

– جامعة المسيلة –

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية و الرياضية

قسم التدريب الرياضي

مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة

ماستر في التربية البدنية و الرياضية

قسم: التدريب الرياضي

الموضوع :

عملية أخذ القرار ودوره في تطوير تقنية السحق

لدى لاعبي الكرة الطائرة

(دراسة ميدانية لبعض فرق ولاية سطيف- ذكور)

إشراف الأستاذ.

من إعداد الطالب :

د. كمال مقاق

– زغار خليل

السنة الجامعية 2017/2016

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

## شكر وتقدير

الحمد لله، نحمده حمدا كثيرا طيبا مباركا كما ينبغي لجلال وجهه  
وعظيم سلطانه، أشكر الله عز وجل والذين أنار لي الدرب، وفتح لي  
أبواب العلم والمعرفة وأعانني على أداء هذا البحث وأمدني بالصبر  
والإرادة.

ثم الشكر لأستاذي المشرف "كمال مفاق" على توجيهاته ونصحه  
السديد.

وكذلك الشكر إلى لجنة المناقشة على قبولها مناقشة مذكرتي.

# إهداء

اهدي ثمرة جهدي إلى أعلى الناس على قلبي والداي الكريمين  
الذين ألهماني روح الصبر والنضال وغمراني بعطفهما وحنانهما.

إلى كل من شاركني دفع العائلة أخواني وأخواتي

إلى كل من كانوا يضيئون لي الطريق ويساندوني زملائي واصدقائي. ياسين والاستاذة عبلة  
وحياة

إلى كل من يقتنع بفكرة بناءة ويدعو إليها ويعمل على تحقيقها لا يبتغي إلا وجه الله ومنفعة  
الناس في كل زمان ومكان شكرا على كل شيء.

## فهرس المحتويات

	البسمة
	كلمة شكر
	إهداء
01	مقدمة
	<u>الفصل الأول: الخلفية النظرية</u>
04	تمهيد:
05	1- أخذ القرار
05	1.1 أهمية اخذ القرار
05	2.1- ما هي عملية اخذ القرار
06	3.1- الخطوات وعناصر اخذ القرار وحل المشكلات
07	4.1 - أنواع القرارات :
07	1-5-القرارات المبرجة :
07	1-6- القرارات الغير مبرجة:
07	2-أهمية التقنية في الكرة الطائرة :
08	3- المهارات الحركية:
08	3-1- مفهوم المهارة (التقنية ) :
08	3-2- تعريف التقنية الحركية الرياضية :
09	3-2-1- خصائص التقنية الحركية الرياضية:
10	3-2-2- أنواع التقنيات الحركية الرياضية واشكالها المختلفة :
10	3-2-2-1- التقنيات الخاصة بالعضلات الدقيقة و الأخرى الخاصة بالعضلات الكبيرة :
10	3-2-2-2- المهارات المستمرة او المتماسكة والتقنيات او المهارات المتقطعة :
10	3-2-2-3- تقنيات السيطرة والسيطرة الخارجية :
11	3-2-2-4- التقنيات المغلقة والتقنيات المفتوحة:
11	4-اهم السمات الشخصري المؤثرة في الاداء:
11	4-1- سمة الشجاعة:
12	4-2- سمة الانتباه :
12	4-3- درجة اليقظة:
13	4-4 مفهوم الثقة بالنفس:

13	4-4-1- خصائص الثقة بالنفس :
13	4-4-1- قيمة الذات :
14	4-4-2- الثقة تشير الى الانفعال الايجابي :
14	4-4-3- الثقة تساعد على التركيز والانتباه :
14	4-4-4- الثقة تزيد المثابرة وبذل الجهد:
15	4-4-5- الأداء بثقة :
15	4-4-6- التفكير بالثقة :
16	5- الكرة الطائرة نشأتها و منافساتها:
16	5-1- انتشار و شعبية الكرة الطائرة:
17	5-2- أهم التواريخ الهامة في تطور الكرة الطائرة:
18	5-3- تاريخ الكرة الطائرة و تطورها في الجزائر:
20	5-3-1- بالنسبة لقاعدة الصد:
21	5-3-2- نظام التسجيل و الفوز:
21	5-4- نبذة عن تاريخ تطور المهارات و الخطط:
24	6- النمو البدني و الحركي:
24	6-1- القوة العضلية musculaire strength :
24	6-2- اكتساب التحمل : endurance
24	6-3- السرعة : speed
25	6-4- الرشاقة : agility
25	6-5- التوازن : balance
25	6-6- الدقة : accuracy
25	6-7- التوافق الحركي : caardination
26	6-8- التكيف : comeepblization
26	6-9- البناء الزمني : temporepiojction
26	6-10- النمو العقلي:
27	6-11- النمو الانفعالي:
27	7- الظواهر البدنية و المرفولوجية:
27	7-1- المتطلبات البدنية:
28	7-2- الاستطاعة الهوائية:capacitéaérobic
28	7-3- القدرة الهوائية القصوى:

28	4-7- القدرة اللاهوائية، اللاحمضية puissance aérobiemalactique
28	5-7- القوة القصوى:
29	1-5-7- القوة المطلقة:
29	2-5-7- القوة المرتبطة:
29	3-5-7- قوة السرعة "القدرة العضلية":
29	4-5-7- قوة المتداومة "المتداومة العضلية":
29	5-5-7- الليونة "المرونة" lisibilité
29	6-5-7- التنسيق:
30	7-5-7- عمر اللاعبين:
30	8-5-7- طول اللاعبين:
31	9-5-7- ارتفاع السحق:
31	8-التقنيات في الكرة الطائرة:
31	1-8- المهارات الحركية في مجال الكرة الطائرة:
32	2-8- الإرسال:
32	1-2-8- تعريفه:
33	2-2-8- أهميته:
33	3-2-8- أنواع الإرسال:
33	1-3-2-8- الإرسال بدون الكرة:
34	2-3-2-8- الإرسال بدون دوران الكرة المتموج:
34	3-3-2-8- الدفاع عن الإرسال: Forest passe
35	3-8- الإعدادات: SET -UP
35	1-3-8- أهميته:
35	2-3-8- أنواع الإعدادات:
36	3-3-8- الأخطاء الشائعة في الإعدادات:
36	4-8- الدفاع عن الملعب: the ding
36	1-4-8- أهميته:
37	2-4-8- أنواع الدفاع عن الملعب:
37	5-8- الصد:
37	1-5-8- أهميته:
38	2-5-8- أنواع الصد:

38	8-5-2-1- الصد الدفاعي :
38	8-5-2-2- الصد الهجومي :
38	9- تقنية الضرب الساحق :
39	9-2- الضربة الساحقة :
39	9-2-1- تعريفها :
40	9-2-2- طريقة أداء الضربة الساحقة:
41	9-3- أنواع الضربة الساحقة :
41	9-3-1- الضربة الساحقة المواجهة :
42	9-3-2 الضربة الساحقة الموجهة بالدوران :
43	9-3-3- الضربة الساحقة الجانبية ( الخاطفة ) :
44	9-3-4- الضربة الساحقة السريعة :
44	9-3-5- الضربة الساقطة بالرسم :
45	9-3-6- الضربة الساحقة الخادعة :
45	10- الأخطاء الشائعة في السحق و الكرة الطائرة عامة :
46	10-1- الأخطاء الشائعة في تقنية السحق :
46	10-2- أسبابها و تصحيحها :
48	11- خطوات تدريب مهارات الضرب الساحق :
49	11-1- الخطوات التعليمية لمهارة الضرب الساحق :
51	11-2- الخطط الفردية للضرب الساحق:
52	12- التركيبات الهجومية :
52	12-1 لمحة تاريخية :
52	12-2 التركيبات الهجومية الأولى :
53	12-3 التركيبات الهجومية الحديثة :
54	12-4- طريقة تدريس الضرب الساحقة :
57	12-5- سرعة الضربة الساحقة:
57	12-5-1- دور الضربة الساحقة في تغيير النتيجة :
58	12-5-2- تحليل سرعة الضربة الساحقة:
59	13- الدراسات السابقة :
59	13-1- الدراسة الأولى :
60	13-2- الدراسة الثانية :

62	13-3-الدراسة الثالثة : دراسة عبد الرزاق
62	13-4- الدراسة الثالثة : دراسة إلياس الوحشي
63	خلاصة
	الفصل الثاني: الإطار العام للدراسة
64	1-الكلمات الدالة في الدراسة:
64	1-1 مفهوم عملية اتخاذ القرار
65	1-2 مفهوم الأداء
65	1-2-1 تعريفه في اللغة
65	1-2-2 تعريف الأداء في الشرع
65	1-3 مفهوم كرة الطائرة:
66	1-4 مفهوم الضرب الساحق
67	2- الإشكالية:
68	3- التساؤل العام :
68	4-متغيرات الدراسة:
68	5-أهداف الدراسة :
68	6-أهمية الدراسة:
69	7- فرضيات الدراسة:
	الفصل الثالث :الإجراءات الميدانية للدراسة
69	1-الدراسة الاستطلاعية
69	2-منهج الدراسة :
70	3-مجتمع وعينة الدراس
70	3-1-مجتمع الدراسة
70	4- أدوات الدراسة
70	4-1- استبيان اخذ القرار
71	4-2- صدق الاستبيان:

