

تأثير استخدام تمارين متنوعة في تطوير دقة الاداء لبعض المهارات
الاساسية بالكرة الطائرة للناشئين

م. محمد رحيم فاعيل أ.د. عبد الستار جبار ضمد

أ.د. عادل مجيد خزل

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
جامعة البصرة

ملخص البحث العربي:

تمثلت أهمية البحث في اعداد تمارين متنوعة تعمل على تطوير دقة الاداء لبعض المهارات الاساسية كونها تعني الحركات التي ينبغي على اللاعب تنفيذها حسب الظروف التي تتطلبها اللعبة للوصول الى نتائج ايجابية ، اما مشكلة البحث تجلت من خلال المتابعة الميدانية للباحثون ومشاهدة مباريات وتدريبات الناشئين لاحظوا وجود ضعف في دقة الاداء للمهارات الاساسية بالكرة الطائرة قيد البحث، واستخدم الباحثون المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين المتكافئة اما عينة البحث تمثلت باللاعبين الناشئين المنتمين للمدارس التخصصية قسم رعاية الموهبة الرياضية فرع البصرة وعددهم (16) لاعبا، وقام الباحثون بإعداد منهج استمر لمدة (10) اسابيع لذا قاموا بإجراء الاختبارات القبلية والبعدية لمجموعتي البحث وكانت اهم الاستنتاجات للتمارين المقترحة تأثير ايجابي في تطوير دقة الاداء للمهارات الاساسية بالكرة الطائرة للناشئين.

Summary of the research

The effect of using various exercises in developing the performance accuracy of some skills Basic Volleyball for Junior

M. Mohammed Rahim Fael

Prof. Dr. Abdul Sattar Jabbar Damad

Prof. Dr. Adel Majeed Khazal

The importance of research in the preparation of various exercises to develop the accuracy of the performance of some of the basic skills as it means movements that should be implemented by the player according to the circumstances required by the game to reach positive results, either the search problem manifested through the follow-up field for researchers and watching the matches of Iraqi sports clubs in general In particular, beginners' games observed a poor performance of the basic volleyball skills under study. The researchers used the experimental approach in the design of the two equal groups. The research sample consisted of emerging players belonging to the specialist schools. (16) players, and the researchers developed a curriculum that lasted for 10 weeks so they conducted the tribal and remote tests of the two research groups The most important conclusions of the proposed exercises have had a positive impact on the development of the performance accuracy of the basic skills of junior volleyball.

1- التعريفُ بالبحث

١ + مقدمةُ البحث وأهميته

تعد لعبة الكرة الطائرة من الالعاب التي تتميز بتنوع مهاراتها فضلا عن الترابط الوثيق بينها مما يجعل فرصة تحقيق التقدم بالاداء المهاري مرتبط بما تقدمه المهارات الاساسية زيادة على ان اللاعب في هذه اللعبة ينتقل من الواجبات الهجومية الى الدفاعية وبالعكس التي يحتاج في ادائها اسرع وقت وباقل جهد ممكن، فالمهارات الاساسية هي حركات والتي يتحتم على اللاعب ادائها في جميع المواقف التي تتطلبها اللعبة بغرض الوصول الى افضل النتائج، والمهارات الاساسية بالكرة الطائرة تعد كلا متكامل لا نستطيع ان نفصل مهارة عن الاخرى من حيث الاهمية بل ان جميع المهارات متداخلة فيما بينها وتكمل كل منها الاخرى ولا يمكن اتقان فن اللعب او تطبيق انواع خطته اذا اهلنا ايا من تلك المهارات ولهذا يجب معرفة مدى تطور اللاعب في مهارات هذه اللعبة ووصوله الى افضل اداء.

ومن هنا جاءت اهمية البحثو تطبيق تمارين متنوعة ومدى امكانياتها في تحقيق تعلم افضل ومختلف بالفدر المستطاع وان يكون هذا التعلم مبني على اساس متين من حيث الاداء والشكل الصحيح للمهارة مما يضمن تطور افضل لتلك المهارات والذي يترتب عليه بناء لاعبين بكفاءات عالية تسهم في رقد الفرق في لعبة الكرة الطائرة.

1-2 مشكلة البحث:

تتباين المهارات الاساسية بالكرة الطائرة في مدى صعوبتها وطريقة ادائها، وفي ضوء الظروف وقلة الامكانات اللازمة ومدى الجهد الذي يبذله القائمون بالعملية التعليمية والتدريبية على حد سواء في اصال المعلومات وتطوير المهارات، ومن خلال متابعة الباحثون لاحظوا بان هناك ضعف في اداء المهارات الاساسية بالكرة الطائرة ناتج عن عدم احتواء المنهج على التمارين المتنوعة والضرورية التي تعمل على رفع وتطوير القدرات المختلفة لما لها دور ايجابي في تطوير هذه المهارات اذ يهمل المدربون هذه التمرينات وان تطرقوا لها تكون ليس بالشكل الملائم ، ومن هنا جاءت فكرة البحث وكانت المشكلة التي يرغب الباحثون بالتطرق لها محاولين ايجاد حل لذلك.

