

نسبة مساهمة بعض القدرات الحركية الخاصة في دقة أداء مهارتي الإعداد واستقبال الإرسال بالكرة الطائرة

أ.م.د. أسماء حكمت فاضل
كلية التربية الرياضية – جامعة بغداد

٢٠١٠ م

١٤٣١ هـ

ملخص البحث

تعد القدرات الحركية واحدة من الأمور المهمة التي تؤثر في مستوى الأداء، وخاصة الإعداد المهاري الذي يقترن بمقدار ما يمتلكه الطالب أو اللاعب من قدرات تسهم في الوصول بالمهارة إلى المستوى العالي من الانجاز. ولكون تلك القدرات لم تأخذ حيزا من الاهتمام والدراسة، ارتأى الباحث الوقوف على أهميتها في مهارتي الإعداد والاستقبال من خلال تحديد نسبة مساهمتها في المهارتين، كونها تمثل حلقة ضرورية من حلقات تكامل الأداء. وهدف البحث إلى معرفة نسبة مساهمة بعض القدرات الحركية الخاصة في دقة أداء مهارتي الإعداد واستقبال الإرسال في الكرة الطائرة. ولقد استخدم المنهج الوصفي في البحث، وتكونت العينة من (٣٠) طالبا، وقد أظهرت النتائج وجود نسبة مساهمة فعالة لمتغير الدقة في مهارة الإعداد، مما يؤكد فاعلية هذا المتغير في الأداء، كذلك ظهور نسبة مساهمة فعالة لمتغيري التوافق والإدراك في مهارة استقبال الإرسال.

Abstract

Motor abilities are considered one of the important things that affect the level of performance especially setting. Setting is one of the skills that require great abilities that help athletes reach their highest level of achievement.

Because these important abilities did not receive much study and research, the researcher aimed at studying setting and receiving by specifying contributes percentage for both skills.

The aim of the research:

- identifying contribution percentage of some Motor Abilities in performance accuracy of setting and receiving - service in volleyball.

The researcher used the descriptive method. The subjects were (30) students. The results showed a contribution percentage on accuracy of performing setting which proves the validity of performance. Finally the results showed effective contribution percentage for accuracy and perception of setting receiving .

الباب الأول

١- التعريف بالبحث

١-١ المقدمة وأهمية البحث

أن البحث العلمي المستمر قد أضاف الكثير من المفاهيم العلمية للألعاب الرياضية، وكان للكرة الطائرة نصيباً في ذلك كونها استفادة من البحوث العلمية لجميع الألعاب الفرقية، وتداخلت في النتائج العامة، وشكل ذلك إضافة نوعية لتطور هذه اللعبة، وضمن ذلك تعدد القدرات الحركية واحدة من الأمور المهمة التي تؤثر في مستوى الأداء، وخاصة في الأعداد المهاري الذي يقترن بمقدار ما يمتلكه الطالب أو اللاعب من قدرات تسهم في الوصول بالمهارة إلى المستوى العالي من الانجاز، فالمهارة تدل على كفاءة الفرد في أداء واجب حركي معين أو قدرة الفرد في التوصل إلى نتيجة من خلال القيام بأداء واجب حركي معين بأقصى درجة من الإتقان مع بذل أقل قدر من الطاقة في أقل زمن

ممكن، وذلك معناه أنها تتطلب قدرات حركية تختلف نسبتها من مهارة لأخرى، فمهارتي الأعداد والاستقبال تتطلبان السرعة في الحركة وتغيير الاتجاه، فضلا عن توافق حركة اللاعب مع الكرة، إلى جانب الدقة في توجيه الكرة للمكان المناسب، وضمن ذلك تأتي أهمية البحث في تحديد مستوى القدرات الحركية لدى الطلبة، والوقوف بشكل مباشر على قابلياتهم لتأشير أهم المعوقات في هذا الاتجاه.

٢-١ مشكلة البحث

تشكل القدرات الحركية محطة مهمة لتحديد مستوى الأداء، كون إن التنفيذ العالي للأداء المهاري والخططي يقترن بها ، وبذلك تعد حجر الزاوية في الألعاب الفرقية بشكل عام وفي لعبة الكرة الطائرة بشكل خاص ، إذ إن مهاراتها تعتمد على مستوى تلك القدرات لدى الطالب أو اللاعب، فأداء أي مهارة يتطلب نسبا متباينة منها، وذلك بما يتفق وطبيعة الأداء فيها، مما يساعد في الوصول إلى نتائج متميزة في الأداء، ولكون تلك القدرات لم تأخذ حيزا من الاهتمام والدراسة ارتأى الباحث الوقوف على أهميتها في مهارتي الإعداد والاستقبال من خلال تحديد نسبة مساهمتها في المهارتين، كونها تمثل حلقة ضرورية من حلقات تكامل الأداء ، إلى جانب رسم صورة واضحة لدى المهتمين في مجالي التدريس والتدريب لوضع الأسلوب الأنسب في الارتقاء بمستوى الانجاز.

٣-١ أهداف البحث

يهدف البحث إلى :

◀ معرفة نسبة مساهمة بعض القدرات الحركية الخاصة في دقة أداء مهارتي الأعداد واستقبال الإرسال في الكرة الطائرة .

٤-١ مجالات البحث

١-٤-١ المجال البشري : طلاب المرحلة الرابعة في كلية التربية الرياضية - جامعة بغداد/ قسم التدريب .

١-٤-٢ المجال الزمني : المدة من ٢٠٠٨/٤/١٣ ولغاية ٢٠٠٨/٥/١١ .

١-٤-٣ المجال المكاني: القاعة الداخلية لكرة الطائرة في كلية التربية الرياضية بجامعة بغداد .

الباب الثاني

٢- الدراسات النظرية

١-٢ القدرات الحركية وأهميتها في الكرة الطائرة

إن القدرات الحركية تتباين مستوياتها في الألعاب الرياضية، وتعد واحدة من المتطلبات المهمة للوصول بالطالب أو اللاعب إلى أعلى مستوى من الصفات الجسمية الخاصة لنوع النشاط الممارس، فالقدرات الحركية تمثل التدريبات ضمن متطلبات معينة لكل مهارة من مهارات الألعاب الفرقية عامة ولعبة الكرة الطائرة خاصة.

إذ أنها تعمل على تطوير الأداء المهاري والخططي، فاللاعب الذي يمتلكها يتمكن من تنفيذ الواجب الحركي بشكل فعال ومؤثر، فمهارة الإعداد تتطلب من اللاعب مرونة في مفاصل الكتفين وأصابع اليدين والرسغين، ليتمكن من أداء المهارة بسهولة وبالمدى المطلوب للحركة فهي " قدرة الفرد على أداء الحركات بمدى واسع"^(١) ، فضلا عن الدقة في توجيه الكرة بالاتجاه والارتفاع والبعد المناسب وبالشكل الذي يتناسب مع إمكانية كل لاعب، أي أنها " القدرة على التنسيق لحركات مختلفة الشكل والاتجاه بدقة وانسيابية في الأنموذج لأداء حركي واحد"^(٢) ، مع مراعاة التغيير والتنوع في الأداء، وذلك يتطلب الإدراك الصحيح في اختيار الاستجابة المناسبة لإفشال دفاع الفريق المنافس، كذلك فإن الأداء الجيد لمهارة الاستقبال يتحدد بمقدار ما يتمتع به اللاعب المدافع من رشاقة وتركيز تجاه اللاعب المرسل لعمل الفعل الصحيح في الوقت الصحيح، لاسيما وهي تمثل " قدرته على تغيير أوضاع جسمه واتجاهه بسرعة سواء أكان الجسم كله أو أجزاء منه، سواء

(١) قاسم حسن حسين؛ تعليم قواعد اللياقة البدنية . ط١: (القاهرة، دار الفكر العربي، ١٩٩٨)، ص ٢٩٠

(٢) عصام عبد الخالق؛ التدريب الرياضي نظريات وتطبيقات : (القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٩)، ص ٤٤٨ .