71	4-3- الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة :
73	5- إجراءات التطبيق الميداني للأداة
73	6- الأساليب الإحصائية المستخدمة في البحث
	الفصل الرابع: عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها
	الفصل الخامس استنتاجات واقتراحات
102	1- استنتاجات عامة :
102	2- الأفاق المستقبلية للدراسة و الاقتراحات :
103	3- المراجع المعتمدة في الدراسة

## فهرسة الجداول

الصفحة	العنوان	رقم الجدول
24	يبين بطولة أوروبا للمهارات	01
30	يوضح لنا أعمار اللاعبين خلال بطولة العالم أكابر في سنة 1998	02
30	متوسط طول اللاعبين لأربعة أحسن فرق هذه الدورة	03
57	نسبة فعالية السحق لأحسن عشرة لاعبين في كأس العالم 2002 م	04
57	نسبة فعالية السحق لأحسن عشرة لاعبين في كأس العالم 2004 م	05
58	يبين الزمن بين التمريرة والسحق.	06
58	يمثل سحق الكرة وملامسة الأرض.	07
59	يبين اسرع ضربة ساحقة في العالم سنة 1994	08
74	يبين المتوسطات والانحرافات المعيارية الخاصة بالاستبيان.	09
77	يمثل محور المعلومات الشخصية [المؤهل العلمي].	10
78	يبين سنوات العمل في مجال التدريب	11
79	يبين اهمية اتخاذ القرار في كرة الطائرة	12
80	يبين معرفة مدى اتخاذ القرار في الهجوم	13
81	يبين دور الثقة بالنفس والشعور بالمسؤولية لنجاح القرار	14
82	يبين نسبة الجهد في التدريبات لاتخاذ القرار	15
83	يبين تأثير القرار المتخذ على مستوى الاداء	16
84	يبين مدى الاعتماد على معيار الاداء الحركي في تقييم اخذ القرار	17
85	يبين مدى تاكيد المشاكل التي يمكن ان تعيق مؤشرات اخذ القرار	18
86	يبين نتائج السؤال رقم 08	19
87	يبين لنا تأثير الارتقاء على مستوى اتخاذ القرار	20
88	يبين النسبة المخصصة للتدريب على اخذ القرار	21
89	يبين مدى تأثير التفاهم بين لاعبي الفريق على نجاح القرار	22
90	يبين مدى تأثير القلق والتوتر من قوة اخذ القرار	23
91	يبين مدى تقييم اخذ القرار	24
92	يبين مدى تأثير الخوف في اخذ القرار اثناء المبارات	25
93	يجيب على السؤال رقم 15	26
94	يبين نتائج النسبة التي يوفرها اخذ القرار في تسهيل المهمة على خط الهجوم	27

95	يبيّن نسبة اتّخاذ القرار في تسجيل النقاط	28
96	يمثّل لنا الجانب المتبع بالنسبة لمعيار الاداء الحركي	29
97	تأثير اخذ القرار في الوقت المناسب و الوضعية المناسبة خلال المنافسة	30
98	يبيّن نتائج مايجب على اللاعب عند اداء تقنية السحق	31
99	يمثّل تأثير تموقع اللاعب في اخذ القرار عند اداء تقنية السحق	32

## فهرسة الأشكال

رقم الشكل	العنوان	الصفحة
01	يبيّن خطوات وعناصر اخذ القرار والمشكلات	06
02	يبيّن المهارات الاساسية والحركية في الكرة الطائرة	32
03	يبيّن التركيبات الهجومية القديمة	53
04	يبيّن التركيبات الهجومية الحديثة	54
05	يبيّن تمرين رقم 01 كيفية تدريس الضرب الساحق	55
06	يبيّن تمرين رقم 02 كيفية تدريس الضرب الساحق	56
07	يبيّن تمرين رقم 03 كيفية تدريس الضرب الساحق	56
08	يبيّن اجابات العينة على محور المعلومات الشخصية	77
09	يبيّن اجابات العينة على محور المعلومات الشخصية [سنوات التدريب]	78
10	يبيّن اجابات العينة على السؤال رقم 01 من المحور الاول	79
11	يبيّن اجابات العينة على السؤال رقم 02 من المحور الاول	80
12	يبيّن اجابات العينة على السؤال رقم 03 من المحور الاول	81
13	يبيّن اجابات العينة على السؤال رقم 04 من المحور الاول	82
14	يبيّن اجابات العينة على السؤال رقم 05 من المحور الاول	83
15	يبيّن اجابات العينة على السؤال رقم 06 من المحور الاول	84
16	يبيّن اجابات العينة على السؤال رقم 07 من المحور الاول	85
19	يبيّن اجابات العينة على السؤال رقم 08 من المحور الثاني	86
20	يبيّن اجابات العينة على السؤال رقم 09 من المحور الثاني	87
21	يبيّن اجابات العينة على السؤال رقم 10 من المحور الثاني	88
22	يبيّن اجابات العينة على السؤال رقم 11 من المحور الثاني	89
23	يبيّن اجابات العينة على السؤال رقم 12 من المحور الثاني	90
24	يبيّن اجابات العينة على السؤال رقم 13 من المحور الثاني	91
25	يبيّن اجابات العينة على السؤال رقم 14 من المحور الثاني	92
26	يبيّن اجابات العينة على السؤال رقم 15 من المحور الثالث	93

94	يبين اجابات العينة على السؤال رقم 16 من المحور الثالث	27
95	يبين اجابات العينة على السؤال رقم 17 من المحور الثالث	28
96	يبين اجابات العينة على السؤال رقم 18 من المحور الثالث	29
97	يبين اجابات العينة على السؤال رقم 19 من المحور الثالث	30
98	يبين اجابات العينة على السؤال رقم 20 من المحور الثالث	31
99	يبين اجابات العينة على السؤال رقم 21 من المحور الثالث	32

مقدمة:

**مقدمة :** مهما كان البلد أو اللغة أو الثقافة أو التقاليد فان الرياضة بصفة عامة تحمل مكان في المجتمع و تعتبر كرة الطايرة حاليا رياضة شعبية فرضت وجودها على كل الفئات و هذا راجع إلى التطورات و التغييرات التي طرأت على هذه الرياضة و مما زاد في علوها الثوب الجديد الذي لبسته الممثل في وسائل التدريب الحديثة و تزايد عدد القاعات وفق المواصفات الدولية فوجدت الكرة الطايرة الجزائرية نفسها مع واقع التكيف للتطورات المتتالية التي تشهدها الرياضة " الكرة الطايرة " و لتحقيق مسايرة هذه التطورات يجب التكيف معها .

عرفت لعبة كرة الطايرة عام 1895 م و هي اليوم رياضة أساسية في أكثر من 170 بلدا في العالم تنتشر هذه اللعبة على مستويين أولهما شعبي حيث تعتبر مجالا للاستحمام و إعادة النشاط فتقام في أي مكان و بواسطة أي كان ، ثانيها علمي فهي رياضة عالمية تخضع لمجموعة من القوانين الصارمة ، إنها لعبة مثالية لكي تقام في المدارس و على الشواطئ ، أمانا حية كونها رياضة بحد ذاتها ، فتقع في أعلى مستويات الكفاءة إذ أنها تتطلب السرعة والرشاقة والقوة ، يضاف إلى ذلك كله أنها متعة كبيرة، ومستلزماتها بالنسبة للمكان و التجهيزات معتدلة.

من ابرز التغييرات التي يجب ملاحظتها التقنيات الخاصة بالكرة الطايرة فهي تشهد حاليا تطورا سريعا جدا فمن منافسة إلى أخرى تشهد تعديلات و مهارات جديدة تخص كل التقنيات كالإرسال الدفاع و الهجوم ... هذا الأخير يعد من أبرزها كونه يخلق ارتباكا لدى الخصم من الناحية الدفاعية بالخصوص إذا كان المهاجم يستعمل الضربة الساحقة لأنها تمتاز بالقوة و السرعة و تعد من أهم وسائل الهجوم لدى منافسات البطولة نظرا لأهمية اخذ القرار أثناء المباريات و يعتبر السحق أهم التقنيات في الكرة الطايرة و الذي هو موضوع

ومادفعنا الى الدراسة والقيام بهذا البحث هو محاولة معرفة مدى تأثير اخذ القرار في اداء تقنية السحق،ومن اجل حصد نتائج البحث وثماره قسمنا بحثنا الى جانبين وهما الجانب النظري والجانب التطبيقي لذلك يحتوي بحثنا على 05 فصول:

**-الفصل الاول:** نجد فيه الخلفية النظرية والدراسات السابقة عن موضوع بحثنا.

**-الفصل الثاني:** نجد فيه الاطار العام للدراسة،والكلمات الدالة،الاشكالية،الاهداف،الاهمية،الفرضيات

وهي المتعلقة بموضوع دراستنا.