1-3 أهداف البحث:

- 1- اعداد تمرينات متنوعة بالكرة الطائرة للناشئين .
- 2- التعرف على تأثير التمرينات المتنوعة في تطوير دقة الاداء للمهارات الاساسية بالكرة الطائرة للناشئين.

1-4 فرضية البحث:

- 1- هناك تأثير معنوي للتمرينات المتنوعة بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح البعدي.

5-1 مجالات البحث:

1-5-1 المجال البشري: اللاعبين الناشئين في المدارس التخصصية في الكرة الطائرة التابعة لمديرية الشباب والرياضة فرع البصرة للعام (2018 - 2019).

2-5-1 المجال الزمني: من 2018/7/7 إلى 2018/10/7

3-5-1 المجال المكاني: ملاعب الكرة الطائرة لمنتدى شباب ناحية الشهيد عز الدين سليم.

3- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

3-1 منهج البحث: ان طبيعة المشكلة التي يرغب الباحثون بدراستها هي التي تحدده في اختيار المنهج الذي يتبعه للوصول الى حل مشكلة بحثه" (1 : 27) لذا استخدم الباحثون المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين المتكافئة ذات القياسات القبليّة والبعدية لحل المشكلة المراد بحثها .

3-2 مجتمع البحث وعيّنهُ:

تمثل مجتمع البحث باللاعبين الناشئين المنتمين للمدرسة التخصصية ناحية الشهيد عز الدين سليم قسم رعاية الموهبة الرياضية التابعة لمديرية الشباب والرياضة فرع البصرة للعام (2018/2017) والبالغ عددهم (16) لاعبا، وتم تقسيم العينة عن طريق القرعة الى مجموعتين تجريبية وضابطة.

قام الباحثون بإجراء التجانس والتكافؤ بين أفراد العينة للمجموعتين لمتغيرات البحث الاساسية (العمر الزمني، الطول، الوزن، والعمر التدريبي) وقد اتضح بانها متجانسة ومتكافئة كما مبين في جدول(1).

جدول(1)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الاختلاف للمتغيرات الاساسية لدى للمجموعتين التجريبية والضابطة

ت	متغيرات البحث	وحدة القياس	مجموعات البحث		
			س -	+ ع	معامل الاختلاف
1	العمر	سنة	14.08	1.08	7.67
2	الطول	سم	173.7	3.44	19.80
3	الوزن	كجم	58.58	2.17	3.70
4	العمر التدريبي	شهر	8.49	2.15	25.32
5	الارسال	درجة	19.66	1.87	9.51
6	استقبال الارسال	درجة	10.02	1.2	11.29
7	المناولة من الاعلى	درجة	56.70	3.98	7.01
8	الضرب الساحق	القطري	30.49	2.49	8.16
		المستقيم	29.62	2.24	7.56

3-3 الوسائل والادوات و الاجهزة المستخدمة في البحث:

لذا اعتمد الباحثون على عدة وسائل وادوات واجهزة للوصول الى نتائج البحث وكما ياتي:-

3-3-1 وسائل جمع المعلومات. استخدم الباحثون عدة وسائل لجمع المعلومات لغرض الحصول على نتائج صحيحة وصولا لحل مشكلته البحثية وكما ياتي: -المصادر العربية والأجنبية- المقابلات الشخصي الاختبارات و القياس-استمارات استطلاع آراء الخبراء والمختصين-استمارات تسجيل نتائج الاختبارات- الشبكة الدولية للمعلومات(الانترنت).

3-3-2 الادوات و الاجهزة المستخدمة في البحث:

-كرات طائرة عدد (20)- صافرة عدد (2)- شريط قياس معدني-صناديق خشبية بارتفاع (80) سم³- اشرطة لاصقة ملونة- جهاز طبي لقياس الوزن والطول الالكتروني- حبل مطاط بطول (10m)- شواخص واقماغ عدد (10)- ساعات ايقاف الكترونية عدد (4)- سلم الحركات التوافقية بطول (10)م.

3-4 اجراءات البحث الميدانية:

اعتمد الباحثون على عدة اجراءات ميدانية منها:

3-4-1 اختبارات المهارات الاساسية بالكرة الطائرة:

لتحديد اهم الاختبارات للمهارات(الارسال، المناولة من الاعلى، استقبال الارسال، الضرب الساحق) قام الباحثون بالاطلاع على المصادر العلمية المتخصصة بالاختبارات والقياس بالكرة الطائرة والبحوث المنجزة في هذا المجال ومنها: محمد صبحي وحمد عبد المنعم (9 : 163 - 209) محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان (8 : 105)، وتم عرضها على مجموعة من الخبراء والمختصين في هذا المجال لمعرفة مدى صلاحيتها، علما ان جميع الاختبارات مقننة مسبقا وتم العمل بها على نفس العينة (10 : 53) وطلب منهم تحديد الاختبارات الأكثر ملائمة لعينة البحث حسب التسلسل، وبعد جمع الاستمارات وتفريغها اتفق الخبراء والمختصين على ترشيح الاختبارات المختارة لعينة البحث بنسبة اتفاق (75% فاكثر) (2 : 126).