أكان ذلك على الأرض أو في الهواء^(١) ، بهدف إيصال الكرة بشكل صحيح للاعب المعد، مما يتطلب توافقاً بين أجزاء الجسم، " فامتلاك اللاعب قدرات عالية من التوافق لايساعد فقط في أدائه للمهارات الحركية بصورة تامة ودقيقة، ولكن تتعدى ذلك لتشمل تجنب الأخطاء المتوقعة^(٢)، وبما يحقق أفضل انجاز.

من هنا تعد القدرات الحركية متغيراً مهماً في تحقيق الانجاز والتفوق، مما يبرز الحاجة إلى تحليل أكثر عمقا لتحديد ما يحتاج إليه الرياضي في عملية الأعداد، إذ أن أي خلل فيها ينعكس سلباً على مستوى الأداء.

٢-٢ مهارة الإعداد في الكرة الطائرة:

تعد مهارة الإعداد واحدة من المهارات المهمة والأساسية في لعبة الكرة الطائرة، كونها تمثل نقطة الانطلاق الأولى في بدء الهجوم، فإجادة التميرير يتيح فرصة تهيئة الكرة بشكل دقيق، لاسيما وان الدقة في المناولة تكن الأساس في تحقيق هجوم جيد، بمعنى إن نجاح الهجوم يقترن بإمكانية اللاعب المعد في تهيئة الكرات بالاتجاه والارتفاع والبعد المناسب وبما يحقق بناء هجوم فعال ومؤثر.

وعليه فالإعداد الجيد هو الخطوة التي يركز عليها جهد الفريق بأكمله لتنفيذ مختلف التكتيكات وإفشال دفاع الفريق المنافس، أي "يتوقف عليه هجوم الفريق وطريقة أدائه"^(٣) ، وذلك يشير إلى ضرورة إتقان المهارة من أجل الوصول إلى أعلى درجات الانجاز.

(١) أكرم زكي خطابه؛ موسوعة الكرة الطائرة الحديثة. ط١: (عمان، دار الفكر، ١٩٩٦)، ص٢٦٥ .

(٢) عويس أجمالي؛ التدريب الرياضي - النظرية والتطبيق ط١: (القاهرة، دار الفكر العربي ، ٢٠٠٠)، ص٤٥٦ .

(٣) اكرم زكي خطابه؛ المصدر السابق. ص ١٢٩ .

٢-٢ مهارة الاستقبال في الكرة الطائرة

تعد مهارة الاستقبال من المهارات الدفاعية المهمة في الكرة الطائرة، كونها تشكل القاعدة التي يستند عليها الفريق في عملية بنائه للهجوم، مما يضاعف من أهمية المهارة ودورها الفاعل في تحديد نوعية الإعداد، وذلك يفرض على اللاعب مهمة أداء المهارة بشكل دقيق، لاسيما وان التعديلات الخاصة بقانون اللعبة التي تشير إلى أحقية الفريق المستقبل بتسجيل نقطة.

ويأخذ إتقان الأداء الفني دورا مهما في تحقيق الأداء الجيد للمهارة، التي تتطلب التركيز على الكرة أثناء التحرك لتوقع مكان سقوطها وارتفاعها وسرعتها وقوتها بهدف الوصول إلى المنطقة المحددة والحصول على أفضل موقع للتمرير ولكي يتمكن وبالتالي تنفيذ الواجب الحركي بصورة جيدة وإتقان إذ "إن أفضل الممررين هم الذين يمكنهم توقع رحلة الإرسال ويمكنهم إن يكونوا أو يصبحوا في موقع وضع التمرير قبل وصول الكرة"^(١). ووفق ماتقدم ولزيادة فاعلية هذه المهارة، فقد ظهر نوع آخر من الاستقبال هو الاستقبال من الأعلى، الذي يتيح فرصة استقبال الكرات الصعبة التي يصعب استقبالها بالذراعين من الأسفل، هذا إلى جانب نظام اللاعب الحر وذلك لتعزيز مركبات اللعب الدفاعي.

الباب الثالث

٣- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

١-٣ منهج البحث

استخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي كونه يمثل انسب الطرق في تحقيق أهداف البحث .

٢-٣ عينة البحث

(١) عصام الوشاحي؛ الكرة الطائرة للشباب. ط ١ : (القاهرة، دار الفكر العربي، ١٩٩٠)، ص ١٤٤.

تكونت عينة البحث من طلاب المرحلة الرابعة في كلية التربية الرياضية - جامعة بغداد والبالغ عددهم (٣٠) طالبا- قسم التدريب تم اختيارهم عشوائيا، هذا وقد استبعد الباحث الطلبة الراسبين واللاعبين من الاختبارات بهدف استبعاد تأثيرهم في النتائج، هذا وان العينة متجانسة، كونها من مجتمع واحد وفي عمر متقارب (٢٢-٢٣) ومرحلة دراسية واحدة.

٣-٣ الأدوات والأجهزة المستخدمة

تم استخدام الأدوات التالية :

١. المصادر العربية والأجنبية.
٢. استمارة استطلاع آراء الخبراء حول تحديد القدرات الحركية.
٣. كرات طائرة عدد (٥) .
٤. كرات تنس عدد (٥) .
٥. شريط لاصق عرض (5cm) .
٦. شريط قياس معدني بطول (5m) .
٧. ملعب كرة طائرة قانوني.
٨. حبل.
٩. ساعة توقيت الكترونية.
١٠. حاسبة الكترونية نوع (Dell) .

٤-٣ الاختبارات المستخدمة

تم عرض الاختبارات الخاصة بالقدرات الحركية^(*)، بعد إن تم تحديد أهمية تلك القدرات على مجموعة من المختصين في الكرة الطائرة^(**)، إلى جانب عرض الاختبارات الخاصة بمهارتي الإعداد واستقبال الإرسال لبيان ما هو مناسب منها للقياس وقد رشحت الاختبارات التالية والتي حققت نسبة ترشيح (٦٠%) فأكثر :

- ◀ اختبار رمي الكرة على الجدار^(١).
- ◀ اختبار المرونة الديناميكية^(٢).
- ◀ اختبار ركض مع تغيير الاتجاه (٩-٣-٦-٣-٩) متر^(٣).
- ◀ اختبار دقة التمرير على الدوائر المتداخلة^(٤).
- ◀ اختبار الإدراك الحس حركي^(٥).
- ◀ اختبار الانتقال فوق العلامات (التوازن)^(٦).
- ◀ اختبار دقة الإعداد القريب من الشبكة^(٧).
- ◀ اختبار دقة الاستقبال من الإرسال.

