

تأثير تمارينات مشابهة لمواقف المباريات في التفكير الخططي ودقة مهارة الاعداد السريع الامامي والخلفي للاعبين المعدين للأعمار (15-18) سنة بالكرة الطائرة

خالد نعمة خالد عوان⁽¹⁾، حسين سبهان صخي⁽²⁾

تأريخ تقديم البحث: (2022/5/5)، تأريخ قبول النشر (2022/6/13)، تأريخ النشر (2022/9/28)

DOI: [https://doi.org/10.37359/JOPE.V34\(3\)2022.1305](https://doi.org/10.37359/JOPE.V34(3)2022.1305)



<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>

المستخلص

هدف البحث الى اعداد تمارينات مشابهة لمواقف المباريات تهدف الى تطوير التفكير الخططي ودقة مهارة الاعداد السريع الامامي والخلفي للاعبين المعدين بأعمار (15-18) سنة بالكرة الطائرة والتعرف الى تأثير التمارينات المشابهة لمواقف المباريات في تطوير التفكير الخططي ودقة مهارة الاعداد السريع الامامي والخلفي للاعبين المعدين بالكرة الطائرة، واستخدم الباحثان المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين المتكافئتين ذات الاختبارين القبلي والبعدي، وتم تحديد مجتمع البحث بالطريقة العمدية وتمثلت باللاعبين بأعمار (15-18) سنة بالكرة الطائرة لأندية بغداد (نادي الصناعة - نادي الشرطة - نادي الجيش - المركز الوطني لرعاية الموهبة الرياضية - وزارة الشباب والرياضة) والبالغ عددهم (62) واختار الباحثان عينة البحث بالطريقة العمدية والبالغ عددهم (10) لاعبين معدين، وهم ما يمثلون نسبة 16% من مجموع مجتمع البحث، وتوزعت عينة البحث على مجموعتين متجانستين ومتكافئتين تجريبية وضابطة قوام كل مجموعة على (5) لاعبين معدين، وتم جمع البيانات معالجتها إحصائياً ببرنامج (SPSS)، واستنتج الباحثان ان التمارينات المشابهة لمواقف المباريات اثرت معنوياً في تطوير التفكير الخططي ودقة مهارة الاعداد السريع الامامي والخلفي للاعبين المعدين بأعمار (15-18) سنة بالكرة الطائرة. الكلمات المفتاحية: الكرة الطائرة، اللاعب المعد، التمارينات الخاصة، التمارينات المشابهة للعب، الدقة، مهارة الاعداد.

ABSTRACT

The Effect of Game – like Exercises on Tactical Thinking, and the Accuracy of Forward and Backward Fast Setting in Volleyball Setters Aged 15 – 18 Years Old

The research aimed at designing game like exercises to develop tactical thinking the accuracy of performing forward and backward setting in volleyball setters aged 15 – 18 years old as well as identifying the effect of these game-like exercises on tactical thinking the accuracy of performing forward and backward setting in volleyball setters aged 15 – 18 years old. The researchers used the experimental program on (62) volleyball setters aged 15 – 18 years old from Al Senaa, Al Shorta, Al Jaesh, and the national center for gifted in volleyball, ministry of youth and sport. The subjects were (10) setters divided equally into two groups; controlling and experimental groups. The data was collected and treated using SPSS to conclude that game like exercises significantly developed tactical thinking and fast setting accuracy in volleyball setters aged 15 -18 years old .

Keywords: volleyball, setters, special exercises, game like exercises, accuracy, setting.

(1) طالب دراسات عليا (الماجستير)، جامعة بغداد، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة. (khalidnaama8@gmail.com)

Khalid Neamah Khalid, Post Graduate Student (Master), University of Baghdad, College of Physical Education and Sport Sciences, (khalidnaama8@gmail.com) (+9647707189933).

(2) أستاذ، دكتوراه تربية رياضية، جامعة بغداد، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة (hussein.sabhan@cope.uobaghdad.edu.iq)

Hussein Sabhan Sikhe, Prof (PH.D), University of Baghdad, College of Physical Education and Sport Sciences, (hussein.sabhan@cope.uobaghdad.edu.iq) (+9647707189933).

المقدمة:

