

الرضا الحركي وعلاقته بمهارة الأعداد في الكرة الطائرة لدى طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة القادسية

م.د. حازم علي غازي

استلام البحث: ٢٠١٦/٥/١١

قبول النشر: ٢٠١٦/٦/١٢

الملخص

تهدف هذه الدراسة للتعرف الى مستوى الرضا الحركي لدى طلاب جامعة القادسية /كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ودراسة الاختلاف في الأداء ومحاولة معرفة الفروق الفردية وأستخدم المنهج التجريبي وتكونت عينة البحث من (٤٠) طالباً. واستخدم الباحث مقياس الرضا الحركي وقام بمعالجة النتائج إحصائياً وتضمن الفصل الرابع نتائج البحث بوجود فروق في الاختبارين القبلي والبعدي ومهارة الأعداد وحدث تطور واضح في الاختبار البعدي للمجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح المجموعة التجريبية بعد تطبيق المنهج التعليمي والمتضمن مقياس الرضا الحركي . وتضمن الفصل الخامس أهم الاستنتاجات ان للرضا الحركي القدرة على تنمية الدافعية لدى الطلاب عند اداء مهارة الأعداد بالكرة الطائرة والذي كان له التأثير في احداث التطور في مستوى الأداء. وكانت أهم التوصيات العمل على زيادة فاعلية الرضا الحركي للطلاب لقدرته لرفع مستوى الاداء لديهم .
الكلمات المفتاحية : الرضا الحركي . مهارة الأعداد بالكرة الطائرة .

Study of Kinetic satisfaction among students of the Physical Education and Sports Science college at the Qadisiyah University for prepare skill of Volleyball

Dr. MD Hazem Ali Ghazi

Abstract

This study aims to identify the Kinetic satisfaction among students of the Physical Education and Sports Science college at the Qadisiyah University for prepare skill . research sample consist of (40) players . the researcher used Kinetic satisfaction scale .The statistical treatment of results included the fourth quarter research and there are differences in the pre and post tests of skill preparation and a clear evolution in the post-test of the control and experimental groups and in favor of the experimental group after the application of the curriculum. containing the kinetic satisfaction scale results
Chapter 5 contains conclusions that the satisfaction Kinetic ability to develop the students' motivation when performing skill preparation volleyball and who had an influence in the development of events in the level of performance.

Key words: kinetic satisfaction, Setting in the volleyball Skill

١- مقدمة البحث وأهميته :

الحالات النفسية المضغوطة واليأس وعدم الارتياح الداخلي.

وبما ان لعبة الكرة الطائرة من الالعاب التنافسية فضلا عن كونها من الالعاب التي تأثرت بالتطورات الحاصلة في اساليب التعلم. هذا ويوجد في العراق نقصا ملحوظا لملاعب كرة الطائرة مما انعكس سلبا على عدد الممارسين لهذه الرياضة. لذا يجب البحث عن وسائل حديثة ومتطورة لتعليم مهارات لعبة الكرة الطائرة التي توفر الاداء الحركي الصحيح والرضا عن ذلك الاداء والعمل على تطوير هذا الرضا بما يراه المتدرب من خلال التغذية الراجعة.

الرضا الحركي من أهم مظاهر التوافق فهناك الرضا الإجمالي عن الأداء ككل والرضا الجزئي عن جوانب معينة من الاداء الحركي فالرضا يجب ان يرتبط بعوامل كثيرة منها التعليم والتدريب والخبرة فلنكن يشعر الطالب بالارتياح النفسي عن ادائه الحركية من خلال تقييمه وتقييم مدرسيه فان قدرته الارضائية تزداد بشكل ملحوظ. أما الفشل فحسب انحراف الحالة المزاجية ويولد الاحساس والشعور بالحزن والضيق وعدم الارضاء وغيرها من الارضاءات الغير سارة والتي تسبب كثيرا من

ويعتمد الرضا الحركي بدرجة كبيرة على الانفعالات والمتغيرات الفسيولوجية التي قد يتعرض لها الطالب أثناء فترة التعليم وتمثل الانفعالات أهمية كبرى للارتقاء بالاداء ومعرفة العوامل النفسية والفسيولوجية المرتبطة باخراج الفرد الرياضي لطاقته الكامنة وتحقيق الاداء الرياضي الامثل وعندئذ يجب ان ينظر الى الانفعال كما

٢ - الغرض من الدراسة :

١ - التعرف على مستوى الرضا الحركي لدى طلاب جامعة القادسية / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة .

