

بعض القدرات البدنية والإدراكية وعلاقتها بدقة أداء الضرب الساحق بالكرة الطائرة للناشئين

م.د. أحمد حسن صابر الكعبي

الكلية التربوية المفتوحة/ وزارة التربية

Some physical and cognitive abilities and their relation to the accuracy of the beating performance of the volleyball of young people

Lec. Dr. Ahmed Hassan Saber Al Kaabi

Open Educational College\ Ministry of Education

Mnb1234595@gmail.com

Abstract:

The objective of the research is to identify the nature of some physical and cognitive abilities and the accuracy of the performance of the volleyball volleyball, as well as the nature of the relationship between some physical and cognitive abilities and the accuracy of the performance of volleyball. (2017- 2018), with 26 players out of 40 players, The researcher conducted the process of homogeneity among the members of the research sample, after which the tests were selected for the physical and cognitive abilities and the accuracy of the performance of the overwhelming beating. After the implementation of the main experimental procedures and obtaining the results were processed by the appropriate statistical means, Players) with a good amount of physical and cognitive abilities, as well as the achievement of members of the research sample (young players) a good amount in the accuracy of the performance of overwhelming volleyball, On the basis of these conclusions, the researcher recommended several recommendations, the most important of which is the need to emphasize volleyball trainers to increase attention to the mental aspects, especially the cognitive abilities of the players emerging during the training modules because of their direct link to the accuracy of the performance of overwhelming volleyball, as well as the need to develop physical capabilities associated with the performance of offensive skills Including overwhelming beatings, especially the explosive ability of both men and arms.

key words: Abilities, physical, cognitive, precision, overwhelming beating

المخلص:

يهدف البحث إلى التعرف على طبيعة بعض القدرات البدنية والإدراكية ودقة أداء الضرب الساحق بالكرة الطائرة للناشئين، فضلاً عن التعرف على طبيعة العلاقة بين بعض القدرات البدنية والإدراكية ودقة أداء الضرب بالكرة الطائرة، وتم اتباع المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي والعلاقات الارتباطية، على عينة من ناشئي أندية المنطقة الجنوبية بالكرة الطائرة للموسم الرياضي (2017-2018)، البالغ عددهم (26) لاعباً من أصل (40) لاعباً، وقد قام الباحث بإجراء عملية التجانس بين أفراد عينة البحث، بعدها تم اختيار الاختبارات الخاصة بالقدرات البدنية والإدراكية ودقة أداء الضرب الساحق، ويعد تنفيذ إجراءات التجربة الرئيسة والحصول على النتائج تم معالجتها بالوسائل الإحصائية المناسبة، تم التوصل إلى استنتاجات عدة أهمها، تمتع أفراد عينة البحث (اللاعبين الناشئين) بمقادير جيدة من القدرات البدنية والإدراكية، فضلاً عن تحقيق أفراد عينة البحث (اللاعبين الناشئين) مقدار جيد في دقة أداء الضرب الساحق بالكرة الطائرة، وعلى أساس هذه الاستنتاجات أوصى الباحث بعدة توصيات من أهمها ضرورة التأكيد على مدربي الكرة الطائرة بزيادة الاهتمام بالجوانب العقلية لاسيما القدرات الإدراكية لدى اللاعبين الناشئين في أثناء الوحدات التدريبية وذلك لارتباطها المباشر بدقة أداء الضرب الساحق بالكرة الطائرة، فضلاً عن ضرورة تطوير القدرات البدنية المرتبطة بأداء المهارات الهجومية ومنها الضرب الساحق ولاسيما القدرة الانفجارية للرجلين والذراعين.

الكلمات المفتاحية: القدرات، البدنية، الإدراكية، الدقة، الضرب الساحق

1- المقدمة:

لعبة الكرة الطائرة من الألعاب الرياضية التي لها متطلباتها الخاصة من القدرات البدنية والإدراكية والمهارية، والتي تؤدي دوراً مهماً وكبيراً لأداء جميع مهاراتها وإجادتها، إذ يرتبط مقدار وحجم هذه القدرات بحسب نوع المهارة الحركية، إذ تتميز لعبة الكرة الطائرة بالمواقف المتغيرة السريعة والمفاجئة والتنوع في الأداء الحركي لمهاراتها المختلفة، التي تتطلب مستوى عال من الدقة في الأداء، وهناك ارتباط وثيق ما بين القدرات البدنية والإدراكية المهارية في هذه اللعبة، وأصبح من الضروري الاهتمام بهذه القدرات المؤثرة في نجاح أداء المهارات الأساسية بالكرة الطائرة، لذلك يعمل المدربون على تطوير هذه القدرات بالإضافة إلى مهارات اللعب الأساسية.

