المواجه العالي للناشئين تتطلب قدرات حركية خاصة لكي يستطيع اللاعب من تنفيذ واجبه الحركي بأفضل صورة . وتتجلى أهمية البحث في التعرف على تأثير المنهاج التعليمي المقترح في تطوير التوافق الحركي وعلاقته بدقة أداء مهارة الإرسال المواجه من الأعلى (النتس) لدى لاعبي الكرة الطائرة الناشئين ، لان مهارة الإرسال والضرب الساحق تعد من المهارات الهجومية الأساسية المهمة في هذه اللعبة .

2.1 مشكلة البحث :

إن لعبة الكرة الطائرة من الألعاب الرياضية الجماعية المنظمة التي تتميز بتنوع مهارتها الهجومية والدفاعية ، ومهارتي الإرسال والضرب الساحق المواجه من الأعلى (النتس) من المهارات الهجومية التي يمكن من خلالها تحقيق الفوز ، وعلى الرغم من أهميتها فإنه لا يمكن التقدم في أداء هذه المهارة ما لم يتم تطوير قدرة التوافق الحركي التي تساهم بشكل فعال في بناء الجانب المهاري وفق اسس علمية صحيحة تؤدي إلى تحقيق الهدف التعليمي ، ونتيجة لقلّة الدراسات والأبحاث التي تناولت دراسة قدرة التوافق الحركي وإيماناً بفاعلية تأثيرها في تطوير القدرات مهارية الهجومية بالكرة الطائرة من اجل رفع كفاءة اللاعب وتحقيق أفضل

الانجازات . ومن خلال متابعة الباحثان لمباريات ناشئي الكرة الطائرة على مستوى القطر لاحظا وجود ضعف في بعض القدرات الحركية ومنها قدرة التوافق الحركي لدى اللاعبين الناشئين وقلة الاهتمام بها من قبل المدربين ، علما بأنها من المتطلبات الأساسية لدى لاعب الكرة الطائرة وترتبط بعمل الأجهزة الداخلية ومدى قدرتها على تنظيم وتنسيق الجهد المبذول طبقاً للهدف من قبل اللاعب ، لذلك أرتأى الباحثان دراسة هذه المشكلة وأعداد منهج تعليمي مقترح لتطوير قدرة التوافق الحركي وإيجاد علاقة هذه القدرة الحركية بدقة أداء مهارة الارسال المواجه من الاعلى والضرب الساحق ، وان هذه الدراسة تهدف الى مساعدة المدربين من اجل النهوض بلعبة الكرة الطائرة في العراق .

3.1 أهداف البحث :

1. التعرف على تأثير المنهاج التعليمي في تطوير التوافق الحركي وعلاقته بدقة أداء مهارة الارسال المواجه من الاعلى (التنس) لدى ناشئي الكرة الطائرة .
2. التعرف على تأثير المنهاج التعليمي في تطوير التوافق الحركي وعلاقته بدقة أداء مهارة الضرب الساحق المواجه العالي لدى ناشئي الكرة الطائرة .
3. التعرف على الفروق المعنوية بين الاختبارات البعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح المجموعة التجريبية .

4.1 فروض البحث :

1. للمنهاج التعليمي تأثير ايجابي في تطوير التوافق الحركي وعلاقته بدقة أداء مهارة الارسال المواجه من الاعلى (التنس) لدى ناشئي الكرة الطائرة .
2. للمنهاج التعليمي تأثير ايجابي في تطوير التوافق الحركي وعلاقته بدقة أداء مهارة الضرب الساحق المواجه من الاعلى لدى ناشئي الكرة الطائرة .
3. وجود فروق معنوية في الاختبارات البعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح المجموعة التجريبية .

5.1 مجالات البحث :

- 1.5.1 المجال البشري :** ناشئي منتخب ميسان الرياضي بالكرة الطائرة .
- 2.5.1 المجال أزماني :** المدة من 2016/2/10 ولغاية 2016/ 5 /2.
- 3.5.1 المجال المكاني :** قاعة الشهيد وسام عريبي المغلقة في محافظة ميسان .

2.1 الدراسات النظرية والسابقة :

1.1.2 التوافق الحركي :

أن طبيعة الأداء في الألعاب الجماعية تتطلب من المدرب إعداد اللاعب أو اللاعبين اعدادا جيدا من الناحية البدنية مع الاندماج بالمهارات الأساسية للعبة ، فذلك يعمل المدرب الكفوء على تنمية الصفات الحركية بالإضافة إلى مهارات اللعب بشكل متوازي . فالقدرة الحركية هو " انعكاس لظهور مهارات جديدة ضمن نتائج السلوك الحركي والمهاري." (1) " ان امتلاك الفرد لمستوى عال من القدرات يساعد على ممارسة الكثير من الأنشطة بنجاح والقدرات الحركية تشارك في تطوير والارتقاء بالمهارات الحركية " . (2) ويذكر (دالي مود وآخرون) " ان التوافق هو قدرة اللاعب على الاستخدام الامثل للعضلات في تسلسل وتوقيت صحيح لتحقيق التوافق الحركي " . (3) ويذكر (براون وفرجينو) ان التوافق يشير الى القدرة على التحكم ، فتعمل المجموعات العضلية بالجسم عن أداء مختلف المهارات الرياضية بفاعلية ، وانه من الضروري ان تعمل مختلف عضلات الجسم بانسيابية ، وتحدث كل حركات الجسم من خلال العديد من المفاصل والعضلات التي تعمل بتناغم تام لإنجاز الواجبات الحركية المختلفة . (4) ويعرف التوافق بأنه قدرة الفرد على التنسيق لحركات مختلفة الشكل والاتجاه بدقة وانسيابية في نموذج للأداء حركي واحد . (5)

2.2 الدراسات السابقة :

دراسة أ. د ناهدة عبد زيد الدليمي ، أ. م. د. عايد حسين عبد الامير . (6)

" تأثير تمارين نوعية في تطوير سرعة الاستجابة الحركية والاداء المهاري للضرب الساحق لناشئي الكرة الطائرة " .

1. أهداف البحث :

1. وضع تمارين نوعية لتطوير سرعة الاستجابة الحركية والاداء المهاري للاعبين الناشئين بالكرة الطائرة .
2. معرفة تأثير التمارين النوعية في تطوير سرعة الاستجابة الحركية والاداء المهاري للاعبين الناشئين بالكرة الطائرة .

2. فرضية البحث :

1 جمال الدين علي (آخرون) : القدرات الإدراكية لتلاميذ المرحلة الابتدائية بدول الامارات العربية المتحدة _ (مجلة جامعة الامارات العربية المتحدة، 1999) ص1.

2 مكرم سعيد السعدون : علاقة بعض القدرات الحركية الاساسية بمستوى اداء بعض مهارات كرة السلة ، مجلة علوم التربية الرياضية (جامعة بابل - العدد 2 مجلة 1، جامعة بابل كلية التربية الرياضية ، 2002 ، 23 ص .

3. Daley S.P., Palermo A.G., Nivet M., Soto-Greene M.L., Taylor V.S., Butts G.C., Johnson J., 2008.p 56

4. Browne-Ferrigno, T., & Muth, R. (2005). Leadership mentoring in clinical practice: Role socialization, professional development, and capacity building. Educational. P 53 Administration Quarterly, . ،

5 عصام عبد الخالق : التدريب الرياضي نظريات تطبيقات، ط1، الإسكندرية: دار المعارف ، عمان .مطابع العامري . 2003 . ص35 .

6 . ناهدة عبد زيد الدليمي ، أ. م. د. عايد حسين عبد الامير : بحث منشور ، مجلة علوم التربية الرياضية ، العدد الاول ، المجلد الثالث ، 2010 .

1. للتمرينات النوعية تأثيراً "معنوياً" في تطوير سرعة الاستجابة الحركية والاداء المهاري للضرب الساحق لناشئي الكرة الطائرة .

3. عينة البحث :- اختار الباحثان عينة بحثهما من ناشئي نادي الكوفة الرياضي المشارك في بطولة الدوري العراقي للناشئين بالكرة الطائرة للموسم الرياضي(2008.2009) وتم تقسيمهم وكما يأتي :-

1. المجموعة التجريبية التي عملت بالتمرينات النوعية لتطوير سرعة الاستجابة الحركية والاداء المهاري للضرب الساحق بالكرة الطائرة وعددها(6) لاعبين ضاربين ناشئين.

2. المجموعة الثانية التي عملت بالمنهج المتبع من مدرب الفريق وعددها (6) لاعبين ضاربين ناشئين.

4. **استنتاجات البحث :-** في ضوء النتائج التي توصل إليها الباحثان خرجت باستنتاجات عدة وهي:-

1. إن مفردات التمرينات النوعية التي تم استعمالها كان لها التأثير الايجابي في تطوير سرعة الاستجابة الحركية والأداء المهاري للضرب الساحق بالكرة الطائرة .

2. إن الصفات الحركية والبدنية المرتبطة بسرعة الاستجابة الحركية برغم من صعوبتها يمكن تطويرها والاستفادة في تطوير الأداء الفني للضرب الساحق ودقته في الكرة الطائرة .

3 . منهجية البحث وإجراءاته الميدانية :

1.3 منهج البحث :- اعتمد الباحثان التصميم التجريبي الذي يعرف بتصميم المجموعتين المتكافئتين ذات الاختبار القبلي والبعدي ، " إذ تكون المجموعات متكافئة في جميع ظروفها ماعدا المتغير التجريبي الذي يؤثر على المجموعة التجريبية " (1).

2.3 عينة ومجتمع البحث :- تكون مجتمع البحث من اللاعبين الناشئين في منتخب ميسان بالكرة الطائرة البالغ عددهم (18) لاعبا ناشئا يمثلون (100%) من المجتمع البحث ، تم استبعاد اللاعبين المصابين والحر والبالغ عددهم (5) لاعبين واختيار(3) لاعبين للتجربة الاستطلاعية ، تم اختيار عينة البحث عمديا من (10) لاعبا ناشئا وقسمت العينة الى مجموعتين (تجريبية وضابطة) وبواقع (5) لاعبين لكل مجموعة عشوائيا بأسلوب القرعة .

