

## علاقة بين القوة الانفجارية واستقبال الارسال بالكرة الطائرة من وضع الجلوس

أ.د. ضمياء علي عبد الله

إيمان محمد رياض محي الدين

جامعة الموصل /كلية التربية للبنات/تربية بدنية وعلوم الرياضة

### ملخص البحث باللغة العربية

يهدف البحث للتعرف على علاقة بين القوة الانفجارية واستقبال الارسال بالكرة الطائرة من وضع الجلوس ، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي بإسلوب العلاقات الارتباطية. تم اختيار عينة البحث بطريقة عمدية لاعبي الكرة الطائرة من وضع الجلوس /فريق نينوى والبالغ عددهم (10) لاعبا. وتم التوصل الى الاستنتاجات وهي زيادة نسبة نجاح استقبال الارسال بزيادة نسبة القوة الانفجارية لدى افراد العينة ، وان العلاقة بين المتغيرين كانت ذات دلالة معنوية لذا أوصت الباحثة الاهتمام بتطوير القوة الانفجارية لدى لاعبي الكرة الطائرة .

### Abstract

**Relationship between the explosive force and the serve reception in volleyball from a sitting position**

By

Eman Muhammad Riyad

Prof.Dr. Dhamia Ali Abdullah

**Mosul University/College of Education for Girls/Physical Education and Sports Sciences**

The research aims to identify a relationship between the explosive force and the serve reception in volleyball from a sitting position, and the researcher used the descriptive approach in the style of correlational relations. The research sample was deliberately selected for volleyball players from the sitting position / Nineveh team, which numbered (10) players. The conclusions were reached, which is an increase in the success rate of the serve reception in volleyball from a sitting position by increasing the explosive power of the

sample members, and that the relationship between the two variables was significant, so the researcher recommended paying attention to developing the explosive power of volleyball players.

## 1-التعريف بالبحث

### 1-1- مقدمة البحث وأهميته:

تعد لعبة الكرة الطائرة من وضع الجلوس رياضة جماهيرية يحس بمتعتها اللاعب والمشجع، وتصبحت مركزاً متميزاً بين الألعاب الرياضية على المستوى الدولي والعالمي، وبرز هذا التطور في ظهور لاعبين معاقين مهتمين بالكرة الطائرة ويفضل التخطيط العلمي للمعد لتنمية القدرات البدنية والمهارية الخاصة للاعبين للوصول بهم إلى المستويات العليا.

فالمعروف أن لكل لعبة رياضية متطلبات بدنية فلعبة الكرة الطائرة تتطلب قدرات بدنية عديدة وأهمها القوة الانفجارية التي لها دور كبير في كثير من المهارات للعبة وهي "إمكانية المجموعات العضلية في إنتاج أقصى قوة في أقل زمن ممكن". (شوكت، 2000، 16)

لعبة الكرة الطائرة من وضع الجلوس تحتوي على العديد من المهارات الهجومية والدفاعية حيث أن مهارة استقبال الإرسال من المهارات الدفاعية في لعبة الكرة الطائرة، وله تأثير في نتائج المباريات لأنها تؤثر في فشل الضرب الساحق للفريق الخصم، وهي من المهارات الصعبة يتطلب من اللاعب الذي يقوم بعمل استقبال الإرسال درجة عالية من القوة الانفجارية التي لها دور مهم في لعبة الكرة الطائرة، لذا يجب على اللاعبين إتقان استقبال الإرسال بصورة صحيحة.

ويعتبر وجود المعاقين في مجتمعنا أمراً طبيعياً في الوقت الحالي بسبب الحروب التي جرت على هذا البلد، ويعتبر الاهتمام بفئة المعاقين في كافة مجالات الحياة وبخاصة المجال الرياضي وذلك لرفع مستوياتهم وتحقيق أهدافهم والنهوض بهم من الناحية البدنية والمهارية التي تساعدهم في كسب المباراة وذلك ينعكس على الثقة بالنفس بصورة إيجابية.

ومن هنا تكمن أهمية البحث في التعرف على علاقة القوة الانفجارية باستقبال الإرسال بالكرة الطائرة من وضع الجلوس.

### 1-2- مشكلة البحث:

إن لعبة الكرة الطائرة من وضع الجلوس تتطلب لياقة بدنية وتطور الصفات البدنية وإتقان المهارات للعبة المراد تحقيق إنجاز فيها ومنها مهارة استقبال الإرسال بصورة صحيحة، وتعتبر رياضة الكرة الطائرة إحدى الرياضات التي تعمل على رفع قدرات الفرد المعوق بدنياً وجسدياً ومهاريًا وهذا يؤثر على نفسية المعوق وتقريبه للمجتمع وتقبله للمعوق الذي يعاني منه.

