



جامعة أظلي مهند أولماج البوبيرة
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية
مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في ميدان
علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية
تخصص: التدريب الرياضي.

الموضوع:

تأثير فعالية الاستقبال على مستوى اللعب لدى لاعبي الكرة الطائرة أقل من 17 سنة

-دراسة ميدانية على بعض أندية ولاية الجزائر "الرابطة الولائية"-

إشراف الأستاذ الدكتور:
ع حاج أحمد مراد.

- إعداد الطالب:
ع بركات نورالدين.

السنة الجامعية: 2014-2015

شكر وتقدير

قال تعالى

﴿ رَبِّ أَوْزِعْنِي أَنْ أَشْكُرَ نِعْمَتَكَ الَّتِي أَنْعَمْتَ عَلَيَّ وَعَلَىٰ وَالِدَيَّ وَأَنْ أَعْمَلَٰ حَالِيًا تَرْضَاهُ وَأَخِطُبِي بِرَحْمَتِكَ فِي مَجَادِكَ الصَّالِحِينَ ﴾
سورة الزمل الآية 19.

وقال صلى الله عليه وسلم: "ومن لم يشكر الناس لم يشكر الله"

في البداية نشكر الله عز وجل الذي وفقنا لإتمام هذا العمل المتواضع كما نتوجه بالشكر الجزيل إلى كل من ساعدنا في إنجاز هذا البحث سواء من قريب أو من بعيد ، كما يشرفنا أن نتقدم بأسمى عبارات الشكر والتقدير إلى الأستاذ المشرف "حاج أحمد مراد" الذي لم يبخل علينا بنصائحه القيمة التي مهدت لنا الطريق لإتمام هذا البحث، و لا يفوتنا أن نتقدم بجزيل الشكر والعرفان إلى المدرب "قليل مراد" وكل أساتذة قسم علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية على صبرهم معنا طوال مدة دراستنا، وإلى كل عمال الرابطة الولائية لكرة الطائرة بالجزائر على المساعدات التي قدموها لنا في بحثنا هذا.

إهداء



أحمد الله و أشكره على إتمام هذا العمل
المتواضع، و أهدي ثمرة جهدي...
إلى من قال فيهم المولى عز وجل:
**(وَإخْفِضْ لَهُمَا جَنَاحَ الذُّلِّ مِنَ الرَّحْمَةِ وَقُلْ رَبِّي ارْحَمُهُمَا كَمَا
رَبَّيَانِي صَغِيرًا) سورة الإسراء الآية 24.**

إلى معنى الطهر والسمو إلى من رسمت لي درب النجاح...
إلى نبع الحنان والعطف و الأمل تلك هي " **أمي الغالية** "
أطال الله في عمرها...

إلى من كان سببا إلى وصولي معالي الوجود و جاد علي
بالموجود، و تحدى لأجلي كل الصعاب " **أبي الغالي** " أطال
الله في عمره...

إلى ابنتي **الغاليتين أروى وسارة** وزوجتي **العزيزة حسيبة**
التي كانت سندا لي في فرحي وحزني...
دون أن أنسى شموع حياتي وصنّاع ابتسامتي في جميع
أوقاتي...

إلى إخوتي وأخواتي كل باسمه وخاصة أخي الوحيد **سلمان**
محبوب العائلة...

إلى جميع الأهل والأقارب، كل من عمي وعمتي وأبناءهم،
أخوالي وخالتي وأبناءهم...
إلى أستاذنا الفاضل **حاج أحمد**...

إلى أصدقائي المخلصين: السعيد، رابح، حمزة، وليد،
حميمد، محمد، سفيان، حكيم، مراد، إبراهيم...

إلى إخوتي الذين شاركوني الحياة الجامعية : حكيم،
رضوان، عبد الله، رامي، علاء، سيد علي، عادل...
إلى كل من اتسع لهم قلبي ولم تتسع لهم صفحتي.

نور الدين

محتوى البحث

الورقة	الموضوع
أ	- شكر وتقدير.
ب	- إهداء.
ج	- محتوى البحث.
د	- قائمة الجداول.
و	- قائمة الأشكال.
ي	- ملخص البحث.
هـ	- مقدمة.
مدخل عام: التعريف بالبحث.	
2	1- الإشكالية.
2	2- الفرضيات.
3	3- أسباب اختيار الموضوع.
3	4- أهمية البحث.
3	5- أهداف البحث.
4	6- تحديد المصطلحات والمفاهيم.
الجانب النظري: الخلفية النظرية للدراسة والدراسات المرتبطة بالبحث.	
الفصل الأول: الخلفية النظرية للدراسة.	
- تمهيد.	
المحور الأول: الكرة الطائرة.	
9	1-1- تاريخ ونشأة الكرة الطائرة.
9	2-1- انتشار وشعبية الكرة الطائرة.
10	3-1- أهم التواريخ الهامة في تطور الكرة الطائرة.
11	4-1- فكرة عامة عن الكرة الطائرة.
12	5-1- العناصر الأساسية في الكرة الطائرة.
13	6-1- المهارات الحركية الأساسية في الكرة الطائرة.
13	7-1- مفهوم المدرب الرياضي.
13	8-1- مفهوم الفريق الرياضي.

المحور الثاني: المراهقة.	
14	9-1- تعريف المراهقة.
14	10-1- خصائص مرحلة المراهقة.
14	1-10-1- الخصائص الجسمية.
15	2-10-1- الخصائص الفسيولوجية.
16	11-1- دور الرياضة عند الفئة من 14 إلى 17 سنة.
16	1-11-1- تنمية الكفاءة البدنية.
16	2-11-1- تنمية الكفاءة الحركية.
16	3-11-1- تنمية الكفاءة العقلية.
16	12-1- علاقة المراهق بالرياضة.
17	13-1- التطور البدني لدى المراهقين.
17	14-1- الرياضة عند المراهقين.
17	15-1- مرحلة المراهقة (14-17 سنة).
17	16-1- تطور مختلف الصفات عند هذه الفئة (14-17 سنة).
18	1-16-1- التنسيق.
18	2-16-1- المرونة.
18	3-16-1- القوة.
18	4-16-1- السرعة.
المحور الثالث: الاستقبال.	
19	17-1- استقبال الإرسال.
19	18-1- الإرسال.
19	19-1- المراحل التي مر بها الإرسال.
19	20-1- أهمية استقبال الإرسال.
20	21-1- طريقة استقبال الإرسال.
21	22-1- التحكم التقني في حركة استقبال الإرسال.
21	23-1- مبادئ أساسية لاستقبال الإرسال.
21	24-1- تأثير تغيير قانون الإرسال على استقبال الإرسال.
22	25-1- الوضعيات التنظيمية لاستقبال الإرسال.
22	1-25-1- المجموعة الأولى.
22	2-25-1- المجموعة الثانية.
22	3-25-1- وضعية 3 لاعبين لاستقبال الإرسال.

23	1-25-4- وضعية لاعبين اثنين لاستقبال الإرسال.
24	1-26- الأخطاء الشائعة في استعمال الإرسال.
24	1-27- خطوات تدريب مهارة استقبال الإرسال.
المحور الرابع: الأداء الرياضي.	
25	1-28- مفهوم الأداء.
25	1-29- أنواع الأداء.
25	1-29-1- أداء بمواجهة.
25	1-29-2- أداء دائري.
25	1-29-3- أداء في محطات.
25	1-29-4- أداء في مجموعات.
25	1-29-5- أداء وظيفي يتحكم في وضع الجسم.
26	1-29-6- أداء رياضي والجهاز العصبي.
26	1-30- العوامل المساهمة في الأداء.
26	1-30-1- القوة العضلية.
26	1-30-2- التوازن.
27	1-30-3- المرونة.
27	1-30-4- التحمل.
27	1-30-5- الذكاء.
27	1-30-7- الرشاقة.
27	1-30-8- التوافق.
27	1-30-9- القدرة الإبداعية.
28	1-30-10- الدافعية.
28	1-31- علاقة القدرة بالأداء الرياضي.
28	1-32- سلوك الأداء الرياضي.
28	1-33- ثبات الأداء الرياضي خلال المنافسة.
29	1-34- العوامل المؤثرة على درجة الثبات الرياضي للاعب خلال المنافسة.
29	1-35- تدعيم ثقة الرياضي في نفسه.
29	1-35-1- خبرات النجاح.
29	1-35-2- الأداء بثقة.
29	1-35-3- التفكير الإيجابي.
- خلاصة.	

الفصل الثاني: الدراسات المرتبطة بالبحث.	
- تمهيد.	
33	1-2- الدراسات السابقة والمثابفة:
33	1-1-2- الدراسة الأولى: دراسة حاتم فليح حافظ حسين.
34	2-1-2- الدراسة الثانية: دراسة لؤي غانم الصميدعي و (آخرون).
35	3-1-2- الدراسة الثالثة: دراسة أسماء حكمت فاضل السامرائي.
36	4-1-2- الدراسة الرابعة: دراسة أيدير حسان.
37	2-2- التعليق على الدراسات السابقة.
- خلاصة.	
الجانب التطبيقي: الدراسة الميدانية للبحث.	
الفصل الثالث: منهجية البحث وإجراءاته الميدانية.	
41	- تمهيد.
42	1-3- الدراسة الاستطلاعية.
43	2-3- منهج البحث.
43	3-3- متغيرات البحث.
43	1-3-3- المتغير المستقل.
43	2-3-3- المتغير التابع.
43	4-3- مجتمع البحث.
45	5-3- عينات البحث.
46	6-3- مجالات البحث.
46	1-6-3- المجال البشري.
46	2-6-3- المجال المكاني.
46	3-6-3- المجال الزمني.
47	3-7- أدوات البحث.
47	1-7-3- الملاحظة.
47	2-7-3- استمارة الاستبيان.
48	3-8- الأسس العلمية للأداة.
48	3-9- الوسائل الإحصائية.
48	3-9-1- طريقة الملاحظة.
49	3-9-2- النسبة المئوية.
50	- خلاصة.

الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة النتائج.

52	- تمهيد.
53	4-1- عرض وتحليل ومناقشة النتائج.
75	4-2- مناقشة ومقابلة النتائج بالفرضيات.
77	- خلاصة.
78	- الاستنتاج العام.
79	- الخاتمة.
80	- اقتراحات وفروض مستقبلية.
81	- البيبليوغرافيا.
	- الملاحق.
01	- الملحق رقم (1).
02	- الملحق رقم (2).
03	- الملحق رقم (3).
06	- الملحق رقم (4).
07	- الملحق رقم (5).
08	- الملحق رقم (6).
09	- الملحق رقم (7).
10	- الملحق رقم (8).
11	- الملحق رقم (9).
12	- الملحق رقم (10).

فهرس الجداول:

الرقم	عنوان الجدول	الصفحة
01	يوضح مختلف المهارات الأساسية في الكرة الطائرة.	13
02	يوضح مجتمع البحث المتمثل في الفئات الشبانية لرابطة ولاية الجزائر.	44
03	يوضح عدد الأندية التي تتراوح أعمارهم ما بين 14-17 سنة برابطة ولاية الجزائر.	45
04	يوضح أفراد عينة البحث برابطة ولاية الجزائر.	46
05	يوضح فعالية الاستقبال في المباراة الأولى حسب الأشواط لفريق رائد شباب قادية.	53
06	يوضح فعالية الاستقبال في المباراة الثانية حسب الأشواط لفريق رائد شباب قادية.	54
07	يوضح فعالية الاستقبال في المباراة الثالثة حسب الأشواط لفريق رائد شباب قادية.	55
08	يوضح فعالية الاستقبال في المباراة الرابعة حسب الأشواط لفريق رائد شباب قادية.	26
09	يوضح فعالية الاستقبال في المباراة الخامسة حسب الأشواط لفريق رائد شباب قادية.	57
10	يوضح فعالية الاستقبال في المباراة السادسة حسب الأشواط لفريق رائد شباب قادية.	58
11	يوضح إجابات المدربين لنوع الشهادة المتحصل عليها.	59
12	يوضح عدد سنوات خبرة المدربين.	60
13	يوضح المهارة التي يركزون عليها المدربون في التدريبات.	61
14	يوضح ما إذا كان المدربون يعتمدون على برنامج خاص بمهارة الاستقبال.	62
15	يوضح عدد الحصص التي تبرمج فيها تقنية الاستقبال في الشهر.	63
16	يوضح كيفية تصرف المدرب عندما يلاحظ أن اللاعبين يخطئون في الاستقبال.	64
17	يوضح ما إذا كان تحسين تقنية الاستقبال يرفع من فعالية الهجوم أثناء المنافسة أم لا.	65
18	يوضح التحضير الأكثر ملائمة لتنمية هذه التقنية ولهذه الفئة.	66
19	يوضح كيفية تنمية مهارة الاستقبال.	67
20	يوضح الإجراءات التي يقوم بها المدرب قصد الرفع من مستوى الأداء الرياضي.	68
21	يوضح الغرض من الأداء الرياضي.	69
22	يوضح ما إذا كانت تقنية الاستقبال تساهم في تحسين مستوى الأداء لفئة أقل من 17 سنة.	70
23	يوضح المهارة التي تراعى في تكوين اللاعبين.	71
24	يوضح ما إذا كان هناك تكوين لاعب خاص بالاستقبال أم لا.	72
25	يوضح ما إذا كانت مهارة الاستقبال ضرورية لتكوين لاعب جيد.	73
26	يوضح ما إذا كان إتقان مهارة الاستقبال يساهم في الرفع من مستوى لاعبي الكرة الطائرة أم لا.	74
27	يوضح ما إذا كانت تقنية الاستقبال تساهم في انسجام التقنيات الأخرى أثناء المباراة لفئة أقل من 17 سنة.	75

فهرس الأشكال :

الرقم	عنوان الشكل	الصفحة
01	يمثل مهارة الاستقبال من الاسفل.	21
02	يمثل مناطق اللعب حسب GERBRANDST ET MURPGY.	22
03	يمثل اتجاه الحركات للاعبين في وضعية استقبال الإرسال بـ 03 لاعبين.	23
04	يمثل وضعية استقبال الإرسال بـ "02" لاعبين.	23
05	أعمدة بيانية تمثل نسبة فعالية الاستقبال في المباراة الأولى حسب الأشواط لفريق قادية.	53
06	أعمدة بيانية تمثل نسبة فعالية الاستقبال في المباراة الثانية حسب الأشواط لفريق قادية.	54
07	أعمدة بيانية تمثل نسبة فعالية الاستقبال في المباراة الثالثة حسب الأشواط لفريق قادية.	55
08	أعمدة بيانية تمثل نسبة فعالية الاستقبال في المباراة الرابعة حسب الأشواط لفريق قادية.	56
09	أعمدة بيانية تمثل نسبة فعالية الاستقبال في المباراة الخامسة حسب الأشواط لفريق قادية.	57
10	أعمدة بيانية تمثل نسبة فعالية الاستقبال في المباراة السادسة حسب الأشواط لفريق قادية.	58
11	أعمدة بيانية تمثل نسب إجابات المدربين لنوع الشهادة المتحصل عليها.	59
12	أعمدة بيانية تمثل نسب عدد سنوات خبرة المدربين.	60
13	أعمدة بيانية تمثل نسب المهارة التي يركزون عليها المدربون في التدريبات.	61
14	أعمدة بيانية تمثل نسب ما إذا كان المدربون يعتمدون على برنامج خاص بمهارة الاستقبال.	62
15	أعمدة بيانية تمثل نسب عدد الحصص التي تبرمج فيها تقنية الاستقبال في الشهر.	63
16	أعمدة بيانية تمثل نسب كيفية تصرف المدرب عندما يلاحظ أن اللاعبين يخطئون في الاستقبال.	64
17	أعمدة بيانية تمثل نسب ما إذا كان تحسين تقنية الاستقبال يرفع من فعالية الهجوم أثناء المنافسة.	65
18	أعمدة بيانية تمثل نسب التحضير الأكثر ملائمة لتنمية هذه التقنية ولهذه الفئة.	66
19	أعمدة بيانية تمثل نسب كيفية تنمية مهارة الاستقبال.	67
20	أعمدة بيانية تمثل نسب الإجراءات التي يقوم بها المدرب قصد الرفع من مستوى الأداء الرياضي.	68
21	أعمدة بيانية تمثل نسب الغرض من الأداء الرياضي.	69
22	أعمدة بيانية تمثل نسب ما إذا كانت تقنية الاستقبال تساهم في تحسين مستوى الأداء الرياضي لفئة أقل من 17 سنة.	70
23	أعمدة بيانية تمثل نسب المهارة التي تراعى في تكوين اللاعبين.	71
24	أعمدة بيانية تمثل نسب ما إذا كان هناك تكوين لاعب خاص بالاستقبال أم لا.	72
25	أعمدة بيانية تمثل نسب ما إذا كانت مهارة الاستقبال ضرورية لتكوين لاعب جيد.	73
26	أعمدة بيانية تمثل نسب ما إذا كان إتقان مهارة الاستقبال يساهم في الرفع من مستوى لاعبي الكرة الطائرة أم لا.	74
27	أعمدة بيانية تمثل نسب ما إذا كانت تقنية الاستقبال تساهم في انسجام التقنيات الأخرى.	75

تأثير فعالية الاستقبال على مستوى اللعب لدى لاعبي الكرة الطائرة أقل من 17 سنة دراسة ميدانية لأندية ولاية الجزائر

الملخص

استهدفت الدراسة إلى لفت انتباه المدربين والتقنيين إلى تقنية الاستقبال في الكرة الطائرة خاصة بالنسبة لفئة (أقل من 17 سنة) التي تعتبر فئة المستقبل وإظهار القيمة الحقيقية لتقنية الاستقبال ومدى أهميتها أثناء المنافسة من خلال التعرف على أسباب نقص مردود المستقبلين أثناء المنافسة، رغم توفر الخصائص البدنية والتقنية وكانت عينة البحث قصدية وذلك عند اختيارنا لملاحظة فريق رائد شباب قادية هذا من جهة، ومن جهة أخرى وأثناء توزيعنا للاستبيان فقد اعتمدنا على العينة العشوائية أي أننا لم نخصص العينة بأي خصائص أو مميزات كالمستوى الدراسي، السن، الخبرة،.... الخ، وقد شملت (15) مدربا لأندية ولاية الجزائر، اعتمدنا على المنهج الوصفي الملائم لطبيعة البحث المراد القيام به.

وقد أثبتت الدراسة أن التركيز على مهارة الاستقبال أثناء التدريب يساهم ببناء هجوم فعال، كما أن تنمية هذه التقنية يؤدي إلى تحسين مستوى اللعب لدى فرق الكرة الطائرة لفئة أقل من 17 سنة، إضافة إلى أن تنمية مهارة الاستقبال أساسي لتكوين لاعبين جيدين في الكرة الطائرة لهذه الفئة، وهو ما سمح لنا بالتوصل إلى الاقتراحات التالية:

- يجب أن يكون لدى المدرب مجموعة معلومات فنية ويجب أن يكون على علم بالتغيرات الجديدة للأنظمة لتطوير التدريبات على الاستقبال.
- من المهم تكوين لاعبين خاصين بالاستقبال ولهذا يجب اختيار حصص التدريب التي تتماشى مع التقنية.
- يجب برمجة حصص تدريب فردية حسب نتائج الاختبارات.
- على المدرب أن يقوم بتصحيح الأخطاء أثناء أداء تقنية الاستقبال باستعمال جهاز الفيديو الذي يسمح للاعبين برؤية أخطاءهم ومحاولة تفاديها وتصحيحها.
- اللاعبين المستقبلون المهاجمون يجب عليهم إتقان هذه المهارة ويجب أن يكون لديهم حجم مهم من الاحتكاك بالكرة مع الاتجاهات المختلفة للإرسال.
- اللاعب الحر يعتبر كلاعب سابع يتعين عليه تحقيق الفعالية في الاستقبال، ولهذا يجب أن يكون له تدريب خاص لأنه غير معني بالهجوم لكنه معني بالدفاع وذلك لتعويض لاعبين محوريين في المنطقة الخلفية.

الكلمات المفتاحية:

الاستقبال، الأداء الرياضي، الكرة الطائرة، فئة أقل من 17 سنة.

مقدمة:

الكرة الطائرة هي رياضة ذات مستوى عالي تتطلب تقنيات، تكتيك واستراتيجيات جديدة من أجل ممارستها في المستوى العالي وتتطلب قدرات بدنية وتقنية عالية وسرعة في تنفيذ الحركات وقوة السحق بالإضافة إلى المرونة، وتتميز كذلك بدورها في تطوير الجهاز الحركي وتنشيط الدورة الدموية والجهاز التنفسي، كما تتميز بالروح التنافسية واللعب السريع واللقطات الاستعراضية من خلال مختلف التقنيات المكونة للكرة الطائرة والتي تتمثل في: الإرسال، الاستقبال، الإعداد، السحق، الصد والدفاع.

وعندما نتكلم عن الإرسال الذي أصبح سلاحا ذو حدين من خلال المجازفة العقلانية في تنفيذه، حيث أن من 5 إلى 6 لاعبين وأحيانا المعد أصبحوا يمارسون إرسال ساحقا وأحيانا أخرى إرسالا تكتيكيا. دون أن ننسى الدور الذي يلعبه المعد في الفريق من خلال إستراتيجية في خلق مختلف الخدع الهجومية COMBINAISON من أجل خلق صعوبة في دفاع الفريق الخصم.

وبما أن الكرة الطائرة تخضع لظهور قوانين جديدة وهذا من أجل إضفاء أكثر إثارة في اللعب، من خلال الحركات الهجومية والدفاعية وخطط اللعب، فإن كل الفرق التي تسيطر على الكرة الطائرة تمارس خطة دفاعية انجح وفعالة، ومن هنا نلاحظ أن الدفاع الجيد يكون أحد الشروط المساهمة في الفوز.

كذلك أصبح لزاما على الأخصائيين الرفع من قاعدة المتطلبات من أجل تحسين مردود الفريق واللاعبين على المستويين الفردي والجماعي ولخلق توازن بين اللعب الهجومي والدفاعي، كان إلزاميا إدراج لاعبين متخصصين في الدفاع والذي هو تحت اسم اللاعب الحر.

ويعتبر الاستقبال أحد أهم التقنيات في الكرة الطائرة والذي هو موضوع بحثنا (تأثير فعالية الاستقبال على مستوى اللعب لدى فرق الكرة الطائرة لفئة أقل من 17 سنة).

ومن أجل حصد نتائج البحث وثماره كانت أهمية بحثنا إظهار القيمة الحقيقية لتقنية الاستقبال ومدى أهميتها أثناء المنافسة، والذي نهدف من خلاله إلى لفت انتباه المدربين والتقنيين إلى هذه التقنية خاصة بالنسبة لهذه الفئة التي تعتبر فئة المستقبل، وهذا ما دفعنا إلى طرح التساؤل التالي:

هل فعالية الاستقبال عند لاعبي الكرة الطائرة يساهم بطريقة فعلية في تحسين الأداء والحصول على النتائج

خلال المقابلات الرسمية؟

قسمنا بحثنا إلى جانبين الجانب النظري الذي احتوى على فصلين تمثلا في الخلفية النظرية للدراسة والدراسات المرتبطة بالبحث، فيما يخص الجانب التطبيقي فقد احتوى أيضا على فصلين تمثلا في منهجية البحث الذي استخدمنا فيه المنهج الوصفي، واعتمدنا على العينة العشوائية والقصدية، أما أدوات بحثنا فقد تمثلت في الملاحظة والاستبيان، أما في الفصل الثاني فقد تطرقنا إلى عرض وتحليل ومناقشة النتائج.

مدخل عام : التعريف بالبحث

1- الإشكالية:

تعتبر لعبة الكرة الطائرة بصورتها الحالية إحدى الألعاب الراقية التي تمارس في اللقاءات الدولية وتجذب العديد من جمهور المشاهدين وذلك كونها مميزة عن باقي الألعاب الجماعية الأخرى من ناحية الأداء المهاري والخططي الذي يقوم به اللاعبين في الميدان، وهذا كله أثناء الممارسة التطبيقية لها، وجميعها خصائص وضعت للعبة في مصاف الألعاب الجماعية الأخرى.

ولقد تطورت لعبة الكرة الطائرة تطورا كبيرا خاصة خلال الحقبة الأخيرة من هذا القرن، حيث اتسع نطاق انتشارها ليشمل بلدان عديدة في جميع أنحاء العالم، ويتمثل هذا التطور في أشكال الأداء المهاري وكذا خطط اللعب وطرقه، هذا بالإضافة إلى التخطيط الجيد من قبل المتخصصين في هذه اللعبة.... (خطيبه، 1996، صفحة 17)

عرفت الكرة الطائرة الجزائرية تطورا كبيرا وحضورا في المحافل الدولية والقارية، حيث وصلت النتائج المحققة إلى مستوى عالي جدا، وكل هذا بفضل مختلف العلوم كالفيزيولوجيا، البيوكيمياء، علم النفس وعلم الحركة....، والتي ساعدت على تطور هذه الرياضة من حيث الوسائل وطرق التدريب والبرامج التدريبية المقترحة على الرياضيين... (الجزائرية، 1997، صفحة 79)

وكل الألعاب تتطلب لعبة الكرة الطائرة مهارات حركية يجب تعلمها وإتقانها قصد الوصول إلى المستوى المناسب والتي تتباين في نوعها وأهدافها ودرجة تعقيدها، بحيث توجد مهارات هجومية (إرسال، إعداد، ضربات ساحقة) ومهارات دفاعية (استقبال، صد، دفاع عن اللعب) ومن جملة هذه المهارات الدفاعية تقنية الاستقبال التي تعتبر من أهم تقنيات الدفاع، بحيث إذا تم التحكم فيها من الجانب التقني بإمكانه أن يعطي للفريق فرضية في بناء هجمة معاكسة قد تكون فعالة، وتضع الفريق في نقطة قوة.

وللاستقبال عدة أنواع وهذا حسب تقنية وخصائص كل لاعب وحسب موقعه في الملعب، كما تعتبر هذه التقنية من التقنيات الأساسية لدرجة أن أهميتها لم تجعلها اختيارية في المباراة، بل ضرورية ولا بد منها. وهذا ما يدفعنا إلى طرح السؤال الهام الذي يتطلب إجابة.

هل فعالية الاستقبال عند لاعبي الكرة الطائرة يساهم بطريقة فعلية في تحسين الأداء والحصول على النتائج خلال المقابلات الرسمية؟

والذي نطرح منه التساؤلات الجزئية التالية:

- ❖ هل التركيز على مهارة الاستقبال أثناء التدريب يساهم ببناء هجوم فعال؟
- ❖ هل تنمية هذه التقنية يؤدي إلى تحسين مستوى اللعب لدى فرق الكرة الطائرة لفئة أقل من 17 سنة؟
- ❖ هل تنمية مهارة الاستقبال أساسي لتكوين لاعبين جيدين في الكرة الطائرة لهذه الفئة؟

2- الفرضيات:

الفرضية العامة:

لتقنية الاستقبال تأثير كبير على فعالية الهجوم في الكرة الطائرة لدى الفرق المنافسة.

الفرضيات الجزئية:

- ❖ التركيز على مهارة الاستقبال أثناء التدريب يساهم ببناء هجوم فعال.
- ❖ تنمية هذه التقنية يؤدي إلى تحسين مستوى اللعب لدى فرق الكرة الطائرة لفئة أقل من 17 سنة.
- ❖ تنمية مهارة الاستقبال أساسي لتكوين لاعبين جيدين في الكرة الطائرة لهذه الفئة.

3- أسباب اختيار الموضوع:

إن من أسباب اختيارنا لموضوع هذا البحث، تدهور مستوى الكرة الطائرة في بلادنا، وما تكسبه من نتائج سلبية وكذا عدم الفهم الصحيح لكثير من الناس لمعنى ومفاهيم وتقنيات هذه الرياضة، وأيضا لما تكتسب هذه اللعبة من إثارة وتشويق وكذا الطابع التعاوني بين اللاعبين، إضافة إلى حبا وميولنا لهذا المجال.

4- أهمية البحث:

تتمثل أهمية الموضوع ودراسته في اعتبار تقنية الاستقبال من أهم المهارات في لعبة الكرة الطائرة، لذا توجب الاعتناء بهذه التقنية وإعطاء الأهمية اللازمة لها. وتتحصر أهمية دراستنا في:

- معرفة الأسباب والعوامل المؤدية إلى تدني مستوى الكرة الطائرة.
- إظهار القيمة الحقيقية لتقنية الاستقبال ومدى أهميتها أثناء المنافسة.
- التعرف على أسباب نقص مردود المستقبلين أثناء المنافسة، رغم توفر الخصائص البدنية والتقنية.

5- أهداف البحث:

نهدف من خلال بحثنا هذا إلى لفت انتباه المدربين والتقنيين لتقنية الاستقبال، خاصة بالنسبة لهذه الفئة التي تعتبر فئة المستقبل.

وقد قدمنا أهداف الدراسة التي تمثلت في:

- إبراز أن الاعتماد على تحسين الاستقبال يسمح ببناء هجوم قوي وفعال.
- توضيح ما إذا كان تنمية مهارة الاستقبال يؤدي إلى تحسين مستوى اللعب لدى فرق الكرة الطائرة لفئة أقل من 17 سنة.

- توضيح ما إذا كان تنمية مهارة الاستقبال يؤدي إلى تكوين جيد للاعبين الكرة الطائرة لهذه الفئة.
- محاولة تسليط الضوء على فعالية الاستقبال وتحسين مستوى اللعب لدى هذه الفئة (أقل من 17 سنة).

6- مصطلحات البحث:

من أهم خصائص العلم تميزه عن غيره من ضروب المعرفة الدقة والموضوعية ومن مستلزمات الدقة في العلم وضع تعريفات واضحة محددة لكل مفهوم أو مصطلح للباحث في كتاباته وأبحاثه مهما كانت هذه المصطلحات وسنحاول التعرض لكافة المفاهيم والمصطلحات التي يحتويها البحث.

مفهوم التقنية نظريا:

التكتيك هو أسلوب وطريقة حل الوسايا الحركية مع ضمان السيطرة على الكرة والحسم في جميع حالات اللعب.

تعتبر ف برجان (1976) التكتيك بأنه التصرف الشامل المبرمج حسب قدرات التحصيل الخاصة والمضادة والظروف الخارجية في إطار مقابلة (فردية أو بالفريق).

التكتيك هو استغلال الجهود الذهنية والبدنية للدفاع ضد الخصم والوصول إلى الهدف في اقل جهد وأسرع وقت مع حرمان الخصم من تحقيق أغراضه

إجرائيا: وهي عبارة عن جميع الحركات الضرورية والمفيدة التي يجريها اللاعب بالكرة وبدونها ضمن نطاق قانون اللعبة وبأقل وقت وقوة ممكنة والذي نسميه بالانجاز الرياضي.

الاستقبال:

هو استقبال الكرة المرسله من لاعب الفريق المنافس لتهيئتها للاعب المعد وذلك لامتصاص قوتها وتميرها من الأسفل إلى الأعلى بالساعدين أو التمير من أعلى حسب قوة الكرة وسرعتها... (الله، 2003، صفحة 33)

الفاعلية نظريا:

ويقصد بها تقييم لمدى تحقيق الهدف ويستخدم مصطلح فاعلية على نحو مترادف مع الكفاءة EFFICIENCY ويمكن التمييز بينهما على أساس أن الكفاءة تقييم بنسبة للعمل المنجز إلى الطاقة الكلية المستهلكة. (الخلي، 2004، صفحة 227)

الفاعلية إجرائيا:

والجانب الآخر من الفاعلية هو التكلفة، فقبل أن تقدم قيمة فاعلية برنامج ما، يجب أن تقرر أولا كم تكون التكلفة لكي تصل إلى المستوى المطلوب من الفاعلية.