وتعد القدرات البدنية الخاصة مطلب أساسي لكل مهارة من مهارات الكرة الطائرة ولكنها تختلف من مهارة إلى الأخرى على وفق طبيعة أداء ومتطلبات كل مهارة وهذه المتطلبات يلزم توافرها لدى لاعبو هذه اللعبة حتى يمكنهم التقدم في التدريب واللعب والوصول إلى مستويات جيدة في مهاراتها، ومن هذه المهارات مهارة الضرب الساق لما لها من خصوصية في الأداء المهاري الذي يتضمن الوثب والقفز وغيرها من الجوانب الفنية والمهارية، لذا فإن هذه المهارة تحتاج إلى قدرات بدنية ومنها القدرة الانفجارية للرجلين والذراعين اللتان تعدان من القدرات المهمة، إذ ينتج توافرها رد فعل جيد في دقة أداء مهارة الضرب الساق، فضلاً عن إن مستوى القدرات البدنية كلما كان عالياً، كلما أثر ذلك في دقة مهارة الضرب الساق، إذ لا يتمكن اللاعب من مجازة متطلبات دقة أداء هذه المهارة، لذا وعلى هذا الأساس تتطلب عملية التدريب على هذه المهارة وأدائها في أثناء اللعب توافر هاتين القدرتين المهمتين، ليتمكن اللاعب من أداء هذه المهارة بدقة جيدة.

وتمثل القدرات الإدراكية عاملاً مهماً من جوانب تطوير الأداء المهاري في أية لعبة من الألعاب الرياضية، وتمثل أهمية خاصة للاعب لارتباطها وعلاقتها بالجوانب المختلفة للأداء المهاري، وللقدرات الإدراكية أهمية كبيرة وواضحة في لعبة الكرة الطائرة، ولاسيما مهارة الضرب الساق وتكمن هذه الأهمية في التنفيذ الجيد لهذه المهارة المعقدة التي تحتاج إلى نوعية خاصة من القوة، فعندما تؤدي حركة الارتقاء وضرب الكرة، فإن ذلك يستدعي أن تكون هذه القدرات حاضرة في وقت الأداء المهاري، وتظهر الحاجة إلى هذه القدرات للتمييز بين أماكن ضرب الكرة البعيدة والقريبة، والقدرة على التمييز في وضع الجسم في المكان الذي يتناسب والأداء المهاري الجيد.

وتعد مهارة الضرب الساق أحد أهم المهارات الهجومية الأساسية في الكرة الطائرة فضلاً عن إنها أكثر مهارات الهجوم شيوعاً في المباريات، إذ يمكن أدائها من مراكز لعب مختلفة من الخط الأمامي والخلفي داخل الملعب، إلا إنها تصبح دون فائدة إن لم تتميز بدقة الأداء، لا سيما وإنها من المهارات الهجومية المفتوحة التي تحتاج إلى مقومات خاصة لنجاح أدائها، بناءً على ما سبق يمكن القول إن كل لاعب يحتفظ ببرنامجه حركي لمعظم المهارات وإن التكرار والتدريب على تلك المهارة سوف يشذب هذا البرنامج ويعطيه آلية دقيقة في التنفيذ وهذا بدوره يؤثر في دقة الأداء، إذ ترتبط عملية أداء هذه المهارة بالقدرات الإدراكية والبدنية ارتباطاً وثيقاً، وكلما زادت الممارسة والتكرار في أداء المهارة زاد مستوى هذه القدرات.

من خلال ما تقدم تكمن أهمية البحث الحالي في الوقوف على طبيعة بعض القدرات البدنية والإدراكية التي قد يتمتع بها اللاعبون الناشئون بالكرة الطائرة، ومقدار ما يتمتع به من دقة أداء الضرب الساق المواجه بالكرة الطائرة، لكي يتمكن المدرب من تخصيص تدريبات كافية في تطوير بعض القدرات البدنية والإدراكية والمهارية، فضلاً عن ذلك يتطلب من مدرب هذه اللعبة الوحدات التدريبية المختلفة بالشكل الذي يتجاوز فيه حالات الضعف التي قد يمر فيها اللاعبون الناشئين في هذه المهارة والقدرات المرتبطة بها.

1- 2 مشكلة البحث: من خلال متابعة الباحث واهتمامه بلعبة الكرة الطائرة وملاحظته لبعض الوحدات التدريبية والمباريات لفئة الناشئين بالكرة الطائرة لاحظ وجود ضعف في دقة أداء مهارة الضرب الساق على الرغم من أهمية هذه المهارة وتأثيرها المباشر في نتائج المباريات، إذ أن بعض من المدربين يركزون في تدريباتهم على القدرات البدنية والأداء المهاري من دون الأخذ بنظر الاعتبار أهمية القدرات الإدراكية وعلاقتها بدقة أداء هذه المهارة التي يؤديها اللاعب في الملعب، مما حدا بالباحث إلى دراسة هذه المشكلة من خلال معرفة العلاقة الارتباطية بين بعض القدرات البدنية والإدراكية ودقة أداء الضرب الساق بالكرة الطائرة

1- 3 أهداف البحث:

- 1- التعرف على قيم بعض القدرات البدنية والإدراكية ودقة أداء الضرب الساحق بالكرة الطائرة للناشئين.
- 2- التعرف على طبيعة العلاقة بين بعض القدرات البدنية والإدراكية وبين دقة أداء الضرب الساحق بالكرة الطائرة للناشئين.

1- 4 فرضية البحث:

- 1- توجد علاقة ارتباط معنوية بين بعض القدرات البدنية والإدراكية وبين دقة أداء الضرب الساحق بالكرة الطائرة للناشئين.

1- 5 مجالات البحث:

- 1- 5- 1 **المجال البشري:** ناشئو الكرة الطائرة في بعض أندية المنطقة الجنوبية المشاركون في دوري القطر لأندية (المنطقة الجنوبية).

