

نسبة مساهمة بعض القدرات البدنية في مستوى

دقة أداء بعض المهارات الدفاعية في لعبة الكرة

الطائرة / جلوس للاعبين

أ.م.د. حسين سبهان صخي م.م. غيداء محمد حسون

كلية التربية الرياضية كلية التربية الرياضية

جامعة بغداد جامعة بغداد

٢٠١٢ م

١٤٣٣ هـ

ملخص البحث

من خلال اطلاع الباحثان على نتائج المباريات الداخلية والخارجية للمنتخب العراقي بالكرة الطائرة/ جلوس، لاحظا أن هناك ضعفاً في مستوى نتائجهم الخارجية، ويرى الباحثان سبب ذلك الى ضعف القدرات البدنية والمهارات الدفاعية لدى اللاعبين، ولأهمية القدرات البدنية وضرورة معرفة المدربين نسبة مساهمة هذه القدرات في مستوى أداء المهارات الدفاعية لدى اللاعبين، جاءت هذه الدراسة لمعرفة نقاط القوة والضعف عند اللاعبين وذلك لأعداد وبناء المناهج التدريبية على أساس علمي اعتماداً على نتائج الدراسة الحالية للمساهمة في رفع مستوى الاداء المهاري للاعبين.

هدف البحث فقد كان التعرف إلى نسبة مساهمة بعض القدرات البدنية في مستوى دقة أداء المهارات الدفاعية بالكرة الطائرة/ جلوس للاعبين.

أما فرض البحث هناك نسبة مساهمة لبعض القدرات البدنية في مستوى دقة أداء المهارات الدفاعية بالكرة الطائرة/ جلوس للاعبين، ولقد تم استخدام المنهج الوصفي بطريقة العلاقات الارتباطية لملاءمته مع طبيعة المشكلة، وتم تحديد مجتمع البحث وهم لاعبي المنتخب الوطني العراقي بالكرة الطائرة من الجلوس وعددهم (١٨) لاعباً بأعمار (١٨_٣٠)، ولقد تم استخدام الأدوات والوسائل والاختبارات المناسبة التي تتلائم مع البحث، ولقد أستنتج الباحثان مايلي هناك نسبة مساهمة متفاوتة للقدرات البدنية في المهارات الدفاعية، وكانت أعلى نسبة بين القدرات البدنية ومهارة الدفاع عن الملعب ويأتي بالمرتبة الثانية بين القدرات البدنية ومهارة استقبال الإرسال، وقد كانت اهم التوصيات هي ضرورة إعطاء المدربين الوقت الكافي من الوحدة التدريبية للتدريب على القوة الانفجارية للذراعين والمطاولة والمرونة والرشاقة والسرعة الانتقالية والتوازن . القوة العضلية عند إعداد اللاعب المعاق إعداداً متكاملأ .

The Percent of Some Physical Abilities' Contribution In the Accuracy Level of Performing Some Defensive Skills In Sitting Volleyball

Assis. Prof. Dr.: Hussein Sabhan Sakhi
Instructor Assis : Gaedaa Mohammad Hasoon

Due to the importance of physical abilities and the necessity of coaches identifying the percentage of contribution the researchers aimed at studying the matches of the Iraqi team. The researchers noticed a great weakness in The Iraqi Sitting volleyball Team match's results. Both researchers attribute these results to the weakness in physical abilities and defensive skills. Thus, this research aimed at identifying the weakness and strengths of players so as to propose a training program to uplift the skill level of players. The aim of

the research is to identify the percentage of contribution of some physical abilities on the level of defensive skills performance accuracy in sitting volleyball. The hypothesis of the research was that there is a percentage of contribution some physical abilities on the level of defensive skills performance accuracy in sitting volleyball. The researchers used the descriptive method. The subjects were (18) sitting volleyball players of the ages 18 – 30. They concluded that the percentage of contribution varied a great deal in physical abilities in defensive skills. The highest percent of physical abilities contribution was in defending the court followed by reception. Finally the researchers recommended the necessity of giving coaches extra time in a training session for arms explosive power, flexibility, stamina, agility, transitional speed, balance and muscular strength during the preparation of a physically challenged player.

الباب الأول

١- التعريف بالبحث

١-١ المقدمة وأهمية البحث

إن الإنجازات الرياضية في مختلف الألعاب لم تكن لترتقي إلى المستوى الراهن المذهل لولا التخطيط السليم واعتماد أفضل الطرائق التدريبية والمناهج العلمية المتقدمة، كما ان تسخير العلوم المختلفة كعلم التدريب والبايوميكانيك والفلسفة وعلم النفس وغيرها من العلوم له الأثر الكبير في تطور لعبة الكرة الطائرة/جلوس، والتي تحتاج أيضاً إلى أعلى درجات الأداء المهاري والقدرات الحركية والبدنية والعقلية، مما يجعلها فريدة بين العاب التداول لأنها تطور وتعمل على اختزال كثير من العوامل السلبية في سلوك المعاقين حيث اعتبرت من الألعاب التأهيلية للمعاقين لأنها تؤثر إيجابياً على تحسين وظيفة العضلات والأطراف التي أصيبت بالشلل أو البتر، وإن لكل فعالية رياضية متطلباتها الخاصة الحركية والمهارية والفسولوجية فضلا عن القدرات البدنية، والتي تلعب دوراً بارزاً وحيوياً لمزاولة جميع الفعاليات الرياضية واجادتها، إذ يرتبط مقدار وحجم هذه القدرات بحسب نوع الفعالية

