



The relationship of the explosive power of the striking arm to the accuracy of the overhand serve in volleyball

Najeeb Talal Najeeb

Nineveh Education Directorate

Sam Noah Behnam

Nineveh Education Directorate

Adnan Hadi Mousa Polos

University of Al-Hamdaniya - Department of Physical Education and Sports Sciences

Article Information

Article history:

Received: April 25,2024

Reviewer: May 5,2024

Accepted: May 5,2024

Available online

Keywords:

explosive power, performance accuracy, overhand serve skill, volleyball

Correspondence:

Abstract

The research aims to identify the relationship between the explosive power of the striking arm to the accuracy of the overhand serve among Qaraqosh Sports Club volleyball players. The researchers hypothesized that there were significant differences between the explosive power of the striking arm and the accuracy of the overhand among Qaraqosh Sports Club players. The researchers adopted the descriptive approach for its suitability and the nature of the research, and the research community was represented by the Qaraqosh Sports Club advanced players of volleyball for the sports season (2018-2019), who numbered (20) players. The research sample included (14) players. The variables were homogeneous among them (height, mass, and chronological age). The researchers used questionnaire forms, tests, standards, sources, and scientific references as tools to achieve the research goal. A test of the explosive power of the arms and a test of the accuracy of the performance of the overhand serve skill in volleyball to suit the research sample, for the period from 4/2/2018 to 4/4/2018, and the SPSS statistical package was used to process the data statistically. The researchers concluded that the explosive power of the arms positively affects the accuracy of performing the skill of overhand serve in volleyball through the presence of significant relationships between them. The researchers recommended emphasizing the presence of training programs that are concerned with developing the explosive power of the arms within the physical, skill and tactical preparation programs for volleyball players, because this has a significant impact on the level of basic skills in the game, especially the serve.

علاقة القوة الانفجارية للذراع الضاربة بدقة الأرسال المواجه من الأعلى (التنس) بالكرة الطائرة

نجيب طلال نجيب سام نوح بهنام عدنان هادي موسى
مديرية تربية نينوى مديرية تربية نينوى بولص
كلية التربية للعلوم جامعة الحمدانية كلية التربية للعلوم
الصرفة قسم التربية البدنية
وعلوم الرياضة

ملخص البحث:

يهدف البحث إلى التعرف على العلاقة بين القوة الانفجارية للذراع الضاربة ودقة الإرسال المواجه من الأعلى (التنس) لدى لاعبي نادي قره قوش الرياضي بالكرة الطائرة. وفرض الباحثون بوجود فروق ذات دلالة معنوية بين القوة الانفجارية للذراع الضاربة ودقة الإرسال المواجه من الأعلى (التنس) لدى لاعبي نادي قره قوش الرياضي. واعتمد الباحثون المنهج الوصفي لملائمته وطبيعة البحث ، وتمثل مجتمع البحث بلاعبي نادي قره قوش الرياضي المتقدمين بالكرة الطائرة للموسم الرياضي (٢٠١٨-٢٠١٩) والبالغ عددهم (٢٠) لاعب، وقد اشتملت عينة البحث على (١٤) لاعب. وتم التجانس فيما بينهم في متغيرات (الطول والكتلة والعمر الزمني). واستخدم الباحثون استمارات الاستبيان والاختبارات والمقاييس والمصادر والمراجع العلمية كأدوات للوصول إلى تحقيق هدف البحث . وتم إجراء اختبار القوة الانفجارية للذراعين واختبار دقة أداء مهارة الإرسال المواجه من الأعلى (التنس) بالكرة الطائرة لملائمتها لعينة البحث للفترة من ٢٠١٨/٤/٢ ولغاية ٢٠١٨/٤/٤ م. وتم استخدام التحقيرة الإحصائية SPSS لمعالجة البيانات إحصائياً. وخلص الباحثون إلى ان القوة الانفجارية للذراعين تؤثر إيجابياً في دقة أداء مهارة الإرسال المواجه من الأعلى بالكرة الطائرة من خلال وجود العلاقات المعنوية فيما بينها. وقد اوصى الباحثون إلى التأكيد على استخدام البرامج التدريبية التي تهتم بتطوير وتنمية القوة الانفجارية للذراعين ضمن برامج الأعداد البدني و المهاري و الخططي للاعبي الكرة الطائرة ، لما لذلك من تأثير كبير على مستوى المهارات الأساسية في اللعبة وخاصة الإرسال.

الكلمات المفتاحية: القوة الانفجارية ، دقة الاداء ، مهارة الأرسال المواجه من الاعلى ، الكرة الطائرة.

١- التعريف بالبحث:

١-١ مقدمة البحث:

تعد لعبة الكرة الطائرة لعبة شعبية يمارسها عدد كبير جداً من الناس في جميع أنحاء العالم ، وبناء على ذلك " فلقد كونت لنفسها أساليب متقدمة إذا ما قورنت بعمر خذه اللعبة ، ولكنها لم تصل إلى المستوى المنشود في الدول العربية عامة ولذلك فهي تحتاج الى جهود عدد كبير من المتخصصين فيها لتطويرها وتدعيمها علمياً وعملياً بما يساعد على ممارستها بطريقة أكثر دقة وتحديداً ووضوحاً.(فرج، ١٩٧٧، ٣) أذ تعد اللياقة البدنية من الأسس المهمة التي تسهم في نمو وتطور الصفات البدنية للاعبين الكرة الطائرة. وتنتمي لعبة الكرة الطائرة إلى مجموعة الألعاب التي يميز اللاعب فيها بالقوة الانفجارية إلى جانب عناصر اللياقة البدنية الأخرى ، لان طبيعة الأداء في هذه اللعبة يتطلب من اللاعب القيام بأداء المهارات والخطط في ظروف بيئية مختلفة ومواقف متغيرة خلال اللعب". (عيسو ، ١٩٩٠، ٣٧)

والقوة الانفجارية عبارة عن مزج دقيق وفعال بين القوة والسرعة ونقص من السرعة ذلك الجانب المتفجر. وفي هذا المزج يشترط توافر معدلات عالية من القوة وكذلك السرعة ، أي بذل القوة في شكل متفجر (بسرعة). وان أهم اشتراطات القوة المتفجرة القدرة على إدماج القوة مع السرعة في قالب واحد متفجر، وهذا لا يعني بالضرورة ان اللاعب الذي يتمتع بسرعة عالية مستقلة أو قوة كبيرة مستقلة أيضاً انه يتمتع بمكون القوة المتفجرة تلقائياً . اذاً يتطلب الأمر ان يكون لديه القدرة على مزجها معاً في قالب واحد ، وهذا الأمر يتطلب كثيراً من المران والتدريب. (حسانين، احمد ، ١٩٨٨، ١١٢)

وترجع أهمية القوة الانفجارية في الكرة الطائرة إلى أنها العامل الحاسم في مهارات مختلفة. ومهارة الإرسال تتطلب القوة الانفجارية خاصة الإرسال المواجه من الأعلى (التنس) حيث يتطلب هذا القوة الانفجارية للذراعين. "وتتطلب الدقة توافقاً عضلياً وعصبياً وتحكماً كاملاً بالجهاز العصبي والجهاز العضلي في غالبية الأحوال فان استخدام القوة استخداماً فعالاً لا يكون على حساب توفر الدقة . وهذا يعني إن توافرها معاً يعد استثناءً مطلوباً لدرجة كبيرة فارتباطه بالدقة يتوقف عليه مكاسب كبيرة". (عبد الحميد، حسانين، ١٩٨٠، ٨٦)

وتتكون لعبة الكرة الطائرة من عدد من المهارات الأساسية التي يرتبط الفوز بها والإرسال الذي هو موضوع بحثنا . يعد احد المهارات الهجومية الأساسية والهامة في الكرة الطائرة ويعتمد نجاحه على عوامل عدة هما، فن الأداء وحالة التهيؤ التي تسبق الأداء والتي يعبئ فيها اللاعب قواه النفسية والبدنية لإطلاقها لنشاط واحد. (عبد الحميد، ١٩٨٩، ١٨)

وتكمن أهمية هذا البحث في إمكانية إعطاء جواب علمي للعلاقة التي قد يحصل عليها الباحثين بين القوة الانفجارية ودقة الإرسال المواجه من الأعلى (التنس). وقد تسهم هذه الدراسة في أغناء المكتبة الخاصة بالكرة الطائرة بنتائج بحث مسابقة تخص المدربين والعاملون في مجال الكرة الطائرة.