**-الفصل الثالث:** يتضمن الاجراءات الميدانية للدراسة.

**-الفصل الرابع:** وفيه عرض النتائج وتحليلها وتفسيرها ومناقشتها.

**-الفصل الخامس:** عبارة عن استنتاجات واقتراحات.

# الفصل الأول

## الخلفية النظرية

### تمهيد:

يعتقد بعض كتاب الإدارة وعلمائنا أن اتخاذ القرارات هو أساس الإدارة وقلبها في كثير من الأحيان يرى المديرون أن عملية اتخاذ القرارات هي عملية الأساس نظرا لأنه يجب عليهم العمل بصفة مستمرة، اختيار ما ذيعني عملية، ومن الذي سيقوم بهذا العمل ومتى ذلك و أين وكيف، بالتالي فان عملية اتخاذ القرارات هي بطبيعتها عملية مستمرة وتُحَا لفها في الوظائف الأساسية للإدارة فهذه الوظائف من تخطيط وتنظيم وتوجيه ورقابة لا يمكن أن توجد بمفردها بل إن وجودها هو نتيجة اتخاذ القرارات.

وتظهر عملية اتخاذ القرارات أو اخذ القرار أساسا لان المدير يقوم بتحديد هدفه أوأهدفه ويحاول الحصول إلى هذا الهدف أو هذه الأهداف وبدون هذه القرارات التي يمكن للوظائف الجوهرية للإدارة أن تأخذ مكانها، كما أن عملية الإدارة بكاملها لا يمكن أن توجد وعلي هذافان عملت اتخاذ القرارات تنتشر في جميع المستويات الإدارية ويقوم بها كالمدير وتوجد في كل جزء من أجزاء المنشأة وتتعامل مع كل موضوع وح ده فمثلا في التخطيط تحدد القرارات أو القرار نوع العمل الذي يجب تأديته والسبل التي يتعين إتباعها لإنجاز هذا العمل.

في التنظيم يحدد القرار نوع العمل الذي يوزع علي أعضاء معينين من الجماعة وتفويض القدر المعين من السلطة التي يمكنهم من القيام بالعمل، وفي التوجيه يقوم بالقرارات بإقناع أعضاء الجماعة أن العمل المحدد الموضوع هو العمل المناسب لتحقيق الأهداف ن وأخيرا فان وظيفة الرقابة بما تضمنه من رقابة الأداء الفعلي بما هو مخطط تتم بواسطة قرارات تعتمد عليها النتائج بالإضافة إلى القرارات المتعلقة بالإعمال التصحيحية.

### الخلفية النظرية

#### 1-أخذ القرار :

تعتبر عملية اخذ القرار من الوظائف المستمرة والتي تتغلغل في النشاط الإداري لأنها لا تقتصر علي موظف دون غيره، أو مستوي إداري دون سواه ، فهي في الواقع تنتشر في كل إرجاء المنظمة وتمارس علي جميع مستوياتها، فالمدير أو الرئيس يمارسها وما زال يداوم عمله فهو يتخذ العديد من القرارات يوميا لان المشكلات الإدارية تستدعي التحليل واخذ القرار المناسب باستمرار ويذهب الكاتب هريرتسيمون herbertsimon إلى اعتبار عملية اتخاذ القرارات ويعتبر المنظمة بناء تتكون من مراكز القرارات المختلفة ( سلسلة اخذ القرار ) (فائق حسني أبو حليلة ، 2001 م ، ص 109).

#### 1-1- أهمية اخذ القرار :

يعتبر اخذ القرار حل ومحل عمل المدير ، فهو يتخذ القرار عندما يوقع كتابا أو يجيب احد مسئولييه عند استفسار أو طلب من احدهم أداء عمل ما أو يقوم بتشكيل نخبة أو تعيين رئيس قسم أو يوافق علي زيادة موظف أو إلحاقه في برنامج تجريبي، وهكذا تعتبر عملية اخذ القرار من المهام الأساسية للمدير أو الرئيس.

ولا يمكن من تقييم من أهمية الصواب وسلامة القرار الذي يتخذه، سواء في التخطيط أو التنظيم أو القيادة أو التوجيه أو الرقابة ، فمن ناحية تؤثر هذه القرارات علي وضع المدير وتقدمه الوظيفي، ومن ناحية أخرى لهذا القرار تأثير علي المنظمة بصورة عامة، وتزداد عملية اخذ القرار مع تعاقد أعمال المنظمات وتوسعها وتنوع أعمالها، وفي ظل التحديات الكبيرة التي تواجهها من تغيرات تقنية واجتماعية واقتصادية، ومنافسة حادة وتسارع ظاهرة العولمة (globalisation)

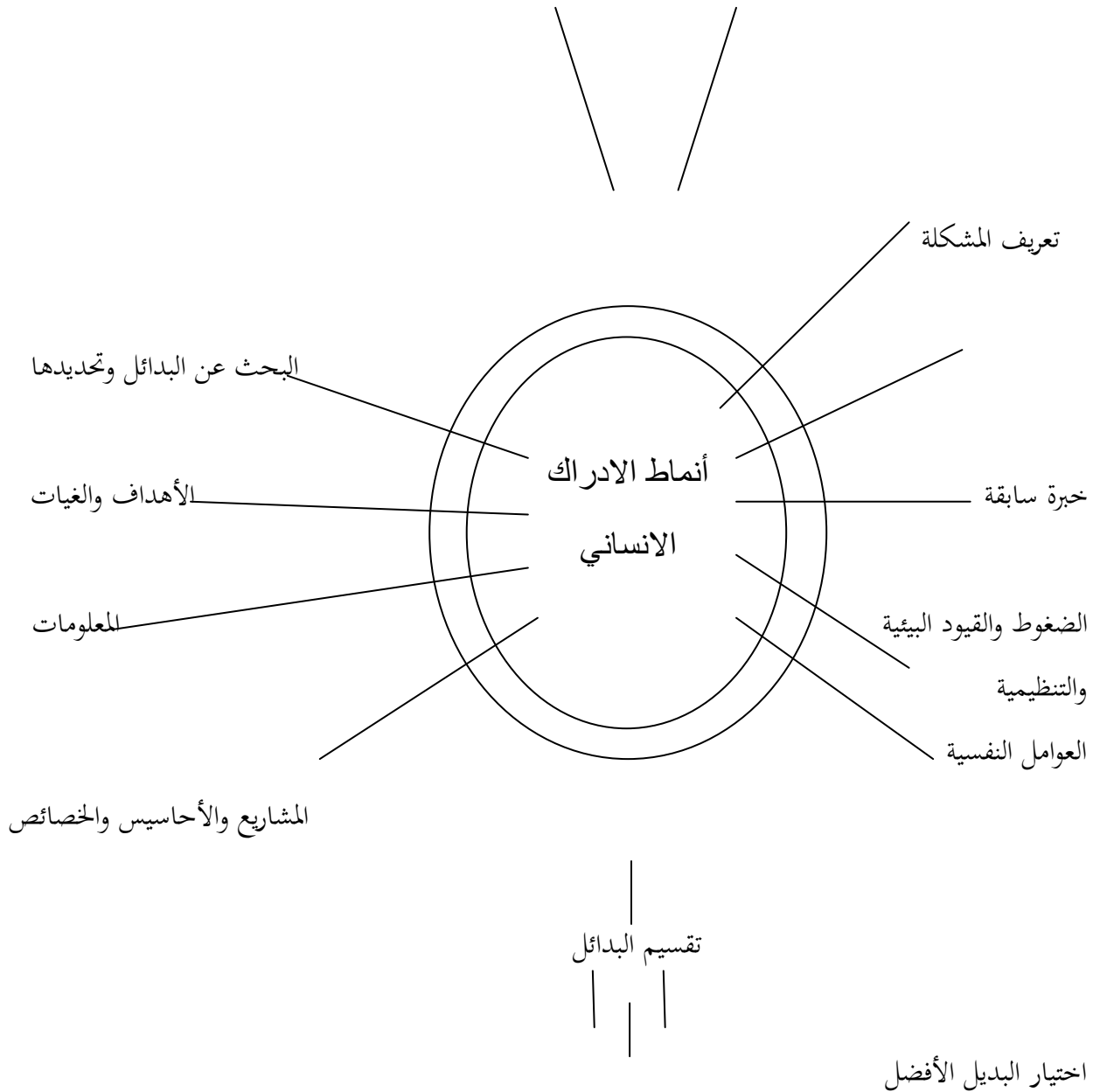
وتصبح عملية اخذ القرار قلب الإدارة النابض الذي يضمن للمنظمة البقاء والتقدم والازدهار ، وأصبح أساس الحكم علي المدير الناجح هو كفاءته و قدرته في اخذ القرار الصائب والسليم (فائق حسني أبو حليلة، 2004 م ، ص 147).