نتيجة التطور الكبير الذي شهدته الكرة الطائرة العالمية على المستوى البدني والمهاري والخططي أصبح التنافس كبير جداً بين الفرق لتحقيق الفوز والإنجاز نتيجة الإمكانيات العالية التي يتمتع بها اللاعبين ولا سيما اللاعب المعد الذي له الدور الكبير في تحقيق الفوز لأنه يعتبر العقل المدبر والمفكر للفريق خططياً ومفاتيح الفوز وقلب وروح الفريق لذلك يجب أن يكون فعالاً حيث يتحمل المسؤولية لأن اللاعب المعد مهمته أشمل وأكبر من غيره من اللاعبين ولا نقول الأصعب، فيتوقف الفريق والفوز وحسم النقاط على مستوى التفكير الخططي ودقة مهارة الاعداد للاعب المعد الذي يعد الكرة بالمكان والتوقيت الصحيح، ومن هنا جاءت أهمية البحث بضرورة الاهتمام باللاعب المعد بأعداد تدريبات تخصصية مشابهة لمواقف المباريات لتطوير التفكير الخططي ودقة مهارة الاعداد السريع الامامي والخلفي للاعبين المعدين للأعمار (15-18) سنة بالكرة الطائرة، لذا فمن خلال خبرة الباحثان الميدانية حدد مشكلة بحثهم في لعبة الكرة الطائرة وملاحظة ومشاهدة المباريات السابقة للدوري الشباب العراقي ولقلة استخدام البرامج الخططية لاحظوا ضعف عند اللاعبين المعدين الشباب على مستوى التفكير الخططي ودقة مهارة الاعداد السريع مما دعى الباحثان الى ضرورة إيجاد تدريبات مشابهة لمواقف المباريات تهدف الى تطوير التفكير الخططي ودقة مهارة الاعداد السريع الامامي والخلفي للاعبين المعدين للأعمار (15-18) سنة بالكرة الطائرة، وقد هدف البحث الى اعداد تدريبات مشابهة لمواقف المباريات تهدف الى تطوير التفكير الخططي ودقة مهارة الاعداد السريع الامامي والخلفي للاعبين المعدين (15-18) سنة بالكرة الطائرة والتعرف الى تأثير التدريبات المشابهة لمواقف المباريات في تطوير التفكير الخططي ودقة مهارة الاعداد السريع الامامي والخلفي للاعبين المعدين بالكرة الطائرة، وكذلك افترض الباحثان هناك تأثير إيجابي للتدريبات المشابهة لمواقف المباريات في تطوير التفكير الخططي ودقة مهارة الاعداد السريع الامامي والخلفي للاعبين المعدين بالكرة الطائرة، اما عن مجالات البحث فكانت متمثلة باللاعبين المعدين للأعمار (15-18) سنة بالكرة الطائرة لأندية بغداد (نادي الصناعة - نادي الشرطة - نادي الجيش - المركز الوطني لرعاية الموهبة الرياضية - وزارة الشباب والرياضة - بغداد)، وكان وقت اجراء التجربة بتاريخ من 2021/10/15 الى 2022/5/20 ، اما في ما يخص مكان اجراء التجارب الميدانية فقد اختار الباحثان قاعة نادي الصناعة الرياضي / بغداد، ومن الدراسات التي تناولت التفكير الخططي ودقة بعض المهارات في الكرة الطائرة دراسة (بدن، 2019) حيث هدفت الى التعرف الى اثر تدريبات خاصة لتطوير دقة بعض المهارات الفنية بالتفكير الخططي للكرة الطائرة للاعبين المركز الوطني لرعاية الموهبة الرياضية لأعمار (15-16) سنة، وظهرت النتائج الى وجود تطور ايجابي على مستوى بعض المهارات الفنية والتفكير الخططي لدى عينة البحث. اما دراسة (ابراهيم، 2008) والتي هدفت الى تصميم مقياس للتفكير الخططي للمستويات العالية بالكرة الطائرة، وظهرت النتائج صلاحية المقياس للتفكير الخططي للاعبين المستويات العليا. اما دراسة (عبد الرزاق، 2013) والتي هدفت الى التعرف الى تأثير التدريبات النوعية على مستوى الأداء المهاري والقدرة على التفكير الخططي الهجومي للاعبين الكرة الطائرة، وظهرت النتائج وجود تأثير التدريبات النوعية على مستوى الأداء المهاري والقدرة على التفكير الخططي الهجومي للاعبين الكرة الطائرة.

الاجراءات والادوات:

استخدم الباحثان المنهج التجريبي لكونه يتلاءم وطبيعة مشكلة البحث ، وبتصميم أسلوب المجموعتين المتكافئتين (التجريبية والضابطة) ذات الاختبارين القبلي والبعدي، وتم تحديد مجتمع البحث بالطريقة العمدية وتمثلت باللاعبين للأعمار (15-18) سنة بالكرة الطائرة لأندية بغداد (نادي الصناعة - نادي الشرطة - نادي الجيش - المركز الوطني

لرعاية الموهبة الرياضية - وزارة الشباب والرياضة - بغداد) والبالغ عددهم (62) وفي ضوء ذلك اختار الباحثان عينة البحث بالطريقة العمدية والبالغ عددهم (10) لاعبين معدين للأعمار (15-18) سنة بالكرة الطائرة لأندية بغداد، وهم ما يمثلون نسبة 16% من مجموع مجتمع البحث، وتوزعت عينة البحث على مجموعتين متجانستين ومتكافئتين تجريبية وضابطة تحوي كل مجموعة على (5) لاعبين معدين، ثم قاموا بجمع البيانات وتمت معالجتها إحصائياً ببرنامج (SPSS)، وظهرت النتائج تجانس وتكافؤ بين مجموعتي البحث في متغيرات البحث كما موضح في الجدولين (1) و (2) .

الجدول (1) يبين الجدول قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيم معامل الالتواء

ت	المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
1	العمر الزمني /سنة	16.40	0.96	-0.11
2	العمر التدريبي / سنة	2.50	1.08	.00
3	الطول/سم	179.30	3.68	-0.23
4	الكتلة/كغم	74.60	6.04	-0.32

الجدول (2) يوضح تكافؤ عينة البحث المجموعتين التجريبية والضابطة

الاختبارات	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة (t) المحتسبة	مستوى الخطأ	الدلالة الاحصائية
	ع ±	س -	ع ±	س -			
مقياس التفكير الخططي	14.13	52.80	14.97	53.40	0.06	0.95	غير معنوي
الاعداد السريع الامامي	2.19	6.40	2.28	6.80	0.28	0.78	غير معنوي
الاعداد السريع الخلفي	1.94	3.60	2.38	3.20	0.29	0.77	غير معنوي

تحت درجة حرية = 8 ومستوى دلالة (0.05)

اما الاختبارات المستخدمة في البحث فهي:

مقياس التفكير الخططي (السيد، 2007):

- يتم عرض صور بواسطة جهاز التلفاز على العينة (اللاعبين المعدين) على شكل مواقف لعب حقيقية وعلى العينة الاجابة على الاسئلة في الاستمارة.
- المواقف للعب (53) موقف خططي.
- مدة الاجابة 4 (ثوان) لكل موقف خططي بعد أن يسأل المختبر السؤال.
- لكل سؤال ثلاث اختيارات (اختيار من (1) درجة والآخر (2) درجة والآخر (3) درجة)
- الدرجة النهائية من (159) درجة / 53 * 3 = 159 درجة.
- اختبار دقة الاعداد السريع الامامي والخلفي المعدل (محسن، 2002):
- الغرض من الاختبار: قياس دقة الاعداد السريع الامامي والخلفي.

