

بعض القدرات الحركية وعلاقتها بمستوى أداء الضرب الساحق للاعبين الشباب في كرة الطائرة

عباس فاضل علوان عواد

المديرية العامة للتربية الرياضية والنشاط المدرسي

abbasfadhil612@gmail.com

تاريخ نشر البحث 2025/12 /25

تاريخ استلام البحث 2025/10/11

ملخص

تضمن البحث على المقدمة وهي أن تطور المجال الرياضي يعد مرآة لجميع الألعاب الرياضية الترفيهية أو الفردية ومن بين هذه الألعاب الرياضية التي شملت التطور هي لعبة الكرة الطائرة التي تشكل الحجر الأساسي لكل أنواع الرياضة وأهميتها تأتي لأنها تعمل على بناء الجسم وإعداده إعداد صحيح لممارسة كل الأنواع الرياضية ومهارة الضرب الساحق بالكرة الطائرة كباقي المهارات تحتاج إلى قدر كبير من اللياقة البدنية أي من قدرات بدنية وحركية لصعوبة حركاتها وسرعة ودقة أدائها.

أما مشكلة البحث. هو وجود ضعف في بعض القدرات الحركية عند أداء مهارة الضرب الساحق والتي تتغير تبعاً لمستوى قدرات الحركية للاعبين ، لذا ارتأى الباحث أن يدرس هذه الحالة من أجل الوقوف على الحقيقة لحل المشكلة.

هدف البحث. هو التعرف على العلاقة بين القدرات الحركية وأداء مهارة الضرب الساحق

فروض البحث. هناك علاقة بين القدرات الحركية ومهارة الضرب الساحق

مجالات البحث. هي المجال البشري، وهو لاعبي الشباب لنادي الهاشمية والمجال المكاني هو ملعب الخاص للعبة كرة الطائرة في نادي الهاشمية

واشتمل البحث على منهج البحث وإجراءاته الميدانية واستخدم الباحث المنهج الوصفي لملائته لطبيعة البحث. عينة البحث. فقد تم اختيار مجتمع البحث من لاعبي الشباب لنادي الهاشمية لكرة الطائرة. استخدم الباحث وسائل جمع المعلومات، المصادر والمراجع، شبكة الانترنت، ورقة الاستبيان الاختبارات، المقابلة الشخصية.

التجربة الاستطلاعية. التي كان الغرض منها التعرف على الصعوبات التي يمكن أن تحدث خلال تطبيق التجربة الرئيسية لأجل وضع الحلول.

إما الأسس العلمية للاختبارات. فقد اشتملت على الصدق والثبات والموضوعية الاختبار.

الوسائل الإحصائية. فهي الوسط والانحراف المعياري ومعامل الالتواء ومعامل الارتباط البسيط (بيرسون). في حين استنتج الباحث وجود علاقة ارتباط معنوية بين الضرب الساحق وبعض القدرات الحركية (الرشاقة ، المرونة ، التوافق، والقوة الانفجارية للذراعين ، والقوة الانفجارية للذراعين ، وسرعة رد الفعل) و أن القدرات الحركية (الرشاقة ، المرونة ، التوافق، والقوة الانفجارية للذراعين ، والقوة الانفجارية للذراعين ، وسرعة رد الفعل) لها أهميه في تكامل أداء الضرب الساحق .

الكلمات المفتاحية : القدرات الحركية ، الضرب الساحق ، الكرة الطائرة

Some Motor Abilities and Their Relationship to the Performance Level of the Spike in Volleyball by Young Players

Abbas Fadhil Alwan Awad

General Directorate of Physical Education and School Activities

abbasfadhil612@gmail.com

Research Received: 11/10/2025, Research Published: 25/12/2025

Abstract

The research included an introduction, which emphasized that the development of the sports field reflects all recreational and individual sports. Among these sports that have witnessed development is volleyball, which constitutes the cornerstone of all sports. Its importance stems from its role in building the body and preparing it properly for practicing all sports. The skill of hitting a volleyball, like other skills, requires a great deal of physical fitness, i.e., physical and motor abilities, due to the difficulty of its movements and the speed and accuracy of its performance.

The research problem is the presence of weaknesses in some motor abilities when performing the hitting skill, which vary depending on the level of motor abilities of the players. Therefore, the researcher decided to study this case in order to determine the truth and solve the problem.

The research objective is to identify the relationship between motor abilities and the performance of the hitting skill.

Research hypotheses: There is a relationship between motor abilities and the hitting skill.

