

اثر الجمل المتنوعة في تطوير القدرات البدنية الحركية الخاصة وبعض المهارات

بكرة الطائرة

شيماء جاسم محمد

العراق. الجامعة المستنصرية. كلية التربية الأساسية. قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة

الملخص

ان المعلم الذي يجيد استخدام طرق مختلفة اثناء التدريس هو الذي يجعل من الدرس يمتاز بالمرؤنة والحيوية الذي يخرجها بأسلوبه الخاص التي تنعكس على المتعلمين و يجعلهم يتفاعلون بالدرس من خلال الأداء الجيد للتمرين وإخراج الوحد التعليمية بشكل يتلاءم مع مستوى وقدرات المتعلمين وهو بدوره يعطى ميزة في تعلم تلك المهارات الرياضية . وان الكرة الطائرة التي تعد احدى الألعاب الجماعية التي تمتاز للزميل ميل والخصم وبذلك وكذلك تحتاج الى حركية ومهارات وبدنية بدرجة عالية نوعا ما بعدم الاحتكاك مع فريق الخصم وبذلك تحتاج تمرينات مركبة و خاصة من حيث الإحساس ولإدراك للمسافة والزمن . تتجلى أهمية البحث من حيث ان المعلم يستخدم استراتيجية المجموعات المرنة بالتدريس وإدخال التمرينات الادراك الحس حركي التي تبني قدرات المتعلم للكره الطائرة ومالها من تأثير في تحفيز وتعلم المهارات.

ومن خلال عمل الباحثة كتدريسيه وجولاتها الميدانية للمدارس خلال فترات التطبيق ان القائمين بالتدريس درس التربية البدنية يفتقرن الى التغيير والى التعرف على ما هو حديث في طرائق التدريس من الاستراتيجيات والطرق وكذلك الضعف لدى الطلاب من جانب الادراك والاحساس بالحركة وتعلمتها هذا ما دفع الباحثة للوقف على هذه المشكلة الحقيقة و دراستها وتقديم الحل لذلك وهو من خلال استخدام جمل حركية متنوعة في تطوير بعض القدرات البدنية وتعلم بعض المهارات بكرة الطائرة ويهدف البحث الى :

1- اعداد وحدات تعلميه باستخدام جمل حركية متنوعه في تطوير بعض القدرات البدنية ولتعلم بعض المهارات بالكرة الطائرة .

2- التعرف الى تأثير استخدام جمل حركية متنوعه في تطوير بعض القدرات البدنية ولتعلم بعض المهارات بالكرة الطائرة

الكلمات المفتاحية: الجمل المتنوعة ، القدرات البدنية الحركية ، كرة الطائرة

The effect of various sentences on developing special physical and motor abilities and some skills in volleyball

Shaima Jassim Mohammed

Iraq. Mustansiriya University. Faculty of Basic Education. Department of physical education and sports sciences

Abstract

The teacher who is fluent in using different methods during teaching is the one who makes the lesson characterized by flexibility and vitality, who brings it out in his own style, which is reflected on the learners and makes them interact with the lesson through good performance of the exercise and the output of the unit of instruction in a manner that is compatible with the level and capabilities of the learners, which in turn gives an advantage in learning those skills sports. Volleyball, which is one of the collective games that is distinguished for the colleague and the opponent, and thus, also requires movement, skill and physicality to a somewhat high degree, without friction with the opponent's team, and thus needs complex exercises, especially in terms of sensation and awareness of distance and time. The significance of the research is evident in that the teacher uses the strategy of flexible groups by teaching and introducing kinesthetic awareness exercises that develop the learner's abilities for volleyball and its impact on motivating and learning skills.

Through the researcher's work as a teacher and her field tours to schools during the application periods, the teaching staff lacked change and lack of knowledge of what is modern in teaching methods of strategies and methods, as well as weakness of students in terms of perception and sense of movement and learning, this is what prompted the researcher to solve this problem through the use of various kinetic sentences on developing some physical abilities and learning some skills in volleyball. The research aims to:

1. Prepare educational units using various motor sentences to develop some physical abilities and to learn some volleyball skills.
2. To identify the effect of using various motor sentences on developing some physical abilities and to learn some skills in volleyball.

Keywords: various sentences, physical motor abilities, volleyball.

1- المقدمة:

ان التطور الحاصل وب مختلف العلوم والاختصاصات التي يشهدها العالم التي ينظرها الانسان لم يسبق لها مثيل ، اذا ان التنظيم والمخرجات التعليمية أصبحت غير قادرة على مواكبة هذا التقدم الهائل فوجب التغيير في التخطيط والتقويم في المخرجات التعليمية .