1- 5- 2 **المجال الزمني:** المدة من 2018/8/1 ولغاية 2018./10/25

- 1- 5- 3 **المجال المكاني:** قاعة الشهيد وسام عريبي الرياضية المغلقة في محافظة ميسان.

1- 6 تحديد المصطلحات:

- 1- **القدرات الإدراكية:** هي " القدرة على الإحساس بأوضاع الجسم إحساساً غير بصري سواء في حالة الحركة أو السكون". (وسن جاسم، 2007).

- 2- **إجراءات البحث:** استعمل الباحث المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية لملائمته طبيعة مشكلة البحث.

- 2- 1 **عينة البحث:** تحدد مجتمع البحث باللاعبين الناشئين بالكرة الطائرة يمثلون أندية المنطقة الجنوبية والذين تتراوح أعمارهم بين

(14- 16) سنة وبالبالغ عددهم (48) لاعباً، أما عينة البحث فتمثلت بلاعبي نادي ميسان الرياضي والبالغ عددهم (12) لاعباً

تم اختيارها بصورة عشوائية من مجتمع البحث، وبهذا تكون النسبة المئوية لعينة البحث هي (25%)، وتم إجراء التجانس في

متغيرات الطول وكتلة الجسم العمر الزمني والعمر التدريبي لأفراد عينة البحث، وكما هو مبين في الجدول (1).

الجدول (1) يبين تجانس عينة البحث في متغيرات الطول وكتلة الجسم العمر الزمني والعمر التدريبي لأفراد العينة

ت	المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النوال	معامل الالتواء
1	الطول/سم	176.92	2.67	175	0.72
2	كتلة الجسم/كغم	69.21	3.59	68	0.34
3	العمر الزمني/ سنة	14.41	0.82	15	0.72-
4	العمر التدريبي/ سنة	2.89	0.91	2	0.98

- 2- 2 **اختبارات البحث:** تم اعتماد الاختبارات الآتية: (سنة الشهلي، 1990)، (عمر حسن حنفي، 1990).

- أولاً: اختبارات بعض القدرات الإدراكية: وشملت الآتي:

1- الاحساس بمسافة الوثب الأفقي:

- الهدف من الاختبار: قياس القدرة على الاحساس بمسافة الوثب الأفقي (إلى الأمام).

- الأدوات المستعملة: شريط قياس، وقطعة قماش لعصب العينين، ساعة توقيت.

- مواصفات الاختبار: يرسم على الأرض خطان متوازيان المسافة بينهما (58.5) سم يخصص أحدهما للبدء (خط البداية) والآخر

كهدف (خط الهدف)، ويقف المختبر خلف خط البدء مواجهاً لخط الهدف بحيث تكون قدماه خلف خط البدء مباشرة، ويترك المختبر

لتقدير بعد مسافة خط الهدف عنه ثم تعصب عيناه ويترك في هذا الوضع لمدة خمس ثواني، ثم يقوم المختبر بالوثب بالقدمين معاً

من خط البدء إلى الأمام لمحاولة الوصول إلى خط الهدف بحيث يلامس الخط الثاني.

- طريقة التسجيل: لكل مختبر محاولتين، تجمع المحاولتين وتقسّم على (2).

2- اختبار الاحساس برمي الكرة.

- الهدف من الاختبار: قياس القدرة على الاحساس بالفراغ الأفقي في حركات الرمي.