3.3 تجانس العينة وتكافؤ مجموعتي البحث :- قبل البدء بتطبيق مفردات البحث تم ضبط جميع المتغيرات التي يمكن أن تؤثر في نتائج البحث ، قام الباحثان بإجراء عمليتي تجانس العينة في متغيرات (الطول والوزن والعمر) وتكافؤ مجموعتي البحث في اختبار القدرة الحركية (التوافق الحركي) والاختبارات المهارية الإرسال المواجه من الاعلى(التنس) والضرب الساحق ، وجرى معالجة هذه المتغيرات إحصائياً عن طريق اختبار (t- test) للتكافؤ وكما مبين في الجدول (1) 0

الجدول (1)

يبين المتغيرات (الطول والوزن والعمر)

¹ - ريسان خرييط : مناهج البحث في التربية البدنية ، الموصل ، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر ، 1987،ص.145

ت	المتغيرات	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المنوال	معامل الالتواء
1	الطول	سم	176.16	1.48	175	0.78
2	الوزن	كغم	69.57	1.79	68	0.88
3	العمر	سنة	16.1	11.2	15	0.95

الجدول (2)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة والدلالة الاحصائية بين لمجموعي البحث في الاختبارات القبليّة للقدرة الحركية والدقة لمهاتري الارسال والضرب الساحق المواجه (التنس) بالكرة الطائرة

ت	المعالم الإحصائية المتغيرات	وحدة القياس	الضابطة		التجريبية		قيمة (t) المحسوبة	نوع الدلالة
			ع	س	ع	س		
1	التوافق الحركي	درجة	6.20	0.83	6.26	0.84	0.92	معنوي
2	دقة الارسال	درجة	9.36	0.93	9.42	0.94	1.06	معنوي
3	دقة الضرب الساحق	درجة	9.80	0.98	9.64	0.97	1.09	معنوي

قيمة (t) الجدولية (2,78) عند مستوى دلالة (0.05) وتحت درجة حرية (4) . (التكريتي والعبدي، 1999،440).

يبين الجدول (2) بأن الفروق في اختبارات القدرة الحركية واختبار دقة الارسال والضرب الساحق بين مجموعتي البحث قد ظهرت غير معنوية، إذ أن قيم (t) المحسوبة اصغر من قيمتها الجدولية البالغة (2.78) عند مستوى دلالة (0.05) وتحت درجة حرية (4) وهذا يدل على تكافؤ مجموعتي البحث في هذه الاختبارات.¹

3.3 الأجهزة وأدوات البحث المستخدمة : استخدم الباحثان الأجهزة والأدوات التي تستطيع من خلالها جمع البيانات وحل مشكلة البحث " إن أدوات البحث هي التي تساعد الباحثان في جمع بياناته وحل مشكلته وصولاً لتحقيق أهداف البحث مهما كانت الأدوات من بيانات وعينات وأجهزة".⁽²⁾ كما يأتي :

1.4.3 وسائل جمع المعلومات :. استعان الباحثان بالوسائل البحثية الآتية :.

- ❖ المصادر العربية والأجنبية .
- ❖ الملاحظة ، الاستبيان ، الاختبار والقياس ، المقابلة .*
- ❖ استمارة تحديد أهم القدرات البدنية الخاصة لموضوع البحث
- ❖ جهاز قياس الطول

¹ .وديع ياسين التكريتي وحسن محمد العبيدي .: التطبيقات الإحصائية واستخدامات الحاسوب في بحوث التربية الرياضية ، الموصل: دار الكتب والطباعة والنشر،1999، ص440 .

² وجيه محجوب. طرائق البحث العلمي ومناهجه ، بغداد ، دار الحكمة للطباعة والنشر ، 1993 ، ص179.

• ينظر الملحق (1) . ص ينظر الملحق (2) ص ينظر الملحق (3) ص

- ❖ استمارات تسجيل البيانات والاختبارات
 - ❖ استمارات تقريغ البيانات .
 - ❖ شريط لاصق بعرض (5) سم ، وأدوات مكتبية
 - ❖ شريط قياس معدني.
 - ❖ كرات طائرة عدد (10)
 - ❖ صافرة عدد (2).
 - ❖ ساعة توقيت عدد (2) نوع Casio .
 - ❖ ملعب الكرة الطائرة
 - ❖ صناديق عدد (3) وبارتفاعات (30 ، 40) سم .
- 5.3 متغيرات البحث :**

1.5.3 تحديد مهارتي الارسال المواجه الاعلى والضرب الساحق بالكرة واهم الاختبارات قيد البحث :-

من اجل تحديد أهم مهارات الكرة الطائرة الخاصة بموضوع البحث ، تعد الاختبارات من الأمور الواجب توافرها في أي بحث علمي ، قام الباحثان بإعداد استمارة استبانة * لترشيح أهم المهارات المختارة ، وتم عرضها على مجموعة من السادة الخبراء والمختصين بالكرة الطائرة . ولأجل تحديد أهم الاختبارات الخاصة بموضوع البحث قام الباحثان بإعداد استمارة استبانة * لترشيح أهم الاختبارات المختارة ، وتم عرضها بتاريخ 17 / 1 / 2016 على مجموعة من السادة الخبراء والمختصين والبالغ عددهم (9) خبراء ومختصين ، في مجالات (التعلم الحركي والاختبارات والقياس والكرة الطائرة) ، وبعد جمع الاستمارات وتقريغ البيانات تم اعتماد الاختبارات التي حصلت على نسبة مئوية اكبر من (80 %) ، إذ تم استخراج قيمة النسبة المئوية من خلال قيمة الأهمية على عدد الخبراء وكما هو مبين في الجدول (3) .

الجدول (3)

يبين النسبة المئوية لتحديد أهم الاختبارات المختارة قيد البحث

الاختبار	النسبة المئوية	الاختبارات	وحدة القياس	ت	المتغيرات	ت
√	%100	رمي كرات التنس على جدار يبعد (3) أمتار ولمدة (30) ثانية واستقبالها (توافق عين وذراع)	درجة	1	التوافق الحركي	1
-	-	الأشكال الهندسية (توافق عين وذراع)	درجة	2		
-	-	اختبار دقة الإرسال المواجه من الأعلى بالكرة الطائرة . (1)	درجة	1	الارسال المواجه من الاعلى	2
-	-	اختبار دقة الإرسال المواجه من الأعلى بالكرة الطائرة (2)	درجة	2		
√	%100	اختبار دقة ل المواجه من الأعلى بالكرة الطائرة (3).	درجة	3		
-	-	اختبار دقة الضرب الساحق المستقيم	درجة	1	الضرب الساحق المواجه العالي	3
-	-	اختبار دقة الضرب الساحق من المركز (4) نحو المركز (6)	درجة	2		
√	%88.08	اختبار دقة الضرب الساحق القطري	درجة	3		
-	%11.01	اختبار دقة الضرب الساحق من المركز (4) نحو المنطقة (A) و المنطقة (B) .	درجة	4		

1.4.5 اختبار تطوير التوافق الحركي :

. اسم الاختبار: رمي واستقبال الكرات على الجدار . (4)
. الهدف من الاختبار: قياس التوافق بين العين والذراع .
. الأدوات المستعملة : كرة تنس ، حائط ، يرسم خط على بعد (5) أمتار من الحائط .
. وصف الأداء : يقف المختبر أمام الحائط وخلف الخط المرسوم على الأرض حيث يتم الاختبار وفقاً للتسلسل الآتي :

. رمي كرة التنس خمس مرات متتالية باليد اليمنى على أن يستقبل المختبر الكرة بعد ارتدادها من الحائط بنفس اليد .

. رمي كرة التنس خمس مرات متتالية باليد اليسرى على أن يستقبل المختبر الكرة بعد ارتدادها من الحائط بنفس اليد .

¹ . محمد صبحي حسنين . وحدي عبد المنعم ، مصدر سبق ذكره ، 1997 ، 163 ، 165 .

² . علي سلوم الحكيم : الاختبارات والقياس والإحصاء في المجال الرياضي ، بغداد ، مطبعة الطيف ، 2004 ، ص 184 .

³ . تم تقنينه من قبل الباحث نوري الشوك في أطروحة الدكتوراه . بعض المحددات الأساسية التخصصية لناشي الكرة الطائرة في العراق بأعمار (16.14) سنة ، كلية التربية الرياضية جامعة بغداد ، 1996 . على ضوء التعديل لقانون اللعبة بأداء الإرسال على طول الخط (9 م) وليس من (3 م) .

⁴ علي سلوم جواد الحكيم : الاختبارات والقياس والإحصاء في المجال الرياضي . القادسية ، الطيف للطباعة والنشر ، ص 149 .

. رمي كرة التنس خمس مرات متتالية باليد اليمنى على أن يستقبلها المختبر بعد ارتدادها من الحائط باليد اليسرى .

التسجيل : لكل محاولة صحيحة تحسب درجة للمختبر والدرجة النهائية من (15) درجة .

2.1.4.3 اختبار تقويم دقة أداء الإرسال المواجه العالي(التنس) بالكرة الطائرة⁽¹⁾

. الهدف من الاختبار :- قياس دقة أداء الإرسال المواجه العالي(التنس) .

. الأدوات المستعملة :- ملعب كرة طائرة قانوني وكرات طائرة قانونية عدد(5) وشريط لاصق ملون لتقسيم مناطق الملعب .

. مواصفات الأداء :- يقف الطالب المختبر في منتصف الخط النهائي للملعب أي (في النصف المواجه لنصف الملعب المقسم إلى درجات) على بعد (9 أمتار) من الشبكة ، وفي هذا المكان يكون الطالب المختبر ممسك بالكرة ليقوم بأداء الإرسال المواجه العالي (التنس) لتعبر الكرة الشبكة إلى النصف المقابل المقسم من الملعب.

. شروط الأداء:- في حالة عدم عبور الكرة للشبكة أو في حالة عبورها لكن خروجها إلى خارج حدود الملعب المقابل(المقسم) تحسب محاولة للطالب المختبر من ضمن المحاولات الخمس الممنوحة له ولا تحسب درجاتها .
التسجيل :- يأخذ اللاعب المختبر درجة المنطقة التي تقع فيها الكرة لكل إرسال صحيح وحيث أن لكل طالب مختبر(5) محاولات ولكون الدرجات موزعة على المناطق من (5.1) درجات فان الدرجة الكلية لهذا الاختبار هي(25) درجة مع ملاحظة انه في حالة سقوط الكرة على خط يفصل بين منطقتين تحسب للطالب المختبر درجة المنطقة الأعلى .

2.1.4.3 اختبار دقة أداء الضرب الساحق بالكرة الطائرة .⁽²⁾

. الغرض من الاختبار:- قياس دقة مهارة الضرب الساحق لمناطق محددة .

. الأدوات المستعملة :- ملعب الكرة الطائرة القانون يتقسم الملعب المقابل للاعب المختبر إلى مثلثين متساويين ثم يقسم المثلث الداخلي على ثلاث مناطق ، قياس كل منطقة منها (3) أمتار. يقوم المختبر بالضرب الساحق نحو المثلث الداخلي للجهة الملعب المقابل للشبكة .

. شروط الأداء : . لكل مختبر خمس محاولات .

. تحسب الدرجات على وفق مكان سقوط الكرة :

أ. المنطقة الأولى (3) درجات .

ب . المنطقة الثانية (1) درجة .

ج . المنطقة الثالثة (5) درجات .

