



## The effect of special exercises using assistive devices to improve the performance level of some basic volleyball skills for ages (12-15) years

Lec. Dr. Ithar Hamdi Abdel Rahman Imran \* 

Anbar Education Directorate, Iraq.

\*Corresponding author: [Etharhamdi1983@gmail.com](mailto:Etharhamdi1983@gmail.com)

Received: 23-08-2024

Publication: 28-12-2024

### Abstract

Here lies the importance of the study, working using special exercises to improve the level of performance of some basic skills in volleyball at the ages of (12-15) years to help players acquire a healthy basic skill base and improve their level results in a positive way in developing the game of volleyball. The study aimed at the effect of special exercises using assistive devices to improve the performance level of some basic volleyball skills at the ages of (12-15) years. The hypothesis included significant differences to improve the performance of some basic skills of the research sample in the study. The research sample consisted of players from the specialized school for the season (2023-2024) aged (12-15) years, totaling (18) players.

**Keywords:** Auxiliary Tools, Basic Volleyball Skills.



تأثير تمارين خاصة باستخدام أدوات مساعدة لتحسين مستوى أداء بعض المهارات الأساسية

بالكرة الطائرة بأعمار (12-15) سنة

م.د. ايثار حمدي عبد الرحمن عمران

العراق. مديرية تربية الانبار

Etharhamdi1983@gmail.com

تاريخ استلام البحث 2024/8/23 تاريخ نشر البحث 2024/12/28

### الملخص

تكمن هنا أهمية الدراسة، العمل باستخدام تمارين خاصة لتحسين مستوى أداء بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة بأعمار (12-15) سنة ليساعد على امتلاك اللاعبين قاعدة مهارية اساسية صحية وتحسين نتائج مستواهم بشكل إيجابي في تطوير لعبة الكرة الطائرة. حيث هدفت الدراسة الى - تأثير تمارين خاصة باستخدام أدوات مساعدة لتحسين مستوى أداء بعض المهارات الأساسية الكرة الطائرة بأعمار (12-15) سنة. وقد شمل الفرض اختلافات معنوية لتحسين أداء بعض المهارات الأساسية لعينة البحث بالدراسة وكانت عينة البحث المتكونة من لاعبي المدرسة التخصصية للموسم (2023-2024) بأعمار (12-15) عاما، والبالغ عددهم (18) لاعبا.

الكلمات المفتاحية: الأدوات المساعدة، المهارات الأساسية بالكرة الطائرة.

## 1- المقدمة:

لقد شهد العالم التطورات التي تغيرت في علم التدريب حيث كان بسبب هذه التغيرات هو الاعتماد على العلوم المساعدة التي تساعد على تطوير العملية التدريبية بمختلف تفاصيلها، والاعتماد بشكل اساسي على الجانب النظري والعملية وكذلك الاطلاع والاعتماد على التجارب والبحوث العلمية السابقة، وذلك للوصول إلى الاداء العالي من خلال تطبيق المفاهيم الصحيحة في التدريب الرياضي التي تساعد بشكل كبير في تحسين وتطوير مستوى اللاعبين بدنياً ومهارياً خاصة. وإن الترابط الكبير بين الجانب النظري والعملية له الدور الكبير في تحسين وتطوير الجانب المهاري والذي جعل من الضروري الاهتمام بتحسين المهارات الاساسية في أي لعبة، وان رفع مستوى القدرات البدنية له الدور الاساسي والذي يحدد نوعية أداء الجانب المهاري والخططي. وذلك لان الجانب البدني يعتبر من العوامل الاساسية المؤثرة في تحسين مستوى اللاعبين. إن لعبة الكرة الطائرة من الألعاب التي تتطلب من اللاعب اتقان المهارات الاساسية، ويحتاج مجهوداً بدنياً كون هذه اللعبة تمتاز بتغير مستمر في اللعب. ان استخدام الادوات المساعدة في أي لعبة رياضية تساعد في تحسين مستوى الاداء المهاري من خلال مساعدة اللاعب على اداء المهارة بشكل مطابق للمسارات الحركية الصحية وكذلك الربط بين المراحل الخاصة بالمهارة، اضافة الى تساعد الادوات المساعدة على زيادة الدافعية والتشويق للاعبين مما تؤدي الى زيادة التكرارات والتي تساعد على تثبيت البرامج الحركية الصحية للتعلم. إن التمرينات المستخدمة تساعد على رفع مستوى الاداء المهاري للاعبين وكذلك رفع المستويات البدنية، وتعد من الأمور الأساسية وذلك من أجل بناء قاعدة اساسية متينة وصحيحة كونها تمثل مرحلة إعداد مسبقة للاعبين الأندية وذلك باستخدام الطرائق والأساليب العلمية وفق معايير اساسية من أجل تحقيق النتائج الأفضل لهم في المستقبل. وتكمن هنا أهمية الدراسة، العمل باستخدام تمارين خاصة لتحسين مستوى اداء بعض المهارات الاساسية بالكرة الطائرة بأعمار (12-15) سنة ليساعد على امتلاك اللاعبين قاعدة مهارية اساسية صحية وتحسين نتائج مستواهم بشكل إيجابي في تطوير لعبة الكرة الطائرة.