المنافسة:

تعتبر المنافسات الرياضية عاملا هاما وضروريا لكل نشاط رياضي، سواء المنافسة مع الذات أو المنافسة في مواجهة العوامل الطبيعية أو المنافسة في مواجهة منافس وجه لوجه، أو المنافسة الرياضية، حيث يقول "مورتون درويش" إن المنافسة بصفة عامة هي موقف تنتوع فيه الكفاءات بصورة غير متساوية بين المشاركين أو المنافسين وهذا يعني مكافأة غير الفائز أو المنهزم.... (علاوي، 2002، صفحة 28)

والمنافسة هي حالة يقوم عليها شخصين أو أكثر بالتنافس والعمل للحصول على الجائزة أو اكبر حصة منها، وتحقيق مستوى نجومى... (Winibery.p.goold، 1997، صفحة 12)

تعريف الكرة الطائرة:

هي لعبة جماعية بسيطة، تتكون من فريقين، كل فريق يتكون من ستة 06 لاعبين وملعبها عبارة عن مربعين متلاصقين، ضلع كل منهما تسعة 09 أمتار وتفصل بينهما شبكة ارتفاعها 2,43 متر بالنسبة لرجال 2,24 متر بالنسبة للسيدات. (خطاييه، 1996، صفحة 95)

تكون أرضية الملعب خالية من أية عوائق ماعدا قوائم الشبكة، يبلغ ارتفاع سقف الملعب عن الأرض 13 م، يخطط الملعب بخطوط واضحة، يبلغ عرض الخط 5 سم، ويرسم على بعد 3 متر من خط الشبكة وموازي لها، يقسم كل نصف إلى منطقتين، منطقة دفاع بعيدة عن الشبكة ومنطقة هجوم قريبة من الشبكة. (بيدع، 2007، صفحة 23)

الأداء نظريا:

ننخذ من مفهوم عصام عبد الخالق: "أنه عبارة عن انعكاس لقدرات ودوافع لكل فرد لأفضل سلوك ممكن نتيجة لتأثيرات متبادلة للقوة الداخلية، غالبا ما يؤدي بصورة فردية، وهو نشاط أو سلوك يوصل إلى نتيجة، كما هو المقياس الذي تقاس به نتائج التعلم، وهو الوسيلة للتعبير عن عملية التعلم تعبيراً سلوكياً". (الطالب، 1983، صفحة 214، 215)

الأداء إجرائيا:

هو قدرة الفرد على تنفيذ ما أوكل إليه من الأعمال والدرجة المتحصل عليها في تحمل المسؤولية.

الجانب النظري

الخلفية النظرية للدراسة
والدراسات المرتبطة بالبحث

الفصل الأول

الخلفية النظرية
للدراسة

تمهيد:

تطرقنا في هذا الفصل إلى أربعة محاور أساسية تمثلت في:

المحور الأول: نجد عموميات حول كرة الطائرة، تاريخها، ومميزاتها، شعبيتها، والقوانين، ومختلف التقنيات في الكرة الطائرة.

وتعتبر الكرة الطائرة من الرياضات الجماعية الحديثة والتي تتميز عن باقي الرياضات بجانبها الجمالي وكذا قلة الإصابات لعدم وجود الاحتكاك بين اللاعبين حيث مبدؤها هو الحفاظ على الكرة في الهواء.

المحور الثاني: وهو يتناول موضوع المراهقة تعريفها، خصائص هذه مرحلة، دور الرياضة عند الفئة من 14 إلى 17 سنة، التطور البدني لدى المراهقين، والرياضة عند المراهقين.

كما تعتبر مرحلة المراهقة من المراحل الأساسية في حياة الطفل وتشمل على عدة متغيرات في كل المستويات، وإن كلمة المراهقة "Adolciance" مشتقة من الفعل اللاتيني (Adoleceres) ومعناه التدرج نحو النضج البدني والجنسي والانفعالي، وتقع في الفترة بين البلوغ الجنسي والرشد حيث تلي مرحلة الطفولة وتسبق مرحلة البلوغ. (زيدان، 1958، صفحة 20)

المحور الثالث: هو موضوع دراستنا والمتمثل في الاستقبال (ونجد فيه تعاريف وأهداف وأهمية وطريقة الأداء المهاري للاستقبال).

يعتبر الاستقبال من أهم المراحل في الكرة الطائرة وله أهمية كبيرة في إنجاح العملية الهجومية في الكرة الطائرة، فهو أول تقنية دفاعية تستعمل تركيبات دقيقة تستند على الاستحواذ على أرضية الميدان وتقسيم مسؤوليات جد محددة من خلال هذه التشكيلات الدفاعية المختلفة نستطيع مزج مختلف الفوارق الهجومية لنجد تفصيل الهجوم. (PELLETIERC، 1987)

أي أنه كلما زادت فعالية الاستقبال وقلت نسبة الأخطاء كانت نسبة الفوز بالمباراة أكبر.

المحور الرابع: وقد تناولنا فيه مفهوم وأنواع الأداء، والعوامل المساهمة في الأداء الرياضي، بالإضافة إلى سلوك وعلاقة القدرة بالأداء الرياضي.

إن الأداء الرياضي يشمل جميع ميادين الحياة من سلوكات ونشاطات يقوم بها الفرد بشكل مستمر متواصل في كل أفعاله وأقواله لتحقيق أهداف معينة ومن أجل بلوغ حاجاته وأغراضه المحددة سواء كان في المجال العلمي أو المجال التعليمي أو في المجال الرياضي.

المحور الأول: الكرة الطائرة.

1-1- تاريخ ونشأة الكرة الطائرة:

فكرة طيران الكرة في الهواء وإعادتها هي لعبة قديمة جدا منذ 3000 سنة تقريبا قبل الميلاد، مما تدل عليها الآثار الموجودة في مقابر الفراعنة في بني حسن.

وهناك صور أخرى قديمة في أمريكا وإندونيسيا تشير إلى قذف الكرة ولقفاها من جانب إلى آخر وذلك منذ حوالي 3000 سنة، أما في اليابان قديما فقد كانت محاولات لعب الكرة تدور حول قذف الكرة في هدف ما. وهناك معلومات وتقارير نظرية تشير إلى أنه في البرازيل وفي شمال أمريكا كانت محاولات لعب الكرة تقام بين فريقين كل منهما يحاول الحصول على الكرة ويرميها لفريقه، ومنذ ذلك الوقت تمت الألعاب التي لها هدف (جول) مثل كرة القدم وكرة السلة وغيرها أما في أمريكا الجنوبية فقد كانت الفورمة الأصلية للعب بالكرة هي السعي في المباراة إلى قذف الكرة من جهة لأخرى بين الفريقين.

أما حديثا فيقال أن الشعب الإيطالي عرف لعبة تشبه لعبة الكرة الطائرة خلال العصور الوسطى ثم انتقلت إلى ألمانيا عام 1893 وكانت تسمى في ذلك الوقت "فوست بول" Fost ball وذلك بالرغم من أن التاريخ الرياضي يعتبر الكرة الطائرة من الألعاب الحديثة التي جاءت عن طريق البحث عن طريقة جديدة لقضاء أوقات الفراغ.

ويرجع منشئ الكرة الطائرة إلى "ويليام مورجان" مدرس التربية البدنية والمدير السابق لجمعية الشبان المسيحية بهوليوود بولاية ماساشوسيتي، وقد أطلق عليها اسم "مينونيت" Menonet وقد شاهد هذه اللعبة الدكتور "هال ستيد" حيث اقترح تغيير اسمها إلى الكرة الطائرة نظرا لأن الفكرة الرئيسية للعب هي طيران الكرة عاليا خلفا وأماما لعبور الشبكة، فكان هذا عام 1895م.

وقد استعمل ويليام مورجان شبكة التنس وثبتها على ارتفاع ستة أقدام من الأرض (184 سم) وكانت الكرة المستعملة هي مائة كرة السلة الداخلية، ولما كانت المئات خفيفة كما كانت كرة السلة بغلافها الخارجي ثقيلة فقد صنعوا كرة أصغر تتناسب مع تأدية اللعبة.

وقد انتشرت لعبة الكرة الطائرة في العالم أجمع منذ ذلك الوقت، مما ساعد على انتشارها بين الشباب هو رغبتهم في إيجاد ألعاب صيفية مناسبة كالألعاب الشتوية (الرجبي، كرة القدم، البيسبول، مسافات الميدان والمضمار) يستطيعون ممارستها. (ظه، 1999، الصفحات 11 - 12)

2-1- انتشار وشعبية الكرة الطائرة:

انتشرت لعبة الكرة الطائرة على المستوى الشعبي العالمي عام 1900، عندما أصبحت كندا أول دولة تتبنى هذه اللعبة، وفي نفس الوقت من العام انتقلت إلى الهند ثم الفلبين، والبيرو 1910، وفي كوبا 1905 ثم انتقلت إلى إنجلترا عام 1914، وقد دخلت لعبة الكرة الطائرة إلى أوروبا عن طريق الجيش الأمريكي أثناء الحرب العالمية الأولى، وبعد انتهاء الحرب انتشرت اللعبة في يوغسلافيا 1918، وفي تشيكوسلوفاكيا وبولندا عام 1919 وفي الإتحاد السوفيتي 1922، وفي إفريقيا عام 1923.

الفصل الأول: الخلفية النظرية للدراسة

1-3- أهم التواريخ الهامة في تطور الكرة الطائرة:

- 1895 - الكرة الطائرة تحت اسم مينونيت بواسطة "وليام مورجان".
- 1896 - تغيير اسم اللعبة إلى الكرة الطائرة بواسطة الدكتور "هال ستيد".
- 1897 - صدر أول كتيب لقوانين وأسس اللعبة من جمعية الشبان المسيحية بالولايات المتحدة الأمريكية.
- 1900 - كندا أول دولة تمارس الكرة الطائرة خارج الولايات المتحدة الأمريكية.
- 1905 - انتقلت الكرة الطائرة إلى كوبا.
- 1906 - انتقلت الكرة الطائرة إلى الصين.
- 1908 - انتقلت الكرة الطائرة إلى اليابان.
- 1913 - أول دورة أسيوية للكرة الطائرة.
- 1918 - انتقلت لعبة الكرة الطائرة إلى فرنسا.
- 1920 - ظهرت الكرة الطائرة بالإتحاد السوفيتي وجمهوريات البلطيق وبولندا.
- 1922 - أول بطولة للكرة الطائرة في الوم.أ وكندا، أول بطولة دولية للكرة الطائرة للرجال بتشيكوسلوفاكيا.
- 1923 - انتقلت اللعبة إلى إفريقيا الوسطى ومصر وتونس والمغرب.
- 1925 - أول قانون للكرة الطائرة في الإتحاد السوفيتي.
- 1927 - ظهر أول كتاب في الكرة الطائرة في روسيا بواسطة "تشير كاسوف".
- 1928 - أول خطوة لإنشاء الإتحاد الدولي للكرة الطائرة.
- 1932 - الكرة الطائرة للسيدات أدرجت في الألعاب الأولمبية في السلفادور.
- أول مرجع في الكرة الطائرة بالولايات المتحدة الأمريكية.
- ظهور تكنيك جديد للعبة يجمع بين المدرسة الدفاعية لجنوب شرق آسيا والمدرسة الهجومية الأوربية.
- 1947 - من 18 إلى 20 أبريل أسس أول إتحاد دولي للكرة الطائرة مكون من 14 دولة مقره باريس وهم : بلغاريا، تشيكوسلوفاكيا، مصر، فرنسا، هولندا، النمسا، إيطاليا، بولندا، البرتغال، رومانيا، الأرجواي، أمريكا، يوغسلافيا.
- اختيار أول رئيس للإتحاد الدولي للكرة الطائرة "بول ليبود" من فرنسا.
- 1949 - أول بطولة دولية للرجال والسيدات وفاز بها الإتحاد السوفيتي.
- 1952 - أقيمت أول بطولة للعالم في موسكو للرجال والسيدات.
- 1957 - تم إدراج الكرة الطائرة في الألعاب الأولمبية كلعبة واسعة الانتشار.
- 1964 - أول دورة أولمبية تشرك فيها لعبة الكرة الطائرة بطوكيو وقد اشتركت فيها عشرة (10) فرق للرجال وستة (06) فرق سيدات وفاز الإتحاد السوفيتي ببطولة الرجال واليابان للسيدات.
- 1965 - أول بطولة لكأس العالم للرجال أقيمت في بولندا.
- 1968 - ثاني دورة أولمبية بالمكسيك وفاز بها الإتحاد السوفيتي رجال وسيدات.
- 1972 - ثالث دورة أولمبية في ميونيخ (ألمانيا) وقد فاز رجال اليابان، وسيدات الإتحاد السوفيتي.

الفصل الأول: الخلفية النظرية للدراسة

- 1973 - أول بطولة لكأس العالم للسيدات أقيمت بالأرجواي.
- 1975 - أقيمت أول بطولة كأس إفريقيا الشمالية، أول بطولة إفريقيا للسيدات في داكار (السنغال).
- أول مسابقة للكرة الطائرة المصغرة (ميني فولي) في السويد.
- 1976 - رابع دورة أولمبية في مونتريال (كندا) وقد فازت بولندا للرجال واليابان للسيدات.
- 1977 - أول بطولة للعالم للناشئين أقيمت بالبرازيل وقد فاز الإتحاد السوفيتي للناشئين وكوريا للناشئات.
- 1980 - الدورة الأولمبية الخامسة (موسكو) وقد فاز الإتحاد السوفيتي رجال وسيدات.
- أصبح الإتحاد الدولي يضم 135 إتحاد إقليمي.
- 1984 - الدورة الأولمبية السادسة في لوس أنجلس وقد فازت الولايات المتحدة الأمريكية للرجال والصين للسيدات، وقد تم انتخاب الدكتور "روبين أكوستا" رئيساً للإتحاد الدولي، أصبح عدد أعضاء الإتحاد الدولي 156 دولة.
- 1988 - الدورة الأولمبية السابعة بسيول (كوريا) وقد فازت الولايات المتحدة الأمريكية للرجال، روسيا للسيدات.
- 1992 - الدورة الأولمبية الثامنة ببرشلونة (إسبانيا) وقد فازت البرازيل للرجال وروسيا للسيدات.
- 1996 - الدورة الأولمبية التاسعة بأتلانتا (أمريكا) وقد فازت هولندا للرجال وكوبا للسيدات.
- 1998 - أقيمت بطولة العالم للرجال والسيدات في اليابان وهي آخر بطولة دولية في القرن العشرين (20). (طه، 1999، الصفحات 12-14)

4-1- فكرة عامة عن الكرة الطائرة:

الكرة الطائرة هي لعبة جماعية تتكون من فريقين متنافسين، ويتكون كل فريق من ستة (06) لاعبين، ويفصل الفريقان بواسطة شبكة موضوعة في منتصف ملعب مقاسه 18×9 متراً، تقوم هذه اللعبة على محاولة جعل الكرة تسقط في ملعب المنافس، وإجباره على فقدان تناول الكرة أو إعادة الكرة فوق الشبكة بحيث تسقط خارج الملعب، ويسمح لكل فريق بلعب الكرة حتى ثلاث مرات في جانب ملعبهم قبل أن تعبر الشبكة، وتضرب الكرة بأي جزء من الجسم فوق الوسط بشرط عدم استقرارها.

وإذا استقرت الكرة لحظة بين ذراعي أو يدي لاعب ما تعتبر الكرة محمولة ويحتسب خطأ، ويجب أن تضرب الكرة بطريقة واضحة فقط، أما إذا رفعت الكرة أو دفعت فإنها تعتبر كرة محمولة.

ويقف اللاعبون الستة (06) ثلاثة أماما وثلاثة خلفا، وللتعرف عليهم فإنهم يكونون مرقمون وفقاً لمراكزهم التي يلعبونها لحظة الإرسال يكون اللاعب الخلفي الأيمن مركز (1)، واللاعب الذي أمامه مباشرة مركز (2)، ويتبع التوالي عكس عقارب الساعة ويختلف مركز اللاعب في الملعب مع كل دوران.

أما الأرقام الموجودة على فانلات اللاعبين فالغرض منها هو استخدامها للتعرف عليهم أثناء التبديلات وعند مناقشة ترتيب الدوران والتشكيلات الخطئية لجعلها أسهل، وعندما يستبعد الفريق الإرسال يتحرك اللاعبون مكانا واحدا في اتجاه عقارب الساعة بحيث يدور كل لاعب حول الملعب ليلعب كل مركز بالتناوب، وبمجرد لعب الإرسال فإنه يمكن لأي لاعب أن يتحرك لأي مكان في الملعب للعب الكرة.

وهناك تحديد واحد لنمط الضربة التي قد تلعب في بعض المواقف، فاللاعبون الخلفيون مراكز 1، 6، 5 لا يحق لهم لعب الكرة لتعبر الشبكة في منطقة الهجوم عندما تكون الكرة في مستوى سطح الحافة العليا للشبكة، وهذا يؤكد

الفصل الأول: الخلفية النظرية للدراسة

أنه بمجرد أن يلف اللاعبون إلى الملعب الخلفي فإنه لا يسمح بأن يكونوا لاعبين مهاجمين. وفي نهاية اللعبة يتقرر الفوز بنقطة أو إرسال، فإذا كان اللاعبون الفائزون في اللعبة هم الذين قاموا بالإرسال يفوزون بنقطة، أما إذا أضعوا الإرسال فالنقطة تكون للفريق المنافس. (فرج، 1990، الصفحات 45-47)

ويفوز الفريق بالشوط إذا حصل على 25 نقطة وبفارق نقطتين على الأقل مثل 23 مقابل 25 أو 24 مقابل 26 ويمكن أن يصل مثلا إلى 34 مقابل 36 أو أكثر، وتلعب المباراة للفوز بثلاث أشواط من خمسة.

1-5- العناصر الأساسية في الكرة الطائرة:

وتعتبر اللياقة البدنية الهامة التي يستطيع بها اللاعب التحرك في الملعب بسرعة للوصول إلى الكرة أو المكان المناسب، ويلزم اللاعب القوة حتى يستطيع الوثب لأعلى وأداء الضربات بقوة كبيرة، كذلك يحتاج إلى قوة عضلات الرجلين للمساعدة على الوقوف في الدفاع عن الإرسال والدفاع عن الملعب، هذا بالإضافة إلى أن اللاعب ينبغي أن تكون لديه القدرة على التحمل حتى لا يشعر بالإرهاق أثناء اللعب أو في المباراة إذا طالت مدتها، كما يحتاج إلى تنمية الرشاقة والمرونة لكي يستطيع أداء المهارات المختلفة في مداها الواسع وفي اتجاهاتها المختلفة.

وتعلم المهارات الحركية عنصر أساسي هام لأنه يمكن أداء الخطط بصورة جيدة إلا إذا كان اللاعب يؤدي المهارات بدقة وإتقان، وهناك عدد كبير من المهارات اللازمة للكرة الطائرة منها مهارات تؤدي باليدين معا فوق الرأس كمهاتمي التمير من أعلى (الإعداد) والصد، ومنها مهارات تستخدم اليدين بيد واحدة فوق الرأس مثل إرسال التنس والإرسال الخاطف والضرب الساحق، ومنها مهارات تستخدم اليدين معا أسفل مستوى الرأس كالتمير من أسفل (الدفاع عن الإرسال والدفاع عن الملعب)، ومنها مهارات تستخدم يد واحدة أسفل مستوى الرأس كالإرسال من أسفل (المواجه والجانبية) والدفاع عن الملعب بيد واحدة.

وقد تكون عملية تعليم الخطط لها المرتبة الأولى في الأهمية، حيث أنه لا يمكن أن يكون هناك لعب ما لم يكن اللاعب حسن التصرف في توجيه المهارة التي يؤديها من إرسال، ضرب ساحق أو إعداد مثلا، وكيف يستغلها، وبذلك يكون هناك تأثير وفعالية في اللعب.

هذا وتعتبر اللياقة النفسية عنصرا أساسيا لكل نشاط رياضي، وتتميز بالإرادة القوية، التصميم والرغبة في تحقيق الهدف المراد بلوغه، ويستطيع الفريق أن يصل إلى المستويات العالية وتحقيق النجاح إذا كانت هناك ثقة في النفس وتعاون بين اللاعبين، أما الغرور والكبرياء فمصييره الفشل، وينبغي على اللاعب أن يكون مطيعا للمدرب أو المعلم، ويبدل كل جهده في تنفيذ الواجبات المطلوبة منه، كما عليه أن يتسم بالصبر حتى يستطيع إصلاح أخطائه وتحسين مستواه. (فرج، 1990، الصفحات 52-53)

1-6- المهارات الحركية الأساسية في الكرة الطائرة:

المهارات الحركية هي القدرة على أداء عمل حركي بصورة تتميز بالسهولة والدقة والاقتصاد في بذل الجهد، وتنقسم المهارات الحركية في الكرة الطائرة إلى ستة (06) مجموعات أساسية هي:

وتنقسم هذه المهارات إلى مجموعتين إحداهما هجومية والأخرى دفاعية كما هو موضح في الجدول التالي:

الفصل الأول: الخلفية النظرية للدراسة

المهارات الحركية الأساسية في الكرة الطائرة	
المهارات الهجومية	المهارات الدفاعية
-الإرسال	-الدفاع عن الإرسال
-الإعداد	-الصد
-الضرب الساحق	-الدفاع عن الملعب

الجدول (01): يوضح مختلف المهارات الأساسية في الكرة الطائرة. (فرج، 1990، صفحة 52)

7-1- مفهوم المدرب الرياضي:

المدرب الرياضي هو الشخصية التي تقوم على عاتقها مهمة القيام بتخطيط وقيادة الفريق للتدريب وقيادة المباريات، كما أنه أيضا شخصية تربوية ذات تأثير مباشر في التنمية الشاملة المتزنة للاعبين. (براهيم، 2001، صفحة 31)

المدرب الرياضي هو الشخص الذي يتولى قيادة عملية تربية الرياضي وتعليمه ويؤثر مباشرة على تنمية مستواهم الرياضي والخلقي ويعمل على التطوير الشامل المتزن لشخصية الرياضي، وتتأسى شخصية تربية الرياضي وتعليمه على مقدار ما يتحلى به المدرب الرياضي من خصائص وقدرات ومهارات ومعارف ومميزات معينة. (حسين، 1998، صفحة 24)

8-1- مفهوم الفريق الرياضي:

هو الجماعة التربوية التي تتكون اختياريًا في النادي أو المدرسة أو المؤسسة فيسمى فريقًا، يقوم بممارسة نوع من الأنشطة الرياضية المرغوبة والتي تخضع في ممارستها إلى لوائح وقوانين عامة.

والفريق بهذا التصور هو الجماعة الاجتماعية التي تتكون من أكثر من فردين وتعمل على إشباع الحاجات السيكولوجية لأعضائها مثل الشعور بالانتماء والتمايز كما أنها تشبع حاجاتهم البدنية وهي بطبيعتها وجودها تحقق هدفًا مشتركًا للأعضاء تتحدد له الأدوار وتتشابك في تفاعل ديناميكي يؤدي إلى ظهور ثقافة ومعايير الفريق، حيث تمارس ضغوطه لإخضاع الأعضاء لهذه القيم والمعايير السائدة. (الهلاي، 2005، صفحة 239)

الفريق الرياضي عبارة عن فردين "لاعبين" أو أكثر يسلكون طبقًا لمعايير مشتركة ولكل فرد "لاعب" في الفريق دور يؤديه، مع تفاعل هذه الأدوار بعضها مع بعض سعيًا لتحقيق هدف مشترك. (علاوي، 1998، صفحة 37)

المحور الثاني: المراهقة.

9-1- تعريف المراهقة:

المراهقة إحدى المراحل العمرية الهامة في حياة الإنسان، وتعني في الأصل اللغوي: الاقتران فراهق الفلاح أي قارب الاحتلام، ورهقت الشيء رهقا أي قريب منه" (أسعد، 1991، صفحة 157)

وكلمة المراهقة اصطلاحاً تدل على مرحلة النمو المتوسطة بين الطفولة والرشد الذي يسبب كثيراً من القلق والاضطراب النفسي ويشار إلى هذه المرحلة "مرحلة أزمة نفسية" كما يتم في هذه الفترة نضج الوظائف البيولوجية والفسيولوجية والجسمية عموماً حيث يبدأ الطفل بالشعور بنفسه جراء كل هذه التغيرات الجسمية البارزة التي تفاجئه ويشتد نفده لنفسه ولغيره فيصبح شديد الحساسية للمدح واللوم من جراء بروز القدرة على النقد لديه.

فالمراهقة بالمعنى العام هي المرحلة التي تبدأ بالبلوغ وتنتهي بالرشد فهي عملية بيولوجية حيوية عضوية في بدايتها وظاهرة اجتماعية في نهايتها، كما تعتبر جسر يعبر عليه المرء من طفولته إلى رجولته.

فقد تعددت أقوال العلماء حول تعريف المراهقة فيعرفها زين عباس عمارة "أنها أكثر من فترة عبور من الطفولة إلى الرشد ولها ميزات خاصة فإذا كانت الولادة تاريخ بداية الطفولة فإن المراهقة هي تاريخ بداية الرجولة". (عمارة، 2000، صفحة 396)

10-1- خصائص مرحلة المراهقة:

1-10-1- الخصائص الجسمية:

أ- النمو الجسمي:

تمتاز مرحلة المراهقة بسرعة النمو الجسمي واكتمال النضج، حيث يزداد الطول والوزن وتتمو العضلات والأطراف، ولا يتخذ النمو معدلاً واحداً في السرعة في جميع جوانب الجسم، كذلك تؤدي سرعة النمو هذه إلى فقدان المراهق القدرة على الحركة ويؤدي ذلك إلى اضطراب السلوك الحركي لدى المراهق، كذلك يلاحظ زيادة إفرازات بعض الغدد وضعف بعضها الآخر، فالغدة النكفية يزداد إفرازها ويؤدي إلى سرعة النمو في العضلات وخلايا الأعصاب. (ميسوي، 2003، صفحة 46)

"ويبدأ زيادة الطول في الساقين أولاً ثم بعد ذلك في الجذع وتحدث هذه الزيادة أولاً في اليدين والرأس والأقدام، أما آخر جزء تكتمل فيه هذه الزيادة فهي الأكتاف. (اسماعيل، 1986، صفحة 38)

"وكذلك تنمو الأجزاء العليا للجسم قبل الأجزاء السفلى، فتزداد المساحة السطحية كجبهة المراهق في أبعادها الطويلة والعريضة وينحصر كمدى الشعر إلى الوراء ويغلظ الأنف ويتسع الفم وتتصلب الأسنان وتغلظ". (العزیز، 1970، صفحة 110)

وينمو الفك العلوي قبل الفك السفلي ليزداد بذلك تشوه معالم الوجه.

وتكتمل الأسنان الدائمة مع نهاية المرحلة ويبقى النضج الجسمي نهائياً. (سعيد، بدون سنة، صفحة 56)

ب- النمو الجنسي:

تبدأ الوظائف الجنسية في الظهور في هذه المرحلة نتيجة لنضج الغدد الجنسية، ويصاحب نمو الوظائف الجنسية هذه نمو الشعر تحت الإبطن وفوق العانة، ونمو الشارب والذقن، وكذا ضخامة صوت المراهق، وبالنسبة

للإناث يصاحب نمو الوظائف الجنسية بروز في الصدر وكذلك تنمو الأرداف ويتسع الحوض وتظهر نعومة الصوت، وتؤدي هذه التغيرات إلى إحساس المراهقة بأنها شابة يافعة، وإلى الرجل بأنه أصبح رجلاً بالغاً. (كيسوي، 2003، صفحة 29)

النمو الطولي والوزن ويتعلق المدى الزمني كسرعة النمو على بدء هذه الظاهرة، فالذين يبدأ نموهم الطولي باكراً، ينتهي مبكراً، والذين نموهم الطولي متأخراً، ينتهي متأخراً، فطول الجسم وقصره يرتبط ارتباطاً كبيراً بنمو الجهاز العظمي فهو يختلف باختلاف فترات النمو "ففي الميلاد يتساوى الجنسان الذكور والإناث وفي سنة الرابعة للميلاد تسبقه الأنثى، وتصل عظام الفتاة إلى اكتمال نضجها في سن 17، ويقترّب النمو العظمي للفتى من الفتاة في سن 14، ويسبقها بعد ذلك" (السيد، 1998، صفحة 236)

ت- النمو الحركي:

يرى الدكتور عماد الدين إسماعيل أن التغيرات السريعة التي تحدث في الطول والوزن بنسب متفاوتة في عظام الجسم المختلفة قد تنشأ عنها بعض الاضطرابات في الحركة والتوازن، ذلك أن العادات أو المهارات الحركية التي اكتسبها المراهق في طفولته السابقة تصبح غير مجدية في هذه الفترة". (إسماعيل ع، 1982، صفحة 43)

أو بعبارة أخرى يجب تعبيرها على حساب المتغيرات الجديدة التي ظهرت على الأعضاء ولا في المظاهر الخارجية ويظهر التذبذب الانفعالي في سطحية الانفعال وفي تقلب سلوك وتصرفات الكبار أو قد يلاحظ النقص الانفعالي كما يحدث بتذبذب الانفعال بين الحب والكره والشجاعة والخوف أو حين يتذبذب المراهق بين الانشراح والاكنتاب وبين التبين والإتحاد وبين الانعزالية والاجتماعية، الحماس واللامبالاة، ويلاحظ الخجل والميول والانطواء ومنه وجب على المراهق أن يكيف حركته مرة ثانية إزاء هذه التغيرات الجديدة ومن هناك قد تختلف تلك الركونة العادية التي تشهد فيه، وقد يكون لهذا الأخير تعليقات من الآخرين تؤدي إلى خجل المراهق.

1-10-2- الخصائص الفسيولوجية:

إن الكلام عن الخصائص الفسيولوجية يمر حتماً بالكلام عن النمو الغددي والذي سنشير إليه باختصار "تضم الغدة الصنوبرية والغدة التيموسية" في المراهقة نتيجة نشاط الغدد الجنسية، ويبقى هرمون النمو الذي تفرزه الغدة النخامية قوياً في تأثيره على النمو العظمي خلال المراهقة، حتى تؤثر عليه هرمونات الغدد الدرقية بالنضج الجنسي، فتزداد في بدء المراهقة، ثم تقل بعد ذلك بقرب نهايتها". (السيد، 1998، صفحة 234)

ففي هذه المرحلة يقاس نمو الأجهزة الداخلية بمدى قدرتها على تحويل وتمثيل المواد الغذائية إلى دم وخلايا جديدة، وإصلاح الخلايا التالفة وتزويد الجسم بالطاقة الحيوية الضرورية له.

وتبدو أثار الجهاز الدوري في نمو القلب والشرايين، ويبدأ مظهر هذا النمو في المراهقة في زيادة سريعة في سعة القلب، تفوق في جوهرها سعة وحجم وقوة الشرايين، حيث يؤثر هذا الضغط في كلا الجنسين وتبدو أثاره في حالات الإغماء والأعباء والصداع والتوتر والقلق.

ويضيف الدكتور زهران: "إن النمو الفسيولوجي في هذه المرحلة يتابع تقدمه نحو النضج، حيث تقل ساعات النوم عن ذي قبل، لتزداد الشهية والإقبال على الأقل، كما يرتفع ضغط الدم تدريجياً ونقص نبضات القلب". (زهران، 1983، الصفحات 41-42)

11-1- دور الرياضة عند الفئة من 14 إلى 17 سنة:

إن الإنسان عبارة عن وحدة متكاملة كفلا وجسما ووجدانا، فلا يستطيع أن يقوم بتجربة حركية لوحدها، بل لابد من عملية التفكير في الأداء الحركي مع الانفعال والتصرف، وإزاء هذا الموقف أصبحت الرياضة تهدف إلى تنمية الناشئ تنمية كاملة من الناحية الصحية والجسمانية والعقلية والاجتماعية، والنهوض به إلى المستوى الذي يصبح فيه عضوا فاعلا في مجتمعه ووطنه وراعت في ذلك مراحل نمو الفرد وقسمتها ووضعت لها برامج معدلة تتماشى مع ميوله ورجباته وانفعالاته وتكوينه الجسماني وإعداده الصحي حتى تصل إلى الهدف وضعت ضمن أغراضه العامة والتي ندرجها حسب: علي بشير الفاندي:

1-11-1- تنمية الكفاءة البدنية:

والمقصود بها أن يكون الجسم سليم من الناحية الفسيولوجية أي سلامة الجهاز الدوراني التنفسي وكذا الجهاز العصبي العضلي وسلامة العظام والمفاصل، وأن يكون خاليا من التشوهات الجسمانية أو مصاب بأمراض وراثية أو مكتسبة، وأن يراعي النظام الصحي في التغذية والنظافة وأن يعد الجسم بما يناسبه من تمارين وتدريبات تتناسب مع المرحلة السنية لتنمي وتقوي العضلات والمفاصل وتنمي القدرة الوظيفية للأجهزة.