- الأدوات المستعملة في الاختبار: ملعب الكرة الطائرة، شبكة على ارتفاع قانوني، ثلاث كرات طائرة قانونية، حامل تعلق عليه حلقة كرة سلة.
- ترسم دائرة قطرها (1 م) بحيث تلامس حدودها خط المنتصف ويبعد مركزها عن مركز حلقة كرة السلة بحسب كل نوع من انواع مهارة الاعداد على النحو الاتي:
 - في مهارة الاعداد السريع الامامي يوضع حامل حلقة كرة السلة امام المختبر بحيث يبعد مركز الحلقة عن مركز الدائرة المخصصة للمختبر مسافة (75سم).
 - في مهارة الاعداد السريع الخلفي يوضع حامل حلقة كرة السلة خلف المختبر بحيث يبعد مركز الحلقة عن مركز الدائرة المخصصة للمختبر مسافة (75).
 - يبعد مركز حلقة كرة السلة بمقدار (50 سم) عن الشبكة في جميع انواع مهارة الاعداد.
- مواصفات الاداء: يقف المختبر داخل الدائرة بحيث يواجه حامل حلقة كرة السلة لأداء مهارة الاعداد الامامي وتكون حلقة كرة السلة خلفه عند اداء مهارة الاعداد الخلفي ويقوم المدرب بتوصيل الكرة الى المختبر من الموقع المخصص له كما مبين بالشكل (3) ليقوم المختبر بدوره بإعداد الكرة الى حامل حلقة كرة السلة.
- الشروط:
 - تعطى لكل لاعب (5) محاولات
 - يجب ان يتم الاعداد من داخل الدائرة.
- التسجيل: تحتسب الدرجة وفق الاتي:
 - (4)د، للكرة الداخلة في الحلقة دون ان تمس أي جزء من الحلقة.
 - (3)د، للكرة الداخلة في الحلقة لكنها تمس محيطها.
 - (2)د، للكرة التي تمس الحلقة ولا تدخل فيها.
 - (1)د، للكرة التي تمس الخيوط النازلة من الحلقة الى الارض.
 - (صفر) لغير ما ذكر.
 - تعتبر درجة الاستجابة الافضل للمعد الذي يجمع أكبر قدر من الدرجات.
 - الدرجة العظمى للاختبار (20) درجة



الشكل (1) يوضح اختبار دقة مهارة الاعداد السريع الامامي والخلفي

وقام الباحثان بإجراء ثلاث تجارب استطلاعية للاختبارات المستخدمة في البحث على قاعة نادي الصناعة الرياضي، على عينة مكونة من (4) لاعبين معدين للأعمار (15-18) سنة بالكرة الطائرة في الساعة الثالثة عصرًا، وكانت التجربة الاستطلاعية الأولى يوم الجمعة الموافق 2021/10/15 وكان الهدف منها هو إجراء اختبارات دقة مهارة الإعداد وإجراء مقياس التفكير الخططي للاعب المعد وتحديد الوقت المستغرق للاختبارات وتسلسلها وتدريب فريق العمل المساعد والتأكد من سلامة الأدوات والأجهزة المستخدمة، في حين كانت التجربة الاستطلاعية الثانية يوم الثلاثاء الموافق 2021/10/19 وكان الهدف منها هو إعادة اختبارات دقة مهارة الأعداد لتحقيق الأسس العلمية وإعادة المقياس الخططي للاعب المعد لتحقيق الأسس العلمية واستخدام الباحثان شاشة تلفاز في تطبيق المقياس الخططي للاعب المعد وذلك لتوضيح فقرات المقياس واختصار الوقت والجهد وبمساعدة فريق العمل المساعد، في حين كانت التجربة الاستطلاعية الثالثة في يوم الأربعاء الموافق 2021/10/20 وكان الهدف منها هو إجراء التجربة بالتمرينات الخاصة الموضوعية من قبل الباحثان للتأكد من الوقت المستغرق وتسلسل ترتيبها وتشخيص المعوقات والسلبيات ولمراعاة ذلك أثناء إجراء التجربة الرئيسية. وإن الهدف من التجربة الاستطلاعية للاختبارات تمثل بالتأكد من الوقت المستغرق لكل اختبار بعد ترتيبها وتسلسلها لمراعاة ذلك في التجربة الرئيسية تحقيق الشروط العلمية للاختبارات والتعرف على مدة تنفيذ التجربة الرئيسية ومعرفة مدى ملائمة العينة واستجابتها للتجربة واختبار صلاحية الأدوات والأجهزة والتعرف على كفاءة فريق العمل المساعد والتعرف على الإيجابيات والسلبيات ومعرفة المعوقات والصعوبات.

كما قام الباحثان بمساعدة فريق العمل المساعد بإجراء الاختبارات القبلية على مجموعتي البحث (الضابطة والتجريبية) الخاصة بمقياس التفكير الخططي واختبار دقة مهارة الأعداد السريع الامامي والخلفي حيث جرت الاختبارات القبلية لمقياس التفكير الخططي للمجموعتين التجريبية والضابطة والبالغ عددهم (10) لاعبين معدين في يوم الجمعة الموافق 2021/10/22 في قاعة نادي الصناعة الساعة الثالثة عصرًا في حين جرت الاختبارات القبلية لاختبارات دقة مهارة الأعداد السريع الامامي والخلفي للمجموعتين التجريبية والضابطة والبالغ عددهم (10) لاعبين معدين في يوم السبت الموافق 2021/10/23 في قاعة نادي الصناعة الرياضي الساعة الثالثة عصرًا، قام الباحثان قبل تنفيذ الاختبارات بشرح وتطبيق كيفية أداء الاختبارات وعرض مقياس التفكير الخططي للاعب المعد على شاشة العرض (plazma).