إن أي بداية تعليمية لأي فريق يعد مشكلة، لذا يجب على المدرب العمل وفق أسس علمية صحيحة من أجل بناء خطة شروع عمل صحيح وبناء قاعدة أساسية ينطلق منها تطوير جميع اللاعبين لرفع المستوى المهاري والبدني، ومن خلال اطلاع الباحث على كثير من المصادر العلمية والدراسات السابقة التي تشير على أن يجب أن تكون بداية بناء اللاعب على قاعدة أساسية وصحيحة لأي برنامج حركي لذا ارتى الباحث استخدام تمارين بأدوات مساعدة لتحسن مستوى أداء بعض المهارات الأساسية لعينة البحث.

### ويهدف البحث الى:

1-تأثير تمارين خاصة باستخدام ادوات مساعدة لتحسين مستوى أداء بعض المهارات الأساسية الكرة الطائرة بأعمار (12-15) سنة.

### 2-إجراءات البحث:

1-2 منهج البحث: استخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمته لطبيعة ومشكلة البحث.

### 2-2 مجتمع البحث وعينته:

ان من خطوات البحوث العلمية مسألة مهمة جدا ينبغي الاهتمام بها لان العينة لها اسس يجب ان تتوفر فيها بحيث تمثل المجتمع تمثيلا حقيقيا وذلك للحصول على نتائج أكثر شمولية.

لهذا تم اختيار عينة البحث المتكونة من لاعبي المدرسة التخصصية للموسم (2023-2024) بأعمار (12-15) عاما، والبالغ عددهم (18) لاعبا.

### -تجانس العينة:

ان تجانس العينة من الامور المهمة للباحث لكي يبدئ عمل التطور بخط شروع واحد لتحقيق مبدئ العدالة من اجل عدد التكرارات والتمارين لجميع العينة البحثية حيث ادى الباحث بعض الاجراءات لتأكيد المتغيرات بالرغم من (العينة المختارة) هي من مرحلة عمرية متقاربة وكذلك لمنع المدخلات الخارجية التي قد تؤثر على نتائج التجربة.

لذا استعملت الوسائل الاحصائية عن طريق مجموعة من القوانين الاحصائية للقياس بعض المتغيرات (المورفولوجيا) لمعرفة واقع الاختلاف من عدمه وكما موضح ادناه.

الجدول (1) يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل الالتواء لغرض تجانس عينة البحث في متغيرات العمر، الوزن، الطول

المنوال	ع	س	وحدة القياس	متغيرات
2013	1.18	12.21	سنة	العمر
30 كغ	1.50	40.8	كغم	الوزن
133 سم	1.5	142	سم	الطول

### 2-3 الوسائل والادوات والاجهزة المستخدمة في البحث:

- المصادر والمراجع العربية والاجنبية.
- الملاحظة والتجريب والمقابلات الشخصية.
- استمارة استطلاع آراء السادة الخبراء والمختصين واستمارة تقويم اختبارات الاداء الفني
- استمارة تفريغ البيانات.
- ملعب الكرة الطائرة
- شريط قياس معدني لقياس الطول ولاصق وشريط مطاط.
- جهاز لقياس الوزن.
- ساعة توقيت عدد (2)
- حاسبة يدوية علمية نوع (Sharp)
- كاميرا فيديو نوع. Sonic.
- اطواق وحلقات ومربعات.