٢- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

٢ The relationship of the explosive power of the striking arm to the accuracy of the overhand serve in volleyball

¹Mr. Najeeb Talal Najeeb

¹Mr. Sam Noah Behnam

²Assist.prof.Dr. Adnan Hadi Mousa Polos adnanhadi1966@gmail.com

¹Nineveh Education Directorate

²University of Al-Hamdaniya - Department of Physical Education and Sports Sciences.

Article information

keywords :

(explosive power -
performance accuracy -
overhand serve skill -
volleyball)

Abstract

The research aims to identify the relationship between the explosive power of the striking arm to the accuracy of the overhand serve among Qaraqosh Sports Club volleyball players. The researchers hypothesized that there were significant differences between the explosive power of the striking arm and the accuracy of the overhand among Qaraqosh Sports Club players. The researchers adopted the descriptive approach for its suitability and the nature of the research, and the research community was represented by the Qaraqosh Sports Club advanced players of volleyball for the sports season (2018-2019), who numbered (20) players. The research sample included (14) players. The variables were homogeneous among them (height, mass, and chronological age). The researchers used questionnaire forms, tests, standards, sources, and scientific references as tools to achieve the research goal. A test of the explosive power of the arms and a test of the accuracy of the performance of the overhand serve skill in volleyball to suit the research sample, for the period from 4/2/2018 to 4/4/2018, and the SPSS

Correspondance

²Assist.prof.Dr. Adnan Hadi
Mousa Polos
adnanhadi1966@gmail.com

statistical package was used to process the data statistically. The researchers concluded that the explosive power of the arms positively affects the accuracy of performing the skill of overhand serve in volleyball through the presence of significant relationships between them. The researchers recommended emphasizing the presence of training programs that are concerned with developing the explosive power of the arms within the physical, skill and tactical preparation programs for volleyball players , because this has a significant impact on the level of basic skills in the game, especially the serve.

علاقة القوة الانفجارية للذراع الضاربة بدقة الإرسال المواجه من الأعلى (التنس) بالكرة الطائرة

الباحثون :

- السيد نجيب طلال نجيب / مديرية تربية نينوى
- السيد سام نوح بهنام / مديرية تربية نينوى
- أ.م.د عدنان هادي موسى بولص /جامعة الحمدانية / قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة

adnanhadi1966@gmail.com

ملخص البحث

يهدف البحث إلى التعرف على العلاقة بين القوة الانفجارية للذراع الضاربة ودقة الإرسال المواجه من الأعلى (التنس) لدى لاعبي نادي قره قوش الرياضي بالكرة الطائرة. وفرض الباحثون بوجود فروق ذات دلالة معنوية بين القوة الانفجارية للذراع الضاربة ودقة الإرسال المواجه من الأعلى (التنس) لدى لاعبي نادي قره قوش الرياضي.

واعتمد الباحثون المنهج الوصفي لملائمته وطبيعة البحث ، وتمثل مجتمع البحث بلاعبي نادي قره قوش الرياضي المتقدمين بالكرة الطائرة للموسم الرياضي (٢٠١٨-٢٠١٩) والبالغ عددهم (٢٠) لاعب، وقد اشتملت عينة البحث على (١٤) لاعب. وتم التجانس فيما بينهم في متغيرات (الطول والكتلة والعمر الزمني). واستخدم الباحثون استمارات الاستبيان والاختبارات والمقاييس والمصادر والمراجع العلمية كأدوات للوصول إلى تحقيق هدف البحث . وتم إجراء اختبار القوة الانفجارية للذراعين واختبار دقة أداء مهارة الإرسال المواجه من الأعلى (التنس) بالكرة الطائرة لملائمتها لعينة البحث للفترة من ٢٠١٨/٤/٢ ولغاية ٢٠١٨/٤/٤ م. وتم استخدام الحقيبة الإحصائية SPSS لمعالجه أليبيانات إحصائيا.

وخلص الباحثون الى ان القوة الانفجارية للذراعين تؤثر إيجابيا في دقة أداء مهارة الإرسال المواجه من الأعلى بالكرة الطائرة من خلال وجود العلاقات المعنوية فيما بينها. وقد اوصى الباحثون الى التأكيد على استخدام البرامج التدريبية التي تهتم بتطوير وتنمية القوة الانفجارية

للذراعين ضمن برامج الأعداد البدني و المهاري و الخططي للاعبي الكرة الطائرة ، لما لذلك من تأثير كبير على مستوى المهارات الأساسية في اللعبة وخاصة الإرسال .

الكلمات المفتاحية :

(القوة الانفجارية – دقة الاداء – مهارة الإرسال المواجه من الاعلى – الكرة الطائرة)

١-١ المقدمة وأهمية البحث :

تعد لعبة الكرة الطائرة لعبة شعبية يمارسها عدد كبير جداً من الناس في جميع أنحاء العالم ، وبناء على ذلك " فقد كونت لنفسها أساليب متقدمة إذا ما قورنت بعمر خذه اللعبة ، ولكنها لم تصل إلى المستوى المنشود في الدول العربية عامة ولذلك فهي تحتاج الى جهود عدد كبير من المتخصصين فيها لتطويرها وتدعيمها علمياً وعملياً بما يساعد على ممارستها بطريقة أكثر دقة وتحديداً ووضوحاً.(فرج، ١٩٧٧، ٣) أذ تعد اللياقة البدنية من الأسس المهمة التي تسهم في نمو وتطور الصفات البدنية للاعبي الكرة الطائرة. وتنتمي لعبة الكرة الطائرة إلى مجموعة الألعاب التي يميز اللاعب فيها بالقوة الانفجارية إلى جانب عناصر اللياقة البدنية الأخرى ، لان طبيعة الأداء في هذه اللعبة يتطلب من اللاعب القيام بأداء المهارات والخطط في ظروف بيئية مختلفة ومواقف متغيرة خلال اللعب". (عيسو ، ١٩٩٠ ، ٣٧)

والقوة الانفجارية عبارة عن مزج دقيق وفعال بين القوة والسرعة ونقصد من السرعة ذلك الجانب المتفجر. وفي هذا المزج يشترط توافر معدلات عالية من القوة وكذلك السرعة ، أي بذل القوة في شكل متفجر (بسرعة). و ان أهم اشتراطات القوة المتفجرة القدرة على إدماج القوة مع السرعة في قالب واحد متفجر ، وهذا لا يعني بالضرورة ان اللاعب الذي يتمتع بسرعة عالية مستقلة أو قوة كبيرة مستقلة أيضا انه يتمتع بمكون القوة المتفجرة تلقائياً . اذاً يتطلب الأمر ان يكون لديه القدرة على مزجها معاً في قالب واحد ، وهذا الأمر يتطلب كثيراً من المران والتدريب. (حسانين، احمد ، ١٩٨٨، ١١٢)