(*) ينظر ملحق (١).

(**) أسماء المختصين الذين عرضت عليهم الاختبارات:

- ١- د. نوري الشوك : أستاذ، اختبار وقياس- الكرة الطائرة، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد.
 - ٢- د. سعد حماد : أستاذ مساعد، الكرة الطائرة ، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد.
 - ٣- حلمي عبد السميع : أستاذ مساعد، الكرة الطائرة ، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد.
- محمد صبحي حسانين؛ القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضة. ط٣: (القاهرة، دار الفكر العربي، ١٩٩٥)، ص٤٢٥. (١)
- (٢) محمد صبحي حسانين وحمدى عبد المنعم؛ الأسس العلمية للكرة الطائرة وطرق القياس - بدني-مهاري-معرفي-نفسى- تحليلي. ط١: (القاهرة، مركز الكتاب للنشر، ١٩٩٧)، ص ١٠١.
- (٣) محمد صبحي حسانين وحمدى عبد المنعم؛ نفس المصدر. ص ١٤٣.
- (٤) محمد صبحي حسانين؛ نفس المصدر، ص٤٦٤.
- (٥) عامر جبار؛ تصميم وتقييم اختبارات الإدراك الحس حركي : (بغداد، مجلة التربية الرياضية-المجلد الحادي عشر، ٢٠٠٢)، ص١٥٣.
- (٦) محمد صبحي حسانين؛ نفس المصدر. ص ٤٥٤.
- (٧) محمد صبحي حسانين وحمدى عبد المنعم؛ نفس المصدر. ص١٦٧-٢٠٥.

٥-٣ التجربة الاستطلاعية

بهدف تحقيق نتائج صحيحة ودقيقة تم إجراء تجربة استطلاعية بتاريخ ١٣/٤/٢٠٠٨ على (١٠) طلاب هم من خارج أفراد عينة البحث، وبعد مرور أسبوع تم إعادة الاختبارات بتاريخ ٢٠/٤/٢٠٠٨ وكان الهدف منها تحديد الصعوبات التي قد ترافق إجراء التجربة الرئيسة بهدف تجاوزها، فضلا عن معرفة الزمن المستغرق لإجراء الاختبارات .

٦-٣ الوسائل الإحصائية

استخدم الباحث برنامج (spss) في معالجة البيانات الخاصة بالبحث واستخراجها والمتضمن القوانين الإحصائية الآتية:

- ◀ الوسط الحسابي.
- ◀ الانحراف المعياري.
- ◀ معامل الارتباط البسيط.
- ◀ اختبار (T) للعينات الغير متناظرة.
- ◀ تحليل الانحدار
- ◀ نسبة المساهمة (معامل التحديد) .

الباب الرابع

٤- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

ضم هذا الباب عرض نتائج الاختبارات الحركية والمهارية المستخدمة في البحث ، فضلا عن نسبة مساهمة القدرات الحركية في مهارتي الإعداد واستقبال الإرسال في الكرة الطائرة .

١-٤ عرض الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لنتائج الاختبارات الحركية والمهارية المستخدمة في البحث

يوضح الجدول (١) الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لاختبارات القدرات الحركية ومهاتري الإعداد والاستقبال في الكرة الطائرة .

جدول (١)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لاختبارات القدرات الحركية ومهاتري استقبال الإرسال والإعداد

ت	الاختبارات الحركية والمهارية	وحدة القياس	س	ع
١	اختبار المرونة الديناميكية	عدد/ ثا	٢١.٨٠	٣.١٣
٢	اختبار (٩-٣-٦-٣-٩) لقياس الرشاقة	ثا	١٣.٣٠	٢.٠١
٣	اختبار دقة التمرير على الدوائر المتداخلة	درجة	١١.٩٣	٢.٠٣
٤	اختبار الانتقال فوق العلامات	درجة	٧٨.٦٧	٨.٨٩
٥	اختبار الإدراك الحس حركي	درجة	١.٤٧	٠.٨١
٦	اختبار رمي الكرات على الجدار	درجة	١٥.٧٣	١.٩٨
٧	اختبار دقة الإعداد القريب من الشبكة	درجة	١٦.٦٧	١.٧٢
٨	اختبار دقة الاستقبال من الإرسال	درجة	٤٥.٥٣	٥.٩٨

٢-٤ عرض مصفوفة الارتباطات البينية لاختبارات القدرات الحركية ومهارة الأعداد لعينة

البحث وتحليلها

تم حساب معاملات الارتباط بين المتغيرات لعمل مصفوفة الارتباطات البينية من خلال استخدام معادلة الارتباط البسيط (person).

جدول (٢)

يبين مصفوفة معاملات الارتباطات البينية للاختبارات الحركية ومهارة الأعداد

ت	الاختبارات	اختبار دقة الإعداد القريب من الشبكة	اختبار المرونة الديناميكية	اختبار (٩-٣-٦-٩) لقياس الرشاقة	اختبار دقة التمرير على الدوائر المتداخلة	اختبار الانتقال فوق العلامات	اختبار الإدراك الحسي حركي	اختبار رمي الكرات على
١	اختبار دقة الإعداد القريب من الشبكة	٠.٢٢	٠.٣٥	٠.٦٧	٠.٥٣	٠.١١٨	٠.٥٨٧	
		(*)	٠.١١	٠.٠٢	٠.٠٠	٠.٢٦٧	٠.٠٠	
٢	اختبار المرونة الديناميكية		٠.٢٣٨	٠.٣١٢	٠.٢٤٤	٠.٠٣٩	٠.١٤٧	
			٠.١٠٢	٠.٠٤٧	٠.٠٩٧	٠.٤١٩	٠.٢٢٠	
٣	اختبار (٩-٣-٦-٩) لقياس الرشاقة			٠.١٦٦	٠.٢٨٥	٠.٠٦٢	٠.٢٠٧	
				٠.١٩٠	٠.٠٦٣	٠.٣٧٣	٠.١٣٦	
٤	اختبار دقة التمرير على الدوائر المتداخلة				٠.٦٥٢	٠.٢٢٨	٠.٦١٢	
					٠.٠٠	٠.١١٣	٠.٠٠	
٥	اختبار الانتقال فوق العلامات					٠.٢٦٤	٠.٥٥٦	
						٠.٠٧٩	٠.٠٠١	
٦	اختبار الإدراك الحسي حركي						٠.١٨٨	
							٠.١٦٠	
٧	اختبار رمي الكرات على الجدار							

(*) الحقل الثاني يمثل قيمة الدلالة في جميع الاختبارات، كل رقم من حقل الدلالة اصغر من (٠.٠٠٥) معنوي.