- الأدوات المستعملة: كرة تنس صغيرة، قطعة قماش لعصب العين، شريط قياس.
- مواصفات الاختبار: يرسم خطان المسافة بينهما (5.122) سم ويقوم المختبر برمي الكرة بكلتا اليدين من خلف خط الرمي وتكون عيناه معصوبتين بعد اعطاءه فرصة لتقدير المسافة بالنظر.
- طريقة التسجيل: يتم تسجيل المسافة بين مكان سقوط الكرة والخط الثاني، ويعطى المختبر ثلاث محاولات ويحسب له مجموعها ويقسم على (3).
- 3- اختبار الاحساس بفراغ الخط الرأسي.**
- الهدف من الاختبار: القدرة على الاحساس الحركي للذراعين في حركات رأسية.
- الأدوات المستعملة: كرة تنس، مسطرة، قطعة قماش لعصب العينين، شريط قياس.
- مواصفات الاختبار: يرسم خطان المسافة بينهما (122,5) سم ويقوم المختبر برمي الكرة بكلتا اليدين من خلف خط الرمي وتكون عيناه معصوبتين بعد اعطاءه فرصة لتقدير المسافة بالنظر.
- طريقة التسجيل: يتم تسجيل المسافة بين مكان سقوط الكرة والخط الثاني، ويعطى المختبر ثلاث محاولات ويحسب له مجموعها ويقسم على (3).
- 4- اختبار الاحساس بالفراغ الخطي الرأسي.**
- الهدف من الاختبار: قياس القدرة على الاحساس بمسافة الوثب العمودي.
- الأدوات المستعملة: حائط مدرج بارتفاع مناسب، قطعة طباشير، قطعة قماش لعصب العينين
- مواصفات الاختبار: يقوم المختبر برفع الذراع الضاربة على كامل امتدادها لعمل علامة بالأصابع على الحائط ويجب ملاحظة عدم رفع الكعبين من على الارض ويسجل الرقم الذي تم وضع العلامة امامه، ومن وضع الوقوف يمرحج المختبر الذراعين أماماً عالياً ثم أماماً أسفل خلفاً مع ثني الركبتين نصفاً ثم مرجحتها أماماً عالياً مع فرد الركبتين للوثب العمودي إلى أقصى مسافة يستطيع الوصول إليها لعمل العلامة الثانية بأصابع اليد الضاربة وهي على كامل امتدادها.
- طريقة التسجيل: يتم حساب المسافة بين العلامة الأولى والعلامة الثانية فلنفرض ان قراءة العلامة الأولى كانت (220) سم وقراءة العلامة الثانية كانت (260) سم هذا يعني إن المختبر قد قفز (40) سم وهذا يعبر عن مقدار ما يتمتع به المختبر من القدرة العضلية مقاساً بالسنتيمتر.
- يعطى المختبر محاولتين وتسجل له أفضلهما، ويطلب من المختبر أن يقفز (50%) من قدرته العضلية (أي يلامس العلامة التي تشير إلى (240 سم) وهي معصوب العينين بعد اعطاءه فرصة لتقدير المسافة بالنظر، ويعطى المختبر محاولتين ويسجل له مجموعهما، تجمع المحاولتين وتقسم على (2).
- 5- الاحساس بالفراغ الخطي الأفقي.**
- الهدف من الاختبار: قياس القدرة على الاحساس بالحركة الأفقية للذراعين.
- الأدوات المستعملة: مسطرة، قطعة قماش لعصب العينين.
- مواصفات الاختبار: توضع المسطرة بوضع أفقي على الحائط بحيث يكون طرفها السفلي على ارتفاع من الأرض يوازي مستوى النظر للمختبر وهي في وضع الجلوس على المقعد توضع علامة معينه على المسطرة، ثم يجلس المختبر على المقعد موازياً للحائط ويترك فرصة لتقدير نقطة العلامة المرسومة على المسطرة ثم تعصب العينين، ويطلب من المختبر أن تشير بسبابتها اليمنى إلى العلامة المحدد على المسطرة أي محاولة وضع السبابة على العلامة مباشرة على أن يتم ذلك من دون تدريب سابق
- طريقة التسجيل: يتم تسجيل المسافة للمختبر بين مكان ملاسة سبابتها للمسطرة والعلامة المرسومة على المسطرة إلى أقرب ربع بوصة، وتمنح للمختبر ثلاثة محاولات ويسجل لها مجموعها.

ثانياً: القدرات البدنية: وشملت الآتي: (محمد صبحي حسنين، 1997).

1- اختبار القدرة الانفجارية للرجلين.

- الهدف من الاختبار: قياس القدرة الانفجارية للرجلين

- الأدوات المستعملة: حائط مدرج وبارتفاع مناسب، طباشير.

- مواصفات الاختبار: يقف المختبر بحيث يواجه الجدار بأحد كتفيه بعد غمس يده في الطباشير، ثم يقوم المختبر برفع ذراعه على

كامل امتدادها لعمل علامه على الجدار عند اقصى نقطه تصل إليها يده ويجب ملاحظة عدم رفع الكعبين من على الأرض

ويسجل الرقم الذي تم وضع العلامة أمامه بعد ذلك يخفض يده، من وضع الوقوف يمرجح المختبر الذراعين أماماً عالياً مع فرد

الركبتين للوثب العمودي إلى أقصى مسافة يستطيع الوصول إليها لعمل علامه أخرى بأصابع اليد.

- طريقة التسجيل: يعطى المختبر محاولتين تسجل له افضلهما، وتقاس المسافة الواقعة بين العلامة الأولى والثانية والتي تعبر عن

مقدار القوة العضلية التي يتمتع بها المختبر مقاسه بالسنتيمتر.

2- اختبار رمي الكرة الطبية (3) كغم.

- الهدف من الاختبار: قياس القدرة الانفجارية للذراعين.

- الأدوات المستعملة: كرة طبية زنة (3)كغم، شريط قياس، حزام لتثبيت المختبر على الكرسي.

- مواصفات الاختبار: يجلس المختبر على الكرسي ويثبت بوساطة حزام من وسط الجسم لكي يمنع حركة الجذع والظهر واشتراكهما

في الأداء، ومن وضع الجلوس يقوم المختبر بأداء ثلاثة محاولات لرمي الكرة إلى أبعد مسافة ممكنة.

- طريقة التسجيل: تحسب افضل المحاولات الثلاث ويكون القياس بالمتر وأجزاءه.

ثالثاً: اختبار دقة أداء الضرب الساحق. (ناهدة عبد زيد الدليمي (واخرون)، 2011).

- الهدف من الاختبار: قياس دقة الضرب الساحق المواجه.

- الأدوات المستعملة: ملعب الكرة الطائرة القانوني، كرات طائرة عدد(5)، شريط لاصق ملون لتقسيم الملعب المقابل للمختبر إلى

مثلثين متساويين ثم يقسم المثلث الداخلي على ثلاث مناطق، قياس كل منطقة منها (3) أمتار.

- مواصفات الأداء: يقوم المختبر بأداء الضرب الساحق المستقيم نحو المثلث الداخلي لجهة الشبكة.