او اللعبة، والكرة الطائرة واحدة من الألعاب الجماعية التي تتميز بالمواقف المتغيرة السريعة والمفاجئة والتنوع في الأداء الحركي للمهارات المختلفة، التي تتطلب مستوى عال من الدقة في الأداء، مع التعامل مع الكرة وهي في الهواء، اذ لا يسمح إلا بعدد محدد من اللمسات قبل وجوب عبور الكرة إلى ملعب المنافس، وأن مستوى القدرات البدنية كلما كان عالياً كلما أثر ذلك على مستوى أداء المهارات الدفاعية والهجومية، إذ لا يستطيع اللاعب المعاق مجاراة متطلبات اللعبة الحديثة الذي يتطلب القوة الانفجارية للذراعين وسرعة رد الفعل والرشاقة وغيرها من القدرات البدنية، لذا تكمن أهمية البحث في التعرف على أهمية القدرات البدنية في دقة أداء المهارات الدفاعية للاعبين في الكرة الطائرة ونسبة مساهمتها

٢-١ مشكلة البحث

إن لعبة الكرة الطائرة للمعاقين من وضع الجلوس تطورت تطوراً كبيراً على المستوى العربي والعالمي، الذي انعكس على تطور الأداء المهاري والبدني وطرق اللعب، ولم يأتي هذا التطور إلا من خلال التدريب العلمي المبرمج والمتخصص في مجال رياضة المعاقين بصورة عامة وفي مجال لعبة الكرة الطائرة بصورة خاصة، ولأهمية القدرات البدنية في لعبة الكرة الطائرة/جلوس، ولضرورة معرفة المدربين نسبة مساهمة القدرات البدنية في مستوى دقة أداء المهارات الدفاعية لدى اللاعبين المعاقين بالكرة الطائرة / جلوس، ومن خلال اطلاع الباحثان على نتائج المباريات الداخلية والخارجية لمنتخب العراق للكرة الطائرة/ جلوس، لاحظا هناك ضعفاً في مستوى نتائجهم الخارجية ويعزو سبب ذلك الباحثان الى ضعف القدرات البدنية والمهارات الدفاعية لدى اللاعبين، لذلك جاءت هذه الدراسة لمعرفة نقاط القوة والضعف عند لاعبي المنتخب الوطني العراقي والوقوف على المستوى الحقيقي لهم لأعطاء فرصة للمدربين والمسؤولين على تدريب المنتخبات لأعداد

وبناء المناهج التدريبية على أساس علمي اعتماداً على نتائج الدراسة الحالية للمساهمة والمساعدة في تطوير لعبة الكرة الطائرة بالشكل العلمي الصحيح، وبالتالي رفع مستوى الاداء المهاري للاعبين .

٣-١ هدفا البحث

١. التعرف إلى العلاقة بين مستوى القدرات البدنية ودقة أداء المهارات الدفاعية للاعبين الكرة الطائرة/ جلوس.
٢. التعرف إلى نسبة مساهمة بعض القدرات البدنية في مستوى دقة أداء المهارات الدفاعية بالكرة الطائرة/ جلوس للاعبين

٤-١ فروض البحث

١. هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين بعض القدرات البدنية ودقة أداء المهارات الدفاعية بالكرة الطائرة/جلوس للاعبين.
٢. هناك نسبة مساهمة لبعض القدرات البدنية في مستوى دقة أداء المهارات الدفاعية بالكرة الطائرة/ جلوس للاعبين

٥-١ مجالات البحث

- ١-٥-١ المجال البشري : لاعبو المنتخب الوطني العراقي بالكرة الطائرة من الجلوس والبالغ عددهم (١٨) لاعباً .
- ٢-٥-١ المجال الزمني : الفترة من ٢٠١٢/٤/٧ لغاية ٢٠١٢/٤/٢٠ .
- ٣-٥-١ المجال المكاني : القاعة الداخلية المغلقة لكلية التربية الرياضية للبنات/ جامعة بغداد_ الوزيرية .

الباب الثاني

٢- الدراسات النظرية

٢_١_١ المهارات الدفاعية في الكرة الطائرة _ جلوس^١

المهارات الدفاعية هي مجموعة المهارات التي أعمدت اساساً في طريقة الأداء والهدف من الأداء واحتياجها إلى القدرات البدنية والحركية بشكل كبير لحماية الملعب من الكرات الهجومية القادمة من الفريق المنافس، كونها مهارات صعبة الأداء تتطلب من اللاعب المعاق خبرات سابقة وتدريبات لفترات زمنية طويلة لكي يتمكن اللاعب المعاق من ضبط الأداء بشكل سليم وصحيح وفعال.

٢_١_١ مهارة استقبال الإرسال

تعد مهارة استقبال الإرسال من المهارات الدفاعية ويعتمد نجاح لعب الفريق على الإنجاز المؤثر لهذه المهارة حيث أنها أول لمسة للفريق المستلم، وهي الكرة المرسله من اللاعب المرسل للفريق المنافس لتهيئتها للاعب المعد أو الزميل في الملعب وذلك لغرض امتصاص سرعتها وقوتها وتميرها بالساعدين من أسفل أو التمير من أعلى وقد تعددت طرائق استقبال الكرة سواء باليدين أو الذراعين لذلك يجب أن يتمتع اللاعب المستقبل بصفات بدنية عالية ومتنوعة كالسرعة ورد الفعل والتوازن والدقة والتركيز.

تقسم مهارة استقبال الأرسال الى نوعين أساسيين وهما كمايلي^٢:

١. استقبال الأرسال من الأسفل بالذراعين

٢. استقبال الأرسال من الأعلى باليدين

1 حسين سبهان، طارق حسن. المهارات والخطط الهجومية والدفاعية في الكرة الطائرة. النجف الأشرف، مطبعة الكلمة الطبية. ٢٠١١، ص ٣٩.