وترجع أهمية القوة الانفجارية في الكرة الطائرة إلى أنها العامل الحاسم في مهارات مختلفة. ومهارة الإرسال تتطلب القوة الانفجارية خاصة الإرسال المواجه من الأعلى (التنس) حيث يتطلب هذا القوة الانفجارية للذراعين. "وتتطلب الدقة توافقاً عضلياً وعصبياً وتحكماً كاملاً بالجهاز العصبي والجهاز العضلي في غالبية الأحوال فان استخدام القوة استخداماً فعالاً لا يكون على حساب توفر الدقة . وهذا يعني إن توافرها معاً يعد استثناءً مطلوباً لدرجة كبيرة فارتباطه بالدقة يتوقف عليه مكاسب كبيرة". (عبد الحميد، حسانين، ١٩٨٠، ٨٦)

وتتكون لعبة الكرة الطائرة من عدد من المهارات الأساسية التي يرتبط الفوز بها والإرسال الذي هو موضوع بحثنا . يعد احد المهارات الهجومية الأساسية والهامة في الكرة الطائرة ويعتمد نجاحه على عوامل عدة هما، فن الأداء وحالة التهيؤ التي تسبق الأداء والتي يعبئ فيها اللاعب قواه النفسية والبدنية لإطلاقها لنشاط واحد. (عبد الحميد، ١٩٨٩، ١٨)

وتكمن أهمية هذا البحث في إمكانية إعطاء جواب علمي للعلاقة التي قد يحصل عليها الباحثين بين القوة الانفجارية ودقة الإرسال المواجه من الأعلى (التنس). وقد تسهم هذه الدراسة في أغناء المكتبة الخاصة بالكرة الطائرة بنتائج بحث مسبقه تخص المدربون والعاملون في مجال الكرة الطائرة.

١-٢ مشكلة البحث

إن الإرسال أصبح عملية هجومية يستطيع الفريق ان يحصل على نقطة مباشرة أو الأقل ان يكون بشكل يؤثر على الفريق المقابل إثناء استقباله للكرة المرسله مما يؤدي إلى إرباك هجوم الخصم وبالتالي يكون إرجاع الكرة بصورة سهلة الى الفريق المرسل مرة ثانية وبذلك يساعد الفريق المرسل على بناء هجوم جديد ومتكامل وبدون صعوبات ولان أهميته كبيرة جدا ومؤثر تأثيرا مباشرا على نتائج الفريق. ومن خلال ذلك يرى الباحثان إن تنفيذ الإرسال بذراع واحدة حسب ما نص عليه قانون الكرة الطائرة يحتاج إلى توظيف عدد من صفات اللياقة البدنية في سبيل تحقيق أفضل وأدق انجاز. والقوة الانفجارية هي واحدة من هذه الصفات. " وتبدو أهمية القوة الانفجارية ذات تأثير كبير ومن أهم عوامل الحسم في المنافسات فتراها تستخدم في اغلب المهارات وخاصة الإرسال". (عيسو ، ١٩٩٠ ، ٣٧) وكذلك الدقة لها اثر كبير في توجيه الكرة إلى المنطقة التي يريد المرسل إرسال الكرة إليها. وفي هذا الخصوص يؤكد كمال عبد الحميد " إنها القدرة على توجيه الحركات الإرادية نحو هدف معين". (عبد الحميد ، حسانين، ١٩٨٠ ، ٨٦)

ومن خلال ما تقدم في مجال الكرة الطائرة لاحظ الباحثان إن هناك قصور في عملية تفسير الدقة في الإرسال الأمر الذي يدفع الباحثين إلى الاهتمام بها ودراستها بشكل علمي ، لكي يبعد عنه الشك والتخمينات وتصبح العملية حقيقة من خلال النتائج التي نحصل عليها. بغية الارتقاء بالعملية التعليمية والتدريبية للرياضيين إلى أعلى مستوى من الانجاز والأداء. ولقلة الدراسات السابقة وبالرغم من قيام عدد قليل من الباحثين في دراسات مشابهة مثل دراسة (الوتار ، وآخرون ، ١٩٩٦) وتتبلور مشكلة البحث في الإجابة على التساؤل الآتي:
هل إن القوة الانفجارية لها علاقة في دقة الإرسال المواجه من الأعلى (التنس) ؟
ولأجل أن يكون جواب هذا السؤال علميا بعيدا عن التكهنات والتي يمكن ان تكون مبنية على تصورات خاطئة أنبرى الباحثان لدراسة هذه المشكلة.

١-٣ هدف البحث

١-٣-١ التعرف على العلاقة بين القوة الانفجارية للذراع الضاربة ودقة الإرسال المواجه من الأعلى (التنس) لدى لاعبي نادي قره قوش الرياضي.

١-٤ فرض البحث

١-٤-١ وجود فروق ذات دلالة معنوية بين القوة الانفجارية للذراع الضاربة ودقة الإرسال المواجه من الأعلى (التنس) لدى لاعبي نادي قره قوش الرياضي.

١-٥ مجالات البحث

١-٥-١ المجال البشري: لاعبي نادي قره قوش الرياضي بالكرة الطائرة للموسم الرياضي (٢٠١٧-٢٠١٨).

١-٥-٢ المجال الزمني : المدة بين ٢٠١٨/٤/٤ ولغاية ٢٠١٨/٤/٦.

١-٥-٣ المجال المكاني : ملعب نادي قره قوش الرياضي.

١-٦ تحديد المصطلحات

١-٦-١ القوة الانفجارية:

يقصد بها " استخدام القوة في اقل زمن لإنتاج الحركة". (حسن، ١٩٨٣، ٧٩)
وعرفها لارسون و يوكم بأنها " المقدره على انجاز أقصى قوة في اقصر وقت ممكن".
(رشدي، ١٩٧٦، ١٨٦)

ويعرفها الباحثون إجرانيا بأنها :

هي الدرجة التي يحصل عليها لاعب الكرة الطائرة نتيجة قيامه بتنفيذ اختبار رمي الكرة الطبية.
٢-٦-١ الدقة

عرفها (التكريتي والحجار، ١٩٨٦) بأنها: " بأنها قابلية الفرد في السيطرة على الحركات الإرادية لتحقيق هدف معين". (التكريتي، الحجار، ١٩٨٦، ٦٧)
وعرفها (إبراهيم، ٢٠٠١) بأنها " قدرة الفرد في التحكم في الحركات الإرادية في أحسن استعمال وتوجيه الحركات نحو هدف معين". (إبراهيم، ٢٠٠١، ٨٠)

ويعرفها الباحثون إجرانيا بأنها:

إمكانية اللاعب لإرسال الكرة إلى الأهداف المطلوبة في الاختبار ويعبر عنها بالدرجات.

٣-٦-١ الإرسال المواجه من الأعلى(التنس)

يعد الإرسال المواجه من الأعلى من أكثر أنواع الإرسالات أداء وانتشاراً بين اللاعبين وذلك لسهولة وقوة تنفيذه ودقة توجيهه والتحكم في أدائه ويمكن أن ينفذ بقوة تؤثر على الفريق المنافس من صعوبته وفشل استلامه لثنايه هذا النوع من الإرسال مع الضربات الهجومية".
(قطب، الصميدعي، ١٩٨٥، ٢٩)

ويعرفه الباحثون إجرانيا :

هو عملية وضع الكرة في اللعب من قبل لاعب الخط الخلفي في مركز (١) بذراع واحدة من أمام الرأس ومن وضع مواجه للشبكة بعد أن يقوس ظهره ليضر الكرة بقوة والتي تقذف الكرة باليد الثانية ولتجتاز الشبكة إلى ملعب المنافس.

٢- إجراءات البحث

١-٢ منهج البحث

استخدم الباحثون المنهج الوصفي لملائمته وطبيعة البحث.