#### 1-2 ماهي عملية اخذ القرار :

ترتبط عملية اخذ القرار بظاهرة الرشد الإداري rationalite administrative في المنظمات، ويلعب المرشد الإداري دورا هاما عند دراسة وتقييم والمفاضلة بين البدائل المتاحة والممكنة ويصبح القرار الاداري رشيدا إذا ما جاء متوافقا لمبرراته

وللهدف الذي يسعى إلى تحقيقه بمعنى أن يكون موضوعيا ومقصودا وحسوبا بدقة (فائق حسني ابو حليلة ، 2004 م ، ص 149).

1-3- الخطوات وعناصر اخذ القرار وحل المشكلات:



الشكل رقم 01: يبين الخطوات وعناصر اخذ القرار وحل المشكلات

#### 4.1 - أنواع القرارات :

ويشير عبد السلام بن قحف (1992 م) إلأن تم تقسيم القرارات إلى نوعين حسب تقييم كمنر وزملائه

- القرارات المبرمجة.

- القرارات الغير مبرمجة.

#### 1-5-القرارات المبرمجة :

تشير إلىالقرارات المخططة سابقا والتي تتعامل مع حل المشكلات المتكررة الروتينية، حيث يتم تحديد أساليب وطرق إجراءات حل او التعامل مع اي مشكلة.

#### 1-6-القرارات الغير مبرمجة:

ففي تلك القرارات الغير متكررة الحدوث او التالي تعامل مشاكل جديدة أو التعامل مع المواقف الغير محددة او الغير مألوفة مثل القرارات الإستراتيجية قرارات التوسع ، قرارات الاندماج.

ويضيف علي شريف ، محمد سعيد سلطان ( 1992 م) إلى تقسيم القرار إلى قرارات إدارية وفي الواقع هناك ثلاث أبعاد تفيد في التمييز بين القرارات وهي المدى التنظيمي للقرار، مدي جودة تعريف القرار، مدي جودة تعريف القرار ، مدي ارتباط القرار بأخرين، علاوة علي نوع اخر من القرارات وهي القرار الإستراتيجية والتشغيلية والقرارات الهيكلية والغير هيكلية، الى جانب القرارات المستغلة والقرارات التابعة .(محمود ابراهيم عبد المقصود .2003م.ص 122 )

#### 2-أهمية التقنية في الكرة الطائرة :

الكرة الطائرة هي رياضة جماعية، أيأن العناصر التقنية والقاعدية مختلفة عن باقي الرياضات

هذه الحركات التقنية ليست طبيعية مثل ماهي في الرياضيات الأخرى بهذا التعلم يجب أن يكون بحذر شديد وبجدية

تقنية اللاعب كمركب مبدئي، هذه الوسائل الخاصة مهمة للكرة لإمكانية العلب والحصول علي نتائج ايجابية في مختلف وضعيات اللاعبيجب أن تطبق عقلاانيا وتنسيق كبير، التقنيات القاعدية للكرة الطائرة ووضعيات اللاعبين، التنقل الآلي فوق الميدان، الاستقبال، التمير، الهجوم، الصد، الإرسال.

### 3- المهارات الحركية:

#### 3-1- مفهوم المهارة (التقنية) :

- لفظ المهارة <skile> تشير الى الاداء المتميزو للمستوى الرفع في كافة مجالات الحياة : وهو لك يمثل كافة الاداءات الناجحة للتوصل إلىالأهداف سبق تحديدها شريطة أن يتميز هذا الأداء بإتقان والثقة.

- لفظ مختارة يمتد ليشمل كافة مجالات الحياة من أعمال حرفية ومهنية.

هناك ثلاث انواع من المهارات :

- مهارات معرفية <<cogntiveskille>> مثل الحسابات والجبر والهندسة ... الخ

- مهارات ادراكية <<pupcetuel skills>> مثل مهارات ادراك اشكال معينة.

- مهارات حركية <<motre skills>> مثل المهارات الرياضية.

ونرى ان هذه المهارات تساعد في ايقاع اللعب المرتفع وسرعة التغيير في موافقة والفعاليات المباعه لك يتطلب من كل لاعب القدرة على سرعة التقويم الصحيح للموقف والاتخاذ اللحظي للقرار المناسب والوصول الى الغرض بسرعة وبدون تباطؤ في التنفيذ ويتخذ القرار في جزء من الثانية .

#### 3-2- تعريف التقنية الحركية الرياضية :

- تعرف التقنية الرياضية بانها مدي كفاءة الافراد في اداء واجب حركي معني .

- تعرف التقنية الحركية ايضا انها "مفقدرة الفرد الى التوصل الى نتيجة من خلال القيام باداء واجب حركي باقصى

درجة من الاتقان مع بذل اقل قدر من الطاقة في اقل زمن ممكن.

3-2-1- خصائص التقنية الحركية الرياضية:

أ/ تقنية التعلم ( التقنية تتطلب تدريب و تحسن بالخبرة)

التعلم يعرف عادة " التغيير الدائم في السلوك والاداء بمرور الوقت ويجب ان يوضع ذلك في اعتبارنا نحن نشاهد دلائل النجاح الاولى لاداء المهارة فقد يكون ذلك النجاح حدث بالصدفة (مفتي ابراهيم حماد : 2002 م : ص 071)

ب/التقنية لها نتيجة نهائية :

نعني بالنتيجة النهائية لاداء التقنية او المهارة والهدف المطلوب تحديد بالاداء او القطع فان هذا الهدف معروف لدي الفرد المؤدي للمهارة قبل الشروع في تنفيذ الاداء من حيث طبيعة الهدف المطلوب تحقيقه " النتائج المحددة سالفا للاداء " .

ج/التقنية تحقق النتائج بثبات :

نعني بذلك ان تنفيذ التقنية يتحقق خلاله الهدف من ادائها بصورة ثابتة من الاداء لآخر المحاولات المتعددة التتالية تقريبا

د/التقنية تؤدي باقتصادية في الجهد وفعاليتها:

وهو ما يعني ان اداء المهارة يتم بتوافق و بتجانس وانسانية وتوقيت سليم وبسرعة او ببطء طبقا للمتطلبات الاداء الحركي خلالها فالمبتدئين عادة ما يستهلكون طاقة كبيرة في الاداء دون ما تحقيق نجاح في الاداء الماهر لكن التلاميذ الذين يتميزون بالخبرة سوف يكونوا قادرين على الاداء باتقان الطاقة الضرورية لانجاز الاداء الصحيح وفعاليتها .

هـ/ مقدرة المؤدين للتقنية على تحليل متطلبات استخدامها :

التلاميذ أو المتعلمين المهرة يستطيعون تحليل متطلبات استخدام التقنية في مواقف التنافس المختلفة ويستطيعون اتخاذ قرارات لتنفيذها بفعالية ، فالتقنية ليست فقط مجرد أداء في جيد الحركات لكن تعني أيضا القدرة على استخدام هذا الاداء بفعالية في التوقيت المناسب.(مفتي ابراهيم حماد .2002 م ص 14)

### 3-2-2- أنوع التقنيات الحركية الرياضية واشكالها المختلفة :

يمكن تصنيف التقنيات الحركية الى عدة تصنيفات تبعا لطبيعة التقنية او المهارة او حجم العضلات المشتركة في الاداء وهذا التصنيف كما يلي :

### 3-2-2-1- التقنيات الخاصة بالعضلات الدقيقة و الأخرى الخاصة بالعضلات الكبيرة :

تصنف التقنية الحركية الى مهارات وتقنيات العضلات الدقيقة ماهي الا تقنيات تتطلب استجابة قصيرة في مدى ضيق الحركة وغالبا ما تعتمد هذه التقنيات علي التوافق العصبي بين اليدين والعينين مثل تقنية رياضة : البلياردو ، و الرماية ، اما تقنيات العضلات الكبيرة فهذه التقنيات قد يؤديها الجسم كل او مجموعات العضلات الكبيرة مثل تقنيات لعبة كرة القدم العاب القوى الكرة الطائرة والمنازلات. (بجي ابراهيم الحاوي، 2004 م ، ص 97 )

### 3-2-2-2- المهارات المستمرة او المتماسكة والتقنيات او المهارات المتقطعة :

فهي تخضع وفقا لزمن من اداء هذه التقنية والتي لزمن اداء هذه التقنية والتي تستغرقه فترات التوقف التي تتخلل هذا الاداء، وكذلك الترابط بين اجزاء الحركة بينهما البعض والتقنية المستمرة تعني التقنية المتكررة والمتشابهة في الاداء دون توقف ملحوظ، حيث يتداخل الجزء النهائي من الحركة الاومن الجزء التحضيري من الحركة التالية وكذلك يظهر الحركات وكأنها حركة واحدة نظرا لاستمراريتها مثل : السباحة التجديف المشي الجري، اما التقنية المتقطعة فهي التقنية التي تتكون من بداية ونهاية واضحة ترتبط حركة البداية بالحركة التي تليها، كما هو الحال في ارسال الكرة الطائرة فمثلا حركة الارسال ثم استجابة موقف الفريق المنافس ثم اداء حركة ضد او مع دفاع عن منطقة محددة في الملعب ضد ضربة ساحقة من الفريق المنافس .