وان بالرغم من البحوث والتأكيدات والادبيات النفسية والتربية الحديثة وما لها من انعكاسات ضرورية في تعزيز طرائق التدريس واساليبها بشكل يحفز وينمي من دور المتعلم وجعلة محرك وداعم وفعال في العملية التعليمية. الا انها ماتزال تعاني من بعض التراكمات الغير مجدية التي تضر على المتعلم وتقتصر بكون المتعلم يلتقي المعرف من الاستماع والتلقين في مختلف العلوم ومنها التربية البدنية وعلوم الرياضة .

المعلم الذي يجيد استخدام طرق مختلفة اثناء التدريس هو الذي يجعل من الدرس يمتاز بالمرونة والحيوية الذي يخرجه بأسلوبه الخاص التي تتعكس على المتعلمين و يجعلهم يتفاعلون بالدرس من خلال الأداء الجيد للتمرين الذي يعني بالتمرين البدني والمهارى المشترك وإخراج الوحدة التعليمية بشكل يتلاءم مع المستوى وقدرات المتعلمين وهو بدوره يعطي ميزة في تعلم تلك المهارات الرياضية .

ولهذا وجب على المعلم ان يعمل في تنظيم عملية التدريس واخذ بنظر الاعتبار الفروق الفردية بين المتعلمين والاعداد لهم اعداد صحيح من الاعداد البدني والمهارى والنفسي والعقلي من أجل الوصول الى افضل استجابات من قبل المتعلمين فلذلك يبرز تأثير التمرينات المركبة (الجمل الحركية) في الفعاليات الرياضية المختلفة ومنها الكرة الطائرة حيث تبرز في معظم حركات التوافق من خلال الإحساس بالحركة والإدراك بأقسام الحركة وتنمية هذا التمرينات التي تساعده على تحفيزها فلذلك يجب ان يتقن المعلم هذه التمرينات الخاصة للعبة والعمل على التطوير للقدرات البدنية والمهاريه بكرة الطائرة .

وان كرة الطائرة التي تعد احدى الألعاب الجماعية التي تمتاز بكثرة الانتباه للزميل والخصم والكرة الطائرة وكذلك تحتاج الى قدرات حركية ومهاريه وبدنية بدرجة عاليه نوها ما بعدم الاحتكاك مع الفريق الخصم وبذلك تحتاج تمرينات مركب وخاصة من حيث الإحساس والإدراك للمسافة والزمن .

وبهذا تتجلى أهمية البحث من حيث ان المعلم يستخدم طرق وبالتدريس وإدخال التمارينات البدنية والمهارية المنوهة (الجمل الحركية) التي تتمي قدرات المتعلم للكرة الطائرة وما لها من تأثير في تحفيز القدرات البدنية الخاصة والمهارات بها .

وان كرة الطائرة احدى الألعاب الرياضية التي تتطلب مجموعة من القدرات الحركية والبدنية من أجل اخراج الجانب المهارى بشكل رائع ومتميز ، فهي تتطلب اتقان المهارات وهي تتطلب التمك الحركي الذي يستمد من القدرات الادراكية والحسية ومن ضمنها التوافق الحركي احذى اهم الدعامات الأساسية للحركات التي يدركها المهام من اجل اخراج الدرس بشكل صحيح وعلى الرغم من تعدد الطرق والأساليب التدريسية في العملية التعليمية الا انه لا يزال التدريس مقتضرا على استخدام طرق تدريس تقليدية ولا سيما في مواد التربية البدنية التي تتسم بالطابع العملي والسيطرة الواضحة للمدرس من دون تدخل او إعطاء الحرية النسبية للطالب وهذا يعكس بشكل كبير على الطالب من الجانب السلبي وكذلك عدم إشاعة جو تنافس بين الطالب وهذا ما لاحظته الباحثة من خلال عملها كتدريسيّة وجولاتها الميدانية للمدارس من خلال فترات التطبيق ان القائمين بالتدريس درس التربية البدنية يفتقرن الى التغيير والى التعرف على ما هو حديث في طرائق التدريس من الاستراتيجيات والطرق وكذلك الضعف لدى الطالب من جانب للوقوف على هذه المشكلة الحقيقية ودراستها وتقديم الحل لذلك وهو من خلال استخدام استراتيجية الجمل الحركية المتنوعة في تطوير بعض القدرات البدنية وفي تعلم بعض المهارات بكرة الطائرة .
ويهدف البحث الى :

1- اعداد وحدات تعليمية باستخدام جمل حركية متنوعة في تطوير بعض القدرات البدنية ولتعلم بعض المهارات بالكرة الطائرة .