2 حسين سبهان، طارق حسن. المصدر السابق ٢٠١١، ص ٣٩.

٢_١_١_٢ مهارة الدفاع عن الملعب^١

مهارة الدفاع عن الملعب يستخدم في إنقاذ الكرات المرتدة من الشبكة والكرات الساقطة من جدار الصد، ونظراً لتقارب مواقع اللاعبين المعاقين في الملعب فإن إنقاذ الكرات الخاطئة من الزميل مهمة جداً في هذا الوضع، أما أنواع وحالات الدفاع عن الملعب التي تستخدم في الكرة الطائرة جلوس، وتعد هذه المهارة الخط الدفاعي الثاني بعد مهارة حائط الصد، حيث أصبح لزاماً على اللاعبين في المنطقة الخلفية الدفاع ضد الهجوم والكرات القادمة من قبل الفريق المنافس، وحماية الملعب في حالة فشل لاعبي حائط الصد في إيقاف والتصدي الى هجوم الفريق المنافس، ويحتاج اللاعب لكي يصبح مدافعاً ممتازاً في الكرة الطائرة جلوس إلى العديد من القدرات التي تشمل، السرعة، والتوازن، والتوافق بين اليد والعين، وكذلك التوقع المسبق لحركة اللاعب المهاجم والمعد ولاعبي حائط الصد، وتقسم أنواع الدفاع عن الملعب الى مايلي^٢:

١. الدفاع عن الملعب بالذراعين من الأسفل.
٢. الدفاع عن الملعب بالذراعين أو بالذراع من السقوط.
٣. الدفاع عن الملعب بالذراعين أو بالذراع الواحدة من الغطس (DIVE).
٤. الدفاع بالذراعين من الأعلى بالأصابع أو باليدين وهي متشابكة الأصابع أو بقبضة اليد الواحدة من الأعلى.

1 زكي محمد محمد حسن. طرق تدريس الكرة الطائرة (تعليم تدريس تطبيق تقويم ميني فولبي خطط أولية قانون)

ط٢، الأسكندرية، مطبعة الشنهايي، ٢٠٠٣

2 عصام الوشاحي. الكرة الطائرة مفتاح الوصول الى المستوى العالي. القاهرة، دار الفكر العربي، ١٩٩٤.

٥. الدفاع عن الملعب بالرجلين

• أهمية القدرات البدنية في الكرة الطائرة/ جلوس^١

تعتمد الأنشطة الرياضية على مستوى عناصر اللياقة البدنية بدرجة كبيرة حيث يتحكم مستوى هذه العناصر في عملية تحديد المستوى في العديد من الرياضات والأنشطة المختلفة، وان (الأعداد البدني) هي التمرينات التي يتدرب عليها اللاعب لكي يصل إلى أعلى مستوى من اللياقة البدنية والمرتبطة بتطوير القدرات البدنية لدى اللاعب المعاق ورفع المستوى الوظيفي العام لقدرات الجسم وتطوير الصحة العامة والتي بدونها لا يستطيع اللاعب أداء الواجبات المطلوبة منه وفقاً لمتطلبات اللعب الحديث ، والأعداد يهدف إلى تطوير صفات السرعة والقوة والمطاولة والرشاقة والمرونة لدى الرياضي (اللاعب المعاق) .

وان طبيعة لعبة الكرة الطائرة/ جلوس تحتم على اللاعب المعاق القيام بحركات كثيرة ومختلفة أثناء اللعب وان اغلب هذه الحركات ذات طابع سريع ومفاجئ وذلك من أجل تحقيق الانجاز وان كل هذا لا يتحقق إلا من خلال امتلاك اللاعب المعاق للصفات البدنية العالية والتي تمكنه من أداء المباراة على أحسن مايرام

الباب الثالث

٣- منهج البحث وإجراءاته الميدانية

١-٣ منهج البحث

تم استخدام المنهج الوصفي بطريقة العلاقات الارتباطية لملاءمته مع طبيعة المشكلة .

1 مؤيد إسماعيل عبد ، ولطيف حسين عاجل ،فؤاد فاروق ياور؛ موسوعة الألعاب الرياضية (الفردية والفرقية) تدريس تدريب تحكيم ، (العراق ،بغداد ، دار الكتب والوثائق ، ٢٠١٠) ، ص ١٥ .

٢_٢ مجتمع وعينة البحث

تم تحديد مجتمع البحث وهم لاعبي المنتخب الوطني العراقي بالكرة الطائرة من الجلوس وعددهم (١٨) لاعباً بأعمار (١٨_٣٠)

٢_٣ أدوات وأجهزة البحث

- القياسات والاختبارات
- ميزان طبي، جهاز قياس قوة القبضة الدينامو متر ، شريط قياس معدني بالسنتيمتر، شريط لاصق بعرض (٥ سم)، أدوات مكتبية، كرسي، كرات طبية زنة (٣ كغم) كرات طائرة قانونية (MIKASA)، ملعب للكرة الطائرة قانوني، صافرة، ساعة توقيت الكترونية، مسطرة خشبية، استمارة تفرغ البيانات.

٣_٤ الاختبارات البدنية

١. اختبار قوة القبضة^١
٢. اختبار رمي الكرة الطبية (٣ كغم) باليدين من خلف الرأس^٢
٣. اختبار الانبطاح المائل ثني ومد الذراعين حتى التعب^٣
٤. اختبار الجلوس من الرقود في (٢٠ ثا)^٤
٥. اختبار مرونة الأكتاف^٥

1 علي سلوم جواد الحكيم ؛ الاختبارات والقياس والإحصاء في المجال الرياضي : (جامعة القادسية ، مطبعة الطيف ، ٢٠٠٤ ، ص٨٢ .