- طريقة التسجيل: لكل مختبر خمس محاولات متتالية، وتحسب الدرجات على وفق مكان سقوط الكرة وما يأتي:

1- المنطقة (A) (3) درجات.

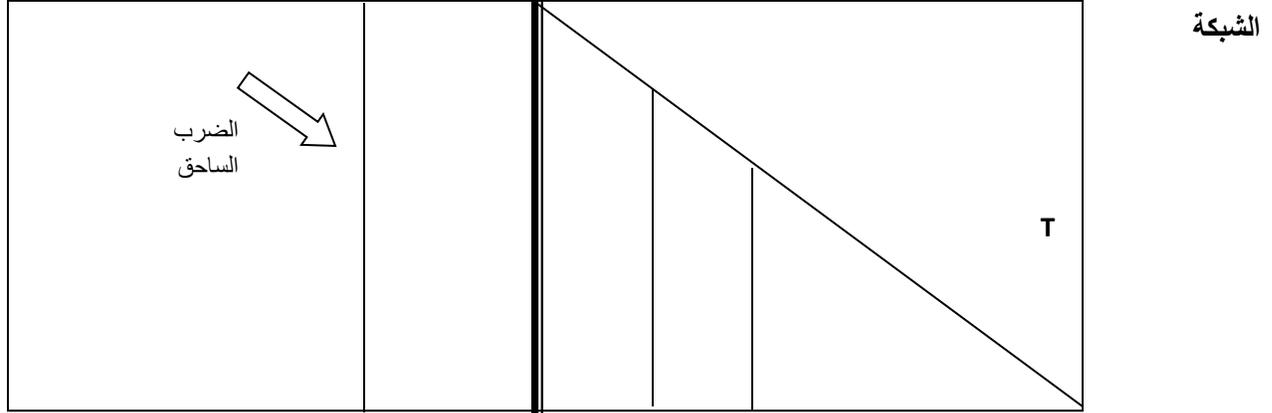
2- المنطقة (B) (1) درجة.

3- المنطقة (C) (5) درجات.

4- خارج هذه المناطق يحصل المختبر على (صفر).

5- يسجل للطالب المختبر الدرجات التي حصل عليها في المحاولات الخمس أي إن الدرجة النهائية لهذا الاختبار هي (25) درجة،

وكما هو موضح في الشكل(1).



الشكل (5) يوضح اختبار دقة مهارة الضرب الساحق بالكرة الطائرة

الشكل (1) يوضح اختبار دقة مهارة الضرب الساحق بالكرة الطائرة

2- 3 طريقة إجراء البحث:

2- 3- 1 التجربة الاستطلاعية: أجريت التجربة الاستطلاعية على عينة قوامها (10) لاعبين ناشئين من مجتمع البحث المتجانس وخارج عينة البحث الرئيسية، وتم تطبيق الاختبارات الموضوعية وذلك في الساعة الثالثة عصراً بتاريخ 2018/8/15 في قاعة الشهيد وسام عريبي الرياضية المغلقة في محافظة ميسان، وكان الهدف من هذه التجربة هو:

1- التأكد من صلاحية الأدوات المستعملة في الاختبارات.

2- التعرف من ملاءمة الاختبارات لعينة البحث.

3- التعرف على الوقت المستغرق لتنفيذ كل الاختبارات.

4- تحديد الصعوبات التي قد تواجه الباحثان في أثناء إجراء التجربة الرئيسية.

5- إيجاد الأسس العلمية للاختبارات.

2- 3- 2 الأسس العلمية للاختبارات:

1- صدق الاختبارات: استعمل الباحث الصدق الظاهري وذلك بعرض الاختبارات (الملحق (1))، على مجموعة من السادة الخبراء والمختصين (الملحق (2))، وبعد فرز الاستمارات تم حساب نسبة الاتفاق التي ظهرت بنسب موافقة (100%)، كما هو مبين في الجدول (2).

2- ثبات الاختبارات: استعمل الباحث طريقة الاختبار وإعادة الاختبار على عينة من مجتمع البحث وبعدها (10) لاعبين يمثلون فريق نادي الكحلان الرياضي وقد أجريت الاختبارات للمرة الأولى في الساعة الثالثة عصراً بتاريخ 2018/8/15، وتم إعادة تطبيق الاختبارات بعد مرور سبعة أيام، أي بتاريخ 2018/8/22 في قاعة الشهيد وسام عريبي الرياضية المغلقة في محافظة ميسان، وكما هو مبين في الجدول (2).

3- موضوعية الاختبارات: إن جميع الاختبارات ذات موضوعية عالية كون تعليماتها واضحة وصريحة وغير قابلة للتأويل، كما هو مبين في الجدول (2).

الجدول (2) يبين قيم الاسس العلمية للاختبارات (صدق وثبات وموضوعية)

ت	الاختبارات	وحدة القياس	الصدق	الثبات
1	الاحساس بالوثب الافقي	سم	100 %	0.92
2	الاحساس برمي الكرة	سم	100 %	0.91
3	الاحساس بالقفز العمودي	سم	100 %	0.92
4	الاحساس بالفراغ الخطي الراسي	سم	100 %	0.93
5	الاحساس بالفراغ الخطي الأفقي	سم	100 %	0.92
6	القدرة الانفجارية للذراعين	م	100 %	0.95
7	القدرة الانفجارية للرجلين	سم	100 %	0.94
8	دقة أداء الضرب الساحق	درجة	100 %	0.95

2- 4 التجربة الرئيسية: نفذت الاختبارات على عينة البحث الرئيسة البالغ عددها (12) لاعباً للمدة 5- 11/ 2018/9 في الساعة الثالثة عصراً في قاعة الشهيد وسام عريبي الرياضية المغلقة للألعاب في محافظة ميسان.