الاختبار الأول: اختبار دقة الإرسال المواجه من الأعلى:

الغرض من الاختبار: قياس مهارة الإرسال ودقته.

الأدوات: 10 كرات طائرة، ملعب الكرة الطائرة، ويقسم نصف الملعب كما هو موضح بالشكل أدناه. وكل رقم موجود داخل هذا التقسيم يعبر عن الدرجة التي تمنح للمختبر كما في الشكل.

مواصفات الأداء: من منطقة الإرسال يقوم المختبر بأداء عشرة أرسالات قانونية صحيحة .

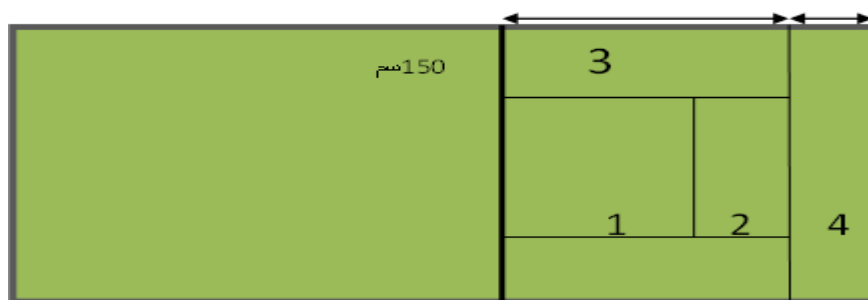
الشروط: 1. يمنح كل مختبر محاولتين للتدريب قبل بدء الاختبار .

2. يشترط أداء كل محاولة إرسال وفقا للشروط القانونية للإرسال .

3. في حالة سقوط الكرة على الخط يمنح الدرجة التي في المنطقة الأعلى .

التسجيل: يسجل للمختبر مجموع النقاط الحاصل عليها من المحاولات العشر الممنوحة له وكالاتي:

1. سقوط الكرة في المنطقة (4) يمنح 4 نقطة.
2. سقوط الكرة في المنطقة (3) يمنح 3 نقطة.
3. سقوط الكرة في المنطقة (2) يمنح 2 نقطة.
4. سقوط الكرة في المنطقة (1) يمنح 1 نقطة.



الاختبار الثاني: اختبار مهارة المناولة من الأعلى:

الغرض من الاختبار: قياس مهارة التمرير لدى لاعبي الكرة الطائرة من المنطقة الخلفية للشبكة .

الأدوات: ملعب كرة طائرة قانوني ، كرة طائرة قانونية ، قائمان ارتفاع كل منهما 8 أقدام (240 سم) شبكة . يرسم على خط نهاية الملعب ومن الداخل مستطيل مساحته 10 قدم × 6 قدم (300 سم × 180 سم) كما يرسم لهذا المستطيل وعلى خط الهجوم وللداخل أيضا مربع مساحته 4×4 قدم (120 سم × 120 سم) . ويرسم أيضا على الجانبين في المنطقة المحصورة بين خط الهجوم والشبكة مستطيلان مساحة كل منهما 4×6 قدم (180 سم × 120 سم) . يشد الحبل على القائمين فوق الهجوم مباشرة وعلى ارتفاع 8 أقدام (240 سم)

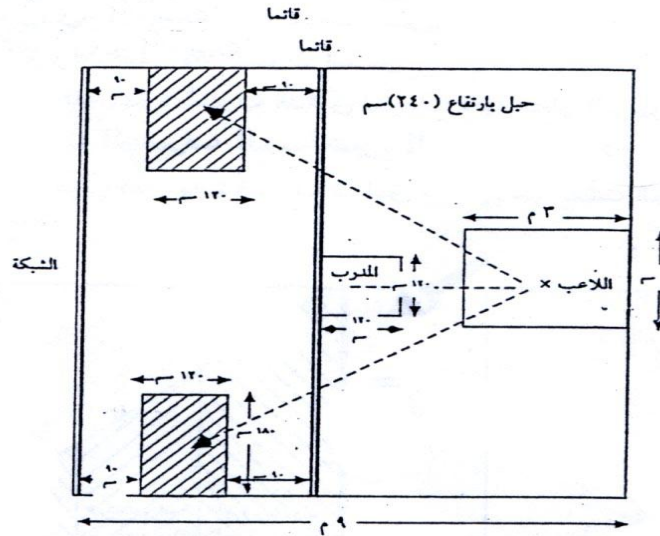
مواصفات الأداء: يقف اللاعب في المستطيل الخلفي عند علامة (X) ويقف المدرب في المربع المواجه للمستطيل ليقوم بإرسال الكرة للاعب (على اللاعب ان يتخذ وضع الاستعداد فيما يشبه التصويب باليدين بكرة السلة) . يستقبل اللاعب الكرة لتمررها مباشرة إلى أحد المستطيلين الموجودين على الجانبين ، على ان تكون التمريرة لا على بحيث تتخطى الكرة الحبل المرتفع عن الأرض بـ 240 سم ، وعلى ان تسقط الكرة داخل المستطيل .