## 2-4 الوسائل التعليمية المساعدة المستخدمة:

استخدم الباحث في المنهج التعليمي نوع من انواع الوسائل التعليمية شاشة العرض حيث يقوم بمشاهدة اداء المناولة قبل القيام بعملية التكرار على المهارة اثناء الوحدة التدريبية و ثم بعد الانتهاء من المشاهدة يقوم بأداء التمارين المحددة من قبل المدرب، واثاء القيام بأداء المهارة ايضا مشاهدة التكنيك الصحيح للمهارة من اجل القيام بتقديم التغذية الراجعة الداخلية اضافة الى التغذية الراجعة من قبل المدرب بعد اداء المهارة. وحلقات مثبتة على منصة بارتفاعات مختلفة، وبمسافات مختلفة يقوم اللاعب اثناء التمرين التركيز والمناولة الى الحلق المثبت والتكرار على المهارات قيد الدراسة من اجل زيادة التركيز ورفع مستوى الاداء المهاري للاعب مما يؤدي الى بناء قاعدة اساسية وصحيحة للاعب.

## 2-5 متغيرات البحث:

يمكن ان تكون متغيرات الدراسة صادقة الا إذا يتم اختيارها بالشكل الصحيح، لذا اعتمد الباحث في اختيار اهم وانسب المتغيرات البحثية على اراء الاختصاصيين والخبراء. وتوصلت الباحثة الى النسب وكما مبين بالجدول ادناه:

الجدول (2) يبين نسبة اتفاق الخبراء لاختيار المتغيرات البحثية

ت	المتغيرات	عدد الخبراء	النسبة	عدد الخبراء الكلي
1	الارسال من الأعلى	6	85%	7
2	التمرير من الأسفل	5	71%	7
3	اختبار مهارة (الإرسال من الأعلى)	6	85%	7
4	اختبار التمريرة من الأسفل	6	85%	7

## 2-6 اختبار الاختبارات:

من اهم الامور التي يجب توافرها في اجراء البحوث العلمية هي الاختبارات التي تعتبر من الوسائل المهمة للتقويم في مجالات الحياة عامة وفي مجال التربية الرياضية خاصة، لما حظيت به من تقدم في هذا المجال في السنوات الاخيرة.

أولاً: اسم الاختبار: اختبار مهارة (الإرسال من الأعلى) (محمد صبحي 1997، ص222)

الغرض منه: قياس دقة الارسال .

تحدد منطقتان بخطين متوازيين، منطقة (10) وعرضها (120سم) عند أحد الجانبين ومنطقة (5) مجاور للمنطقة (10) وعرضها (180سم).

### مواصفات الأداء:

يقوم اللاعب بإرسال (10) إرسالات بحيث إذا لامست الشبكة أو كان الإرسال خارج الملعب تلغى المحاولة، علماً أن المختبر يمكنه أداء أي نوع من أنواع الإرسال من الأعلى.

### ملاحظة:

في حالة ملامسة الكرة الشبكة عند الأداء أو سقطت الكرة خارج الملعب، أو استخدم إرسال مغاير، يعطى المختبر (صفر).

### التسجيل:

يحصل اللاعب على (10) درجات إذا سقطت الكرة في المنطقة المخصصة لذلك وعلى خمسة درجات إلى منطقة (5) وعلى درجة في منطقة الثالثة، وبذلك يصبح مجموع الدرجات للمحاولات العشرة (100) درجة.

ثانيا: اختبار التمريرة من الأسفل: (محمد صبحي حسانين، 1997، ص243)

الهدف من الاختبار: قياس مهارة اللاعب في التمريرة من الأسفل.