¹ - ناهدة عبد زيد الدليمي . : مصدر سبق ذكره ، ص 57- 58 .

² . محمد صبحي حسانين وحمد عبد المنعم : مصدر سبق ذكره 1997، ص 248.

د . خارج هذه المناطق يحصل المختبر على (صفر) .

التسجيل :- يسجل للمختبر الدرجات التي حصل عليها في المحاولات الخمس أي إن الدرجة النهائية لهذا الاختبار هي (25) درجة .

6.3 التجربة الاستطلاعية : تُعدّ التجربة الاستطلاعية " دراسة أولية يجريها الباحثان على عينة صغيرة قبل القيام ببحثه بهدف اختيار أساليب البحث وأدواته " ⁽¹⁾ لذلك قام الباحثان بإجراء تجربة استطلاعية يومي الاربعاء والخميس 2016/6/11.10 على عينة من لاعبي منتخب ميسان بالكرة الطائرة للناشئين من غير المشاركين في البحث وعددهم (3) لاعبين وقام أيضا بتطبيق الاختبارات المهارية والحركية من اجل معرفة ما يأتي :

- ❖ التعرف على مدى تفهم واستيعاب اللاعبين لمفردات الاختبارات الحركية والمهارية .
- ❖ - استطلاع الظروف التي تجري فيها الاختبارات ومدى ملائمة المكان لتنفيذها.
- ❖ - التأكد من صلاحية الأدوات المستعملة في الاختبارات .
- ❖ - معرفة الوقت لتنفيذ كل اختبار .
- ❖ - إطلاع فريق العمل المساعد* على كيفية أداء الاختبارات وكيفية التسجيل .
- ❖ - تحديد أهم المعوقات لغرض تلافيها عند إجراء التجربة الرئيسية .

7.3 الأسس العلمية للاختبارات :- اعتمد الباحثان على الأسس العلمية للاختبارات (الثبات والصدق والموضوعية) لتحديد مدى عملية الاختبارات المستعملة بالبحث، وكما يأتي:-

1.7.3 ثبات الاختبار:- يقصد بثبات الاختبار " أنه لو أعيد على الأفراد أنفسهم فانه يعطي النتائج نفسها أو نتائج مقارنة في ظل ظروف متشابهة". ⁽²⁾ ، وقد استعمل الباحثان طريقة إعادة الاختبار على عينة من مجتمع البحث وبعدد(3) لاعبين ، وقد تم إجراء الاختبارات للمرة الأولى في يوم الاربعاء 2016/ 2/ 10 ، في القاعة الرياضية المغلقة ، وتم إعادة الاختبارات في المرة الثانية يوم الخميس 2016/2/11 في المكان . كما هو مبين في الجدول(3).

2.7.3 صدق الاختبار:- يعتمد صدق الاختبار على" مدى قياس الاختبار للمهارة أو الصفة المطلوب قياسها فالمقياس يعد صادقاً عندما يقيس بدقة كافية الظاهرة التي صمم لقياسها". ⁽¹⁾ ، وقد استعمل الباحثون طريقة الصدق الظاهري وذلك بالاعتماد على مجموعة الخبراء والمختصين والتي عُرضت عليهم استمارات الاستطلاع ، إذ تم عرض استمارة الاستطلاع الخاصة بتحديد الاختبارات المهارية لعينة البحث ، بعد أن وضع الباحثان

¹ - مجمع اللغة العربية : معجم علم النفس والتربية ، القاهرة ، الهيئة العامة للشؤون والمطابع، ج 1 ، 1984 ، ص79 .

* ملحق رقم (4) ص

² -مروان عبد المجيد : الأسس العلمية والطرق الإحصائية للاختبارات والقياس في التربية الرياضية ، ط1 ، عمان : دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، 1999، ص70.

¹ محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان : القياس في التربية وعلم النفس الرياضي ، القاهرة دار الفكر العربي، 1988، ص322.

عدة اختبارات تم عرضها على مجموعة من الخبراء والمختصين . * وبعد فرز الاستمارات تم حساب نسبة الاتفاق وظهرت ، كما هو مبين في الجدول(3).

3.7.3 موضوعية الاختبار: - من الصفات المهمة للاختبار الجيد هو أن يكون موضوعياً في قياس الظاهرة التي أعد أصلاً لقياسها وان يكون هناك فهم كامل من لكل مختبر بما سيؤديه ، وأن يكون هناك تفسير واضح للجميع ، وان لا تكون هناك فرصة لفهم معنى آخر غير المقصود منه ، إذ أن الموضوعية بمفهومها العام تعني "التحرر من التحيز والتعصب وعدم إدخال العوامل الشخصية فيها".⁽²⁾ فقد أعتمد الباحثان الحساب "عن طريق الارتباط بين درجات اثنين من المحكمين يقومان بوضع الدرجات لمجموعة واحدة من الأفراد في نفس الوقت".⁽³⁾ ، وذلك عند تطبيق الاختبارات المبحوثة إذ دللت النتائج بعد معالجتها إحصائياً أن جميع الاختبارات تتمتع بموضوعية عالية كما هو مبين في الجدول (4) .

الجدول (4)

يبين ثبات وموضوعية اختبارات الدقة لمهاتري الارسال والضرب الساحق

ت	المتغيرات	المعالم الاحصائية	
		وحدة القياس	الثبات
1	التوافق الحركي بين العين	درجة	0.94
2	دقة أداء الارسال التنس	درجة	0.93
3	دقة أداء الضرب الساحق	درجة	0.95

8.3 الإجراءات الرئيسية : تمثلت الإجراءات الرئيسية بالاتي :-

1.8.3 الاختبارات القبليّة : تم إجراء الاختبارات القبليّة لعينة البحث يوم 2016/2/17 ، وقد راعى الباحثان وفريق العمل المساعد ملائمة جميع الظروف وطريقة التنفيذ وكذلك تسلسل الاختبارات .

2.8.3 تنفيذ المنهاج التعليمي : أعد الباحثان منهاجا تعليميا * يتضمن تمارينات تطوير التوافق الحركي ودقة مهاتري الارسال المواجه من الاعلى (التنس) والضرب الساحق المواجه العالي بالكرة الطائرة وبعد اطلاعه على العديد من المصادر العلمية المتوافرة ذات العلاقة بموضوع البحث لكي يحقق البحث أهدافه ، لأن " الأساس منه الوصول بمستوى اللاعب إلى أفضل درجة ممكنة من التقدم في نشاطه التخصصي".⁽³⁾ وقد تم البدء بتنفيذ هذه المفردات يوم الاحد 2016/2/21 وتضمنت المفردات الاتي :-

1. عدد الوحدات التعليمية وحدة تعليمية واحدة يوميا و (3) وحدات في الأسبوع .
2. استغرقت مدة تنفيذ التمارينات (8) أسابيع .

• ملحق رقم (4) ص

² مروان عبد المجيد . أسس البحث العلمي لإعداد الرسائل الجامعية ، ط1 ، عمان : مؤسسة الوراق ، 2000 ، ص 44 .

³ -محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان : القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي، القاهرة : دار الفكر العربي ، 2007 ، ص 299 .

³ -أمر الله البساطي : قواعد وأسس التدريب الرياضي وتطبيقاته ، الإسكندرية: مطبعة المعارف، 1988، ص 53 .

* ينظر الملحق (5) .

3. استغرق وقت الوحدة التعليمية هو (90) دقيقة : . وتشتمل على ما يلي .
 إذ يتم تطبيق تمرينات التوافق الحركي في القسم الرئيسي ويزمن (30) دقيقة ، وأشتمل هذا القسم على التطبيقات العملية من تمرينات التوافق الحركي وتمرينات مهاريه بالكرة الطائرة .
 4. كانت المجموعة التجريبية تطبق تمرينات التوافق الحركي التي أعدها الباحثان والتي اشتملت على تمرينات التوافق لمهارتي الإرسال المواجه من الاعلى (التنس) والضرب الساحق للناشئين المعد من قبل الباحثان والمطبق قبل مدرب الفريق وفريق العمل المساعد .
 5. كانت المجموعة الضابطة تطبق مفردات المنهج التعليمي من تمرينات تطوير التوافق الحركي لمهارتي الإرسال المواجه من الاعلى (التنس) والضرب الساحق بالكرة الطائرة للناشئين المعد من قبل مدرب الفريق .
 6. راعا الباحث في وضع المنهج التعليمي ما يأتي :-
 أ . تنوع التمرينات الحركية والمهارية لمنع حالة الملل والضجر التي قد تصيب اللاعبين الناشئين .
 ب . التدرج في صعوبة التمرينات المهارية والحركية من السهل الى الصعب .
 7. تم تنفيذ المنهج الاعتيادي المتبع على أفراد المجموعة الضابطة وتطبيقه من قبل المدرب نفسه .
 8. تم الانتهاء من تنفيذ المنهج التعليمي يوم الخميس 2016 /4/14 .
- 3.8.3 الاختبارات البعيدة :-**

بعد أن تمّ تطبيق مفردات المنهاج التعليمي والذي يتضمن تمرينات تطوير قدرة التوافق الحركي ودقة مهارتي الارسال المواجه من الاعلى والضرب الساحق المواجه العالي على مجموعة البحث التجريبية ، وبانتهاء الوحدات التعليمية أجرى الباحثان الاختبارات البعيدة لأفراد المجموعتين التجريبية والضابطة وذلك باستخدام اختبار قياس التوافق الحركي واختبارات دقة مهارتي الارسال والضرب الساحق قيد البحث في يوم السبت 2016/4/16 ، حيث ان الباحثان قام بتسجيل نتائج الاختبارات واتبع الطريقة نفسها في الاختبارات القبليّة ، كذلك تم مراعاة الظروف المكانية والزمانية ووسائل الاختبارات وأدواتها .

9.3 الوسائل الإحصائية :- استعان الباحث بالوسائل الإحصائية الآتية :-⁽¹⁾

- . الوسط الحسابي .
 - . الانحراف المعياري .
 - . النسبة المئوية .
 - . معامل الاختلاف .
 - . اختبار t . test لوسطين مستقلين .
- . قانون نسبة التطور = $\frac{\text{الاختبار البعدي} - \text{الاختبار القبلي}}{100} \times 100$
- الاختبار القبلي

4. عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها :

1.4 عرض نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة للمجموعتين الضابطة والتجريبية وتحليلها :

1.1.4 عرض نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة للمجموعة الضابطة وتحليلها :

الجدول (5)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيم (t) المحسوبة والجدولية بين الاختبارات القبلية والبعديّة للمجموعة الضابطة

نوع الدلالة	قيمة T	البعدي		القبلي		وحدة القياس	المعالم الإحصائية المتغيرات	ت
		ع	س	ع	س			
معنوي	3.21	0.89	8.60	0.83	6.20	درجة	التوافق الحركي بين العين واليد	1
معنوي	3.76	1.14	11.60	0.93	9.20	درجة	دقة الارسال	2
معنوي	3.09	1.17	12.20	0.98	9.80	درجة	دقة الضرب الساحق	3

قيمة (t) الجدولية (2.78) عند مستوى دلالة (0.05) وتحت درجة حرية (4) .