The research areas: The human area, which is the youth players of Al-Hashemiyeh Club, and the spatial area, which is the private volleyball court at Al-Hashemiyeh Club. The research included the research methodology and field procedures. The researcher used the descriptive approach to suit the nature of the research. Research sample. The research community was selected from the youth players of the Hashemite Club volleyball. The researcher used data collection methods, including sources and references, the Internet, questionnaires, tests, and personal interviews.

The exploratory experiment was designed to identify potential difficulties during the implementation of the main experiment in order to develop solutions.

The scientific foundations of the tests included validity, reliability, and objectivity.

The statistical methods included mean, standard deviation, skewness coefficient, and simple correlation coefficient (Pearson). The researcher concluded that there is a significant correlation between the smash hit and certain motor abilities (agility, flexibility, coordination, explosive power of the arms, explosive power of the legs, and reaction speed), and that motor abilities (agility, flexibility, coordination, explosive power of the arms, explosive power of the legs, and reaction speed) are important for the integration of smash hit performance.

Keywords: Motor abilities, smash hit, volleyball

1- التعريف بالبحث :**1-1 المقدمة وأهمية البحث :**

تعد الألعاب الرياضية مظهراً من مظاهر تقدم الأمم وتطورها ومفهومها الحضاري نتيجة للتقدم العلمي الحاصل في هذا المجال ، تطورت في السنوات الأخيرة تطوراً ملحوظاً أدى إلى جعل الرياضة من مقومات الحياة اليومية والرياضية تميز المجتمعات باعتبارها ظاهرة حضارية تؤثر سلباً أو إيجاباً بحركة المجتمع إذ أن تطور المجال الرياضي يعد مرآة جميع الألعاب الرياضية الترفية أو الفردية او الجماعية ومن بين هذه الألعاب الرياضية التي شملت التطور هي لعبة الكرة الطائرة التي تشكل الحجر الأساسي لكل أنواع الرياضة وأهميتها تأتي لأنها تعمل على بناء الجسم وإعداده إعداد صحيح لممارسة كل الأنواع الرياضية ولعبة الكرة الطائرة كباقي الألعاب تحتاج إلى قدر كبير من اللياقة البدنية أي من قدرات بدنية وحركية لصعوبة حركاتها وسرعة ودقة أدائها.

ونظراً لكون لعبة الكرة الطائرة من الألعاب الجماعية تعتمد على تعلم المهارات الأساسية كقاعدة مهمة تبني عليها هذه اللعبة للتقدم في مستوى الاداء , لذلك يجب توجيه الاهتمام الى مراحل تعلمها وتحسين ادائها من خلال معرفة القدرات الحركية التي تؤثر في ادائها ومحاولة ايجاد الحلول لها فهي تحتاج الى بذل الكثير من الجهد والممارسة في سبيل اتقانها , لذا يتطلب البحث عن ما يملكه اللاعب من تنوع في القدرات الحركية حتى تساهم في تسهيل عمليه التعلم الصحيح , وبالتالي يكون له دور كبير في تعلم مهارة الضرب الساحق قيد الدراسة.

ومن خلال ما تقدم فان أهمية البحث تكمن في معرفة القدرات الحركية وعلاقتها بمهارة الضرب الساحق بشكل خاص وايضا وفي مجال تعلم مهارات الكرة الطائرة , كمحاولة علمية جادة لمعرفة تلك العلاقة التي قد تعطي فسحه اكبر للاعب بصورة علمية معرفة العلاقة الارتباطية القدرات الحركية ومهارة الضرب الساحق بالكرة الطائرة للاعبين .

2-1 مشكلة البحث :

من خلال ملاحظة الباحث لأداء المهارات المختلفة ومن ضمنها مهارة الضرب الساحق في الكرة الطائرة في التدريبات او من خلال المباريات وجد إن الكثير من اللاعبين يواجهون صعوبة في أداء مهارة الضرب الساحق ، ويعتقد الباحث إن السبب يرجع إلى ضعف في بعض القدرات الحركية لذا ارتأى الباحث تسليط الضوء

على العلاقة بين القدرات الحركية ومهارة الضرب الساحق لمعرفة أثرها على عينة البحث , كمحاولة علمية في إحداث تغير في شكل الاداء الى الاداء الجيد (المثالي) من خلال معرفة واقع القدرات الحركية لزيادة نشاط اللاعبين نحو الاداء لذلك ارتأى الباحث إن يبحث هذه الحالة من اجل الوقوف على الحقيقة في حل المشكلة .

3-1 أهداف البحث :

- 1- التعرف على واقع بعض القدرات الحركية للاعبين .
- 2- التعرف على أداء اللاعبين مهارة الضرب الساحق بالكرة الطائرة.