الشروط: 1- لكل لاعب عشرون محاولة على ان يقوم بالتمرير على الجانبين بالتبادل (مرة جهة المستطيل الموجود على اليمين ، ومرة جهة المستطيل الموجود على اليسار) .

2- لا تحسب نقاط للمحاولة التي تلامس فيها الكرة الحبل أو الشبكة أو إذا لم تسقط الكرة في

المستطيل المحدد ، ولكنها تحسب من المحاولات المسموح بها .

التسجيل: تحسب نقطة لكل محاولة صحيحة تمر فيها الكرة فوق الحبل وتسقط داخل المستطيل الخطوط داخل مقاييس المستطيلات ، الدرجة العظمى لهذا الاختبار هي 20 نقطة .



الاختبار الثالث: اختبار دقة الاستقبال من الارسال:

الغرض من الاختبار: قياس دقة الاستقبال من الارسال

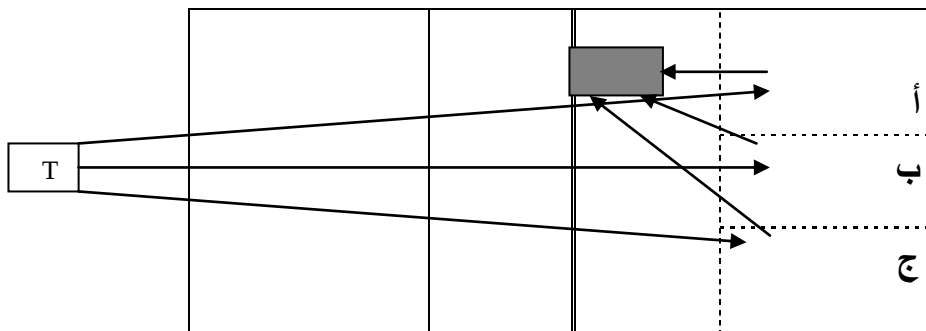
الادوات: ملعب الكرة الطائرة، مرتبة تمرينات موضوعة على الجزء العلوي من صندوق الوثب بارتفاع (180سم) توضع في مكان اللاعب المعد ، الكرة الطائرة.

مواصفات الاداء: يؤدي المختبر عشرة محاولات من كل مركز من المركز الثلاثة للمنطقة الخلفية (5,6,1) وعلى اللاعب ان يقوم بالارسال من المنطقة الخلفية المخصصة للارسال في نصف الملعب الاخر.

التسجيل: يمنح اللاعب (4) نقاط لكل تمريرة صحيحة تسقط فيها الكرة على المرتبة.

يمنح اللاعب (3) نقاط لكل تمريرة صحيحة تسقط فيها الكرة بحيث تلامس حدود المربعة.

يُمنح اللاعب (1) نقطة لكل تمريرة صحيحة تسقط فيها الكرة داخل حدود منطقة (3م).



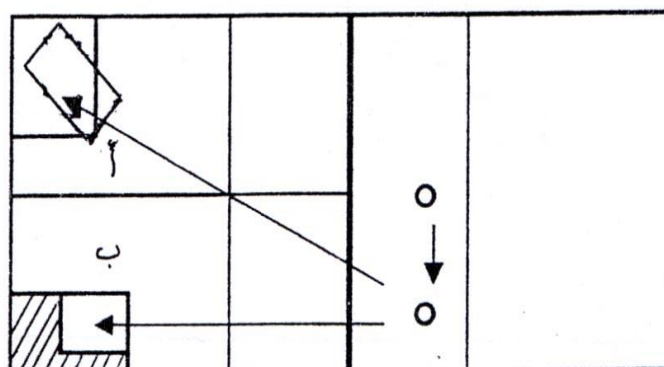
الاختبار الرابع: اختبار دقة الضرب الساحق القطري والمستقيم:

الغرض من الاختبار: قياس الضرب الساحق في الاتجاه القطري والاتجاه المستقيم

الادوات: (30) للكرة الطائرة، ملعب للكرة الطائرة ، مرتبتان موضوعة كما في الشكل ادناه.

مواصفات الاداء: الضرب من مركز (4) الاعداد عن طريق المدرب من مركز (3)، على المختبر اداء (15) ضربة بالاتجاه القطري نحو (المرتبة الموجودة في مركز 5) و (15) ضربة بالاتجاه المستقيم نحو (المرتبة الموجودة في مركز 1).

- التسجيل: (4) نقاط لكل ضربة ساحقة صحيحة تسقط فيها الكرة على المرتبة.
 (3) نقاط لكل ضربة ساحقة صحيحة تسقط فيها الكرة في المنطقة المخططة.
 (2) نقطتان لكل ضربة ساحقة صحيحة تسقط فيها الكرة في المنطقة (أ) او (ب).