٣-٤ عرض لأنموذج الانحدار المتعدد ونسبة مساهمة القدرات الحركية بدقة أداء مهارة الإعداد في الكرة الطائرة وتحليلها:

١-٣-٤ عرض نسبة مساهمة اختبار دقة التمرير على الدوائر المتداخلة بدقة أداء مهارة الإعداد في الكرة الطائرة وتحليلها ومناقشتها:

جدول (٣)

يبين قيمة (T) والخطأ المعياري ونسبة مساهمة اختبار دقة التمرير على الدوائر المتداخلة في دقة أداء مهارة الإعداد في الكرة الطائرة

ت	المتغيرات	تقدير المعاليم	الخطأ المعياري	قيمة (T)	P- Value	نسبة المساهمة
	B0 المقدار الثابت	9.864	1.443	6.837	.000	
٣	اختبار دقة التمرير على الدوائر المتداخلة	.570	.119	4.781	0.000	٤٣ %

بههدف التعرف على تأثير القدرات الحركية في دقة أداء مهارة الإعداد في الكرة الطائرة ، فقد استخدم الانحدار المتعدد من خلال تقدير المعاليم مع اختبار معنوياتها، إذ تم حساب نسبة المساهمة للمتغيرات الحركية الستة في الدراسة، التي لم تظهر لخمسة منها مساهمة فعالة باستثناء متغير الدقة وكما هو موضح في الجدول (٣) ، إذ بلغت النسبة (٤٣ %) ، وهي قيمة جيدة، إذ يؤكد هذا المتغير التأثير الواضح في دقة أداء مهارة الإعداد، وتحقيق هذا المستوى هو محصلة لانعكاس قيمة (T) المعنوية تحت مستوى دلالة (٠.٠٥) .

من خلال النتائج نجد بان متغير الدقة ساهم بشكل فعال في دقة أداء مهارة الإعداد ، كون إن الارتباط وثيق بينهما وذلك لعلاقتها بالقابلية الفردية والمستوى التكنيكي ، فإتقان المهارات الأساسية يقترن بالقدرات الحركية التي تعد احد الدعائم المهمة في

الارتقاء بمستوى الأداء، فالطالب أو اللاعب يحتاج لتلك القدرات لكي يفي بمتطلبات الأداء لاسيما وان نسبها تختلف باختلاف المهارات، إلا إن الدقة هو متغير أساس في جميعها ، فإجادة التمرير يتيح تهيئة الكرات بشكل دقيق لاسيما وان " الدقة في المناولة هي أساس (٩٥%) من الهجوم الجيد وتقريبا (٥%) هي أخطاء هجومية"⁽¹⁾ ، بمعنى إن نجاح الهجوم يقترن بإمكانية اللاعب في توجيه الكرة بالاتجاه والارتفاع والبعد المناسب لضمان الحصول على نتائج متقدمة .

إما السبب في ضعف نسبة مساهمة المتغيرات الأخرى، فيعود إلى قلة التركيز عليها ضمن المنهج الدراسي ، فيكون الاهتمام مقتصر على تطوير المهارة بعيدا عن تطوير القدرات الحركية ، إذ إن " الوقت المبذول في موضوع الدرس أو الفعالية له علاقة بالتعلم وتغير الانجاز"⁽²⁾ .

ومن أجل تأكيد معنوية الانحدار لهذه الاختبارات، فقد استخدم تحليل التباين وكما هو موضح في الجدول (٤) ، ويلاحظ إن هناك فرقا معنويا في تأثير هذه المتغيرات في دقة أداء مهارة الإعداد ، إذ بلغت قيمة (F) المحسوبة (٢٢.٨٦١) تحت مستوى دلالة (٠.٠٥) .

(1) Berthhold Frohner & Bernd Zimmermann ; selected aspects of the developments of men,s volleyball : (the coach, 1996),p.18.

(2) Silverman. S; Proceeding of the Per-congress Symposium of the 1996, Seoul International sport science congress, 1996, Seoul, Korea, pp. 32 - 41 <http://www>.

جدول (٤)

يوضح تحليل التباين لأنموذج الانحدار لنسبة مساهمة القدرات الحركية في دقة أداء مهارة الإعداد

P-Value 0.05	قيمة (F) المحسوبة	متوسط مربعات التباين M . S	درجة الحرية D . F	مجموع المربعات S .S .R	مصدر التباين S .O . V
.000	22.861	38.955	1	38.955	الانحرافات الموضحة للأنموذج
		1.704	28	47.711	الانحرافات غير الموضحة (البواقي)
			29	86.667	المجموع

٤-٤ عرض مصفوفة الارتباطات البينية لاختبارات القدرات الحركية ومهارة استقبال الإرسال

لعينة البحث وتحليلها

تم حساب معاملات الارتباط بين المتغيرات لعمل مصفوفة الارتباطات البينية من خلال استخدام معادلة الارتباط البسيط (person).

جدول (٥)

يبين مصفوفة معاملات الارتباطات البينية للاختبارات الحركية ومهارة استقبال الإرسال

ت	الاختبارات	اختبار دقة الاستقبال من الإرسال	اختبار المرونة الدينامية	اختبار (٩-٣-٦) لقياس الرشاقة	اختبار دقة التمرير على الدوائر المتداخلة	اختبار الانتقال فوق العلامات	اختبار الإدراك الحس حركي	اختبار رمي الكرات على
١.	اختبار دقة الاستقبال من الإرسال	٠,١٧٧	٠,٠٥٤	٠,٤٩	٠,٣٣١	٠,٢٣٣	٠,٥٤٧	
٢.	اختبار المرونة الدينامية	(*)	٠,١٧٥	٠,٣٨	٠,٠٠٣	٠,٠٣٧	٠,١٠٧	٠,٠٠١
٣.	اختبار (٩-٣-٦-٣-٩) لقياس الرشاقة		٠,٢٣٨	٠,١٠٢	٠,٣١٢	٠,٢٤٤	٠,٠٣٩	٠,١٤٧
٤.	اختبار دقة التمرير على الدوائر المتداخلة				٠,١٦٦	٠,٢٨٥	٠,٠٦٢	٠,٢٠٧
٥.	اختبار الانتقال فوق العلامات				٠,١٩٠	٠,٠٦٣	٠,٣٧٣	٠,١٣٦
٦.	اختبار الإدراك الحس حركي					٠,٦٥٢	٠,٢٢٨	٠,٦١٢
٧.	اختبار رمي الكرات على الجدار					٠,٠٠٠	٠,١١٣	٠,٠٠٠
							٠,٢٦٤	٠,٥٥٦
							٠,٠٧٩	٠,٠٠١
								٠,١٨٨
								٠,١٦٠

(*) الحقل الثاني يمثل قيمة الدلالة في جميع الاختبارات، كل رقم اصغر من (٠,٠٥) معنوي.

٥-٤ عرض لأنموذج الانحدار المتعدد ونسبة مساهمة القدرات الحركية بدقة أداء مهارة
الاستقبال في الكرة الطائرة وتحليلها

١-٥-٤ عرض نسبة مساهمة اختباري رمي الكرة على الجدار والإدراك الحس حركي بدقة أداء
مهارة الاستقبال في الكرة الطائرة وتحليلها ومناقشتها

جدول (٦)

يبين قيمة (T) والخطأ المعياري ونسبة مساهمة القدرات الحركية في دقة استقبال
الإرسال

ت	المتغيرات	تقدير (*) المعالم	الخطأ المعياري	قيمة (T)	P- Value	نسبة المساهمة
	B0 المقدار الثابت	١٩.٥٢	٧.٥٧	٢.٥٧	٠.٠١٦	
٦	اختبار رمي الكرات على الجدار	١.٧٥	٠.٤٧٨	٣.٤٦	٠.٠٠٢	٢٧ %
	كلي	١٩.٨٠	٧.٠٤	٢.٨١	٠.٠٠٩	
٥	اختبار الإدراك الحس حركي	١.٨٥	٠.٤٥٢	٤.٠٩٦	٠.٠٠٠	٣٧ %
٦	اختبار رمي الكرات على الجدار	٢.٣٢	٠.٩٩٦	٢.٣٣	٠.٠٢٧	٢٧ %

(*) تقدير المعالم: هي احد الإغراض المستخدمة في تحليل الانحدار التي من خلاله
يمكن الاستدلال على أهمية وقوة واتجاه العلاقة بين المتغيرات.