2 علي سلوم جواد الحكيم (٢٠٠٤) ؛ مصدر سيق ذكره ، ص٩٥ .

3 علي سلوم جواد الحكيم (٢٠٠٤) ؛ المصدر نفسه ، ص ١٠١ .

4 محمد صبحي حسنين ؛ القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية ، ط١: (القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٥) ، ص٢٩٠ .

5ضاري توما عبد الأحد ؛ كنت مريضاً فشفيت : (جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، ٢٠٠٦) ص ١٤٣ .

٦. اختبار نيلسون لقياس زمن رد الفعل لليدين^١

٧. اختبار التوازن الثابت^٢

٨. اختبار السرعة الانتقالية للأمام والخلف^٣

٩. اختبار الرشاقة ٥ : ٢ : ٤ : ٢ : ٥^٤

٣_٤ التجربة الاستطلاعية

قام الباحثان بأجراء التجربة استطلاعية على عينة عددها (٦) لاعبين من منتخب الشباب، وهم من خارج عينة البحث الأساسية وبمساعدة فريق العمل^٥ المساعد، وذلك بتطبيق الاختبارات المهارية والبدنية يو السبت المصادف ٢٠١٢ / ٤ / ٧ وقد قام الباحثان بهذه التجربة بهدف:

• التحقق من صلاحية أدوات القياس والاختبارات وتحديد ترتيبها.

٣_٥ التجربة الرئيسية

قام الباحثان بأجراء التجربة التجربة الرئيسية على عينة البحث يوم السبت المصادف ٢٠١٢ / ٤ / ١٤، وتم تطبيق الاختبارات المهارية والبدنية على عينة البحث.

٣_٦ الوسائل الإحصائية

تم استخدام الحقيبة الإحصائية (spss) والوسائل الإحصائية التالية

✓ الوسط الحسابي

١.إبسام هارون (وآخرون) ؛ الرياضة والصحة ، ط١ : (عمان ، مؤسسة وائل للنسخ السريع ، ١٩٩٥)، ص ٣١_٣٢ .

2 ظافر حرب عويجلة الأبراهيمي : بناء وتقنين بطارية اختبار اللياقة البدنية لمعايقين على الكراسي المتحركة (شلل الأطراف السفلى) : (رسالة ماجستير ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، ٢٠٠٧) ، ص ٦٧ .

3 مروان عبد المجيد (٢٠٠٢) ؛ مصدر سبق ذكره ، ص ١٨٥ .

4 مروان عبد المجيد (٢٠٠٢) ؛ مصدر سبق ذكره ، ص ١٨٥_١٨٦ .

5 فريق العمل المساعد تكون من:

م.ماهر عبد الاله.مدرب منتخب الشباب بالكرة الطائرة /جلوس.

م.م.حازم محمد علي.مدرب المنتخب لوطني بالكرة الطائرة/جلوس.

- ✓ الانحراف المعياري
- ✓ معامل الارتباط البسيط (بيرسون)
- ✓ نسبة المساهمة النسبة المئوية

الباب الرابع

٤- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

٤.١ عرض وتحليل الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للقدرات البدنية والوظيفية والمهارات الهجومية قيد البحث.

الجدول (١)

الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للقدرات البدنية قيد البحث

الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	وحدة القياس	القدرات البدنية
٥.٦٧٥	٤٧.٨٧٦	كغم	قوة القبضة اليمين
٥.٢٧٢	٣٩.٩٨٦	كغم	قوة القبضة اليسار
٤.٢٠٠	٢٠.٦٤٦	عدد/ثا	الانبطاح المائل
١٠.٢٦٧	٢٨.٤٥٦	عدد/ثا	الجلوس من الرقود
١.٢٤٥	٩.٨٧٨	متر	رمي الكرة الطبية
٧.٨٠٧	٦٠.٤٣٤	ثانية	التوازن
٨.٧٢٤	٤٠.٤٢٠	سم	مرونة الأكتاف
٢.٦٤٧	٤.٢٤٠	سم	نيلسون لرد الفعل
١.٢٤٢	٨.٥٦٨	ثانية	السرعة الانتقالية
١.٢٠٢	١٠.٢٣٠	ثانية	الرشاقة

من الجدول (١) الخاص بالقدرات البدنية قيد البحث يتبين في اختبار قوة القبضة (اليمين) بلغ الوسط الحسابي (٤٧.٨٧٦) وبانحراف معياري قدره (٥.٦٧٥)، في اختبار قوة القبضة (اليسار) بلغ الوسط الحسابي (٣٩.٩٨٦) وبانحراف معياري قدره (٥.٢٧٢)، في اختبار الانبطاح المائل بلغ الوسط الحسابي (٢٠.٦٤٦) وبانحراف معياري قدره (٤.٢٠٠)، في اختبار الجلوس من الرقود بلغ الوسط الحسابي (٢٨.٤٥٦) وبانحراف معياري قدره (١٠.٢٦٧)، في اختبار رمي الكرة الطبية بلغ الوسط الحسابي (٩.٨٧٨) وبانحراف معياري قدره (١.٢٤٥)، في اختبار التوازن بلغ الوسط الحسابي (٦٠.٤٣٤) وبانحراف معياري قدره (٧.٨٠٧)، في اختبار مرونة الأكتاف بلغ الوسط الحسابي (٤٠.٤٢٠) وبانحراف معياري قدره (٨.٧٢٤)، في اختبار نيلسون لرد الفعل بلغ الوسط الحسابي (٤.٢٤٠) وبانحراف معياري قدره (٢.٦٤٧)، في اختبار السرعة الانتقالية بلغ الوسط الحسابي (٨.٥٦٨) وبانحراف معياري قدره (١.٢٤٢)، في اختبار الرشاقة بلغ الوسط الحسابي (١٠.٢٣٠) وبانحراف معياري قدره (١.٢٠٢).