التجربة الرئيسية: تم البدء بالتمرينات في يوم الثلاثاء الموافق 2021/10/26 الساعة الثالثة عصرًا واستمرت لمدة (8) اسبوع واشتملت على (24) وحدة تدريبية لعينة البحث وبواقع (3) وحدات تدريبية أسبوعياً في أيام (الجمعة والسبت والثلاثاء)، تم تطبيق التمرينات في القسم الرئيسي للوحدة التدريبية، تبدأ الوحدة التدريبية باستخدام تمرينات الإحماء يتناسب مع الهدف من الوحدة واستخدمت طريقة التدريب الفترتي بنوعيه (الفترتي منخفض الشدة - الفترتي مرتفع الشدة) وشدة الحمل تتراوح بين (65-75%) للتدريب الفترتي المنخفض و (75-85%) من أقصى مستوى للاعب للتدريب الفترتي المرتفع، تكون بداية تموجات الحمل 2:1 وحجم التمرينات (1-5) تمرين في الوحدة التدريبية الواحدة والتكرار للتمرينات ما بين (1:4) تكرار، ومن بين (1:2) مجموعات وزمن الأداء يتراوح بين (50-70) دقيقة وفترات الراحة البينية (30 : 120) ث راحة ايجابية. وبعد ان تم الانتهاء من تنفيذ التمرينات المشابهة لمواقف المباريات التي وضعها الباحثان قاما بإجراء الاختبارات البعدية لمقياس التفكير الخططي ودقة مهارة الأعداد السريع الامامي والخلفي للمجموعتين التجريبية والضابطة والبالغ عددهم (10) لاعبين معدين في يوم الجمعة الموافق 2021/12/17 في قاعة نادي الصناعة الرياضي، وحرص الباحثان بالالتزام وتهيئة الظروف كافة، والامكانيات التي تم فيها إجراء الاختبارات القبلية وتطبيق التمرينات الخاصة والاختبارات البعدية من حيث فريق العمل المساعد، والزمان والمكان والادوات والاجهزة اللازمة.

الوسائل الإحصائية المستعملة في البحث: استخدم الباحثان الحقيبة الإحصائية (SPSS) في تحليل نتائج البحث.

النتائج:

الجدول (3) يبين المعالم الاحصائية وقيمة (ت) المحتسبة ومستوى الدلالة للاختبارات القبلية والبعدي للمجموعة الضابطة للمتغيرات قيد البحث

المجموعة الضابطة									المتغيرات
الدلالة	مستوى الخطأ	قيمة (ت)	الخطأ المعياري	س-ف	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		
					ع-+	س	ع-+	س	
غير معنوي	0.06	2.52	1.02	2.60	13.90	55.40	14.13	52.80	التفكير الخططي
غير معنوي	0.07	2.44	0.24	0.60	2.23	7.00	2.19	6.40	الاعداد السريع الامامي
غير معنوي	0.17	1.63	0.48	0.80	2.60	4.40	1.94	3.60	الاعداد السريع الخلفي

تحت درجة حرية = 4 ومستوى دلالة (0.05)

الجدول (4) يبين المعالم الاحصائية وقيمة (ت) المحتسبة ومستوى الدلالة للاختبارات القبلية والبعدي للمجموعة التجريبية للمتغيرات قيد البحث

المجموعة التجريبية									المتغيرات
النتيجة	مستوى الخطأ	قيمة (ت)	الخطأ المعياري	س-ف	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		
					ع-+	س	ع-+	س	
معنوي	0.00	23.48	1.72	40.40	18.01	93.80	14.97	53.40	التفكير الخططي
معنوي	0.00	18.97	0.31	6.00	2.58	12.80	2.28	6.80	الاعداد السريع الامامي
معنوي	.00	39.00	0.20	7.80	2.00	11.00	2.38	3.20	الاعداد السريع الخلفي

تحت درجة حرية = 4 ومستوى دلالة (0.05)

الجدول (5) يبين نسبة التطور المجموعة التجريبية للمتغيرات قيد البحث

المتغيرات	قبلي	بعدي	نسبة التطور
	س-	س-	
التفكير الخططي	53.40	93.80	43.07%
الاعداد السريع الامامي	6.80	12.80	46.87%
الاعداد السريع الخلفي	3.20	11.00	70.90%

الجدول (6) يبين المعالم الاحصائية وقيمة (ت) المحتسبة ومستوى الدلالة للاختبارات البعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية

للمتغيرات قيد البحث

المتغيرات	وحدة القياس	الاختبار البعدي	س-	ع+	قيمة t	Sig	الدلالة
التفكير الخططي	الدرجة	الضابطة	55.40	13.90	3.77	.00	معنوي
		التجريبية	93.80	18.01			
الاعداد السريع الامامي	الدرجة	الضابطة	7.00	2.23	3.79	.00	معنوي
		التجريبية	12.80	2.58			
الاعداد السريع الخلفي	الدرجة	الضابطة	4.40	2.60	4.49	.00	معنوي
		التجريبية	11.00	2.00			

تحت درجة حرية = 8 ومستوى دلالة (0.05)

المناقشة:

من خلال ما تم عرضه في الجداول (3-4-6) من نتائج مقياس التفكير الخططي ودقة مهارة الاعداد السريع الامامي والخلفي للاعبين المعدين والتي تظهر عدم وجود فروق معنوية للمجموعة الضابطة في الاختبار القبلي والبعدي ويظهر فروق معنوية لنفس الاختبار للمجموعة التجريبية وكذلك تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في الاختبار البعدي.