تؤكد الباحثة أن أي ضعف في الجانب المهاري أو البدني لدى لاعبي الكرة الطائرة من وضع الجلوس يؤثر سلباً على مستوى الأداء وهذا يؤدي إلى عدم الوصول إلى أعلى المستويات والفوز بالمباريات، وقد حظيت الفعاليات الرياضية بتطور ملحوظ في كافة أنحاء العالم والكرة الطائرة واحدة من الألعاب الرياضية التي حظيت بالتطور كونها لعبة جماعية ولها شعبية، فأنا نلاحظ وبشكل واسع أن غالبية مدربي الكرة الطائرة يلجأون إلى تدريب مهارة استقبال الإرسال والقوة الانفجارية، وإيضاً عدم مقدرة اللاعب على استخدام الطرف السفلي أثناء أداء استقبال الإرسال واعتماد اللاعب على الطرف العلوي فقط بسبب الإعاقة لذا يتطلب إدخال سبل

علمية المناسبة لتطوير القوة الانفجارية ومعرفة علاقتها بإستقبال الارسال ، لما لها من اهمية في لعبة الكرة الطائرة وايضا وتمنع الفريق الخصم من اكتساب نقطة منها مباشرة.

حيث ان مهارة استقبال الارسال ليست سهلة فهي تحتاج الى القدرات بدنية و مهارية عالية ويجب ان يتقنها اللاعبين لان عملية هجوم الفريق المنافس هي ضرب الارسال على نقاط الضعف للخصم، فأن اداء مهارة إستقبال الارسال تحتاج الى قوة انفجارية و دقة عالية في اتخاذ الموقع الصحيح ليتمكن من ان يصل الى الموقع الذي يؤدي فيه عملية الهجوم من الفريق المنافس.

لذا ارتأت الباحثة الى معرفة علاقة بين القوة الانفجارية وإستقبال الارسال بالكرة الطائرة من وضع الجلوس .  
3-1-3 هدف البحث:

- الكشف على علاقة القوة الانفجارية وإستقبال الارسال لدى لاعبي الكرة الطائرة من وضع الجلوس.

4-1-4 فرض البحث:

- وجود علاقة ذات دلالة معنوية بين القوة الانفجارية وإستقبال الارسال لدى لاعبي الكرة الطائرة من وضع الجلوس

5-1-5 مجالات البحث:

1- المجال البشري: عينة لاعبي فريق نينوى بالكرة الطائرة للمعاقين البالغ عددهم (10) لاعب

2- المجال الزمني: من 2021/1/16م الى 2021/3/10م

3- المجال المكاني: نادي المستقبل المشرق الرياضي

2-منهج البحث واجراءاته

1-2-1 منهج البحث:

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي لملائمته للبحث

2-2-2 عينة البحث:

تم اختيار عينة البحث بطريقة عمدية لاعبي الكرة الطائرة من وضع الجلوس /فريق نينوى والبالغ عددهم (10) لاعبا.

2-3-3 تحديد اختبار القوة الانفجارية :

بعد ان تم تحديد القدرة البدنية والمهارية في الكرة الطائرة تم عرض الاختبارات بشكل استبيان على الخبراء والمختصين في (القياس والتقويم وعلم التدريب الرياضي والكرة الطائرة )

جدول رقم (1)

يوضح نسبة اتفاق الخبراء على تحديد اختبار القوة الانفجارية

النسبة المئوية	عدد الخبراء	الاختبار	القدرة البدنية والمهارية
80%	17	رمي الكرة الطبية 3 كغم باليدين من الجلوس	القوة الانفجارية
20%	17	رمي الكرة الطبية لإبعد مسافة بيد واحدة	

مهارة استقبال الاسال	17	40%
دقة استقبال الارسال من الكرات المرمية (البجر)	17	80%

وقد تم الاعتماد في اختيار اختبار القدرة البدنية والمهارية والتي حصلت على نسبة اتفاق ( 75%) فما فوق اذا يشير (بلوم واخرون) الى انه على الباحث الحصول على الموافقة بنسبة (75%) فأكثر عن نسبة اتفاق الخبراء.

(بلوم واخرون، 1983، 126)

#### 2-4- الادوات المستخدمة في البحث:

1- ساعة توقيت كاسيو (3)

2- كرات طائرة (10)

2-5- الوسائل الاحصائية:

\*الوسط الحسابي

\*الانحراف المعياري

\*معامل الارتباط البسيط لبيرسون

3- عرض النتائج ومناقشتها:

3-1- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

الجدول الاتي يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري لمتغيرات البحث

:

#### جدول رقم (2)

يوضح الوسط الحسابي والانحراف المعياري لمتغيرات البحث

ت	المتغيرات	س	ع+-
1	القوة الانفجارية	4.9100	1.008
2	استقبال الارسال	26.400	8.769

وفي الجدول رقم (2) نلاحظ ان الوسط الحسابي للقوة الانفجارية بلغ (4.9100) وبانحراف معياري قدره (1.008)، وبلغ الوسط الحسابي استقبال الارسال (26.400) وبانحراف معياري قدره (8.769) .