2- التعرف الى التأثير استخدام جمل حركية متنوعة في تطوير بعض القدرات البدنية ولتعلم بعض المهارات بالكرة الطائرة .

2- اجراءات البحث:

1- منهج البحث: استخدمت الباحثة المنهج التجاري لملائمة لطبيعة ومشكلة البحث.

2- عينة البحث:

تمثل عينة بطلاب الصف الخامس الابدي بمدرسة الخضراء النموذجية ببغداد/الكرخ1الدراسي 2013-2014 حيث اختيرت العينة بالطريقة العدمية وبلغ عددهم الكلي (90) طالب حيث موزعين بـ(3) قاعات (أ ، ب ، ج) حيث تم استبعاد الطلاب الذين ادخلوا بالتجربة الاستطلاعية والطلاب المتغيبين والقاعة التي لم تتدخل بالتجربة الرئيسية حيث استبعد هم (30) طالب وبذلك بلغت العينة (60) طالب حيث شكلت ما نسبته (66,66%) واذا تم اختيار قاعة (ج) لتكون المجموعة التجريبية وعدهم (30) وقاعة (ب) لتكون المجموعة الضابطة وبلغ عددهم (30) طالب.

3- تجانس العينة:

قام الباحثون بأجراء التجانس في (الطول،العمر،الوزن) لجميع افراد العينة وكما مبين في الجدول (1).

جدول (1) يبين تجانس العينة في (الطول ، الوزن ، العمر)

معامل الالتواء	الوسيط	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	المتغيرات
1,00	117,29	0,67	17,70	العمر
0,540	173	2,15	171,99	الطول
0,360	66,01	2,40	65,75	الوزن

وتبين من الجدول ان معامل الالتواء في المتغيرات هو محصور بين الحدود الحقيقة (3+) وبذلك فان العينة متوزعة توزيع طبيعيا وهي متجانسة.

2-4 الاختبارات المستخدمة بالبحث.

- اسم الاختبار: اختبار كلفتون للكرة الطائرة.

(محمد حسن علاوي و محمد نصر الدين ، 1987 ، ص325)

- الهدف من الاختبار: قياس مهارة التمرين من الأسفل بكرة الطائرة.

- اسم الاختبار: الارسال المواجهة الامامي من الأسفل

(محمد صبحي حسنين وحمدي عبد المنعم ، 1997 ، ص227)

- الهدف من الاختبار: قياس مهارة الارسال

(قياس ناجي وبسطويسي احمد ، 1984 ، ص289)

- اختبار الوثب العمودي من الثبات

- الغرض من الاختبار: قياس القوة الانفجارية للرجلين

- اختبار السرعة الانتقالية لمسافة (30م) من البداء المتحرك:

(محمد رضا إبراهيم ، 1986 ، ص87)

- الغرض من الاختبار: قياس السرعة الانتقالية.

2-5 التجربة الاستطلاعية:

عمدت الباحثة الى اجراء التجربة الاستطلاعية . على عينة من الطلاب الذين تم استبعادهم من التجربة الرئيسية وعدهم (8) بتاريخ 10/11/2018 واعيدت التجربة بعد مرور سبعة أيام في 17/11/2018 وقد حصل الباحثون من التجربة معرفة زمن شرح المهارات وتجاوز بعض الصعوبات التي واجهت الباحث ومراعاة سلامة المختبرين وتعريف فريق العمل المساعد على الاختبارات وكيفية تطبيقها.

ان الاختبارات المختارة في البحث حاصلة على الأسس العملية ومطبقة على البيئة العراقية وحاصلة على الأسس العلمية ولكن عمد الباحثون للأجراء الأسس العلمية على عينة من (10) طلاب وكما مبين بجدول(2)

جدول(2) يبين الصدق والثبات والموضوعية

الموضوعية	الثبات	الصدق	المتغيرات
0,94	0,81	0.90	مهارة التمرين من الاسفل
0,95	0,85	0,92	مهارة الارسال الامامي من الاسفل
0,95	0,81	0,91	القوة الانفجارية للرجلين
0,94	0,81	0,90	السرعة الانتقالية

ان قيمة ر المحسوبة كانت اكبر من الجدولية البالغة (0,52) عند درجة حرية (8) وتحت مستوى دلالة (0,05) وحصلت الاختبارات على درجة عالية من الصدق والثبات والموضوعية

2-6 الاختبارات القبلية:

عمدت الباحثة الى اجراء الاختبارات القبلية والمتضمنة اختبارات (مهارة التمرين من الأسفل ومهارة الارسال الامامي من الأسفل - القوة الانفجارية للرجلين - السرعة الانتقالية) على العينة وعلى القاعة الرياضية المغلقة والساحة الخارجية في المدرسة بتاريخ 24/11/2018 وتم تطبيقها من قبل الأساتذة المختصين بدرس التربية الرياضية وبإشراف الباحثة .