بهدف الوصول إلى معرفة تأثير القدرات الحركية في دقة أداء مهارة الاستقبال في
الكرة الطائرة، فقد استخدم الانحدار المتعدد من خلال تقدير المعالم مع اختبار معنوياتها
وكما هو موضح في الجدول (٦)، إذ تم حساب نسبة المساهمة للمتغيرات الحركية الستة
في الدراسة، التي لم تظهر لأربعة منها نسبة مساهمة فعالة، باستثناء اختبار رمي الكرة
على الجدار واختبار الإدراك الحس حركي، إذ بلغت نسبة كل منهما)

٢٧%) و (٣٧%) على التوالي ، وهي نسب جيدة، توضح التأثير الواضح لهما في المهارة، فالاختبار الأول يهدف إلى قياس التوافق والثاني يهدف لقياس الإدراك، إذ إن الإدراك لسرعة الكرة واتجاهها إلى جانب الإحساس بالحركة، يؤدي إلى توافق حركة اللاعب مع الكرة بهدف تحقيق دفاع ناجح، ولما كان تنفيذها يتطلب إدراكا وتوافقا، وذلك ماحدث عند تنفيذ المهارة من قبل الطلاب، فالتوافق يعد مطلباً أساسياً للوصول إلى تكامل الأداء ، إذ انه " عملية مقرونة بإمكانية الجهاز الحركي على تنظيم القوة الداخلية مع القوة الخارجية المؤثرة " (1) ، وبما يخدم الأداء الحركي، فالتوافق ما بين أجزاء الجسم لاتخاذ المكان الصحيح واستقبال الكرة بشكل جيد وبفترة زمنية قصيرة لسرعة الكرة تكن محصلته نجاح الأداء، فالتوقيت الجيد الناتج عن القدرات الإدراكية الحركية والتي تضمن المسار الصحيح للأداء، قد ساهم في جعل نسبة المساهمة فعالة " فالإدراك والإحساس بالزمن له أهمية كبيرة على مسار كل عنصر من عناصر فن الإدراك الحركي وكذلك على عناصر التوافق الحركي " (2) .

إما المتغيرات الأخرى التي لم تظهر لها نسب مؤثرة في المهارة فيرجع ذلك إلى كونها تتطلب وقتاً طويلاً من التدريب لا يحققه الوقت المحدد لمفردات اللعبة ضمن المنهاج الدراسي.

ومن أجل تأكيد معنوية الانحدار لهذه الاختبارات، فقد استخدم تحليل التباين وكما هو موضح في الجدول (٧)، ويلاحظ إن هناك فرقا معنوياً في تأثير هذه المتغيرات في دقة أداء مهارة الاستقبال ، إذ بلغت قيمة (F) المحسوبة (١١.٩٦٩) تحت مستوى دلالة (٠.٠٥) .

جدول (٧)

- (١) وجيه محجوب (وآخرون)؛ نظريات التعلم والتطور الحركي : (بغداد، مطبعة وزارة التربية ، ٢٠٠٠)، ص ٩ .
 (٢) قاسم حسن حسين؛ علم النفس الرياضي - مبادئه وتطبيقه في مجال التدريب : (بغداد، مطابع التعليم العالي ، ١٩٩٠)، ص ١٠١ - ١٠٢ .

يوضح تحليل التباين لأنموذج الانحدار لنسبة مساهمة القدرات الحركية في دقة أداء مهارة استقبال الإرسال

P- Value 0.05	قيمة (F) المحسوبة	متوسط مربعات التباين M . S	درجة الحرية D . F	مجموع المربعات S.S.R	مصدر التباين S.O. V
.002	11.969	311.279	1	311.279	الانحرافات الموضحة للأنموذج
		26.007	28	728.187	الانحرافات غير الموضحة (البواقي)
			29	1039.467	المجموع

الباب الخامس

٥- الاستنتاجات والتوصيات

١-٥ الاستنتاجات

ضمن النتائج المتحققة تم التوصل إلى الاستنتاجات الآتية :

١. ظهرت نسبة مساهمة فعالة لاختبار دقة التمرير على الدوائر المتداخلة في دقة أداء مهارة الأعداد، مما يؤكد فاعلية هذا المتغير في التأثير.
٢. ظهرت نسبة مساهمة فعالة لمتغيري التوافق والإدراك في مهارة استقبال الإرسال
٣. هنالك متغيرات ذات فاعلية في التأثير في المهارتين لم تظهر نسبة مساهمة فعالة كالرشاقة والمرونة والتوازن والإدراك الحس حركي في مهارة الإعداد.

٢-٥ التوصيات

١. التأكيد على زيادة التمرينات الخاصة بتطوير القدرات الحركية، وخاصة التمرينات ذات التأثير المشترك في القدرات الحركية والمهارية، لما لذلك من دور فاعل في تطور مستوى الأداء بشكل سريع ودقيق، وبما يعزز الترابط الحركي.
٢. إعطاء بعض الوقت من زمن الدروس لغرض تطوير القدرات الحركية، وبما يرتقي بالجانب المهاري لدى الطلاب.
٣. التعامل مع حالات اللعب بشكل يتناسب وطبيعة كل حالة، وهذا ما يتطلب تنمية القدرات الحركية لتنفيذ المهارتين بشكل فعال ومؤثر.
٤. التأكيد على ضرورة استخدام الوسائل المساعدة في عملية التدريس لما لذلك من دور مؤثر في تنمية القدرات الحركية وانعكاس ذلك ايجابيا على المهارتين.
٥. إجراء بحوث مشابهة على المهارات الأخرى للوقوف على نسبة مساهمة القدرات الحركية فيها .

المصادر العربية والأجنبية

- ◀ أكرم زكي خطيبه؛ موسوعة الكرة الطائرة الحديثة. ط١: (عمان، دار الفكر، ١٩٩٦).
- ◀ عامر جبار؛ تصميم وتقنين اختبارات الإدراك الحس حركي: (بغداد، مجلة كلية التربية الرياضية-المجلد الحادي عشر، ٢٠٠٢).
- ◀ عصام الوشاحي؛ الكرة الطائرة للشباب. ط١: (القاهرة، دار الفكر العربي، ١٩٩٠).
- ◀ عصام عبد الخالق؛ التدريب الرياضي نظريات وتطبيقات: (القاهرة، دار الفكر العربي، ١٩٩٩).

◀ عويس أجمالي؛ التدريب الرياضي - النظرية والتطبيق . ط١: (القاهرة، دار
gms ، ٢٠٠٠).