يبين الجدول (5) الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة بين الاختبارين القبلي والبعدي للاختبار التوافق الحركي ولمجموعة البحث الضابطة ، فقد أظهرت النتائج أن الوسط الحسابي للاختبار القبلي هو (6.20) بانحراف معياري مقداره (0.83) ، في حين كان الوسط الحسابي في الاختبار البعدي هو (8.60) بانحراف معياري مقداره (0.89) ، أما قيمة (t) المحسوبة (3.21) وهي أكبر من قيمة (t) الجدولية البالغة (2.78) بدرجة حرية (4) وعند مستوى دلالة (0.05) ، وهذا يدل على وجود فرق معنوي بين الاختبارين القبلي والبعدي لصالح الاختبار البعدي .

يبين الجدول (5) الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة بين الاختبارين القبلي والبعدي للاختبار دقة الارسال ولمجموعة البحث الضابطة ، فقد أظهرت النتائج أن الوسط الحسابي للاختبار القبلي هو (9.20) بانحراف معياري مقداره (0.93) ، في حين كان الوسط الحسابي في الاختبار البعدي هو (11.60) بانحراف معياري مقداره (1.14) ، أما قيمة (t) المحسوبة (3.76) وهي أكبر من قيمة (t) الجدولية البالغة (2.78) بدرجة حرية (4) وعند مستوى دلالة (0.05) ، وهذا يدل على وجود فرق معنوي بين الاختبارين القبلي والبعدي لصالح الاختبار البعدي .

يبين الجدول (5) الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة بين الاختبارين القبلي والبعدي للاختبار دقة الضرب الساحق ولمجموعة البحث الضابطة ، فقد أظهرت النتائج أن الوسط الحسابي للاختبار القبلي هو (9.80) بانحراف معياري مقداره (0.98) ، في حين كان الوسط الحسابي في الاختبار البعدي هو (12.20) بانحراف معياري مقداره (1.17) ، أما قيمة (t) المحسوبة (3.09) وهي أكبر من قيمة (t) الجدولية البالغة (2.78) بدرجة حرية (4) وعند مستوى دلالة (0.05) ، وهذا يدل على وجود فرق معنوي بين الاختبارين القبلي والبعدي لصالح الاختبار البعدي .

2.1.4 عرض نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة للمجموعة التجريبية وتحليلها :

الجدول (6)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيم (t) المحسوبة والجدولية في الاختبارات القبلية والبعديّة للمجموعة التجريبية

ت	المعالم الإحصائية المتغيرات	وحدة القياس	القبلي		البعدي		قيمة T	نوع الدلالة
			ع	س	ع	س		
1	التوافق الحركي بين العين واليد	درجة	0.54	6.60	0.89	11.60	3.32	معنوي
2	دقة الإرسال	درجة	0.83	10.20	0.93	15.20	3.76	معنوي
3	دقة الضرب الساحق	درجة	0.98	9.60	0.93	15.20	3.62	معنوي

قيمة (t) الجدولية (2.78) عند مستوى دلالة (0.05) وتحت درجة حرية (4) .

يبين الجدول (6) الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة بين الاختبارين القبلي والبعدي لاختبار التوافق الحركي ولمجموعة البحث التجريبية ، فقد أظهرت النتائج أن الوسط الحسابي للاختبار القبلي هو (6.60) بانحراف معياري مقداره (0.54) ، في حين كان الوسط الحسابي في الاختبار البعدي هو (11.60) بانحراف معياري مقداره (0.89) ، أما قيمة (t) المحسوبة (3.32) وهي أكبر من قيمة (t) الجدولية البالغة (2.78) بدرجة حرية (4) وعند مستوى دلالة (0.05) ، وهذا يدلّ على وجود فرق معنوي بين الاختبارين القبلي والبعدي لصالح الاختبار البعدي .

يبين الجدول (6) الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة بين الاختبارين القبلي والبعدي لاختبار دقة الإرسال ولمجموعة البحث التجريبية ، فقد أظهرت النتائج أن الوسط الحسابي للاختبار القبلي هو (10.20) بانحراف معياري مقداره (0.83) ، في حين كان الوسط الحسابي في الاختبار البعدي هو (15.20) بانحراف معياري مقداره (0.93) ، أما قيمة (t) المحسوبة (3.76) وهي أكبر من قيمة (t) الجدولية البالغة (2.78) بدرجة حرية (4) وعند مستوى دلالة (0.05) ، وهذا يدلّ على وجود فرق معنوي بين الاختبارين القبلي والبعدي لصالح الاختبار البعدي .

يبين الجدول (6) الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة بين الاختبارين القبلي والبعدي لاختبار دقة الإرسال ولمجموعة البحث الضابطة ، فقد أظهرت النتائج أن الوسط الحسابي للاختبار القبلي هو (9.60) بانحراف معياري مقداره (0.83) ، في حين كان الوسط الحسابي في الاختبار البعدي هو (15.20) بانحراف معياري مقداره (0.93) ، أما قيمة (t) المحسوبة (3.76) وهي أكبر من قيمة (t) الجدولية البالغة (2.78) بدرجة حرية (4) وعند مستوى دلالة (0.05) ، وهذا يدلّ على وجود فرق معنوي بين الاختبارين القبلي والبعدي لصالح الاختبار البعدي .

3.1.4 عرض نتائج الاختبارات البعديّة للمجموعتين الضابطة والتجريبية وتحليلها :

الجدول (7)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيم (t) المحسوبة والجدولية في الاختبارات البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية

ت	المعالم الإحصائية المتغيرات	وحدة القياس	الضابطة		التجريبية		قيمة T	نوع الدلالة
			ع	س	ع	س		
1	التوافق الحركي بين العين واليد	درجة	0.89	8.60	0.89	11.60	4.61	معنوي
2	دقة الإرسال	درجة	1.14	11.60	0.93	15.20	4.16	معنوي
3	دقة الضرب الساحق	درجة	0.83	12.20	0.93	15.20	4.14	معنوي

قيمة (t) الجدولية (2.78) عند مستوى دلالة (0.05) وتحت درجة حرية (4)

يبين الجدول (7) الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة بين الاختبارات

البعدية بين مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية ، أظهرت النتائج أن الوسط الحسابي للاختبار البعدي التوافق الحركي للمجموعة الضابطة هو (8.60) بانحراف معياري مقداره (0.89) في حين كان الوسط الحسابي في الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية هو (11.60) بانحراف معياري مقداره (0.89) أما قيمة (t) المحسوبة (4.61) ، وهي أكبر من قيمة (t) الجدولية البالغة (2.78) بدرجة حرية (4) وعند مستوى دلالة (0.05) ، وهذا يدل على وجود فرق معنوي بين الاختبارات البعدية ولصالح المجموعة التجريبية .

يبين الجدول (7) الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة بين الاختبارات البعدية بين مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية ، أظهرت النتائج أن الوسط الحسابي للاختبار البعدي لدقة الإرسال للمجموعة الضابطة هو (11.60) بانحراف معياري مقداره (1.14) في حين كان الوسط الحسابي في الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية هو (15.20) بانحراف معياري مقداره (0.93) أما قيمة (t) المحسوبة (4.16) ، وهي أكبر من قيمة (t) الجدولية البالغة (2.78) بدرجة حرية (4) وعند مستوى دلالة (0.05) ، وهذا يدل على وجود فرق معنوي بين الاختبارات البعدية ولصالح المجموعة التجريبية .

يبين الجدول (7) الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة بين الاختبارات البعدية بين مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية ، أظهرت النتائج أن الوسط الحسابي للاختبار البعدي لدقة الضرب الساحق للمجموعة الضابطة هو (12.20) بانحراف معياري مقداره (0.83) في حين كان الوسط الحسابي في الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية هو (15.20) بانحراف معياري مقداره (0.93) أما قيمة (t) المحسوبة (4.14) ، وهي أكبر من قيمة (t) الجدولية البالغة (2.78) بدرجة حرية (4) وعند مستوى دلالة (0.05) ، وهذا يدل على وجود فرق معنوي بين الاختبارات البعدية ولصالح المجموعة التجريبية .

4.1.4 عرض نتائج معامل نسبة التطور في الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة وتحليلها :

الجدول (8)

يبين الأوساط الحسابية ومعامل نسبة التطور في الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية في متغيرات

نسبة التطور	التجريبية		نسبة التطور	الضابطة		وحدة القياس	المعالم الإحصائية المتغيرات	ت
	بعدي	قبلي		بعدي	قبلي			
	س	س		س	س			
75 %	11.60	6.60	38 %	8.60	6.20	درجة	التوافق الحركي بين العين واليد	1
49 %	15.20	10.20	26 %	11.60	9.20	درجة	الارسال	2
58 %	15.20	9.60	24 %	12.20	9.80	درجة	الضرب الساحق	3

يبين الجدول (8) الأوساط الحسابية ونسبة التطور في الاختبارات القبلية والبعديّة في للمجموعتين الضابطة والتجريبية ، إذ أظهرت نتائج اختبار التوافق الحركي إن الوسط الحسابي للاختبار القبلي للمجموعة الضابطة هو (6.20) والوسط الحسابي للاختبار البعدي هو (8.60) وبلغت نسبة التطور (38 %) ، أما الوسط الحسابي للاختبار القبلي للمجموعة التجريبية هو (6.60) والوسط الحسابي البعدي هو (11.60) ، وبلغت نسبة التطور (75%) وهذا يدل على أن هنالك تطور ولصالح المجموعة التجريبية قيد البحث .

أما في الاختبار البعدي لدقة أداء الإرسال المواجه من الأعلى (التنس) بالكرة الطائرة ، فقد أظهرت النتائج إن الوسط الحسابي للاختبار القبلي للمجموعة الضابطة هو (9.20) وإن الوسط الحسابي للاختبار البعدي هو (12.20) وبلغت نسبة التطور (26 %) ، كما أظهرت النتائج إن الوسط الحسابي للاختبار القبلي للمجموعة التجريبية هو (10.20) وإن الوسط الحسابي القبلي للمجموعة التجريبية هو (15.20) ، وبلغت نسبة التطور (49%) وهذا يدل على أن هنالك تطور ولصالح المجموعة التجريبية قيد البحث .