ويعزو الباحثان عدم ظهور فروق معنوية للمجموعة الضابطة بين الاختبار (القبلي - البعدي) لمقياس التفكير الخططي واختبار دقة مهارة الاعداد السريع الامامي والخلفي للاعب المعد هو قلة اهتمام المدرب باللاعب المعد وعدم إعطاء وقت مخصص لتدريب اللاعبين المعدين الشباب أسوة باللاعبين الآخرين كالمهاجمين واللاعب المدافع وتركيزه على الجانب البدني والمهاري، وكذلك بالأخص عدم إعطاء المدرب تمارين خاصة في التفكير الخططي ودقة الاعداد للاعب المعد الذي يلعب دوراً مهماً وحساساً للفريق وهذا يتفق مع ما ذكره (زكي محمد حسن) انه يجب على المدربين الكرة الطائرة

أجراء تدريبات قد صممت أو ابتكرت خصيصاً للاعبين المعدين في الكرة الطائرة ، فإن معظم المدربين لا يعطون اللاعبين تمارين فردية بما فيه الكفاية ، أو مفاتيح أو كلمات مساعدة كما يفعلون مع الضاربين (الحسن، الكرة طائرة) الاستراتيجيات والخطوط الإرشادية الحديثة للاعداد وتدريب اللاعبين)، (2010)، وهذا ما أكده سعد الجميلي "قأن تدريب اللاعب المعد يجب أن يأخذ دوراً مهماً مثل الدور الذي يأخذه اللاعبون الآخرون ومن الأفضل تخصيص مدرب لتدريب المعد ليستطيع تحمل المسؤولية الكبيرة المنوطة به ، وعليه لم يلقى المعد الاهتمام الكافي من قبل المدربين كبقية زملائه المدافعين والمهاجمين ، وكان نصيبه الإهمال باستمرار على الرغم من الأهمية الذي يلعبه في المباراة ، فهو العامل الحاسم في فوز فريقة اذا نجح في تهيئة الكرات الجيدة للمهاجمين" (الجميلي، 2009).

كما يعزو الباحثان ظهور فروق معنوية للمجموعة التجريبية بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي وتفوقها على المجموعة الضابطة في الاختبار البعدي لمقياس التفكير الخططي ودقة مهارة الاعداد السريع الامامي والخلفي للاعبين المعدين هو استخدام الباحثان تمارين تخصصية للاعب المعد في التفكير الخططي ودقة الاعداد السريع الامامي والخلفي وإعطاء وقت مخصص لهذا على مدار المنهاج التدريبي وهذا يتفق مع ما أشار اليه العديد من الخبراء والمختصين العالميين في مجال تدريب الكرة الطائرة ، أن تدريب اللاعبين المعدين (30) دقيقة أو أكثر من اليوم التدريبي أو الوحدة التدريبية فإن مستوى التفكير الخططي ودقة الأداء المهاري لدى المعدين سوف يزيد بسرعة خاصة إذا كانت بطريقة علمية مدروسة من قبل المدرب ، مما لاشك فيه أنه سوف يعود على الفريق بالنجاح ، وذلك في ضوء المقولة الشهيرة في هذا الصدد التي تقول (قصور أو اهمال المعد يكون قصور للفريق) (الحسن، صانع الالعاب في الكرة الطائرة، 2004).

كما يعزو الباحثان أيضاً ظهور فروق معنوية للمجموعة التجريبية بين الاختبار (القبلي - البعدي) ولصالح الاختبار البعدي وتفوقها على المجموعة الضابطة في الاختبار البعدي لمقياس التفكير الخططي ودقة مهارة الاعداد السريع الامامي والخلفي للاعبين المعدين هو فاعلية استخدام الباحثان نوع من التمارين مشابهة لمواقف المباريات أو اللعب من خلال تمارين تنافسية خاصة للاعب المعد ومنها بمشاركة اللاعبين الآخرين حيث أن هذه التمارين المشابهة لمواقف المباريات لتطوير التفكير الخططي ودقة مهارة الاعداد كان لها الدور الأكبر في تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة حيث تعمل هذه التمارين المشابهة لمواقف المباريات على الإحساس بأجواء المباراة والتحفيز والاثارة والدافعية للاعبين على الممارسة والتشويق والحماس على بذل قصارى الجهد للوصول للفوز والانجاز والتغلب على بعض العوامل ومنها الخوف والملل والضجر والإحساس بعامل الثقة بالنفس ، كما أن التمارين المشابهة لمواقف المباريات تعتبر وسيلة مهمة جداً لتطوير التدريب والتفكير الخططي ودقة مهارة الاعداد خلال الفترة التحضيرية تحت ظروف المنافسة اوما يقاربها او خلال فترة المنافسات وهذا ما أكده علي البيك ويضيف إن التمارين التنافسية " هي وسيلة مهمة يمكن من خلالها ربط مكونات الحمل التدريبي من اجل الوصول باللاعبين الى افضل المستويات من جميع النواحي البدنية والمهارية والنفسية والخططية " (البيك، 1994)، كما يضيف زكي محمد حسن " عند استخدام التدريبات البصرية يجب وضع مفاتيح بصرية وتدريب مشابهة لجو المباراة لتعطي إحساس بالسلوك الحركي والذي سيساعد اللاعبين الزملاء والفريق المنافس من خلال حركة عينيه" (الحسن، صانع الالعاب في الكرة الطائرة، 2004)، حيث يذكر عبد الكريم ومصطفى حسن وآخرون "التمارين التنافسية تعتبر من التمارين الخاصة والتي تؤدي في مواقف اللعب طبقاً لشروط وقانون اللعبة، كما انها تعتبر الوسيلة لتطوير شكل التدريب خلال فترة الأعداد والمنافسات لكثير من الألعاب الرياضية وأن تأثيرها يكون فعالاً وكاملاً قياساً الى وسائل التدريب الأخرى فبذلك فهي تحافظ على الترابط الجيد بين مكونات التدريب وتطويره" (عبد الكريم ، حسن،