3- إيجاد العلاقة بين القدرات الحركية ومهارة الضرب الساحق بالكرة الطائرة .

4-1 فرض البحث :

1- توجد علاقة ارتباط بين القدرات الحركية ومهارة الضرب الساحق

5-1 مجالات البحث :

1-5-1 المجال البشري : لاعبي الشباب لنادي الهاشمية للموسم (2025-2024)

2-5-1 المجال أَلزَمَانِي : المدة من 2024/10/1 ولغاية 2025/5/1

3-5-1 المجال المكاني : الملعب الخاص للعبة كرة الطائرة في نادي الهاشمية .

3- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية :

1-3 منهجية البحث :

اختار الباحث المنهج الوصفي لإجراء البحث وذلك لاعتقاده إن هذا المنهج سيؤدي الهدف المنشود من هذه الدراسة وتحقيق أفضل النتائج .

2-3 مجتمع البحث وعينته :

مجتمع البحث هو "جميع المفردات التي يمكن إن يأخذها المتغير " وعلى هذا الأساس تكون مجتمع البحث من لاعبي الشباب لنادي الهاشمية للموسم (2025-2024) والبالغ عددهن (25)

وعينة البحث هي "ذلك الجزء من المجتمع الذي يجري اختيارها على وفق قواعد وطرائق علمية بحيث تمثل المجتمع البحث بحيث تمثل المجتمع تمثيلاً صحيحاً " ولأن عينة البحث تمثل المجتمع الأصلي وتحقق أغراض البحث وتغني الباحث عن مشقات دراسة المجتمع الأصلي ، ولهذا تكونت عينة البحث من (20) لاعب اختيرت بالطريقة العشوائية للتجربة الرئيسة و(5) للاستطلاعية .

3-3 أدوات البحث :

1-3-3 وسائل جمع المعلومات

1- المصادر والمراجع

2- ورقة الاستبيان

3- الاختبارات

2-3-3 الأجهزة والأدوات المستعملة :

- ساحة الملعب - ساعة إيقاف - مسطرة طولها 20سم - صافرة - شريط قياس

5-3 اختبار أهم القدرات الحركية الخاصة

3-5-1 اختيار أهم القدرات الحركية :

بعد الاطلاع على المصادر الخاصة بالقدرات الحركية الخاصة في مهارة الضرب الساحق ، قام الباحث بأعداد استمارات استبيان لاستطلاع آراء السادة الخبراء والمختصين في مجالات (التعلم الحركي والتدريب الرياضي وكرة الطائرة) لاختيارهم القدرات الحركية الخاصة بمهارة الضرب الساحق ، وكانت النتائج كما في الجدول (2) علماً إن النسبة المقبولة هي (66.667) حسب تطبيق القانون نسبة القبول علماً إن عدد الخبراء (6) .

الجدول (2)

يبين الأهمية النسبية لترشيح أهم القدرات الحركية والبدنية الخاصة بمهارة الضرب الساحق

ت	القدرة	نوع القدرة	الأهمية النسبية	القدرة المقبولة والمستبعدة
1	القدرة الحركية	الرشاقة	%93	✓
2		المرونة	%73	✓
3		التوازن	%46	x
4		التوافق	%86	✓
5		الدقة	%53	x
6		القدرة الحركية المضافة	%33	x

6-3 التجربة الاستطلاعية :

التجربة الاستطلاعية هي " تجربة صغيرة يقوم بها الباحث لاختبار مدى تغيير صلاحية التجربة الرئيسية وتكمن أهميتها في الوقوف على السلبيات التي ستواجه الباحث لتفاديها في التجربة الرئيسية

وعلى هذا الأساس قام الباحث بإجراء التجربة الاستطلاعية بتاريخ 2024/12/5 على عينة من مجتمع البحث وبعده (5) لاعبين من خارج عينة البحث الرئيسية ، وأعيدت التجربة الاستطلاعية بعد أسبوع وذلك للتحقق من أهداف عدة منها :-

1- التعرف على الصعوبات التي يمكن إن تحدث خلال تطبيق التجربة الرئيسية لأجل وضع الحلول لها

2- التأكد من صلاحية الأجهزة والأدوات

3- التأكد من صلاحية وملائمة الاختبارات لإفراد العينة

4- التعرف على الوقت المستغرق لكل اختبار وللاختبارات كافة

5- كفاءة فريق العمل المساعد .

7-3 وصف الاختبارات :

1- اختبارات القدرات الحركية :

أ- اختبار الجري الزجراج بطريقة بارو

الغرض من الاختبار: قياس الرشاقة الكلية للجسم إثناء الحركة .