يبين الجدول (8) الأوساط الحسابية ونسبة التطور في الاختبارات القبلية والبعديّة لاختبار دقة الضرب الساحق بالكرة الطائرة لمجموعتي البحث الضابطة والتجريبية ، إذ أظهرت النتائج إن الوسط الحسابي للاختبار القبلي للمجموعة الضابطة هو (9.80) وإن الوسط الحسابي للاختبار البعدي هو (12.20) وبلغت نسبة التطور (24 %) ، كما أظهرت النتائج إن الوسط الحسابي للاختبار القبلي للمجموعة التجريبية هو (9.60) ، أما الوسط الحسابي البعدي للمجموعة التجريبية هو (15.20) وبلغت نسبة التطور (58%) وهذا يدل على أن هنالك تطور ولصالح المجموعة التجريبية قيد البحث .

5.1.4 مناقشة نتائج تطوير التوافق الحركي ومهارة الإرسال المواجه من الأعلى والضرب الساحق

المواجه العالي للمجموعتين الضابطة والتجريبية :

يتضح من خلال ما تم عرضه من نتائج في الجداول (7,6,5) وجود فروق معنوية بين الاختبارات القبلية والبعديّة ولمجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في تطوير التوافق الحركي ولصالح الاختبارات البعديّة ، ويعزو الباحثان سبب هذه الفروق بالنسبة للمجموعة الضابطة خلال الاختبارات القبلية والبعديّة للمجموعة الى الممارسة التعليمية التي اعتاد عليها افراد هذه المجموعة ، في الوقت الذي لم تسجل هذه المجموعة الضابطة تطور ملحوظ في الاختبارات البعديّة ومن خلال المقارنة مع التجريبية ، حيث اعتمدت المجموعة الضابطة كاختبار محك يمكن ان نقيس من خلاله صحة تطبيق المنهاج التعليمي للمجموعة التجريبية ، وبالتالي

أسهمت بدورها في التقدم البسيط الذي طرأ على اللاعبين . لكن المجموعة التجريبية حققت فروق معنوية عالية قياسا بالمجموعة الضابطة والسبب يعود إلى استخدام التمارين الخاصة والتي تم فهمها واستيعابها بشكل دقيق من قبل اللاعبين ، مما أدى ذلك إلى تطوير قدرة التوافق الحركي من خلال تكرار التمرينات وبأشكالها المتنوعة ومواقفها المتغيرة ، والتي جعلت اللاعبين يطبقونها في الوحدات التعليمية بشكل موضوعي خاصة وان " إعادة التمرين عدة مرات تمكن اللاعب من إتقان المهارة وأدائها بشكل أحسن " .⁽¹⁾ لذلك فقد حرص الباحثان على أن تكون ظروف التدريب والتمارين في الوحدات التعليمية تتلاءم مع مستوى قابليات اللاعبين الناشئين من الناحية البدنية والعقلية ، وهو ما يسهل عملية الاداء و بشكل واضح في أثناء مواقف التعليم المختلفة لمجموعة التمارين التي تلقاها اللاعبون خلال تطبيق مفردات الوحدات التعليمية . لان تزويد المتعلمين بالمعلومات يؤدي إلى رفع قدراتهم ويجعلهم يؤدون التمارين الخاصة بتطوير قدرتهم الحركية (التوافق الحركي، الدقة الحركي) وهذا ما انعكس بشكل ايجابي على حركتهم السريعة اثناء اداء التمارين ، وبالتالي اسهم في تطوير الاداء المهاري وإلى زيادة مستوى التعلم لدى الناشئ وهو ما شكل مردودا ايجابيا " لان اللاعب كلما زادت خبرته وتوسعت معارفه ومعلوماته أصبحت قدرته على التصرف الحركي أكثر دقة مما يجعل أداءه يتميز بالسرعة والسهولة وأيضا يتطور ذكاهه " .⁽¹⁾

كما ان استخدام مفردات المنهاج التعليمي الخاصة بتطوير قدرة التوافق الحركي في مجال تطوير الجانب المهاري كان له تأثير ايجابي على افراد المجموعة التجريبية ، لكونه اسلوب يحاكي قدرات المتعلم من خلال اتباع المنهج العلمي في العمل والسير في خطوات منتظمة من خلال التمارين التطويرية والنماذج الحركية على وفق نظريات التعلم بغرض تحقيق اهداف معينة ، في الوقت الذي نجد فيه بان المجموعة الضابطة لم تعتمد على اي منهج تعليمي مدروس ، وانما اعتمدت على المنهج التقليدي والذي كان يفتقر الى ايجابية التعلم والتي تتميز بالأساليب التعليمية الحديثة التي تعتمد على المدركات الحسية ذات التصورات البصرية الفعالة والمؤثرة ، وهذا ما تفوقت به المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة حيث كان المتغير التجريبي حصرا قد اعتمد من قبل المجموعة التجريبية ، والتي حققت بيئة تعلم منتجة وفعالة من خلال الاعتماد منهج تعليمي يتضمن مفردات تطوير التوافق الحركي في كل وحدة من الوحدات التعليمية وهو ما مثل حقيقة تجريبية باستخدام العروض البصرية للأداء الحركي للتمرينات وتصحيح مسارها وبشكل متكرر ، مما اعطى تصورا حركيا في ذهن المتعلم ساهم في بناء النموذج الحركي والذي بموجبه استطاع المتعلم ان يدرك الخطأ ويقوم بتصحيحه اعتمادا على قدراته الذهنية والبدنية ، مما حقق ذلك توافقا عصبي عضلي وبالتالي اعطى للمتعلم تصورا فعليا عن الاداء الحركي وتجاوز الحركات العشوائية التي اتاحت للمتعلم كيفية المقارنة بين ما يجب ان يتم وما تم فعلا ، وتعزيزا لما تم عرضه يرى (طلحة حسام الدين) بان " التوافق العصبي العضلي هو عبارة

1. Owen,Bandelark ,N,beginnes Buide to scove Tanning and Couning pelher book ltd , London 1975,p,13

¹ . اشرف محمد علي ، محمد إبراهيم محمود : تأثير برنامج للتدريب العقلي على مستوى قدرات التفكير الابداعي والتصرف الخططي لناشئ كرة القدم ، بحث منشور في مجلة أسيوط لعلوم وفنون التربية ، العدد 14 ، ج1، كلية التربية الرياضية ، جامعة أسيوط 2002، ص115

عن ايجاد علاقة حركية متجانسة مبنية على التوقيت الصحيح بين اجزاء معينة من الجسم وعلى وفق طبيعة الحركة المراد ادائها " (2).

أما فيما يخص أفراد المجموعة التجريبية فيعزو الباحثان سبب معنوية الفروق بين الاختبارات القبالية والبعديّة في التوافق الحركي إلى ممارسة أفراد هذه المجموعة التمرينات بصورة متدرجة بالإضافة إلى التكرارات الكثيرة التي قاموا بها ، إذ " إن التكرار يقودنا إلى التعلم وفق النظرية التي تقول إلى إن الاستجابة الناجحة هي الاستجابة الأكثر تكرار وحادثة " (3) وهذا ما قد يكون مألوفاً لديهم في الوحدات التعليمية المتبعة ، مما أدى إلى زيادة فهم اللاعبين للواجب الحركي في تنفيذ مفردات الوحدات التعليمية وأجزائها وتطبيق التمرينات الخاصة بالتوافق الحركي بشكل جيد وواضح .

كما ان نتائج التطور التي حققها افراد المجموعة التجريبية هي نتيجة الاستجابات الحركية التي ظهرت في الوحدات التعليمية التي كانت تمثل زيادة الحافز لتحقيق الاستجابات عند تنفيذ الأداء المهاري إذ " إن زيادة الحافز تسبب زيادة في قوة كل الاستجابات في موقف ، كما إن المواقف التعليمية وتكرارها تنتج عنها معدلات أعلى للحافز" (1) كذلك إلى استعمالهم أو تطبيقهم تمرينات التوافق الحركي في إنشاء الوحدات التعليمية مع التمارين الخاصة بتطوير دقة مهارتي الارسال والضرب الساحق بالكرة الطائرة ، التي تم إدخالها في مفردات المنهج التعليمي المعد من قبل الباحثان ولاسيما في القسم الرئيسي من الوحدات التعليمية ، إذ أدت هذه التمرينات فاعليتها ودورها في دقة اداء المهارات قيد الدراسة وهو ما اظهرت نتائج من تقدم في المستوى المهاري ، وقد بات واضحاً تأثيرها الايجابي والفعال في مهارتي الارسال المواجه من الاعلى والضرب الساحق المواجه العالي والتي تحتاج إلى توافق عصبي عضلي بين العين والكرة والذراع الضاربة وأيضاً تحتاج دقة وانتباه جيدين ولحركة الذراع الضاربة وتوافقها مع العينين ، " كما انه من الضروري توقيت حركتي المد والثني في مفصل الركبة إذ يلعب هذا التوقيت العنصر الاكثر اهمية في تحديد كمية قوة رد الفعل ، فهذه العملية ترتبط بقوة الرياضي وقابلية التوافق الحركي له " . (2٧) فأن ممارسة وتطبيق المتعلمين تمرينات تطوير التوافق الحركي قد اثر بشكل ايجابي على إيجاد توافق عضلي عصبي عن طريق تركيز الانتباه والتصور لتكرار المهارة مرة بعد أخرى ، ويزداد الإحساس الحركي بالمهارة دقة مع التكرار المستمرة لها وان الزيادة في تكرار المهارة وممارستها أعطى أفضلية في تحديد دقة الحركة وتقليل نسبة أخطائها " أن الإحساس بالمهارة عقلياً

² . طلحة حسين حسام الدين : الأسس الحركية والوظيفية للتدريب الرياضي . القاهرة . دار الفكر العربي ، 1994 ، ص 182 ، 183 .

³ - سيد محمد خير الله وممدوح عبد المنعم : سيكولوجيا التعلم بين النظرية والتطبيق . بيروت ، دار النهضة العربية للطباعة والنشر ، 1993 ص 126 .

¹ - علي مجيد مطاوع : سيكولوجية المنافسات ، ج1 ، مصر : دار المعارف ، 1977 ، ص 104 .

² <http://www.itfbiomechanics.com> and Rod Cross Stuart Miller (LX-Equipment and advanced performance) **ITF Biomechanics of advanced Tennis**, Ltd , 2003 , p 190)² المكتبة الافتراضية

وبدنياً ، يساهم في تطويرها وخاصة إذا كان ضمن البرنامج يستند للمعايير العلمية التي تخضع لها العملية التعليمية " (3).