٤_١_٢ عرض وتحليل علاقة الارتباط ونسبة المساهمة وأثر القدرات البدنية في مهارة أستقبال

الإرسال قيد البحث

الجدول (٢)

يبين معامل الارتباط ومستوى الخطأ ونسبة المساهمة بين القدرات البدنية ومهارة أستقبال الإرسال

القدرات البدنية	معامل الارتباط	مستوى الخطأ	نسبة المساهمة
قوة القبضة اليمين	٠.٢٩٨	٠.١٤١	٠.٠٩٠
قوة القبضة اليسار	٠.٢٤٤	٠.١٩٠	٠.٠٦٨
الانبطاح المائل	٠.١٨٦_	٠.٢٦٥	٠.٠٤٢
الجلوس من الرقود	٠.١٢٤	٠.٣٣٢	٠.٠١٨
رمي الكرة الطبية	٠.٢٨٩	٠.١٣٦	٠.٠٨٩
التوازن	٠.٠٩٦_	٠.٣٦٤	٠.٠٢٠
مرونة الأكتاف	٠.٠٨٩	٠.٣٧٨	٠.٠٦٨
نيلسون لرد الفعل	٠.٢٨٦_	٠.١٦٥	٠.٠٨١
السرعة الانتقالية	٠.٣٧٦	٠.٠٨٠	٠.١٦٨
الرشاقة	٠.٠٥٦	٠.٤٦٤	٠.٠٦٠

*معنوي عند مستوى الخطأ (٠.٠٥) إذا كان مستوى الخطأ أصغر من (٠.٠٥).

* قيمة (ر) الجدولية (٠.٥١٤) عند مستوى الخطأ (٠.٠٥) وأمام درجة حرية (١٣).

من الجدول (٢) الخاص بعلاقة الارتباط بين القدرات البدنية ومهارة أستقبال

الإرسال يتبين الآتي: بلغ معامل الارتباط بين اختبار قوة القبضة (اليمين) ومهارة أستقبال

الإرسال (٠.٢٩٨) بمستوى خطأ (٠.١٤١) وبنسبة مساهمة (٠.٠٩٠)، بلغ معامل

الارتباط بين اختبار قوة القبضة (اليسار) ومهارة أستقبال الإرسال (٠.٢٤٤) بمستوى خطأ

(٠.١٩٠) وبنسبة مساهمة (٠.٠٦٨)، بلغ معامل الارتباط بين اختبار الانبطاح المائل

ومهارة أستقبال الإرسال (-٠.١٨٦) بمستوى خطأ (٠.٢٦٥) وبنسبة مساهمة (٠.٠٤٢)، بلغ معامل الارتباط بين اختبار الجلوس من الرقود ومهارة أستقبال الإرسال (٠.١٢٤) بمستوى خطأ (٠.٣٣٢) وبنسبة مساهمة (٠.٠١٨)، بلغ معامل الارتباط بين رمي الكرة الطيبة ومهارة أستقبال الإرسال (٠.٢٨٩) بمستوى خطأ (٠.١٣٦) وبنسبة مساهمة (٠.٠٨٩)، بلغ معامل الارتباط بين اختبار التوازن ومهارة أستقبال الإرسال (-) (٠.٠٩٦) بمستوى خطأ (٠.٣٦٤) ونسبة مساهمة (٠.٠٢٠)، وبلغ معامل الارتباط بين اختبار مرونة الاكتاف ومهارة أستقبال الإرسال (٠.٠٨٩) بمستوى خطأ (٠.٣٧٨) وبنسبة مساهمة (٠.٠٦٨)، بلغ معامل الارتباط بين اختبار نيلسون لرد الفعل ومهارة أستقبال الإرسال (-٠.٢٨٦) بمستوى خطأ (٠.١٦٥) وبنسبة مساهمة (٠.٠٨١)، بلغ معامل الارتباط بين اختبار السرعة الانتقالية ومهارة أستقبال الإرسال (٠.٣٧٦) بمستوى خطأ (٠.٠٨٠) وبنسبة مساهمة (٠.١٦٨)، بلغ معامل الارتباط بين اختبار الرشاقة ومهارة أستقبال الإرسال (٠.٠٥٦) بمستوى خطأ (٠.٤٦٤) وبنسبة مساهمة (٠.٠٦٠) .

٢-٤ مناقشة نسبة مساهمة القدرات البدنية في مهارة أستقبال الإرسال

عن طريق عرض الجدول (١) ، (٢) لنسبة مساهمة القدرات البدنية وعلاقتها في أداء مهارة الإرسال نلاحظ أن هناك تباين في هذه النسبة ويعزو الباحثان ذلك إلى افتقار عينة البحث إلى عناصر اللياقة البدنية الضرورية المتمثلة بـ) القوة الانفجارية للذراعين، والتركيز والسرعة المميزة بالقوة، والقوة الانفجارية والرشاقة) والتي لها تأثير إيجابي على رفع وتطوير مستوى الاداء المهاري في مهارة أستقبال الإرسال، وهذا ما أشار إليه (محمد حسن علاوي) (١) أن الصفات البدنية ترتبط إلى حدٍ كبير بالمهارات الحركية لمختلف ألوان النشاط الرياضي عن طريق التدريب الرياضي ويجب النظر في عمليات التدريب، وتسليط الضوء على تنمية الصفات البدنية وكذلك تنمية المهارات الحركية على أنها جزأين لعملية

(١) محمد حسن علاوي محمد حسن علاوي ؛ علم التدريب، ط٩: (القاهرة ، دار المعارف، ١٩٩٣)، ص٥٥.