الأدوات اللازمة :- ميدان للجري مستطيل الشكل يقام على ارض صلبة وخشنة طوله 4.75 م وعرضه 3م ،ساعة إيقاف ،عدد خمسة قوائم من القوائم التي تستخدم في الوثب العالي

مع ملاحظة إلا يقل طول القوائم عن 30سم
وصف الأداء : يتخذ المختبر وضع الاستعداد من البدء العالي خلف خط النهاية وعند إعطائه إشارة في البدء يقوم بالجري المتعرج بين القوائم بين القوائم الخمسة ثلاث مرات متتالية .

حساب الدرجات : يسجل الزمن الذي يستغرقه المختبر في قطع المستطيل ثلاث مرات لأقرب 1/10 ث ويبدأ من لحظة إعطاء إشارة البدء حتى يقطع خط النهاية بعد الانتهاء من اللفة الثالثة .

ب- ثني الجذع من الوقوف
الغرض من الاختبار : قياس مدى مرونة الجذع والفخذ في حركات الثني للإمام من وضع الوقوف

الأدوات اللازمة : مقياس مدرج من الخشب أو مسطرة طولها 20سم مقسمة بخطوط إلى وحدات كل وحدة تساوي 1سم ويفضل إن تكون حدود هذا التدرج في مدى 10سم .
- كرسي أو منصدة مسطحة تتحمل وزن اللاعب (المختبر) بدون حدوث اهتزاز .

وصف الأداء : يتخذ المختبر وضع الوقوف على حافة الكرسي أو المنصدة بحيث تكون القدمان ملاصقتان لجانبي المقياس ، يقوم المختبر بثني الجذع إماماً أسفل بحيث تصبح الأصابع إمام المقياس ومن هذا الوضع يحاول المختبر ثني الجذع لأقصى مدى ممكن بقوة وببطء مع ملاحظة إن تكون أصابع اليدين في مستوى واحد وان تتحرك للأسفل موازية للمقياس .

حساب الدرجات : درجة المختبر هي أقصى نقطة على المقياس يصل إليها من وضع ثني الجذع إماماً أسفل .

ج- اختبار الدوائر المرقمة :

الغرض من الاختبار : قياس توافق الرجلين والعينين
الأدوات اللازمة : ساعة إيقاف ، يرسم على الأرض ثماني دوائر على إن يكون قطر كل منها (60) سم .

وصف الأداء : يقف المختبر داخل رقم (1) ، عند سماع إشارة البدء يقوم بالوثب بالقدمين معا إلى الدائرة (2) ثم إلى الدائرة (3) ثم إلى الدائرة (4) حتى الدائرة (8) يتم ذلك بأقصى سرعة .

التسجيل : يسجل للمختبر الزمن الذي يستغرقه في الانتقال عبر ثماني دوائر .

2- اختبارات القدرات البدنية :

أ- اختبار رمي الكرة الطبية زنة 4 كيلو .

الغرض من الاختبار : قياس القوة الانفجارية للذراعين .

الأدوات اللازمة : كرة طبية زنة 4 كيلو ، وشريط قياس ، رسم خط البداية .

وصف الأداء : من وضع الوقوف تقوم الطالبة المختبرة برمي الكرة من خلف الرأس لأبعد مسافة وتقاس المسافة بالأمتار.

ب- اختبار الوثب العمودي لسار جنت :

الغرض من الاختبار : قياس القدرة العضلية للرجلين في الوثب العمودي للأعلى .

الأدوات اللازمة : لوحة من الخشب (سبورة) مدهونة باللون الأسود عرضها (0.5) م وطولها (1.5) م ترسم عليها خطوط باللون الأبيض والمسافة بين كل خط وآخر 2 سم .
- حائط أملس لا يقل الاختبار من الأرض عن (3.60) م قطع طباشير أو مسحوق جير ، قطعة من القماش لمسح علامات الجير بعد قراءة كل محاولة يقوم بها .

وصف الأداء : يمسك المختبر قطعة من الطباشير ثم يقف مواجهة للوحة ، ويمد الذراعين عاليا لأقصى- ما يمكن ويحدد علامة بالطباشير ، يقف المختبر بعد ذلك مواجه للوحة بالجانب ، بحيث تكون القدمين على الخط .

- يقوم المختبر بعد ذلك بمرجحة الذراعين للأسفل وإلى الخلف مع ثني الجذع للإمام و للأسفل و ثني الركبتين إلى وضع الزاوية القائمة فقط .