٢-٢ مجتمع البحث وعينته:

تمثل مجتمع البحث بلاعبي نادي قره قوش الرياضي بالكرة الطائرة (متقدمين) للموسم الرياضي (٢٠١٧-٢٠١٨) والبالغ عددهم (٢٠) لاعب، وقد تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية. " إذ أن الباحث يختار العينة التي تتلاءم مع بحثه وهذا هو الذي يقدر حاجته إلى المعلومات التي تحقق غرضه " (عدس وآخرون، ١٩٨٨، ١١٦). وقد اشتملت عينة البحث على (١٤) لاعب وقد تم استبعاد (٦) لاعبين لمشاركتهم ضمن التجربة الاستطلاعية، وبلغ العدد النهائي لعينة البحث (١٤) لاعب ويمثلون نسبة (٧٠٪) من مجتمع البحث الأصلي.

ولغرض تحقيق التجانس بين أفراد عينة البحث تم ضبط المتغيرات الآتية :

- العمر الزمني مقاسا بالسنة . الطول مقاسا بالسنتيمتر . الكتلة مقاسا بالكيلو غرام . وقد تم الأخذ بنظر الاعتبار إن جميع اللاعبين يقعون ضمن التوزيع الطبيعي وذلك من خلال احتساب معامل الالتواء والذي يقع ضمن $(1 \pm)$. والجدول المرقم (١) يبين إجراءات التجانس لعينة البحث .

الجدول المرقم (١)
يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ومعاملات الالتواء لعينة البحث

| معامل الالتواء | الانحراف المعياري | الوسط حسابي | المتغيرات المعالم الإحصائية |
|----------------|-------------------|-------------|--------------------------------|
| ٠,٢٩٠ | ٢,٢٧٧ | ٢٣,٤٢٨ | العمر الزمني (سنة) |
| ٠,٧٨٣ | ٦,٣٠٨ | ١٨٣,٠٧١ | الطول (سم) |
| ٠,٥٧٥ | ٦,٠٧٢٨ | ٧٢,٤٨٦ | الكتلة (كغم) |

٣-٢ أدوات البحث

نظرا لشمول الدراسة على متغير القوة الانفجارية ومهارة الإرسال المواجه من الأعلى (التنس) بالكرة الطائرة تطلب البحث الحالي استخدام الأدوات الآتية .

١-٣-٢ استمارات الاستبيان .

٢-٣-٢ الاختبارات والمقاييس.

٣-٣-٢ المصادر والمراجع

١-٣-٢ استمارات الاستبيان: لتحديد متغيرات الدراسة قام الباحث بإعداد استمارة استبيان وكما يأتي :
 ١-٣-٢ استمارة تحديد اختبار القوة الانفجارية: تم إعداد استمارة استبيان لاستطلاع رأي الخبراء والمختصين حول تحديد الاختبار الذي يقيس القوة الانفجارية وكما في الملحق (١)
 فقد تم عرض الاستمارة على مجموعة من الخبراء* والمختصين ضمن المجالات (الكرة الطائرة ، التعلم الحركي ، الاختبارات والقياس ، علم التدريب). لتحديد اختبار القوة الانفجارية المختار وبعد جمع الاستمارات وتفرغها اتفق الخبراء والمختصون على تحديد الاختبار المختار لعينة البحث وبنسبة اتفاق (٧٥٪) فأكثر. والجدول المرقم (٢) يبين ذلك

الجدول المرقم (٢)

يبين نسبة اتفاق آراء الخبراء والمختصين حول تحديد اختبار القوة الانفجارية للذراعين

| ت | القوة الانفجارية | اختبارات القوة الانفجارية | نسبة الاتفاق | عدد الخبراء |
|---|---------------------------|---|----------------------|-------------|
| ١ | القوة الانفجارية للذراعين | - رمي كرة طبية زنة (٢) كغم لأبعد مسافة بيد واحدة من الوقوف - دفع الكرة الطبية من الجلوس زنة (٢) كغم لأبعد مسافة. | ٨٨,٨٨٨ % ١١,١١١ % | ٨ ١ |

٢-٣-٢ استمارة تحديد اختبار مهارة الإرسال: فقد تم إعداد استبيان لاستطلاع آراء الخبراء حول تحديد أهم اختبار يقيس مهارة الإرسال المواجه من الأعلى وكما في الملحق (٢).

تم عرض الاستمارة على مجموعة من الخبراء** والمختصين ضمن مجالات (الكرة الطائرة، الاختبارات والقياس ، التعلم الحركي) وطلب منهم تحديد الاختبار الأكثر أهمية. وبعد جمع الاستمارات وتفرغها اتفق الخبراء والمختصين على ترشيح الاختبار المختار لعينة البحث وبنسبة اتفاق (٧٥٪) فأكثر. والجدول المرقم (٣) يبين الاختبار الذي تم الاتفاق عليه:

الجدول المرقم (٣)

* أسماء الخبراء والمختصين كما موضحة في الملحق (٥).
 ** أسماء الخبراء والمختصين كما موضحة في الملحق (٥).

يبين نسبة اتفاق آراء الخبراء والمختصين حول أهم اختبار لمهارة الإرسال مرشح للدراسة

| ت | المهارات الأساسية | الاختبارات | نسبة الاتفاق | عدد الخبراء |
|---|-----------------------------------|--|--------------------------------|-------------|
| ١ | الإرسال المواجه من الأعلى (التنس) | ١. نموذج اختبار مهارة الإرسال ٢. نموذج اختبار دقة الإرسال للنقاط الصعبة ٣. نموذج اختبار دقة الإرسال الطويل | ٨٥,٧١٤ % ١٤,٢٨٥ % ٠,٠٠ % | ٦ ١ - |

٢-٣-٢ الاختبارات

١-٢-٣-٢ اختبار القوة الانفجارية للذراعين

١-٢-٣-٢ اختبار رمي الكرة الطبية زنة (٢) كغم بيد واحدة من فوق الرأس لأبعد مسافة (حسانين، ٢٠٠٤، ٢٠٠٩) والملحق (٣) يوضح ذلك.

٢-٢-٣-٢ المعاملات العلمية لاختبار

على الرغم من أن اختبار القوة الانفجارية يتمتع بمعاملات صدق وثبات عاليين فإن الباحثون عمدا إلى التأكد من مدى صدق وثبات القياس لهذه الاختبار.

١-٢-٢-٣-٢ صدق الاختبارات:

تم عرض الاختبار على عدد من السادة الخبراء* والمختصين في الكرة الطائرة والاختبارات والقياس وعلم التدريب والمستخدمة في البحث لقياس الغرض الذي وضعت من أجلها فضلا عن احتساب الصدق الذاتي ويوضح الجدول المرقم (٤) قيم معامل الصدق الذاتي .

٢-٢-٢-٣-٢ ثبات الاختبارات :

لأجل الحصول على ثبات الاختبارات تم حساب معامل ثبات الاختبارات عن طريق إعادة الاختبارات على (٦) من لاعبي نادي قره قوش الرياضي بالكرة الطائرة إذ قام الباحثون بأجراء الاختبارات بتاريخ ٢٠١٨/٣/٢١ وتم إعادة تطبيق الاختبارات بتاريخ ٢٨ / ٣ / ٢٠١٨ أي بعد مرور (٧) أيام وعلى العينة نفسها وتحت نفس الظروف وفقا لما أشار إليه (عبيدات وآخرون، ١٩٨٨) من أن "المعرفة ثبات الاختبار يعاد تطبيقه على العينة نفسها بعد مرور سبعة أيام على الاختبار الأول" (عبيدات وآخرون، ١٩٨٨، ١٦٠). ثم قام الباحثان باستخدام معامل الارتباط البسيط بين نتائج الاختبار الأول والاختبار الثاني وكانت قيمة معامل الارتباط عالية إذ بلغت (٠,٨٦٨) وهذا يعني إن الاختبار المرشح للدراسة يتمتع بدرجة عالية من الثبات كما هو مبين في الجدول المرقم (٤).