مواصفات الأداء:

يتواجد اللاعب بـ (أ) يقوم المدرب برمي الكرة إليه ليقوم باستقبالها على إن يوجهها للمنطقة (1) لخمس كرات التالية بحيث توجه إلى المنطقة (2)، وكذلك مع الخمس كرات الثالثة بحيث توجه الى المنطقة (3) يكرر هذه المحاولات من الدائرة (ب).

الشروط:

1- لكل لاعب (15) من (أ) و(15) من (ب).

2- الاداء مهارة التمريرة من أسفل باليدين.

3- تحتسب الكرة الصحيحة التي تصل الى اللاعب.

4- يجب الالتزام بتسلسل أداء المحاولات بحيث تكون:

من نقطة (أ) خمس كرة للمناطق المحددة و ثم من (ب) خمسة كرات محددة للنقاط بالتسلسل).

التسجيل:

تحتسب النقاط التي يحصل اليها اللاعب.

2-7 التجربة الاستطلاعية:

قام الباحث بأجراء تجربة استطلاعية يوم الأربعاء (2023 /11/15) على عينه البحث بالإضافة الى صلاحية الادوات والاجهزة المستخدمة فضلا عن حسن تدريب فريق العمل المساعد.

2-8 الاختبارات القبليّة:

اجريت الاختبارات القبليّة لعينة البحث يوم الجمعة الموافق 2023/11/17 اذ شملت وتضمن فيها شرح المهارات والاستعانة ببعض الصور والرسومات الخاصة بهذه المهارة وعرض انموذج امام اللاعبين اولي لها وبعدها قامت عينة البحث ثم قامت بتطبيق هذه المهارة وبعدها اجريت الاختبارات القبليّة للمهارات بمساعدة الفريق المساعد واكمال الاختبارات المحددة.

## 2-9 المنهج:

من خلال المنهج المستخدم والمعتمد يروم الباحث استعمال الوسائل التعليمية المساعدة لتعلم بعض المهارات الاساسية بالكرة الطائرة. استغرقت مدة المنهج التعليمي (8) اسابيع مقسمة الى (3) وحدات لتعلم بعض المهارات الاساسية بالكرة الطائرة، وبلغ المجموع الكلي للوحدات التعليمية في المنهج المستخدم (24) وحدة تعليمية بزمن (40-65) دقيقة. حيث اعتمد الباحث بوضع مفردات المنهج التعليمي بأخذ اراء الخبراء والمختصين من اجل ضمان صحة ودقة العمل بالصورة العلمية والدقيقة. .

## 2-10 الاختبارات البعدية:

بعد اكمال (الوحدات) تعليمية في مدة (8) اسابيع لتعلم الاداء بعض المهارات الاساسية بالكرة الطائرة اجريت الاختبارات البعدية وبالظروف والاحوال نفسها التي كانت في الاختبارات القبلية في يوم 2024/1/25 لحساب مقدار التعلم.

## 2-11 الوسائل الإحصائية: استخدم الباحث الحقيبة الاحصائية (SPSS).

## 3-1 عرض ومناقشة النتائج:

الجدول (3) يبين بيانات متغيرات البحث التابعة

الدالة	أقيمة المحسوبة	ع ف	س ف	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		وحدة القياس	المعالم الإحصائية المتغيرات
				ع	س	ع	س		
دالة	3.16	10.86	6.4	10.56	26.4	11.46	21.8	درجة	الإرسال من الأعلى
دالة	5.43	6.77	10	19.55	45.8	12.06	35.8	درجة	التمريرة من الأسفل

الجدول (3) يبين وجود اختلاف في بيانات عينة البحثية في المتغيرات التابعة، ولصالح نتائج الاختبار البعدي، يعزو الباحث ذلك التعلم والتطور الملحوظ حيث ان الوسائل التعليمية وهذا ما تؤكد المراجع العلمية، (تقوم الوسائل التعليمية على اشراك جميع الحواس في عمليات التعلم مما يؤدي الى ترسيخ وتعميق هذا التعلم وهي بذلك تساعد على ايجاد علاقات راسخة وطيدة بين ما تعلمه التلميذ وما يترتب عليه من بقاء أثر التعلم). (ماهر اسماعيل يوسف، 1998)