واحدة) وأن فترات التدريب والاستمرارية في التدريب أثرت بشكل كبير على مستواهم المهاري والبدني (حيث أن زيادة مدة الممارسة تعمل على تحسين وتطوير دقة الأداء المهاري)^١ ، مما يعزز الثقة بالنفس أثناء اللعب ومن ثم رفع مستوى الأداء المهاري، إذ أن تحقيق إنجازات ذات مستوى عال يتطلب توافر القدر المناسب والمستمر من الأعداد البدني والمهاري والنفسي والعقلي^٢، فضلاً عن أن لعبة الكرة جلوس من الألعاب التي تضع على كاهل اللاعبين عبئاً بدنياً وعصبياً كبيرين، وإن ملامسة أرداف اللاعب أثناء تأديته للمهارات الأساسية والفنية للعبة تضيف عليه عبئاً بدنياً آخر، إذ يجب عليه أن يؤدي المهارة بدون رفع المقعد من الأرض وبدون التصادم مع الزميل، وبهذا فإن قدرة اللاعب المعاق على أداء المهارات الفنية للكرة الطائرة مرتبطة بعوامل كثيرة تفوق تلك التي تتوفر لدى الأصحاء، ولتطوير دقة الأداء المهاري يجب أن تكون من خلال التدريب المستمر على المهارات والخطط الهجومية والدفاعية، كذلك يكون من خلال تطوير قدرات التركيز والانتباه والتوقع المسبق لمكان سقوط الكرة والاستجابة الحركية السريعة والدقيقة للتحرك للعب الكرة وتوجيهها إلى اللاعب الزميل، وأيضاً أن تدني مستوى الأداء المهاري يعود الى عدم تهيئة اللاعبين بدنياً ومهارياً وخططياً ونفسياً بشكل جيد.

¹.Jensey G.Rand & Fisher A.Scintific Basic of Athlettic.condixloning 2nd niladelphia,1997.p54
 (٢) الهام عبد الرحمن . دراسة مقارنة لبعض المتطلبات المهمة في التفوق الرياضي للكرة الطائرة وعلاقتها بمستوى الأداء المهاري بين فرق المدارس الرياضية بجمهورية مصر العربية . مجلة بحوث التربية الرياضية . كلية التربية الرياضية . جامعة الزقازيق : عدد ٣٧ . ٣٨ . ١٩٩٥ . ص ١٤٤ .

٢_١_٢ عرض وتحليل علاقة الارتباط ونسبة المساهمة وأثر القدرات البدنية في مهارة الدفاع

عن الملعب قيد البحث

من الجدول (٣) الخاص بعلاقة الارتباط بين القدرات البدنية ومهارة الدفاع عن الملعب يتبين الآتي: بلغ معامل الارتباط بين اختبار قوة القبضة (اليمين) ومهارة الدفاع عن الملعب (٠.١١٧) بمستوى خطأ (٠.٣٤٠) وبنسبة مساهمة (٠.٠١٤)، بلغ معامل الارتباط بين اختبار قوة القبضة (اليسار) ومهارة الدفاع عن الملعب (-٠.١٤٠) بمستوى خطأ (٠.٣٠٩) وبنسبة مساهمة (٠.٠٢٠)، بلغ معامل الارتباط بين اختبار الانبطاح المائل ومهارة الدفاع عن الملعب (٠.٥٤٧) بمستوى خطأ (٠.٠١٧) وبنسبة مساهمة (٠.٢٩٩)، بلغ معامل الارتباط بين اختبار الجلوس من الرقود ومهارة الدفاع عن الملعب (-٠.٣٠٦) بمستوى خطأ (٠.١٣٤) وبنسبة مساهمة (٠.٠٩٤)، وبلغ معامل الارتباط بين رمي الكرة الطيبة ومهارة الدفاع عن الملعب (٠.٤٦٦) بمستوى خطأ (٠.٢٧٧) وبنسبة مساهمة (٠.٠٢٨)، بلغ معامل الارتباط بين اختبار التوازن ومهارة الدفاع عن الملعب (-٠.١٧٥) بمستوى خطأ (٠.٢٦٦) وبنسبة مساهمة (٠.٠٣١)،

الجدول (٣)

يبين معامل الارتباط ومستوى الخطأ ونسبة المساهمة بين القدرات البدنية ومهارة الدفاع عن الملعب

القدرات البدنية	معامل الارتباط	مستوى الخطأ	نسبة المساهمة
قوة القبضة اليمين	٠.١١٧	٠.٣٤٠	٠.٠١٤
قوة القبضة اليسار	٠.١٤٠-	٠.٣٠٩	٠.٠٢٠
الانبطاح المائل	٠.٥٤٧	*٠.٠١٧	٠.٢٩٩
الجلوس من الرقود	٠.٣٠٦-	٠.١٣٤	٠.٠٩٤
رمي الكرة الطبية	٠.٤٦٦	٠.٢٧٧	٠.٠٢٨
التوازن	٠.١٧٥-	٠.٢٦٦	٠.٠٣١
مرونة الأكتاف	٠.١٥٩	٠.٢٨٥	٠.٠٢٥
نيلسون لرد الفعل	٠.١٥١-	٠.٢٩٥	٠.٠٢٣
السرعة الانتقالية	٠.١٤١-	٠.٣٠٩	٠.٠٢٠
الرشاقة	٠.١٢٢	٠.٣٣٢	٠.٠١٥

*معنوي عند مستوى الخطأ (٠.٠٥) إذا كان مستوى الخطأ أصغر من (٠.٠٥).