2-7 استخدام الجمل الحركية المتنوعة في الوحدات التعليمية:

عمدت الباحثة الى ادخال الوحدات التعليمية الخاصة المعدة من قبلها والمتضمنة استخدام الجمل الحركية المتنوعة بالمنهج لمديرية وادخلتها ضمن المنهاج المتبعة من قبل مديرية تربية الكرخ 1

وتضمنت الوحدات على استخدام الجمل الحركية المتنوعة وطرق تقسيم الطلاب المجموعات صغيرة لا تتجاوز عددهم على (6) طلاب للمجموعة الواحدة تكون متساوية او غير متساوية بالعدد وحسب التشكيل المطلوب والغرض من الهدف من الجملة الحركية المتنوعة للطالب الحرية الانتقال مقابل عودة زميلة اخر للمجموعة وتطبيق وفق التمرينات البدنية المهاريه لتطوير القدرات البدنية وفي تعلم المهارات قيد البحث وبلغت عدد الوحدات (8) وحدات تعليمية وبواقع (2) وحدة تعليمية ب الأسبوع ولكل مهارة (4) وحدات تعليمية حيث بدا تطبيق الوحدات بتاريخ 2018/12/25 والى 2018/12/1

2-8 الاختبارات البعدية:

عمدت الباحثة الى اجراء الاختبارات البعدية على عينة البحث وعلى المجموعتين التجريبية والضابطة وتم اجراءها على نفس القاعة الرياضية الداخلية والساحة الخارجية وعلى يد الأساتذة الذين قاموا بتطبيق الاختبارات الفبلية حيث تم اجراء الاختبارات في يوم 29/12/2018.

2-9 الوسائل الإحصائية: استخدمت الباحثة الحقيبة الإحصائية spss لمعالجة البيانات الإحصائية .

3- عرض وتحليل ومناقشة النتائج:

3-1-3 عرض وتحليل ومناقشة نتائج الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة للمهارتين الامامي من الأسفل والتمرير من الأسفل وللقوة الانفجارية للرجلين والسرعة الانتقالية بكرة الطائرة .

جدول (3) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة والجدولية في الاختبارات القبلية والبعدية قيد البحث بكرة الطائرة .

الدالة	قيمة الجدولية T	قيمة المحسوبة T	الاختبار البعدى		الاختبار القبلى		المجموعة	لمتغيرات
			ع	س+	ع	س+		
معنوي	1,69	10,96	1,20	23,1	1,70	19,0	التجريبية	الإرسال
معنوي		4,95	0,89	20,7	1,50	18,7	الضابطة	مامي من الاسفل
معنوي		4,07	2,10	16,23	2,90	11,20	التجريبية	التمرير
معنوي		2,90	1,30	12,86	2,10	9,4	الضابطة	ن الاسفل
معنوي		15,13	3,00	43,4	3,03	41,1	التجريبية	القوة الانفجارية للرجلين
معنوي		3,11	3,91	38,5	5,45	38,0	الضابطة	
معنوي		5,77	0,08	3,40	0,54	4,67	التجريبية	السرعة الانتقالية
معنوي		4,33	0,29	3,01	0,31	3,68	الضابطة	

يتضح من خلال جدول (3) بان الوسط الحسابي في الاختبار القبلي مهارة الارسال الامامي من الاسفل للمجموعة التجريبية بلغ (19,0) وبانحراف معياري (1,70) فيما بلغ الوسط الحسابي في الاختبار البعدى (23,1) وبانحراف معياري (1,20) فيما بلغت قيمة (T) المحسوبة (10,96) وهي اكبر من قيمة (T) الجدولية وهذا يدل على وجود فروق معنوية ولصالح الاختبار البعدى . فيما بلغ الوسط الحسابي في الاختبار القبلي للمهارة الارسال الامامي من الاسفل للمجموعة الضابطة (18,7) وبانحراف معياري (1,50) وبلغ الوسط الحسابي في الاختبار البعدى (20,7) وبانحراف معياري (0,89) فيما بلغت قيمة (T) المحسوبة (4,95) وهي اكبر من قيمة (T) الجدولية وهذا يدل الى وجود فروق معنوية بين نتائج الاختبارين ولصالح الاختبار البعدى ويتضح من الجدول بان الوسط الحسابي لمهارة التمرير من الاسفل للمجموعة التجريبية في الاختبار القبلي (11,20) وبانحراف معياري (2,90) وبلغ الوسط الحسابي في الاختبار البعدى (16,23) وبانحراف معياري (2,10) وبلغت قيمة (T) المحسوبة (4,07) وهي اكبر من قيمة (T) الجدولية وهذا يدل الى وجود فروق معنوية بين نتائج الاختبارين ولصالح الاختبار البعدى . ويتضح من الجدول بان الوسط الحسابي في الاختبار القبلي القوة الانفجارية للمجموعة التجريبية بلغ (41,1) وبانحراف معياري (3,03) فيما بلغ الوسط الحسابي في الاختبار البعدى (43,4) وبانحراف معياري (3,00) فيما بلغت قيمة (T) المحسوبة (15,13) وهي اكبر من قيمة (T) الجدولية وهذا يدل على وجود فروق معنوية ولصالح الاختبار البعدى .