كما ان التطور الذي حصلت عليه المجموعة التجريبية يعزوه الباحثان إلى إن أي مهارة من المهارات الرياضية تحتاج إلى تمارينات وتدريبات متكررة ، وان مهارتي الارسال والضرب الساحق قيد البحث بشكل عام تحتاج من المتعلم الى التوافق الحركي والتصور العالي والناجح للأداء ، إذ أن المسارات الحركية التي تحدد هذه المهارات كثيرة ولهذا تختلف المسارات فيها ، ومن خلال تمارينات التوافق الحركي والتمارينات المهارية التي طبقها المتعلمين فقد استطاعوا تطوير التوافق والتي لها انعكاس ايجابي على ما تتصف به المهارة طبقاً للأداء المهاري المطلوب تنفيذه ، فضلا عن ذلك كان اسلوب العمل يتبع ما تم التخطيط له في الوحدة التعليمية متدرجا من السهل إلى الصعب ومن الثبات إلى الحركة ، وذلك للمساهمة في تنمية قدرة التوافق الحركي لجسم اللاعب اثناء الاداء مع التأكيد على الأداء الصحيح في أثناء ممارسة المهارة ، وبالتالي جعل التقدم لدى المتعلمين واضحا في دقة اداء مهارة الارسال والضرب الساحق ، إذ تعد الدقة " مكون أو صفة مهمة يتوقف عليها الفوز ، فهي الغاية المرجوة في الأداء لإحراز النقاط ، فإذا تمّ قياس المحصلة النهائية للأداء السريع القوي نجد لا فائدة منه إذا أفترق إلى صفة دقة الأداء " (1).

6.1.4 عرض نتائج علاقة الارتباط بين التوافق الحركي ومهارتي الارسال والضرب الساحق بالكرة الطائرة وتحليلها ومناقشتها :

الجدول (9)

يبين قيم معامل الارتباط بين التوافق الحركي ودقة مهارتي الارسال والضرب الساحق

الكرة الطائرة قيد البحث

المتغير الاحصائي	المهارة	معامل الارتباط للمجموعة الضابطة	معامل الارتباط للمجموعة التجريبية
التوافق الحركي بين العين واليد	دقة الارسال المواجه من الاعلى	0.56	0.61
	دقة الضرب الساحق المواجه العالي	0.52	0.58

قيمة (ر) الجدولية = (0.43) عند مستوى دلالة (0.05) وتحت درجة حرية (10) .

4.4 مناقشة نتائج علاقة الارتباط بين التوافق الحركي ومهارتي الارسال والضرب الساحق بالكرة الطائرة :

³ - أ.د.ناهدة عبد زيد وسعد حماد صالح وأزاد حسن قادر : تأثير تمارينات التوافق الحركي في تطوير دقة بعض مهارات الكرة الطائرة وعلاقتها بتركيز الانتباه ، مجلة جامعة بابل ، المجلد ، العدد24، 2011، ص

¹ - محمد صبحي حسنين وحدي عبد المنعم. : مصدر سبق ذكره ، 1997 ، ص 21 .

من خلال ما تم عرضه في الجدول (9,8,7) نلاحظ وجود فروق معنوية بين الاختبارات القبالية والبعديّة لاختبارات دقة المهارات قيد البحث لمجموعة الضابطة ولصالح الاختبارات البعدية، ويعزو الباحثان سبب هذه الفروق إلى انتظام المجموعة الضابطة بالوحدات التعليمية المخصصة لها وفق المنهج المقرر، وكذلك التكرارات في الأداء والاستمرار في تطبيق الوحدات المخصصة لتطوير المهارات الأساسية بالكرة الطائرة، إذ أن من "الظواهر الطبيعية لعملية التعلم هو انه لا بد أن يكون هناك تطور في التعلم ما دام المدرس يتبع الخطوات والأسس السليمة لعملية التعلم والتمرن على الأداء الصحيح والتركيز عليه لحين ترسيخ الأداء وثباته".⁽²⁾

كذلك التطور الذي حصلت عليه المجموعة الضابطة جاء نتيجة الرغبة والدافعية للمتعلمين ، إذ أن تولد الرغبة والدافعية لدى المتعلم تجعله يصل إلى دقة من الأداء الجيد إذ توجد "أساليب عدة لإثارة دوافع المتعلم نحو الفعالية أو اللعبة لتعلم مهاراتها وممارستها ومن هذه الأساليب هي تسهيل فرص التعلم الحركي ووضوح الهدف المناسب لتعلم المهارة وتطويرها ،فضلا عن التوازن في إشباع حاجات المتعلم".⁽³⁾

أما المجموعة التجريبية فقد ظهرت فروق معنوية أيضا بين الاختبارات القبالية والبعديّة لاختبارات دقة المهارات قيد البحث كما في الجدول (8) ، ويعزو الباحثون ذلك إلى المنهاج التعليمي والذي يتضمن تطبيق تمارين تطوير قدرة التوافق الحركي في إنشاء الوحدات التعليمية مع التمارين الخاصة بتطوير دقة لمهارتي الإرسال والضرب الساحق بالكرة الطائرة التي تم إدخالها في مفردات المنهج التعليمي وبالخصوص في القسم الرئيسي من الوحدات التعليمية ، إذ دلت هذه التمارين على فاعليتها ودورها في تحسين دقة المهارات قيد البحث ، وقد بات واضحا تأثيرها الايجابي والفعال في أداء مهارتي الإرسال والضرب الساحق ، والتي تعد من المهارات الأساسية المهمة بلعبة الكرة الطائرة والتي تحتاج إلى توافق عضلي عصبي بين العين والذراع الضاربة وأيضا تحتاج دقة لحركة الذراع وتوافقها مع العينين والكرة ، لان ممارسة وتطبيق اللاعبين تمارين التوافق الحركي قد اثر بشكل ايجابي على إيجاد توافق حركي عن طريق التمارين التطويرية الحركية والتي ادت دور ايجابي في تطوير الاداء المهاري نتيجة اكتسابهم مراحل الاداء الفني للمهارتي بشكل جيد وهو ما ادى الى تصور حركي جيد بالمهارة وهو ما انعكس على مستوى دقة الاداء ، وان الزيادة في تكرار اداء التمارين الخاصة بالمهارة وممارستها سيعطي أفضلية في تحديد دقة الحركة وتقليل نسبة أخطائها وهذا ما أشار إليه في أن "الإحساس بالمهارة عقليا وبدنياً، يساهم في تطويرها وخاصة إذا كان ضمن برنامج يستند للمعايير العلمية التي تخضع لها العملية التعليمية".⁽⁴⁾

كذلك التطور الذي حصلت عليه المجموعة التجريبية يعزوه الباحثون إلى إن أي مهارة من المهارات الرياضية تحتاج إلى تمارين وتدريبات متكررة بالإضافة إلى تركيز الاداء المهاري على النقطة التي يجب أن

²Magill, A. Motor learning and control . baton , mc. (2004) p .273. 1-

³2-ناهدة عبد زيد الدليمي : مختارات في التعلم الحركي ، النجف الاشرف ، مطبعة دار الضياء للطباعة والنشر، 2011، ص29.

¹ -محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين : الاختبارات المهارية والنفسية في المجال الرياضي ، مصر: دار الفكر العربي، 1987، ص115.

ترسل إليها الكرة بقوة وبسرعة ، خاصة ان مهارتي الارسال والضرب الساحق هي من المهارات الهجومية والتي تتشابه من حيث مراحل الاداء الفني ، فهي تحتاج من اللاعب توافق حركي في الاداء وهو ما يحتاج اليه في الدقة المهارية ، إذ أن المسارات الحركية التي تحدد هذه المهارات كثيرة ولهذا تختلف المسارات فيها ،ومن خلال التمرينات المهارية وتمرينات التوافق الحركي والتي طبقها اللاعبون فقد استطاعوا امتلاك مجموعة من القدرات التي تتصف بها هذه المهارة مثل السرعة في ربط اجزاء الحركة نتيجة التوافق الجيد بين هذه العناصر طبقاً للأداء المهاري المطلوب تنفيذه ، فضلاً عن ذلك كان العمل بها يتدرج فيها من التمرينات التي تتميز بدرجة السهولة إلى الصعوبة ، ومن الاوضاع المختلفة للجسم من الثبات إلى الحركة ، مع التأكيد على الأداء الصحيح في أثناء ممارسة المهارة ، وهو ما اثر بشكل ايجابي في عملية التطوير وساهم في تقدم مستوى دقة الاداء في مهارتي الارسال والضرب الساحق لدى اللاعبين واضحاً في هذه المهارات ، إذ تعد الدقة" مكون أو صفة مهمة يتوقف عليه الفوز، فهو الغاية المرجوة في الأداء لإحراز النقاط، فإذا تمّ قياس المحصلة النهائية للأداء السريع القوي نجد لا فائدة منها إذا افتقرت إلى صفة دقة الأداء.(2)

من خلال الجدول (7) الذي يبين وجود فروق معنوية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبارات البعدية لدقة المهارات قيد البحث ، ويعزو الباحثان إلى إن أفراد هذه المجموعة التجريبية قد أدوا هذه المهارات بشكل جيد لكونهم اكتسبوا التوافق الحركي نتيجة لممارستهم المتكررة لها والذي كان له دور كبير في الوصول إلى الأداء الصحيح للمهارة بتناسق وانسجام وسيطرة وبدون تصلب أو توتر، " لأن التطور الحركي للاعبين وخاصة فئة الناشئين في هذه المرحلة العمرية سيكون بشكل سريع من خلال استعانتهم بالحركات المخزونة التي سبق أنّ تعلمها المتعلم "(2) ، فضلاً عن الدور الذي أدته التمرينات المهارية وتمرينات التوافق الحركي التي أعدها الباحثون في المنهج التعليمي التي كان لها دور فعال في حصول هذا التطور لدى المجموعة التجريبية، وهذا ما تم تأكيد في أن " تعليم العناصر التكنيكية وتحسين يتطلب قابلية تركيز عالية من قبل اللاعب".(2)

وبالإضافة لكل ما تقدم فقد أصبح افراد المجموعة التجريبية لديهم القدرة على ان يؤدون مهارتي الارسال والضرب الساحق بشكل جيد منذ بدايتها وحتى نهايتها ، نتيجة التوافق الحركي الجيد الذي تم الوصول اليه من خلال إداء التمارين وتكرارها بدون اخطاء او إضاعة بالوقت وحركات زائدة التي لا تخدم عملية التعلم أي سيطرتهم على الأعضاء(الرجلين، واليدين والعينين) بشكل كبير مما أدى إلى تحقيق الهدف والارتقاء بدقة الأداء المهاري وكسب التوافق الحركي المتأتي من التمرينات المعدة في المنهج التعليمي والممارسة من قبل

2- محمد صبيحي حسانين وحمد عبد المنعم. : الأسس العلمية للكرة الطائرة وطرق القياس والتقييم، ط1، القاهرة : مركز الكتاب للنشر، 1997 ، ص21

2 كورت ماينل. العلم الحركي،(ترجمة) عبد علي نصيف، بغداد: مطابع جامعة بغداد ،1987، ص266.

2 هارة. اصول التدريب،(ترجمة) عبد علي نصيف، بغداد: مطابع جامعة بغداد ،1975، ص285.