الجدول المرقم(٤)

يبين معاملات الثبات والصدق الذاتي لاختبار القوة الانفجارية المطبق على عينة البحث

| ت | القوة الانفجارية | الاختبارات | معامل الثبات | الصدق الذاتي |
|---|---------------------------|--|--------------|--------------|
| ١ | القوة الانفجارية للذراعين | - رمي الكرة الطبية زنة(٢) كغم بيد واحدة من فوق الرأس لأبعد مسافة | *٠,٨٦٨ | ٠,٩٣١ |

٣-٢-٣-٢ الاختبار المهاري

* أسماء الخبراء والمختصين كما موضحة في الملحق المرقم (٥)

٣-٢-٣-١ اختبار مهارة الإرسال المواجه من الأعلى (البناء، ٢٠٠٨، ٤٥-٤٧)
والمالحق المرقم (٤) يوضح ذلك.

٣-٢-٤ المعاملات العلمية للاختبار المهاري

على الرغم من إن الاختبار المهاري المستخدم في البحث هو مقنن الا ان الباحثون سعيا إلى اعتماد الأسس العلمية في تقويم الاختبارات من خلال إيجاد معاملات الصدق والثبات والموضوعية للاختبار وكما يأتي:

٣-٢-٤-١ ثبات الاختبارات

تم إيجاد معامل الثبات عن طريق تطبيق الاختبار على (٦) من لاعبي نادي قره قوش الرياضي بالكرة الطائرة بأجراء الاختبارات بتاريخ ٢٠١٧/٣/٢١ وتم إعادة تطبيق الاختبارات بتاريخ ٢٠١٧/٣/٢٨ أي بعد مرور (٧) أيام وعلى العينة نفسها وتحت نفس الظروف ثم قام الباحثون بحساب معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بين درجات الاختبارين وكانت قيم معامل الارتباط عالية هذا يعني ان الاختبار المهاري المستخدم في البحث يتمتع بدرجة عالية من الثبات وكما مبين في الجدول المرقم (٥).

٣-٢-٤-٢ صدق الاختبارات

من اجل أن يتأكد الباحثون من صدق الاختبار المهاري تم احتساب الصدق الذاتي والجدول المرقم (٥) يبين ذلك .

٣-٢-٤-٣ موضوعية الاختبارات

للتحقق من موضوعية الاختبار تم تسجيل نتائج الاختبار من قبل محكمين* في أن واحد وتم إجراء الارتباط البسيط بينهما وبين الجدول المرقم (٥) قيم معامل الموضوعية.

الجدول المرقم (٥)

يبين معاملات الثبات والصدق الذاتي والموضوعية للاختبار المهاري المطبق على عينة البحث

| ت | الاختبار المهاري | معامل الثبات | الصدق الذاتي | معامل الموضوعية |
|----|---------------------------------|--------------|--------------|-----------------|
| ١. | مهارة الإرسال المواجه من الأعلى | ٠,٨٦٥ | ٠,٩٣٠ | ١,٠٠ |

٤-٢ الأجهزة والأدوات المستخدمة

١. ميزان طبي يقيس لأقرب نصف كيلو غرام.
٢. ساعة إيقاف الكترونية نوع (Casio) لقياس الزمن بالدقائق والثواني.
٣. حاسبة يدوية لغرض مطابقة النتائج والتأكد منها من قبل الباحث .
٤. شريط قياس لقياس المسافات، صافرة ، طباشير، مسطرة+ شريط لاصق بعرض (٥سم).
٥. ملعب الكرة الطائرة قانوني + شبكة كرة الطائرة + كرات طائرة عدد (١٠).

* أسماء المحكمين:

١. السيد سعد بهنان جرجيس
 ٢. السيد قيس سالم يوسف
- مدرّب منتخب العراق بالكرة الطائرة للسيدات.
مدرّب نادي قره قوش الرياضي بالكرة الطائرة للرجال.

٢-٥ الدراسة الاستطلاعية

قام الباحثون بإجراء الدراسة الاستطلاعية على عينة الدراسة الاستطلاعية المكونة من (٦) لاعبي لم يدخلوا ضمن الاختبارات النهائية. أجريت الدراسة الاستطلاعية بتاريخ ٢٠١٨/٣/٢١ وذلك للتأكد من :
- صلاحية الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث .
- صلاحية الاختبارات .
- لتلافي المشاكل إلي قد تحدث أثناء التطبيق النهائي.
- التدريب على إجراء القياسات والاختبارات ومعرفة عدد أفراد وكفاءة فريق العمل المساعد* .
وقد كان من نتائج الدراسة الاستطلاعية تحقيق الأهداف المرجوة وتكوين صورة واضحة لدى الباحثان عن طبيعة العمل وكيفية التطبيق.

٢-٦ التطبيق النهائي للاختبارات

بعد استكمال كافة المتطلبات العلمية والأساسية لإجراء الاختبارات تم تطبيق اختبار القوة الانفجارية والاختبار المهاري على جميع لاعبي نادي قره قوش الرياضي بالكرة الطائرة عينة البحث للفترة من ٢٠١٨/ ٤/٤ ولغاية ٢٠١٨/ ٤/ ٦ كما يأتي :

١. تم إجراء اختبار القوة الانفجارية والاختبارات مهارية تحت الظروف نفسها لعينة البحث.
٢. تسجيل النتائج طبقاً للمواصفات والشروط المحددة لكل اختبار.
٣. قسم الباحثون تطبيق القياسات والاختبارات المعتمدة في البحث على مدى يومين لعينة البحث وكما يلي:
- اليوم الأول :

قياس الطول والكتلة، وتطبيق اختبار القوة الانفجارية بعد أن تم عرض وشرح جميع مفردات الاختبار وبعد إجراء اللاعب عملية الإحماء الكافي.

- اليوم الثاني:

تطبيق اختبار مهارة الإرسال المواجه من الأعلى (التنس) بعد أن تم شرح كيفية تنفيذ الاختبار والتأكد من مدى استيعاب اللاعبين لطريقة التنفيذ، إذ يأخذ اللاعب الإحماء الكافي ثم يقوم بتطبيق اختبار مهارة الإرسال المواجه من الأعلى (التنس) بالكرة الطائرة.

٢-٧ الوسائل الإحصائية

للتوصل إلى نتائج البحث قام الباحثان بمعالجة البيانات إحصائياً باستخدام القوانين الآتية :

١. الوسط الحسابي.
٢. الانحراف المعياري.
٣. معامل الالتواء.
٤. الصدق الذاتي.
٥. معامل الارتباط البسيط (بيرسون). (التكريري والعبيدي، ١٩٩٩، ١٠١ - ٣١٠)

* تكون فريق العمل المساعد من :

١. السيد سعد بهنام جرجيس
٢. السيد قيس سالم يوسف
مدرّب نادي قرقوش الرياضي للنساء.
مدرّب نادي قرقوش الرياضي للرجال.

استخدم الباحث برنامج الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS)

٣- عرض النتائج ومناقشتها

١-٣ عرض النتائج

سيتم عرض النتائج ومناقشتها في ضوء البيانات الإحصائية التي تم الحصول عليها من عينة البحث وعلى النحو الآتي :

١. قياس متغيرات القوة الانفجارية والجدول المرقم (٦) يبين ذلك.

الجدول المرقم (٦)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري لاختبار القوة الانفجارية

| ت | المعالجات الإحصائية | | |
|-----|---------------------|---------------|--|
| | الانحراف المعياري | الوسط الحسابي | وحدة القياس |
| ٠.١ | ١,١٠٧ | ١٢,٥٠٧ | درجة |
| | | | - اختبار القوة الانفجارية للذراعين - اختبار رمي الكرة الطبية زنة (٢) كغم بيد واحدة من فوق الرأس لأبعد مسافة |

يتبين من الجدول أعلاه الوسط الحسابي والانحراف المعياري لمتغير القوة الانفجارية التي تم قياسه من خلال الاختبار المستخدم.