وتبيّن من الجدول بان الوسط الحسابي في الاختبار القبلي للقوة الانفجارية للمجموعة الضابطة بلغ (38,0) وبانحراف معياري (5,45) فيما بلغ الوسط الحسابي في الاختبار البعدى (38,5) وبانحراف معياري (3,91) فيما بلغت قيمة (T) المحسوبة (3,11) وهي اكبر من قيمة (T) الجدولية وهذا يدل على وجود فروق معنوية ولصالح الاختبار البعدى.

وتبيّن من الجدول بان الوسط الحسابي في الاختبار القبلي السرعة الانتقالية للمجموعة التجريبية بلغ (4,67) وبانحراف معياري (0,54) فيما بلغ الوسط الحسابي في الاختبار البعدى (3,40) وبانحراف معياري (0,08) فيما بلغت قيمة (T) المحسوبة (5,77) وهي اكبر من قيمة (T) الجدولية وهذا يدل على وجود فروق معنوية ولصالح الاختبار البعدى. وتبيّن من الجدول بان الوسط الحسابي في الاختبار القبلي السرعة الانتقالية للمجموعة الضابطة بلغ (3,68) وبانحراف معياري (0,31) فيما بلغ الوسط الحسابي في الاختبار البعدى (3,01) وبانحراف معياري (0,029) فيما بلغت قيمة (T) المحسوبة (4,33) وهي اكبر من قيمة (T) الجدولية وهذا يدل على وجود فروق معنوية ولصالح الاختبار البعدى

يتبيّن من خلال الجدول (2) بان المجموعة التجريبية تقدّمت في اختبارات البدنية و المهارية ولصالح الاختبار البعدى ويعزو الباحثون ذلك الى ان استخدما استراتيجية المجموعات المرنة وفق التمرينات الادراك الحس حركي و وادخالة ضمن المنهاج على شكل وحدات تعليمية خاصة بالمهارات قيد البحث والتي استخدمت بشكل منتسق و علمي حيث ان المجموعات التي قسمت على شكل مجاميع صغيرة اعطت الحافز القوي للمتعلم بالاندفاع نحو المشاركة بشكل فعال مما اعطت له مرونة بالحركة بين المجموعات ويكون المتعلم هو محور العملية التعليمية وتنمي لديه المسؤولية الجماعية لديهم وتعلّم على العمل الجماعي وتنمية ويكون المعلم مرشد وموجة (ان الجمل الحركية المنشورة تقوم على ان كل تلميذ في المجموعة له دور فعال يئد نشاطه وبالتالي فان الجهد المبذول في الموقف التعليمية يمكن ان يؤدي الى ابقاء اثر التعلم ووظيفة وانتقاله). (زياديركات : 2005، 4).

وان التمرينات المختلفة المهارية والبدنية كان لها دور ايضا في تقدّم المجموعة التجريبية حيث اعدت بشكل يتلائم مع المتعلمين واعمارهم وكذلك بالتنسيق مع الاستراتيجية المستخدمة فما لها من اخذ الدور البارز ايضا من خلال الاحساس والادراك للمهارات اذ ان المعرفة الحسية ذات اهمية بالغة ومهمة في العمل الحركي الرياضي المتناسق مع قابلية الادراك لجميع الظواهر المبنية بشكل متمايز في العملية التعليمية (ان المستقبلات الحسية الموجودة بالعضلات تقوم بارسال اشارات عصبية حسية تحمل معلومات عن مدى تقصير العضلة او اطالتها وعن مدى توترها وأرتخائها وعن سرعة الانقباض العضلي وقوتها وعن اوضاع اجزاء الجسم المختلفة كل و عن التغيرات الحاصلة في هذه الاجزاء وعن دقة الحركة في الفراغ المحيط وزمن أدائها بذلك تساعد هذه المعلومات على دقة تقدير اللاعب للاداء الحركي من خلال تحكم الجهاز العصبي في أداء الحركات المكتسبة واتقانها في أثناء عمليات التعلم الحركي). (هاشم الكيلاني: 2005. 70).