و وآخرون، 2019) وهذا ما أهتمت به التمرينات المشابهة لمواقف المباريات التي أستخدمها الباحثان والتي ساعدت اللاعبين المعدين على تطوير التفكير الخططي لديهم .

كما يعزو الباحثان ظهور فروق معنوية للمجموعة التجريبية بين الاختبار (القبلي - البعدي) ولصالح الاختبار البعدي وتفوقها على المجموعة الضابطة في الاختبار البعدي لمقياس التفكير الخططي ودقة مهارة الإعداد السريع الامامي والخلفي هو استخدام الباحثان تمرينات متنوعة ومتغيرة ومواقف لعب مختلفة والإعداد من مواضع ومراكز متعددة وجميع أنواع وأشكال الإعداد العالي منها والسريع والامامي والخلفي والقريب والبعيد من الشبكة ومن الوقوف والقفز قد أثرت إيجاباً على القدرات العقلية والمهارية وبالتالي على تطور التفكير الخططي ودقة مهارة الإعداد السريع الامامي والخلفي للاعبين المعدين للمجموعة التجريبية وهذا ما ذكرته ناهده الدليمي، لا بد من تهيئة اللاعبين المعدين وتدريبهم على إجادة جميع أنواع الإعداد وأشكالها في جميع مواقف اللعب المختلفة، أي ان الأعداد الجيد دوراً كبيراً مميّزاً في تحديد نتيجة المباراة، لأن نجاح الضرب الساحق يرتبط بالإعداد الجيد ويرتبط أيضاً بقابلية اللاعب المعد، فكلما كان على مستوى عال من الأداء تمكن الفريق من إفساح الخطط الدفاعية للفريق المنافس، أي بعبارة أخرى قابليته على التنوع والتغيير في اللعب لغرض تنفيذ الخطط المعدة للفريق، وقد تتطور الإعداد كثيراً عما كان عليه سابقاً، إذ إن استقبال الكرة وتمريها الى اللاعب المعد بدون قوس، فضلاً عن قيام اللاعب المعد بأعداد الكرة من القفز لغرض تقليل المدة الزمنية قبل أن يستعد الفريق المنافس للدفاع ومن ثم عمل الهجوم السريع" (الدليمي، 2013)، وينكر مازن هادي "ان التدريب على اداء المهارات غير كاف لإتقان المهارات بصورة كاملة ولهذا لا بد من الاهتمام بأساليب متنوعة في التدريبات من خلال استخدام مثيرات متنوعة أنية ومباشرة لتطوير دقة وسرعة الاستجابة في المهارات" (كزار، 2002).

ويرى الباحثان ان الإعداد الخططي له أهمية كبيرة للنشاط الذي يتصف بالمنافسة سواء كان احتكاك مباشر أو غير مباشر حيث يتطلب الإعداد الخططي اختيار تمرينات مشابهة لمواقف المباريات خاصة بالرياضة التخصصية تتفق مع المواقف والمفاجأة التي تحدث اثناء المباراة مما يؤدي الى اكتساب اللاعب المهارات الفنية وحسن اتخاذ القرار الصحيح والتوقع والتفكير الخططي.

يرى الباحثان ان اللاعب المعد يلعب دوراً هاماً داخل الملعب فهذا الدور لا يمكن لأي أحد تجاهله سواء المدرب أو بقية اللاعبين أو الجمهور أو المختصون باللعبة، إذ يعتبر اللاعب المعد المحرك الأساسي والعقل المفكر والمدبر للفريق ومفتاح اللعب ومنفذ رغبات اللاعبين المهاجمين وأكثر لاعب يلمس الكرة فهنا تكمن دور ومكانة اللاعب. وهذا ما أكده زكي محمد "إن هذا اللاعب المعد، سوف نجده يلمس الكرة في الغالب أكثر من لاعب آخر، ويجري هجومك من خلال نفس الطريقة، التي يفعلها فريق كرة القدم (الأمريكية) في الربح الخلفي من الملعب، وعن اللاعب المعد أيضاً سوف نجده يأخذ كل كرة ثانية ويقرر من يقوم بالهجوم، كما أنه يقرر النمط (أو النوع)، وكذا السرعة الخاصة بشكل الهجوم، وأخيراً فإن اللاعبين المعدين يمثلون الأهمية القصوى أو إلى أبعد الحدود، فيما يخص هجوم ودفاع فريقك" (الحسن، الكرة طائفة (الاستراتيجيات والخطوط الإرشادية الحديثة للإعداد وتدريب اللاعبين)، 2010).

في حدود نتائج البحث والمعالجات الإحصائية التي قام بها الباحث وتعليلاً لهذه النتائج فقد توصل الباحث الى مجموعة من

الاستنتاجات:

- ان التمرينات المشابهة لمواقف المباريات قد اثرت ايجاباً في تطوير التفكير الخططي للاعبين المعدين للأعمار (15-18) سنة بالكرة الطائرة.