3-4-2 التمرينات المقترحة:

قام الباحثون باعداد تمرينات متنوعة تتلائم مع عينة البحث لتنمية وتطوير الدقة لأداء المهارات الاساسية قيد البحث وتمثلت بالاتي ملحق (1):

- 1 تم مراعاة حالة التدرج من السهل الى الصعب ومن البسيط الى المركب في بناء التمارين.
- 2 تناولت التمرينات المعدة جميع ابعاد الادراك الحس الحركي الخاصة بلعبة الكرة الطائرة من خلال اداء التمرينات بمقاييس مختلفة (المسافة- السرعة- الاتجاه- الارتفاع) والتي بدورها تساعد العينة على اداء المهارات الاساسية بدرجة عالية من الدقة.
- 3 استخدام الوسائل المساعدة كالجدار الصلب باعتبارها وسيلة تساعد العينة في تطوير حركة الذراع الضاربة للكرة وخاصة الرسغ نتيجة ارتداد الكرة مع التأكد على التوافق بالحركة.
- 4 التبادل بين اجزاء التمارين التوافقية السهلة والصعبة فضلا عن استخدام عدد كبير من التمرينات المختلفة وتطبيقها بشكل متنوع من حيث الاداء الحركي بين مجموعة واخرى او تغيير في شروط التنفيذ.

3-6 التجربة الاستطلاعية:

قام الباحثون بإجراء التجربة الاستطلاعية يوم الاحد المصادف 2018/7/1 وفي تمام الساعة التاسعة والنصف صباحا على مجموعة من خارج عينة البحث الرئيسة وعددهم (6) لاعبين وكان الغرض من التجربة اداء المهارات الاساسية واختباراتها للتعرف على صعوبة الاداء وامكانية تطبيق الاختبارات وتهيئة المستلزمات

الخاصة بالاختبارات وتحديد المسافات وتدريب كادر العمل المساعد وتوزيع المهام عليهم فضلا عن التعرف على باقي المعوقات.

3-7 خطوات تنفيذ تجربة البحث الرئيسية:

3-7-1 الاختبارات القبليّة :

قام الباحثون بإجراء الاختبارات القبليّة على عينة البحث و كالآتي:

- يوم الثلاثاء المصادف 2018/7/3 في تمام الساعة التاسعة والنصف صباحا (المجموعة الضابطة).

- يوم الاربعاء المصادف 2018/7/4 في تمام الساعة التاسعة والنصف صباحا (المجموعة التجريبية).

3-7-2 التجربة الرئيسية :

تم تطبيق التجربة الرئيسية واستغرق شهرين ونصف (10) اسابيع للفترة من 2018/7/7 ولغاية 2018 /9/14 حيث تم استخدام التمرينات المتنوعة وبواقع (90) دقيقة من الوحدة ولأربعة ايام في الاسبوع للمجموعة التجريبية، اما المجموعة المجوعة الضابطة فانها طبقت المنهج المعد من قبل المدرب.

3-7-3 الاختبارات البعديّة :

قام الباحثون بإجراء الاختبارات البعديّة على عينة البحث من اجل وضع الحقائق العلمية لاختبار الدقة للمهارات الاساسية والحصول على النتائج لتعالج احصائيا و كالآتي:

- يوم الخميس المصادف 2018/9/27 في تمام الساعة التاسعة والنصف صباحا (المجموعة الضابطة).

- يوم الجمعة المصادف 2018/9/28 في تمام الساعة التاسعة صباحا (المجموعة التجريبية).

3-8 الوسائل الاحصائية :

استخدم الباحث الحقيبة الاحصائية Spss اصدار (23) ومنها استخرج مايلي:-

- الوسط الحسابي

- معامل الاختلاف

- النسبة المئوية

- قانون (t) للعينات المستقلة

- اختبار (t) (13 : 153)

4- عرض وتحليل ومناقشة النتائج:

4-1 عرض النتائج:

يتناول هذا الفصل في ضوء الاختبارات المستخدمة قيد البحث عرضا للنتائج التي تم التوصل اليها من خلال المعالجات الاحصائية لبيانات البحث.

4-1-1 عرض نتائج اختبارات الدقة للمهارات الاساسية للمجموعة التجريبية بين للاختبارين القبلي

والبعدي:

جدول(2)

دلالة الفروق (t) ونسبة التحسن لدرجة الدقة للمهارات الاساسية للمجموعة التجريبية بين الاختبارين القبلي والبعدي

ت	المتغيرات	وسط قبلي	وسط بعدي	فرق الاوساط	قيمة (t)	مستوى دلالة	الدلالة	نسبة التحسن
1	الارسل	19.75	31.12	11.37	7.03	0.00	معنوي	36.53
2	المناوله من الاعلى	10.75	16.00	5.25	5.14	0.00	معنوي	32.81
3	استقبال الارسل	56.50	68.50	12.00	6.15	0.00	معنوي	17.51
4	الضرب الساحق القطري	30.50	44.25	13.75	7.72	0.00	معنوي	31.07
5	الضرب الساحق المستقيم	29.75	40.75	11.00	7.02	0.00	معنوي	26.99

معنوي عند مستوى دلالة $0.05 >$

من خلال الجدول(2) الذي يبين قيمة (t) ومستوى الدلالة ونسبة التحسن للمجموعة التجريبية