#### جدول رقم (3)

يوضح علاقة الارتباط بين القوة الانفجارية واستقبال الارسال

المتغيرات	القوة الانفجارية	استقبال الارسال
-----------	------------------	-----------------

0.751**	---	القوة الانفجارية
---	0.751**	استقبال الارسال

**\*\* معنوي عند 0.01**

يتبين من الجدول (3) وجود علاقة ذات دلالة معنوية بين القوة الانفجارية للذراعين واستقبال الارسال وبقيمة ارتباط بلغت (0.751) ويرجع السبب في كون الارتباط معنوي الى ان التدريب والخبرة المرتبطة بعملية الاعداد والتكرار فضلا عن تنوع البرامج الحركية المقترن بتنمية القدرات البدنية والمهارية قد ساهم في قوة العلاقة ما بين المتغيرات ، اذ يعمل التنوع على زيادة الرغبة في التوجيه نحو التدريب وبذل جهد بهدف تحسين المستوى وزيادة الاحساس الحركي كما وان استخدام الاختبارات قد اسهم في الوقوف على مستوى القدرات البدنية والمهارية وتحديد مدى القرب والبعد من الهدف المحدد قبل الانتقال الى بناء وحدات اخرى وذلك مؤشرا على ان نسبة تلك القدرات كان قويا جدا .

كما ان اللاعبين في مختلف الألعاب الرياضية الذين يتقنون المهارات الحركية والتي تميز لعبة الكرة الطائرة من وضع الجلوس عن باقي اللاعبين الأخرى و ذلك يعود الى تطور القدرات البدنية الخاصة باللعبة ، فهناك ارتباط قوي بين مستوى الأداء المهاري والصفات البدنية للفعالية المطلوبة ، كما ان تنمية الصفات البدنية ومن اهمها القوة الانفجارية التي تمكن اللاعب من أداء مختلف المهارات الحركية للوصول إلى المستوى الأعلى في اللعبة .

وهذا يعني ان التطور بالقوة الانفجارية يؤدي الى تطوير استقبال الارسال " فالمهارة الحركية لا تتحقق الا في وجود القدرات البدنية الخاصة" .

(Robert, 1990,221)

"ان القوة الانفجارية تعد من اهم القدرات البدنية التي تحتاجها لاعبي الكرة الطائرة ، فان اللاعب الذي يكون لديه قوة انفجارية عالية تساعده على الارتقاء بمستوى عال، مما يشكل هذا اللاعب مصدر خطر على الفريق المنافس ، وتكمن اهمية القوة الانفجارية في الكرة الطائرة الى انها العامل الحاسم في مهارات مختلفة وينسب متفاوتة وتزداد اهميتها في المهارات الهجومية كونها عنصر اساسي في اداء هذه المهارات".  
(خلف ، 2008،29-30)

وترى الباحثة ان التطور الحاصل في القدرات البدنية يؤثر على اداء المهارات الحركية ، اذا إن اللاعب الذي لايمتلك قدرات بدنية لايمكن اداء الفعالية الرياضية بصورة صحيحة " ان التدريب النوعي يجب ان يكون شديدا ومعينا ويجب ان تحسب حساب انماط الحركة او المهارات "

(Averis, 2014)

## 5-1- الاستنتاجات:

في ضوء نتائج البحث توصلت الباحثة الى

- ان هناك علاقة بين القدرة البدنية القوة الانفجارية واستقبال الارسال لدى لاعبي الكرة الطائرة من وضع الجلوس

## 5-2- التوصيات:

- على ضوء الاستنتاجات التي توصلت لها الباحثة توصي  
- دراسة علاقة اخرى بين قدرة بدنية ومهارية للاعبى الكرة الطائرة من وضع الجلوس.

## المصادر :

- 1- بلوم ، بنيامين واخرون (1983): " تقييم تعلم الطالب التجميعي والتكويني "، ترجمة محمد امين المفتي واخرون ، دار ماكروهيل ، القاهرة
- 2- خلف، نعيمة زيدان (2008): التقدير الكمي لمساهمة اهم القدرات البدنية والعقلية في دقة اداء المهارات الهجومية لدى لاعبات الكرة الطائرة ، اطروحة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة بغداد
- 3- شوكت ، ضياء منير (2000): علاقة القوة الانفجارية للاطراف السفلى ببعض مهارات الاساسية بكرة القدم ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد
- 4-Rober N. Singer (1990): "Motor Learning and Human performance"  
New york , Macnillan publishing CP. InC
- 5-Neil Averis,(2014): "Energy Systems & sport" , internet