ومن خلال ذلك نرى ان التقدّم الذي حصل للمجموعة التجريبية جاء متسازجا من خلال استخدام التمرينات المركبة الجمل الحركية التي حفّزت التعلم وهي تمرينات الادراك الحس حركي . ويتبيّن تقدّم المجموعة الضابطة ايضا في الاختبارات البدنية.

3-1-2 عرض وتحليل ومناقشة نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة بعض القدرات البدنية والمهارية بكرة الطائرة .

جدول (4).

يبين او ساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبارين البعدين للمجموعتين التجريبية والضابطة للقدرات البدنية وللمهارات بكرة الطائرة.

الدالة	قيمة (T) الدولية	قيمة (T) المحسوبة	المجموعة الضابطة			المجموعات التجريبية	المهارات
			ع	س	ع		
معنوي	1,68	6,94	0,89	20,7	1,20	23,1	الارسال الامامي من الاسفل
معنوي		3,80	1,30	12,86	2,10	16,23	التمرير من الاسفل
معنوي		3,10	3,91	38,5	3,00	43,4	القوة الانفجارية
معنوي		5,57	0,29	3,01	0,08	3,40	السرعة الانتقالية

* بلغت قيمة (T) الجدولية (1,68) وتحت مستوى دالة (0,05) وبدرجة حرية (58). يتبين من جدول (4) ان هناك فروق ذات دالة معنوية بين المجموعتين التجريبية والمجموعات الضابطة في نتائج الاختبار البعدي للمهارات بكرة الطائرة اذ تشير النتائج الى قيمة (t) المحسوبة وبالبالغة (6,94) وهي اكبر من قيمة (t) الجدولية في اختبار مهارة الارسال الامامي من الاسفل مما يؤكد الى وجود فروق معنوية بين المجموعتين التجريبية والمجموعات الضابطة . وكذلك يتبيّن في اختبار مهارة التمرير من الاسفل فنجد ان قيمة (t) المحسوبة بلغت (3,80) وهي اكبر من قيمة (t) الجدولية وهذا يؤكد على وجود فروق معنوية بين المجموعتين في هذا الاختبار ولصالح المجموعة التجريبية . وكذلك يتبيّن في اختبار القوة الانفجارية فنجد ان قيمة (t) المحسوبة بلغت (3,10) وهي اكبر من قيمة (t) الجدولية وهذا يؤكد على وجود فروق معنوية بين المجموعتين في هذا الاختبار ولصالح المجموعة التجريبية . وكذلك يتبيّن في اختبار السرعة الانتقالية فنجد ان قيمة (t) المحسوبة بلغت (5,57) وهي اكبر من قيمة (t) الجدولية وهذا يؤكد على وجود فروق معنوية بين المجموعتين في هذا الاختبار ولصالح المجموعة التجريبية .

نلاحظ من الجدول (4) بان المجموعة التجريبية التي تم ادخال الجمل الحركية المتنوعة بالمنهاج كانت اكتر تأثير في القدرات البدنية والمهارات بكرة الطائرة وهذا يؤكد على فاعلية التدريس والتمرينات المركبة البدنية والمهارية و التي تنساق ضمنا من خلال مجتمع متغير بالعدد واماكن تواجدها في تعلم المهارات وهي قد أدت بدور فعال لتقديم المجموعة التجريبية وحيث ان التدريس بالمجموعات المرونة وتعاونية بحمل حركية وهي عبارة عن وحدة تعليمية تتضمن موضوعا محددا وتحتوي على عناصر للتعلم قد تكون مختلفة ومتعددة هدفها الاساسي هو زيادة تفاعل الطالب ومشاركة الفعالة في الانشطة المتنوعة التي تتبع المجموعات في الموقف التعليمي الواحد امن اجل تحقيق الهدف التعليمي المحدد للوحدة التعليمية وباتقان عالي حيث من خلالها يستطيع المتعلم الانتقال من مجموعة الى مجموعة اخرى وتعطي له الحرية في اختيار المجموعة المناسبة له مع تقدير مستويات المجموعات من خلال المدرس المشرف والمجاه بالدرس

(ان الجمل الحركية المتنوعة هي التي يحقق من خلالها المعلم تنوع التدريس والتمرينات وتمكنة من تفصيل الانشطة التعليمية لتواءم مع احتياجات التلاميذ وقراراتهم كما يحقق من خلالها الاهداف المجتمعية او التنمية الشاملة المتكاملة لجميع التلاميذ على الرغم مما بينهم من اختلافات). (فاض خليل ابراهيم: 2010. 58- 59).