◀ قاسم حسن حسين؛ تعليم قواعد اللياقة البدنية. ط١: (القاهرة، دار الفكر العربي،
١٩٩٨).

◀ قاسم حسن حسين؛ علم النفس الرياضي-مبادئه وتطبيقه في مجال التدريب:
(بغداد، مطابع التعليم العالي، ١٩٩٠).

◀ محمد صبحي حسنين وحمدى عبد المنعم؛ الأسس العلمية للكرة الطائرة وطرق
القياس -بدني-مهاري-معرفي-نفسى-تحليلي. ط١: (القاهرة، مركز الكتاب للنشر،
١٩٩٧).

◀ محمد صبحي حسنين؛ القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضة. ط٣:
(القاهرة، دار الفكر العربي، ١٩٩٥).

◀ وجيه محجوب (وآخرون)؛ نظريات التعلم والتطور الحركي: (بغداد، مطبعة وزارة
التربية، ٢٠٠٠).

- **Berthhold Frohner & Bernd Zimmermann ; selected aspects of the developments of men,s volleyball : (the coach, 1996).**
- **Silverman. S; Proceeding of the Per-congress Symposium of the 1996, Seoul International sport science congress, 1996, Seoul, Korea, <http://www>.**

الملاحق

ملحق (١)

استمارة استبانته لتحديد الاختبارات الخاصة بقياس القدرات الحركية

الأستاذ الفاضل المحترم

تحية طيبة:

من اجل تحديد أهم الاختبارات الخاصة بقياس القدرات الحركية لطلبة المرحلة الرابعة، نضع بين أيديكم مجموعة من الاختبارات إزاء كل قدرة راجين تأشير الاختبار المناسب لقياس كل منها، وذلك بوضع علامة () إمام الاختبار الذي يصلح.

مع الشكر والتقدير

الباحث

مكان العمل:

الاختصاص:

الاسم:

المرتبة العلمية:

التوقيع:

ت	القدرة	الاختبارات	تأشير الاختبار
١	التوافق	١- اختبار رمي الكرات على الجدار	
		ب- اختبار الدوائر المرقمة	
		ج- اختبار نظ الحبل	
٢	المرونة	١- المرونة الديناميكية	
		ب- ثني الجذع من الوقوف	
		ج- ثني الجذع للإمام من وضع الجلوس الطويل	
		د- إطالة الجذع (مد الجذع)	
٣	الدقة	١- التميرير باليدين على المستطيلات المتداخلة	
		ب- التميرير باليدين على الدوائر المتداخلة	
٤	الرشاقة	١- الجري المتعدد الجهات	
		ب- الزكزاك بطريقة بارو (٤.٥×٣٠) م	
		ج- الركض مع تغيير الاتجاه (٩-٣-٦-٩-٣)	
		د- الركض المتعرج (لمس ٦ كرات بين خطي الهجوم والوسط)	
٥	الإدراك الحسي	١- اختبار القفز العريض من الثبات لأبعد مسافة واللاعب معصوب العينين	
		ب- اختبار الإدراك الحس حركي بمسافة رمي كرة التميرير	
٦	التوازن	١- قياس اتزان الكرة	
		ب- قياس الانتقال فوق العلامات	

الاختبار الأول : رمي الكرات على الجدار .

الغرض من الاختبار: قياس التوافق بين العين واليد والكرة.

الأدوات : كرة تنس، حائط، يرسم خط على الأرض وعلى بعد (5M) من الحائط.

مواصفات الأداء: يقف المختبر إمام الحائط وخلف الخط المرسوم على الأرض، إذ يتم الاختبار وفقا للتسلسل الآتي :

١- رمي الكرة خمس مرات باليد اليسرى على إن يستقبل المختبر الكرة بعد ارتدادها من الحائط بنفس اليد.

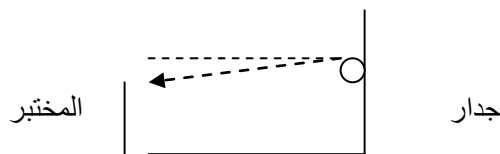
٢- رمي الكرة خمس مرات باليد اليمنى على إن يستقبل المختبر الكرة بعد ارتدادها من الحائط بنفس اليد.

٣- رمي الكرة خمس مرات باليد اليمنى واستقبالها باليد اليسرى.

٤- رمي الكرة خمس مرات باليد اليسرى واستقبالها باليد اليمنى.

الشروط: يجب رمي الكرة إلى الحائط واستقبالها مباشرة قبل إن تلامس الأرض.

التسجيل: تحتسب درجة لكل محاولة صحيحة أي إن الدرجة العظمى للاختبار هي (٢٠) درجة.



شكل (١)

اختبار رمي الكرات على الجدار

الاختبار الثاني: المرونة الديناميكية .

الغرض من الاختبار: قياس المرونة الديناميكية (ثني ومد وتدوير العمود الفقري) .

الأدوات: ساعة إيقاف ، حائط .

مواصفات الأداء : ترسم علامة (x) على نقطتين مكانهما:

١- على الأرض بين قدمي المختبر .

٢- على الحائط خلف ظهر المختبر (في المنتصف) .

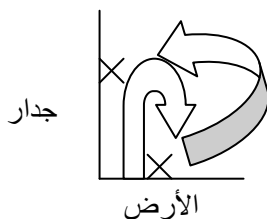
عند سماع إشارة البدء يقوم المختبر بثني الجذع إماما أسفل للمس الأرض بإطراف الأصابع عند علامة (x) الموجودة بين القدمين، ثم يقوم بمد الجذع عاليا مع الدوران جهة اليسار للمس علامة (x) الموجودة خلف الظهر بإطراف الأصابع، ثم يقوم بدوران الجذع وثنيه لأسفل للمس علامة (x) الموجودة بين القدمين مرة أخرى، ثم يمد الجذع مع دوران جهة اليمين للمس علامة (x) الموجودة خلف الظهر. يكرر هذا العمل أكبر عدد ممكن من المرات في ثلاثين ثانية، مع ملاحظة إن يكون لمس العلامة التي خلف الظهر مرة من جهة اليسار والأخرى من جهة اليمين.

الشروط: - يجب عدم تحريك القدمين أثناء الأداء.

- يجب إتباع التسلسل المحدد للمس طبقا لما جاء ذكره في المواصفات.

- يجب عدم ثني الركبتين نهائيا أثناء الأداء.

التسجيل: يسجل للمختبر عدد اللمسات التي أحدثها على العلامتين خلال (٣٠ثا).



شكل (٢)

اختبار المرونة الديناميكية

الاختبار الثالث : ركض مع تغيير الاتجاه (٩-٣-٦-٣-٩) متر.

الغرض من الاختبار: قياس الرشاقة.

الأدوات: ملعب كرة طائرة قانوني بدون شبكة، ساعة توقيت الكترونية.

مواصفات الأداء: يقف المختبر خلف خط البداية للملعب، وعند سماع إشارة البدء يقوم بالجري في اتجاه مستقيم ليلمس خط المنتصف (9m) باليد اليمنى، ثم يستدير ليجري تجاه خط إل (3m) الموجود في النصف الذي بدا منه الجري ليلمسه باليد اليمنى (3m)، ثم يستدير ليجري تجاه خط إل (3m) الموجود في النصف الثاني من الملعب (6m) حيث يلمسه باليد اليمنى أيضا، ثم يستدير ليتجه الى خط المنتصف (3m) ليلمسه باليد اليمنى، ثم يستدير ليجري تجاه خط النهاية (9m) ليتجاوزه بكلتا القدمين .