لدرجة الدقة للمهارات الاساسية قيد البحث بين الاختبارات القبلية والبعدي فعند متابعة نتائج مهارة الارسل بلغت قيمة (t) المحسوبة (7.03) عند مستوى دلالة (0.00) ونسبة تحسن (36.53) بينما بلغت قيمة (t) المحسوبة (5.14) عند مستوى دلالة (0.00) ونسبة تحسن (32.81) لمهارة المناولة من الاعلى وبلغت قيمة (t) المحسوبة (6.15) عند مستوى دلالة (0.00) ونسبة تحسن (17.51) لمهارة استقبال الارسل وكذلك بلغت قيمة (t) المحسوبة (7.72) عند مستوى دلالة (0.00) ونسبة تحسن (31.07) لمهارة الضرب الساحق القطري بينما بلغت قيمة (t) المحسوبة (7.02) عند مستوى دلالة (0.00) ونسبة تحسن (26.99) لمهارة الضرب الساحق المستقيم ويتضح ان جميع قيم (t) معنوية ولصالح الاختبار البعدي.

4-1-2 عرض نتائج اختبارات الدقة للمهارات الاساسية للمجموعة الضابطة بين الاختبارين القبلي والبعدى:

جدول (3)

دلالة الفروق (t) ونسبة التحسن لدرجة الدقة للمهارات الاساسية للمجموعة الضابطة بين الاختبارين القبلي والبعدى

ت	المتغيرات	وسط قبلي	وسط بعدي	فرق الاوساط	قيمة (t)	مستوى الدلالة	الدلالة	نسبة التحسن
1	الارسال	19.37	24.37	5.00	2.81	0.02	دال	20.51
2	المناولة من الاعلى	10.62	12.25	1.63	1.38	0.08	غير دال	13.30
3	استقبال الارسال	56.87	61.37	4.5	2.33	0.03	دال	7.33
4	الضرب الساحق القطري	30.62	34.75	4.13	2.34	0.04	دال	11.88
5	الضرب الساحق المستقيم	29.50	33.12	3.62	2.18	0.02	دال	10.92

من خلال الجدول (3) الذي يبين قيمة (t) ومستوى الدلالة ونسبة التحسن للمجموعة الضابطة لدرجة الدقة للمهارات الاساسية قيد البحث بين الاختبارات القبلي والبعدى فعند متابعة نتائج مهارة الارسال بلغت قيمة (t) المحسوبة (2.81) عند مستوى دلالة (0.02) ونسبة تحسن (20.51) بينما بلغت قيمة (t) المحسوبة (1.38) عند مستوى دلالة (0.08) ونسبة تحسن (13.30) لمهارة المناولة من الاعلى وبلغت قيمة (t) المحسوبة (2.33) عند مستوى دلالة (0.03) ونسبة تحسن (7.33) لمهارة استقبال الارسال وكذلك بلغت قيمة (t) المحسوبة (2.34) عند مستوى دلالة (0.04) ونسبة تحسن (11.88) لمهارة الضرب الساحق القطري بينما بلغت قيمة (t) المحسوبة (2.18) عند مستوى دلالة (0.02) ونسبة تحسن (10.92) لمهارة الضرب الساحق المستقيم ويتضح ان جميع قيم (t) معنوية ماعدا المناولة من الاعلى كانت غير معنوية.

4-1-3 عرض وتحليل النتائج للمجموعتين التجريبية والضابطة للمهارات الاساسية بالكرة الطائرة بالاختبار

البعدى:

جدول(4)

الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة(t) بين المجموعة التجريبية والضابطة في اختبارات الدقة للمهارات الاساسية بالاختبار البعدي

المتغيرات	المجموعة	الاختبار البعدي		(t) المحتسبة(*)	مستوى الدلالة	نوع الدلالة
		س	+ ع			
الارسال	التجريبية	31.12	2.16	5.33	0,00	معنوي
	الضابطة	24.37	3.15			
المناولة من الاعلى	التجريبية	16.00	1.87	4.63	0,00	معنوي
	الضابطة	12.25	2.01			
استقبال الارسال	التجريبية	68.50	3.15	3.82	0,00	معنوي
	الضابطة	61.37	4.15			
الضرب الساحق القطري	التجريبية	44.25	2.91	3.75	0,00	معنوي
	الضابطة	34.75	3.83			
الضرب الساحق المستقيم	التجريبية	40.75	4.15	4.21	0,00	معنوي
	الضابطة	33.12	3.17			

معنوي عند مستوى دلالة $0.05 >$

يبين الجدول(3) الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة(ت) المحتسبة بين الاختبارات البعدية