وان التعاون و التي تتطوّر في ضوء حرية انتقال الطالب خلال المجموعات على ان يكون في علم المعلم ويتبع جميع المتعلمين من خلال الانتقال والتّجوّال بين المجموعات لتسهيل عملية التعلم ومتابعة جميع المتعلمين ويتم تهيئه واعداد الادوات والمكان المناسب لذلك ويزود كل مجموعة بمصادر التعلم على حدة وهذا لفبة المجموعات ويتتم تقييم المتعلمين من قبل المعلم بشكل منفرد وكذلك ان الوحدات التعليمية الخاصة بالتدريس باستخدام الجمل الحركية و تم تصميم النشاطات على وفق حاجات الموضوع والهدف المحدد ومراعاة التتابع في عرض محتوى المهارات ومراعاة الفروق الفردية بين المتعلمين وكذلك وضعت مجموعة من التمارين التي تتيح للمتعلمين فرصة في الممارسة واداء الواجب القيام به في المواقف التعليمية (ان التدريس بالمجموعات المرونة تتميز بانها توفر المرونة في اختيار الانشطة وتعلمه حسب سرعة الخاصة وقدرتة الذاتية في التعلم وتتوفر الظروف التي تعطي للمتعلم دور ايجابي في كل موقف تعليمي بحرية وفق التمرينات المركبة في الوحدة التعليمية الواحدة) . (Rober 1999: 90)

وان التقدم الذي حدث في المجموعة التي استخدمت الجمل الحركية لها تأثير بارز على مشاركة المتعلمين اهم ما يميز التدريس بها وان المتعلمين يشتركون وبشكل يتجاوز كونهم مستقبلين للمعلومات فقط وانما يشاركون في الانشطة الدراسية بصورة فائقة ومستمرة وحيوية خلال الوحدات التعليمية .

وان للتمارين المهاريو والبدنية المركبة لها اثر في تحسن التوافق الحركي وتقدم المهارات بكرة الطائرة والقدرات البدنية حيث رعىت فيه القدرات العقلية وقدراتهم العقلية باختيار التمارينات بحيث ان الادراك الحس حركي مرتبطة رئيسيا بالجهاز العصبي المركزي الذي يعد من اهم نتائج عمليات المخ التي لها علاقة بالمعرفة والعمليات العقلية العليا المتمثلة في الادراك والاحساس والذكرا والابصار وبالتالي فان هذه العمليات هي المحاور الرئيسية للتنظيم المعرفي للمتعلمين باعتبار انه من الصعب على المتعلم تصور سلوك حركي في غياب احدى هذه المحاور الرئيسية (ان اجمالية الاداء وتطوره يتوقف على تطوير العمليات الادراكية نتيجة لخضوع اللاعبين للتمارين بوسائل تدريبية مساعدة تطور هذه القدرات الامر الذي يؤدي الى تطور احساسه بالكرة بسبب قوة العمليات العصبية الذي ينتج عنها زيادة ادراكة بالمحيط الخارجي). (محمد حسن علوي وآخرون: 2003. 48).

فان للادراك الحسي له تأثير مباشر في تعلم وتحسن الاداء المهاري ودقته واكتساب المهارات الجديدة، كذلك موافق التعلم والعب وخاصة عند الارسال والتمرير تحتاج إلى حاسة اللمس والبصر، وبعض الإحساسات الداخلية كالإحساس بالاتجاه والمسافة والإحساس بالزمن أكثر من أي حاسة أخرى، مما يناسب الى المتعلمين أفاق واسعة في إدراك اكبر مجموعة من المتغيرات المحيطة بالأداء(ان الادراكات الحس-حركية يمكن تسميتها عن طريق تمارينات متقدمة خاصة بهذه الادراكات)، (خالد شوقي: 1998. 83).

إذ تعلم هذه التمارين على تنمية الادراك الحس - حركي للمهارات والقدرات من حيث المسافة والزمن ، والتي تساعد المتعلمين على تحقيق المزيد من الفهم لطبيعة اداء المهارة المطلوبة، مما يجعله ينجح في اداء المهارات الحركية ، فضلاً عن أن التمارين المتواصلة والمستمرة يؤدي الى زيادة قدرة المتعلم على التركيز الادراك المهاري وهذا ادى بدوره الى تنمية عملية الادراكات، إذ (كلما زادت فترة التمارين بالنسبة للاعب كلما زادت خبراته ومهاراته في موافق اللعب المختلفة)، (ايمان حمد: 1998. 34).