٣ - الطريقة و الاجراءات :

٣ - ١ المجتمع وعينة البحث :

أشتمل مجتمع البحث على طلاب المرحلة الثانية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة أذ بلغ عددهم (١٤٥) طالباً . أما عينة البحث فقد تم اختيارهم بالطريقة العشوائية وبلغ عددهم (٤٠) طالباً تم تقسيمهم الى مجموعتين ضابطة وتجريبية . وبلغ نسبة عينة البحث الى المجتمع (٢٧.٥٨ %) .

٣ - ٢ تصميم الدراسة :

استخدم الباحث المنهج التجريبي كونه يناسب أغراض البحث .

٣ - ٥ الاختبارات المستخدمة :

- اختبار مهارة الأعداد:

• الغرض من الاختبار : قياس قدرة لاعب الكرة الطائرة على الأعداد نحو الشبكة.

• الادوات : ملعب كرة طائرة قانوني . كرة طائرة قانونية . قائمان وحبل . منطقة الهدف تمثل مستطيل مساحته (٤ × ٦) قدم (١٢٠ × ١٨٠) سم . يرسم في المنطقة الخلفية مربع مساحته (٥ × ٥) قدم (١٥٠ × ١٥٠) سم . مكان الأعداد عبارة عن مستطيل في الجانب مساحته (٥ × ٦) قدم (١٥٠ × ١٨٠) سم . يشد على القائمان حبل مواز للشبكة وعلى بعد (٤) قدم (١٢٠) سم منها . وعلى ارتفاع (١٠) قدم (٣م) للبينين . (٩ قدم (٢٧٠ سم) للبنات . الحبل اعلى خط الهجوم.

انه استجابة متكاملة للكائن الحي تعتمد على الادراك للموقف الخارجي او الداخلي وتشمل تغيرات وجدانية مركبة وتغيرات فسيولوجية تشمل اجهزة واعضاء الجسم المختلفة ان الانفعالات تلعب دورا بالغ الاثر في حياة الفرد لارتباطها بمدى الرضا عن الاداء بأنواعه المختلفة.

٢ - التعرف على الاختلافات في الأداء بين بعض طلاب المرحلة الثانية لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة القادسية .

٣ - التعرف على الفروق الفردية بين بعض طلاب المرحلة الثانية لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة القادسية .

٣-٣ المتغيرات المدروسة :

الرضا الحركي: "هو درجة الشعور بالرضا العالية عند ادائه ومستوى طموحه وقيامه بالمهارات الحركية المتنوعة وتعزيز الثقة بالنفس وتجعله اكثر استقلالية وعدم الاعتماد على الاخرين" (١: ٣٣) .

٣-٤ التجربة الاستطلاعية :

أجرى الباحث التجربة الاستطلاعية بتاريخ ٣ / ١١ / ٢٠١٥ وكان الغرض منها التأكد من مدى وضوح عبارات مقياس الرضا الحركي في البحث كذلك التعرف على الوقت اللازم للأجابة على فقرات المقياس لأجراء التجربة وكذلك التعرف على عدد أفراد فريق العمل المساعد اللازم توفرهم لغرض توزيع وجمع استمارة مقياس الرضا الحركي في التجربة الرئيسية .

• مواصفات الاداء : يقف اللاعب المختبر في مكان

الأعداد (المستطيل الذي مساحته ١٥٠ × ١٨٠) . ويقف المدرب في المربع الخلفي (الذي مساحته ١٥٠ × ١٥٠ سم) . ويقوم المدرب بتمرير الكرة الى اللاعب في مستطيل الأعداد . على أن يكون اللاعب متخذاً وضع الاستعداد . حيث يقوم بتمرير الكرة مباشرة تجاه منطقة الهدف (المستطيل الذي مساحته ١٢٠ × ١٨٠) على ان يكون التمرير من فوق الحبل لتسقط الكرة داخل منطقة الهدف .