المتعلمين وفق الأوقات المحددة للأداء وهذا يتفق مع أن " التكرار والتدريب يعطي للمهارة إتقان أكثر وتنافس وتألق حركي أكثر دقة".⁽³⁾

كما يعزو الباحثان سبب الفروق في النتائج بين المجموعتين الى علاقة الارتباط الايجابية أذ ان اللاعبين في المجموعة التجريبية اصبح مستوى تطورهم في قدرة التوافق الحركي واضحا من خلال الاداء المهاري المنسجم مع متطلبات المهارة والذي انعكس على ما تحقق من نتائج في ادائهم ، وهذه العملية تحتاج إلى قابلية كبيرة في السيطرة على اجزاء الجسم التي تقوم بالأداء لمهاري الارسال والضرب الساحق ، فكلما كان الوقت اللازم للاستجابة سريع من قبل اللاعبين دل ذلك على قدرتهم في مجابهة متطلبات الأداء وصولاً إلى تحقيق العمل المطلوب ، وهذا ما تم تأكيده في أن "تحسين القدرات الحركية لدى اللاعب تعمل على زيادة قابليته على التنبؤ بما يكون عليه الواجب الحركي وبالتالي زيادة قابليته على التكيف مع ما يحدث في أثناء المباراة من اساليب وخطط هجومية ، كما تعمل على تطوير إمكانيته بتنفيذ كل المهارات والواجبات والتحكم في مجريات اللعب بشكل متوازن في أثناء المباراة".⁽¹⁾ كما "أن اللاعب الذي ينشد تحقيق أقصى أداء يجب أن يتعلم الاحتفاظ بدرجة يقظة عالية كما يتعلم أن يوجه الانتباه ويستجيب للتلميحات المعينة المرتبطة بالأداء".⁽²⁾

من خلال النتائج في الجدول (9) يرى الباحثان أن هناك علاقة ارتباط بين تطوير التوافق الحركي ودقة مهارتي الارسال المواجه من الاعلى والضرب الساحق يمكن ملاحظتها من خلال قيم الارتباط ، ويعزو الباحثان سبب هذه العلاقة " إلى انه من الضروري توقيت حركتي المد والثني في مفصل الركبة اذ يلعب هذا التوقيت العنصر الاكثر اهمية في تحديد كمية قوة رد الفعل ، فهذه العملية ترتبط بقوة الرياضي وقابلية التوافق الحركي له ".⁽³⁾ أن الدقة تهدف إلى الوصول باللاعب إلى مرحلة التوافق الدقيق وهذا لا يمكن تحقيقه الا من خلال الوحدات التعليمية ، إذ "إن ال متعلم لأي مهارة لا يتعدى المرحلة الأولية الخام من الأداء الحركي خلال الوحدات التعليمية في التربية الرياضية".⁽⁴⁾ ويرجع الباحثان هذه النتائج أيضاً إلى إتباع مبادئ التعلم العلمية المقننة من حيث الاستعدادات الفسيولوجية والسيكولوجية للاعبين ، واستخدام مبدأ التكامل والشمول عند تطوير القدرة الخاصة بمهارة الارسال والضربة الهجومية ، لضمان البثء البدني والجسمي المتزن والمتكامل ، والتي أدت إلى تحسين المهارتين وتكيف الجسم مع المتطلبات الاداء نتيجة التدرج والتنوع في التمرينات ومراعاة الفروق الفردية وخصائص النمو للناشئين ، وهذا ما يؤكد إن تمارينات التوافق الحركي قد أثرت في تطوير الدقة لمهارتي الإرسال المواجه من الاعلى والضرب الساحق بالكرة الطائرة .

5. الاستنتاجات والتوصيات :

³ وحيه محجوب (وأخرون) :. المصدر السابق ، 2000، ص175.

¹ -غازي صالح حمود: الاستجابة الانفعالية وبعض القدرات العقلية وعلاقتها بالمعرفة الخططي، أطروحة دكتوراه، منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، 2000، ص124.

² -أسامة كامل راتب: علم نفس الرياضية -المفاهيم - التطبيقات، ط3، القاهرة: دار الفكر العربي، 2000، ص365.

³ .http ll www : and Rod Cross Stuart Mille , 2003 ,p190³ (المكتبة الافتراضية)

⁴ بسطويسي احمد وعباس احمد السامرائي :. طرق التدريس في مجال التربية الرياضية ،الموصل: مطبعة جامعة الموصل ، 1984 ، ص164.

1.5 الاستنتاجات :

في ضوء النتائج التي تم الحصول عليها استنتج الباحثان ما يأتي :-

1. ان المنهج التعليمي أدى إلى تحسين قدرة التوافق الحركي لدى ناشئي الكرة الطائرة .
2. إن تطوير التوافق الحركي قد أثر بشكل ايجابي في دقة مهارتي الارسال المواجه من الاعلى والضرب الساحق بالكرة الطائرة .
3. أن استخدام التمرينات الخاصة بتطوير التوافق الحركي في الوحدات التعليمية والمصاحبة للأداء كان لها دور فعال لدى أفراد المجموعة التجريبية .
4. تفوق المجموعة التجريبية في تطوير في دقة مهارتي الارسال والضرب الساحق بالكرة الطائرة قيد البحث على المجموعة الضابطة .
5. هناك علاقات ارتباط معنوية بين دقة مهارتي الارسال والضرب الساحق بالكرة الطائرة قيد البحث وتطوير التوافق الحركي .

2.5 التوصيات :

في ضوء النتائج التي تم الحصول يوصي الباحثان بما يأتي :-

1. يوصي الباحثان باستخدام المنهاج التعليمي من قبل العاملين في مجال تعليم ناشئي الكرة الطائرة بالأندية الرياضية للاستفادة منه .
2. ضرورة استعمال المدربين تمرينات تطوير التوافق الحركي في تعليم المهارات الأساسية بالكرة الطائرة وتطوير دقتها .
3. تخصيص وقت خلال الوحدة التعليمية ضمن مقرر الكرة الطائرة في المرحلة الثالثة لإدخال تمرينات التوافق الحركي لأهميتها في تطوير دقة المهارات الحركية .
4. ضرورة الاهتمام بقدرة التوافق الحركي لعلاقتها في تطوير دقة مهارتي الارسال المواجه من الاعلى والضرب الساحق لدى الناشئين .
5. يوصي الباحثان بإجراء بحوث مشابهة على اللاعبين للمهارات الأخرى بالكرة الطائرة ومهارات الألعاب والفعاليات الرياضية لمعرفة مدى أهمية تركيز الانتباه على الفعاليات الرياضية المختلفة .

المصادر العربية والاجنبية

المصادر العربية :

1. أسامة كامل راتب : علم نفس الرياضية - المفاهيم - التطبيقات، ط3، القاهرة،: دار الفكر العربي ، 2000، ص365.
3. أبو العلا عبد الفتاح : التدريب الرياضي ، الأسس الفسيولوجية ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1997 ، ص 169 .
4. اشرف محمد علي ، محمد إبراهيم محمود : تأثير برنامج للتدريب العقلي على مستوى قدرات التفكير الابتكاري والتصرف الخططي لناشئي كرة القدم ، بحث منشور في مجلة أسبوط لعلوم وفنون التربية ، العدد 14 ، ج1، كلية التربية الرياضية ، جامعة أسبوط ، 2002، ص115

5. أمر الله السباطي . قواعد وأسس التدريب الرياضي وتطبيقاته ، الإسكندرية: مطبعة المعارف، 1988، ص 53.
6. بسطويسي احمد وعباس احمد السامرائي . طرق التدريس في مجال التربية الرياضية ،الموصل: مطبعة جامعة الموصل ، 1984 ، ص164.
7. جمال الدين علي (وآخرون) : القدرات الادراكية لتلاميذ المرحلة الابتدائية بدول الامارات العربية المتحدة : (مجلة جامعة الامارات العربية المتحدة ، 1999) ص 27.
8. حسن عبد الجواد . الكرة الطائرة والمبادئ الأساسية . القاهرة : دار الفكر العربي ، 1993 ، ص 49 .
9. ريسان خريبط : مناهج البحث في التربية البدنية : الموصل ، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر ، 1987، ص.145 .
11. سعد حماد أجميلي : الكرة الطائرة ومبادئها وتطبيقاتها الميدانية ، عمان، دار دجلة ، ط1 ، 2007 ، ص31 .
- سيد محمد خير الله وممدوح عبد المنعم : سيكولوجيا التعلم بين النظرية والتطبيق . بيروت ، دار النهضة العربية للطباعة والنشر ، 1993، ص126.
12. طلحة حسين حسام الدين : الأسس الحركية والوظيفية للتدريب الرياضي . القاهرة . دار الفكر العربي ، 1994 ، ص 182 ، 183 .
13. عامر جبار . دراسة مقارنة في بعض المتغيرات البايوميكانيكية للارسلين المتموج الأمامي والساحق بالكرة الطائرة . أطروحة دكتوراه . كلية التربية الرياضية . جامعة بغداد ، 1998 ، ص 8 . 9 .
14. علي سلوم جواد الحكيم : الاختبارات والقياس والإحصاء في المجال الرياضي . القادسية ، الطيف للطباعة والنشر ، ص149.
15. عصام عبد الخالق : التدريب الرياضي نظريات تطبيقات، ط1، الإسكندرية: دار المعارف ، عمان . مطابع العامري . 2003 . ص35 .
17. علي حسنين حسب الله (وآخرون) . الكرة الطائرة المعاصرة ، عمان ، مكتبة ومطبعة الغد ، 2000، ص52.
18. علي سلوم الحكيم : الاختبارات والقياس والإحصاء في المجال الرياضي ، بغداد ، مطبعة الطيف ، 2004 ، ص 184 .
19. عمرو أبو الجود وجمال النمكي : تخطيط برامج تربية وتدريب البراعم والناشئين في كرة القدم ، مركز الكتاب وللنشر القاهرة ، مصر 1997 ، ص 185 .
20. غازي صالح حمود : الاستجابة الانفعالية وبعض القدرات العقلية وعلاقتها بالمعرفة الخطئية، أطروحة دكتوراه، منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، 2000، ص124.
21. مجمع اللغة العربية : معجم علم النفس والتربية ، القاهرة ، الهيئة العامة للشؤون والمطابع ، ج1 ، 1984 ، ص79 .
22. ليث ابراهيم جاسم : تأثير تمارين السوبر سبت لتطوير القوة الخاصة على قوة ودقة التصويب خلال الجهد المختلف للاعبين كرة اليد الشباب باعمار (18- 20) سنة،(اطروحة دكتوراه) جامعة بغداد، 2008، ص41.
23. لؤي غانم الصميدعي : البايوميكانيك والرياضة ،الموصل :دار الكتب ،1987، ص144 .
24. كورت ماينل : التعلم الحركي ، (ترجمة) عبد علي نصيف ، بغداد ، مطابع جامعة بغداد ، 1987، ص266.
25. قاسم حسن حسين منصور العنبيكي : اللياقة البدنية وطرق تحقيقها ،بغداد 1918 ، ص 308 .
26. مروان عبد المجيد : الموسوعة العلمية للكرة الطائرة ،مهارات خطط ،اختبارات بدنية ومهاريه ،قياسات جسمية ،انتقاء معاقين ،تحكيم ،ط1، مؤسسة الوراق للنشر ،عمان ،2001، ص80 .
28. محمد صبحي حسنين ، حمدي عبد المنعم . الأسس العلمية للكرة الطائرة وطرق القياس ، ط 2 ، القاهرة ، مركز الكتاب ، 1997، ص 157 .

29. محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان : القياس في التربية وعلم النفس الرياضي ، القاهرة دار الفكر العربي، 1988، ص322.
30. محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان : القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي ، القاهرة : دار الفكر العربي ، 2007، ص 299.
31. محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين. الاختبارات المهارية والنفسية في المجال الرياضي ، مصر: دار الفكر العربي، 1987، ص115.
32. محمد صبحي حسنين وحلمي عبد المنعم : الأسس العلمية للكرة الطائرة وطرق القياس والتقييم، ط1، القاهرة : مركز الكتاب للنشر، 1997 ، ص 21 .
33. محمد صبحي حسنين : التقييم و القياس في التربية البدنية و الرياضية ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1987 .، ص 47 .
34. مروان عبد المجيد . أسس البحث العلمي لإعداد الرسائل الجامعية ، ط1 ، عمان : مؤسسة الوراق ، 2000، ص 44.
35. مروان عبد المجيد : الأسس العلمية والطرق الإحصائية للاختبارات والقياس في التربية الرياضية ، ط 1، عمان : دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، 1999، ص70.
36. مكرم سعيد السعدون : علاقة بعض القدرات الحركية الأساسية بمستوى اداء بعض مهارات كرة السلة ، مجلة علوم التربية الرياضية (جامعة بابل - العدد 2 مجلة 1، جامعة بابل كلية التربية الرياضية ، 2002 ، 23 ص .
38. ناهدة عبد زيد الدليمي : مختارات في التعلم الحركي ، النجف الاشرف ، مطبعة دار الضياء للطباعة والنشر، 2011، ص29.
39. ناهدة عبد زيد وسعد حماد صالح وأزاد حسن قادر : تأثير تمارين التوافق الحركي في تطوير دقة بعض مهارات الكرة الطائرة وعلاقتها بتركيز الانتباه ، مجلة جامعة بابل ، المجلد ، العدد24، 2011، ص .
40. نوري الشوك في أطروحة الدكتوراه. بعض المحددات الأساسية التخصصية لناشئي الكرة الطائرة في العراق بأعمار (16.14) سنة ، تم تقنينه من قبل الباحث ، كلية التربية الرياضية . جامعة بغداد ، 1996 . على ضوء التعديل لقانون اللعبة بأداء الإرسال على طول الخط (9 م) وليس من (3 م) .
41. وجيه محجوب : طرائق البحث العلمي ومناهجه ، بغداد ، دار الحكمة للطباعة والنشر ، 1993 ، ص179.
43. هارا : اصول التدريب،(ترجمة) عبد علي نصيف، بغداد :مطابع جامعة بغداد، 1975، ص285.

المصادر الاجنبية

1. Daley S.P., Palermo A.G., Nivet M., Soto-Greene M.L., Taylor V.S., Butts G.C., Johnso . 2008. p 56.
2. Brown., & T Muth, R.. **Leadership mentoring in clinical practice: Role socialization, professional development, and capacity building.** Educational. Administration Quarterly(2005), p 37. ،
4. Owen,Bandelark ,N,**beginnes Buide to scove Tanning and Couning pelher book ltd** , London . 1975,p,13
5. http ll www : and Rod Cross Stuart Miller (**LX-Equipment and advanced performance**) ITF Biomechanics of advanced Tennis, Ltd , 2003 , p 190 المكتبة الافتراضية
6. Magill, A. **Motor learning and control . baton** , , London, mc. (2004) p .273.

الملاحق

مفردات منهاج تعليمي في تطوير التوافق الحركي وعلاقته بدقة أداء مهارتي الارسال المواجه من الاعلى (التنس) والضرب الساحق لدى ناشئي الكرة الطائرة

ت	مفردات المنهج التعليمي	الوحدة التعليمية	الاسبوع	زمن الوحدة	التاريخ
1	تمريبات التوافق الحركي . الاداء الفني لمرحلة الاقتراب (مسك الكرة)	الاولى . الثانية	الاول =	90 90	2016/2/21 2016/2/23
2	تمريبات التوافق الحركي . الاداء الفني لمرحلة ضرب الارسال المواجه	الثالثة . الرابعة	الاول الثاني	90 90	2016/2/25 2016/2/28
3	تمريبات التوافق الحركي . دقة أداء الارسال المواجه من الاعلى	الخامسة . السادسة . السابعة الثامنة . التاسعة . العاشرة الحادية عشر . الثانية عشر	الثاني الثالث الرابع	90 =	2016/3/1 الى 2016/3/17
4	تمريبات التوافق الحركي . الاداء الفني لمرحلة الاقتراب والقفز	الثالثة عشر الرابعة عشر	الخامس الخامس	90 90	2016/3/20 2016/3/22
5	تمريبات التوافق الحركي . الاداء الفني لمرحلة الضرب والهبوط	الخامسة عشر السادسة عشر السابعة عشر	الخامس السادس السادس	90 90 90	2016/3/24 2016/3/27 2016/3/29
6	تمريبات التوافق الحركي . دقة اداء مهارة الضربة الساحقة المواجه بالكرة الطائرة	الثامنة عشر . التاسعة عشر العشرون . الحادية العشرين الثانية والعشرين الثالثة والعشرين الرابعة والعشرين	السادس السابع الثامن	90 = 90	2016/3/31 الى 2014/4/14
	المجموع	24 وحدة	8 اسابيع	دقيقة 2160	2/21 الى 2016/4/14

ملحق (أ) . أنموذج وحدة تعليمية لمجموعة التجريبية (10)

المجموعة التجريبية : عدد اللاعبين : (5)

الهدف التعليمي : تطوير قدرة التوافق الحركي ، دقة أداء الارسال المواجه من الاعلى

الأدوات : ملعب للكرة الطائرة ، كرات طائرة ، كرات طبية ، شواخص ، صناديق خشبية .

أقسام الوحدة التعليمية	الوقت	الفعاليات والمهارات الحركية
القسم التحضيري	10 دقائق	. إحماء عام يشتمل على تمارين عامة لجميع أجزاء الجسم
	20 دقيقة	. إحماء خاص يشتمل على تمارين خاصة بالرشاقة والتوافق والتوازن والمرونة والدقة الحركية .

1- تمارينات التوافق الكلي للجسم تحريك الرجلين بالتبادل مع دوران الذراعين الوثب لرفع الرجل اليمنى اماما والذراعان اماما الوثب لرفع الرجل اليسرى اماما والذراعان ا ب- تمارينات التوافق بين اليد والعين الوقوف استلام الكرات من الامام الجلوس استلام الكرات من الامام والخلف القفز وضرب الكرات بالدوران الى الامام	15 دقائق	30 دقيقة	60 دقيقة	الجانب التعليمي	القسم الرئيسي
- شرح اداء مرحلة الضرب (التنفيذ) مهارة الارسال المواجه من الاعلى بالكرة الطائرة	15 دقائق				
. الجلوس والنهوض لأداء ضربة الارسال إلى المنطقة الخلفية باتجاه الصندوق رقم(2 ، 3 ، 4)	6 دقائق	0 دقيقة	60 دقيقة	الجانب التطبيقي	
. الجلوس والنهوض لأداء ضربة الارسال إلى المنطقة الخلفية باتجاه الصندوق رقم(1 ، 6 ، 5)	6 دقائق				
. اداء الإرسال إلى المنطقة الخلفية باتجاه الصندوق رقم(1)	6 دقائق				
. اداء الإرسال إلى المنطقة الخلفية باتجاه الصندوق رقم(5)	6 دقائق				
. اداء الإرسال إلى المنطقة الخلفية باتجاه الصندوق رقم(1) ثم الصندوق رقم (5) ثم باتجاه الصندوق رقم (6)	6 دقائق				
. نشاط ختامي (تنافسي)	10 دقائق	10 دقائق		القسم الختامي	

ملحق (ب) نموذج وحدة تعليمية لمجموعة التجريبية (21)

المجموعة التجريبية : عدد اللاعبين : (5)

الهدف التعليمي : تطوير قدرة التوافق الحركي ، دقة اداء مهارة الضربة الساحقة المواجه بالكرة الطائرة
الأدوات : ملعب للكرة الطائرة ، كرات طائرة ، كرات طبية ، شواخص ، صناديق خشبية .

أقسام الوحدة التعليمية	الوقت	الفعاليات والمهارات الحركية
القسم التحضيرى	10 دقائق	. إحماء عام يشمل على تمارين عامة لجميع أجزاء الجسم
	20 دقيقة	. إحماء خاص يشمل على تمارين خاصة بالرشاقة والتوافق والتوازن والمرونة والدقة الحركية .
الجانب التعليمي	60 دقيقة	1- تمارينات التوافق الكلي للجسم الوثب للأعلى مع رفع الذراعين عاليا مع خفضهما . تحريك الذراعين باتجاهين متعاكسين . . الوثب للأعلى بالدوران . ب- تمارينات التوافق بين اليد والعين . القفز وضرب الكرات من الامام . القفز وضرب الكرات من الخلف . الوقوف رمي الكرات الى مناطق محده
القسم الرئيسي	30 دقيقة	15 دقائق

- شرح اداء مرحلة الضرب (التنفيذ) لمهارة الضرب الساحق المواجه بالكرة الطائرة	15 دقائق	30 دقيقة	الجانب التطبيقي	
. تمرين أداء مهارة الضرب الساحق المواجه بدون كرة قرب الشبكة عبور الشاخص	6 دقائق			
. النهوض لأداء الضرب الساحق المواجه من فوق الشبكة بالكرة	6 دقائق			
. الوقوف قرب الشبكة وضرب الكرة من الدوران	6 دقائق			
. الوقوف قرب الشبكة والوثب للأعلى لضرب الكرة من فوق الشبكة بالتعاقب .	6 دقائق			
. رسم دوائر بألوان مختلفة لضرب الكرة وتوجيهها إلى داخل هذه الدوائر	6 دقائق			
. نشاط ختامي (تنافسي)	10 د	10 دقائق	القسم الختامي	