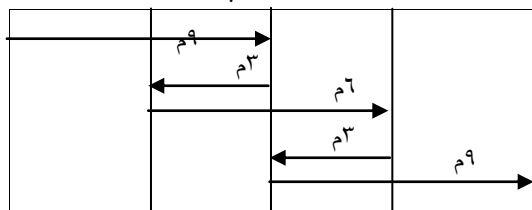
الشروط: ١- يجب إتباع خط سير كما موضح في الشرح.

٢- إذا أخطأ اللاعب في خط السير يعاد الاختبار بعد حصوله على الراحة الكافية.

٣- يجب لمس الخطوط في كل مرة باليد اليمنى.

التسجيل: يسجل للمختبر الزمن الذي قطع فيه المسافة المحددة وفقا لخط السير المحدد ابتداء من إعلان البدء حتى تجاوزه لخط النهاية.

خط منتصف الملعب



شكل (٣)

اختبار ركض مع تغيير الاتجاه (٩-٣-٦-٣-٩)

الاختبار الرابع: دقة التمرير على الدوائر المتداخلة.

الهدف من الاختبار: قياس دقة التمرير باليدين.

الأدوات: خمس كرات طائرة. حائط إمامه ارض مستوية، يرسم على الحائط ثلاث دوائر متداخلة إبعادها. الحد السفلي للدائرة الكبيرة يرتفع عن الأرض بمقدار (180cm) . يرسم خط على الأرض يبعد عن الحائط بمقدار (2m) .

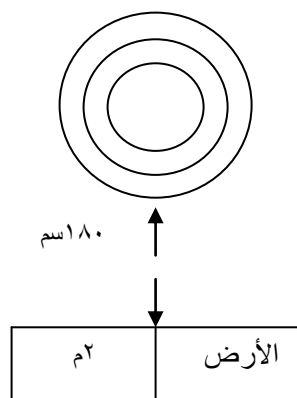
مواصفات الأداء: يقف المختبر خلف الخط، ثم يقوم بتمرير الكرة بشكل متتالي على الدوائر محاولاً إصابة الدائرة الصغرى.

التسجيل: ١- إذا كان تمرير الكرة في الدائرة الصغيرة (داخل الدائرة أو على الخطوط المحددة لها) يحسب للمختبر ثلاث درجات .

٢- إذا كان تمرير الكرة في الدائرة المتوسطة (داخل الدائرة أو على الخطوط المحددة لها) يحسب للمختبر درجتان .

٣- إذا كان تمرير الكرة في الدائرة الكبيرة (داخل الدائرة أو على الخطوط المحددة لها) يحسب للمختبر درجة واحدة .

٤- إذا جاءت الكرة خارج الدوائر الثلاث يحسب للمختبر صفر.



شكل (٤)

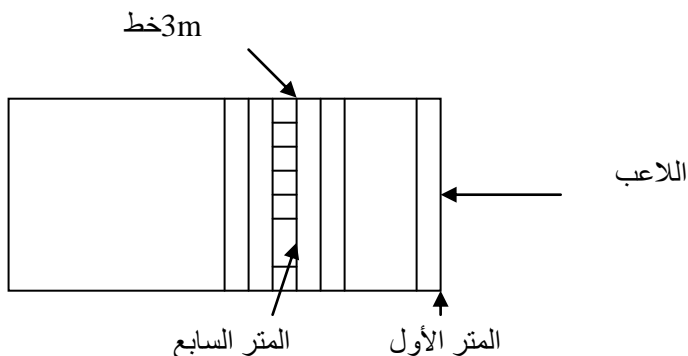
اختبار دقة التمرير على الدوائر المتداخلة

الاختبار الخامس: اختبار الإدراك الحس حركي بمسافة رمي كرة التمرير من الأسفل .
الغرض من الاختبار: قياس القدرة على الإدراك الحس حركي بمسافة رمي كرة التمرير من الأسفل.

الأدوات: ملعب كرة طائرة مع شبكة قانونية، كرة طائرة، عصابة للعينين.
مواصفات الأداء: يقف المختبر عند المتر الأول من الملعب يمك الكرة بيديه الاثنتين بوضعية التمرير من الأسفل ويترك المختبر لتقدير المسافة بالنظر إلى المكان المحدد رمي الكرة نحوه بعدها يتم تعصيب العين بقطعة من القماش أو أي مادة غير نافذة للرؤية ويترك في هذا الوضع لمدة (١٠ ثا)، بعدها يقوم برمي الكرة إلى المنطقة المحددة وهي في المتر السابع من ملعبه وكما هو مبين في الشكل (١).
الشروط: لكل مختبر ثلاث محاولات.

التسجيل: ١- تعطى درجة (صفر) للمختبر عند سقوط الكرة في المنطقة المحددة.
٢-زيادة درجة واحدة لكل متر زيادة أو نقصان عن المنطقة المحددة، أي إن كل متر زيادة أو نقصان يعطي درجة بحيث يصبح ترتيب الدرجات ٠،١،٢،٣ بعد المنطقة المحددة في الأمتار ٨،٩ ويعطى الترتيب قبل المنطقة المحددة وحسب قربها من المنطقة (١،٢) في الأمتار (٦،٥) على التوالي.

٣-درجة المختبر النهائية هي مجموع درجات المحاولات الثلاثة.
ملاحظة: ١- يمكن أداء الاختبار من أي موقع من المتر الأول ويرمي الكرة إلى أي موقع كان في المتر السابع.
٢- كلما قلت المسافة كان ذلك دلالة على جودة الإدراك الحس حركي بمسافة التمرير.



شكل (١)

اختبار الإدراك الحس حركي

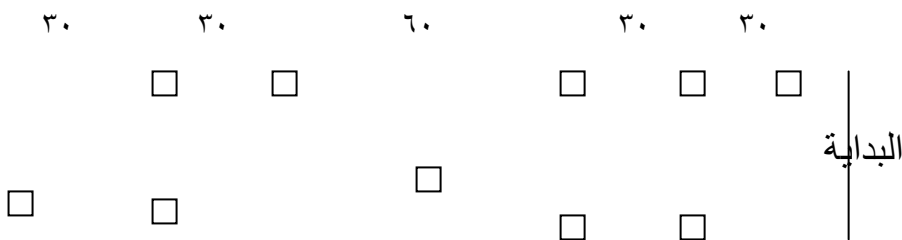
الاختبار السادس: الانتقال فوق العلامات (التوازن).

الغرض من الاختبار: قياس القدرة على القفز بدقة مع الاحتفاظ بالتوازن أثناء الحركة وبعدها

الأدوات: ساعة إيقاف، شريط قياس، عشرة علامة توضع كما هو موضح في الشكل (٢) والمقاييس على الرسم.