- ان التمرينات المشابهة لمواقف المباريات قد اثرت ايجاباً في تطوير دقة مهارة الاعداد السريع الامامي والخلفي للاعبين المعدين للأعمار (15-18) سنة بالكرة الطائرة.
- في ضوء الاستنتاجات التي توصل اليها يوصي الباحث بما يأتي :
- استخدام التمرينات المشابهة لمواقف المباريات من قبل المهتمين والمدربين لتطوير التفكير الخططي للاعبين المعدين للأعمار (15-18) سنة بالكرة الطائرة.
- استخدام التمرينات المشابهة لمواقف المباريات من قبل المهتمين والمدربين لتطوير دقة مهارة الاعداد السريع الامامي والخلفي للاعبين المعدين للأعمار (15-18) سنة بالكرة الطائرة.
- استخدام تمرينات متنوعة ومتغيرة ومشوقة ومشابهة لجو المباريات والمفاجئات التي تحدث ومتعددة من حيث مواضع ومراكز اللعب ومن حيث اشكال وانواع الاعداد ومن حيث حركة اللاعب المعد من الوقوف والانبطاح ومن القفز ومن حيث البعد من الشبكة القريب والبعيد ومن حيث ارتفاع الاعداد العالي والسريع وبزاويا مختلفة.
- ضرورة إجراء دراسات مشابهة على أعمار مختلفة وعينات من الاناث بدلاً من الذكور.

المصادر

- Edwards, W. (2004). *Art of Boxing and Science of Self-Defense*. New York: Excelsior Publishing House.
- Walsh, J. J. (1995). *Boxing Simplified*. 321.
- احمد خاطر، و علي فهمي البيك. (1978). *القياس في المجال الرياضي*. القاهرة: دار المعارف.
- اسامة ابراهيم. (2008). تصميم مقياس للتفكير الخططي للاعبين المستويات العليا في الكرة الطائرة. المنصورة، مصر: كلية التربية الرياضية-جامعة المنصورة.
- اسماء عبد الرزاق. (2013). تأثير التدريبات النوعية على مستوى الاداء المهاري والقدرة على التفكير الخططي الهجومي للاعبين الكرة الطائرة. الاسكندرية، مصر: كلية التربية الرياضية - جامعة الاسكندرية.
- ايلاف ربيع عباس التميمي. (2012). تأثير منهاج مقترح للتدريب العقلي المصاحب للتمرينات المهارية في تنمية تركيز الانتباه وتحويله لدى لاعبي منتخب شباب العراق بالملاكمة. أطروحة دكتوراه، جامعة بغداد، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.
- دينا بدن. (2019). اثر تمرينات خاصة لتطوير دقة بعض المهارات الفنية للتفكير الخططي للكرة الطائرة للاعبين المركز الوطني لرعاية الموهبة الرياضية للأعمار (15-16) سنة. بغداد، العراق: كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة بغداد.
- رافد خليل اسماعيل. (2018). تأثير استخدام صالة تدريب ذكية في تطوير بعض القدرات الخاصة للملاكمين الناشئين. أطروحة دكتوراه، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة بغداد.
- رحيم عطية. (2008). دراسة معرفة حدة الانتباه ومستوى الاداء المهاري لدى لاعبي خطوط اللعب المختلفة بكرة القدم. مجلة ميسان للدراسات الاكاديمية، 7(13)، 173.
- زكي الحسن. (2004). *صانع الالعاب في الكرة الطائرة*. مصر: المكتبة المصرية للطباعة والنشر والتوزيع.
- زكي الحسن. (2004). *صانع الالعاب في الكرة الطائرة*. مصر: المكتبة المصرية للطباعة والنشر والتوزيع.
- زكي الحسن. (2010). *الكرة طائرة (الاستراتيجيات والخطوط الارشادية الحديثة للاعداد وتدريب اللاعبين)*. القاهرة: دار الكتب الحديث.
- زياد مشقابة، و زياد العجلوني. (2011). *استخدامات حاسوبية في الادارة*. عمان: دار اليازوري العلمية للنشر والتوزيع.