* قيمة (ر) الجدولية (٠.٥١٤) عند مستوى الخطأ (٠.٠٥) وأمام درجة حرية (١٣).

ويبلغ معامل الارتباط بين اختبار مرونة الاكتاف ومهارة الدفاع عن الملعب (٠.١٥٩) بمستوى خطأ (٠.٢٨٥) وبنسبة مساهمة (٠.٠٢٥)، ويبلغ معامل الارتباط بين اختبار نيلسون لرد الفعل ومهارة الدفاع عن الملعب (٠.١٥١-) بمستوى خطأ (٠.٢٩٥) وبنسبة مساهمة (٠.٠٢٣)، بلغ معامل الارتباط بين اختبار السرعة الانتقالية ومهارة الدفاع عن الملعب (٠.١٤١-) بمستوى خطأ (٠.٣٠٩) وبنسبة مساهمة (٠.٠٢٠)، بلغ معامل الارتباط بين اختبار الرشاقة ومهارة الدفاع عن الملعب (٠.١٢٢) بمستوى خطأ (٠.٣٣٢) وبنسبة مساهمة (٠.٠١٥).

٢_٢_١ مناقشة نتائج علاقة الارتباط ونسبة المساهمة وأثر القدرات البدنية في مهارة الدفاع عن الملعب قيد البحث

عن طريق عرض نسبة مساهمة القدرات البدنية في الدفاع عن الملعب في الجدول (٣) نلاحظ أن هناك تباين في هذه النسبة مع بقية النسب لمهارة (أستقبال الإرسال) . هذه النسبة أعلى بقليل عن نسبة عن نسبة مساهمة القدرات البدنية في أداء مهارة أستقبال الإرسال

ويعزو الباحثان السبب في ذلك إلى أن طبيعة أداء مهارة الدفاع عن الملعب تتطلب من اللاعب المعاق عنصر مهم ومؤثر من عناصر اللياقة البدنية لتأدية هذه المهارة ألا وهو عنصر القوة الانفجارية للذراعين وهذا ما أكده كل من (محمد صبحي حسانين وحمدي عبد المنعم) "أن القوة الانفجارية للذراعين ... تمثل أهمية خاصة لدى لاعبي الكرة الطائرة فلا يمكن الحصول على ضرب ساحق جيد من اللاعب أو دفاع جيد ضد الكرات المضروبة ضرب ساحق"^(١) ويعزو الباحثان سبب التديني في مستوى الإداء في هذه المهارة إلى عدم أمتلاك اللاعبين مواصفات بدنية ومهارية جيدة وكذلك عدم أعداد هؤلاء اللاعبين بدنياً بالشكل الجيد، وهذا ما يجعل أداء اللاعب للمهارات الفنية دون المستوى للعبة بحيث لا تكون بدقة كاملة، فضلاً عن أن لعبة الكرة جلوس من اللاعبين التي تضع على كاهل اللاعبين عبئاً بدنياً وعصبياً كبيرين، وإن ملامسة أرداف اللاعب أثناء تأديته للمهارات الأساسية والفنية للعبة تضيف عليه عبئاً بدنياً آخر، إذ يجب عليه أن يؤدي المهارة بدون رفع المقعد من الأرض وبدون التصادم مع الزميل، وبهذا فان قدرة اللاعب المعاق على أداء المهارات الفنية للكرة الطائرة مرتبطة بعوامل كثيرة تفوق تلك التي تتوفر لدى الأصحاء، ولتطوير دقة الأداء المهاري يجب أن تكون من خلال التدريب المستمر على المهارات والخطط الهجومية والدفاعية، كذلك يكون من خلال تطوير قدرات

(١) محمد صبحي حسانين وحمدي عبد المنعم (١٩٨٨)؛ مصدر سبق ذكره ، ص ١٥٦ .

التركيز والانتباه والتوقع المسبق لمكان سقوط الكرة والاستجابة الحركية السريعة والدقيقة للتحرك للعب الكرة وتوجيهها إلى اللاعب الزميل، وأيضاً أن تدني مستوى الأداء المهاري يعود إلى عدم تهيئة اللاعبين بدنياً ومهارياً وخططياً ونفسياً بشكل جيد، "أذ ان الجانب النفسي والتربوي لنشاط الكرة الطائرة لا يقل عن الاعداد البدني والمهاري وتعد من الجوانب ذات الفاعلية في نجاح أو فشل الفري ككل، وبالرغم من إن المهارات تبدو سهلة الأداء، إلا أنها في مجال المعاقين وممارستها من الجلوس تتطلب بذل جهد كبير في إتقانها، وذلك لصعوبة التعامل مع ميكانيكية الحركة للأداء، وبهذا فإن ضمان الأداء الجيد يتطلب فائدة بدنية ومستوى عال من اللياقة والتدريب المبرمج بهدف ضمان الأداء ومن ثم الوصول إلى الانجاز العالي، "إذ انه من المقومات والمتطلبات الضرورية لنجاح الممارسة والتفوق في الكرة الطائرة هي اللياقة البدنية العالية لإتقان المهارات الأساسية والفنية وكذلك توفير مستلزمات التدريب من أجهزة وأدوات" ^١.

الباب الخامس

٥- الاستنتاجات والتوصيات

١-٥ الاستنتاجات

١. هنالك نسبة مساهمة متفاوتة للقدرات البدنية في المهارات الدفاعية، فكانت أعلى نسبة بين القدرات البدنية ومهارة الدفاع عن الملعب ويأتي بالمرتبة الثانية بين القدرات البدنية ومهارة استقبال الإرسال .
٢. هنالك علاقة ذات دلالة أحصائية وبنسب متفاوتة بين بعض القدرات البدنية ومهارتي استقبال الإرسال والدفاع عن الملعب.
٣. هناك ضعف في مستوى القدرات البدنية والمهارات الدفاعية لعينة البحث.