• الشروط :

١. يجب ان يقوم المدرب بتمرير الكرة الى لاعب الأعداد وفي منطقة الاعداد . فاذا لم يتم هذا بصورة سليمة تعاد المحاولة .
٢. للاعب المعد عشر محاولات على الجانب الايمن . ومثلها على الجانب الايسر .

٦-٣ الاختبارات القبلية :

تم اجراء الاختبارات القبلية لكلا المجموعتين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية . اذ تم اجراء هذه الاختبارات بتاريخ ١٠ / ١١ / ٢٠١٥ وذلك بتوزيع استمارة مقياس الرضا الحركي على العينة لمعرفة مستوى الرضا الحركي ومهارة الأعداد بالكرة الطائرة . بعدها تم استخراج T بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية لمعرفة مدى التجانس وتكافؤ العينة كما مبين بالجدول (١) و (٢) .

٣. لا تحسب نقطة للمحاولة التي تلامس فيها الكرة الحبل أو الشبكة . أو تسقط خارج منطقة الهدف . ولكنها تحسب ضمن المحاولات المسموح بها للاعب .

• التسجيل :

تحسب نقطة لكل محاولة صحيحة تمر فيها الكرة فوق الحبل وتسقط داخل الهدف (الخطوط داخل مقياس منطقة الهدف) . الدرجة العظمى لهذا الاختبار هي (٢٠) نقطة (٢ : ١٦٦) .

جدول رقم (١)

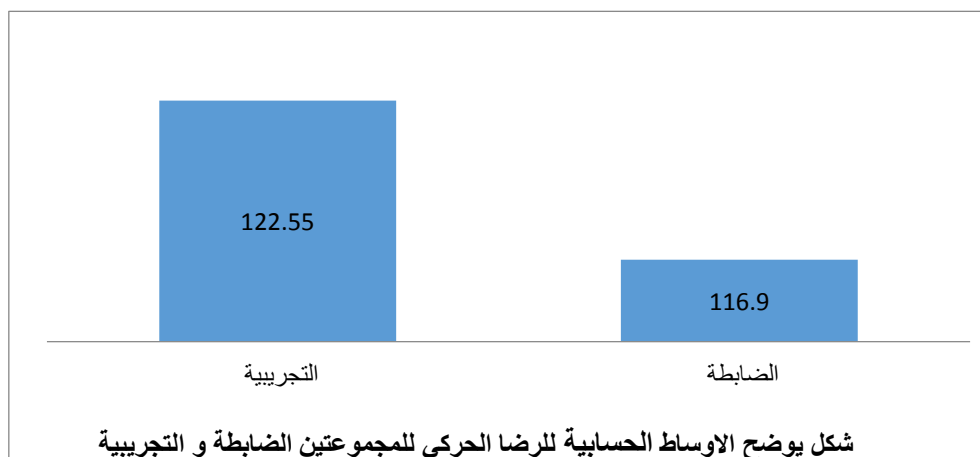
يبين تجانس المجموعتين الضابطة والتجريبية في متغيرات (الطول . الوزن . العمر . الرضا الحركي) ومهارة الاعداد

النتيجة	معامل الالتواء		تجانس				وحدة القياس	المتغيرات
			التجريبية		الضابطة			
	التجريبية	الضابطة	ع	س-	ع	س-		
متجانس	٢١.٢٦	٢٦.٥٨	٠.٠٧٢	١.٧٣	٠.٠٥٨	١.٧١	سم	الطول
متجانس	٦١.١٠٧	٦٠.٣٠	٦.٧٧	٧٢.٦٣	٥.٨٩	٧١.١٦	كغم	الوزن
متجانس	٩.٠٣٧	٨.١٥١	٠.٠٧	٢١.٢١	٠.٧٢	٢١.٠١	شهر	العمر

جدول رقم (٢)

يبين التكافؤ بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في (الطول . الوزن . العمر . الرضا الحركي) ومهارة الأعداد