### 3-2-2-3- تقنيات السيطرة والسيطرة الخارجية :

بالنسبة لنوعية هذه التقنية فنها تتوقف على طبيعة حركة الفرد والهدف ، ففي بعض التقنيات يكون الفرد في حالة ثبات عند قيامه بالاستجابة كما يكون هدف التقنية ايضا بينهما تنفذ بعض التقنيات بطريقة يكون الفرد والهدف كلاهما في حالة حركة .

### 3-2-2-4- التقنيات المغلقة والتقنيات المفتوحة:

ان هذا التصنيف يرتبط الي حد كبير بالتصنيف السابق والخاص بمهارات تؤدي تحت ظروف بيئية نسبيا اما التقنية المفتوحة فهي تلك التقنية مثل دفع الجلة ورمي الرمح .

اما المهارات المفتوحة فهي التي تتطلب اشياء سواء متوقعة اوغير متوقعة وهذه المهارات مثل مهارة التي تؤدي في رياضات "كرة القدم وكرة السلة، والملاكمة والمصارعة .(يحي السيد اسماعيل ابراهيم، 2004، م، ص 99)

ولذلك ارى ان متطلبات الإبداع الحركي للتقنيات المفتوحة والمغلقة تختلف وفقا لاختلاف طبيعة التقنية ، من اجل ان يصبح التلميذ او المتعلم بارعا في احدي التقنيات عليه ان يهتم بتطوير البناء الوظيفي لقدراته البدنية ( القدرة العضلية ، التحكم الدوري ، التنفس ، والرشاقة والمرونة ) ام الابداع الحركي في المفتوحة والوصول بمستوي انجاز عال فيعتمد .

اساسا علي قدرة التلميذ او المتعلم في التعامل مع مختلف الظروف والعوامل المؤثرة ، وفي المهارة تالمفتوحة يستطيع التلميذ ان يعوض النقص في أسلوب ادائه في بعض الاحيان عن طريقة براعته الادراكية وحيانا التصرف في المواقف المختلفة . (يري السيد اسماعيل الحاوي ، 2004 ، م ، ص 99 )

### 4- اهم السمات الشخصية المؤثرة في الاداء:

#### 4-1- سمة الشجاعة:

الشجاعة من السمات الارادية التي تعمل على التوجيه الواعي لسلوك الفرد في المواقف التي تتميز بخطورتها والموقف التي عليها، كما تمكن الفرد من القدرة على التغلب على الخوف ، وبري البعض ان سمة الشجاعة ترتبط ارتباطا وثيقا سمة التصميم

ويمكن اكتساب اللاعب بسمة الشجاعة عندما تضعه في مواقف متعددة تتطلب منه استخدام هذه السمات بصورة واضحة ، وعلى ذلك ينبغي على المدرب تعويد اللاعب بصورة تدريجية على المواقف المتعددة التي لم يسبق التعود عليها والتي ترتبط ببعض النواحي التي تتطلب توافر سمات الشجاعة والجرأة.

ينبغي مراعاة بغير عوامل الامان والسلامة والثقة بالنفس وخاصة بالنسبة للاداء الحركي الذي يرتبط ببعض المخاطرة حتى لا يؤثر فشل اللاعب ببعض الإصابات البدنية الى ظهور أعراض الخوف على اللعب الرياضي مما يؤثر تأثيرا بالغيا على تنمية وتطوير سمات الشجاعة والجرأة لديه. (محمد حسن علاوي 2002 م ص 183)

اذن على اللاعب ان يتحلي بطموح كبير تؤيده ارادة قوية ورباطة جأشي تسمح له بالقدرة على التحكم وضبط النفس ومراقبة افكاره ومشاعره .

### 4-2- سمة الانتباه :

يعتبر التركيز او التوجيه او الانتباه احد التقنيات الهامة نفسيا للرياضي، و غرور في ذلك فهو اساس لنجاح التعلم او التدريب او المنافسة في اشكالها المختلفة، فتشتت الانتباه، او عدم التركيز يثر سلبا على الاداء.

ان الكثير من الرياضيين يرجعون بسبب انخفاض أدائهم في المنافسة الى فقدان التركيز وكثيرا ما نسمع الرياضي يقول بعد المنافسة مبررا ضعف المستوى او الاداء او الفشل اني فقدت التركيز كما بغو المدربون ضعف مستوى فريقهم الذين يدرّبونه الة فقدان تركيزهم اثناء المنافسة.

والانتباه يعني تركيز العقل على واحد من بين العديد من الموضوعات الممكنة ، او تركيز العقل على فكرة معينة من بين العديد من الافكار، ويتضمن الانتباه الانسحاب او الابتعاد عن بعض الاشياء، حتي يتمكن التعامل بكفاءة مع بعض الموضوعات الاخرى التي يركز الفرد انتباهه. (اسامة كامل راتب ، 2004 م ص 361 )

### 4-3- درجة اليقظة:

هناك بعد آخر للتركيز او عملية الانتباه يتعلق بدرجة اليقظة وتفي مدى وعي الفرد بالمنبهات الحسية وكيف يستجيب لها ، ان هناك بعض من الرياضيين يمتلكون درجة عالية من اليقظة تساعدهم على سرعة الاستجابة وسهولة التكيف مع المؤلفات والمواقف او المميزات الجريرة الاتي يتعرضون لها، بينما البعض الاخر تكون استجابتهم بسيطة عندما بوجهه لهم التنبيه من قبل المدرب وحتى من الجمهور.

اذن نرى كل من لكل هذه السمات صلة وطيدة مع تصرف اللاعب السريع في المواقف الدفاعية او الهجومية اثناء اللعب ولا يستطيع ان يعطي القرار السريع والصحيح عند القيام بالاداءات التقنية او المهارية والخططية لانه في ظروف اللعب المتوترة فان الوصول لسرعة اتخاذ القرار او المسؤولية لن تكون امرا سهلا، حيث توجد عوامل مشتتة منها الذاتي ومنها الموضوعي، واصعب عامل مشتت حيث توجد عدة عامل مشتت لانتباه يشكله الجمهور بردود افعاله الحادة دائما التي تحول انتباه اللاعب وتمنعه من التركيز.

### 4-4 مفهوم الثقة بالنفس:

تعرف الثقة بالنفس لدى بعض المهتمين بالدراسات النفسية للرياضي بانها درجة التأكد او الاعتقاد يمتلك الرياضي عند مدى قدرته عن تحقيق النجاح في الرياضة.

ولا شك ان توقع الرياضي لنتائج داءه عاملا هاما من حيث التأثير علي نتائج الاداء ، بمعنى اخر يمكن اعتبار الثقة بمثابة الزيادة في درجة التوقع لنتائج الاداء او بمعنى اخر فان الثقة بالنفس تعني مدى كد اللاعب من قدرته على تحقيق انجاز معين. (اسامة كامل راتب 2004 م ص 151 )

لذلك نرى ان النتائج النهائية لعملية التفكير لاي من القرارات المتخذة تكون مصاحبة بالثقة السلمية.

### 4-4-1- خصائص الثقة بالنفس :

عندم يتمتع الرياضي بالثقة فان ذلك يساعده على تطوير ادائه الرياضي من خلال طرق مختلفة ناقش اهمها على النحو التالي:

### 4-4-1-1 : قيمة الذات:

يعتبر مفهوم الذات من المفاهيم النفسية الهامة لكل شخص ويبدل كل شخص الكثير من اجل حماية ذاته وغالبا فان المدربين الأكفاء يسعون الى تدعيم قيمة الذات لدى الرياضيين اقتناعا ان قيمة الرياضي لذاته هو مفتاح الدفاعية.