2-11-1- تنمية الكفاءة الحركية:

ويرجع تنمية هذه القدرة إلى ما قدمناه من الناحية البدنية التي تؤهل الجسم بأن يؤدي جميع حركاته في كفاءة منقطعة النظير وإلى ما اكتسبه الجسم من خفة ورشاقة ومرونة في المفاصل وقوة وتحمل وسلامة آلية التنفس والجهاز الدوراني وغير ذلك من عناصر اللياقة البدنية حتى يستطيع أن ينشط في الأداء الحركي. "وقد رعى كذلك وضع تنمية القدرة الحركية في إطار محدد العمر والجنس وما يستطيع أن تحمله القدرة العضلية ككل مرحلة من الجهد حتى يعد له برنامج خاص بذلك ومن هنا فإن القدرة الحركية وسيلتها الوحيدة هي تدريب العضلات عن طريق ممارسة الرياضة". (الوهاب، 1983، صفحة 16)

3-11-1- تنمية الكفاءة العقلية:

إن سلامة البدن لها تأثير واضح على الخلايا العقلية وتجديدها المتواصل من الناحية الفسيولوجية مما يمكنه من تأدية وظيفته على الوجه الأكمل، فالقدرة على استيعاب المعلومات ونمو القوى العقلية والتفكير العميق لا يأتي بصورة مرضية إلا إذا كان الجسم سليما تماما، حيث أن الجسم هو الوسيط للتعبير عن العقل والإرادة، وإن مجالات الألعاب المختلفة واكتساب المهارات الرياضية تصاحبها عمليات تتعلق بطريقة اللعب وقوانين الألعاب، كل هذه الأمور تتطلب تفكيرا عميقا وتشغلا للعقل.

12-1- علاقة المراهق بالرياضة:

يرى منجر Moninjer (1942) أن اللعب والرياضة أنماط الصراع الرمزي الذي تولده النزوات الجنسية والعدوانية يمكن التحكم فيها وتوجيهها بفضل ممارسة الرياضة باعتبارها الوسيلة الوحيدة التي تمكن المراهق من إثبات ذاته وتكوين هويته والتحكم في انفعالاته وبالتالي الاندماج قصد التكيف الاجتماعي.

الفصل الأول: الخلفية النظرية للدراسة

إن من ظواهر الشباب المعاصر كما قال: "إريك اريكسون" تتمحور أزمة تكوين الهوية فيتوقف نجاح الشباب في تخطي هذه الأزمة على كيفية مواجهتهم لمشاكلهم والمشكلات الأساسية في هذه المرحلة من تحقيق السيطرة الذاتية على الدوافع الجنسية والعدوانية حتى يتم التحكم فيها دون كبتها. (الأفندي، 1965، الصفحات 444-445)

1-13-1- التطور البدني لدى المراهقين:

إن رياضة المستوى تتطلب تدريباً إجبارياً وأكثر تعقيداً لمبدأ التدرج في حمل التدريب، ومنه نتساءل:
- إلى أي حد يمكننا الوصول بالمراهق بواسطة التدريب؟

إن المراهقة تتميز بنمو وتطور متواصلين، هذا النظام سريع والتغيرات تظهر جلياً ثلاثة عوامل تؤثر في النمو:
1-13-1- عوامل محددة بعامل النضج: تتمثل في التغيرات المورفولوجية تحت تأثير الإفرازات الهرمونية.

2-13-1- عوامل ناجمة عن تدريب غير مخطط: كمثال النمو العظمي الذي لا ينتج إلا في أثناء وجود حمل متزن وكافي.

3-13-1- عوامل ناجمة عن تدريب مخطط: كمثال التعليم النسبي لبعض الحركات المعقدة بالنسبة للمدرب من الضروري تبديل العاملين الأولين إنما بالعكس يجب معرفة بأي طريقة تتم عملية النمو الطبيعية فبدون تدريب خاص نتجاهل مركبات هذه الطريقة التي يمكن تعديلها بواسطة تدريب ملائم وفي أي وقت تكون أنسب.

1-14-1- الرياضة عند المراهقين:

إن المراهق في سن (14-17) يكون منغمساً في ممارسة النشاط البدني والرياضي ومستعداً لتجاوز الحدود، ويتعلق بتحسين وتعديل مهارته الرياضية وتنمية استعداداته ومواهبه، وفي حدود سن 14 يكون قد انفصل عن النشاطات التقليدية ليتوجه نحو الرياضة مثل الكرة الطائرة، كرة اليد، التنس، ... إلى غير ذلك من أنواع الرياضة. فبعدما كان لعب المراهق رمزي في مرحلة الطفولة يشترط في مرحلة المراهقة تنظيم تقني للعب بحيث يجب توفير العتاد والمكان وكل الظروف الملائمة للمراهقة وهي المرحلة التي يزيد فيها إبعاد المراهق عن السلبيات المهمة وغير الواضحة، دون أن نوفر له أو نقترح عليه الإمكانيات الجذابة للاهتمام باللعب، ويرجع هذا ربما إلى عدم معرفة التحول النفسي الذي يحدث عند كل مراهق وتعتبر الرياضة من أنواع اللعب المميزة التي توحد الجسد مع العقل حيث أن PARLEBAS المفكر الاجتماعي يرى أن الرياضة تربية حركية نفسية وحركية اجتماعية.

1-15-1- مرحلة المراهقة (14-17 سنة):

هذه المرحلة تكون مرفقة بدفعة "poussée" ثانية للنمو، فيظهر ذلك من خلال الزيادة النسبية لوزن الجسم حيث يمكن ملاحظة ذلك قبل عامين عند الإناث قبل الذكور، وذلك راجع إلى تأثير الهرمونات الجنسية الذكرية، فمع بداية المراهقة تزداد قدرة التدريب بصفة ملحوظة فبين 13 و15 سنة الذكور يصلون إلى 60% من قدرة الرياضي البالغ، في هذه المرحلة يجب العمل أساساً على تطوير القدرة الهوائية وكذا التقوية العضلية الكاملة والمنسجمة.

1-16-1- تطور مختلف الصفات عند هذه الفئة (14-17 سنة):

إن أداء برنامج تدريبي وتربوي سواء على المدى القصير والطويل لا يمكن أن يتم بدون دراسة تحليلية لمختلف العناصر التي تكون اللياقة البدنية والتي تتمثل في الصفات البدنية، فمعرفة مدى تأثير هذه الصفات تعتبر كمفتاح لتدريب الطفل وهي بمثابة الطريق الوحيد الذي يسلكه المراهق للحصول على تطوير منسجم. (Hameni، 1995)

الفصل الأول: الخلفية النظرية للدراسة

1-16-1- التنسيق: عموماً التنسيق يعرف أنه حركة مزدوجة بين الجهاز العصبي المركزي والجهاز العضلي من أجل أداء حركة رياضية صحيحة وحقيقية. ابتداءً من سن 14-17 سنة يمكن ملاحظة تباطؤ فيما يخص التطورات القدرات التنسيقية وهذا بفعل تدخل عوامل بدنية شرطية.

1-16-2- المرونة: وتسمى أيضاً ليونة المفاصل وتعرف بأنها امتداد الحركات الإدارية الممكنة بالنسبة للمفصل أو عدة مفاصل حيث هذه الأخيرة تتعلق بمختلف خصائص الجهاز الحركي (العضلات، الأوتار، المفاصل...).

فيما يخص الأداء الرياضي عامل الليونة يعمل على:

- تحقيق تسارع طويل معمق (مثال: رمي الرمح).
- تحقيق التقنية الحركية (مثال: تجاوز الحواجز).
- تساعد على تجنب الإصابات.

1-16-3- القوة: في الميدان الرياضي تعرف القوة بأنها تشريح وفسولوجية "Physiologique Anatomic" التي تتجلى بقدرة مقاومة خارجية وتكون على ثلاثة أنواع:

- ***قوة التحمل:** وهي قدرة الرياضي على مقاومة قوة خارجية كمدة زمنية طويلة.
- ***القوة الانفجارية:** وتسمى أيضاً بالارتقاء وهي صفة حركية مهمة جداً، حيث كلما كان مستواها عال كان الرياضي له القوة والعقل إلى مستوى أحسن.
- ***القوة البحتة:** تتناسب القوة التي تضمنها عضلة أو مجموعة من العضلات أو إلى وزن أو كتلة عظمى يمكن نقلها أو رفعها مدة 2 إلى 3 ثواني وهي نوعان:
 - قوة ستانليكية.
 - قوة ديناميكية.

بالنسبة للفئة 10-15 سنة تتميز القوة بتنشيط عام أو متعددة الجوانب لمختلف المجموعات العضلية مع استخدام وزن الجسم وضم الأعمال الصغيرة، أما مع بداية 16-17 سنة يبدأ الاستعمال بمختلف التمارين بالعارضة وبأعمال مختلفة (50 إلى 60 مت وزن الجسم) وهذا قصد التقوية البدنية العظيمة.

1-16-4- السرعة: يمكن ذكر ثلاثة تعاريف للسرعة وهي:

- < **التعريف البدني:** السرعة هي القدرة على جري مسافة قصوى في أقل زمن ممكن.
- < **التعريف السيكلوجي:** السرعة هي تظهر في حالة الجهاز العضلي.
- < **التعريف البيولوجي:** السرعة بقدرة كبيرة تكون فطرية.

فالمختصون في الميدان الرياضي يعرفون السرعة بأنها سرعة بدنية غالباً ما تكون فطرية، والتي تتطور وتتحسن بصعوبة أثناء التدريب، ففي بعض الأحيان يرون أن الحصول على تحسين معتبر لا بد من تدريبات مناسبة ومنظمة خلال سن مبكر.

فتطور هذه الصفة يكون ملائماً في الفترة الممتدة بين 10-12 سنة وذلك بالزيادة في توازن الحركات والتي تشترط الزيادة في السرعة مع أحسن أداء تقني وذلك عبر ألعاب شبه رياضية والتي تنمي صفة السرعة. بالنسبة للمسافات الطويلة، السرعة تشترط تطوير كبير لصفة (التحمل المميزة للسرعة) هذه الأخيرة تمثل قدرة الحفاظ على السرعة القصوى إلى غاية نهاية المسافة المحددة.

المحور الثالث: الاستقبال.

17-1- استقبال الإرسال:

1-17-1- تعريفه:

هو استقبال الكرة المرسلة من اللاعب المرسل للفريق المنافس لتهيئتها للاعب المعد أو للزميل في الملعب، وذلك بامتصاص سرعتها، قوتها وبتمريرها من أسفل لأعلى بالساعدين أو بالتمرير من أعلى حسب قوة الكرة وسرعتها ووضع اللاعب المستقبل. (طه، 1999، صفحة 69)

استقبال الإرسال هو حركة دفاعية تستعمل في وضعيات معينة تدور حول استغلال وتغطية الملعب وتوزيع المهام والمسؤوليات بطريقة معروفة وانطلاقاً من مختلف التشكيلات الدفاعية يمكن إبراز عدة أفكار هجومية. (Carinac، 2000)

استقبال الإرسال هو الملامسة الأولى مع الكرة بعد الإرسال، ومعنى استقبال الإرسال يشمل في آن واحد الاستقبال بصفته تقنية فردية ومختلف تنظيمات اللاعبين على الملعب، هذا التنظيم نتفق عليه بتشكيلة استقبال الإرسال، وهي المرحلة المهمة جداً في اللعب لأنه يتشكل ويستمر الهجوم.

18-1- الإرسال:

1-18-1- تعريفه: الإرسال هو وضع الكرة في الملعب أما بالنسبة للاعب المستوى العالي فقد أصبح هجوم. (IVOILOVA، 1984)

كل تبادل للكرة بين فريقين في الكرة الطائرة يبدأ بالإرسال، فهو الفعل الوحيد أين يستطيع اللاعب بواسطة التحكم في الكرة وعن طريق تغيير اتجاهاتها أن يخل باستقبال الخصم، وبالتالي يسهل مهام لاعبي فريقه في الصد. وفي الكرة الطائرة لا يمكن إمساك الكرة بالأيدي، والإرسال هو تقنية كباقي التقنيات الأخرى ولكن يسمح أثناء القيام به المدة من الملاحظة الدقيقة لإمكانية الحصول على نقطة مباشرة من الإرسال.

19-1- المراحل التي مر بها الإرسال:

- في 17 أبريل 1947 الاتحادية الدولية للكرة الطائرة أصدرت قانون يتعلق بالإرسال:
- يجب أن يكون الإرسال عن طريق اللاعب الخلفي الأيمن كما يجب أن يكون في منطقة الإرسال كما يجب أثناء الإرسال أن تكون رجليه أو إحداهما على الأرضية.
- في 1949: صاحب الإرسال له إمكانية القيام بالإرسال عن طريق الجري أو القفز.
- في 1951: صاحب الإرسال له إمكانية القفز من خارج الملعب والسقوط داخل الملعب وعدم إمكانية اللاعبين من القيام بتغطية الإرسال عن طريق الأيدي عند الشبكة.
- في 1953: حددت منطقة الإرسال عن طريق خطين طولهما 20 سم في خلفي للملعب.
- في 1984: منعت عملية الصد أثناء الإرسال (الصد المباشر للإرسال).
- في 1994: مددت منطقة الإرسال على كامل الخط للملعب. (BERJEAUD، 1995، الصفحات 23-25)

20-1- أهمية استقبال الإرسال:

يعتبر استقبال الإرسال من المهارات الدفاعية ذات أهمية كبيرة في الكرة الطائرة فمنذ نشأتها وحتى وقتنا الحاضر تنوعت وتتابع طرق استقبال الكرة سواء بالكفين والذراعين من أسفل وتؤدي للأعلى، وقد أصبحت

الفصل الأول: الخلفية النظرية للدراسة

الطريقة المتبعة حالياً بالاستقبال بالذراعين من أسفل وتؤدي باستخدام السطح الداخلي للساعدين وذلك كصفة استلام الكرة بطريقة جيدة وتوصيلها للمعد بدون تشكيل أي صعوبة له. (خطابه، 1996، صفحة 30)

1-21-1- طريقة استقبال الإرسال:

1-21-1- الاستعداد:

يتحرك اللاعب إلى المكان الصحيح بطريقة سريعة كضمان وضع جسمه خلف الكرة وحسب تقديره لضربة إرسال اللاعب المنافس، حيث يقف اللاعب والقدمان متباعدتان أوسع من الحوض قليلاً والركبتان مثنيتان ثنيا خفيفاً وتشكلان زاوية قائمة تقريباً مع الحوض، ميل الجذع قليلاً للأمام، ثقل الجسم موزع على القدمين بالتساوي، الرأس عمودي على مستوى الكتفين وتوجيه النظر إلى المنافس والذراعان متباعدتان عن بعضهما مسافة حوالي اتساع الكتفين وممدودتان للأمام ومائلتان للأسفل. وتتم حركة استقبال الإرسال بهذه المراحل: (طه، 1999، الصفحات 69-70)

أ - المرحلة التمهيديّة:

يتحرك اللاعب في اتجاه الكرة ليأخذ وقفة للاستعداد خلف الكرة حيث يقدم اللاعب والقدمين أوسع من الحوض والركبتان مثنيتان قليلاً والفخذان مع الساقين يشكلان زاوية قائمة وميل الجذع قليلاً للأمام الرأس عمودي على الكتفين، الذراعان ممدودتان للأمام وهي الساعدين لبعضهما مع وضع اليد منقبضة داخل الأخرى، ويزداد انثناء الركبتين للأسفل لحظة التأهب للاستلام الكرة.

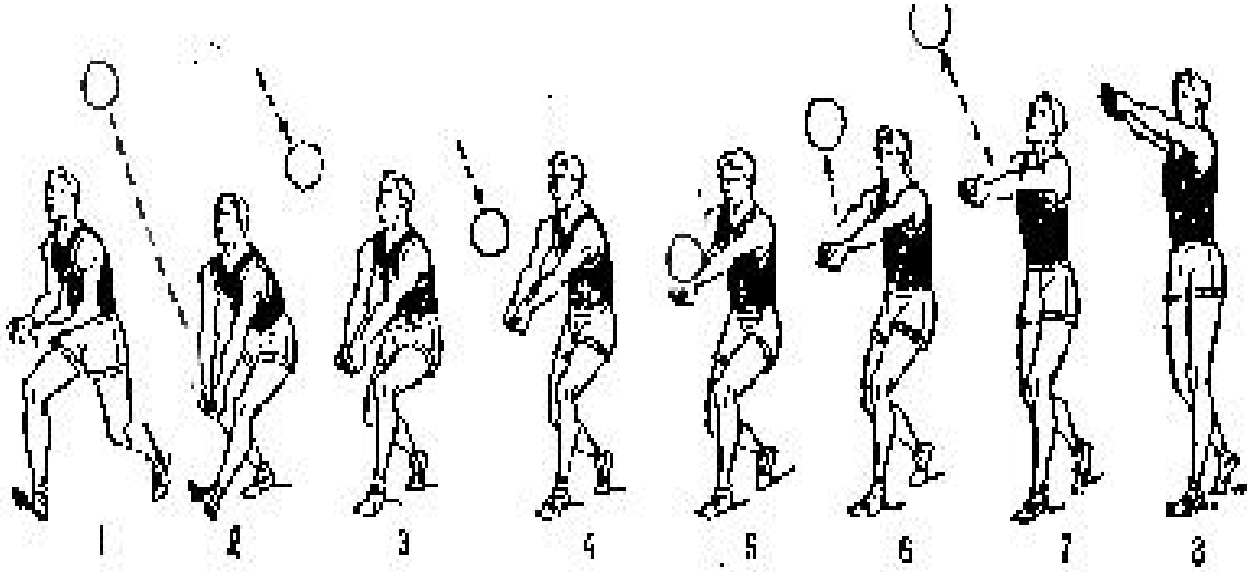
ب - المرحلة الرئيسيّة:

عند وصول الكرة لملامسة سطح الساعدين (Flat surface) يبدأ اللاعب بفرد أجزاء الجسم للأعلى، فيبدأ بفرد القدمين فيكون البدء في الخلفية ثم الساقين (مفصل الركبة)، ويتبعه مفصل الفخذ والجزء العلوي من الجسم للأمام والأعلى، ثم تتحرك الذراعين مفردتين من مفصل الكتفين دون اشتراكهما الفعلي، وذلك أثناء فرد الجذع، وتعد مقدار المسافة بين الذراعين والجذع في لحظة استلام الكرة على بعد اللاعب من الشبكة، وتلعب الكرة بأكبر سطح ممكن للساعدين، ويعتمد فرد أجزاء الجسم على قوة واتجاه والمسافة المراد تمرير وتوجيه الكرة إليها.

ت - المرحلة الختامية:

يستمر اللاعب في فرد جميع أجزاء الجسم إلى أن يصل إلى الوقوف على الأصابع والاستعداد كمتابعة عملية للعب من جديد وهذا النوع من الدفاع عن الإرسال الأكثر شيوعاً في ملاعب الكرة الطائرة، إلا أن هناك طرق أخرى للدفاع وذلك حسب ما تتطلبه ظروف اللعب واتجاه ومكان استلام الكرة كالدفاع باليدين بجانب الجسم، السقوط والطيران والدفاع بيد واحدة. (طه، 1999، الصفحة 71)

الشكل (01): يوضح مهارة الاستقبال من الاسفل. (خطاييه، 1996، صفحة 94)



22-1- التحكم التقني في حركة استقبال الإرسال:

التقنية هي مجموعة إجراءات ومناهج فنية، التحكم التقني هو عبارة عن درجة عالية من مراقبة الفعالية في استعمال الحركات التقنية وفي السيطرة المتناهية في الحركة المستعملة كثيرا في استقبال الإرسال منذ الألعاب الاولمبية في طوكيو سنة 1964م وهي الاستقبال باليدين (la manchette). (M، 2001، صفحة 45)

هذه الحركة التقنية هي المسئولة عن فعالية الهجوم بالنسبة للفريق بحيث أن رمي الكرة عند استقبالها باليدين يجب أن تكون موجهة نحو المعد عند الشبكة بسرعة واتجاه ملائمين كتركيبة الهجوم. (G، 2006)

23-1- مبادئ أساسية لاستقبال الإرسال:

استقبال الإرسال هي الانتقال نحو الكرة واستقبالها مباشرة أمام الجسم لا تستقبل الكرة أعلى الصدر، لكن إذا لم يكن هناك وقت كافي لانتقال اللاعب جانبيا واستقبال الكرة مباشرة، فإن استقبال الإرسال يمكن أن يتم بتحريك الذراعين مع تقدير اتجاه الكرة لوصولها إلى المعد.

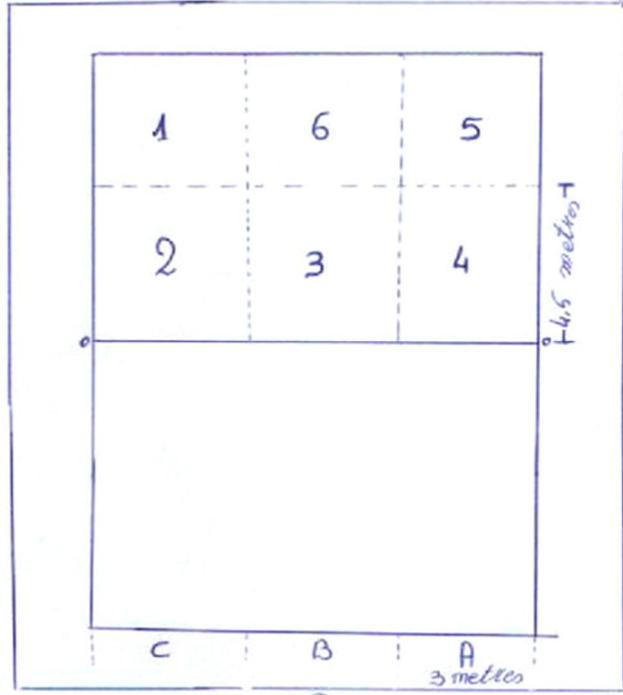
اتجاه الإرسال يتغير فجأة تقريبا على مستوى علو الشبكة وعلو أكتاف اللاعبين في الخط الأمامي، عندما يستقبل أي لاعب إرسال ذات مسار متغير (متموج) فيجب أن يلاحظ الكرة بحذر وأن يكون متجها بجسمه نحو المعد قبل أن يستقبل الإرسال. (ikedak، 1991، الصفحات 83-85)

24-1- تأثير تغيير قانون الإرسال على استقبال الإرسال:

على مستوى الذكور فإنه من الصعب استقبال الإرسال نظرا لصعوبته، وهذا بسبب الإستراتيجية السهلة والصعبة في نفس الوقت من حيث المجازفة والمخاطرة الكبيرة في القيام بالإرسال، ومن جهة نظرا للتقنية فأغلبية الفرق تستعمل الإرسال الساحق ويكون مركزا نحو مستقبل معين. قانون الإرسال عدل بعد بطولة العالم 1994 باليونان، بحيث يسمح بإجراء الإرسال من أي موضع خلاف الخط الخلفي.

الفصل الأول: الخلفية النظرية للدراسة

منطقة الإرسال مقسمة إلى ثلاثة مناطق، ومنطقة الاستقبال إلى 6 مناطق، كل منطقة استقبال الإرسال لها 4,5م طول و 3 أمتار عرض، (أنظر الشكل (02). (Murphy، 1995، الصفحات 20-25)



الشكل (02): يوضح مناطق اللعب حسب GERBRANDST ET MURPGY

1-25-1- الوضعيات التنظيمية لاستقبال الإرسال:

1-25-1-1- المجموعة الأولى: تتركب من الوضعيتين المعروفتين القديمتين والأكثر أمانا، هما:

5 لاعبين في استقبال الإرسال بتشكيل حرف (W) وكذا، 4 لاعبين في استقبال الإرسال بتشكيل حرف (U).

1-25-1-2- المجموعة الثانية: فتحتوي على الوضعيتين الأكثر ايجابية والأكثر مريحة هما وضعيتي:

03 لاعبين في استقبال الإرسال، ولاعبين اثنين (2) في استقبال الإرسال.

ومعنى وضعية استقبال الإرسال في العمل على احتلال أكبر مساحة في الملعب، ويكون هذا التقسيم منظما بين اللاعبين لتفضيل أكبر عدد منهم للقيام بالهجوم من جانب آخر، وبما أننا نتكلم عن المستوى العالي فوضعية استقبال الإرسال تكون بلاعبين اثنين أو ثلاث لاعبين.

1-25-1-3- وضعية 3 لاعبين لاستقبال الإرسال:

هي رد فعل تحليل منطقي للتطورات في تركيب أنظمة اللعب، تصرفات، وظائف، وحركات، بما أن كل هذا ينصب حول الحصول على الإنجازات في المستوى العالي.

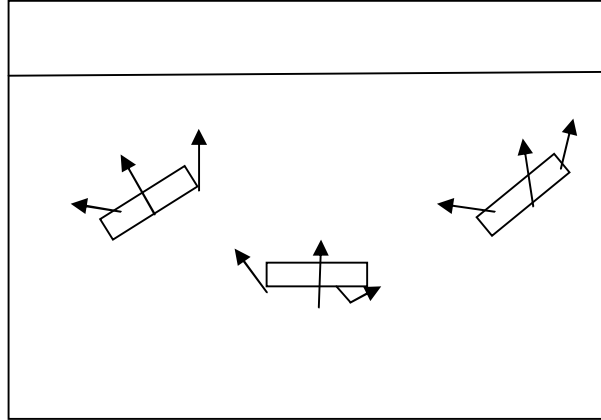
واستخلصنا في السنوات الأخيرة اختلافا ملحوظا في اللعب حول استقبال الإرسال، وحسب الدراسة التي أجريت حول الفرق المشاركة في الألعاب الأولمبية (برشلونة 1992) لوحظ اختلاف بين 8 إلى 10% في أطر المستوى

العالي بنسبة 75% بالنسبة للإناث و 85% بالنسبة للذكور. (BERJEAUD، 1995، صفحة 23)

من ناحية اللعب في استقبال الإرسال تتم بعدة حيل وتدابير، هذا ومع ظهور التخصص في مركز الهجوم والدفاع، ومع تغيير تفكير المدرب شيئا فشيئا باستعمال لاعب خاص في استقبال الإرسال، وإعفاء المهاجمين من

الفصل الأول: الخلفية النظرية للدراسة

القيام بالاستقبال أي اختزال عدد اللاعبين المستقبليين للإرسال، وهذا طبعا يكون نتيجة لتدريب خاص ومخصص، هذه الوضعية تؤمن تغطية للمناطق الحساسة في الملعب. (الشكل 03) (G، 2006، صفحة 26)



الشكل (03): يوضح اتجاه الحركات للاعبين في وضعية استقبال الإرسال بـ 03 لاعبين

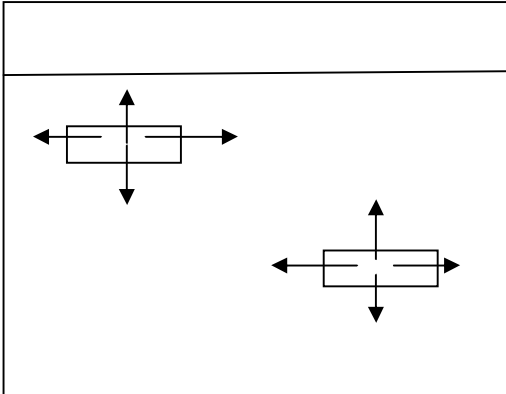
توجيه اللاعبين في وضعية الاستقبال بـ (03) لاعبين تأخذ بعين الاعتبار من هو آت من الإرسال، والوضعية منزاحة نحو اليسار أي لها علاقة مباشرة مع المرسل، اللاعب المحور يتمركز بين لاعبين، تقريبا يكونوا متباعدين فيما بينهم، وهذه الوضعية يمكن أن تتغير على حساب مراكز اللاعبين وتخصصهم.

مسؤوليات اللاعبين تكون موجهة ومركزة حول اتجاه الإرسالات والانتقال من موضع إلى موضع آخر داخل الملعب، ومشكل هذه الوضعية تتمثل في توفر المهاجمين بما أن اللاعبين المستقبليين للإرسال يوجدون في الخط الأمامي وتكون جد معقدة إذا كان المعد في المنطقة الخلفية.

1-25-4- وضعية لاعبين اثنين لاستقبال الإرسال:

بعد بداية نظام اللعب بلاعبين اثنين في استقبال الإرسال والتي حصل بها الفريق الأمريكي على الميدالية الذهبية، أصبح هذا النظام هو السائد والنوع الفعال للفرق الذكور في الكرة الطائرة ذات المستوى العالي، وبإعانة من لاعب ثالث في استقبال الإرسال يكون ضروريا في حالة استقبال إرسال ساحق صعب.

وفي هذا النظام يحتاج الفريق إلى لاعبين اثنين متخصصين، يملكون استقبال جيدا وهجوما جيدا في نفس الوقت، هذه التشكيلة تفضل كليا تخصص اللاعبين في استقبال الإرسال وتوفر المهاجمين ليس فقط في الخط الأمامي بل كذلك في الخط الخلفي، وهذه الوضعية تطبق التنظيم الهجومي ككل اللاعبين، لهذا السبب فإن هذه الوضعية هي المستعملة كثيرا في الكرة الطائرة رجال. (الشكل 04):



الشكل (04): يوضح وضعية استقبال الإرسال بـ "02" لاعبين. (M، 2001، صفحة 28)

الفصل الأول: الخلفية النظرية للدراسة

هذه الوضعية تتزاح نوعا ما إلى اليسار، واللاعبان يعملان على تغطية ثلثي (2/3) الملعب، ويكونون متجهين نحو الإرسال، كل واحد له منطقته التي يجب عليه تغطيتها، كما أنه لا يوجد لاعب آخر في الخلف يؤمن استقبال الإرسال إذا كان الإرسال طويلا، وبالتالي يجب على اللاعبين التحرك في جميع الاتجاهات.

ونستخلص وجود مشكلين مهمين في وضعية استقبال الإرسال بلاعبين اثنين، في الانتقال وتغيير الأماكن وبالأخص إذا كان في المركز (5) و(6)، وتكون هناك صعوبة بالنسبة للاعب الموجود في الخط الأمامي لاستقبال الإرسال في التوجه مباشرة إلى الهجوم، وبالتالي يصبح من الضروري مشاركة هذا المهاجم في الدورات الهجومية عن طريق كرات عالية في المنطقتين (4) و(2)، وهذا الدور يتطلب تركيز كبير جدا في كل لحظات اللعب.

1-26- الأخطاء الشائعة في استعمال الإرسال:

- الزائدة الذراعين أماما ولأعلى للعب الكرة مما يؤدي إلى زيادة قوة وسرعة طيران الكرة خارج حدود الملعب.
- ميل الذراعين بزاوية حادة مع الجسم مع انحناء الجذع بعيدا للأمام مما يؤدي إلى طيران الكرة بمستوى منخفض.
- مرجعية ذراعيه للأعلى عند كعب الكرة ما يؤدي إلى طيران الكرة عاليا فوق الرأس.
- عدم فرد الرجلين والجسم للأعلى فردا كاملا مما يؤدي إلى طيران الكرة لمسافة قصيرة.
- وضع الذراعين بمستوى عال جدا مما يجعل الكرة عموديا وقصيرة المسافة.
- عملية امتصاص قوة الكرة على المساعدين كبيرة جدا مما يؤدي إلى طيران الكرة لمسافة قصيرة.
- نثي اللاعب للمرفقين أثناء ضرب الكرة مما يؤدي إلى طيرانها خلفا.
- ميل الجسم للخلف أثناء كعب الكرة بسبب وقوفه بعيدا جدا عن الكرة مما يؤدي إلى طيرانها لأحد الجانبين.
- عدم تساوي السطح الداخلي لساعدين عند ضرب الكرة مما يؤدي إلى طيرانها جانبا.
- عدم تحريك الرجلين للاتجاه الصحيح.