٢. قياس دقة أداء مهارة الإرسال المواجه من الأعلى (التنس) المعتمد في البحث للاعبين نادي قره قوش الرياضي بالكرة الطائرة، والجدول المرقم (٧) يبين ذلك

الجدول المرقم (٧)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري الذي حصلت عليها عينة البحث في اختبار مهارة الإرسال المواجه من الأعلى (التنس) بالكرة الطائرة

| المعالجات الإحصائية | | وحدة القياس | الوسط الحسابي | الانحراف المعياري |
|---------------------|--|-------------|---------------|-------------------|
| الاختبار المهاري | | | | |
| دقة الأداء | اختبار مهارة الإرسال المواجه من الأعلى (التنس) | درجة | ٢٨,٠٧١ | ٢,٣٠٢ |

يتبين من الجدول أعلاه الوسط الحسابي والانحراف المعياري لدقة أداء مهارة الإرسال المواجه من الأعلى (التنس) بالكرة الطائرة، والتي تم قياسها من خلال الاختبار المستخدم.

وفيما يخص الفرضية الأولى للبحث: توجد علاقة معنوية بين متغير القوة الانفجارية ودقة أداء مهارة الإرسال المواجه من الأعلى (التنس) بالكرة الطائرة لدى لاعبي نادي قره قوش الرياضي.

ولأجل تحقيق هذه الفرضية تم حساب معامل الارتباط بين متغير القوة الانفجارية الذي تم قياسه مع دقة أداء مهارة الإرسال المواجه من الأعلى (التنس) بالكرة الطائرة الذي تم قياسه وعلى النحو الآتي:

١. العلاقة بين متغير القوة الانفجارية ودقة الأداء المهاري، والجدول المرقم (٨) يبين ذلك.

الجدول المرقم (٨)

يبين معاملات الارتباط بين القوة الانفجارية ودقة الأداء المهاري

| دقة الأداء | القوة الانفجارية |
|---------------------------------|--|
| مهارة الإرسال المواجه من الأعلى | |
| * ٠,٨٢٦ | - اختبار رمي الكرة الطبية من فوق الرأس زنة (٢) كغم لأبعد مسافة |

*معنوي عند نسبة خطأ $\geq 0,05$ وأمام درجة حرية (١٢) قيمة (ر) الجدولية = (٠,٥٣٢٤)

وتشير النتائج المعروضة في الجدول (٨):

أ. وجود علاقة معنوية موجبة عند مستوى دلالة ٠,٠٥ بين متغير اختبار (رمي الكرة الطبية من فوق الرأس زنة (٢) كغم لأبعد مسافة) لقياس القوة الانفجارية و مهارة الإرسال المواجه من الأعلى (التنس) بالكرة الطائرة .

٢-٣ مناقشة النتائج

ويتبين من الجدول المرقم (٨) وجود علاقة معنوية موجبة بين متغير القوة الانفجارية ودقة أداء مهارة الإرسال المواجه من الأعلى بالكرة الطائرة ، ويعزو الباحثون هذا الارتباط إلى تأثير دقة أداء الإرسال بالقوة الانفجارية للذراع الضاربة إذ تعد "القوة الانفجارية في الأداء الفني للحركة شرطاً أساسياً للأداء". (حسانين، عبد المنعم، ١٩٨٨، ١١١)

ان امتلاك اللاعبين في عينة البحث إلى قوة انفجارية جيدة يؤهل اللاعب لان يوجه الكرة بقوة الى المكان الذي يريده وهذا يحقق نقاط أعلى في اختبار دقة الإرسال التنسي، " اذ يتطلب أداء الإرسال المواجه من الأعلى قوة انفجارية عالية ، وكذلك مهارة الإرسال تتطلب قوة متفجرة وخاصة الإرسال من الأعلى حيث يتطلب هذا إلى القوة المتفجرة للذراعين". (حسانين، احمد ، ١٩٨٨، ١١١) اما في حالة اللاعبين الذين يفتقرون إلى قوة انفجارية عالية فان هدف الإرسال التنسي يكون لعبور الكرة الشبكة فقط فتقل بذلك دقة الأداء لديهم ويكون تركيزهم على إنجاح هذا النوع من الإرسال فقط. ويذكر (حسانين ، عبد المنعم، ١٩٨٨) " بان اللاعب الذي يفتقر إلى قوة الذراعين لا يمكن الحصول منه على إرسال قوي ودقيق". (حسانين ، عبد المنعم، ١٩٨٨، ١١٢)

ويفسر الباحثون هذه النتيجة من خلال اتفاقهما مع القوة الانفجارية فهي تتمثل في المقدرة على توليد القوة والسرعة بها وتنطوي هذه العملية على توليد قدر كبير من القوة في أسرع وقت ممكن، وهي من أهم ما يميز الرياضيين المتفوقين، إذ يمتلكون القدرة على الربط بينهما في شكل متكامل لأحداث الحركة القوية السريعة من أجل تحقيق الأداء الفائق. وذلك ما يؤكد هذا الارتباط المهم لأنه يعبر عن حالة مهمة من حالات التوافق البدني المهاري الذي يمكن من خلاله أن نشخص ونقوم مستوى الأداء بشكل صحيح ودقيق.

لذلك يرى الباحثون أن الدقة تعد من أهم القدرات الحركية التي يحتاجها لاعب الكرة الطائرة في تنفيذه للمهارات الأساسية تنفيذاً جيداً. إذ "تؤدي ممارسة الكرة الطائرة إلى تحسين الدقة من حيث دقة إدراك قوة الضربات وسرعتها ودقة إدراك وارتفاع الكرة وبعدها واتجاهها ومكان مناسب لتوجيهها إليه سواء كان ذلك في التمهير أو الإرسال أو الضرب الساحق أو الصد" (فرج، ١٩٩٠،

٥٥) وفي ضوء ذلك يمكن أن نتحدد العلاقة بين القوة الانفجارية ودقة الأداء المهاري وذلك ما توصلت إليه نتائج الدراسة الحالية.

ويرى الباحثون أهمية القوة الانفجارية للذراعين في الكرة الطائرة، التي تعد العامل الحاسم في مهارات مختلفة، منها الإرسال المواجه من الأعلى (التنس) القوي الذي يعتبر الأكثر ارتباطاً بالقوة الانفجارية للذراعين، إذ أن حركة ضرب الكرة في مهارة الإرسال تتطلب القوة الانفجارية للذراعين، وذلك لأداء ضرب قوي ومؤثر في الكرة الطائرة.

٤- الاستنتاجات والتوصيات والمقترحات:

٤-١ الاستنتاجات

٤-١-١ تؤثر القوة الانفجارية للذراعين إيجابياً في دقة الأداء لمهارة الإرسال المواجه من الأعلى (التنس) بالكرة الطائرة من خلال وجود العلاقات المعنوية فيما بينها.

٤-١-٢ إن تحقيق لاعبي نادي قره قوش الرياضي بالكرة الطائرة للمستوى الجيد باختبار بالقوة الانفجارية فضلاً عن دقة الأداء لهم في مهارة الإرسال المواجه من الأعلى (التنس) بالكرة الطائرة أدى إلى وجود العلاقة المعنوية بينها.

٤-٢ التوصيات

٤-٢-١ استخدام البرامج التدريبية التي تهتم بالقوة الانفجارية للذراعين ضمن برامج الأعداد البدني والمهاري والخططي للاعبين الكرة الطائرة.

٤-٢-٢ التأكيد على تطوير وتنمية القوة الانفجارية للذراع الضاربة للإرسال لدى لاعبي الكرة الطائرة وبشكل عام في الحداد التدريبية التي يضعها المدربون لما لذلك من تأثير كبير على مستوى المهارات الأساسية في اللعبة وخاصة الإرسال.