والتطور الذي حصل للمجموعة الضابطة يؤكد على إن المنهج المتبع كان ملائماً لمستوى العينة واستيعابها فضلاً عن انه قد بنيت على أسس علمية صحيحة وقد تم تنفيذه بشكل سليم ومنظم. وان استخدام التمرينات الخاصة الإضافية الوسائل المساعدة وإلى فاعليته ويظهر من خلال النتائج ومدى تقدم اللاعب بالمهارة لغرض الوصول إلى الغرض النهائي. وهذا يدل على أن التمارين كان ملائماً لمستوى العينة وهذا يدل على انه بني على متطلبان مهمة وعلمية صحيحة، كما ويتفق مع دراسة احمد زكي فضلاً عن نتائج دراسات كل من كاتيل ودانيال في "أن الممارسة المنظمة للنشاطات الرياضية تؤثر ايجابياً في المستوى الفني للمتعلمين". (لؤي غانم، 2000، ص6)

يعزو الباحث ذلك التعلم والتطور. لاستخدام الوسائل التعليمية في تعلم المهارات الاساسية بالكرة الطائرة في اعمار مبكرة اي بالعمر المناسب لتعلم هذه المهارات يساعد المتعلم على فهم الاجزاء التفصيلية للمهارة والتي تساعد على اكتشاف الازياء التعليمية وخاصة في المراحل الاولى للتعلم لان بقاء الازياء وعدم اكتشافها بصورة مبكرة سيؤثر بشكل سلبي على الاداء الفني للمهارة ككل وهنا تكمن اهمية الوسائل التعليمية التي استخدمت في هذا البحث .

#### 4-الاستنتاجات والتوصيات:

##### 4-1الاستنتاجات:

- 1-ان استخدام الوسائل المساعدة مهمه لاكتساب المهارة لعينة البحث مما جعل تعلمها أفضل من المجموعة الضابطة.
- 2-استخدام الوسائل المساعدة تساعد اللاعب (الصغار) خاصة على الحضور وللاندفاع في اداء التمرين.

##### 4-2 التوصيات:

- 1-لتأكيد على استخدام الوسائل المساعدة في التعلم المهاري (التكنيك) .
- 2-من المهم استخدام الادوات في اكتساب البرامج الحركية.
- 3-التأكيد على الجهات ذات الاختصاص والعلاقة بتوفير الأدوات والوسائل المساعدة لتعلم المهارات بكرة السلة.

## المصادر

- ظافر هاشم إسماعيل الكاظمي: الأسلوب التدريسي المتداخل وتأثيره في التعلم والتطور من خلال الخيارات التنظيمية المكانية لبيئة تعلم التنس، أطروحة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، 2002.
- لؤي غانم الصميدي: تأثير برنامج مقترح باستخدام وسائل مبتكرة في تطوير دقة الأداء لمهارة استقبال الإرسال في الكرة الطائرة، مجلة التربية الرياضية، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، 2000.
- دلال كامل قدورة: طرق التدريس العامة، ط1، عمان، دار دجلة، 2009.
- محمد صالح محمد: منهج تدريبي مقترح بالأثقال لتطوير القوة العضلية وتأثيره في بعض المهارات الهجومية الفردية والمركبة لكرة السلة أطروحة دكتوراه جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، 1999.
- محمد صبحي حسنين وحلمي عبد المنعم: الأسس العلمية للكرة الطائرة وطرق القياس للتقويم، ط1، القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 1997.
- ظافر هاشم إسماعيل الكاظمي: الأسلوب التدريسي المتداخل وتأثيره في التعلم والتطور من خلال الخيارات التنظيمية المكانية لبيئة تعلم التنس، أطروحة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، 2002.
- لؤي غانم الصميدي: تأثير برنامج مقترح باستخدام وسائل مبتكرة في تطوير دقة الأداء لمهارة استقبال الإرسال في الكرة الطائرة، مجلة التربية الرياضية، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، 2000.
- ماهر اسماعيل يوسف. مدخل الى تكنولوجيا التعليم، ط2، عمان: دار الفكر، 1998.
- يعرب خيون: التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق، مكتب الصخرة للطباعة، بغداد، 2002.