1-27- خطوات تدريب مهارة استقبال الإرسال:

- شرح المهارة وعرضها مع تأدية المهارة بدون استخدام الكرة حتى يتعود اللاعب على وقفة الاستعداد الصحيحة.
- تأدية المهارة وذلك باستخدام قذف الكرة من قبل الزميل له.
- قذف الكرة بواسطة اللاعب نفسه عاليا عدة مرات وفق الاستعداد ويقوم بعملية الدفاع عن الإرسال.
- يقف لاعبان أحدهما على خط جانب ملعب الكرة الطائرة والآخر على الخط المقابل للملعب يقوم أحدهما بإرسال التنس ويؤدي الآخر الدفاع عن الإرسال والتدرج في زيادة المساحة بينهما.
- أداء الإرسال من منطقة الإرسال إلى المدافع وعليه استقبال الكرة بطريقة صحيحة وتوجيهها إلى لاعب معين.
- توجيه الإرسال إلى أي مكان في الملعب وعلى اللاعب استقبال الكرة بشكل صحيح وتوجيهها إلى نقطة معينة.
- الدفاع عن الإرسال بلاعبين أو ثلاثة باستلام الكرة وتوجيهها إلى اللاعب المعد.
- ربط عملية الدفاع عن الإرسال مع خطط الفريق وبناء عملية الهجوم. (طه، 1999، الصفحات 71-72-73)

المحور الرابع: الأداء الرياضي.

1-28- مفهوم الأداء:

كثيرا ما يستعمل مصطلح أداء للدلالة على مقدار الإنتاج الذي أنجز، فيذكر "thomas" (أن الكثير من البحوث المنجزة في ميدان العمل سايرتها بحوث أخرى في الرياضة، وترتبط كثيرا بين العمل والرياضة والفريق)، لذا فإن اغلب التعاريف التي أعطيت للأداء كانت ذات صلة كبيرة بالإنتاج.

وكان تعريف منصور 1973 للأداء (بأنه كفاءة العامل لعمله ومسلكه فيه، ومدى صلاحيته في النهوض بأعباء عمله وتحمل المسؤولية في فترة زمنية محددة)، فإن كفاءة الفرد ترتكز على أمرين اثنين هما:
الأول: مدى كفاءة الفرد في القيام بعمله، أي واجباته ومسؤولياته.

الثاني: يتمثل في صفات الفرد الشخصية، ومدى ارتباطها وأثارها على مستوى أداءه لعمله، ويدخل في هذا المعنى الأخير إمكانية الاعتماد على العامل وتفكيره المتزن والاستعداد الشخصي له، ويرى "thomas" 1989 أن علماء النفس العاملين في الحقل الرياضي، وجدوا ارتباطات بين مفاهيم عديدة كالقدرة والاستعداد، والدافعية....، واغلبها تشكل مفهوم الأداء حيث ذكر "singer" 1975 (أن الأداء هو المهارات المكتسبة)، ويضيف "thomas" أن "الأداء هو الاستعداد بالإضافة إلى المهارات المكتسبة". (الخالق، 1992، صفحة 162)

1-29- أنواع الأداء:

1-29-1- أداء بمواجهة:

أسلوب مناسب لأداء جميع اللاعبين لنوع الأداء نفسه في وقت واحد، ويستطيع المعلم (المدرّب) أن يوجه جميع إجراءاته التنظيمية للصف كوحدة مناسبة.

1-29-2- أداء دائري:

طريقة هادفة من طرق الأداء في التدريب تؤدي إلى تنمية الصفات البدنية، وفي هذا النوع من الأداء يقسم اللاعبين إلى مجموعات يؤدون العبء عدة مرات بصورة متوالية.

1-29-3- أداء في محطات:

أسلوب مناسب لأداء جميع اللاعبين مع تغيير في المحطات أو أداء الصف كله في محطات مختلفة وأداءات مختلفة، أي تثبيت في الأداء الحركي باستخدام الحمل.

1-29-4- أداء في مجموعات:

يقصد بالأداء في مجموعات استخدام مجموعات متعددة في الصف أو التدريب الرياضي على شكل محطات، حيث يقوم اللاعبين الذين يشكلون كل مجموعة بالأداء بصورة فردية.

1-29-5- أداء وظيفي يتحكم في وضع الجسم:

الانقباض الانعكاسي لعضلة سليمة والذي شد على وترها يسمى الشد الانعكاسي، والشد على هذه الأوتار بدرجة ثابتة يؤدي إلى انقباض ثابت، وهذا ما يفسر وضع الجسم، والانعكاسات التي تتحكم في وضع الجسم هي:
أ- انعكاسات ثابتة: وتنقسم إلى انعكاسات عامة، وجزئية، والعامة تشمل الجسم بأكمله أو على الأقل الأطراف.

ب- انعكاسات حركية أو وضعية: وتحدث عند حركة الرأس أو عند المشي أو أداء أي عمل أو حركة رياضية أو عادية، ونتيجة لهذه الانعكاسات يتحكم في وضع الجسم أثناء الحركة.

فالتغيير الطولي في انقباض عضلات الرجل أثناء الركض وازدياد الشد خلال الانقباض في بداية الحركة غير كاف لبداية الحركة الأمامية للجسم، ويسبب انقباض الأوتار للتمدد، وبعد هذا التغيير من دائرة الركض تصبح الأوتار في وضع التقصير مسببا ومساعدًا للرجل في الارتفاع للأمام.

1-29-6- أداء رياضي والجهاز العصبي:

يعمل الأداء الانعكاسي على تحقيق الوقاية الميكانيكية في الحركات الرياضية، حيث يقي أداء الجسم قبل وقوع الإصابة، ويوجه وظائف الأجهزة الوظيفية، للأداء الانعكاسي أهبة كبيرة أثناء أداء الحركة وخاصة بالنسبة للتوافق الحركي وبالذات للحركات المتعلمة حديثًا، ويكون الأداء الحركي في البداية مجهودًا لأن اللاعب يؤدي الحركة بكل حواسه وإدراكه مهما كانت الحركة بسيطة، وتؤدي الحركة إلى سرعة شعور الرياضي بالتعب بسبب حدوث حركات جانبية تشترك مع الحركة الأصلية. (حسين ق.، 1998، الصفحات 41-42)

1-30-3- العوامل المساهمة في الأداء:

يشتمل الأداء الإنساني العديد من أوجه النشاط الحركي مبتدأً بالمحاولات التي يبذلها الطفل في سنوات العمر الأول وغيرها من الحركات الأخرى، وتعتبر الأنشطة الرياضية واحدة من الأنشطة الحركية في مجال أداء الفرد وهي تتطلب استخدام الجسم في النشاط وفقا لأسس وقواعد خاصة تتعلق بهذا النشاط، وتختلف درجة الأداء المهاري في الألعاب وفقا لبعض المتغيرات هي:

- درجة صعوبة أو سهولة المقابلة.

- الغرض من الأداء يمكن أن يكون ترويجي أو تنافسي.

- مقدار الطاقة التي يتطلبها الأداء البدني في النشاط وهي تختلف باختلاف المناخ والطقس وطبيعة النشاط والغرض من الأداء والسن والجنس وغيرها.

وقد بذل المختصون في المجال الرياضي محاولات متعددة لتحديد العوامل اللازمة للأداء في الأنشطة الرياضية

المختلفة، وقد كشفت تلك المحاولات عن الكثير من العوامل من أهمها ما يلي: (رضوان، 1987، صفحة 42)

1-30-1- القوة العضلية: تعتبر القوة العضلية من أهم وأكثر العوامل المرتبطة بالأداء في جميع الألعاب الرياضية، وتكمن هذه الأهمية بصفة خاصة بالدور الذي تلعبه القوة في أداء المهارة أثناء المنافسة وأثناء التدريب واكتساب المهارة، وفي تثبيتها وتحسينها.

1-30-2- التوازن: التوازن مصطلح يشير إلى قدرة الفرد على الاحتفاظ بثبات الجسم في أوضاع محددة أثناء الوقوف وأثناء الحركة وهناك نوعين من التوازن (ثبات، ديناميكي)، ولقد اتفق العديد من الأخصائيين على أن التوازن يلعب دورا هاما في العديد من الأنشطة الرياضية التي تتطلب درجة عالية كالرقص، والجمباز، والترحلق على الجليد.

1-30-3- المرونة:

تشير المرونة إلى مدى الحركة على المفاصل المعينة أو مجموعة المفاصل المشتركة في الحركة، حيث تتأثر بتركيب العظام التي تدخل في تكوين المفاصل وبالخصائص الفسيولوجية للعضلات والأربطة والأوتار وجميع الأنسجة المحيطة بالمفاصل وتعتمد المهارات في معظم الألعاب الرياضية على مرونة أكثر من مفصل واحد من مفاصل الجسم لأن المهارة خلال أداءها تتطلب تكاتف جهود المهارة في نظام لأداء حركات في آن واحد أو بالتدرج..، وتتطلب معظم الألعاب الرياضية توفر مستويات مختلفة ومتباينة من المرونة فهناك رياضات تتطلب نوع من المرونة المتوسطة بينما هناك أنشطة تتطلب مستوى عالي من المرونة.

1-30-4- التحمل: يسهم التحمل في أداء الألعاب الرياضية المختلفة بدرجة تختلف باختلاف نوع وطبيعة النشاط وينفق العديد من الباحثين على أهمية كل من التحمل العضلي والتحمل الدوري التنفسي بالنسبة للكثير من الأنشطة الرياضية كالسباحة، والعدو، كرة القدم وغيرها من الرياضات الجماعية.

1-30-5- الذكاء: يتطلب الأداء الحركي العام في معظم الألعاب الرياضية المنظمة ضرورة توافر الحد الأدنى من الذكاء العام، وإضافة إلى هذا ثبت أن بعض الرياضات الجماعية تستخدم خطط وإستراتيجيات خاصة، تستلزم توافر مستويات مرتفعة نسبيا من القدرة العقلية العامة لأداء النشاط بنجاح.

1-30-6- السرعة: مصطلح عام يشير إلى سرعة الحركة للجسم أو بعض أجزائه وهي تتنوع إلى أنواع أخرى كسرعة رد الفعل، سرعة الجري لمسافات قصيرة.....الخ.

والسرعة بمفهومها العام تعتبر من المكونات المهمة من الأداء لمعظم الأنشطة الرياضية فهي من العوامل المرتبطة بالنسبة للأداء في الألعاب.

1-30-7- الرشاقة: ترتبط السرعة بمعظم مظاهر الأداء الرياضي كالرشاقة، التي تشبه السرعة من أهميتها في الألعاب الجماعية والفردية فاستخدام الرشاقة مع السرعة أو ما يطلق عليه السرعة في تغيير الاتجاه نظرا لما تحدثه من تغير في المواقف خلال المنافسة.

1-30-8- التوافق: هو القدرة على الربط أو الدمج بين عدد من القدرات المنفصلة في إطار حركي توافقي واحد للقيام بأعمال وواجبات مركبة أكثر صعوبة، والتوافق بهذا المفهوم يعتمد بالدرجة الأولى على التوقيت السليم بين عمل الجهازين العضلي والعصبي.

من ناحية أخرى لم تكشف الدراسات العلمية عن وجود عامل للتوافق يمكن استخدامه للتنبؤ بالقدرة التوافقية للألعاب الرياضية، لهذا يظهر ارتباطه بطبيعة المهارات الخاصة في النشاط حسب اختلافه.

1-30-9- القدرة الإبداعية: تشير بعض الدراسات التخصصية في علم النفس الرياضي إلى أن الألعاب الرياضية التي تحكمها قواعد ونظم وقوانين محددة، يقل فيها الإبداع الحركي في الأنشطة التي تتطلب التوقع الحركي، وكذا الأنشطة التي تستلزم توافد القدرة على الإبداع الحركي بدرجة عالية نسبيا.

1-30-10- الدافعية: يؤكد معظم الباحثين والمتخصصين في مجال الدراسات النفسية التربوية على أهمية الدافعية كعامل مؤثر في نتائج اختبارات الأداء العقلي والبدني، وتعد الدافعية في الوقت الحالي من أهم العوامل التي يوليها العاملون في المجال الرياضي اهتماما كبيرا، وخاصة في مجالات التدريب والتعليم والمنافسة الرياضية. ولقد قسم بعض العلماء الدوافع إلى دوافع مباشرة وغير مباشرة وقسم "pumi" 1963 الدوافع طبقا للمراحل الأساسية التي يمر بها الفرد، إذ يرى أن لكل مرحلة رياضية دوافعها الخاصة، وهي: (عبد، 2002، الصفحات 36-37) - مرحلة الممارسة الأولية من نشاط رياضي. - مرحلة الممارسة الفعلية.

1-31- علاقة القدرة بالأداء الرياضي:

من المعروف أن النشاط الرياضي يهدف إلى تلقين الفرد الممارس مهارات، سواء الحركية منها كالجري، الوثب القفز، أو المهارات التقنية المختلفة كتصويب الكرة، تنطيطها..... الخ، كما أن الشيء الذي لا يختلف عليه اثنان أن هذه المهارات منها ما هو مكتسب، حيث أظهرت لنا بعض الدراسات أن العوامل الهامة في القدرات تظهر أكثر في الأداء الحركي للأطفال الصغار ومن ناحية أخرى تبين لنا أن هناك بعض المهارات تظهر كعوامل نوعية تعتمد بالدرجة الأولى على خبرة الفرد الناشئ، وعند التدريب والممارسة والتعلم (التعود).

1-32- سلوك الأداء الرياضي:

إن سلوك الأداء الذي يقوم به الرياضيين أو بالأحرى اللاعبين، تحدده ثلاث عوامل رئيسية وهي: الجهد المبذول، القدرات والخصائص الفردية للاعبين بالإضافة إلى إدراك اللاعب لدوره. الأداء = الجهد المبذول + القدرات والخصائص الفردية للاعبين + إدراك اللاعب لدوره. أ . **الجهد المبذول:** يعكس في الواقع درجة حماس اللاعب لأدائه دوره، كما ينبغي أي أن اللاعب إذا ما بذل مجهودا ما فهذا لأن هناك دوافع تدفعه للقيام بذلك. ب . **القدرات والخصائص الفردية للاعبين:** وتتمثل في قدرة اللاعب وخبراته السابقة التي تحدد درجة وفعالية الجهود المبذولة.

ج . **إدراك اللاعب لدوره:** يقصد بهذا تصورات وانطباعاته عن السلوك والأنشطة التي تتكون منها مهامه، وعن الكيفية التي ينبغي أن يمارس بها دوره. (القط، 2006، صفحة 70)

1-33- ثبات الأداء الرياضي خلال المنافسة:

يعتبر ثبات الأداء الرياضي لدى اللاعب أحد المؤشرات الهامة المعبرة عن ارتقاء وازدهار كافة الجوانب، إذ يتأثر هذا الثبات بجملة عوامل منها:

- درجة الثبات الانفعالي والعاطفي في المنافسة.
 - كيفية الضبط والتحكم في انفعالات اللاعب خلال المنافسة.
 - الدوافع المرتبطة باشتراك اللاعب في المنافسة.
- وتعتبر المنافسات الرياضية مجالا حقيقيا وخصبا للحكم على ثبات أداء اللاعبين الذي يتحمل أن يتعرض لبعض المواقف التي قد تؤثر على مستواه في مختلف الظروف أو المواقف.

1-34- العوامل المؤثرة على درجة الثبات الرياضي للاعب خلال المنافسة:

- ظروف مرتبطة بالمنافسات مثل: (الظروف الجوية، الإضاءة، الخصائص المعمارية والهندسية للملعب أو القاعة، عدم توفر أماكن ملائمة لراحة اللاعبين أو خلع ملابسهم أو للإحماء الجيد).
- نتيجة سحب القرعة وأهمية أن يبدأ الفرد أو الفريق في التنافس أولاً كالبداية بالإرسال، فرصة ضربة الجزاء.
- خصائص ومواصفات المنافس وإنجازاته من حيث (وزن الجسم، الطول، النتائج السابقة تحليلها مثلاً).
- سلوك الأفراد المحيطين مثل: المتخرجين (مدربين أو مرافقي الفريق الآخر، الحكام).
- التغيير المفاجئ لموعد المسابقة مثل: تأخير بدء المباراة أو البطولة، تأخر موعد وصول الفريق.
- الإصابات التي قد يتعرض لها اللاعب، أو الزملاء في الفريق، التغيير أو الحكم غير الموضوعي لأفعال الزملاء أو المنافسين.

1-35- تدعيم ثقة الرياضي في نفسه:

تتضمن المنافسة الرياضية في طياتها خبرات النجاح والفشل، ويلاحظ أن اللاعب الذي يتمتع بالثقة في النفس يقترح لنفسه أهدافاً واقعية تتماشى مع قدراته وتجعله يشعر بالنجاح عندما يصل إلى أعلى مستوى منها ولا يسعى لإنجاز أهداف غير واقعية بينما اللاعب الذي تنقصه الثقة في النفس يخاف من الفشل لدرجة كبيرة مبالغ فيها، وينعكس ذلك عادة على حالته النفسية من زيادة القلق وضعف التركيز، الاهتمام نحو نقاط الضعف مما يعوق التركيز على النقاط الإيجابية، الاقتصاد إلى المتعة والشعور بالرضي لذلك من الأهمية استخدام الأساليب الملائمة لتنمية الثقة في النفس للاعبين كوقايتهم من الآثار النفسية السلبية ويتحقق ذلك من خلال:

1-35-1- خبرات النجاح:

يعتبر أهم عامل يساهم في بناء الثقة هو الإنجازات التي يحققها اللاعب، بمعنى أن اللاعب الذي يتميز بأدائه بالنجاح يزيد من ثقته في المستقبل.

1-35-2- الأداء بثقة:

إن حرص اللاعب على الأداء بثقة يساعد على الاحتفاظ بروح معنوية عالية أثناء الأوقات الصعبة من المباراة وإضافة إلى ذلك يجعل المنافس غير مدرك بالتحديد المشاعر التي تميز هذا اللاعب.

1-35-3- التفكير الإيجابي:

يؤثر نوع التفكير في مقدار الثقة، حيث يلاحظ أن بعض اللاعبين وخاصة قبل المنافسات الهامة يسيطر عليهم التفكير السلبي الذي يركز على نقاط القوة في المنافس، وفي المقابل نقاط الضعف وجوانب الضعف في قدراته، وهذا النوع من التفكير السلبي يؤثر في ثقة اللاعب في نفسه وفي تدعيم الحالة النفسية السلبية، بينما الأفضل أن يعتاد اللاعب التفكير الإيجابي الذي يدعم ثقته في نفسه مثل:

مراجعة خبرات النجاح السابقة وتذكر أفضل مستوى أداء سابق، التركيز على تحقيق أهداف الأداء وبذل الجهد

بصرف النظر عن النتائج. (راتب، 1997، صفحة 203)

خلاصة:

بعد عرضنا للمحاور الأربعة اتضح لنا جليا الغموض الذي كان يدور حول تلك العناصر ففي: الكرة الطائرة اتضح لنا بأنها رياضة جماعية بأتم معنى الكلمة حيث يشارك فيها جميع اللاعبين وهذا راجع إلى القانون الذي يحدد أنه لا يمكن لأي لاعب أن يلمس الكرة مرتين على التوالي إلا في حالة وحيدة وهي إذا كانت المرة الأولى صدا وبالتالي لديه الحق أن يلمسها مرة ثانية.

وفي مرحلة المراهقة رأينا أنها من أهم المراحل التي يمر بها الفرد لأنها المرحلة التي يتم فيها إعداد الناشئ ليصبح مواطن يتحمل مسؤوليات المشاركة في نشاط المجتمع الكبير، وفيها تتكون شخصيته وتحدده مكونات كلمة المراهقة التي تحل على مرحلة النمو المتوسط بين الطفولة والرشد الذي سبب كثيرا من القلق والاضطرابات النفسية حتى أنه يشار إلى هذه الفترة بأنها فترة أزمة.

كما أنه يتم في هذه الفترة النضج البيولوجي والفسولوجي والجسمي عموما كما يبلغ الفرد فيها الطفولة النهائية. أما في الاستقبال فقد استنتجنا أنه من التركيبات الدفاعية التي كانت ولا زالت في تغير مستمر من الحسن إلى الأحسن منذ نشأتها مما أضاف نوع من التشويق والحلاوة في الكرة الطائرة، ويجب دائما على لاعبي الكرة الطائرة الخضوع إلى عدة طرق في التدريب للوصول إلى أداء الاستقبال بطريقة جيدة.

لقد عرف الأداء الرياضي تطورا كبيرا و ملحوظا نتيجة الأبحاث العديدة والدراسات المعمقة في محاولة لتحسينه خدمة للرياضة وللرياضيين، والأداء الجيد هو ثمار العمل المتواصل للرياضي، فإذا كان الأداء جيدا فإن الرياضي متحرر من جميع النواحي (البدنية، التقنية، والنفسية) فالأداء والمهارة عامل خارج عن نطاق طاقته وذلك باستناده على العوامل السابقة.

وكل هذا أدى بالكرة الطائرة إلى احتلال مكانة خاصة في الوسط الرياضي.

الفصل الثاني

الدراسات

المرتبطة بالبحث

تمهيد:

تعتبر الدراسات السابقة أساس ومصدر لكل باحث، فكل بحث هو عبارة عن تكملة لبحوث أخرى وتمهيد لبحوث قادمة، وهذا ما نجده في خصائص البحث العلمي أنه تكاملي البناء، فكل بحث هو عبارة عن حلقة من حلقات سلسلة البحث العلمي.

ويعرفها رابح تركي "كلما أقيمت دراسة علمية لحقتها دراسات أخرى تكملها وتعتمد عليها وتعتبر بمثابة ركيزة أو قاعدة للبحوث المستقبلية، إذ أنه من الضروري ربط المصادر الأساسية من الدراسات السابقة بعضها ببعض، حتى يتسنى لنا تصنيف وتحليل معطيات البحث والربط بينهما وبين الموضوع الوارد والبحث فيه". (ترمي، 1999، صفحة 123) أما فيما يتعلق بهذا الموضوع يمكن القول أن الأبحاث والدراسات التي تطرقت إلى مثل هذه المواضيع في بلادنا قليلة جدا إن لم نقل منعدمة، لكن هناك بعض الدراسات والتي نوجزها فيما يلي:

1-2- الدراسات السابقة والمشابهة:

1-1-2- الدراسة الأولى:

قام الباحث حاتم فليح حافظ حسين بإعداد دراسة لنيل شهادة الماجستير بعنوان:

(التوافق العضلي العصبي ودقة بعض أساليب الهجوم بالضرب الساحق للاعبين الكرة الطائرة وعلاقتها

بترتيب فرق الدوري الممتاز لمنطقة الفرات الأوسط)، سنة (2004-2005))

- مشكلة الدراسة:

هل للتوافق العضلي العصبي ودقة بعض أساليب الهجوم بالضرب الساحق للاعبين الكرة الطائرة علاقته

بترتيب فرق الدوري الممتاز لمنطقة الفرات الأوسط؟

- أهداف البحث:

1- التعرف على التوافق العضلي العصبي لدى لاعبي فرق الدوري الممتاز بالكرة الطائرة لمنطقة الفرات الأوسط.

2- التعرف على دقة بعض أساليب الهجوم بالضرب الساحق لدى لاعبي الدوري الممتاز بالكرة الطائرة لمنطقة الفرات الأوسط.

3- التعرف على علاقة التوافق العضلي العصبي ودقة بعض أساليب الهجوم بالضرب الساحق بترتيب فرق الدوري الممتاز.

- فروض البحث:

1- هناك علاقة معنوية بين التوافق العضلي العصبي وترتيب الفرق في الدوري.

2- هناك علاقة معنوية بين دقة بعض أساليب الهجوم بالضرب الساحق وترتيب الفرق في الدوري.

3- هناك علاقة معنوية بين (التوافق العضلي العصبي ودقة بعض أساليب الهجوم بالضرب الساحق وترتيب الفرق في الدوري).

- منهجية البحث: استخدم الباحث المنهج الوصفي وبأسلوب المسح والعلاقات الارتباطية.

- عينة البحث: عينة عشوائية اشتملت على (56) لاعباً مشاركاً في الدوري الممتاز لمنطقة الفرات الأوسط ينتمون إلى (7) أندية هم (الشامية، الهاشمية، الدغارة، الكوفة، الروضتين، الهندية، القاسم).

- أداة البحث: اشتملت الاختبارات المرشحة لموضوع البحث والتجربة الاستطلاعية التي أجراها الباحث وثبات الأداة وصدقها والوسائل الإحصائية المناسبة لغرض معالجة النتائج.

- الاستنتاجات التي توصل إليها الباحث:

1- التوافق العضلي العصبي في اختبارات (نط الحبل، رمي واستقبال الكرات، الدوائر المرقمة) له ارتباط معنوي مع ترتيب الفرق في الدوري الممتاز.

2- دقة الضرب الساحق بأنواعه (الضرب الساحق القطري، الضرب الساحق المستقيم، الضرب الساحق السريع

(4-5)، الضرب الساحق السريع (1-2)، الضرب الساحق المتوسط يرتبط ارتباطاً معنوياً مع ترتيب فرق الدوري الممتاز.

الفصل الثاني: الدراسات المرتبطة بالبحث.

3- التوافق العضلي العصبي ودقة بعض أساليب الهجوم بالضرب الساحق ترتبط ارتباطاً معنوياً بترتيب الفرق في الدوري الممتاز.

- أهم الاقتراحات:

1- التأكيد على تمارين الدقة الحركية بأساليب تدريبية تتناسب مع إمكانيات العينة البدنية والمهارية للحصول على الخبرة الحركية.

2- التأكيد على تطوير عناصر اللياقة البدنية الأخرى المتمثلة بالقوة والسرعة والمرونة والرشاقة لتأثيرها في التوافق والدقة الحركية.

2-1-2- الدراسة الثانية:

دراسة لؤي غانم الصميدعي و(آخرون).

عنوان الدراسة (التوافق العضلي العصبي وعلاقته بدقة ضرب الإرسال التنسي بالكرة الطائرة) في إطار إنجاز رسالة ماجستير سنة 2002.

- مشكلة الدراسة:

هل هناك علاقة بين التوافق العضلي العصبي ودقة ضرب الإرسال التنسي بالكرة الطائرة؟

- حيث كانت أهداف الدراسة:

1- التعرف على قيم التوافق العضلي العصبي لكلا الذراعين وقيم الدقة الحركية للإرسال التنسي بالكرة الطائرة.

2- إيجاد العلاقة الارتباطية بين التوافق العضلي العصبي للذراعين والدقة بالإرسال التنسي بالكرة الطائرة.

- أما فرضية البحث فكانت كالتالي:

توجد علاقة ذات دلالة معنوية بين التوافق العضلي العصبي ودقة ضرب الإرسال التنسي بالكرة الطائرة.

- منهج البحث: استخدم الباحثون المنهج الوصفي وبطريقة المسح لملائمة طبيعة البحث.

- مجتمع وعينة البحث: تم اختيار عينة البحث بصورة عشوائية من لاعبي منتخب كلية التربية الرياضية لجامعة الموصل وبواقع (10) لاعبين والمشاركين في دوري الكرة الطائرة.

- أداة البحث: اشتملت على مجموعة من الاختبارات التي تتناسب وطبيعة البحث.

- الاستنتاجات:

1- دقة الإرسال كانت جيدة لدى عينة البحث وسجلت متوسط حسابي قدره (33) درجة من مجموع (40) درجة.

2- التوافق العضلي العصبي لذراع اليمين أفضل من ذراع اليسار وكذلك أفضل من استقبال الكرة بكتلا الذراعين وسجل قيمة (4.5) من خمس مرات وهي أعلى قيمة للاختبارات الثلاث.

3- كانت العلاقة الارتباطية معنوية بين التوافق العضلي العصبي لذراع اليمين ودقة الإرسال التنسي وقيمة 70%.

4- لم نحصل على علاقة ارتباط معنوية بين التوافق العضلي العصبي لذراع اليسار ودقة الإرسال التنسي لدى عينة البحث.

الفصل الثاني: الدراسات المرتبطة بالبحث.

- أهم الاقتراحات:

1- ضرورة قيام المدربين باختبار فرقههم اختبارات دورية للتوافق والدقة الحركية للتعرف على مستويات فرقههم البدنية والمهارية.

2- إجراء بحوث مشابهة بين دقة أداء المهارات الأساسية المتبقية والتوافق العصبي العضلي.

3-1-2- الدراسة الثالثة:

دراسة أسماء حكمت فاضل السامرائي.

- رسالة ماجستير بعنوان الدراسة:

(مستوى مهارتي الإعداد والضرب الساحق وعلاقتهما بترتيب فرق الكرة الطائرة)، سنة 1998 م.

- مشكلة الدراسة:

هل لمستوى مهارتي الإعداد والضرب الساحق علاقة بترتيب فرق الكرة الطائرة؟

- هدفت الدراسة إلى معرفة:

1- العلاقة بين مستوى الإعداد وترتيب الفرق في الدوري.

2- العلاقة بين نتائج الضرب الساحق وترتيب الفرق في الدوري.

3- علاقة مستوى الإعداد ومستوى الضرب الساحق بترتيب الفرق في الدوري.

- فروض البحث فكانت:

1- هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين مستوى الإعداد وترتيب الفرق في الدوري.

2- هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين نتائج الضرب الساحق وترتيب الفرق في الدوري.

3- هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين مستوى الإعداد والضرب الساحق وترتيب الفرق في الدوري.

- منهج البحث: استعمل الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب التحليلي.

- عينة البحث: عشوائية واشتملت عينة البحث على لاعبي فرق أندية الدرجة الممتازة (الصناعة، السلام، الكرخ، الجيش، ديالى، الدغارة، الناصرية، الكوفة).

- أداة البحث: استعمل الباحث الملاحظة عن طريق التصوير بجهاز الفيديو.

- وقد خرجت الباحثة بعدد من الاستنتاجات منها:

1- وجود علاقة ارتباط قوية بين المستوى المتوسط من الإعداد الجيد والضرب الساحق غير الجيد مع ترتيب الفرق في الدوري.

2- هناك علاقة قوية ذات دلالة معنوية بين المستوى المنخفض من الإعداد الجيد والضرب الساحق الجيد مع ترتيب الفرق في الدوري.

- أهم الاقتراحات:

1- التركيز على الجانب المهاري والخططي لدى لاعبي الفرق مما يمكنهم من تطبيق الواجبات الهجومية بشكل متوازن ومتقن.

الفصل الثاني: الدراسات المرتبطة بالبحث.

2- ضرورة إقامة دورات تدريبية لكافة مدربي أندية القطر في لعبة الكرة الطائرة وبإشراف مباشر من السادة المعنيين بعلم التدريب وذلك للنهوض بالمستوى البدني الذي يسهم في تطور الجانب المهاري والوقوف على التطورات الجديدة في الكرة الطائرة.

الدراسة الرابعة:

قام الباحث أيدير حسان بإعداد أطروحة دكتوراه بعنوان:

(التوافق العصبي العضلي وعلاقته في تحسين أساليب أداء المهارات الدفاعية في الكرة الطائرة 15-17 سنة).

في سنة: ((2012-2013))

- مشكلة الدراسة:

ما مدى أهمية التوافق العصبي العضلي وعلاقته في تحسين وتنمية أداء بعض المهارات الدفاعية في الكرة الطائرة عند الناشئين وما مدى تأثيرها على تحسين نتائج المنافسات؟

- أهداف البحث:

1- التعرف على أهمية تنمية صفة التوافق العصبي العضلي لدى فئة الناشئين.

2- إبراز مدى تأثير تنمية هذه الصفة في الأداء الجيد وتحسين النتائج.

3- معرفة أھو الطرق والأساليب العلمية لتنمية صفة التوافق العصبي العضلي لدى الناشئين.

- فروض البحث:

1- توجد علاقة ارتباط معنوية بين التوافق العصبي العضلي ومهارات الصد.

2- توجد علاقة ارتباط معنوية بين التوافق العصبي العضلي ومهارة استقبال الإرسال.

3- توجد علاقة ارتباط معنوية بين التوافق العصبي العضلي ومهارة الدفاع عن الملعب.

- منهجية البحث: استخدم الباحث المنهج الوصفي وبأسلوب المسحي والدراسات الارتباطية.

- عينة البحث: عينة عشوائية اشتملت على (6) فرق بمقدار (72) لاعباً من لاعبي البطولة الولائية للكرة الطائرة أشبال لمدينة قسنطينة.

- أداة البحث: اشتملت الاختبارات المرشحة لموضوع البحث وتمثلت في:

. اختبارات التوافق العصبي العضلي (اختبار نط الحبل، رمي واستقبال الكرات، الدوائر المرقمة).

. الاختبارات مهارية (اختبار استقبال الإرسال، استقبال الضرب الساحق، ضد الضرب الساحق).