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة T المحسوبة	قيمة T الجدولية	الدالة
		ع	س-	ع	س-			
الطول	سم	١.٧١	٠.٠٥٨	١.٧٣	٠.٠٧٢	٠.٣٨١	٢.٠٩	عشوائي
الوزن	كغم	٧١.١٦	٥.٨٩	٧٢.٦٣	٦.٧٧	٠.٢٤٣		عشوائي
العمر	شهر	٢١.٠١	٠.٧٢	٢١.٢١	٠.٠٧	٠.٣٥١		عشوائي
الرضا الحركي	درجة	١١٦.٩	٧.١٠٥	١٢٢.٥٥	٣.٨٥٣	٠.٨٦٤		



٧-٣ المنهج التعليمي

بعد تقسيم عينة البحث الى مجموعتين مجموعة ضابطة وأخرى تجريبية لكل مجموعة (٢٠) طالب . أذ تم تطبيق المنهج التعليمي بتاريخ ١٧ / ١١ / ٢٠١٥ وأستمر لفترة (٧) أسابيع . وبلغ عدد الوحدات

التعليمية (١٤) وحدة وبواقع وحدتين أسبوعياً (يومي الاثنين والثلاثاء من كل أسبوع) وان زمن الوحدة (٩٠د) موزعة على القسم التحضيري والرئيسي والختامي .

٨-٣ الاختبارات البعدية

تم إجراء الاختبارات البعدية بتاريخ ٤ / ١ / ٢٠١٦ للمجموعتين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية. وذلك بتوزيع استمارة الرضا الحركي مرة أخرى على العينة للتعرف على مستوى الرضا الحركي الذي

وصلت اليه العينة ومهارة الأعداد بالكرة الطائرة . بعد ذلك تم تفريغ البيانات في استمارات خاصة لغرض إجراء المعالجات الإحصائية المناسبة لاستخراج النتائج النهائية.