مواصفات الأداء: يقف المختبر على العلامة الأولى بالقدم اليمنى . ثم يقفز للوقوف على العلامة رقم (٢) بمشط القدم اليسرى ويحاول الثبات في هذا الوضع أطول مدة ممكنة بحد أقصى خمس ثوان، ثم يقوم بالوثب إلى العلامة رقم (٣) ليقف عليها على مشط القدم اليمنى ويثبت اكبر وقت ممكن بحد أقصى (٥) ثوان، وهكذا إلى أن يصل إلى العلامة العاشرة مستخدماً نفس الأسلوب مع ملاحظة تغيير قدم الهبوط في كل وثبة، وأن يكون الارتكاز على مشط القدم في كل مرة.

التسجيل: يسجل للمختبر (١٠) درجات عن كل محاولة وثب، خمس منها عندما يتم الوثب بصورة سليمة، إذ يتطلب ذلك إن يهبط على مشط القدم بحيث يغطي العلامة الموجودة على الأرض تماماً، إما الخمس درجات الأخرى فتسجل للمختبر عن كل ثانية يستطيع إن يثبت فيها بعد الهبوط. وبهذه الصورة تصبح الدرجة الكلية للاختبار هي (١٠٠) درجة.



شكل (٢)

اختبار الانتقال فوق العلامات

الاختبار السابع: اختبار الإعداد نحو الشبكة.

الغرض من الاختبار: قياس دقة الإعداد نحو الشبكة.

الأدوات: ملعب كرة طائرة قانوني، كرة طائرة قانونية، قائمان وحبل، منطقة الهدف تمثل بمستطيل مساحته (١٨٠ سم × ١٢٠ سم)، يرسم في المنطقة الخلفية مربع مساحته (١٥٠ سم × ١٥٠ سم)، مكان الإعداد عبارة عن مستطيل في الجانب مساحته (١٨٠ سم × ١٥٠ سم). يشد على القائمين حبل مواز للشبكة وعلى بعد (١٢٠ سم) منها وعلى ارتفاع (٣ متر) للبينين، و(٢.٧٠) للبنات، الحبل أعلى خط الهجوم كما هو موضح في الشكل (٣).

مواصفات الأداء: يقف اللاعب المختبر في مكان الأعداد (المستطيل الذي مساحته ١٨٠ × ١٥٠ سم) ويقف المدرب في المربع الخلفي (الذي مساحته ١٥٠ × ١٥٠ سم)، يقوم المدرب بتمرير الكرة إلى اللاعب في مستطيل الإعداد، على أن يكون اللاعب متخذاً وضع الاستعداد، إذ يقوم بتمرير الكرة مباشرة تجاه منطقة الهدف (المستطيل الذي مساحته ١٨٠ × ١٢٠ سم) على أن يكون التمرير من فوق الحبل لتسقط الكرة داخل منطقة الهدف.

الشروط:

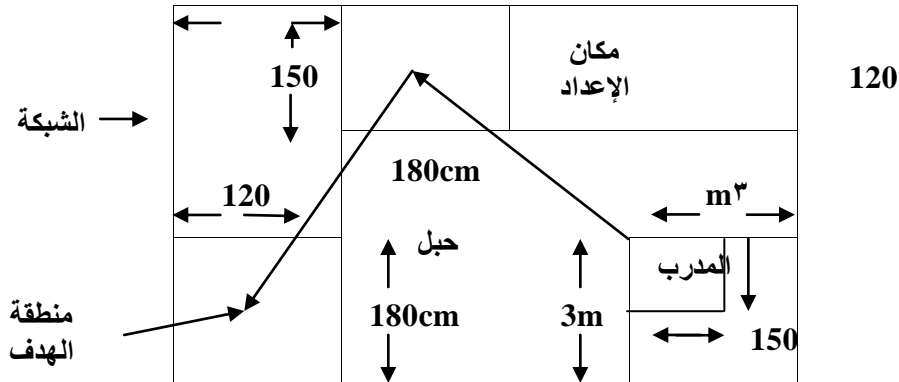
١- يجب أن يقوم المدرب بتمرير الكرة إلى لاعب الأعداد وفي منطقة الأعداد، فإذا لم يتم هذا بصورة سليمة تعاد المحاولة.

٢- للاعب عشر محاولات على الجانب الأيمن ومثلها على الجانب الأيسر.

٣- لأتسب نقطة للمحاولة التي تلامس فيها الكرة الحبل أو الشبكة، أو تسقط خارج منطقة الهدف، ولكنها تحسب ضمن المحاولات المسموح بها للاعب.

التسجيل: تحسب نقطة لكل محاولة صحيحة تمر فيها الكرة فوق الحبل وتسقط داخل الهدف (الخطوط داخل مقاييس منطقة الهدف)، الدرجة العظمى لهذا الاختبار هي (٢٠) نقطة.

قائمان



شكل (٣)

اختبار دقة الإعداد نحو الشبكة

الاختبار الثامن: اختبار دقة الاستقبال من الإرسال.

الغرض من الاختبار: قياس دقة الاستقبال من الإرسال.

الأدوات: ملعب كرة طائرة، صندوق خشبي، كرات طائرة.

مواصفات الأداء: يوضع الصندوق في مكان اللاعب المعد، بحيث يؤدي المختبر خمس محاولات من كل مركز من المراكز الثلاثة الخلفية (مركز ١، مركز ٦، مركز ٥)، هذا وعلى المدرس إن يقوم بالإرسال من المنطقة المخصصة للإرسال في نصف الملعب الأخر. وكما هو موضح في الشكل (٤).

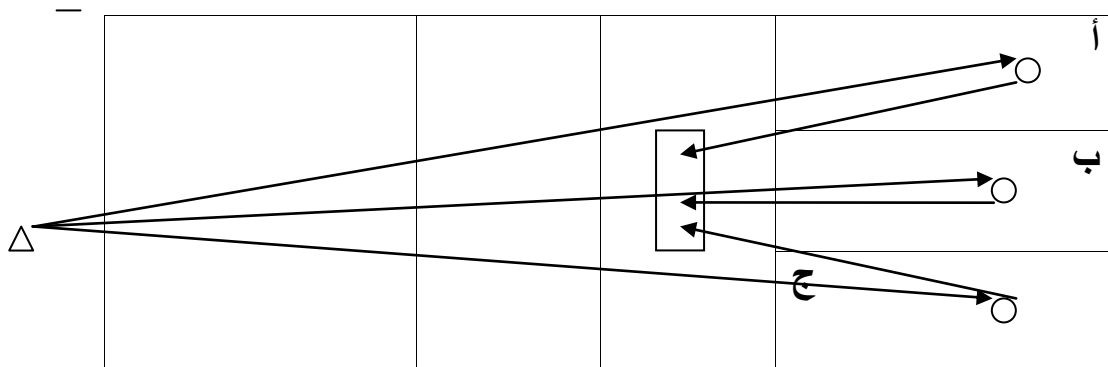
الشروط: لأتسب محاولة المختبر إذا كان واقفا خارج الموضع المحدد له.

التسجيل: (٤) نقاط لكل تمريره صحيحة تسقط فيها الكرة على الصندوق.

(٣) نقاط لكل تمريره صحيحة تسقط فيها الكرة بحيث تمس حدود

الصندوق.

نقطة واحدة لكل تمريره تسقط فيها الكرة داخل حدود منطقتيه (٣) متر.



شكل (٤)

اختبار دقة الاستقبال من الإرسال