١- المصادر العربية والاجنبية:

١. ابراهيم ، مروان عبد المجيد (٢٠٠١) : الموسوعة العلمية للكرة الطائرة ، عمان ، مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع .
٢. ألبنا، ليث محمد داؤد، (٢٠٠٨): الكرة الطائرة فن الأداء المهاري، وزارة التعليم العالي، جامعة الموصل.
٣. التكريتي ، وديع ياسين محمد و الحجار ، ياسين طه (١٩٨٦): الإعداد البدني للنساء ، دار الكتب للطباعة والنشر ، جامعة الموصل.
٤. التكريتي، وديع ياسين محمد والعبيدي، حسن محمد عبد(١٩٩٩): التطبيقات الإحصائية في بحوث التربية الرياضية، دار الكتب للطباعة، جامعة الموصل.
٥. حسانين ، محمد صبحي و عبد المنعم ، حمدي احمد (١٩٨٦): طرق تحليل المباراة في الكرة الطائرة ، ط١، دار الفكر العربي ، القاهرة .
٦. حسانين ، محمد صبحي و عبد المنعم ، حمدي احمد (١٩٨٨): الأسس العلمية للكرة الطائرة طرق القياس، ط١، دار الفكر العربي ، القاهرة .
٧. حسانين ، محمد صبحي و عبد المنعم ، حمدي احمد (١٩٩٧): الأسس العلمية للكرة الطائرة طرق القياس، ط١، دار الفكر العربي ، القاهرة .
٨. حسانين ، محمد صبحي (٢٠٠٤): القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية، ج١، ط١، دار الفكر العربي ، القاهرة ، مصر.
٩. حسن ، سليمان علي(١٩٨٣): المدخل الى التدريب الرياضي ، مطبعة جامعة الموصل .
١٠. رشدي، محمد عادل (١٩٧٦): أسس التدريب البدني، دار النشر والتوزيع والإعلان، طرابلس.
١١. عبد الحميد، كمال و حسانين ، محمد صبحي (١٩٨٠): القياس في كرة اليد، دار الفكر العربي ، القاهرة ، مصر .
١٢. عبيدات ، نوقان وآخرون(١٩٨٨):البحث العلمي،دارالفكر للنشر والتوزيع، عمان.
١٣. عيسو، ماجد مجيد(١٩٩٠):"علاقة بعض القياسات الجسمية بأنواع القوة العضلية لبعض الألعاب الفرقية"، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة البصرة.
١٤. فرج ، الين وديع (١٩٧٧): فن الكرة الطائرة ، ط٢، مطبعة المصري ، الإسكندرية.
١٥. _____ (١٩٩٠): الكرة الطائرة دليل المعلم والمدرب واللاعب ، منشأة المعارف ، الاسكندرية.
١٦. قطب، سعد محمد و الصميدعي، لؤي غانم (١٩٨٥): الكرة الطائرة بين النظرية والتطبيق، مطبعة الموصل، الموصل، العراق.
١٧. الوتار، ناظم شاكر وآخرين (١٩٩٦): " القدرة العضلية والرشاقة وعلاقتها بدقة الضرب الساحق في الكرة الطائرة"، مجلة الرافين للعلوم الرياضية، العدد الرابع .
١٨. عدس ، عبد الرحمن وآخرون (١٩٨٨): دليل المعلم في بناء الاختبارات التحصيلية، المنظمة العربية للتربية والثقافة والعلوم ، تونس.

19. FIVB, (1988): **Coaches Manual, 1.**

20. Blocker, Bobe (1988): **Action Volleyball, A complete Analysis of the Junior High School Game, 2end, Hunting Beach.**

جامعة الحمدانية
كلية التربية / قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة
الدراسات الأولية

ملحق رقم (١)

استمارة استطلاع رأي الخبراء والمختصين لتحديد أهم اختبار لقياس القوة الانفجارية للذراعين
بالكرة الطائرة

الأستاذ الفاضلالمحترم

يروم الباحثون إجراء البحث الموسوم (القوة الانفجارية للذراع الضاربة وعلاقتها بدقة الإرسال المواجه من الأعلى " التنس " بالكرة الطائرة) لدى لاعبي نادي قره قوش الرياضي. ونظرا لما تتمتعون به من خبرة ودراية علمية في هذا المجال نعرض على سيادتكم عدد من الاختبارات لقياس القوة الانفجارية للذراعين الكرة الطائرة الخاصة بالبحث الموسوم أعلاه. يرجى ترشيح واختيار الاختبار الذي يناسب لقياس القوة الانفجارية للذراعين المذكورة والذي يصلح للعينة، وإضافة أي اختبار ترونه مناسباً ولم يرد ذكره في الاستمارة . ولا يسعنا إلا تقديم الشكر والتقدير والعرفان الجميل لتعاونكم الصادق في مجال البحث العلمي.

المرفقات :

نماذج من اختبارات القوة الانفجارية

شاكرين تعاونكم معنا

التوقيع :

الاسم :

اللقب العلمي:

الاختصاص:

الجامعة او الكلية:

الطالبان

نجيب طلال نجيب

سام نوح بهنام

- استمارة ترشيح اختبارات القوة الانفجارية للذراعين:

| ت | القوة الانفجارية | الاختبارات | الاختبار الأنسب | الملاحظات |
|---|---------------------------|---|-----------------|-----------|
| ١ | القوة الانفجارية للذراعين | - رمي الكرة الطبية زنة (٢) كغم بيد واحدة من فوق الرأس لأبعد مسافة. - دفع الكرة الطبية من الجلوس زنة (٢) كغم لأبعد مسافة. | | |

ملحق رقم (٢)

- يوضح مواصفات اختبار رمي الكرة الطبية زنة (٢) كغم بيد واحدة من فوق الرأس لأبعد مسافة.

- الغرض من الاختبار : قياس قوة الانفجارية للذراعين .
- الأجهزة والأدوات : كرة طبية زنة (٢) كغم ، شريط قياس، تحديد قطاع الرمي ، يرسم خطوط عرضية المسافة بينهم (٥ سم).
- مواصفات الأداء : يقف المختبر خلف خط الرمي ثم يقوم برمي الكرة الطبية باستخدام الذراع المميزة إلى أقصى مسافة ممكنة.
- تعليمات الاختبار: يعطى لكل مختبر ثلاث محاولات وتسجل أفضلها .
- حساب الدرجات : تقاس المسافة بين خط الرمي إلى مكان سقوط الكرة ، وتسجل أحسن محاولة من الثلاث محاولات. (حسانين، ٢٠٠٤، ٢٠٩)

جامعة الحمدانية
كلية التربية / قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة
الدراسات الأولية

ملحق رقم (٣)

استمارة استطلاع رأي الخبراء والمختصين لتحديد أهم اختبار لقياس مهارة الإرسال المواجه من الأعلى (التنس) بالكرة الطائرة

الأستاذ الفاضل المحترم

يروم الباحثون إجراء البحث الموسوم (القوة الانفجارية للذراع الضاربة وعلاقتها بدقة الإرسال المواجه من الأعلى " التنس " بالكرة الطائرة) لدى لاعبي نادي قره قوش الرياضي. ونظرا لما تتمتعون به من خبرة ودراية علمية في هذا المجال نعرض على سيادتكم مجموعة من الاختبارات في مهارات الكرة الطائرة الخاصة بالبحث الموسوم أعلاه. يرجى تحديد أهم اختبار يناسب المهارة المختارة في البحث والذي يصلح للعينة وحسب النماذج المتسلسلة أمام المهارة والمرفقة طيا من المهارات الأساسية المختارة في البحث بالكرة الطائرة ، وإضافة أي اختبار ترونه مناسبا ولم يرد ذكره في الاستمارة .