ان الثقة بالنفس تعتبر بمثابة التعبير عن قيمة الشخص لذاته ، كما ان الخبرات الرياضية المبكرة ذات اهمية كبيرة في تشكيل الثقة في النفس لدى الرياضيين فهؤلاء الذين لديهم خبرة ممكنة يكونون اكثر ثقة بأنفسهم ، يشجعون بلزيد من قيمتهم ،

ويصبحون أكثر دافعية لمواصلة التفوق ، وفي المقابل هؤلاء الذين لديهم خبرات فشل مبكر يصبحون أقل ثقة بأنفسهم ويشعرون بقيمة أقل لأنفسهم. (اسامة كامل راتب 2004 م ص 351-352)

#### 4-1-4-2 الثقة تشير الى الانفعال الايجابي :

تؤثر الثقة في اثاره العديد من الانفعالات الايجابية لدى الرياضيين فهي تبعث فيه الشعور بالحيوية والحماس والبهجة والانتعاش ، والمتعة والرضا ، ويؤثر ذلك حركات الرياضي تتميز بالانسانية والمزيد من القوة والسرعة ، اضافة الى ما سبق فان الثقة تساعد الرياضي على الاحتفاظ بالهدوء والانتراحة خاصة في مواقف المنافسة الضاغطة. (اسامة كامل راتب 2004 م ص 353)

#### 4-1-4-3 الثقة تساعد على التركيز والانتباه :

تساعد ثقة الرياضي على التركيز والانتباه في المباراة ويرجع ذلك الى ان الرياضي لا يجادل تجنب الفشل ( الذي يأتي نتيجة ضعف الانتباه ) ويصبح موجه الاهتمام نحو الاداء، فالرياضي الذي يتسم بضعف الثقة يملكه الشعور بالقلق، ويستحوذ عليه التفكير السلبي ويشغل نتائج الاداء أكثر ما يهتم بالاداء ذاته. (اسامة كامل راتب 2004 م ص 347)+

#### 4-1-4-4 الثقة تزيد المثابرة وبذل الجهد:

تجدر الاشارة الى ان الثقة في توقع النتائج تجعل الرياضي أكثر استعداداً للبدل والعطاء ، وكلما زادت درجة التوقع واصبح الرياضي أكبر ثقة ، كلما ضاعف ذلك من مقدرته على التحمل والمثابرة والتصميم في مواجهة العقبات التي تقابله او المشكلات التي تفترضه ، ويصبح ليس من السهل ان يستسلم للهزيمة تو اذ يفقد الامل، بل ان الرياضي الذي يعتقد ان المكسب او الفوز امرا يعيد المنال وصعب التحقيق ، فان دفعية تقل وحماسه يفتر، وعزمته تضعف لبذل الجهد او مقاومة التعب وربما اعرض عند الاشتراك في المسابقة، وقد يلازمه الشعور السلبي عن قيمة بذل الجهد مادام يتوقع ان الفشل حدوته قريب ، وأدت المكسب امر عسير، اي يفتقد الى وجود الباعث او الحافز الذي يبرره المثابرة في بذل الجهد .

### 4-4-1-5 الأداء بثقة :

ان الافكار والمشاعر و السلوك يتاثر كل واحد بالآخر : فانه كلما تميز الاداء بالمزيد من الثقة زاد الشعور والتفكير بثقة زهدا الاجراء يكون اكثر اهمية عندما يبدا الرياضي فقدان الثقة او منافسه يدرك الامر الذي يستدعي التأكيد على اللثقة من خلال الاداء.

انه من الالهية ان يحرص اللاعب دائما ان يظهر بشكل الواثق من نفسه وادائه في الملعب و ذلك لسوء الحظ فان بعض اللاعبين من خلال بعض التصرفات او الحركات المعينة اثناء المسابقة يظهر بشكل فقدان الثقة لديهم .

ان حرص اللاعب على الاداء بثقة يساعده على الاحتفاظ بروح معنوية عالية ،ى في اثناء الاوقات الصعبة من المباراة، او اضافة الى ذلك يجعل المنافس غير مدرك بالتحديد ناهي المشاعر التي تميز اللاعب .(اسامة كامل راتب 2004 م ص 350)

### 4-4-1-6 التفكير بالثقة :

يعتبر التفكير بالثقة واحد من اهم جوانب الثقة ، فالثقة تتاثر الى حد كبير بالتفكير في استطاعتك في تحقيق الاهداف ، عندما تفكر ايجابيا فان جسمك يستجيب على نحو افضل سلوك يتميز بالثقة.

لقد عبر عن هذا المعنى لاعب المارتون العالمي (بل روجرز ) عندما قال " اذا فكرت انني استطيع الكسب ..... فان ذلك حتما سيحدث "

ان هناك الكثير من اللاعبين يشغلون انفسهم كثيرا بالاداء والنتائج وربما قد حدث مسبقا ادائهم من خلال الافكار وتخييلات وشعور عام بانهم اكفاء او غير اكفاء ، لديهم سرعة الاستجابة للمواقف / ام يفتقدون الى ذلك ، يتمتعون بمقدرة جيدة على تحمل ومقاومة اللعب او ان سرعان ما يلاحقهم التعب والاجهاد .... الخ (اسامة كامل راتب 2004 م ص 351)

5- الكرة الطائرة نشأتها و منافساتها:

تمهيد:

عرفت لعبة الكرة الطائرة عام 1895، و هي اليوم رياضة أساسية في أكثر من 170 بلدا من العالم، تنتشر هذه اللعبة على مستويين أولهما حيث تعتبر مجالا للاستعلام إعادة النشاط فتقام في أي مكان بواسطة أيا كان ثانيهما عالمي فهي رياضة عالمية تخضع لمجموعة من القوانين الصارمة، أنها لعبة مثالية لكي تقام في المدارس و على الشواطئ، أما من ناحية كونها رياضة بحد ذاتها، فتقع في أعلى مستويات الكفاءة، إذ أنها تتطلب السرعة و الرشاقة و القوة، يضاف إلى ذلك كله أنها متعة كبيرة و مستلزماتها بالنسبة للمكان و التجهيزات معتدلة، وقد تطورت تطور ملحوظا في السنوات الأخيرة و يتضح ذلك من زيادة عدد الدول الأعضاء المشتركة في الاتحاد الدولي، و من كثرة عدد اللاعبين الذين يمارسونها، بالإضافة إلى المباريات الدولية العديدة التي تقام فهي كالدورات الأولمبية و البطولات العالمية، و أصبحت الآن بناء على انتشارها لعبة لا تقل شأن على كرة القدم أو كرة السلة عن شعبيتها و مشجعيها، و قد تحولت اللعبة من لعبة ترويجية أولمبية ذات متطلبات عالمية عالية في المهارات الأساسية و الخطط و اللياقة الفنية و من كل النواحي.

إن أداء أي نشاط رياضي في إطار منظم له طبيعته، و خصائصه، و ذلك لأغراض لا بد من الوصول إليها، سواء كانت مادية أو معنوية، و للوصول إليها يجب أن تكون في طابع تنافسي مضبوط بقوانين و أحكام.

ولهذا الغرض خصصنا فصلنا هذا لإبراز ما هي طبيعة المنافسة الرياضية؟ و ما هي خصائصها؟ و كذا القوانين التي تضبطها.

5-1- انتشار و شعبية الكرة الطائرة:

انتشرت الكرة الطائرة على مستوى الشعبية العالمي عام 1900 عندما أصبحت كندا أول دولة تتبنى هذه اللعبة، و في نفس العام انتقلت اللعبة إلى الهند و الفلبين و البيرة سنة 1910م ثم انتقلت إلى إنجلترا 1914، و قد دخلت لعبة الكرة الطائرة إلى أوروبا عن طريق الجيش الأمريكي خلال الحرب العالمية الأولى، و بعد انتهاء الحرب انتقلت إلى يوغسلافيا 1918م و في تشيكوسلوفاكيا و بولندا 1919 م، و في الاتحاد السوفياتي 1922 و في إفريقيا. (علي مصطفى طه، ص 25 - 26).

5-2- أهم التواريخ الهامة في تطور الكرة الطائرة:

- 1985 ← الكرة الطائرة تحت اسم مينوليت بواسطة وليم مورغان.
- 1896 ← تغيير اسم اللعبة إلى الكرة الطائرة بواسطة د. هالسيتر.
- 1897 ← صدر أول كتيب لقوانين و أسس اللعبة من جمعية الشبان المسيحية بالو. م. أ.
- 1900 ← كندا أول دولة تمارس الكرة الطائرة خارج الو. م. أ.
- 1915 ← انتقلت لعبة الكرة الطائرة إلى كوبا.
- 1916 ← انتقلت لعبة الكرة الطائرة إلى الصين.
- 1918 ← انتقلت لعبة الكرة الطائرة إلى اليابان.
- 1918 ← انتقلت لعبة الكرة الطائرة إلى فرنسا.
- 1913 ← أول دورة أسيوية.
- 1914 ← انتقل إلى إنجلترا بواسطة الشبان المسيحية و الجيش الأمريكي.
- 1922 ← أول بطولة للكرة الطائرة في الولايات المتحدة و كندا.
- 1927 ← ظهر أول كتاب للكرة الطائرة في روسيا بواسطة تشير كاسوف.
- 1928 ← \* أول خطوة لإنشاء اتحاد دولي للكرة الطائرة مكون من ( 13 دولة) مقره باريس و هم ( بلغاريا، تشيكوسلوفاكيا، مصر ، فرنسا، هولندا، النمسا، بولندا، إيطاليا، البرتغال، رومانيا، الأروغواي، أمريكا، يوغسلافيا) و اختصار أول رئيس للاتحاد الدولي للكرة الطائرة ( FIVB ) بول لبيود من فرنسا.
- 1964 ← أول دورة أولمبية تشترك فيها الكرة الطائرة بطوكيو و قد اشتركت فيها ( 10 فرق رجال و (6 فرق نساء، و قد فاز الاتحاد السوفياتي ببطولة الرجال و اليابان ببطولة النساء.