- سامر يوسف متعب. (2004). ثير منهج تعليمي لتعميم البرامج الحركية في تعلم مهارتي المناولة والتصويب بكرة اليد والتصرف الحركي للأشبال. اطروحة دكتوراه، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة بغداد، 65.
- سعد الجميلي. (2009). الكرة طائرة مبادئها وتطبيقاتها الميدانية. بغداد: دار دجلة.
- سمير السيد. (2007). تصميم مقياس للتفكير الخططي لصانع اللعب في الكرة الطائرة. الاسكندرية: كلية التربية الرياضية - جامعة الاسكندرية.
- عبد الكريم، مصطفى حسن، و واخرون. (2019). علم التدريب الرياضي بالكرة السلة. بغداد: دار الوان للطباعة والنشر والتوزيع.
- عفاف عثمان. (2010). الاتجاهات الحديثة في التربية الحركية والنفسية. الاسكندرية: دار الوفاء للنشر والتوزيع.
- علاء محسن. (2002). دراسة مقارنة في بعض المتغيرات البيوكيميائية لبعض انواع مهارة الاعداد وعلاقتها بالدقة في لعبة الكرة الطائرة. العراق: كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة بغداد.
- علي البيك. (1994). راحة الرياضي. الاسكندرية: منشأة المعارف.
- مازن كزار. (2002). أثر التدريب العقلي والبدني المهاري في دقة وسرعة الاستجابة الحركية للاعبى الريشة الطائرة. العراق: كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة بغداد.
- محمد ربيع شحاتة. (2009). المرجع في علم النفس الجربي (الإصدار 1). عمان: دار الميسرة للنشر والتوزيع.
- مستور علي ابراهيم الفقيه. (2018). فاعلية تدريبات مقترحة للرؤية البصرية على تطوير بعض القدرات التوافقية الخاصة ومستوى الأداء المهارى للاعبى كرة القدم. مجلة علوم الرياضة، 10(36)، 6.
- معترز يونس ذنون، و نجاة سعيد علي. (2008). قياس حدة الانتباه بعد الجهد الهوائي واللاهوائي والعلاقة بينهما وفترة عودته لدى لاعبي كرة القدم (المجلد 8). بغداد: مجلة ابحاث كلية التربية الاساسية.
- مفتي ابراهيم حماد. (2001). التدريب الرياضي تخطيط وتطبيق وقيادة. القاهرة: دار الفكر العربي.
- مهذ حسين البشتاوي، و احمد ابراهيم الخواجا. (2005). مبادئ التدريب الرياضي. عمان: دار وائل للنشر.
- ناهدة الدليمي. (2013). الكرة الطائرة (المجلد 2).
- هاشم احمد سليمان. (1988). علاقة تركيز وحدة الانتباه بدقة التصويب في الرمية الحرة بكرة السلة. رسالة ماجستير، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة بغداد.
- هلال عبدالكريم. (2010). علم النفس الرياضي في التعلم الانجاز القياس النفسي. بغداد: المكتبة الرياضية.
- هيثم اسماعيل علي هاشم. (2006). تصميم جهاز لتنمية القوة العضلية للكلمات المستقيمة في رياضة الملاكمة. رسالة ماجستير، جامعة اسيوط، كلية التربية الرياضية.
- وائل ميروك ابراهيم ميروك، عاطف نمر خليفة، و اسامة صلاح فؤاد. (2007). تاثيرانقاص الوزن علي بعض مظاهر الانتباه لدي لاعبي الملاكمة. رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة بنها، مصر.
- وجيه محجوب. (2000). البحث العلمي ومنهجيته. بغداد: وزارة التعليم العالي والبحث العلمي.
- يعرب عبدالحسين خيون. (2010). التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق (الإصدار 2). مطبعة الكلمة الطيبة: بغداد.

الملاحق

نموذج التمرينات المستخدمة في البحث:

1. يقف اللاعب المعد بين مركز (3) و(2) واللاعب السريع في مركز (3)، وبالنصف الاخر يتواجد ثلاثة لاعبين في مراكز (2)، (3)، (4) داخل منطقة الهجوم للقيام بحائط صد كلاً من مركزه، والمدرب في مركز (6) الذي يقوم برمي الكرة باتجاه اللاعب المعد الذي يقوم بإعداد الكرة اعداد خلفي الى مركز (3) الى اللاعب السريع.
2. يقف المدريان في المنطقة الخلفية على امتداد اللاعبين المعدان، يقف اللاعب المعد الأول في منطقة بين مركزي (3)، (2) واللاعب المعد الثاني في منطقة بين مركزي (3)، (4)، ويقف مهاجمان للضرب السريع قرب خط ال 3 متر، وبالنصف الاخر يتواجد ثلاثة لاعبين في مراكز (2)، (3)، (4) داخل منطقة الهجوم للقيام بحائط صد كلاً من مركزه، يقوم المدريان برمي الكرة باتجاه اللاعبين المعدان فيقوم اللاعب المعد الأول بإعداد الكرة سريع خلفي واللاعب المعد الثاني بإعداد الكرة سريع امامي.
3. يقف اللاعب المعد في مركز (1) واللاعب السريع في مركز (3)، وبالنصف الاخر يتواجد ثلاثة لاعبين في مراكز (2)، (3)، (4) داخل منطقة الهجوم للقيام بحائط صد كلاً من مركزه، والمدرب في مركز (6) الذي يقوم برمي الكرة باتجاه مركز (3) ليتحرك اللاعب المعد باتجاه الكرة لإعداد الكرة اعداد سريع امامي الى مركز (3) الى اللاعب السريع.
4. يقف اللاعب المعد في مركز (5) واللاعب السريع في مركز (2)، وبالنصف الاخر يتواجد ثلاثة لاعبين في مراكز (2)، (3)، (4) داخل منطقة الهجوم للقيام بحائط صد كلاً من مركزه، والمدرب في مركز (6) الذي يقوم برمي الكرة باتجاه مركز (3) ليتحرك اللاعب المعد باتجاه الكرة لإعداد الكرة اعداد سريع خلفي الى مركز (3) الى اللاعب السريع.

نموذج وحدة تدريبية

المجموعة التجريبية

الاسبوع: الثاني

التاريخ: 2021/11/2

شدة الوحدة التدريبية 80- الهدف التدريبي: تطوير التفكير الخططي ودقة

الاداء المهاري للاعب المعد

%85

الوحدة التدريبية:4

زمن الوحدة: 120 د

الملاحظات	مجموع الوقت الكلي للعمل والراحة د.ثا	مجموع الوقت الكلي للراحة د.ثا	مجموع الوقت الكلي للعمل د.ثا	الراحة بين المراجع د.ثا	المراجع	الراحة بين التكرارات د.ثا	التكرارات عدد المرات	زمن التمرين	تفاصيل الوحدة التدريبية	زمن القسم	القسم	ت
	-	-	-	-	-	-	-	-	أحماء عام خاص	15 5 10	التحضيرى	1
	23	5	18	1	2	1	3	3	تمرين رقم (1)	-50 70	الرئيسي	
	23	5	18	1	2	1	3	3	تمرين رقم(2)			
	23	5	18	1	2	1	3	3	تمرين رقم(3)			
	23	5	18	1	2	1	3	3	تمرين رقم(4)			2
	-	-	-	-	-	-	-	-	تمارين تهديئة استرخاء	5 3 2	الختامي	3