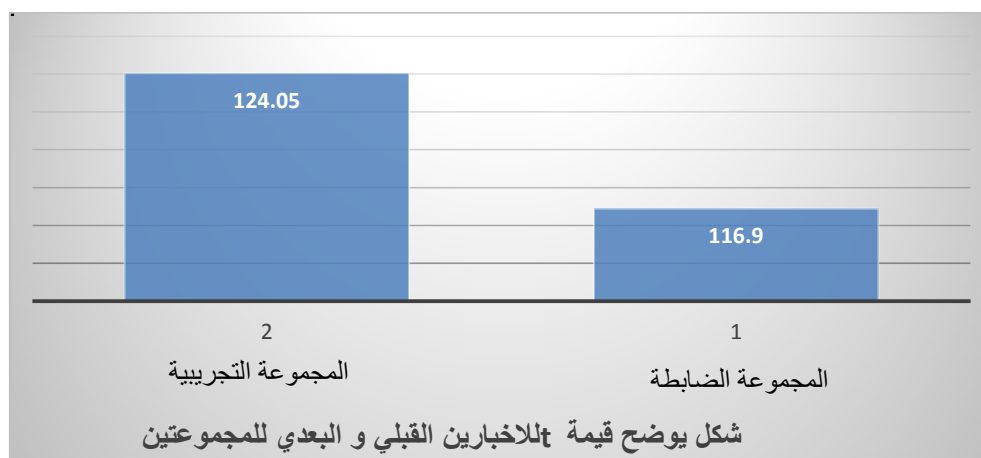
٤- عرض ومناقشة النتائج وتحليلها

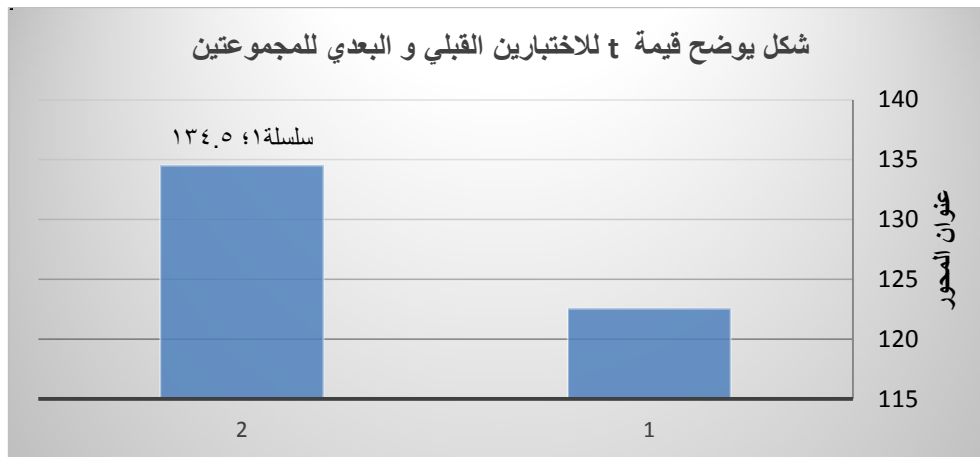
٤-١ عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبلية والبعدية وقيمة T المحسوبة للمجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية للرضا الحركي ومهارة الأعداد باستخدام اختبار (T.test) وكما مبين في الجدول :

جدول (٣)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة T المحسوبة للاختبارين القبلي والبعدى للرضا الحركي ومهارة الأعداد وللمجموعتين الضابطة والتجريبية

المجموعات	الاختبار القبلي للرضا الحركي و مهارة الأعداد		الاختبار البعدي للرضا الحركي ومهارة الأعداد		قيمة T المحسوبة	الدالة
	س	ع	س	ع		
المجموعة الضابطة	١١٦.٩	٧.١٠٥	١٢٤.٠٥	٥.٣٨٩	٥.٤٥٦	معنوي
المجموعة التجريبية	١٢٢.٥٥	٣.٨٥٣	١٣٤.٥	٧.٢٢٨	٦.٠٩٩	
المجموعة الضابطة	٦.٦٠	٠.٨٢١	٦.٥٥	٠.٨٢٦	١.٠٩٥	
المجموعة التجريبية	١٠.٥٥	١.٩٦٠	١٦.٦	١.١٨٨	٤.٧٣٠	





ويعزو الباحث سبب تفوق الاختبار البعدي على الاختبار القبلي للمجموعة التجريبية الى تطور مستوى أداء الطلاب خلال فترة تطبيق المنهج التعليمي الذي مرتبط برضاهم الحركي فأن ذلك يعطيهم الدافعية لتحسين مستواهم عند تعلمهم ومهارة الأعداد وان لحدوث عملية التعلم لابد من وجود الدافع حول النشاط المؤدي الى اشباع الحاجة وكلما كان الدافع قوياً نحو النشاط كان

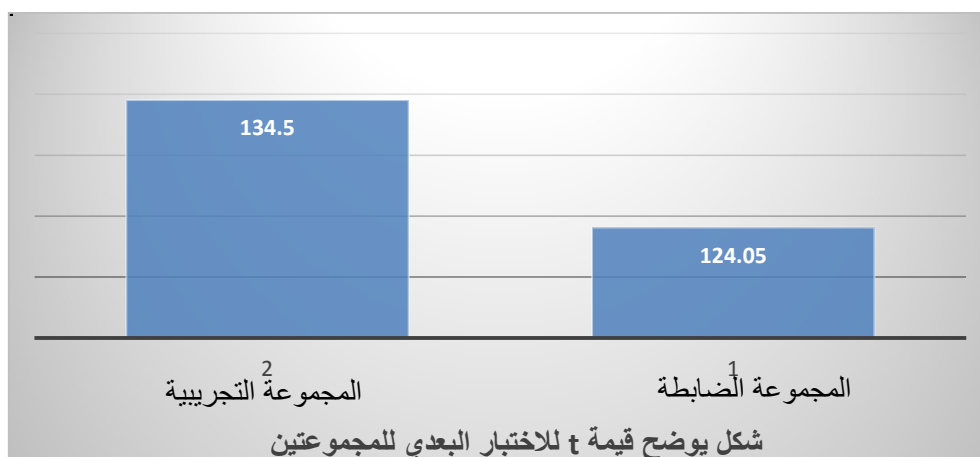
نزوع الطالب نحو النشاط المؤدي الى التعلم قوياً أيضاً . ويرتبط الرضا الحركي برضا الفرد فإذا كانت خبراته ناجحة وسليمة يؤدي ذلك الى خلق الدعائم الأساسية التي تبني عليها توجهات الفرد ورغبته . فالإنسان يشعر بالرضا عندما يقوم بحل مشكلة ما او تطوير مهارات معينة يريد تطويرها والوصول الى الهدف المطلوب (٣ : ١٥٨)