للمجموعتين التجريبية والضابطة لاختبارات الدقة للمهارات الاساسية قيد البحث وظهرت النتائج بان قيمة الوسط الحسابي للمجموعة التجريبية لمهارة الارسال بلغت (31.12) وانحراف معياري (2.16) في حين بلغت قيمة الوسط الحسابي للمجموعة الضابطة للمهارة نفسها (24.37) وانحراف معياري (3.15) وبلغت قيمة (ت) المحتسبة (5.33) وهي دالة عند مستوى (0.05) اما الوسط الحسابي للمجموعة التجريبية لمهارة المناولة من الاعلى فقد بلغ (16.00) وانحراف معياري (1.86) في حين بلغ قيمة الوسط الحسابي للمجموعة الضابطة (12.25) وانحراف معياري (2.01) وبلغت قيمة (ت) المحتسبة (4.63) وهي دالة عند مستوى (0.05) وبلغت قيمة الوسط الحسابي للمجموعة التجريبية لمهارة استقبال الارسال (68.50) وانحراف معياري مقداره (3.15) في حين بلغ قيمة الوسط الحسابي للمجموعة الضابطة للمهارة نفسها (61.37) وانحراف معياري (4.15) وبلغت قيمة (ت) المحتسبة (3.82) وهي دالة عند مستوى (0.05) وبلغت قيمة الوسط الحسابي للمجموعة التجريبية لمهارة استقبال الارسال (68.50) وانحراف معياري مقداره (3.15) في حين بلغ قيمة الوسط الحسابي للمجموعة الضابطة للمهارة نفسها (61.37) وانحراف معياري (4.15) وبلغت قيمة (ت) المحتسبة (3.82) وهي دالة عند مستوى (0.05) اما الوسط الحسابي للمجموعة التجريبية لمهارة الضرب الساحق القطري فقد بلغ (44.25) وانحراف معياري (2.91) في حين بلغ قيمة الوسط الحسابي

للمجموعة الضابطة (34.75) وبانحراف معياري (3.83) وبلغت قيمة (ت) المحتسبة (3.75) وهي دالة عند مستوى (0.05) اما الوسط الحسابي للمجموعة التجريبية لمهارة الضرب الساحق المستقيم فقد بلغ (40.75) وبانحراف معياري (4.15) في حين بلغ قيمة الوسط الحسابي للمجموعة الضابطة (33.12) وبانحراف معياري (3.17) وبلغت قيمة (ت) المحتسبة (4.21) وهي دالة عند مستوى (0.05).

4-2 مناقشة النتائج:

4-2-1 مناقشة النتائج للمجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي لدرجة الدقة لاداء المهارات الاساسية بالكرة الطائرة:

يتبين من الجدولين (1-2) اللذين بينا قيمة (t) المحتسبة ومستوى الدلالة ونسبة التحسن للمجموعتين التجريبية والضابطة لدرجة الدقة للمهارات الأساسية قيد البحث بين الاختبارين القبلي والبعدي اذ تبين بان هناك فروق معنوية ونسبة تحسن ولصالح الاختبارات البعدية.

ف نجد ان المجموعتين حققا تطورا ملحوظا نتيجة تاثير التمرينات المقترحة والمتنوعة علما ان التطور والتحسين الحاصل لدى افراد المجموعة التجريبية اكبر، ويعزو الباحثون ذلك الفرق بالتحسن الى استخدام المجموعة التجريبية التمرينات المتنوعة والتي كان لها الاثر الفعال في تطوير دقة الاداء للمهارات الاساسية فعلى سبيل المثال يعود التطور في مهارة الارسال والضرب الساحق لاداء اللاعبين الى استخدام الجدار الصلب كوسيلة مساعدة وهذا ما اكده عقيل عبد الله الكاتب (4 : 14) ان الوسيلة التعليمية المساعدة تساعد اللاعبين على معالجة اوجه القصور وخاصة الذين تكون استجاباتهم بطيئة كما تزيد من فاعلية الوحدة التعليمية التطويرية، وكذلك يعزو الباحث ان التكرار اليومي للاداء يعمل على تنمية الحس-العضلي الحركي عن طريق الممارسة والمزاولة المستمرة وبالتالي تؤدي الى تقليل نسبة الخطاء وزيادة مستوى الاداء لدى اللاعبين الناشئين وهذا ما اكده نادر عبد السلام (12 : 59) ان الفرد الرياضي يستطيع اتقان المهارات بشكل جيد بعد ان يتخصص بنوع التدريب بحيث كلما زاد عدد التكرارات لهذه المهارات كلما ادى الى اتقانها بشكل دقيق بشرط ان يمارسها بشكل جيد مع الصفة البدنية، وكذلك يشير كمال جميل (6 : 224) "ان التدريب على المهارات في كل وحدة تدريبية تؤدي الى تحسين الصفة البدنية والمهارية على حد سواء".

4-2-2 مناقشة النتائج للمجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي لدرجة الدقة لاداء المهارات الاساسية بالكرة الطائرة .

ويعزو الباحث سبب ظهور هذه الفروق ومعنويتها الى احتواء المنهج المستخدم على تمرينات تحديد المسافة وتوجيه الكرة نحو العلامة او الهدف المرسوم من خلال الاداء الحركي المطلوب الذي عمل على حصول الكفاءة والتكيف ما بين الجهازين العضلي العصبي وذلك من خلال تصور وتكوين المثير (الاشارات العصبية الواردة للعضلات) وتوجيهها الى الهدف المرسوم داخل الملعب او الى الزميل بدقة وتوجيه عال، اذ يذكر علي مهدي وعادل مجيد (3 : 53) ان الدقة من الصفات الهامة في الكرة الطائرة كونها تعتمد على حواس اللاعب

وخاصة النظر لارتباطها بدقة الاداء عن طريق تقدير المسافة والمساحة الخاصة بالملعب التي يتم الاداء الحركي فيها مما ساعدت اللاعب على توجيه الكرة نحو العلامات او الاهداف وهذا بدوره يتطلب كفاءة عالية في الجهاز العصبي العضلي.