(١) يوسف محمد. برنامج تدريبي مقترح لتنمية القوة المميزة بالسرعة وتأثيره على كفاءة بعض المتغيرات الوظيفية لناشئي الكرة الطائرة. مجلة بحوث التربية الرياضية كلية التربية الرياضية. جامعة الزقازيق: العدد ٣٥-٣٦، ١٩٩٥. ص ٣٣.

٢_٥ التوصيات

١. ضرورة إعطاء المدربين الوقت الكافي من الوحدة التدريبية للتدريب على القوة الانفجارية للذراعين والمطاولة والمرونة والرشاقة والسرعة الانتقالية والتوازن . القوة العضلية عند إعداد اللاعب المعاق إعداداً متكاملًا .
٢. ضرورة الاهتمام بتدريب المهارات الفنية ودقة أدائها للاعب الكرة الطائرة/جلوس وعلى اختلاف مستوياتهم وفئاتهم لما لها من أهمية في تحقيق مستوى الإنجاز المطلوب.
٣. الاهتمام باستخدام الأجهزة والأدوات والوسائل الحديثة في تدريبات الفرق العراقية لكي تسهم في رفع مستوى الأداء المهاري والحركي للاعبين.
٤. ضرورة الاهتمام بإجراء الاختبارات الدورية وعلى اختلاف أنواعها لغرض التعرف على مستوى اللاعبين وتحديد نقاط القوة والضعف مع امكانية تلافيتها مستقبلاً.

المصادر العربية والاجنبية

- ◀ حسين سبهان صخي وطارق حسن رزوقي ؛ المهارات والخطط الهجومية والدفاعية في الكرة الطائرة ، بغداد ، دار الكتب والوثائق ، (٢٠١٠) .
- ◀ مروان عبد المجيد ؛ الكرة الطائرة للمعاقين حركياً جلوس ط ١ : (عمان ، مؤسسة الوراق للنشر ، ٢٠٠٢) .
- ◀ مؤيد إسماعيل عبد ، ولطيف حسين عاجل ، فؤاد فاروق ياور ؛ موسوعة الألعاب الرياضية (الفردية والفرقية) تدريس تدريب تحكيم ، (العراق ، بغداد ، دار الكتب والوثائق ، ٢٠١٠) .

- ◀ عبد الله اللامي ؛ الأسس العلمية للتدريب الرياضي ، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، (٢٠٠٤) .
- ◀ غيداء محمد حسون ، نسبة مساهمة بعض القدرات البدنية والوظيفية في مستوى أداء بعض المهارات الهجومية للمعاقين حركياً _ جلوس بالكرة الطائرة ، رسالة ماجستير ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، ٢٠٠٨ .
- ◀ علي سلوم جواد الحكيم ؛ الاختبارات والقياس والإحصاء في المجال الرياضي : (جامعة القادسية ، مطبعة الطيف ، ٢٠٠٤) .
- ◀ محمد صبحي حسانين ؛ القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية ، ط١ : (القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٥) .
- ◀ ضاري توما عبد الأحد ؛ كنت مريضاً فشفيت : (جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، ٢٠٠٦) .
- ◀ بسام هارون (وآخرون) ؛ الرياضة والصحة ، ط١ : (عمان ، مؤسسة وائل للنسخ السريع ، ١٩٩٥) .
- ◀ ظافر حرب عويجلة الأبراهيمي : بناء وتفتين بطارية اختبار اللياقة البدنية لمعاقين على الكراسي المتحركة (شلل الأطراف السفلى) : (رسالة ماجستير ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، ٢٠٠٧) .
- ◀ زكي محمد محمد حسن . طرق تدريس الكرة الطائرة (تعليم تدريس تطبيق تقويم ميني فولي خطط أولية قانون) ط٢ ، الأسكندية ، مطبعة الشنهايي ، ٢٠٠٣ .
- ◀ عصام الوشاحي . الكرة الطائرة مفتاح الوصول الى المستوى العالي . القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٤ .

◀ مؤيد إسماعيل عبد ، ولطيف حسين عاجل ، فؤاد فاروق ياور ؛ موسوعة الألعاب الرياضية (الفردية والفرقية) (تدريس تدريب تحكيم)، العراق ، بغداد ، دار الكتب والوثائق ، (٢٠١٠) .

◀ محمد صبحي حسانين ؛ القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية ، ط١ : (القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٥) .

◀ الهام عبد الرحمن . دراسة مقارنة لبعض المتطلبات المهمة في التفوق الرياضي للكرة الطائرة وعلاقتها بمستوى الأداء المهاري بين فرق المدارس الرياضية بجمهورية مصر العربية . مجلة بحوث التربية الرياضية . كلية التربية الرياضية . جامعة الزقازيق : عدد ٣٧ . ٣٨ . ١٩٩٥ .

◀ يوسف محمد . برنامج تدريبي مقترح لتنمية القوة المميزة بالسرعة وتأثيره على كفاءة بعض المتغيرات الوظيفية لناشئ الكرة الطائرة . مجلة بحوث التربية الرياضية كلية التربية الرياضية . جامعة الزقازيق : العدد ٣٥ . ٣٦ . ١٩٩٥ .

◀ محمد حسن علاوي ؛ علم التدريب ، ط٩ : (القاهرة ، دار المعارف ، ١٩٩٣) .

➤ Jensy G. Rand & Fisher A. Scintific Basic of Athlettic condixloning 2nd pniladelphia,1997.