- يقوم المختبر بمد الركبتين والدفع بالقدمين معا للوثب للأعلى مع مرجحة الذراعين بقوة للإمام وللأعلى للوصول بهما إلى أقصى- ارتفاع ممكن ، حيث يقوم بوضع علامة بالطباشير على اللوحة أو الحائط في أعلى نقطة يصل إليها .

حساب الدرجات : درجة المختبر هي عدد السنتيمترات بين الخط الذي يصل إليه من وضع الوقوف والعلامة التي يصل إليها نتيجة الوثب للأعلى مقربة لأقرب 1 سم

ج- اختبار نيلسون للسرعة الحركية :

الغرض من الاختبار : قياس الربط بين سرعة رد الفعل والسرعة الحركية للذراعين .

الأدوات اللازمة : مسطرة نيلسون المدرجة لحساب الوقت ، منضدة أو كراسي ، طباشير أو شريط قياس .

وصف الأداء : يجلس المختبر على الكراسي مواجه للمنضدة واضع الكفين متجهين على حافظتها وتوضع اليدين على الخطين يحددان بالطباشير على حافة المنضدة بينهما 30 سم .

يمسك المحكم مسطرة نيلسون المدرجة من طرفها العلوي بحيث تصبح معلقة في وضع عمودي وبحيث تكون في المنتصف المسافة بين راحتي يدي المختبر ويقوم المحكم بتحديد الخط القاعدي للمسطرة المدرجة أو نقطة البدء في الاختبار وهذه النقطة تكون في مستوى الحدود العليا ليدي المختبر وبعد إن يعطي المحكم إشارة الاستعداد (استعد) يقوم بتحريك المسطرة المدرجة تسقط للأسفل خارج حافة المنضدة ، حينئذ يحاول المختبر إيقافها عن طريق تحريك اليدين معا للأعلى بأقصى- سرعة ممكنة ، يجب على المختبر عدم تحريك اليدين للأعلى أو للأسفل ، وذلك عن محاولته إيقاف المسطرة بتحريك اليدين معا ، ويعطي كل مختبر 20 محاولة متتالية .

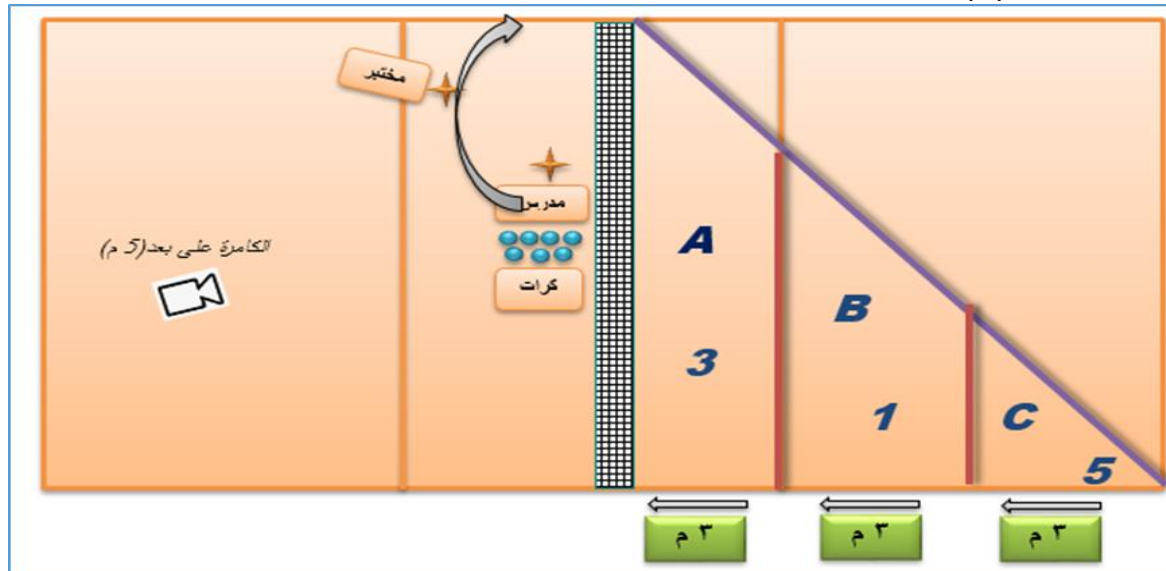
حساب الدرجات : درجة الاستجابة الحركية تقرأ على مسطرة نيلسون المدرجة وتحدد النقطة الموازية لمستوى حدود اليدين من الأعلى بعد مسك المسطرة تسجل

المحاولات (20) ثم ترتب الدرجات تنازليا أو تصاعديا ويستبعد الربيع الأعلى أو الربيع الأدنى كقيم متطرفة ، يتم بحسب العشر محاولات التي تقع بين الربيعين .
توصيف الاختبارات التي اعتمدها الباحث في البحث :

اولاً : اختبار قياس دقة اداء مهارة الضرب الساحق القطري (ناهدة عبد زيد , 2002 , 49) :

الغرض من الاختبار : قياس دقة اداء مهارة الضرب الساحق القطري لمناطق محددة في الملعب .