٢-٤ عرض وتحليل نتائج الاختبارات البعدية وقيمة T المحسوبة للمجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية للرضا الحركي ومهارة الأعداد باستخدام اختبار (T.test) وكما مبين في الجدول :

جدول (٤)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة T المحسوبة للاختبار البعدي للرضا الحركي ومهارة الأعداد وللمجموعتين الضابطة والتجريبية

المقياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة T المحسوبة	الدالة
	ع	س	ع	س		
الرضا الحركي	٥.٣٨٩	١٢٤.٠٥	٧.٢٢٨	١٣٤.٥	٤.٦٨	معنوي
مهارة الأعداد	٠.٨٢٦	٦.٥٥	١.١٨٨	١٦.٦	٣.٤٨	



التعليمي الذي يعطي الطالب القدرة على تحليل حركته بصورة ذاتية وهذا يؤدي بدوره إلى إحساسه ودافعيته للتعلم عند أداء اومهارات والتي تنعكس بصورة ايجابية في مواصلة التعلم وهذا يمنحه الشعور بالرضا عن الأداء الحركي والوصول إلى الهدف المطلوب من عملية التعلم فليس هنالك تعلم دون توفر دافع معين يحمل الفرد الى التعلم .

٢- ان للرضا الحركي القدرة على تنمية الدافعية لدى

الطلاب عند أداء مهارة الأعداد والذي كان له التأثير في احداث التطور في مستوى الاداء .

(٣) مروان أبو حويج . سمير أبو مغلي : المدخل الى علم النفس التربوي . عمان . دار البازوري العلمية للنشر والتوزيع . ٢٠٠٤ . ص ١٥٨ .
(٤) محمد علي حسين : تأثير ألعاب استكشافية موجهة في تطوير الرضا الحركي واهم المهارات الأساسية للتلاميذ بعمر (١٠ - ١١) سنة . رسالة ماجستير . كلية التربية الرياضية . جامعة بابل . ٢٠١٠م.

ويعزو الباحث سبب تطور المجموعتين في الاختبار البعدي كونهم تعلموا بأساليب تعليمية مختلفة أدى إلى تحسن القابلية المهارية لدى أفراد المجموعتين وهذا انعكس وبشكل كبير على مستوى الرضا الحركي إذ ان الرضا الحركي يعبر عن " درجة شعور الطالب بالرضا والاشباع نتيجة الاشتراك في أداء المهارات الحركية الأساسية أو التخصصية" (٤ : ٤٢) ومن هنا نستنتج تفوق المجموعة التجريبية على الضابطة يرجع للمنهج

٥ - الاستنتاجات :

١- وجود تطور ومهارة الأعداد وللرضا الحركي لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة وللمجموعتين التجريبية والضابطة .

- المصادر :

(١) محمد عبد الرضا سلطان . دقة التهديف بالقفز وعلاقتها بالرضا الحركي بدلالة الأسلوب المعرفي (الاستقلال مقابل الاعتماد) لدى اللاعبين الشباب بكرة السلة . رسالة ماجستير . كلية التربية الرياضية . جامعة بابل . ٢٠٠٩م.
(٢) محمد صبحي حسانين وحمد عبد المنعم : الأسس العلمية للكرة الطائرة وطرق القياس ، ط١ ، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، ١٩٩٧

ملحق رقم (١) مقياس الرضا الحركي

ت	الفقرات	بدرجة قليلة جداً	بدرجة قليلة	بدرجة متوسطة	بدرجة كبيرة	بدرجة كبيرة جداً
١	بإمكاني تغيير أعداد الكرة في مختلف الاتجاهات					
٢	زملاني يؤكدون ان قدرتي على الأعداد بشكل جيدة					
٣	انا واثق من قدرتي على أداء الأعداد					
٤	امتلك الرشاقة وتغيير الاتجاه عند الأعداد					
٥	استطيع الأداء بسهولة					
٦	بإمكاني الأعداد من أي منطقة					
٧	لدي القدرة على الاحتفاظ بتوازي عند الانتهاء من الأعداد					
٨	كيف تشعر عندما تقوم بالأعداد من القفز					