1972 م ← ثالث دورة أولمبية في ميونيخ (ألمانيا) و قد فاز رجال اليابان، و سيدات الاتحاد السوفياتي بالميدالية الذهبية.

1980 م ← الدورة الأولمبية الخامسة (موسكو) و قد فاز الاتحاد السوفياتي بالميدالية الذهبية للرجال و السيدات

\*أصبح الاتحاد الدولي يضم (135) اتحاد إقليمي.

1988 م ← الدورة الأولمبية السابعة سيول (كوريا) و قد فازت أمريكا (رجال) و سيدات روسيا بالميدالية الذهبية.

1996 م ← الدورة الأولمبية أتلانتا (أمريكا) و قد فاز رجال هولندا، و سيدات كوبا بالميدالية الذهبية.

1998 ← تقام بطولة العالم للرجال و السيدات في اليابان و التي تعتبر آخر بطولة دولية في القرن العشرين. (علي مصطفى طه،

سنة 1999. ص 26).

بعد دراستنا المعمقة لأهم التواريخ في الكرة الطائرة و بمشاركة عدة دول و فوزهم بعدة بطولات.

### 5-3- تاريخ الكرة الطائرة و تطورها في الجزائر:

نشأت الكرة الطائرة في بلادنا قبل الحرب العالمية الأولى و في أثناء هذه المرحلة بعدد من الفرق التي كانت منضمة في الاتحاد

الفدرالي للمؤسسات الجمبازية للشمال الإفريقي..... (Revuesham n : 02. 1988 page 09.)

ظهرت الكرة الطائرة في بلادنا على أيدي الاستعمار الفرنسي حيث كان الفرنسيون يمارسون هذه اللعبة و لم يمر وقت طويل

حتى بدأت بالظهور في صفوف الجزائريين حيث ظهرت عدة فرق في تلك الفترة منها: أولمبي بلكور، حيدة و فريق العلمة.

لم تكن الكرة الطائرة تمارس رسميا إلا في سنة 1932 م مع إنشاء فدرالية لشمال إفريقيا للكرة الطائرة، نشأت الحركة أولا في

الجزائر العاصمة، بعد ذلك توسعت في المغرب ثم منطقة وهران قبل أن تنتشر في منطقة قسنطينة و تونس.

في الأربعينيات كان للكرة الطائرة الجزائرية عدد كبير من المماتزين منهم: ولد موسى سعيد، الإخوة بوركايب جبران، ماضيو و

فريكيوي.....

بعد الاستقلال عرفت الجزائر إنشاء الاتحادية الجزائرية للكرة الطائرة و ظهور التاريخ الوطني للذكور بتاريخ 08 سبتمبر

1964 م أسس الفريق الوطني للإناث و تم إدخال الاتحادية الجزائرية ضمن FIVB و هذا بفضل الدكتور "بوركايب" و

بمساعدة عدد من المتطوعين حيث بلغ عدد المنخرطين آنذاك حوالي 120 منخرط مما يدل على أن ممارستها تقتصر على فئة معينة من المجتمع، مع الوقت صعدت الكرة الطائرة الجزائرية إلى الأعلى رغم ضآلة الإمكانيات بسبب السياسة الرياضية المنتهجة من الأطراف الوصية التي استصغرت هذا النشاط كمثال على ذلك، فقد كان أجر أحسن لاعب في الكرة الطائرة أقل أجر من آخر لاعب كرة قدم في أي فريق.

شاركت الجزائر لأول مرة بفريقها "الذكور" في ألعاب الصداقة الثالثة "بديكار" في أبريل عام 1963م.

و في 23 نوفمبر 1976 م تم التصريح بالإصلاح الرياضي في إطار الدستور الوطني، فجهزت الجمعيات الرياضية بكل الوسائل المادية و البشرية تحت قانون التربية البدنية و الرياضية من أجل نشر و تطور الرياضة الجزائرية و الكرة الطائرة بالخصوص. (page.2 a 6، Fivb 2000).

كانت أول مشاركة للفريق الوطني ذكور في البطولة العالمية الجامعية سنة 1977 م و التي أقيمت ببيلغاريا، و بعدها كانت أول مشاركة ضمن البطولة العالمية التي احتضنتها أثينا عام 1968م. (page 22، Grimeh : Idem).

في سنة 1991 م شارك الفريق الوطني في ألعاب البحر الأبيض المتوسط باليونان، كما ظهرت بوجه مشرف و احتلت المرتبة الأولى في الدورة الإفريقية الخامسة التي أقيمت بالقاهرة في نفس السنة، و احتلت المرتبة التاسعة بالبطولة العالمية التي جرت بيابان و كذا مشاركتها في الألعاب الأولمبية في برشلونة عام 1992م بينما لعبت لإفريقيا في أكتوبر 1993 م و شاركت في البطولة العالمية بإيطاليا سنة 1994 م و في سنة 1998 كانت ثاني مشاركة في البطولة العالمية باليابان.

أما بالنسبة للسيدات فقد كانت هن أول مشاركة لإفريقية سنة 1978م بالجزائر و فوزهن باللقب الإفريقي و تحصلهن على الميدالية الفضية إثر المشاركة في الألعاب العربية الثامنة التي احتضنتها بيروت.

و على المستوى كان فريق بريد تلمسان أول فريق جزائري فاز ببطولة المغرب العربي للأندية لسنة 1971 م بوهران. (page 22، Grimeh : Idem).

و في كلمة أخيرة فإن الكرة الطائرة الجزائرية فرضت نفسها في وسط العديد من الرياضات الأخرى المختلفة رغم قلة الإمكانيات و وسائل الرياضة و الرفاهية.

5-3-1- بالنسبة لقاعدة الصد:

- إن أي كرة موجهة إلى ملعب الخصم يمكن صدها بما في ذلك الإرسال.
  - يعتبر اللاعب أنه يحاول القيام بعملية الصد إذا وضع أي جزء من جسمه فوق الحزام مستوى الحوافز العليا و هو قريب منها.
  - للفريق الحق في لمس الكرة ثلاث لمسات بعد عملية الصد.
- و بعد الدورة الأولمبية التي أقيمت في موسكو سنة 1980 م تمت التعديلات الآتية:
- ارتفاع العمود الحامل للشبكة 255 سم و يكون مستديرا مع منع استعمال الحبال التثبيتية على الأرض، و يثبت العمود على بعد 100.51 سم من كل خطي الجانب.
  - تكون أرقام اللاعبين من 1 حتى 15.
- و بالنسبة للتعديلات التي أقرت في الدورة الأولمبية بلوس أنجلوس سنة 1984 م تم كالاتي:
- تصنع الشبكة من خيوط داكنة اللون.
  - يتميز رئيس الفريق بوضع شريط من القماش مقاسه  $8 \times 2$  سم على الجانب الأيسر من الصدر و يكون مختلف عن لون الفاتلة.
  - في لمس الكرة: عند استقبال اللمسة الأولى للكرة الآتية من الفريق المنافس فإنه يسمح أن تلمس الكرة أجزاء متعددة على التوالي و فورية في نفس الوقت الحركة حتى لو كانت الكرة قد تم صدها على شرط أن لا تلعب الكرة بالأصابع.
  - في ضربة الهجوم أو الضربة الهجومية: تعتبر الضربة الهجومية أنها قد تمت إذا اجتازت الكرة بالكامل المستوى الرأسي للشبكة أو إذا لمست القائم بالصد (حائط الصد) لضربة الإرسال.
- و فيها تختص بما أقرته دورة سيول الأولمبية سنة 1988 م فقد تمت التعديلات الآتية:

- يجب أن تحاط أرض الملعب بمنطقة حرة مستطيلة حول الملعب بما لا يقل على 3 متر سواء في الملاعب المكشوفة أو المغطاة.
- تمتد نقطة الإرسال في العمق إلى نهاية المنطقة الحرة.
- تصنع الشبكة من خيوط نايلون سوداء بعيون مقاسها 10 سم.
- توضع أرقام فائلة اللاعبين في منتصف الصدر و الظهر، و يجوز أن يضع النظارات على مسؤوليتهم الخاصة. (أين وديع فرج 1989، ص 30).