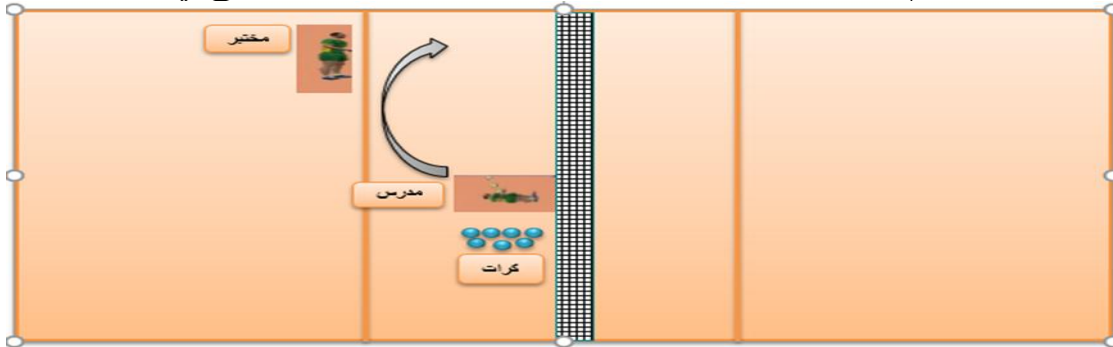
- الأدوات المستخدمة : ملعب الكرة الطائرة القانوني مخطط كما في الشكل التالي , كرات طائرة عدد (6) , و استمارة تقييم دقة الاداء .
- طريقة الأداء :- يقوم اللاعب بأداء مهارة الضرب الساحق القطري ب (6) كرات وتحسب له مجموع الدرجات في المناطق التي تقع فيها الكرة وهي كما يأتي : .
في المنطقة A 3 درجات
في المنطقة B درجة واحدة
في المنطقة C 5 درجات
خارج هذه المناطق (صفر) من الدرجات
- شروط التسجيل :- تحسب للمختبر الدرجات التي حصل عليها من المحاولات الستة علما ان الدرجة الكلية للاختبار (30) درجة كما موضحة بالشكل (3)



شكل (3) يوضح اختبار دقة اداء مهارة الضرب الساحق القطري

ثانياً :- اختبار تقييم الأداء الفني (التكنيك) لمهارة الضرب الساحق القطري (ناهدة عبد زيد , 2002 , 49):

- **الهدف من الاختبار:** تقييم الاداء الفني (التكنيك) لمهارة الضرب الساحق القطري من خلال الشكل الظاهري لها وبأقسامها الثلاثة (التحضيري , الرئيسي , النهائي).
- **الادوات المستخدمة:** ملعب كرة طائرة قانوني , استمارة تقييم الاداء وكرات طائرة قانونية عدد (6) .
- **مواصفات الاداء:**
يقوم الطالب المختبر بأداء الضرب الساحق القطري من مركز (4) بحيث يقوم المدرس بأعداد الكرة له من مركز (3) ويقوم الطالب المختبر بأداء مهارة الضرب الساحق القطري محاولا اسقاط الكرة داخل الملعب المقابل .
- **شروط الاداء:**
- لكل طالب (3) محاولات متتالية.
- يحصل الطالب المختبر على (صفر) في حالة ملامسة الكرة الشبكة وسقوطها داخل الملعب (ملعب الطالب المختبر) او في حالة الضرب الساحق بالطريقة غير القانونية.
- **التسجيل:** يقوم ثلاثة خبراء (ملحق رقم 4) بتقييم المحاولات الثلاث لكل طالب مؤدي، من ذوي الخبرة والاختصاص لغرض تقييمها ، إذ يمنح كل طالب ثلاث محاولات وفقا للتقسيم المختار بمجموع (10) درجات (3) درجات للقسم التحضيري، و (4) درجات للقسم الرئيسي و (3) درجة للقسم النهائي، ويتم بعدها اختيار افضل درجة عن كل مقوم ومن خلال استخراج الوسط الحسابي لأفضل ثلاث درجات يتم احتساب الدرجة النهائية لكل طالب مختبر وكما موضح في الشكل (4) .