٩	عندي ثقة واضحة عند أداء الأعداد للجانب				
١٠	استطيع الاحتفاظ بتوازني عند الأعداد للخلف				
١١	امتك السيطرة وحفظ توازني في الهواء أثناء الأعداد من السقوط				
١٢	لدي القدرة على تغيير اتجاهي أثناء الأعداد بسرعة كبيرة				
١٣	أرى نفسي قادراً على أعداد الكرة للزميل من القفز				
١٤	كيف تشعر عندما تعد الكرة من الأسفل				
١٥	أجد صعوبة عند أداء الأعداد من خارج الملعب				
١٦	كيف تشعر عندما تحصل على نقطة مباشرة من الأعداد				
١٧	بإمكاني الأعداد من أي مكان من الملعب				
١٨	زملائي يؤكدون ان قدرتي على الأعداد جيدة				
١٩	كيف تشعر عندما تقوم بالأعداد من خارج الملعب				
٢٠	امتك الرشاقة وتغيير الاتجاه عند الأعداد				
٢١	استطيع أداء الأعداد بسهولة				
٢٢	كيف تشعر عندما يكون أعدادك للكرة فوق حافة الشبكة				
٢٣	امتك القدرة في التحكم بارتفاع الكرة عند الأعداد				
٢٤	كيف تشعر عندما يكون أعدادك للكرة من الأسفل				
٢٥	عندي ثقة عند أداء الأعداد بجانب الشبكة				
٢٧	استطيع الاحتفاظ بتوازني عند الأعداد من الثبات				
٢٨	امتك السيطرة وحفظ توازني في الهواء أثناء الأعداد من القفز				
٢٩	كيف تشعر عندما يكون الأعداد للخلف				
٣٠	لدي القدرة على الأعداد لكافة الاتجاهات				
٣١	قدرتي على الأعداد من الحركة جيدة				

نموذج لوحدة تعليمية لمهارة الأعداد بالكرة الطائرة

- الهدف التعليمي : جعل الطالب قادر على أداء مهارة الأعداد
- الهدف التربوي : يكون الطالب واثقاً من ادائه
- الأدوات : كرات طائرة ، حائط

أقسام الوحدة التعليمية	الوقت	محتوى الوحدة التعليمية	التشكيلات	الملاحظات
القسم الرئيسي	٢٥ د	إحماء وتهيئة الجسم	+++++++	التأكيد على النظام بين الطلاب
أ- الإحماء العام	١٠ د		+++++++	
ب- الإحماء الخاص	١٥ د	تمارين متنوعة شاملة لكل الجسم تخدم القسم الرئيسي		التأكيد على ان يكون وضع الجسم بصورة صحيحة أثناء تطبيق التمرينات
القسم الرئيسي	٦٠ د	شرح وعرض مهارة الاعداد	+	التأكيد على فهم الطلاب للنواحي الفنية لمهارة الأعداد
أ- النشاط التعليمي	٢٠ د		+	
ب- النشاط التطبيقي	٤٠ د	١- تمرين : مناولة فوق الرأس مستمرة بحيث تكون مرة عالية ومرة منخفضة . ٢- تمرين : أداء مناولة للأمام الأعلى مع ترك الكرة تسقط بالأرض لمرة واحدة ثم أداء مناولة باتجاه الأعلى ٣- مناولة فوق الرأس ثم باتجاه الحائط ٤- مناولة مستمرة على الحائط مع التأكيد على ان المناولة تكون داخل المربع المرسوم على الحائط والذي أبعاده (١٥٠) سم	+	تطبيق المهارة من قبل الطلاب بشكل صحيح مع إعطاء تغذية راجعة فورية
القسم الختامي	٥ د	تمارين تهدئة للجسم تحية الانصراف	+++++++	التأكيد على التهدئة