2- 5 الوسائل الإحصائية: استعان الباحث بالوسائل الإحصائية الآتية: (وديع ياسين ومحمد حسن، 1999).

1- النسبة المئوية. 2- الوسط الحسابي. 3 - الانحراف المعياري. 4- معامل الارتباط البسيط (بيرسون).

3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

3- 1 عرض نتائج بعض القدرات البدنية والإدراكية ودقة أداء الضرب الساحق بالكرة الطائرة وتحليلها ومناقشتها:

3- 1 عرض نتائج بعض الاختبارات الإدراكية والبدنية ودقة أداء الضرب الساحق بالكرة الطائرة وتحليلها ومناقشتها:

الجدول (3) يبين قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لاختبارات بعض القدرات البدنية والإدراكية ودقة أداء الضرب الساحق

بالكرة الطائرة لأفراد عينة البحث

ت	الاختبارات الإدراكية والبدنية والمهارية	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري
1	الاحساس بالوثب الافقي	سم	3.45	0.31
2	الاحساس برمي الكرة	سم	5.20	0.76
3	الاحساس بالقفز العمودي	سم	4.11	0.41
4	الاحساس بالفراغ الخطي الراسي	سم	2.98	0.23
5	الاحساس بالفراغ الخطي الأفقي	سم	3.06	0.88
6	القدرة الانفجارية للذراعين	م	4.94	0.84
7	القدرة الانفجارية للرجلين	سم	39.11	2.98
8	دقة أداء الضرب الساحق	درجة	20.91	1.44

يبين الجدول (3) قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لاختبارات بعض القدرات البدنية والإدراكية ودقة أداء الضرب

الساحق بالكرة الطائرة لأفراد عينة البحث، إذ نجد تمتع أفراد عينة البحث بمقادير جيدة في هذه القدرات، فضلاً عن دقة أداء الضرب

الساحق المواجه بالكرة الطائرة، ويعزو الباحث أسباب هذه النتائج إلى وجود الممارسة الخبرة التي اكتسبها اللاعبون (عينة البحث) من

الوحدات التدريبية بمهارات الكرة الطائرة بصورة عامة والضرب الساحق بصورة خاصة.

3- 1- 2 عرض نتائج علاقة الارتباط بين بعض القدرات البدنية ودقة أداء الضرب الساحق بالكرة الطائرة لأفراد عينة البحث

وتحليلها ومناقشتها:

الجدول (4) يبين قيم معاملات الارتباط بين بعض القدرات البدنية ودقة أداء الضرب الساحق بالكرة الطائرة لعينة البحث

ت	القدرات البدنية	وحدة القياس	قيمة (ر) المحسوبة
1	القدرة الانفجارية للذراعين	م	0.64
2	القدرة الانفجارية للرجلين	سم	0.61
القيمة الجدولية (ر) = (0.576) عند مستوى دلالة (0.05) وتحت درجة حرية (10).			

من خلال ما تم عرضه من نتائج في الجدول (4) الذي يبين علاقة الارتباط بين القدرة الانفجارية للذراعين والقدرة الانفجارية للرجلين وبين دقة أداء الضرب الساحق، مما يدل على وجود علاقة ارتباط معنوية بين القدرة الانفجارية للذراعين ودقة أداء الضرب الساحق المواجه بالكرة الطائرة، كذلك وجود علاقة ارتباط معنوية بين والقدرة الانفجارية للرجلين ودقة أداء الضرب الساحق بالكرة الطائرة لأفراد عينة البحث، ويعزو الباحث سبب معنوية الارتباط بين هذه المتغيرات إلى تمتع أفراد عينة البحث بمقايير جيدة في هذه المتغيرات، إذ تعد القدرة الانفجارية من أهم القدرات البدنية فهي القاسم المشترك في الألعاب والفعاليات الرياضية ولاسيما تلك التي تتطلب هذه القدرات، كما هو الحال في الضرب الساحق بالكرة الطائرة، وعليه فأن للقدرة الانفجارية (للذراعين والرجلين) دور كبير في طبيعة أداء الضرب الساحق، لذا فإن أفراد عينة البحث قد أدوا هذه المهارة بشكل جيد لكونهم يمتلكون جزءاً لا بأس به من هذه القدرات البدنية من خلال ممارستهم المتكررة لها، إذ أن طبيعة الأداء لهذه المهارة تتطلب جوانب خاصة من القدرات البدنية ولاسيما القدرة الانفجارية (للذراعين والرجلين) وهذا ما تم تأكيده في أن "المهارة الحركية لا تتحقق إلا بوجود القدرات البدنية الخاصة وتمكن الرياضي من القيام بالأداء الحركي للمهارة بأفضل صورة ممكنة". (Singer N, Robert, 1990).