- الاستنتاجات التي توصل إليها الباحث:

1- وجود علاقة ارتباط معنوي بين التوافق العصبي العضلي للعين والرجل واليد ومهارة الصد وذلك من خلال

اختبار نط الحبل واختبار التوافق العصبي العضلي للعين واليد من خلال اختبار رمي واستقبال الكرة واختبار

التوافق العصبي العضلي للعين والرجل ومهارة الصد من خلال اختبار الدوائر المرقمة.

- أهم الاقتراحات:

1- الإعتداع على تمارين التوافق العظلي العصبي باستخدام وسائل مساعدة واستخدام تمارين التوافق بين العين واليد والرجل للحصول على التكنيك الجيد من خلال التمارين التي تعنى بذلك.

2-2- التعليق على الدراسات السابقة:

- منهج البحث: في الدراسات الأربع استعمل المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي.

- عينة البحث: العينة عشوائية واشتملت على لاعبي فرق أندية الدرجة الممتازة.

- أداة البحث: اشتملت على مجموعة من الاختبارات التي تتناسب وطبيعة البحث.

- أهم النتائج المشتركة بين الدراسات الأربع:

1- التوافق العظلي العصبي ودقة بعض أساليب الهجوم بالضرب الساحق ترتبط ارتباطاً معنوياً بترتيب الفرق في الدوري الممتاز.

2- كانت العلاقة الارتباطية معنوية بين التوافق العظلي العصبي لذراع اليمين ودقة الإرسال التنسي وقيمة 70%.

3- وجود علاقة ارتباط قوية بين المستوى المتوسط من الإعداد الجيد والضرب الساحق غير الجيد مع ترتيب الفرق في الدوري.

4- وجود علاقة ارتباط معنوي بين التوافق العصبي العظلي للعين والرجل واليد ومهارة الصد، مهارة استقبال الإرسال، ومهارة الدفاع عن الملعب.

خلاصة:

تعد الدراسات السابقة من أهم العناصر المعينة على حل مشكلات البحث نظرا لإسهاماتها المتمثلة في التخطيط، وضبط المتغيرات، إضافة إلى ذلك فإن الباحث يرجع إليها مرارا و تكرارا، وهذا لما لها من دور في الحكم والمقارنة أو الإثبات أو النفي وهذا ما رأيناه عند تطرقنا للدراسات السالفة الذكر واستقدنا منه على قدر المستطاع.

الجانب التطبيقي

الدراسة الميدانية
للبحث

الفصل الثالث

منهجية البحث
وإجراءاته
الميدانية

تمهيد:

مما لا شك فيه أن الوصول إلى نتائج مرضية لا يكون إلا بتوظيف أو الاعتماد على طريقة منهجية محكمة تسهل العمل وترسم معالمه وتخدم موضوع الدراسة فتكسب النتائج مصداقية وتجعل الأحكام الصادرة تتسم بالموضوعية التامة وقد قمنا بإجراء دراسة ميدانية للإطاحة بمختلف جوانب هذا الموضوع وذلك باختيار العينة المناسبة واعتماد المنهج الملائم لمثل هذه الدراسات، مستخدمين مختلف الوسائل والأدوات مع توفر الشروط التي تضمن لنا نجاح هذه العملية، وقد سارت أطوارها وفق خطوات مبرمجة ومتسلسلة بغية تحقيق الأهداف المراد الوصول إليها.

3-1- الدراسة الاستطلاعية:

لا يختلف أي باحث، على أن ضبط سؤال الإشكالية وصياغة الفرضيات، هو أساس انطلاق الدراسة أما أدوات البحث المناسبة فهي أساس انجاز الجانب الميداني، الذي يعطي البحث أكثر موضوعية ومصداقية. تعد الدراسة الاستطلاعية الخطوة الأولى في البحث العلمي، والهدف منها التعرف على ميدان الدراسة وبعض المتغيرات المتعلقة بالدراسة، والتعرف على بعض الجوانب والمفاهيم المرتبطة بموضوع البحث وضبط العينة التي تجري عليه الدراسة.

نظرا لأهمية موضوع بحثنا والجوانب المراد دراستها، والتي تتطلب منا جهد كبير واجتهاد مقنن حسب الإمكانيات المتوفرة لدينا، بالإضافة إلى الخصائص التي تتميز بها عينة البحث، جاءت الدراسة الاستطلاعية على النحو الآتي:

قمنا في بداية الأمر وبعد اختيار موضوع الدراسة وتحديد المشكلة ثم صياغة الفرضيات والعينة التي سنجري عليها الدراسة، بدراسة ميدانية استطلاعية على بعض القاعات المتعددة الرياضات بولاية الجزائر، وبعد معاينتنا على القاعات وذلك للإطلاع على عمل المدربين وكانت لنا لقاءات مع بعض المدربين وطرح بعض الأسئلة عليهم بخصوص فعالية الاستقبال على مستوى اللعب لدى لاعبي الكرة الطائرة أقل من 17 سنة، والغرض منه هو إيضاح بعض المفاهيم المتعلقة بموضوع الدراسة.

ثم بعد ذلك تلتها زيارات ميدانية إلى مقر رابطة ولاية الجزائر للكرة الطائرة وكان لنا نقاش مع رئيس الرابطة الذي أمدنا ببعض المعلومات والإحصاءات المتعلقة بتوزيع وتقسيم النوادي على القاعات، وعدد الأندية والمدربين القائمين على مختلف الفئات وكان لنا لقاء مع بعض المدربين وأجرينا معهم مقابلات شخصية وطرحنا عليهم بعض الأسئلة التي تقرينا نوعا ما من فهم مشكلة البحث.

قمنا بعد ذلك بصياغة أسئلة على شكل استبيان لغرض تقصي الحقائق والاطلاع على واقع انتقاء الناشئين، وعمل المدربين وطبيعة هذه العلاقة.

هذا الاستبيان تم عرضه على الأستاذ المشرف وبعض الأساتذة المتخصصين، والغرض منه هو التأكد من أن الأسئلة واضحة ومفهومة وتحقق غرض الدراسة وتخدم فرضيات البحث. والتعرف على الأسئلة التي قد تسبب حرجا للمستجوبين أو يحاولون التهرب من الإجابة عليها، حتى يتم إعادة صياغتها بطريقة أخرى تبعد الحرج والتهرب عن الإجابة، ولقد خرجنا بمجموعة من الملاحظات، نلخص أهمها في ما يلي:

- التعرف على الميدان ومدى إمكانية إجراء هذه الدراسة.
 - غموض بعض الأسئلة، مما جعلنا نعيد صياغتها.
 - وجود بعض التكرارات في بنود الأسئلة مما دفعنا لحذفها.
 - عدم ملائمة بعض الأسئلة مما دفعنا لحذفها نهائيا.
- كما أننا قمنا بوضع شبكة ملاحظة قصد ملاحظة بعض مباريات نادي رائد شباب قادية للكرة الطائرة، وقد عرضناها أيضا على بعض المحكمين الذين قدموا لنا قرارهم، بعد ذلك قمنا بتعديلها وفق ملاحظاتهم.

2-3- منهج البحث:

إن طبيعة الموضوع المدروس هي التي تحدد لنا المنهج المتبع في الدراسة، لأن هناك مواضيع يصلح لها منهج دون آخر وانطلاقاً من طبيعة الموضوع الذي نحن بصدد دراسته للتأكد من صحة فرضيتين في هذه الدراسة إتباعاً للمنهج الوصفي. الذي يستطيع فيه الباحث السيطرة على العوامل المختلفة التي تؤثر على الظواهر المدروسة لما يقوم فيه الباحث بخلق الموقف وما يتطلب من شروط تحرك المتغيرات التابعة.

3-3- متغيرات البحث:

1-3-3- المتغير المستقل:

يعرف بأنه ذو طبيعة استقلالية حيث يؤثر في المتغيرين التابع والدخيل دون أن يتأثر بهما، وهنا المتغير المستقل هو "تقنية الاستقبال".

2-3-3- المتغير التابع:

يتأثر مباشرة بالمتغير المستقل في كل شيء سواء الاتجاه السلبي أو الايجابي فإن كان المتغير المستقل ايجابي كان المتغير التابع مباشرة ايجابي والعكس. (خفاجة، 2002، صفحة 169) وهنا المتغير التابع هو "مستوى اللعب".

4-3- مجتمع البحث:

هو تلك المجموعة الأصلية التي تأخذ منها العينة، ويطلق على المجتمع الإحصائي اسم العلم ويمكن تحديده على أنه كل الأشياء التي تمتلك الخصائص أو السمات القابلة للملاحظة والقياس والتحليل الإحصائي. ولكي يكون البحث مقبولاً وقابلًا للإنجاز لابد من تحديد مجتمع البحث الذي نريد فحصه وأن نوضح المقاييس المستعملة من أجل مصدر هذا المجتمع، ومجتمع دراستنا يتكون من فرق الكرة الطائرة لرابطة ولاية الجزائر فئة أقل من 17 سنة.

الفصل الثالث: منهجية البحث والإجراءات الميدانية

جدول رقم 02: يمثل مدربي الفئات الشبانية لكرة الطائرة الرابطة الولائية لولاية الجزائر.

N°	CLUBS	Entraîneurs
01	GSP Pétrolier	08
02	RAMA EL MOURADIA	03
03	ASCOS OUED SMAR	04
04	RIJA ALGER	02
05	WOR ROUIBA	04
06	NOR REGHAIA	03
07	WAT AIN TAYA	03
08	NRBH EL HAMMAMET	03
09	CASAM AMEL ELMOHAMADIA	02
10	NRS ALGER CENTRE	04
11	OCM OLYMPIQUE EL MOHAMMA	02
12	OCA OLYMPIQUE D'ALGER	04
13	RCK KADIRIA	02
14	JSCM MAATKAS	01

وقد قمنا بتوزيع الاستبيان على 15 مدرب من مختلف الأندية المشاركة في الرابطة الولائية لولاية الجزائر.

الجدول رقم 03: يمثل قائمة أندية الرابطة الولائية لولاية الجزائر للكرة الطائرة لفئة أقل من 17 سنة.

N°	CLUBS	
01	GSP	Pétrolier
02	RAMA	EL MOURADIA
03	ASCOS	OUED SMAR
04	RCK	KADIRIA
05	WOR	ROUBA
06	NOR	REGHAIA
07	WAT	AIN TAYA
08	NRBH	EL HAMMAMET
09	OCM	EL MOHAMMADIA

5-3- عيّنات البحث:

تعرف العينة على أنها: "مجتمع الدراسة الذي تجمع منه البيانات الميدانية وهي تعتبر جزء من الكل بمعنى أن تؤخذ مجموعة أفراد المجتمع على أن تكون ممثلة للمجتمع لتجرى عليها الدراسة" (زرواتي، 2002، صفحة 91) وتعرف أيضا على: "أنها جزء من الكل أو بعض من المجتمع". (راتب، 1999، صفحة 143) ونظرا لطبيعة دراستنا فقد اعتمدنا على العينة العشوائية من المجتمع الأصلي للبحث لأندية ولاية الجزائر وتعرف على أنها الطريقة التي تعتمد على: "منح فرص متكافئة لكل فرد من أفراد المجتمع وأن يكون ضمن أفراد العينة المختارة فهي تتضمن الاختيار العشوائي لعدد أفراد العينة من قائمة المجتمع". وقد تمثلت عينة البحث في مدربي الكرة الطائرة من رابطة ولاية الجزائر لفئة أقل من 17 سنة. وقد استعملنا العينة القصدية (العمدية) عند ملاحظة لاعبي الكرة الطائرة لنادي رائد شباب قادية لفئة أشبال: "وهي التي يتم اختيارها بناء على حكم شخصي أو تقدير ذاتي بهدف التخلص من المتغيرات الدخيلة لإلغاء مصادر التعريف المتوقعة". (وأخرون، 2006، صفحة 21)

الفصل الثالث: منهجية البحث والإجراءات الميدانية

جدول رقم 04: يمثل لاعبي رائد شباب قادية للكرة الطائرة فئة أقل من 17 سنة.

الرقم	اسم اللاعب	تاريخ الميلاد
08	تفات جمال	1998-06-19
03	طوطاوي عبد الغني	1999-01-27
04	جعدي عماد	1999-07-26
02	صحراوي محمد صابر	2000-01-15
04	عباس محمد صالح	2000-02-25
03	خلفان ماسينيسا	2000-03-16
03	قاسم معاذ	1999-04-16
03	حمودي عبد الوهاب	1999-08-14
02	قنون فيصل	2000-12-08
04	سعدي نسري	1999-05-31
02	قاسي سيد علي	1999-03-19
04	قوباع غلي	2000-01-25

6-3- مجالات البحث:

6-3-1- المجال البشري:

مدربي الكرة الطائرة لرابطة ولاية الجزائر ولاعبو الكرة الطائرة لنادي رائد شباب قادية.

6-3-2- المجال المكاني:

تم إجراء هذا البحث على مستوى ولاية الجزائر، وبالنسبة للملاحظة فكانت بالقاعة المتعددة الرياضات بقادية والفرق المنافسة.

6-3-3- المجال الزمني:

بالنسبة للجانب النظري تم البدء فيه من 01 ديسمبر إلى غاية 15 فيفري، أما بالنسبة للجانب التطبيقي فقد شرعنا فيه ابتداء من منتصف شهر فيفري إلى غاية 02 ماي.

3-7- أدوات البحث:

3-7-1- الملاحظة:

تعتبر الملاحظة من بين التقنيات المستعملة خاصة في الدراسة الميدانية، لأنها الأداة التي تجعل الباحث أكثر اتصال بالمبحوث.

والملاحظة العلمية تمثل طريقة منهجية يقوم بها الباحث بدقة تامة وفق قواعد محددة للكشف عن تفاصيل الظواهر ولمعرفة العلاقات التي تربط بين عناصرها، حيث يقوم الباحث بتسجيل الملاحظات وتجميعها لاستخلاص المؤشرات، ويتم بواسطة الإدراك الحسي (الحواس المجردة) أو الاستعانة ببعض الآلات والأجهزة ووسائل التسجيل المضبوطة والأدوات التقنية المتطورة. (حامد، 2003، صفحة 126)

أ- الملاحظة المباشرة:

اخترنا هذا النوع من الملاحظة لأنها تعتمد على إجراء خطة مسبقة لإجراء الملاحظة، و تسجيل المشاهدات وجمع البيانات، ولأجل تسهيل عملية تحليل البيانات يلجأ الباحث إلى الاستعانة باستخدام أجهزة التصوير والقياس والوسائل السمعية والبصرية ولها علاقة مباشرة بموضوعنا هذا الذي يتطلب منا التنقل إلى مختلف القاعات المتعددة الرياضات لمشاهدة المباريات وجمع البيانات ثم القيام بتحليلها. (إبراهيم، 2002، صفحة 108)

ب- طريقة الملاحظة:

إنّ هذه الوسيلة التي نقوم باستعمالها في هذه البحث تتطلب منا استخدام بطاقة الملاحظة وكتابة البيانات عند مشاهدة مقابلات العينة التي نقوم بدراستها.

نقوم باستخدام بطاقة الملاحظة لأنها تسمح لنا بتقييم نوعية الاستقبال حسب الأشواط وحسب المقابلات.

(3) استقبال جيد في اتجاه الممرر مباشرة.

(2) الكرة لم تصل إلى داخل منطقة ثلاثة أمتار.

(1) استقبال ضعيف (كرة ضائعة).

3-7-2- استمارة الاستبيان:

لقد تم إعداد استمارة استبيان مكونة من (17) سؤال موجهة للمدربين.

ويعرف الاستبيان على أنه: "مجموعة من الأسئلة المركبة بطريقة منهجية حول موضوع معين ثم توضع في

استمارة ترسل إلى الأشخاص المعنيين وهذا للحصول على الأجوبة الواردة فيها". (راتب، 1999، صفحة 146)

ويحتوي الاستبيان على أنواع من الأسئلة وهي:

3-7-1- الأسئلة المغلقة:

وهي الأسئلة التي يحدد فيها الباحث إجاباته مسبقا وغالبا ما تكون "نعم" و"لا".

3-7-2- الأسئلة نصف المفتوحة:

يحتوي هذا النوع على نصفين الأول يكون مغلقا أي الإجابة تكون فيه مقيدة "نعم" أو "لا" والنصف الثاني تكون

فيه الحرية للمستجوب للإدلاء برأيه الخاص.

3-7-3- الأسئلة المفتوحة:

ويتميز هذا النوع من الاستبيانات بأنه يتيح الفرصة للمستجيب على الأسئلة الواردة في الاستبيان أن يعبر عن رأيه بدلا من التقيد وخص إجابته في عدد محدود من الخيارات، ويتميز بأنه ملائم للمواضيع المعقدة ويعطي معلومات دقيقة وسهل التحضير .

3-7-4- الأسئلة متعددة الأجوبة:

وهي أسئلة مضبوطة بأجوبة متعددة ويختار المجيب الذي يراه مناسباً.

3-8- الأسس العلمية للأداة:

3-8-1- صدق الأداة:

صدق الاستبيان يعني التأكد من أنه سوف يقيس ما أعد لقياسه.

كما يقصد بالصدق "شمول الاستبيان لكل العناصر التي يجب أن تدخل في التحليل من ناحية، ووضوح فقراتها ومفرداتها من ناحية أخرى بحيث تكون مفهومة لكل من يستخدمه". (خفاجة، 2002، صفحة 168) وللتأكد من صدق أداة الدراسة قمنا باستخدام صدق المحكمين كأداة للتأكد من أن الاستبيان يقيس ما أعد له حيث قمنا بتوزيع الاستبيان على مجموعة من الأساتذة في جامعة البويرة، وبالاعتماد على الملاحظات والتوجيهات التي أبدتها المحكمون، قمنا بإجراء التعديلات التي اتفق عليها معظم المحكمين حيث تم حذف بعض العبارات وتغيير صياغة بعضها الآخر.

3-9- الوسائل الإحصائية:

لغرض الخروج بنتائج موثوق بها علمياً استخدمنا طريقة إحصائية لبحثنا لكون الإحصاء هو الوسيلة والأداة الحقيقية التي نعالج بها النتائج على أساس فعلي يستند عليها في البحث والاستقصاء وعلى ضوء ذلك استخدمنا ما يلي:

3-9-1- طريقة الملاحظة:

هذه الطريقة تسمح لنا بتقديم وتفسير أهداف ونتائج هذه الدراسة نقوم بحساب المعطيات بالأعداد، ونقوم باستخدام النظريات التالية:

$$\text{نسبة الفعالية \%} = \frac{\text{مجموع الاستقبالات الجيدة (3)}}{\text{مجموع الاستقبالات}} \times 100$$

$$\text{نسبة النجاح \%} = \frac{\text{مجموع (3) + مجموع (2)}}{\text{مجموع الاستقبالات}} \times 100$$

MAX = الحد الأعلى.

MIN = الحد الأدنى.

3-9-2- النسبة المئوية:

بما أن البحث كان مختصراً على البيانات التي يحتويها الاستبيان فقد وجد أن أفضل وسيلة إحصائية لمعالجة النتائج المتحصل عليها هو استخدام النسبة المئوية.

طريقة حسابها: (السامرائي، 1977، صفحة 75)

عدد التكرارات x / 100 / العينة

ع ← 100%

ت ← س

س = ت x / 100 / العينة

ع: عدد العينة.

ت: عدد التكرارات.

س: النسبة المئوية.

اختبار كاف تربيع (كا²): يسمح لنا هذا الاختبار، بإجراء مقارنة بين مختلف النتائج المتحصل عليها، من خلال

الاستبيان وهي كما يلي: (بحفص، 2005، صفحة 193)

$$\text{كا}^2 = \frac{\text{مجموع (ت ح - ت ن)}^2}{\text{ت ن}}$$

ت ن

- درجة الخطأ المعياري $\alpha = 0.05$

- درجة الحرية $n = h - 1$ ، حيث h تمثل عدد الفئات

بحيث تمثل:

كا²: القيمة المحسوبة من خلال الاختبار.

ت ح: عدد التكرارات الحقيقية (الواقعية).

ت ن: عدد التكرارات النظرية (المتوقعة).

يعتمد عدد التكرارات النظرية بتحديد (ت ن) من خلال المعادلة التالية: $n = \text{ت ن} / \text{و}$

حيث: (ن) يمثل عدد الكلي لأفراد العينة.

(و) يمثل عدد الاختبارات الموضوعية للأسئلة.

يسمح هذا الاختبار بتحديد الفروق بين الإجابات، إذا كانت ذات دلالة إحصائية أم لا، وذلك من أجل الكشف عن

مدى فعالية الاستقبال عند لاعبي الكرة الطائرة في تحسين الأداء والحصول على النتائج خلال المقابلات الرسمية.

خلاصة:

لقد شمل هذا الفصل المنهجية المتبعة أثناء البحث بالإضافة إلى إجراءات ما قبل التجربة، اختبارات بدنية وتقنية وعينات البحث ومجالاته، وكذا الدراسات الإحصائية. حيث أن هذه الإجراءات تعبر عن أسلوب منهجي في أي بحث، بالإضافة إلى أنها تساعد الباحث على تحليل النتائج التي توصل إليها هذا من جهة، ومن جهة أخرى تجعلنا نثبت تدرج العمل الميداني في الأسلوب المنهجي الذي يتبعه أي بحث منهجي.

الفصل الرابع

عرض
وتحليل ومناقشة
النتائج

تمهيد:

تتطلب العديد من الدراسات الميدانية ضرورة الاستعانة بأدوات البحث العلمي بمختلف أنواعها، وحرصا منا على الكشف الموضوعي لفعالية الاستقبال قمنا بملاحظة بعض مباريات نادي رائد شباب قادية، ووزعنا أيضا استبيان على المدربين قصد الوصول إلى بعض الاستفسارات التي وضعناها في بحثنا، حيث قدمنا في هذا الاستبيان مجموعة من الأسئلة المتنوعة تتوزع على ثلاث محاور رئيسية.

وفي هذا الفصل سنقوم بتفريغ إجابات الاستبيان في جداول ليتم تنظيمها وفق بيانات وقيم عددية متمثلة في التكرار، النسب المئوية ووضعها في الوسائل الإحصائية المناسبة لها، ليتم بعدها تحليل ومناقشة النتائج المتحصل عليها والخروج في النهاية باستنتاج لكل سؤال.

وفي الجزء الثاني من هذا الفصل سنحاول الربط بين الاستنتاجات والنتائج المتوصل إليها من الملاحظة والاستبيان مع فرضيات البحث المحددة سلفا وهو ما يدعى بمقابلة النتائج بالفرضيات.

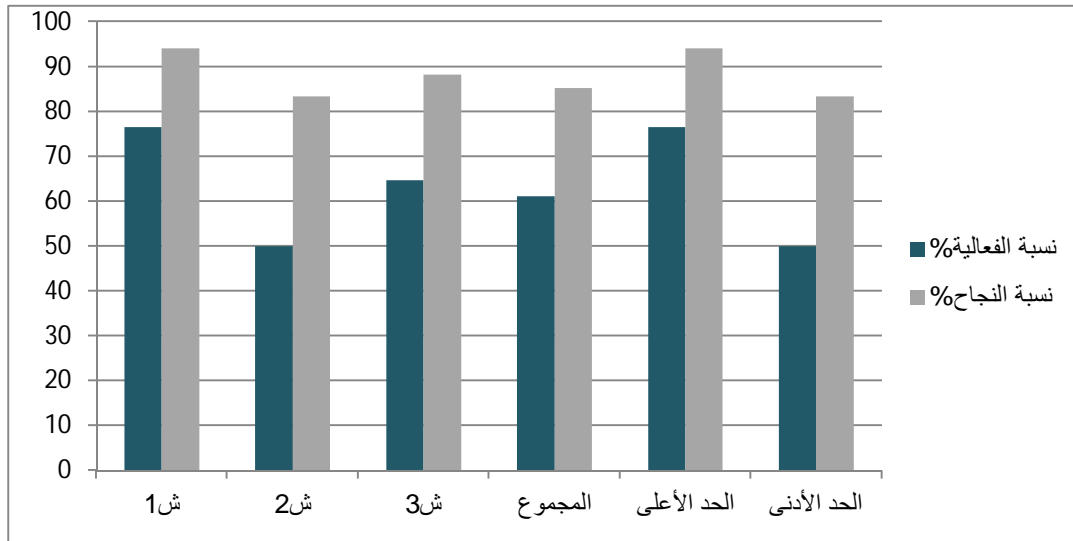
4-1- عرض وتحليل النتائج:

المقابلة الأولى: (0-3).

الجدول رقم (05): يوضح نسبة فعالية الاستقبال حسب الأشواط لفريق رائد شباب قادية.

الأشواط	نوعية الاستقبال			المجموع	نسبة الفعالية %	نسبة النجاح %
	(3)	(2)	(1)			
ش1	13	3	1	17	76.47	94.11
ش2	9	6	3	18	50	83.33
ش3	11	4	2	17	64.70	88.23
المجموع	33	13	6	54	61.11	85.18
الحد الأعلى	13	6	3	22	76.47	94.11
الحد الأدنى	9	3	1	13	50	83.33

الشكل رقم (05): أعمدة بيانية تمثل نسبة فعالية الاستقبال حسب الأشواط لفريق رائد شباب قادية.



- عرض وتحليل النتائج:

من خلال النتائج المحصل عليها من الجدول الإحصائي نلاحظ أن الحد الأعلى لنسبة فعالية الاستقبال جاءت بنسبة 76.47% في الشوط الأول، أما فيما يخص الحد الأعلى لنسبة النجاح جاءت بنسبة 94.11% في الشوط الأول.

أما فيما يخص الحد الأدنى لفعالية الاستقبال تمثل بنسبة 64.70% في الشوط الثالث وكان الحد الأدنى لنسبة النجاح تمثل 88.23% في الشوط الثالث.

أما بالنسبة للفعالية الكلية للمباراة كانت بنسبة 61.11% ونسبة النجاح كانت 85.18%.

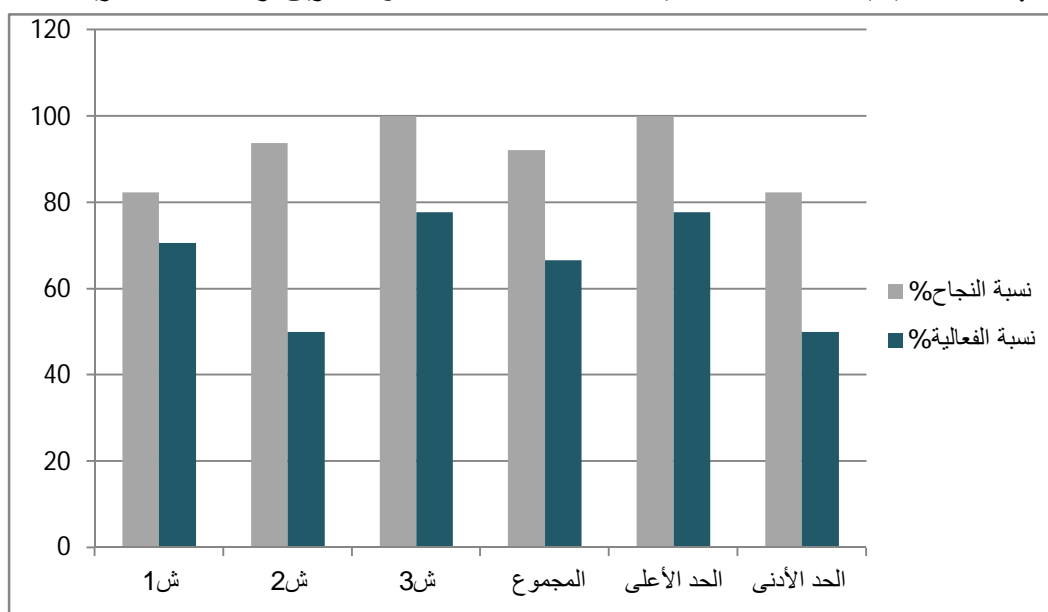
مما سبق نستنتج أن نسبة فعالية الاستقبال لهذه المباراة فوق المتوسط، وهذا ما يدل أن اللاعبين يحسنون أداء هذه المهارة، وهذا راجع إلى إعطاء الأهمية اللازمة لهذه المهارة.

المقابلة الثانية: (0-3).

الجدول رقم (06): يوضح نسبة فعالية الاستقبال حسب الأشواط لفريق رائد شباب قادية.

الأشواط	نوعية الاستقبال			المجموع	نسبة الفعالية %	نسبة النجاح %
	(3)	(2)	(1)			
ش1	12	2	3	17	70.58	82.35
ش2	8	7	1	16	50	93.75
ش3	14	4	0	18	77.78	100
المجموع	34	13	4	51	66.67	92.15
الحد الأعلى	14	7	3	24	77.78	100
الحد الأدنى	8	2	0	10	50	82.35

الشكل رقم (06): أعمدة بيانية تمثل نسبة فعالية الاستقبال حسب الأشواط لفريق رائد شباب قادية.



- عرض وتحليل النتائج:

من خلال النتائج المحصل عليها من الجدول الإحصائي نلاحظ أن الحد الأعلى لفعالية الاستقبال جاءت بنسبة 77.78% في الشوط الثالث، أما فيما يخص الحد الأعلى لنسبة النجاح تمثل 100% في الشوط الثالث. أما فيما الحد الأدنى لفعالية الاستقبال تمثل بنسبة 50% في الشوط الثاني، وكان الحد الأدنى لنسبة النجاح ممثلاً بنسبة 82.35% في الشوط الأول.

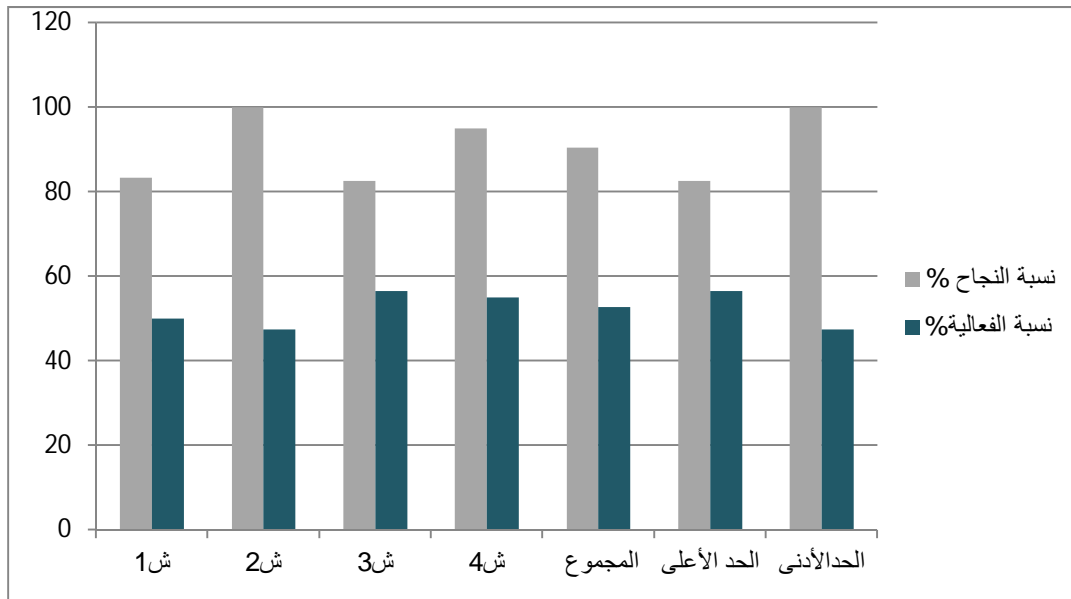
أما بالنسبة للفعالية الكلية للمباراة كانت 66.67% ونسبة النجاح 92.15% مما سبق نستنتج أن نسبة فعالية الاستقبال في هذه المهارة حسنة، وهذا ما يدل على أن اللاعبين يحسنون أداء هذه المهارة، بحيث أن هذه المهارة أدت إلى تحقيق نتائج إيجابية.

في المقابلة الثالثة: (3-1).

الجدول رقم (07): يوضح نسبة فعالية الاستقبال حسب الأشواط لفريق رائد شباب قادية.

الأشواط	نوعية الاستقبال			المجموع	نسبة الفعالية %	نسبة النجاح %
	(3)	(2)	(1)			
ش1	6	4	2	12	50	83.33
ش2	9	10	0	19	47.36	100
ش3	13	6	4	23	56.52	82.61
ش4	11	8	1	20	55	95
المجموع	39	28	7	74	52.70	90.54
الحد الأعلى	13	10	4	27	56.52	100
الحد الأدنى	6	4	0	10	47.36	82.61

الشكل رقم (07): أعمدة بيانية تمثل نسبة فعالية الاستقبال حسب الأشواط لفريق رائد شباب قادية.