المرفقات :

نماذج من الاختبارات المهارية

شاكرين تعاونكم معنا

التوقيع :

الاسم :

اللقب العلمي:

الاختصاص:

الجامعة او الكلية:

الطالبان

نجيب طلال نجيب

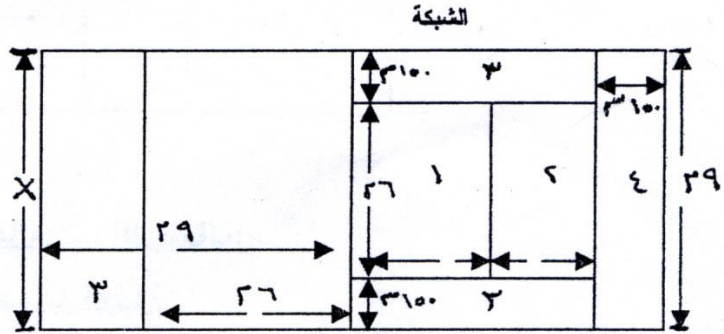
سام نوح بهنام

- اختبارات مهارة الإرسال :

هناك مجموعة نماذج من الاختبارات لقياس دقة الإرسال يرجى تحديد اهم اختبار لقياس مهارة الإرسال للاعب نادي قره قوش الرياضي .

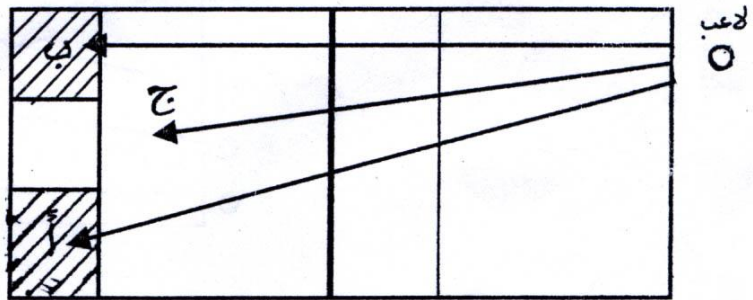
١. اختبار الإرسال :

الغرض من الاختبار : قياس مهارة الإرسال لدى لاعب الكرة الطائرة في موقف مشابه للمباريات .



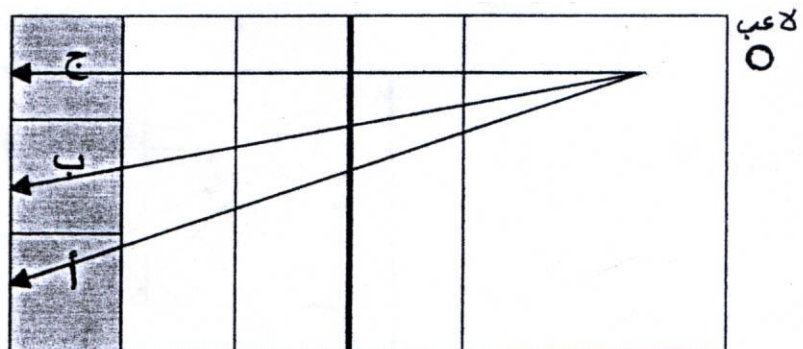
٢. نموذج اختبار دقة الإرسال للنقاط الصعبة :

الغرض من الاختبار : قياس دقة الإرسال لنقاط صعبة محددة



٣. نموذج اختبار دقة الإرسال الطويل :

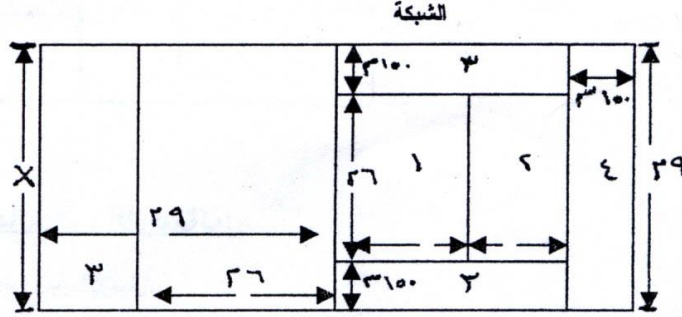
الغرض من الاختبار : قياس دقة الإرسال الطويل .



الملحق المرقم (٤)

يبيّن مواصفات اختبار مهارة الإرسال

- الغرض من الاختبار: قياس مهارة الإرسال لدى لاعبة الكرة الطائرة في موقف مشابه للمباراة .
- الأدوات: ملعب كرة طائرة قانون الكرة قانونية، الملعب معد كما موضح بالشكل رقم (٣)



الشكل المرقم (٣)

يوضح اختبار مهارة الإرسال

- مواصفات الأداء: تقف اللاعبة في منتصف خط نهاية الملعب (النصف المواجه لنصف الملعب المخطط على ٩ أمتار من الشبكة). من هذا المكان واللاعبة ممسكة بالكرة تقوم بالإرسال (باي طريقة) لتعبر الكرة الشبكة إلى نصف الملعب المخطط. بالنسبة للأطفال الأقل من ١٢ سنة يكون الإرسال من خلف خط لتعبر الكرة الشبكة إلى نصف الملعب المخطط .

الشروط:

- ١- لكل لاعبة عشرة محاولات .
- ٢- في حالة لمس الكرة للشبكة ووصولها لنصف الملعب المخطط ، او خروجها للخارج تحسب محاولة للاعبة (من ضمن المحاولات العشرة) ولا يحسب لها نقاط .

التسجيل:

- يحسب لكل مرة إرسال صحيحة رقم المنطقة التي تهبط فيها الكرة في نصف الملعب المخطط، وحيث أن اللاعبة لها عشر محاولات على هذا الاختبار ، ولكون الدرجات موزعة على المناطق من ١ إلى ٤ درجات ، فإن الدرجة العظمى لهذا الاختبار هي ٤٠ درجة . مع ملاحظة انه في حالة سقوط الكرة على خط يفصل بين منطقتين يحسب للاعب درجة المنطقة الأعلى* . (حسانين وعبد المنعم، ١٩٩٧، ١٦٣-١٦٥)

* مثال : في حالة سقوط الكرة على الخط الفاصل بين المنطقة (٢) ، والمنطقة (٤) ... يحسب المختبر في هذه المحاولة اربع درجات .

الملحق المرقم (٥)

أسماء الخبراء والمختصين الذين وزعت عليهم استمارات الاستبيان لتحديد متغيرات الدراسة

| ت | أسماء المحكمين | اللقب العلمي | الاختصاص الدقيق | عنوان الوظيفة | طبيعة الاستشارة * | |
|----|------------------------|--------------|---------------------------|-----------------|-------------------|---|
| | | | | | ٢ | ١ |
| ١. | ليث محمد داود | أ.م.د | طرق تدريس | جامعة الموصل | × | × |
| ٢. | خالد عبد المجيد الخطيب | أ.م.د | تعلم حركي/ كرة الطائرة | جامعة الموصل | × | × |
| ٣. | د. خالد محمد داود | أ.م.د | تعلم حركي/ كرة الطائرة | جامعة الموصل | × | × |
| ٤. | احمد حامد السويدي | أ.م.د | تعلم حركي/ كرة الطائرة | جامعة الموصل | × | × |
| ٥. | م. د براء طارق حمدون | م.د | علم التدريب | جامعة الحمدانية | | × |
| ٦. | م.د احمد سالم احمد | م.د | قياس وتقويم | جامعة الحمدانية | | × |
| ٧. | م.م سعد بهنان جرجيس | م.م | مدرب المنتخب العراقي | تربية الحمدانية | × | × |
| ٨. | م.م فراس يونس ذنون | م.م | علم التدريب / كرة الطائرة | جامعة الموصل | × | × |
| ٩. | م.م ستيفان ججو مارزينا | م.د | قياس وتقويم | جامعة الحمدانية | × | × |

* طبيعة الاستشارة

١. تحديد أهم اختبار القوة الانفجارية.
٢. تحديد أهم اختبار لمهارة الإرسال المواجه من الأعلى (التنس).