3- 1- 3 عرض نتائج علاقة الارتباط بين بعض القدرات والإدراكية ودقة أداء الضرب الساحق بالكرة الطائرة لأفراد عينة البحث وتحليلها ومناقشتها:

الجدول (5) يبين قيم معاملات الارتباط بين بعض القدرات الإدراكية ودقة أداء الضرب الساحق بالكرة الطائرة لعينة البحث

ت	القدرات الإدراكية	وحدة القياس	قيمة (ر) المحسوبة
1	الاحساس بالوثب الأفقي	سم	0.62
2	الاحساس برمي الكرة	سم	0.61
3	الاحساس بالقفز العمودي	سم	0.59
4	الاحساس بالفراغ الخطي الرأسي	سم	0.60
5	الاحساس بالفراغ الخطي الأفقي	سم	0.64
القيمة الجدولية (ر) = (0.576) عند مستوى دلالة (0.05) وتحت درجة حرية (10).			

من خلال ما تم عرضه من نتائج في الجدول (5) الذي يبين علاقة الارتباط بين بعض القدرات الإدراكية ودقة أداء الضرب الساحق بالكرة الطائرة لأفراد عينة البحث، ويعزو الباحث سبب معنوية علاقة الارتباط بين هذه المتغيرات إلى تمتع أفراد عينة البحث بمقايير جيدة في هذه المتغيرات، إذ إن مهارات لعبة الكرة الطائرة ولاسيما الضرب الساحق تحتاج التكامل البدني والعقلي ومنها القدرات الإدراكية، إذ يحتاج اللاعب الضارب الإدراك الصحيح لارتفاع الكرة في أثناء ضربها أو في أثناء القفز لضرب الكرة ضرباً ساحقاً لكي تعطي القوة اللازمة للدفع ومن ثم مسافة القفز المناسبة وهذا يعني ان الممارسة المنتظمة قد ولدت نوع من الإدراك للقوة المصحوبة بالسرعة التي يجب بذلها في كل موقف من مواقف اللعب ولاسيما في حالات القفز لان الضرب الساحق اكثر المهارات التي يؤديها اللاعب يحتاج إلى الوثب الأفقي والقفز للأعلى، وهذا يتفق مع ما تمت الإشارة إليه في " ان تطوير اي مهارة عند ممارستها يمكن من خلال التدريب عليها". (عبد الرحمن محمد 1989)، فضلاً عن أن "كثرة استخدام جزء معين في مهارة معينة وبكثرة يؤدي إلى تقوية الاحساس فيها أكثر من الجزء الآخر الذي يكون استخدامه اقل". (مؤيد عبد الله، 1988).

كما يعزو الباحث سبب وجود علاقة ارتباط معنوية موجبة بين كل من الاحساس بالقفز العمودي ودقة الضرب الساحق إلى إن مهارة الضرب الساحق تؤدي بالارتقاء والقفز للأعلى أي بالقفز العمودي ولغرض الحصول على قوة ضربة كبيرة لابد من تنسيق وتوافق العمل العصبي العضلي للوحدات الحركية والتي تبدأ بعضلات قوة القفز للرجلين وينتهي بعضلات الذراعين، وهذا يتفق مع ما تمت الإشارة إليه في " أن القفز يتطلب الاحساس بالتوقيت الزمني للارتقاء الصحيح". (زهير الخشاب وآخرون، 1988)، فضلاً عن أن " احساس اللاعب يوضع المفاصل ودرجة الشد العضلي تكسبه القدرة على تقييم مدى الانقباض العضلي اللازم". (وليد خالد رجب، 1999).

ويعزو الباحث أيضا وجود علاقة ارتباط معنوية بين كل من الاحساس بالفراغ الخط الرأسي ودقة الضرب الساحق إلى أن هذه المهارة تحتاج إلى الاحساس بالارتفاع المناسب أي الاحساس بالخط الرأسي، إذ أن "التوافق بين الإدراك الحسي الحركي للمسافة والفراغ الخطي أمر ضروري، إذ يمكن تلخيص أنواع الإدراك الحسي المرتبطة بالنشاط الرياضي والاحساس بالزمن والاحساس بالمسافة". (نادية أبو السعد، 1995).

4- الاستنتاجات والتوصيات:

4-1 الاستنتاجات: من خلال النتائج التي تم التوصل إليها استنتج الباحث الآتي:

- 1- تمتع أفراد عينة البحث (اللاعبون الناشئين) بمقادير جيدة في القدرات البدنية والإدراكية.
- 2- حقق أفراد عينة البحث (اللاعبون الناشئين) مقدار جيد في دقة أداء الضرب الساحق بالكرة الطائرة.
- 3- وجود علاقة ارتباط معنوية بين بعض القدرات البدنية والإدراكية ودقة أداء الضرب الساحق بالكرة الطائرة.
- 4-2 التوصيات: في ضوء الاستنتاجات التي تم التوصل إليها يوصي الباحث بالآتي:
 - 1- ضرورة التأكيد على تدريبي الكرة الطائرة بزيادة الاهتمام بالجوانب العقلية لاسيما القدرات الإدراكية لدى اللاعبين الناشئين في أثناء الوحدات التدريبية وذلك لارتباطها المباشر بدقة أداء الضرب الساحق بالكرة الطائرة.
 - 2- التأكيد على تضمين الوحدات التدريبية تمارين خاصة بالقدرات العقلية لاسيما القدرات الإدراكية ولفئة الناشئين وتوفير الوقت الكافي لها.
 - 3- ضرورة تطوير القدرات البدنية المرتبطة بأداء المهارات الهجومية ومنها الضرب الساحق و لاسيما القدرة الانفجارية للرجلين والذراعين.
 - 4- التأكيد على إجراء دراسات وبحوث أخرى تتعلق بالقدرات العقلية والمهارة الأخرى بالكرة الطائرة وعلى عينات أخرى (فئة المتقدمين والفئات العمرية الأخرى) ولكلا الجنسين.