- عرض وتحليل النتائج:

من خلال النتائج المحصل عليها من الجدول الإحصائي نلاحظ أن الحد الأعلى لفعالية الاستقبال جاءت بنسبة 56.52% في الشوط الثالث، أما فيما يخص الحد الأعلى لنسبة النجاح جاءت 100% في الشوط الثاني. أما فيما يخص الحد الأدنى لفعالية الاستقبال تمثل 47.36% في الشوط الثاني، وكان الحد الأدنى لنسبة النجاح 82.61% في الشوط الثالث.

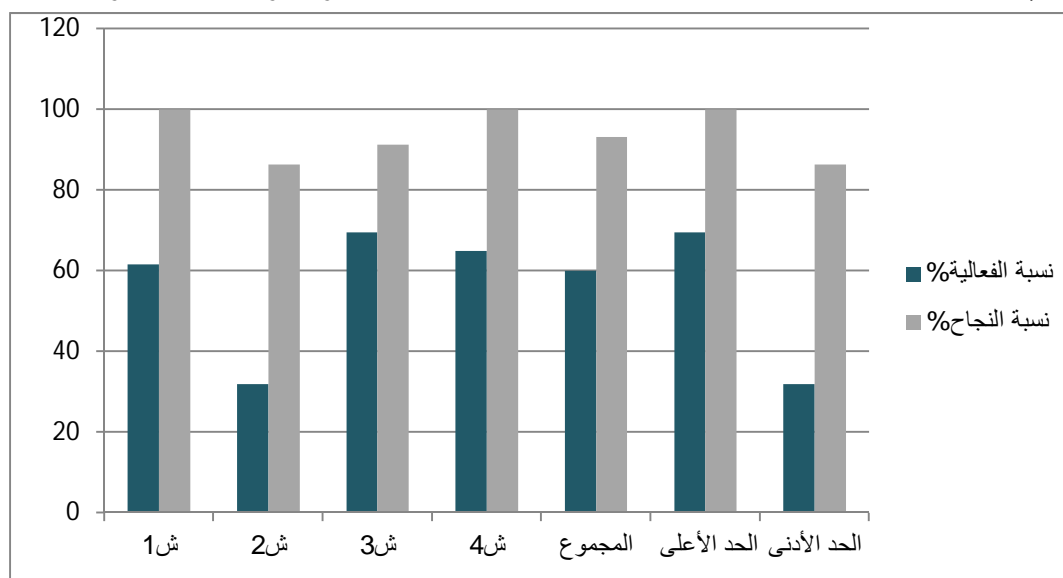
أما بالنسبة للفعالية الكلية للمباراة كانت 52.70% ونسبة النجاح تمثل 90.54% مما سبق نستنتج أن فعالية الاستقبال متوسطة وهذا ما يدل على تأثيرها السلبي على نتيجة هذه المباراة، والتي انخفضت فيها الروح المعنوية لدى اللاعبين.

المقابلة الرابعة: (3-1).

الجدول رقم (08): يوضح فعالية الاستقبال حسب الأشواط لفريق رائد شباب قادية.

الأشواط	نوعية الاستقبال			المجموع	نسبة الفعالية %	نسبة النجاح %
	(3)	(2)	(1)			
ش1	8	5	0	13	61.54	100
ش2	7	12	3	22	31.82	86.36
ش3	16	5	2	23	69.57	91.30
ش4	13	7	0	20	65	100
المجموع	48	35	6	89	59.93	93.26
الحد الأعلى	13	12	3	28	69.57	100
الحد الأدنى	4	5	0	9	31.82	86.36

الشكل رقم (08): أعمدة بيانية تمثل نسبة فعالية الاستقبال حسب الأشواط لفريق رائد شباب قادية.



- عرض وتحليل النتائج:

من خلال النتائج المحصل عليها من الجدول الإحصائي نلاحظ أن الحد الأعلى لفعالية الاستقبال جاءت بنسبة 69.57% في الشوط الثالث، أما فيما يخص الحد الأعلى لنسبة النجاح جاءت بنسبة 100% في الشوط الأول والرابع.

أما فيما يخص الحد الأدنى لفعالية الاستقبال تمثل بنسبة 31.82% في الشوط الثاني، وكان الحد الأدنى لنسبة النجاح 86.31% في الشوط الثاني.

أما بالنسبة للفعالية الكلية للمباراة كانت 59.93% ونسبة النجاح 93.26%.

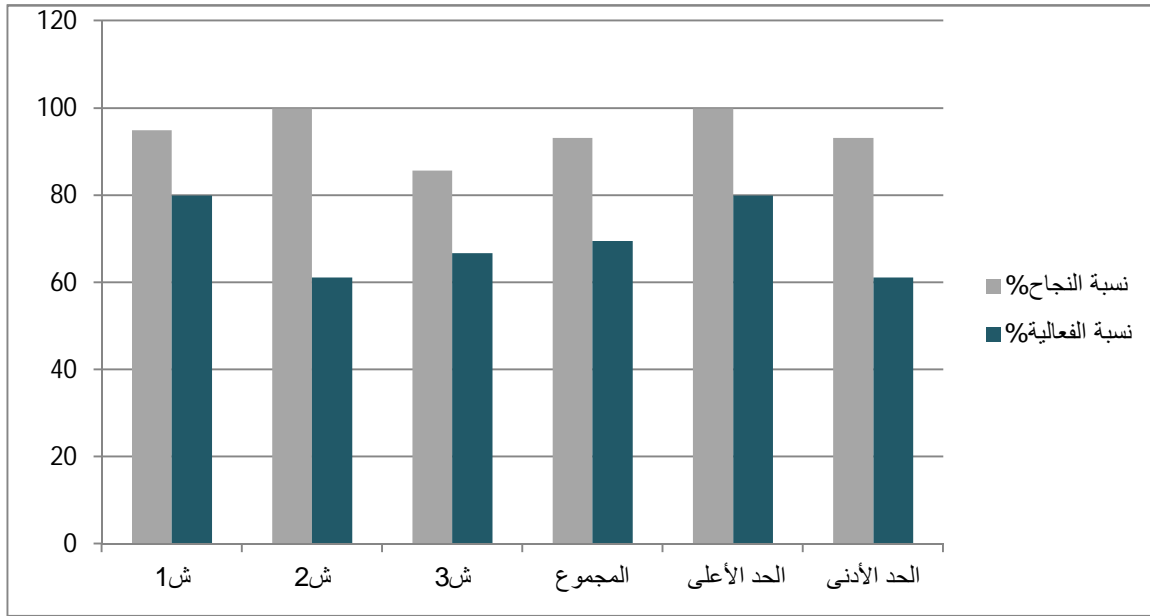
مما سبق نستنتج أن نسبة الاستقبال في هذه المباراة متوسطة، وهذا ما يدل أن اللاعبين هبط مستواهم في هذه المهارة ما أدى إلى خسارة المباراة، ومنه فإن لهذه المهارة تأثير كبير وفعال على الأداء العام للفريق.

المقابلة الخامسة: (0-3).

الجدول رقم (09): يوضح نسبة فعالية الاستقبال حسب الأشواط لفريق رائد شباب قادية.

الأشواط	نوعية الاستقبال			المجموع	نسبة الفعالية %	نسبة النجاح %
	(3)	(2)	(1)			
ش1	16	3	1	20	80	95
ش2	11	7	0	18	61.11	100
ش3	14	4	3	21	66.67	85.71
المجموع	41	14	4	59	69.49	93.22
الحد الأعلى	16	7	3	26	80	100
الحد الأدنى	11	3	0	14	61.11	93.22

الشكل رقم (09): أعمدة بيانية تمثل نسبة فعالية الاستقبال حسب الأشواط لفريق رائد شباب قادية.



- عرض وتحليل النتائج:

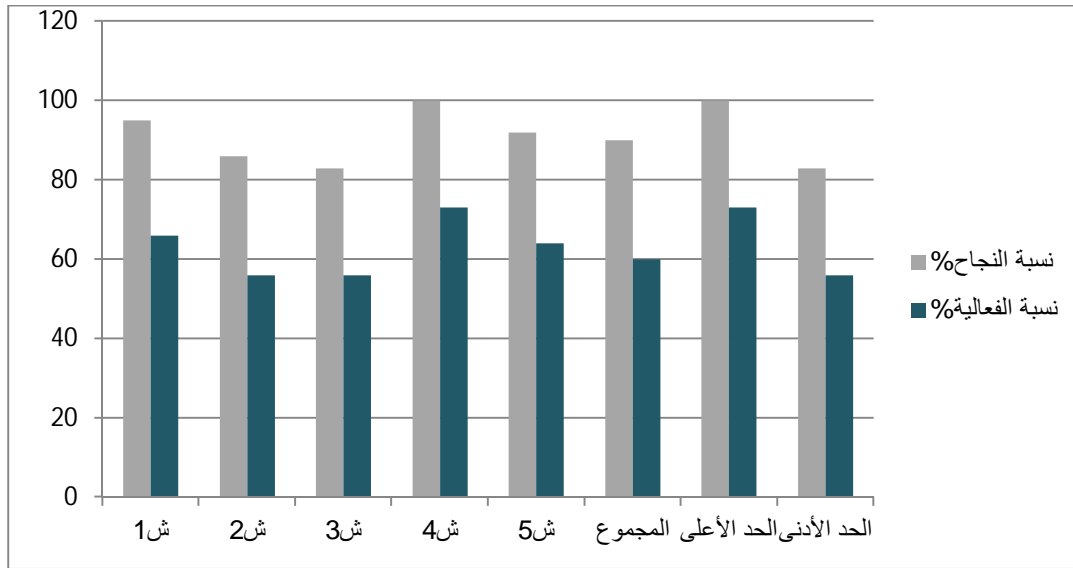
من خلال النتائج المحصل عليها من الجدول الإحصائي نلاحظ أن الحد الأعلى لفعالية الاستقبال جاءت بنسبة 80% في الشوط الأول، أما فيما يخص الحد الأعلى لنسبة النجاح تمثل 100% في الشوط الثاني. أما فيما يخص الحد الأدنى لفعالية الاستقبال تمثل 61.11% في الشوط الثاني، وكان الحد الأدنى لنسبة النجاح تمثل 85.71% في الشوط الثالث. أما بالنسبة للفعالية الكلية للمباراة جاءت 69.49% ونسبة النجاح تمثل 93.22%. مما سبق نستنتج أن نسبة فعالية الاستقبال لهذه المباراة حسنة وهذا دليل واضح على أن اللاعبين يدركون جدا مدى أهمية هذه المهارة.

المقابلة السادسة: (3-2).

الجدول رقم (10): يوضح نسبة فعالية الاستقبال حسب الأشواط لفريق رائد شباب قادية.

الأشواط	نوعية الاستقبال			المجموع	نسبة الفعالية %	نسبة النجاح %
	(3)	(2)	(1)			
ش1	14	6	1	21	66.66	95.23
ش2	13	7	3	23	56.52	86.95
ش3	12	8	4	24	56	83.33
ش4	11	4	0	15	73.33	100
ش5	9	4	1	14	64.28	92.88
المجموع	59	29	9	97	60.82	90.12
الحد الأعلى	14	8	4	26	73.33	100
الحد الأدنى	9	4	0	13	56	83.33

الشكل رقم (10): أعمدة بيانية تمثل نسبة فعالية الاستقبال حسب الأشواط لفريق رائد شباب قادية.



- عرض وتحليل النتائج:

من خلال النتائج المحصل عليها من الجدول الإحصائي نلاحظ أن الحد الأعلى لنسبة فعالية الاستقبال جاءت 56.52% في الشوط الثاني وفيما يخص الحد الأعلى لنسبة النجاح جاءت 86.95% في الشوط الثالث. وفيما يخص الحد الأدنى لنسبة فعالية الاستقبال تمثل 73.33% في الشوط الرابع وكان الحد الأدنى لنسبة النجاح تمثل 100% في الشوط الرابع.

وفيما يخص نسبة الفعالية الكلية للمباراة تمثل 60.82% ونسبة النجاح 90.12%.

مما سبق نستنتج أن نسبة فعالية الاستقبال لهذه المباراة متوسطة، وهذا ما يدل على أن لها تأثير سلبي في تحقيق نتائج إيجابية في المباراة، وهذا ما أدى بالفريق لخسارة المباراة النهائية.

الاستنتاج الخاص بالملاحظة:

بعد دراسة وتحليل نتائج الجداول السابقة، وبعتمادنا على نسبة فعالية الاستقبال في جميع المباريات توصلنا إلى أن هناك فرق طفيف في نسبة الفعالية في المباريات الست.

اعتمادا على نتائج الملاحظة للمباراة الأولى والثانية والخامسة التي قمنا بإجرائها لفريق رائد شباب قادية توصلنا إلى القول بأن التحسن والتطور وإتقان هذه المهارة كان أكثر في هذه المباريات الأولى أين دخل الفريق بقوة وحقق فوزين متتاليين وبنتيجة ساحقة تمثلت في (0-3).

أما فيما يخص المباريات الثلاث المتبقية (الثالثة والرابعة والسادسة) والتي خسرها الفريق بنتيجة (3-1)، (3-2) على التوالي، فقد كان فيها الاستقبال متوسط إن لم نقل أنه كان دون المتوسط وهذا راجع لعدة عوامل منها الإرهاق وبعض المشاكل الفنية والإدارية، وهذا ما انعكس سلبا على نتائج الفريق وأدى إلى خسارته المباراة النهائية. ثم توصلنا إلى استنتاج أن الطريقة التحليلية تلعب دور هام وفعال في تحسين وإتقان هذه المهارة.

الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة النتائج.

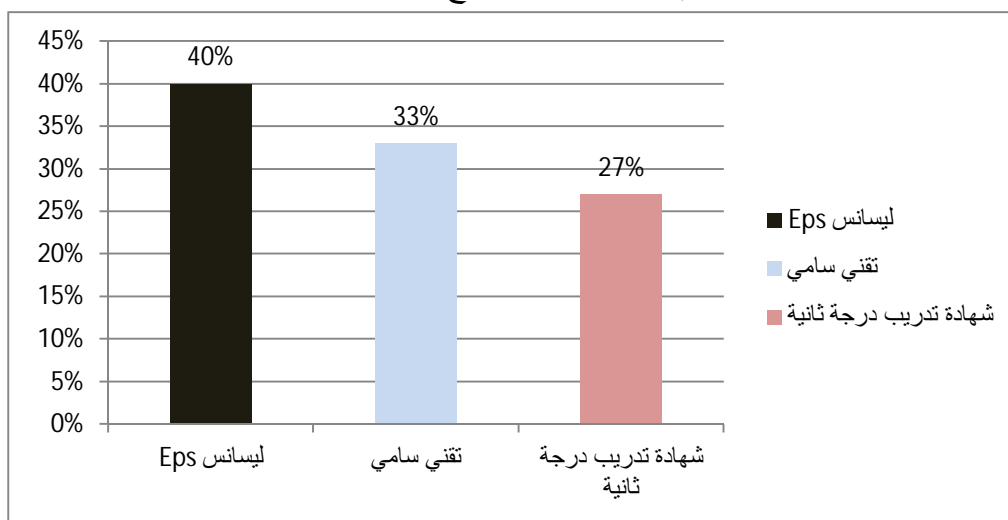
السؤال الأول: ما هي الشهادة المحصل عليها في التدريب؟

الغرض من السؤال: إن المدرب يهدف إلى إمداد اللاعبين بالمعلومات والمعارف من أجل إعدادهم للمستقبل، وهذه المعارف تتوقف على درجة مستوى المدرب، ولهذا طرحنا سؤالنا لمعرفة المستويات العلمية في الجانب الرياضي للمدربين.

الجدول رقم (11): يوضح إجابات المدربين لنوع الشهادة المتحصل عليها.

الإجابات	التكرارات	النسبة %	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولة	مستوى الثبات	درجة الثبات	الاستنتاج الإحصائي
شهادة تدريب درجة ثانية	4	26.66%	0.4	5.99	0.05	2	غير دال
تقني سامي	5	33.33%					
ليسانس Eps	6	40%					
المجموع	15	100%					

الشكل رقم (11): أعمدة بيانية تمثل نسب إجابات المدربين لنوع الشهادة المتحصل عليها.



- عرض وتحليل النتائج:

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن كا² المحسوبة أقل من كا² الجدولة عند مستوى الثبات 0.05، وبدرجة حرية 2، ومنه نستنتج أن الفرضية الصفرية مقبولة وبالتالي لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية، والاختلاف بين النتائج راجع لعامل الصدفة، حيث يظهر هذا الاختلاف في أن نسبة 40% من المدربين حاصلين على شهادة ليسانس Eps، و33.33% من المدربين حاصلين شهادة تقني سامي، ونسبة 26.66% من المدربين حاصلين شهادة تدريب درجة ثانية.

وهذا ما يبين لنا أن مستوى المدربين متوسط إن لم نقل متواضع، وهذا ما يوصلنا إلى أن التدريب في هذه الفئة لا يسير بالشكل المرجو وهي التي تعتبر فئة المستقبل.

الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة النتائج.

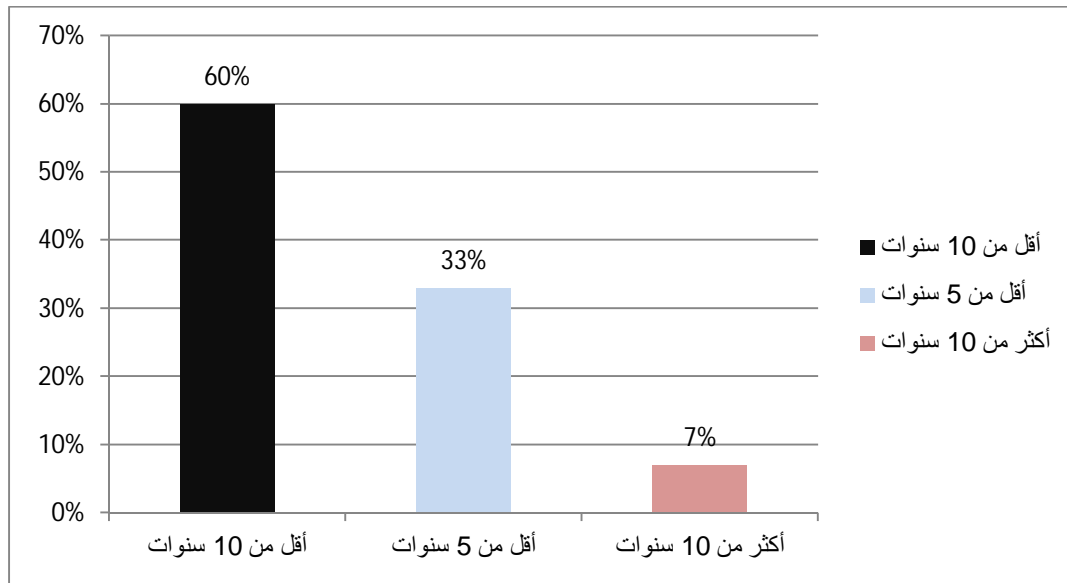
السؤال الثاني: منذ متى وأنت تمارس مهنة التدريب؟

الغرض من السؤال: إن عملية تكوين فرق قوية في الكرة الطائرة تعتمد على المدرب ولهذا طرحنا سؤالنا لمعرفة مدى خبرة المدربين.

الجدول رقم (12): يوضح عدد سنوات خبرة المدربين.

الإجابات	التكرارات	النسبة %	كا ² المحسوبة	كا ² المجدولة	مستوى الثبات	درجة الثبات	الاستنتاج الإحصائي
أقل من 5 سنوات	5	33.33%	6.4	5.99	0.05	2	دال
أقل من 10 سنوات	9	60%					
أكثر من 10 سنوات	1	6.66%					
المجموع	15	100%					

الشكل رقم (12): أعمدة بيانية تمثل نسب عدد سنوات خبرة المدربين.



- عرض وتحليل النتائج:

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن كا² المحسوبة أكبر من كا² المجدولة عند مستوى الثبات 0,05، وبدرجة حرية 2، ومنه نستنتج أن الفرضية الصفرية مرفوضة وبالتالي هناك فروق ذات دلالة إحصائية، تظهر في كون نسبة 33.33% من المدربين خبرتهم قليلة وهي أقل من 5 سنوات، و60% خبرتهم متوسطة والتي قدرت بأقل من 10 سنوات، فيما يخص أصحاب الخبرة الكبيرة فقد كانت النسبة ضئيلة والتي تمثلت في 6.66%.

وهذا ما يوضح أن نسبة كبيرة من المدربين لا تتوفر فيهم الخبرة الكافية في تدريب وتكوين لاعبي الكرة الطائرة لفئة أقل من 17 سنة، وهذا ما لا يخدم هذه فئة.

الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة النتائج.

المحور الأول: الاعتماد في التدريب على تحسين الاستقبال يسمح ببناء هجوم فعال.

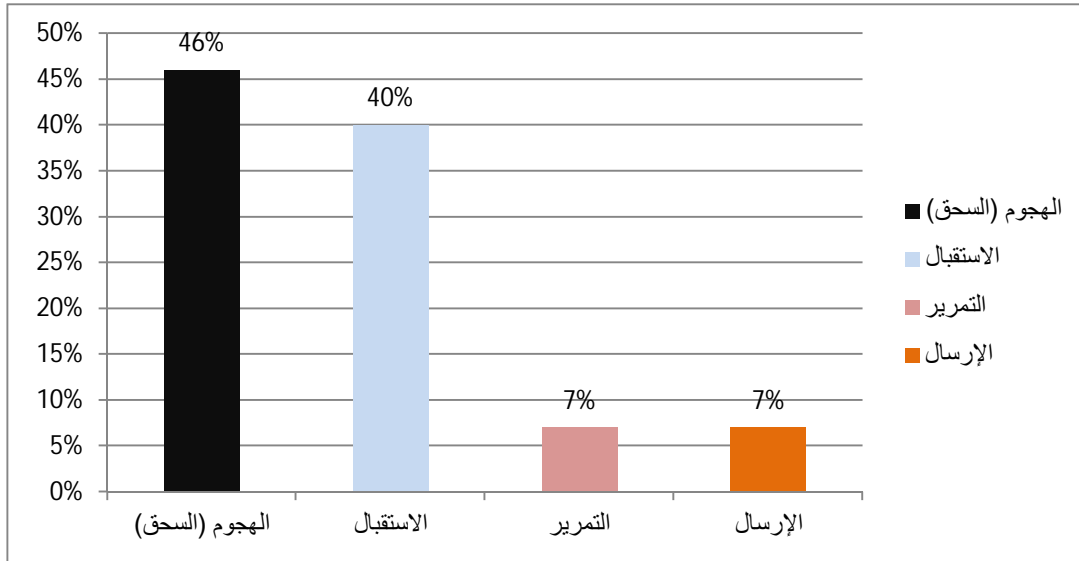
السؤال الثالث: ما هي المهارة التي تركزون عليها في التدريبات؟

الغرض من السؤال: طرحنا سؤالنا لمعرفة المهارة التي يركزون عليها المدربون في التدريبات.

الجدول رقم (13): يوضح المهارة التي يركزون عليها المدربون في التدريبات.

الإجابات	التكرارات	النسبة %	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولة	مستوى الثبات	درجة الثبات	الاستنتاج الإحصائي
الاستقبال	6	40%	8.2	7.81	0.05	3	دال
التمرير	1	6.66%					
الهجوم (السحق)	7	46.66%					
الإرسال	1	6.66%					
المجموع	15	100%					

الشكل رقم (13): أعمدة بيانية تمثل نسب المهارة التي يركزون عليها المدربون في التدريبات.



- عرض وتحليل النتائج:

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن كا² المحسوبة أكبر من كا² الجدولة عند مستوى الثبات 0,05، وبدرجة حرية 3، ومنه نستنتج أن الفرضية الصفرية مرفوضة وبالتالي هناك فروق ذات دلالة إحصائية، تظهر في كون نسبة 40% من المدربين يركزون على مهارة الاستقبال في التدريبات، ونسبة 66.66% من المدربين يركزون على مهارة السحق، فيما نسبة 6.66% من المدربين يركزون على كل من مهارة التمرير والإرسال.

وهذا ما يبين أن كثير من المدربين لا يركزون بدرجة كبيرة على مهارة الاستقبال في حين أن هذه المهارة هي أساس الهجمة وبالتالي يكون هناك تأثير سلبي على النتائج.

الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة النتائج.

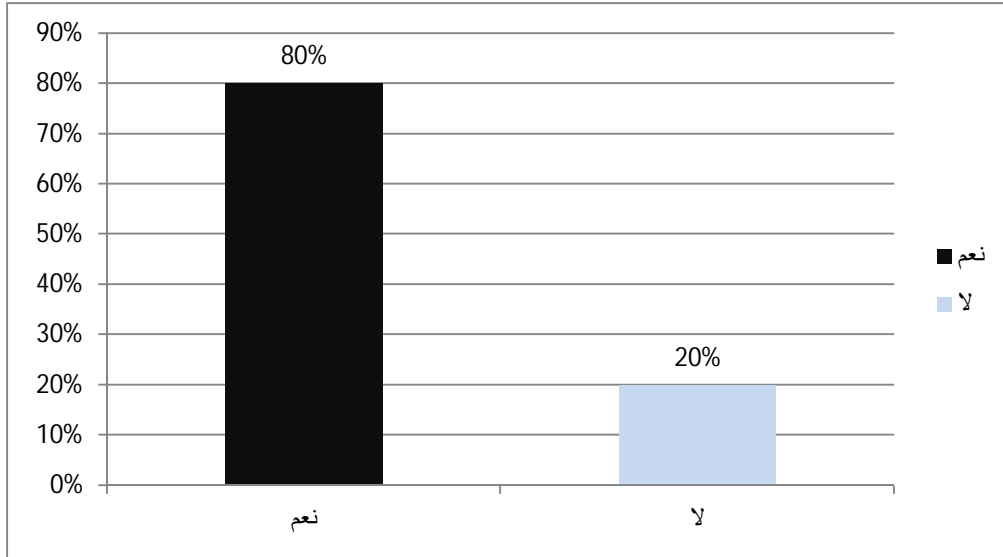
السؤال الرابع: هل تعتمدون على برنامج خاص بمهارة الاستقبال؟

الغرض من السؤال: طرحنا سؤالنا لمعرفة ما إذا كان المدربون يعتمدون على برنامج خاص بمهارة الاستقبال.

الجدول رقم (14): يوضح ما إذا كان المدربون يعتمدون على برنامج خاص بمهارة الاستقبال.

الإجابات	التكرارات	النسبة %	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولة	مستوى الثبات	درجة الثبات	الاستنتاج الإحصائي
نعم	12	80%	5.4	3.84	0.05	1	دال
لا	3	20%					
المجموع	15	100%					

الشكل رقم (14): أعمدة بيانية تمثل نسب ما إذا كان المدربون يعتمدون على برنامج خاص بمهارة الاستقبال.



- عرض وتحليل النتائج:

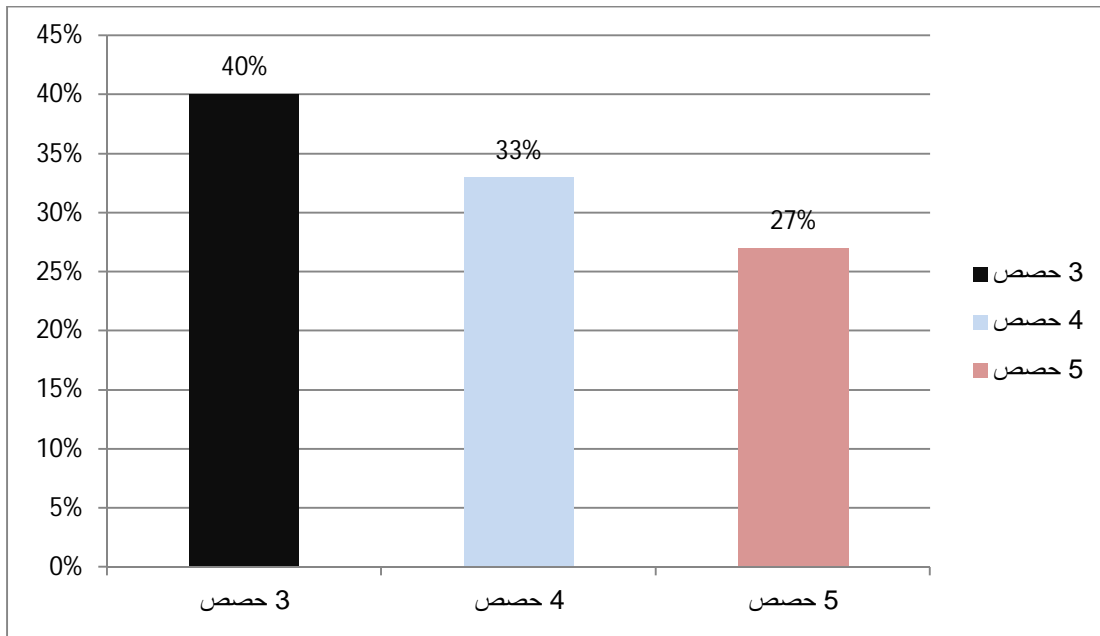
من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن كا² المحسوبة أقل من كا² الجدولة عند مستوى الثبات 0.05، وبدرجة حرية 1، ومنه نستنتج أن الفرضية الصفرية مقبولة وبالتالي لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية، تظهر في كون أن نسبة 80% من المدربين يعتمدون على برنامج خاص بالاستقبال وقد تراوحت مدة هذا البرنامج ما بين 4 إلى 6 أسابيع، فيما نسبة 20% لا يعتمدون على برنامج خاص بالاستقبال. ومنه نستنتج أن نسبة كبيرة من الفرق في الكرة الطائرة تعتمد على برنامج خاص بالاستقبال، وهذا ما أدى إلى تحقيق النتائج ووصولها إلى الآمال المرجوة.

الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة النتائج.

السؤال الخامس: كم عدد الحصص التي تبرمج فيها تقنية الاستقبال في الشهر؟
الغرض من السؤال: طرحنا سؤالنا لمعرفة عدد الحصص التي تبرمج فيها تقنية الاستقبال في الشهر.
الجدول رقم (15): يوضح عدد الحصص التي تبرمج فيها تقنية الاستقبال في الشهر.

الإجابات	التكرارات	النسبة %	كا ² المحسوبة	كا ² المجدولة	مستوى الثبات	درجة الثبات	الاستنتاج الإحصائي
5 حصص	4	26.66%	0.4	5.89	0.05	2	غير دال
3 حصص	6	40%					
4 حصص	5	33.33%					
المجموع	15	100%					

الشكل رقم (15): أعمدة بيانية تمثل نسب عدد الحصص التي تبرمج فيها تقنية الاستقبال في الشهر.



- عرض وتحليل النتائج:

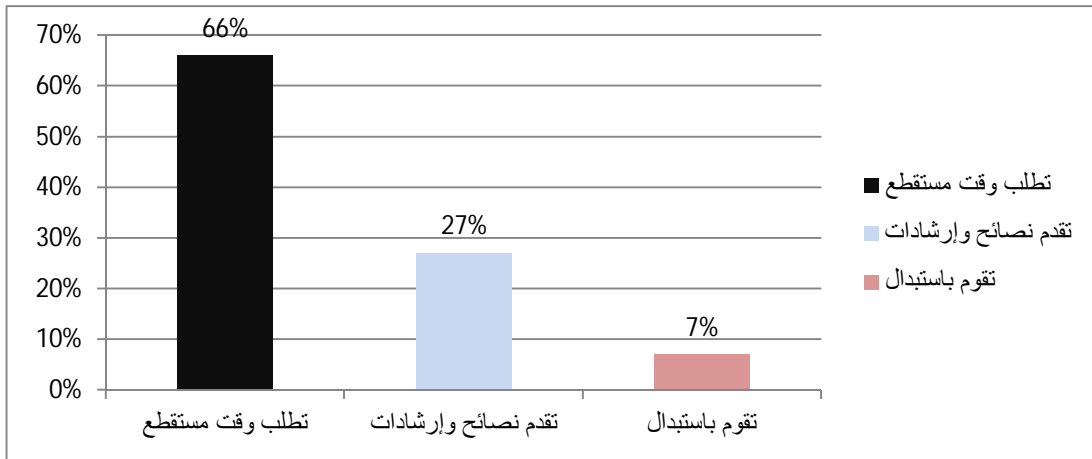
من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن كا² المحسوبة أقل من كا² المجدولة عند مستوى الثبات 0.05، وبدرجة حرية 2، ومنه نستنتج أن الفرضية الصفرية مقبولة وبالتالي لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية، والاختلاف بين النتائج راجع لعامل الصدفة، حيث يظهر هذا الاختلاف في أن نسبة 40% من المدربين يبرمجون 3 حصص خاصة بتقنية الاستقبال في الشهر، أما 33.33% من المدربين يبرمجون 4 حصص خاصة بتقنية الاستقبال في الشهر، فيما نسبة 26.66% يبرمجون 5 حصص خاصة بتقنية الاستقبال في الشهر. رغم أهمية تقنية الاستقبال والتي تعتبر هي انطلاق الهجمة ومنها يبني دفاع الفريق إلا أنه لا تعطى حصص كافية بهذه المهارة.

الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة النتائج.

السؤال السادس: كيف تتصرف عندما تلاحظ أن اللاعبين يخطئون في الاستقبال؟
الغرض من السؤال: طرحنا السؤال لمعرفة كيفية تصرف المدرب عندما يلاحظ أن اللاعبين يخطئون في الاستقبال.
الجدول رقم (16): يوضح كيفية تصرف المدرب عندما يلاحظ أن اللاعبين يخطئون في الاستقبال.

الإجابات	التكرارات	النسبة %	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولة	مستوى الثبات	درجة الثبات	الاستنتاج الإحصائي
تطلب وقت مستقطع	10	66.66%	8.4	5.99	0.05	2	دال
تقوم باستبدال	1	6.66%					
تقدم نصائح وإرشادات	4	26.66%					
المجموع	15	100%					

الشكل رقم (16): أعمدة بيانية تمثل نسب كيفية تصرف المدرب عندما يلاحظ أن اللاعبين يخطئون في الاستقبال.



- عرض وتحليل النتائج:

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن كا² المحسوبة أكبر من كا² الجدولة عند مستوى الثبات 0,05، وبدرجة حرية 2، ومنه نستنتج أن الفرضية الصفرية مرفوضة وبالتالي هناك فروق ذات دلالة إحصائية، تظهر في كون نسبة 66.66% من المدربين يطلبون وقت مستقطع عند ملاحظتهم أن اللاعبين يخطئون في استقبال الإرسال، فيما نسبة 26.66% من المدربين يقدمون نصائح وإرشادات عند ملاحظتهم أن اللاعبين يخطئون في استقبال الإرسال، أما المدربين الذين يقومون باستبدال عند ملاحظتهم أن اللاعبين يخطئون في استقبال الإرسال فقد كانت بنسبة 6.66%.

ومنة نستنتج أن معظم المدربين يقومون بطلب وقت مستقطع عندما تكون هناك أخطاء على مستوى الاستقبال، فيما نسبة ضئيلة تقوم باستبدال اللاعب الذي يقوم بالأخطاء، وهذا ما يوصلنا إلى انعدام البديل الجيد في هذا المركز.

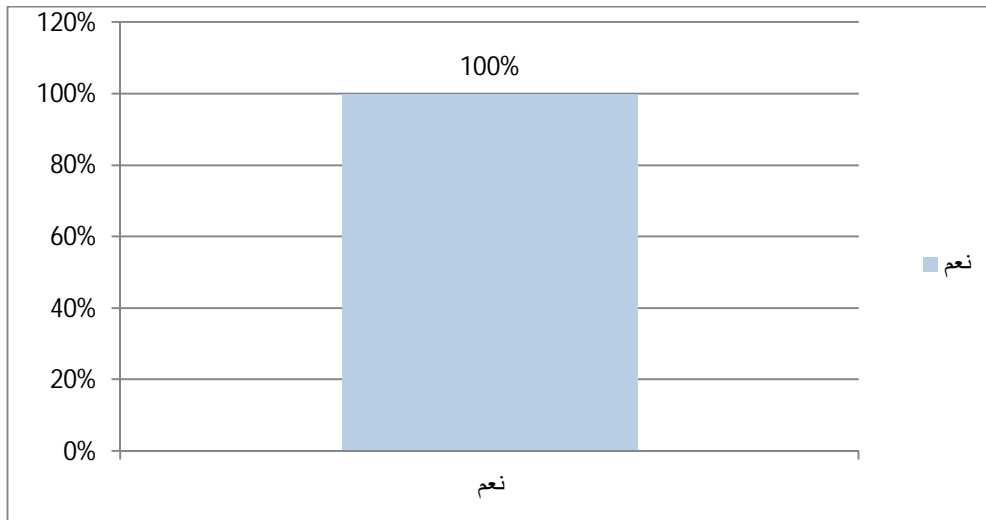
الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة النتائج.

السؤال السابع: هل ترى أن تحسين تقنية الاستقبال يرفع من فعالية الهجوم أثناء المنافسة؟
الغرض من السؤال: طرحنا سؤالنا لمعرفة ما إذا كان تحسين تقنية الاستقبال يرفع من فعالية الهجوم أثناء المنافسة أم لا.

الجدول رقم (17): يوضح ما إذا كان تحسين تقنية الاستقبال يرفع من فعالية الهجوم أثناء المنافسة أم لا.

الإجابات	التكرارات	النسبة %	كا ² المحسوبة	كا ² المجدولة	مستوى الثبات	درجة الثبات	الاستنتاج الإحصائي
نعم	15	100%	/	/	/	/	/
لا	0	0%	/	/	/	/	/
المجموع	15	100%	/	/	/	/	/

الشكل رقم (17): أعمدة بيانية تمثل نسب ما إذا كان تحسين تقنية الاستقبال يرفع من فعالية الهجوم أثناء المنافسة.



- عرض وتحليل النتائج:

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن 100% من المدربين يرون أن تحسين تقنية الاستقبال يرفع من فعالية الهجوم أثناء المنافسة وهذا ما يبين لنا أن الاستقبال الجيد يؤدي إلى النتائج الجيدة.

الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة النتائج.

المحور الثاني: تنمية هذه التقنية يؤدي إلى تحسين مستوى اللعب لدى فرق الكرة الطائرة لفئة أقل من 17 سنة.

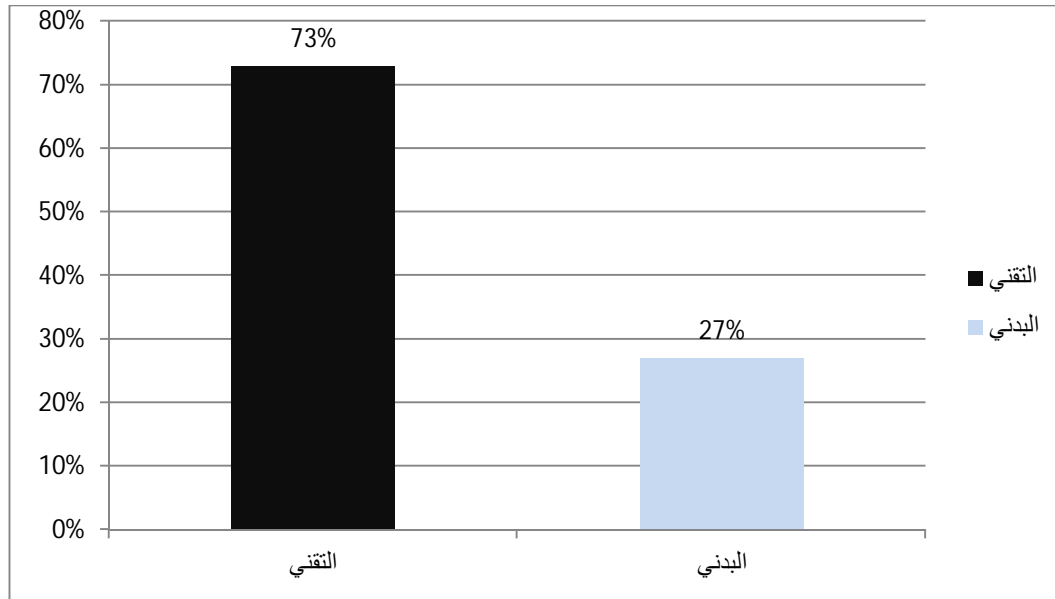
السؤال الثامن: ما هو التحضير الأكثر ملائمة لتنمية هذه التقنية ولهذه الفئة؟

الغرض من السؤال: طرحنا السؤال لمعرفة التحضير الأكثر ملائمة لتنمية هذه التقنية ولهذه الفئة.

الجدول رقم (18): يوضح التحضير الأكثر ملائمة لتنمية هذه التقنية ولهذه الفئة.

الإجابات	التكرارات	النسبة %	كا ² المحسوبة	كا ² المجدولة	مستوى الثبات	درجة الثبات	الاستنتاج الإحصائي
البدني	4	26.66%	21.53	7,81	0.05	3	دال
التقني	11	73.33%					
النفسي	0	0%					
التكتيكي	0	0%					
المجموع	56	100%					

الشكل رقم (18): أعمدة بيانية تمثل نسب التحضير الأكثر ملائمة لتنمية هذه التقنية ولهذه الفئة.



- عرض وتحليل النتائج:

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن كا² المحسوبة أكبر من كا² المجدولة عند مستوى الثبات 0,05، وبدرجة حرية 3، ومنه نستنتج أن الفرضية الصفرية مرفوضة وبالتالي هناك فروق ذات دلالة إحصائية، تظهر في كون نسبة 73.33% من المدربين يرون أن التحضير الأكثر ملائمة لتنمية هذه التقنية ولهذه الفئة هو التحضير التقني، في حين نسبة 26.66% من المدربين يرون أن التحضير البدني هو الأكثر ملائمة لتنمية هذه التقنية ولهذه الفئة. وهذا ما يفسر أن المدربين لا يعطون الأهمية للتحضير النفسي والتكتيكي ويركزون معظم تحضيراتهم على الجانب التقني الذي يرون أنه الأنسب لهذه الفئة.

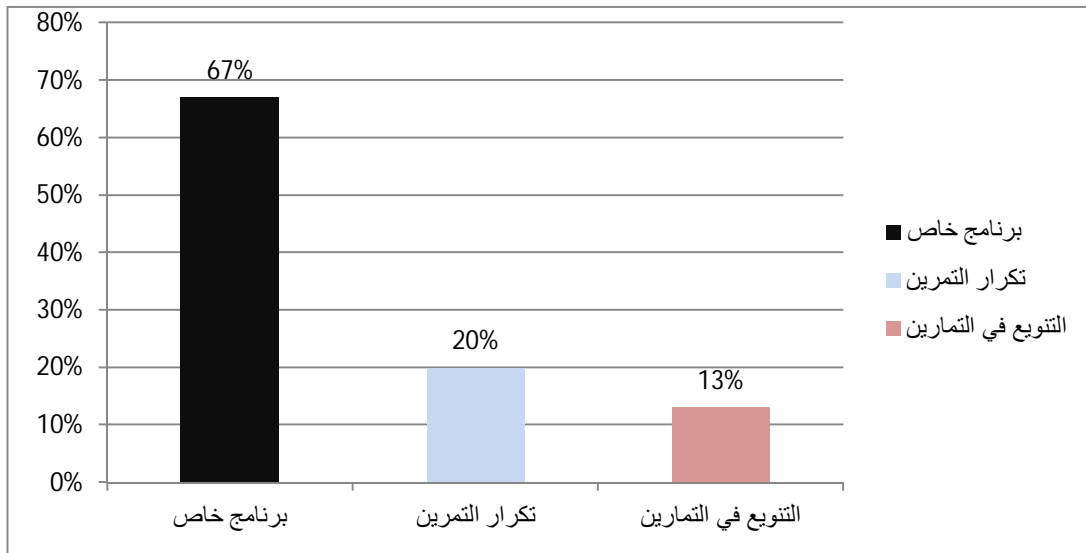
السؤال التاسع: كيف تنمون مهارة الاستقبال؟

الغرض من السؤال: طرحنا سؤالنا لمعرفة كيفية تنمية مهارة الاستقبال.

الجدول رقم (19): يوضح كيفية تنمية مهارة الاستقبال.

الإجابات	التكرارات	النسبة %	كا ² المحسوبة	كا ² المجدولة	مستوى الثبات	درجة الثبات	الاستنتاج الإحصائي
التنوع في التمارين	2	13.33%	7.6	5.99	0.05	2	دال
تكرار التمرين	3	20%					
برنامج خاص	10	66.66%					
المجموع	15	100%					

الشكل رقم (19): أعمدة بيانية تمثل نسب كيفية تنمية مهارة الاستقبال.



- عرض وتحليل النتائج:

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن كا² المحسوبة أكبر من كا² المجدولة عند مستوى الثبات 0,05، وبدرجة حرية 2، ومنه نستنتج أن الفرضية الصفرية مرفوضة وبالتالي هناك فروق ذات دلالة إحصائية، تظهر في كون نسبة 66.66% من المدربين ينمون مهارة الاستقبال عن طريق برنامج خاص، فيما 20% من المدربين ينمون مهارة الاستقبال عن طريق تكرار التمارين، ونسبة 13.33% من المدربين ينمون مهارة الاستقبال عن طريق التنوع في التمارين.

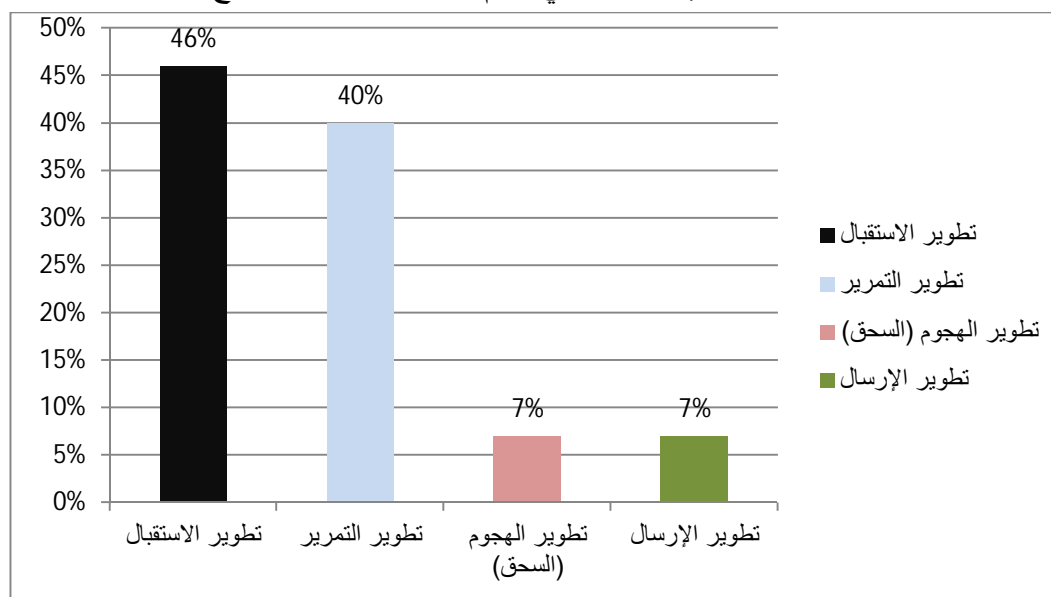
وهذا يبين لنا أن المدربين يعتمدون وبشكل كبير على برنامج خاص بمهارة الاستقبال وهذا ما يحسن من فعالية المهارة ويوصل إلى النتائج الإيجابية.

الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة النتائج.

السؤال العاشر: ما هي الإجراءات التي تقومون بها قصد الرفع من مستوى الأداء الرياضي؟
الغرض من السؤال: طرحنا سؤالنا لمعرفة الإجراءات التي يقوم بها المدرب قصد الرفع من مستوى الأداء الرياضي.
الجدول رقم (20): يوضح الإجراءات التي يقوم بها المدرب قصد الرفع من مستوى الأداء الرياضي.

الإجابات	التكرارات	النسبة %	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولة	مستوى الثبات	درجة الثبات	الاستنتاج الإحصائي
تطوير الاستقبال	7	46.66%	8.2	7,81	0.05	3	دال
تطوير التمرير	6	40%					
تطوير الهجوم (السحق)	1	6.66%					
تطوير الإرسال	1	6.66%					
المجموع	15	100%					

الشكل رقم (20): أعمدة بيانية تمثل نسب الإجراءات التي يقوم بها المدرب قصد الرفع من مستوى الأداء الرياضي.



- عرض وتحليل النتائج:

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن كا² المحسوبة أكبر من كا² الجدولة عند مستوى الثبات 0,05، وبدرجة حرية 3، ومنه نستنتج أن الفرضية الصفرية مرفوضة وبالتالي هناك فروق ذات دلالة إحصائية، يظهر في كون نسبة 46.66% من المدربين يقومون بتطوير الاستقبال قصد الرفع من مستوى الأداء الرياضي، ونسبة 40% من المدربين يقومون بتطوير التمرير قصد الرفع من مستوى الأداء الرياضي، نسبة 6.66% من المدربين يقومون بتطوير الهجوم (السحق) قصد الرفع من مستوى الأداء الرياضي، ونفس نسبة من المدربين يقومون بتطوير الإرسال قصد الرفع من مستوى الأداء الرياضي.

وهذا ما يبين لنا ضرورة الاستقبال في الرفع من مستوى الأداء وبناء فريق قوي ومتناسك.

الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة النتائج.

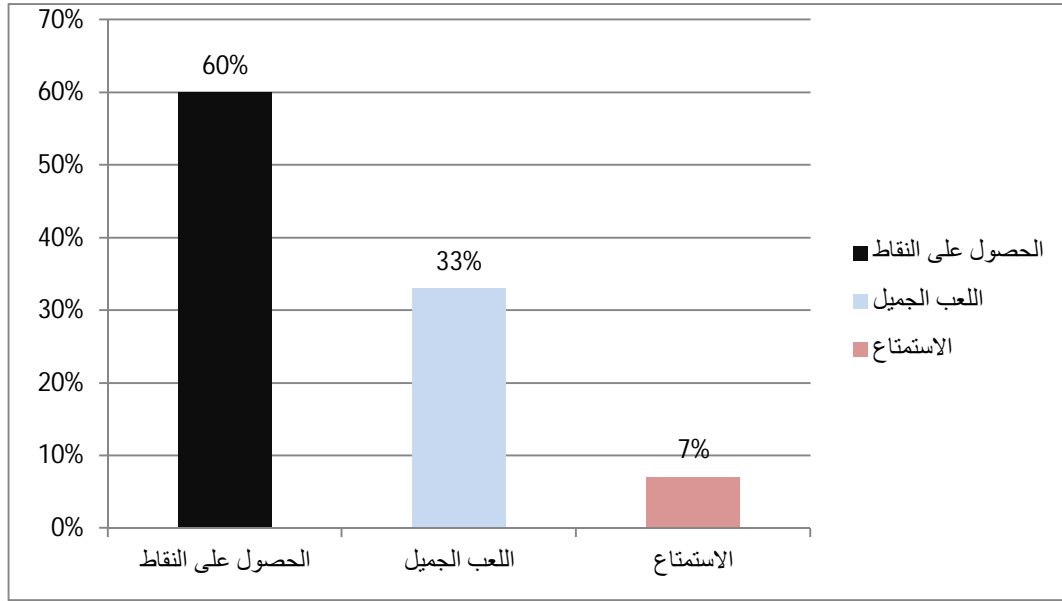
السؤال الحادي عشر: ما هو الغرض من الأداء الرياضي؟

الغرض من السؤال: طرحنا هذا السؤال لمعرفة الغرض من الأداء الرياضي.

الجدول رقم (21): يوضح الغرض من الأداء الرياضي.

الإجابات	التكرارات	النسبة %	كا ² المحسوبة	كا ² المجدولة	مستوى الثبات	درجة الثبات	الاستنتاج الإحصائي
اللعبة الجميل	5	33.33%	6.4	5.99	0.05	2	دال
الحصول على النقاط	9	60%					
الاستمتاع	1	6.66%					
المجموع	15	100%					

الشكل رقم (21): أعمدة بيانية تمثل نسب الغرض من الأداء الرياضي.



- عرض وتحليل النتائج:

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن كا² المحسوبة أكبر من كا² المجدولة عند مستوى الثبات 0,05، وبدرجة

حرية 2، ومنه نستنتج أن الفرضية الصفرية مرفوضة وبالتالي هناك فروق ذات دلالة إحصائية، تظهر في كون بنسبة 60% من المدربين يرون أن الغرض من الأداء الرياضي هو كسب النقاط، أما نسبة 33.33% من المدربين يرون أن الغرض من الأداء الرياضي هو اللعبة الجميل، فيما نسبة 6.66% من المدربين يرون أن الغرض من الأداء الرياضي هو الاستمتاع.

وهذا يبين لنا مدى تركيز المدربين على النتائج على حساب جمالية اللعب.

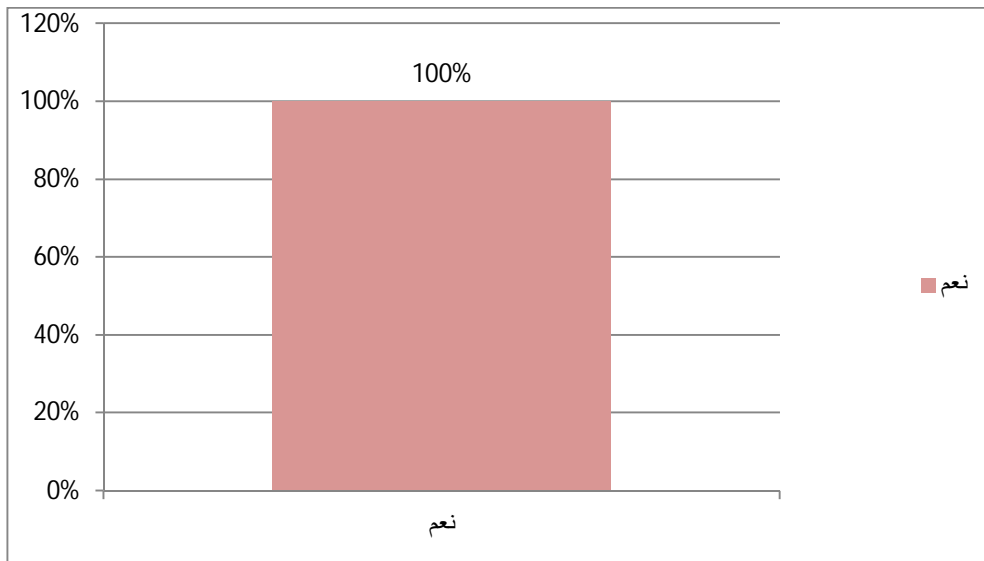
الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة النتائج.

السؤال الثاني عشر: هل تقنية الاستقبال تساهم في تحسين مستوى الأداء الرياضي لفئة أقل من 17 سنة؟
الغرض من السؤال: طرحنا السؤال لمعرفة ما إذا كانت تقنية الاستقبال تساهم في تحسين مستوى الأداء الرياضي لفئة أقل من 17 سنة.

الجدول رقم (22): يوضح ما إذا كانت تقنية الاستقبال تساهم في تحسين مستوى الأداء الرياضي لفئة أقل من 17 سنة.

الإجابات	التكرارات	النسبة %	كا ² المحسوبة	كا ² المجدولة	مستوى الثبات	درجة الثبات	الاستنتاج الإحصائي
نعم	15	100%	/	/	/	/	/
لا	0	0%	/	/	/	/	/
المجموع	15	100%	/	/	/	/	/

الشكل رقم (22): أعمدة بيانية تمثل نسب ما إذا كانت تقنية الاستقبال تساهم في تحسين مستوى الأداء الرياضي لفئة أقل من 17 سنة.



- عرض وتحليل النتائج:

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن نسبة 100% من المدربين يعتبرون أن تقنية الاستقبال تساهم في تحسين مستوى الأداء الرياضي لفئة أقل من 17 سنة.

وهذا يبين لنا أن أغلب المدربين يعرفون مدى أهمية الاستقبال وانعكاساتها على مستوى الأداء الرياضي.

الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة النتائج.

المحور الثالث: تنمية هذه التقنية يؤدي إلى تكوين جيد للاعب الكرة الطائرة لهذه الفئة.

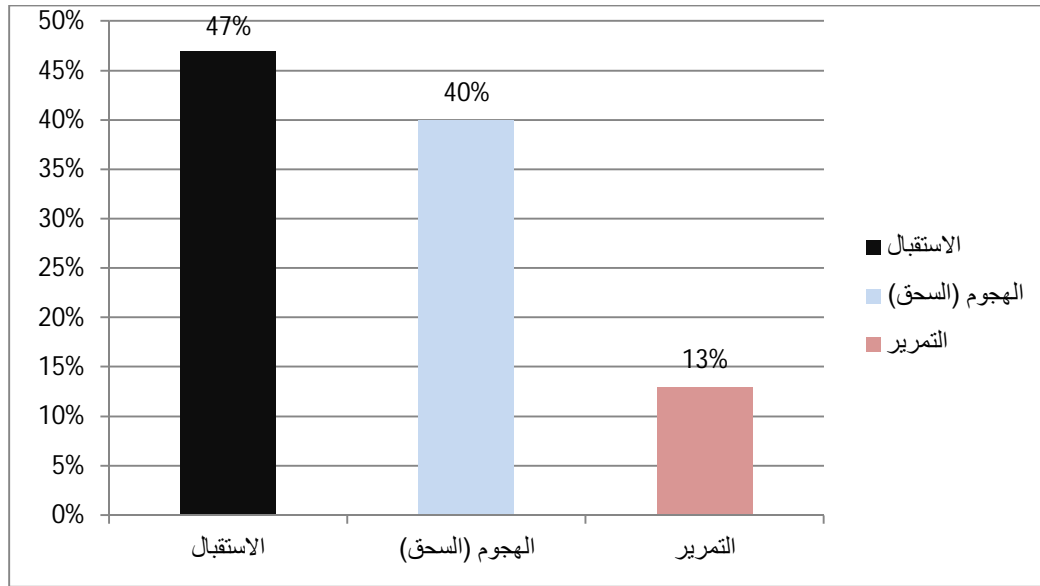
السؤال الثالث عشر: ما هي المهارة التي تراعونها في تكوين اللاعبين؟

الغرض من السؤال: طرحنا سؤالنا لمعرفة المهارة التي تراعى في تكوين اللاعبين.

الجدول رقم (23): يوضح المهارة التي تراعى في تكوين اللاعبين.

الإجابات	التكرارات	النسبة %	كا ² المحسوبة	كا ² المجدولة	مستوى الثبات	درجة الثبات	الاستنتاج الإحصائي
الاستقبال	7	46.66%	8.73	7.81	0.05	3	دال
التمرير	2	13.33%					
الهجوم (السحق)	6	40%					
الإرسال	0	0%					
المجموع	15	100%					

الشكل رقم (23): أعمدة بيانية تمثل نسب المهارة التي تراعى في تكوين اللاعبين.



- عرض وتحليل النتائج:

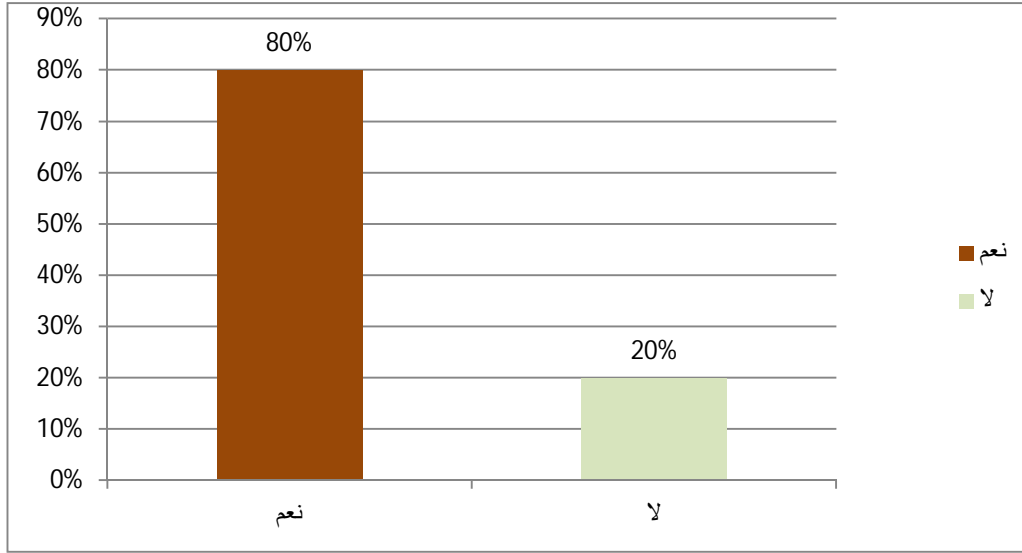
من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن كا² المحسوبة أكبر من كا² المجدولة عند مستوى الثبات 0,05، وبدرجة حرية 3، ومنه نستنتج أن الفرضية الصفرية مرفوضة وبالتالي هناك فروق ذات دلالة إحصائية، تظهر في كون نسبة 46.66% من المدربين يراعون مهارة الاستقبال في تكوين اللاعبين، نسبة 40% من المدربين يراعون مهارة الهجوم (السحق) في تكوين اللاعبين، نسبة 13.33% من المدربين يراعون مهارة التمرير في تكوين اللاعبين. ومنه نستنتج أن اكتساب مهارة الاستقبال والتمرير يساعد على تكوين لاعبين في المستوى العالي.

الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة النتائج.

السؤال الرابع عشر: هل تقومون بتكوين لاعب خاص بالاستقبال؟
الغرض من السؤال: معرفة ما إذا كان هناك تكوين لاعب خاص بالاستقبال أم لا.
الجدول رقم (24): يوضح ما إذا كان هناك تكوين لاعب خاص بالاستقبال أم لا.

الإجابات	التكرارات	النسبة %	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولة	مستوى الثبات	درجة الثبات	الاستنتاج الإحصائي
نعم	12	80%	5.4	3.84	0.05	1	غير دال
لا	3	20%					
المجموع	15	100%					

الشكل رقم (24): أعمدة بيانية تمثل نسب ما إذا كان هناك تكوين لاعب خاص بالاستقبال أم لا.



عرض وتحليل النتائج:

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن كا² المحسوبة أقل من كا² الجدولة عند مستوى الثبات 0.05، وبدرجة حرية 1، ومنه نستنتج أن الفرضية الصفرية مقبولة وبالتالي لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية، تظهر في كون نسبة 80% من المدربين يقومون بتكوين لاعب خاص بالاستقبال، فيما نسبة 20% من المدربين لا يقومون بتكوين لاعب خاص بالاستقبال.

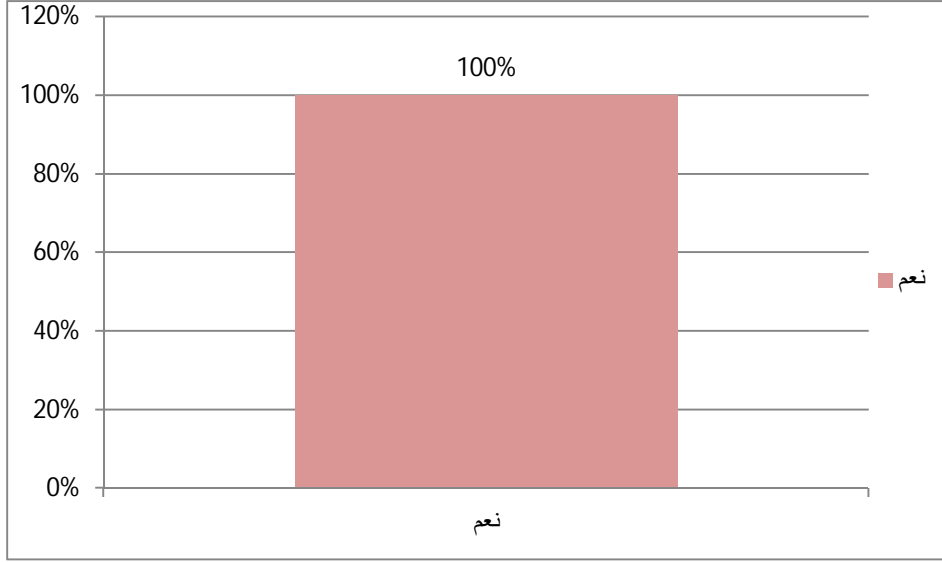
ومنه نستنتج أنه يوجد اهتمام كبير بتكوين لاعب خاص بالاستقبال (اللاعب الحر) وذلك من خلال النسبة الموضحة في الجدول، وهذا طبعا يكون نتيجة لتدريب خاص ومخصص، وهذه الوضعية تؤمن تغطية للمناطق الحساسة في الملعب.

الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة النتائج.

السؤال الخامس عشر: هل مهارة الاستقبال ضرورية لتكوين لاعب جيد؟
الغرض من السؤال: طرحنا السؤال لمعرفة ما إذا كانت مهارة الاستقبال ضرورية لتكوين لاعب جيد.
الجدول رقم (25): يوضح ما إذا كانت مهارة الاستقبال ضرورية لتكوين لاعب جيد.

الإجابات	التكرارات	النسبة %	كا ² المحسوبة	كا ² المجدولة	مستوى الثبات	درجة الثبات	الاستنتاج الإحصائي
نعم	15	100%	/	/	/	/	/
لا	0	0%	/	/	/	/	/
المجموع	15	100%	/	/	/	/	/

الشكل رقم (25): أعمدة بيانية تمثل نسب ما إذا كانت مهارة الاستقبال ضرورية لتكوين لاعب جيد.



عرض وتحليل النتائج:

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن نسبة 100% من المدربين يرون أن مهارة الاستقبال ضرورية لتكوين لاعب جيد.

وهذا ما يبين أن إتقان مهارة الاستقبال ضروري للوصول إلى المستويات العالية.

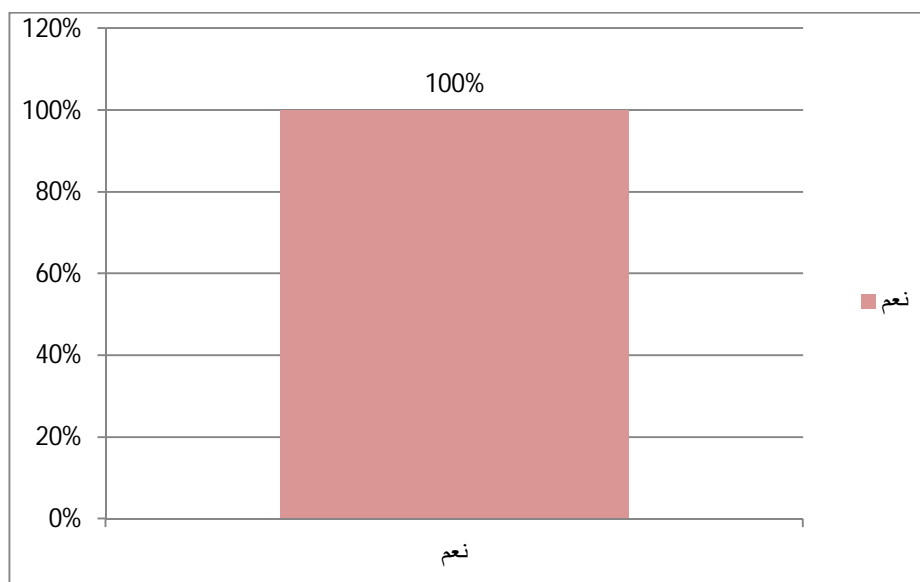
الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة النتائج.

السؤال السادس عشر: هل إتقان مهارة الاستقبال يساهم في الرفع من مستوى لاعبي الكرة الطائرة؟
الغرض من السؤال: طرحنا السؤال لمعرفة ما إذا كان إتقان مهارة الاستقبال يساهم في الرفع من مستوى لاعبي الكرة الطائرة أم لا.

الجدول رقم (26): يوضح ما إذا كان إتقان مهارة الاستقبال يساهم في الرفع من مستوى لاعبي الكرة الطائرة أم لا.

الإجابات	التكرارات	النسبة %	كا ² المحسوبة	كا ² المجدولة	مستوى الثبات	درجة الثبات	الاستنتاج الإحصائي
نعم	15	100%	/	/	/	/	/
لا	0	0%	/	/	/	/	/
المجموع	15	100%	/	/	/	/	/

الشكل رقم (26): أعمدة بيانية تمثل نسب ما إذا كان إتقان مهارة الاستقبال يساهم في الرفع من مستوى لاعبي الكرة الطائرة أم لا.



- عرض وتحليل النتائج:

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن نسبة 100% من المدربين يرون أن إتقان مهارة الاستقبال يساهم في الرفع من مستوى لاعبي الكرة الطائرة.

وهذا ما يبين لنا أن التمكن من مهارة الاستقبال يرفع من المستوى المهاري في الفئات السنية المتقدمة (مستقبلاً).

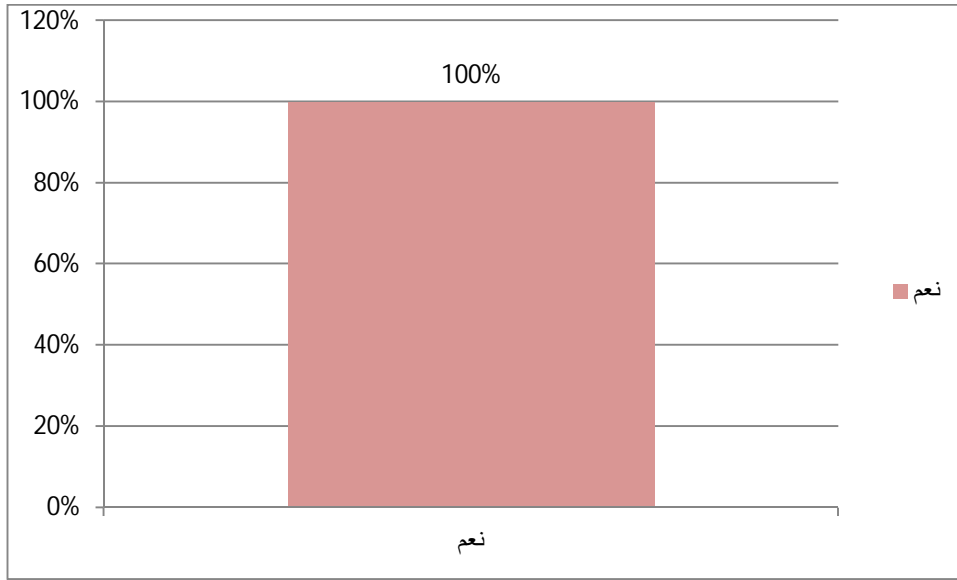
الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة النتائج.

السؤال السابع عشر: هل تقنية الاستقبال تساهم في انسجام التقنيات الأخرى أثناء المباراة لفئة أقل من 17 سنة؟
الغرض من السؤال: طرحنا السؤال لمعرفة ما إذا كانت تقنية الاستقبال تساهم في انسجام التقنيات الأخرى أثناء المباراة لفئة أقل من 17 سنة.

الجدول رقم (27): يوضح ما إذا كانت تقنية الاستقبال تساهم في انسجام التقنيات الأخرى أثناء المباراة لفئة أقل من 17 سنة.

الإجابات	التكرارات	النسبة %	كا ² المحسوبة	كا ² المجدولة	مستوى الثبات	درجة الثبات	الاستنتاج الإحصائي
نعم	15	100%	/	/	/	/	/
لا	0	0%	/	/	/	/	/
المجموع	15	100%	/	/	/	/	/

الشكل رقم (27): أعمدة بيانية تمثل نسب ما إذا كانت تقنية الاستقبال تساهم في انسجام التقنيات الأخرى أثناء المباراة لفئة أقل من 17 سنة.



- عرض وتحليل النتائج:

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن نسبة 100% من المدربين يرون أن تقنية الاستقبال تساهم في انسجام التقنيات الأخرى أثناء المباراة لفئة أقل من 17 سنة.

وهذا ما يبين أن كلما كان الاستقبال جيدا كان تنفيذ المهارات التي تليها سهلة وفعالة، وهذا ما ينعكس بالإيجاب على المهارات الأخرى.

2-4- مناقشة مقابلة النتائج بالفرضيات:

الفرضية الأولى: التركيز على مهارة الاستقبال أثناء التدريب يساهم ببناء هجوم فعال.

تفسير نتائج المحور الأول الخاص بالفرضية الأولى من خلال إجابات المدربين على أسئلة المحور الأول.

جدول رقم (28): الدلالة الإحصائية لأسئلة المحور الأول الخاص بإجابات المدربين.

- نتائج المحور الأول الخاص بإجابات المدربين.

العبارات	كا ²	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولة	الدلالة الإحصائية
السؤال رقم 01	0.4	5.99	غير دال	
السؤال رقم 02	6.4	5.99	دال	
السؤال رقم 03	8.2	7.81	دال	
السؤال رقم 04	0.6	3.84	دال	
السؤال رقم 05	0.4	5.99	غير دال	
السؤال رقم 06	8.4	5.99	دال	
السؤال رقم 07	/	/	/	

تنطلق الفرضية الجزئية من اعتقاد مفاده مهارة الاستقبال لها دور كبير وفعال في نجاح الهجمة واستنادا إلى النتائج المتحصل عليها في الجدول رقم 28 والمؤكدة بطرق إحصائية علمية، فإنها تفيد أن استقبال الإرسال يعتبر من المهارات الدفاعية ذات أهمية كبيرة في الكرة الطائرة فمنذ نشأتها وحتى وقتنا الحاضر تنوعت وتتابع طرق استقبال الكرة سواء بالكفين والذراعين من أسفل وتؤدي للأعلى، وقد أصبحت الطريقة المتبعة حاليا بالاستقبال بالذراعين من أسفل وتؤدي باستخدام السطح الداخلي للساعدين وذلك كصفة استلام الكرة بطريقة جيدة وتوصيلها للمعد بدون تشكيل أي صعوبة له. (خطايه، 1996، صفحة 30) أنظر أيضا (ص 19).

وبهذا نستطيع أن نحكم بأن الفرضية الأولى قد تحققت من خلال النتائج المحصل عليها.

الفرضية الثانية: تنمية هذه التقنية يؤدي إلى تحسين مستوى اللعب لدى فرق الكرة الطائرة لفئة أقل من 17 سنة.

تفسير نتائج المحور الثاني الخاص بالفرضية الثانية من خلال إجابات المدربين على أسئلة المحور الثاني. جدول رقم (29): الدلالة الإحصائية لأسئلة المحور الثاني الخاص بإجابات المدربين.
- نتائج المحور الثاني الخاص بإجابات المدربين.

العبارات	كا ²	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولة	الدلالة الإحصائية
السؤال رقم 08	21.53	7.81	دال	
السؤال رقم 09	7.6	5.99	دال	
السؤال رقم 10	8.2	7.81	دال	
السؤال رقم 11	6.4	5.99	دال	
السؤال رقم 12	/	/	/	

تتعلق الفرضية الثانية على أساس اعتقاد مفاده أن إتقان هذه المهارة والتمكن من أدائها بطريقة جيدة ينعكس إيجابيا على مردود الفريق من حيث مستوى اللعب أثناء المباراة، فمن خلال النتائج المتحصل عليها من الجداول السابقة المتعلقة بالمحور الثاني والمؤكددة بطريقة إحصائية علمية والمبينة في الجدول رقم 29، فإنها جاءت مؤكدة لصحة فرضية الباحث، حيث يشتمل الأداء الإنساني العديد من أوجه النشاط الحركي مبتدأ بالمحاولات التي يبذلها الطفل في سنوات العمر الأول وغيرها من الحركات الأخرى، وتعتبر الأنشطة الرياضية واحدة من الأنشطة الحركية في مجال أداء الفرد وهي تتطلب استخدام الجسم في النشاط وفقا لأسس وقواعد خاصة تتعلق بهذا النشاط، وتختلف درجة الأداء المهاري في الألعاب وفقا لبعض المتغيرات هي:

- درجة صعوبة أو سهولة المقابلة.

- الغرض من الأداء يمكن أن يكون ترويجي أو تنافسي.

- مقدار الطاقة التي يتطلبها الأداء البدني في النشاط وهي تختلف باختلاف المناخ والطقس وطبيعة النشاط والغرض من الأداء والسن والجنس وغيرها.

وقد بذل المختصون في المجال الرياضي محاولات متعددة لتحديد العوامل اللازمة للأداء في الأنشطة الرياضية المختلفة، وقد كشفت تلك المحاولات عن الكثير من العوامل أهمها: (رضوان، 1987، صفحة 42) أنظر أيضا (ص 26). ومنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية، وعليه نستنتج أن الفرضية الثانية قد تحققت من خلال النتائج المحصل عليها.

الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة النتائج.

الفرضية الثالثة: تنمية مهارة الاستقبال أساسي لتكوين لاعبين جيدين في الكرة الطائرة لهذه الفئة.

تفسير نتائج المحور الثالث الخاص بالفرضية الثالثة من خلال إجابات المدربين على أسئلة المحور الثالث.

جدول رقم (30): الدلالة الإحصائية لأسئلة المحور الثالث الخاص بإجابات المدربين.

- نتائج المحور الثالث الخاص بإجابات المدربين.

العبارات	كا ²	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولة	الدلالة الإحصائية
السؤال رقم 13	8.73	7.81	دال	
السؤال رقم 14	5.4	3.84	دال	
السؤال رقم 15	/	/	/	
السؤال رقم 16	/	/	/	
السؤال رقم 17	/	/	/	

بنيت الفرضية الجزئية الثالثة على اعتقاد أن مهارة الاستقبال ضرورية لتكوين لاعبين جيدين في فئة أقل من 17 سنة، فمن خلال مختلف النتائج المتحصل عليها في الجداول السابقة المتعلقة بالمحور الثالث والمؤكدة بطريقة إحصائية، والمبينة في الجدول رقم 30، فهي رد فعل تحليل منطقي للتطورات في تركيب أنظمة اللعب، تصرفات، وظائف، وحركات، بما أن كل هذا ينصب حول الحصول على الإنجازات في المستوى العالي.

واستخلصنا في السنوات الأخيرة اختلافا ملحوظا في اللعب حول استقبال الإرسال، وحسب الدراسة التي أجريت حول الفرق المشاركة في الألعاب الأولمبية (برشلونة 1992) لوحظ اختلاف بين 8 إلى 10% في أطر المستوى العالي بنسبة 75% بالنسبة للإناث و85% بالنسبة للذكور. (BERJEAUD, 1995, صفحة 23)

من ناحية اللعب في استقبال الإرسال تتم بعدة حيل وتدابير، هذا ومع ظهور التخصص في مركز الهجوم والدفاع، ومع تغيير تفكير المدرب شيئا فشيئا باستعمال لاعب خاص في استقبال الإرسال، وإعفاء المهاجمين من القيام بالاستقبال أي اختزال عدد اللاعبين المستقبليين للإرسال، وهذا طبعا يكون نتيجة لتدريب خاص ومخصص، هذه الوضعية تؤمن تغطية للمناطق الحساسة في الملعب. (G, 2006, صفحة 26) أنظر أيضا (ص 23).

بحيث نجد أن المراهق في سن (14-17) يكون منغمسا في ممارسة النشاط البدني والرياضي ومستعدا لتجاوز الحدود، ويتعلق بتحسين وتعديل مهارته الرياضية وتنمية استعداداته ومواجهته.

فبعدما كان لعب المراهق رمزي في مرحلة الطفولة يشترط في مرحلة المراهقة تنظيم تقني للعب بحيث يجب توفير العتاد والمكان وكل الظروف الملائمة له. أنظر أيضا (ص 17).

وقد جاءت النتائج مطابقة لتوقعات الباحث، ومنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية، ومنه نستنتج أن الفرضية

الثالثة قد تحققت.

خلاصة:

نستخلص من خلال دراستنا واعتمادنا على المنهج الوصفي وباستخدام الاستبيان وتحليل ومناقشة النتائج بإظهار تأثير فعالية الاستقبال على مستوى اللعب لدى لاعبي الكرة الطائرة أقل من 17 سنة واستنادا على الفرضيات المختلفة التي وظيفتها في هذا المجال تبين لنا أن أجوبة الاستبيان تخدم الفرضيات بنسب متفاوتة. وهذا ما يجعل الفرضية العامة محققة إذ أن لتقنية الاستقبال تأثير كبير على فعالية الهجوم في الكرة الطائرة لدى الفرق المنافسة يترجم في مجموعة من العوامل التي تؤثر على اللاعب في عدة جوانب والتي لا يمكن السيطرة عليها إلا بالأخذ بعين الاعتبار مدى أهمية هذه المهارة بالنسبة للمدربين وكيفية تدريب هذه المهارة ومدة تلقينها.

الاستنتاج العام:

اعتمادا على المعطيات التي استقينها من مسألتنا المباشرة للمدربين حول الدراسة الخاصة ب: تأثير فعالية الاستقبال على مستوى اللعب لدى لاعبي الكرة الطائرة أقل من 17 سنة، تمكنا من التوصل إلى مجموعة من الأفكار والمعلومات والتي يمكن أن نلخصها في عدة نقاط أهمها:

- أن الاستقبال هو أساس البدء بالهجمة، لأن الاستقبال الجيد يؤدي إلى تمريرة جيدة وبذلك يكون هناك هجوم جيد الذي ينتج عنه النقاط (تحقيق نتائج ايجابية للفريق)، بالإضافة إلى أن إتقان مهارة الاستقبال يؤدي إلى اللعب الجيد ويكون مستوى المباراة مرتفع من خلال الأداء الجماعي للفريق ككل.

- الأهمية القصوى لمهارة الاستقبال هي الحصول على نخبة رياضية متميزة تتوفر على المقاييس الضرورية لتحقيق أفضل النتائج وذلك باستعمال برامج تدريبية خاصة وذلك من خلال التركيز على مختلف التحضيرات الرياضية خاصة التحضير التقني، إلى جانب القيام بالتكوين المتواصل لفئة أقل من 17 سنة التي تعتبر حلقة الوصل بين العمل الذي كان في مرحلة الناشئين المواصلة إلى الفئات السنية (أوسط، أكابر).

ولذلك فإن المعلومات والأفكار المستنتجة من الدراسة الميدانية التطبيقية تؤدي إلى تأكيد على التوافق المتحصل عليه بين الفرضيات المطروحة في بداية الدراسة والنتائج المتوصل إليها من خلال العمل الميداني.

في الأخير من خلال كل هذا نستنتج أن النقص في أداء هذه المهارة يرجع إلى أسباب يمكن التحكم فيها إن طبقنا الطريقة الأمثل في الرفع من مستوى اللاعبين الشباب في الكرة الطائرة.

الخاتمة:

كانت دراستنا لهذا الموضوع نابعة من اقتناع لما قد ينعكس إيجابيا أو سلبيا على عملية التعلم التقني في الكرة الطائرة عند اللاعبين لفئة الأشبال.

إن التعلم التقني في الكرة الطائرة مهما كان يجب أن يعتمد على قواعد عملية وخصوصيات مطبقة بكل صرامة وإتقان، في تحقيق النتائج والرفع من مستوى اللاعبين، وهو مرتبط ارتباطا وثيقا بالطرق التدريبية والأساليب المخططة لها والمنهجية المتبعة للتعلم والرفع من المستوى.

إن وضع الملاحظة في بحثنا وإجابات المدربين سمح لنا بالتعرف على آرائهم والأسباب التي تعيقهم في عملية التعلم من جهة، وكذلك التعرف على نقاط النقص التي تؤثر على السير الحسن لأداء تقنية الاستقبال بشكل صحيح.

الاستقبال في الكرة الطائرة هو جزء هام لعملية تكوين اللاعبين، كما أن الاعتماد على التقنيين دور كبير في تحسين مستوى اللاعب.

لو وفرنا إمكانيات ومتطلبات لعبة الكرة الطائرة وقمنا ببرامج تدريبية مسطرة تخدم مهارة الاستقبال لوصلنا إلى أعلى المستويات ولحققنا أفضل النتائج.

وفي الأخير نترك المجال مفتوح لمن يريد التعمق أكثر في الموضوع.

اقتراحات وفروض مستقبلية:

- بعدها قمنا بدراسة بحثنا هذا نوّد بواسطة هذه النتائج التي تحصلنا عليها أن نساهم بهذه التوصيات اتجاه المدربين لتحسين تقنية الاستقبال الكرة الطائرة لدى فرق ولاية الجزائر لفئة (14-17 سنة).
- يجب أن يكون لدى المدرب مجموعة معلومات فنية ويجب أن يكون على علم بالتغيرات الجديدة للأنظمة لتطوير التدريبات على الاستقبال.
 - من المهم تكوين لاعبين خاصة لفهم الأولويات التقنية والتكتيكية المسجلة أثناء المقابلة ولهذا يجب اختيار حصص التدريب التي تتماشى مع التقنية.
 - يجب برمجة حصص تدريب فردية حسب نتائج الاختبارات.
 - الرياضيين الذين ينشطون في المستوى العالي يتدربون دائما، ويقومون بالتمرنات للحفاظ على إمكانياتهم ولياقتهم البدنية في اللعب. لذا يجب إتباع هذا المثل مع اللاعبين الشباب بغية إتقان هذه التقنية (الاستقبال).
 - لا يجب أن يكون هناك مدة طويلة بين الحصص التدريبية لكي تكون فعالية الاستقبال ثابتة.
 - على المدرب أن يقوم بتصحيح الأخطاء أثناء أداء تقنية الاستقبال باستعمال جهاز الفيديو الذي يسمح للاعبين برؤية أخطاءهم ومحاولة تفاديها وتصحيحها.
 - اللاعبين المستقبلون المهاجمون يجب عليهم إتقان تقنية الاستقبال ويجب أن يكون لديهم حجم مهم من الاحتكاك بالكرة مع الاتجاهات المختلفة للإرسال.
 - اللاعب الحر يعتبر كلاعب سابع يتعين عليه تحقيق الفعالية في الاستقبال، ولهذا يجب أن يكون له تدريب خاص لأنه غير معني بالهجوم لكنه معني بالدفاع وذلك لتعويض لاعبين محوريين في المنطقة الخلفية.
 - وفي الأخير دوّنا هذه التوصيات وما هي إلا بالتوجيهات.

السليو غر افنا

- 1- إبراهيم م. ح. (2001). التدریب الرياضي الحديث. دار الفكر العربي.
- 2- إبراهيم م. ع. (2002). طرق ومناهج البحث العلمي في التربية البدنية والرياضية. الأردن: دار الثقافة.
- 3- أسعد م. ا. (1991). مشكلات الطفولة والمراهقة. بيروت: دار المعارف.
- 4- إسماعيل م. ع. ا. (1982). النمو في مرحلة المراهقة. الكويت: دار النفائس.
- 5- إسماعيل م. ع. (1986). النمو في مرحلة المراهقة. الكويت: دار القلم.
- 6- الأفندي م. م. (1965). علم النفس الرياضي والأسس النفسية للتربية البدنية. القاهرة: عالم الكتاب.
- 7- الجزائرية، ا. ا. (1997). الألعاب المتوسطة الثالثة عشر باريس. الجزائر: مطبعة الرهان الرياضي الجزائري.
- 8- الخالق م. ع. (1992). التدریب الرياضي. القاهرة: دار الفكر العربي.
- 9- الخولي، أ. ا. (2004). دار المعارف الرياضية والتربية بسلسلة (1) القاهرة: دار الفكر العربي.
- 10- السامرائي م. ع. ع. (1977). طرق الإحصاء في التربية البدنية والرياضية. العراق: جامعة بغداد.
- 11- السيد م. ف. ا. (1998). الأسس النفسية للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة. القاهرة: دار الفكر العربي.
- 12- الطالب م. م. (1983). علم النفس الرياضي. العراق: دار الحكمة للطباعة والنشر.
- 13- العزيز م. ج. ب. (1970). سيكولوجية المراهقين. مصر: دار النهضة.
- 14- القط م. ع. (2006). فسيولوجيا الأداء الرياضي في السباحة. القاهرة: المركز العربي للنشر.
- 15- الله م. ع. س. (2003). كرة الطائرة الجزء الأول. القاهرة: دار الفكر العربي.
- 16- الهلالي م. خ. ا. (2005). الاجتماع الرياضي. مصر: دار الفكر العربي.
- 17- الوهاب م. ع. ب. (1983). المرشد التربوي الرياضي. طرابلس.
- 18- بحفص م. ع. ا. (2005). الإحصاء المطبق في العلوم الاجتماعية والإنسانية. بن عكنون الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية.
- 19- تركي م. ر. (1999). مناهج البحث في علوم التربية وعلم النفس. الجزائر: المؤسسة الوطنية للكتاب.
- 20- حامد م. خ. (2003). منهجية البحث العلمي. القبة الجزائر: دار الريحانة.
- 21- حسين م. ق. أ. (1998). أسس التدریب الرياضي. الأردن: دار الفكر.

- 22- حسين بق ح . (1998). الموسوعة الرياضية والبدنية الشاملة في الألعاب والفعاليات والعلوم الرياضية . الأردن :دار الفكر للنشر والتوزيع.
- 23- خطاييه ا ز . (1996). موسوعة الكرة الطائرة الحديثة . عمان :دار الفكر العربي للطباعة والنشر .
- 24- خفاجة ف ع . (2002). أسس البحث العلمي . مصر :مكتبة و مطبعة الاشعاع الفنية.
- 24- راتب أ ك . (1997). قلق المنافسة /التدريب، احتراق الرياضي .(مصر :دار الفكر العربي).
- 26- راتب م ح . (1999). البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي .مصر :دار الفكر العربي.
- 27- رضوان م ح . (1987). الاختبارات النفسية والمهارية في المجال الرياضي .القاهرة :دار الفكر العربي.
- 28- زرواتي ر . (2002). تدريبات في منهجية البحث العلمي في العلوم الاجتماعية .الجزائر :دار هومة.
- 29- زهران ز ح . (1983). علم النفس النمو الطفولة والمراهقة .القاهرة :عالم الكتاب.
- 30- زيدان م . (1958). دراسة سيكولوجية التربية لتلميذ التعليم العالي .جدة :دار الشرق.
- 31- سعيد ع ا . بدون سنة .(النهوض الطفولة إلى المراهقة .الجزائر :الخنساء للنشر والتوزيع.
- 32- طه ع م . (1999). الكرة الطائرة، تاريخ، تعليم، تدريب، تحليل، قانون .القاهرة :دار الفكر العربي.
- 33- عبده ح ا . (2002). الاعداد المهاري للاعب كرة القدم .مصر :دار الإشعاع الفنية.
- 34- علاوي م ح . (1998). سيكولوجية الجماعات الرياضية .مصر :مركز الكتاب للنشر .
- 35- عمارة ز ع . (2000). مدخل إلى طب النفس .بيروت لبنان :دار الثقافة.
- 36- فرج ا و . (1990). الكرة الطائرة دليل المعلم والمدرّب واللاعب .الإسكندرية :منشأة المعارف.
- 37- كيسوي ع ا . (2003). النمو النفسي ومشكلات الطفولة .الإسكندرية :دار المعرفة الجامعية.
- 38- محمد حسين علاوي . (2002). علم النفس والتدريب والمنافسة الرياضية . القاهرة: دار الفكر العربي.
- 39- محمود بديع . (2007). موسوعة الألعاب الرياضية والشعبية .الأردن: دار الإسرائ.
- 40- وآخرون ف ك . (2006). مناهج البحث العلمي .الأردن :دار المسيرة.

- 1- BERJEAUD. (1995). *les réyles des jeusc et leu. international: Evolution.*
- 2- Carinalc. (2000). *Pelletier cet rivet Dj caheier de l'entraînement.*
- 3- G, A. (2006). *recyclage des entraineurs.* Alger: FAVB.
- 4- Hameni, H. S. (1995). *cuitéres d'accés ausc qualités du jeune talent.* F.A.A .
- 5- ikedak, H. e. (1991). *technique d'arbitrage pour une meilleur direction du jeu.* Lausanne: FIVB.
- 6- IVOILOVA.I. (1984). *V.VOLLEY.Bal.* PARIS: VIGOT.
- 7- M, P. (2001). *les fondamentaux du volley entrainement technique et tactique .* paris: Amphore.
- 8- Murphy, G. e. (1995). *les conséquences du changement de la règle du service dans le volley Ball de salle approche théorique international volley tech.*
- 9- PELLETIERC, C. C. (1987). *colier de l'entraînement .* montreal : F.V.B.O.
- 10- Winibery.p.gould. (1997). *psychologie du sport et de l, activité phycsique.* paris: vrghar.

الملاحق

عنوان الدراسة:

تأثير فعالية الاستقبال على مستوى اللعب لدى لاعبي الكرة الطائرة أقل من 17 سنة

- إعداد الطالب:

إشراف الأستاذ:

بركات نورالدين.

حاج أحمد مراد.

شبكة ملاحظة مقدمة للمحكمين.

شبكة الملاحظة		
(1)	(2)	(3)
استقبال ضعيف (كرة ضائعة).	الكرة لم تصل إلى داخل منطقة ثلاثة أمتار.	استقبال جيد في اتجاه الممرر مباشرة.

جامعة البويرة
آكلي محند أولحاج
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

إستمارة إستبيان

موجهة الى المدرسين

في إطار إنجاز بحث لنيل شهادة الماستر في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية تحت عنوان:
" تأثير فعالية الاستقبال على مستوى اللعب لدى لاعبي الكرة الطائرة أقل من 17 سنة"
نرجو من سيادتكم ملء هذه الاستمارة بصدق وموضوعية، ونتعهد أن كامل البيانات المجمعة بواسطة هذه
الاستمارة ستكون سرية ولا تستخدم إلا لأغراض علمية بحثية، وشكرا على تعاونكم.
ملاحظة: ضع علامة (X) في الخانة المناسبة.

إشراف الدكتور:
دع حاج أحمد مراد.

إعداد الطالب:
دع بركات نورالدين.

السنة الجامعية 2015/2014

معلومات خاصة:

1- ما هي الشهادة المحصل عليها في التدريب؟

.....

2- منذ متى وأنت تمارس مهنة التدريب؟

.....

المحور الأول: التركيز على مهارة الاستقبال أثناء التدريب يساهم ببناء هجوم فعال.

3- ما هي المهارة التي تركزون عليها أكثر في التدريبات؟

.....

4- هل تعتمدون على برنامج خاص بمهارة الاستقبال؟

لا

نعم

..... إذا كانت الإجابة بنعم فكم مدة هذا البرنامج:

5- كم عدد الحصص التي تبرمج فيها تقنية الاستقبال في الشهر؟

.....

6- كيف تتصرف عندما تلاحظ أن اللاعبين يخطئون في الاستقبال أثناء المباراة؟

تقدم نصائح وإرشادات

تقوم باستبدال

تطلب وقت مستقطع

7- هل ترى أن تحسين تقنية الاستقبال يرفع من فعالية الهجوم أثناء المنافسة؟

لا

نعم

المحور الثاني: تنمية هذه التقنية يؤدي إلى تحسين مستوى اللعب لدى فرق الكرة الطائرة لفئة أقل من 17 سنة.

8- ما هو التحضير الأكثر ملائمة لتنمية هذه التقنية ولهذه الفئة؟

التكتيكي

النفسي

التقني

البدني

9- كيف تتمون مهارة الاستقبال؟

.....

10- ما هي الإجراءات التي تقومون بها قصد الرفع من مستوى الأداء الرياضي؟

.....

11- ما هو الغرض من الأداء الرياضي؟

الاستمتاع

الحصول على النقاط

اللعب الجميل

12- هل تقنية الاستقبال تساهم في تحسين مستوى الأداء الرياضي لفئة أقل من 17 سنة؟

لا

نعم

المحور الثالث: تنمية مهارة الاستقبال أساسي لتكوين لاعبين جيدين في الكرة الطائرة لهذه الفئة.

13- ما هي المهارة التي تراعونها في تكوين اللاعبين؟

.....

14- هل تقومون بتكوين لاعب خاص بالاستقبال؟

نعم لا

15- هل مهارة الاستقبال ضرورية لتكوين لاعب جيد؟

نعم لا

16- هل إتقان مهارة الاستقبال يساهم في الرفع من مستوى لاعبي الكرة الطائرة؟

نعم لا

17- هل تقنية الاستقبال تساهم في انسجام التقنيات الأخرى أثناء المباراة لفئة أقل من 17 سنة؟

نعم لا