شكل (4) يوضح اختبار تقييم الاداء الفني لمهارة الضرب الساحق (القطري) بالكرة الطائرة

3-9 التجربة الرئيسية :

قام الباحث بجمع العينة في ملعب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة بابل يوم 2025/1/7 وقام بعض اللاعبين بأداء مهارة الضرب الساحق، بعد ذلك تم جمع الدرجات الأولية ومعالجتها بالعلاقات الإحصائية المناسبة لغرض عرضها وتحليلها ومناقشتها.

3-10 الوسائل الإحصائية :

استخدم الباحث الوسائل الإحصائية الآتية

- النسبة المئوية :
- الأهمية النسبية :

- الوسط الحسابي :

- الانحراف المعياري :

- المنوال

- معامل الالتواء :
- معامل الارتباط البسيط (بيرسون)

4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها :

4-1 عرض النتائج وتحليلها :

4-1-1 عرض نتائج الضرب الساحق بالكرة الطائرة :

يبين جدول () الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة معامل الارتباط ونوع الارتباط لعينة البحث في اختبار القفزة العربية وبعض اختبارات القدرات الحركية.

نوع الارتباط	قيمة معامل الارتباط	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	المعالم الإحصائية المتغيرات
-	-	1.46	6.67	الضرب الساحق
معنوي	0.54	0.92	21.1	الرشاقة
معنوي	0.63	2.77	18.53	المرونة
معنوي	0.64	2.15	21.49	التوافق (رجل وعين)
معنوي	0.74	1.11	5.29	قوة الانفجارية للذراعين
معنوي	0.69	2.81	20.93	قوة الانفجارية للساقين
معنوي	0.78	4.53	24.66	سرعة رد الفعل

من الجدول () يبين إن العينة حققت وسطا حسابيا مقداره (6.67) وانحراف معياري مقداره (1.46) في اختبار الضرب الساحق . إما في اختبار الرشاقة فقد حققت وسطا حسابيا مقداره (21.1) وانحراف معياري مقداره (0.92) وكانت قيمة معامل الارتباط الرشاقة مع الضرب الساحق (0.54) ، إما اختبار المرونة فقد حققت وسطا حسابيا مقداره (18.53) وانحراف معياري مقداره (2.77) ، وقيمة معامل الارتباط المرونة مع الضرب الساحق (0.63) ، إما اختبار التوافق فقد حققت العينة وسطا حسابيا (12.49) وانحراف معياري (2.15) وقيمة معامل الارتباط التوافق مع الضرب الساحق مقداره (0.64) ، إما اختبار القوة الانفجارية للذراعين فقد حققت وسطا حسابيا مقداره (5.29) وانحراف معياري مقداره (1.11) وقيمة معامل الارتباط القوة الانفجارية للذراعين مع الضرب الساحق مقداره (0.74) ، إما اختبار القوة الانفجارية للساقين فقد حققت العينة وسطا حسابيا مقداره (20.93) وانحراف معياري مقداره (2.81) وقيمة معامل الارتباط القوة الانفجارية للساقين مع الضرب الساحق مقداره (0.69) ، إما اختبار سرعة رد الفعل فقد حققت العينة وسطا حسابيا مقداره (24.66) وانحراف معياري مقداره (4.53) وقيمة معامل الارتباط سرعة رد الفعل مع الضرب الساحق مقدارها (0.78)

4-2 مناقشة النتائج :

بعد إجراء الباحث التجربة الرئيسية واستخراج الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية واستخراج الارتباط ونوعه وتحليل نتائجها التي تبين إن هناك ارتباط معنوي بين المتغيرات (الرشاقة , المرونة , التوافق , القوة الانفجارية للذراعين , القوة الانفجارية للساقين , سرعة رد الفعل , الضرب الساحق , وبالأخص السرعة الحركية وسرعة رد الفعل . إذ تعتمد السرعة بشكل عام على القوة القصوى للمجاميع العضلية ، لكون هناك علاقة كبيرة بين القوة والسرعة ، فبدون القوة العضلية ، لا يمكن بأي شكل من الأشكال إن نمي السرعة ، والعامل الثاني لتطوير السرعة هو عملية الانقباض العضلي والارتخاء ، وتتم عملية الانقباض والارتخاء في حالة وجود مرونة عالية وتمطيه في الألياف العضلية والرباطات . إن التوافق العضلي والعصبي هو الذي يحدد السرعة ، لأن الجهاز العصبي المركزي هو الذي يسيطر على جميع الحركات . وكذلك العمل الميكانيكي للعضلات المشتركة في الأداء تقريبا متشابهة إلى حد ما . إذ إن الانقباض العضلي السريع والمنتظم وباتجاه الحركة المطلوب أداؤها والقوة والزمن المطلوب (يجب إن يناسب الخط البياني للقوة والزمن تمارين القوة مبدئيا مع حركة اللاعب عند أداء التدريبات البدنية).