حيث ان التمارين اختيرت بصورة منتظمة ومتدرجة بالصعوبة ومتناصفة بين الاطراف الجسم وان لها التأثير الوظيفي في تنمية التوافق الذي يحصل بين الجهاز العصبي والعضلي والتي يشتركون فيها قدرات بدنية (ان تنمية التوافق تعد احد الاهداف الرئيسية لل التربية البدنية). (ابو العلا احمد: 1997. 205).

وكذلك عملت الاستراتيجية المجموعات المرنة وفق للتمارين البدنية والمهارية التي لها الافر الواضح في تقدم المجموعة التجريبية في جميع المهارات حيث اعدت بشكل ملائم للعينة من حيث التقدير الوضع قدرة التوجة بالنسبة للزمان والمكان والتحكم بحركة الجسم في المكان والزمان وادراك وضع الجسم وتغيراته بالنسبة للملعب والحركة والقدرة على الربط الحركي والتنسيق وهذه تعطي نوعية التمارين التي اعدت من قبل الباحثة والتي ركز فيها على تحسين التوافق الحركي بين اجزاء الجسم والمهارات في كرة الطائرة لتي طورت حركة المتعلمين. وان من خلال ذلك نلاحظ ان تقدم المجموعة التجريبية التي استخدمت التمارين المركبة الجمل الحركية في جميع المهارات ونلاحظ ان المجموعة الضابطة كذلك قد تقدمت في تعلم المهارات.

4- الاستنتاجات والتوصيات:

1-4 الاستنتاجات:

1- أظهرت النتائج تفوق المجموعة التجريبية التي استخدمت الجمل الحركية المتنوعة في تطوير بعض القدرات البدنية وبعض المهارات بكرة الطائرة على المجموعة الضابطة

2- اثرت الوحدات التعليمية تحسن المجموعة الضابطة التي استخدمت التدريس المتبعة من قبل المدرس في تعلم المهارات بكرة الطائرة

3- أظهرت النتائج تحسن المجموعة الضابطة التي استخدمت التدريس المتبوع من قبل المدرس في تعلم المهارات بكرة الطائرة .

2-2 التوصيات:

1- العمل على الاستفادة من نتائج الدراسة الحالية لتعلم وتطور بعض القدرات البدنية والمهارات بكرة الطائرة في مجال درس التربية البدنية في المدارس الإعدادية في وزارة التربية .

2- أجراء دراسات مشابهه على عينة مغایرة والألعاب أخرى .

المصادر

- أبو العلا احمد عبد الفتاح: التدريب الرياضي الأساس الفسيولوجية ، ط 1 ، دار الفكر العربي ، القاهرة، 1997.
- ايمان حمد شهاب: برنامج مقترن في التربية الحركية لرفع مستوى القابلية الذهنية والادراك الحس - حركي عند الأطفال بعمر 4-5 سنوات ، أطروحة دكتوراه ، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية ، 1998.
- حاتم الكيلاني: التربية الحركية في رياض الأطفال ، دراسات التربوية ، المجلة ، (32) العدد(2) الجامعة الأردنية
- خالد شوقي أبو الفتوح: تطوير الاعداد الخاص لأداء مهارة الارسال الساحق لناشئ الكرة الطائرة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة الزقاق، 1997.
- زياد بركات: اثر استخدام التعليم في المجموعات الصغيرة في التحصيل المعرفي والمؤجل لدى طالبات الصف الثاني المتوسط في مادة الرياضيات ، رسالة ماجستير غير منشورة، فلسطين .2005.
- قيس ناجي وبسطويسي احمد: الاختبارات ومبادئ الإحصاء في المجال الرياضي، بغداد ، 1984
- محمد صبحي وحمدي عبد المنعم: الأساس العلمية لكرة الطائرة وطرق التدريس ، ط 1 ، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 1997.
- محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان: الاختبارات المهارية والنفسية في المجال الرياضي ، ط 1 ، دار الفكر العربي ، 1987.
- محمد رضا إبراهيم: تأثير برامج تدريبية أنواع مختلفة من الصعود والهبوط على مرتفع والمستقيم في السرعة القصوى ، نيويورك ، جامعة سركيوز ، 1986.
- قيس ناجي وبسطويسي احمد: الاختبارات ومبادئ الإحصاء في المجال الرياضي ، بغداد ، مطبعة جامعة بغداد . 1984