وكذلك يعزو الباحث ذلك الى استخدام تمارينات تعمل على توجيه حركات اللاعب وربطها بالمهارة الى الى الملعب المقابل اثناء تادية التمارينات ساعدت وزادت من قابلية وقدرة اللاعب بشكل ادى الى اتقان المهارات الحركية من خلال توجيه الكرة في المكان المحدد في الملعب المقابل ونتيجة للتكرارات في الاداء ادت الى حصول التناسق والتوافق ما بين العين والذراع والكرة فضلا عن المسافة ومكان سقوط لكرة ويتفق الباحث مع ما ذكره علي حسين(2 : 68) ان دمج القدرات المنفصلة لاداء واجب حركي مركب يتسم بالانسيابية يعمل على زيادة مستوى الدقة وبالتالي يؤدي الى تحسين فعالية الاداء كونه يعتبر واحد من اهم القدرات الحركية العامة وكذلك تشترك معه بعض القدرات العقلية التي تعمل على عملية التوافق والدقة في الجانب المهاري والتكتيكي.

5-الاستنتاجات والتوصيات:

5-1 الاستنتاجات:

في ضوء النتائج التي توصل اليها الباحثون من خلال التجربة الميدانية والوسائل الاحصائية المناسبة استنتج الباحثون ما يأتي:

1-كان للتمرينات المتنوعة التي اعتمدت دور فعال في تطوير دقة الاداء للمهارات الاساسية بالكرة الطائرة للناشئين.

2-استخدام التمارينات المتنوعة وفر الجهد والوقت للمدرب واللاعب في تطوير الاداء المهاري بالكرة الطائرة للاعبين الناشئين بشكل جيد وهو مناسب لهذه الفئة العمرية.

5-2 التوصيات:

يوصي الباحثون بما يأتي:

1-استخدام التمارينات المتنوعة في تطوير الاداء للمهارات الاساسية قيد الدراسة بالكرة الطائرة للناشئين.

2-استخدام التمارينات المتنوعة خلال العمليتين التعليمية والتدريبية لضمان تنوع الخبرات لدى اللاعبين.

3-الاستخدام الامثل للاجهزة والادوات لضمان الاستفادة منها .

4-اجراء دراسات وبحوث اخرى على فئات عمرية مختلفة ومهارات مختلفة ولكلا الجنسين في لعبة الكرة الطائرة والالعاب الاخرى.

المصادر

- ١ - احمد بدر عقل :اصول البحث العلمي ومناهجه، ط2 ، الكويت ،وكالة المطبوعات ، 1987.
- ٢ - علي حسين وآخرون: الكرة الطائرة المعاصرة، القاهرة، مكتبة ومطبعة السعد، 2000 .
- ٣ - علي مهدي وعادل مجيد: الاختبارات الميدانية في فعالية الكرة الطائرة، بغداد، نيويورك للطباعة والنشر، 2015.
- ٤ - عقيل عبد الله الكاتب وآخرون: التكتيك الفردي والتكتيك الجماعي بالكرة الطائرة، بغداد، مطبعة الجامعة، 1979.
- ٥ - قسور عبد الحميد: تصميم وتقنين اختبارات لقياس الرشاقة وفق بعض متطلبات المهارات الفنية للاعبين الكرة الطائرة فئة الشباب، بحث منشور، مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية، جامعة البصرة، 2017.
- ٦ - كمال جميل الرضي: التدريب الرياضي للقرن الحادي والعشرين، الاردن، نشر بدعم من الجمعية الاردنية، 2001 .
- ٧ - محمد العربي: التدريب العقلي في المجال الرياضي ، ط1، دار الفكر العربي ، القاهرة ، مصر، 1996.
- ٨ - محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان: اختبارات الاداء الحركي ، القاهرة، دار الفكر العربي، 2001.
- ٩ - محمد صبحي حسانين وحلمي عبد المنعم: الاسس العلمية للكرة الطائرة وطرق القياس ، ط2، القاهرة، مركز الكتاب للطباعة والنشر، 1997.
- ١٠ - مهدي صالح زعلان: تأثير بعض التمارين التطبيقية المقترحة للتدريب الذهني المصاحبة للاداء في تطوير بعض المهارات الاساسية بالكرة الطائرة، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة البصرة، 2006.
- ١١ - مروان عبد المجيد: اسس البحث العلمي لأعداد الرسائل الجامعية، الاردن، مؤسسة الرواق، 2000.
- ١٢ - نادر عبد السلام: تأثير الوزن على رد الفعل: مجلة دراسات وبحوث، جامعة حلوان، العدد (2)، 1988 .
- ١٣ - وديع ياسين وحسن محمد: التطبيقات الاحصائية واستخدام الحاسوب في بحوث التربية الرياضية ، دار الكتاب للطباعة، الموصل، 1999.