المصادر:

- زهير الخشاب(وآخرون). كرة القدم، جامعة الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر، 1988، ص223.
- سناء حسن الشهيلي. أثر برنامج مقترح على تنمية الادراك الحس الحركي للزمن والمسافة ومستوى الاداء في السباحة، المؤتمر الأول، جامعة الزقازيق، كلية التربية للنبات، 1990، ص200.
- عبد الرحمن محمد عيسوي. علم النفس الفسيولوجي، دار المعرفة الجامعية، 1989، ص66.
- عمر حسن حنفي. دراسة تحليلية للعلاقة بين قدرات الإدراك الحس- حركي والأداء في رياضة المبارزة، أطروحة دكتوراه جامعة حلوان، كلية التربية الرياضية للبنين، 1990، ص65.
- محمد صبحي حسنين. التقويم والقياس في التربية الرياضية، ط3، القاهرة، دار الفكر العربي، 1997، ص123.
- مؤيد عبد الله. الإدراك الحس عضلي وعلاقته بدقه التصويب بكرة السلة، مجلة العلوم الرياضية، المجلد الرابع، جامعة الموصل، 1988، ص17.
- نادية أبو السعد: المدركات الرياضية الخاطئة وعلاقتها باتجاهات الشباب نحو ممارسة الأنشطة الرياضية في الأردن، رسالة ماجستير، 1995، ص19.
- ناهدة عبد زيد الدليمي (وآخرون). تأثير تمارين التوافق الحركي في تطوير دقة بعض مهارات الكرة الطائرة وعلاقتها بتركيز الانتباه، مجلة جامعة بابل للعلوم الصرفة والتطبيقية، المجلد(4) العدد(19)، 2011، ص707- 727.
- وديع ياسين وحسن محمد. التطبيقات الإحصائية واستخدامات الحاسوب في بحوث التربية الرياضية، الموصل، دار الكتب والطباعة والنشر، 1999، ص37، 71، 130، 152، 160، 195.

- وسن جاسم محمد. تأثير تمارين التدريب الذهني والإدراك الحس-حركي في تعلم واحتفاظ بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة، أطروحة دكتوراه، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية 2007، ص45.
- وليد خالد رجب. العلاقة بين عناصر اللياقة البدنية الخاصة ومستوى أداء بعض المهارات الحركية لدى لاعبي كرة القدم، رسالة ماجستير، جامعة الموصل، كلية التربية الرياضية، 1999 ص58.
- Singer N, Robert: Motor Training and Human Performance. 3rd ed. Macmillan, Publishing co. Inc. New York, 1990, P 221.

الملحق (1) استمارة ترشيح اختبارات بعض القدرات البدنية والإدراكية ودقة أداء الضرب الساحق
الأستاذ الدكتور - - - - - المحترم.

تحية طيبة:

يروم الباحث إجراء البحث الموسوم بـ (بعض القدرات البدنية والإدراكية وعلاقتها بدقة أداء الضرب الساحق بالكرة الطائرة للناشئين)، على عينة من ناشئي الكرة الطائرة للموسم الرياضي (2017- 2018)، ونظراً لما تتمتعون به من خبرة علمية وميدانية في هذا المجال نعرض عليكم الاختبارات الخاصة بقياس بعض القدرات البدنية والإدراكية ودقة الضرب الساحق المواجه بالكرة الطائرة، يرجى إبداء رأيكم بصلاحية الاختبارات وذلك بوضع علامة (✓) أمام كل اختبار. مع الشكر والتقدير

- الاسم:

- اللقب العلمي:

- مكان العمل:

- التوقيع:

- التاريخ: الباحث

ت	القدرات	يصلح	لا يصلح
1	الاحساس بالوثب الافقي		
2	الاحساس برمي الكرة		
3	الاحساس بالقفز العمودي		
4	الاحساس بالفراغ الخطي الراسي		
5	الاحساس بالفراغ الخطي الأفقي		
6	القدرة الانفجارية للذراعين		
7	القدرة الانفجارية للرجلين		
8	دقة أداء الضرب الساحق		

الملحق (2) يبين اسماء السادة الخبراء والمختصين الذين تم عرض الاختبارات عليهم

ت	الاسم	التخصص الدقيق	مكان العمل
1	أ.د. ناهدة عبد زيد الدليمي	تعلم حركي - كرة طائرة	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية - جامعة بابل
2	أ.د. لمي سمير الشبخلي	تعلم حركي - كرة طائرة	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات - جامعة بغداد
3	أ.د. حسين سبهان	تدريب رياضي - كرة طائرة	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية - جامعة بغداد
4	أ.د. محمد عوفي راضي	تعلم حركي - كرة طائرة	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية - جامعة البصرة
5	أ.م.د. علي مهدي	تدريب رياضي - كرة طائرة	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية - جامعة القادسية