5- الاستنتاجات والتوصيات :

5-1 الاستنتاجات :

من خلال ما تم عرضه من نتائج في الباب الرابع فقد توصل الباحث إلى الاستنتاجات الآتية من خلال تحليل ومناقشة تلك النتائج :

1- وجود علاقة ارتباط معنوية بين الضرب الساحق وبعض القدرات الحركية (الرشاقة ، المرونة ، التوافق ، والقوة الانفجارية للذراعين ، والقوة الانفجارية للساقين ، وسرعة رد الفعل)

2- أن القدرات الحركية (الرشاقة ، المرونة ، التوافق، والقوة الانفجارية للذراعين ، والقوة الانفجارية للساقين ، وسرعة رد الفعل) لها أهميه في تكامل أداء الضرب الساحق

2-5 التوصيات :

من خلال عرض الاستنتاجات توصل الباحث إلى التوصيات الآتية :

1- ضرورة التركيز على تمارين الرشاقة والمرونة والتوافق والقوة الانفجارية للذراعين والساقين

وسرعة رد الفعل عند تدريب الطلاب لمهارة الضرب الساحق.

2- ضرورة الاهتمام بالقدرات الحركية لجميع المراحل وخاصة (الرشاقة ، المرونة ، التوافق، والقوة الانفجارية للذراعين ، والقوة الانفجارية للساقين ، وسرعة رد الفعل) .

3- ضرورة الاهتمام بتدريب القدرات الحركية لمختلف الفعاليات الرياضية .

4- ضرورة إجراء دراسات مشابهة للقدرات الحركية في مهارات الأخرى .

المصادر والمراجع

- أبو العلا احمد عبد الفتاح : التدريب الرياضي ، (القاهرة ، مطبعة الانجلو المصرية 1998م)
- عبد الستار جاسم أنعمي، عايدة علي حسين : الجمباز المعاصر للبنات ، (بغداد ، دار الحكمة للطباعة والنشر ، 1991م) ، ص 99
- عبد علي نصيف، قاسم حسن حسين : تدريب القوة ، (بغداد ، دار العربية للطباعة 1978م) ، ص 257
- علي سلوم جواد : الاختبارات والقياس والإحصاء في المجال الرياضي ، (جامعة القادسية 2004م)
- قاسم المندلاوي و (آخرون) : الاختبارات والقياس والتقويم في التربية الرياضية ، (الموصل ، مطابع التعليم العالي ، 1989م)
- محمد جاسم الياسري، مروان عبد المجيد : الأساليب الإحصائية في مجالات البحوث التربوية ، ط 1 ، (عمان ، مؤسسة الوراق ، 2001م)
- وجيه محجوب : طرائق البحث العلمي ومناهجه ، ط 1 ، (بغداد ، مديرية دار الكتب 1988م)
- وديع ياسين، حسن محمد ألعبيدي : التطبيقات الإحصائية واستخدامات الحاسوب في بحوث التربية الرياضية ، (الموصل ، دار الكتب للطباعة 1999م)

الملحق (1)

جامعة بابل

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية

استمارة استطلاع آراء الخبراء والمتخصصين

الأستاذ الفاضل.....المحترم
 سيقوم الباحث بأجراء البحث الموسوم (بعض القدرات الحركية وعلاقتها بمستوى أداء
 الضرب الساحق للاعبين الشباب في كرة الطائرة) ونظرا لما تتمتعون به من خبرة في هذا
 المجال ، يرجى بيان رأيكم حول تحديد أهم القدرات الحركية في تطوير مهارة الضرب
 الساحق للاعبين الشباب في كرة الطائرة . كما يمكن إضافة أي قدرة ترونها مناسبة .
 شاكرين تعاونكم معنا خدمة للبحث العلمي

درجات الأهمية النسبية					القدرة الحركية	
5	4	3	2	1		
					الرشاقة	1
					المرونة	2
					التوازن	3
					التوافق	4
					الدقة	5
					القدرة الحركية المضافة	6

					القوة الانفجارية للساقين	8
					القدرة البدنية المضافة	9

الملحق (4) استمارة تقويم الأداء الفني للضرب الساحق

ت	الاسم	المحاولات			الاولى			الثانية			الثالثة		
		خ	ر	ت	خ	ر	ت	خ	ر	ت	خ	ر	ت
		2	5	3	2	5	3	2	5	3	2	5	3
1													
2													
3													
4													
5													
6													
7													
8													