### 5-3-2- نظام التسجيل و الفوز:

- يفوز الفريق الذي يسجل 15 نقطة أولاً أو بفارق نقطتين 16 - 14 و عموماً فإن النقطة المحدد الوصول إليها هي 17، أي أنه بعد التعادل 16 - 16 فإن الفريق الذي يسجل النقطة 17 يفوز بالشوط بفارق نقطة واحدة فقط.
- نظام اللعب في الشوط الحاسم (الخامس): في حالة التعادل 2 - 2 فإن الشوط الحاسم يلعب بنظام تتابع النقط لكسر التعادل.
- في الشوط الحاسم تسجل نقطة عندما يفوز الفريق بتبادل الكرة بإحدى النتائج التالية:
  - يسجل الفريق المرسل نقطة و يستمر في الإرسال.
  - يرسل الفريق المستقبل حق الإرسال مع تسجيل نقطة.
  - فترات الراحة بين جميع الأشواط مدتها 3 دقائق و يتم خلالها تبديل اللاعب و تسجيل ترتيب الدورات للفريقين في ورقة التسجيل.

عموماً فالملاحظ أن نقط القانون الأساسية قدمت سنة 1922 م أما جميع التعديلات التي حدثت بعدها فتعتبر تعديلات ثانوية.

### 5-4- نبذة عن تاريخ تطور المهارات و الخطط:

يمكن تقييم تطور المهارات و الخطط في اللعبة إلى ثلاث مراحل أساسية:

- المرحلة الأولى: منذ نشأتها في سنة 1895 م حتى سنة 1922 م.

في بدأ عهد اللعبة كان مسموحا بقذف الكرة باليدين عند استلامها و لذلك فقد كانت الأخطاء قليلة جدا، و كانت الكرة تمرر عدة مرات بين أفراد نفس الفريق الواحد في محاولة لتوصيلها إلى الفريق المنافس من فوق الشبكة كما كان مسموحا للاعب بأن يرفع الكرة عدة مرات لنفسه عاليا إذا لم يستطع توصيلها إلى زميل ما و كان الإرسال يؤدي إلى أي أسلوب.

- المرحلة الثانية: منذ سنة 1922 حتى سنة 1950 م:

تطور الإرسال تدريجيا و بدأ يأخذ شكلا قويا خطرا على اللعب ذلك لأنه أصبح أكثر حدة و قريبا من حافة الشبكة العليا من توجيهه للمعب الخصم و لهذا كان السبب في تعديل القانون برفع الشبكة و قد كان الإرسال من الأعلى كان قليل الاستعمال ثم بدأ في أخذ مظاهر عدة من التنوع الأداء و الاتجاه.

و دخلت عملية الوثب في اللعب تدريجيا مع الاهتمام بعملية رفع الكرة و ضربها ساحقا، و ابتداء ضرب الكرة بالوثب من الوقوف ثم بالجري لمسافة متر لكي تحصل على وثبة عالية ثم أصبح الجري يؤدي مائلا لمسافة 2 متر تقريبا و لم يكن هناك تنوع في الضربات الساحقة حيث كان الضرب الساحق الموجه هو الأكثر شيوعا و مع تطور اللعبة تطورت الضربات الساحقة تدريجيا.

و نستطيع أن نقول هنا أن اللعب بدأ يأخذ مظهرها اجتماعيا تقلوبنا بسبب أفراد الفريق و أصبح لكل لاعب جزء من الملعب تختص بمحاولة الدفاع عنه.

و قد كان هناك شبه تخصص في اللعب كلاعب يتخصص لإعداد الكرة و آخر لضربها و آخر يؤدي الإرسال الهجومي القوي الحاد، و تطور بعد ذلك الإرسال الجانبي من أسفل حيث أخذ يعلو تدريجيا إلى أن أصبح الإرسال الخطافي من أعلى. (ألين وديع فوج 1989، ص 32).

- المرحلة الثالثة: منذ سنة 1950 حتى الآن:

لقد تنوعت المهارات و تعددت بالنسبة لأهميتها في تحقيق النجاح في المباريات و أصبح عددها 17 مهارة و مرتبة حسب أهميتها.

بناء على تقييم مباريات الكرة الطائرة في بطولة أوروبا سنة 1963 م كالاتي:

المهارة	نسبة الاستعمال في المائة
1 التمرير باليدين من أسفل	20%
2 الإعداد الأمامي	18.9%
3 الضرب الساحق المواجه	14.9%
4 الصد باللاعبين	12.9%
5 الإرسال المواجه المفتوح (بدون دورا الكرة)	8.3%
6 الإعداد الخلفي	3.4%
7 التمرير من أسفل بيد واحدة	3.2%
8 الضرب الساحق المواجه بالدوران	3%
9 الصد بلاعب واحد	2.7%
10 الإعداد بالسقوط	2.3%
11 الإرسال المسموح الجانبي (بدون دوران الكرة)	2.1%
12 الهجوم الخادع (التمرير من أعلى بيد واحدة)	2%
13 الإرسال المواجه من أعلى	1.9%
14 الصد بثلاثة لاعبين	1.4%
15 التمرير من أسفل بالانطباع المزلق (الغطس)	1.2%
16 الإرسال الجانبي من أعلى	1%

17 -الضرب الساحق الخطافي	0.3%
--------------------------	------

الجدول 1: يبين بطولة أوروبا للمهارات (ألين وديع فرج 1989، ص 34).

## 6-النمو البدني و الحركي:

إن انتظام التدريب في الكرة الطائرة و استمراره يقوم بدور أساسي في تحسين اللياقة البدنية بعناصرها المختلفة:

**1-6 القوة العضلية musculairestengt** : فإن اللعبة تعمل على تقوية الأربطة و الأوتار و العضلات العاملة ، إذ تقوي عضلات التحدين من خلال وقفة الدفاع، و تزداد قوة الوثب من خلال مهارات الضرب الساحق و الصد.

و تقوي عضلات البطن من خلال السقوط و الدحرجات ثم الوقوف، و تقوي عضلات الذراع من خلال مهارات الإرسال و التميرير و الضربات الساحقة. كما تقوي أجهزة الجسم العضوية كالجهاز الدوري التنفسي و الجهاز الهضمي و غيرها من الأجهزة الأخرى من خلال ممارسة اللعبة.

## 2-6- اكتساب التحمل: endurance

تحدث نتيجة الحركة الدائمة للاعب أثناء اللعب، فالبرغم من أن مسافة الجري التي يؤديها اللاعب داخل الملعب لا تزيد عن 15 متر بأي حال من الأحوال، إلا أننا نجد أنه لا توجد ثانية من الوقت يقضيها اللاعب بدون حركة كما أن عدم ارتباط المباراة بزمن معين يعمل على استمرار اللعب إلى فترة طويلة (ألين وديع فرج 1989، ص 54).

## 3-6- السرعة speed:

أيضا من خلال الاشتراك في اللعب، فالقدرة على ملاحظة اتجاه طيران الكرة التي ستضرب ضربة ساحقة و الجري السريع للمكان المناسب و انقباض سريع في عضلات الذراع لضرب الكرة ضربة ساحقة مفاجئة في ملعب المنافس، و أيضا الحركة السريعة من الجسم كلف في اتجاه وصول الضربة الساحقة للاعب و الدفع السريع من اليدين لصد الكرة التي تعبر بسرعة 90 ميل/ساعة تقريبا، و ما إلى ذلك من حركات الانتقال السريع إلى مكان وصول الكرة للدفاع عنها العمليات التي تحتاجها اللعبة، كل ذلك يساعد على التحسين بسرعة الانتقال و سرعة الأداء و سرعة رد الفعل لدى اللاعبين.

#### 6-4- الرشاقة: agility:

و تتحسن من خلال الكثير من الفرص اللعب التي تحول اللاعب من حركة إلى أخرى بسرعة هادفة حسب المواقع العديدة المفاجئة، كما أن حركة طيران الكرة المفاجئة من المنافس ينتهي بسرعة تغيير اللاعب لاتجاهه و سرعة تعديل أداء الحركة بصورة تتناسب مع متطلبات تلك المواقف المتغيرة. (ألين وديع فرج 1989، ص 55).

#### 6-5- التوازن: balance

من خلال ممارسة الكرة الطائرة، ليس فقط في القدرة على التوازن الستاتيكي للعديد من المهارات في وقفة الاستعداد و إنما أيضا على التوازن الديناميكي البدني يتميز به اللاعب و نراه واضحا في ألعاب الشبكة سواء في الضرب الساحق أو الصد فمثلا نرى تقدم المهاجم على الشبكة حيث يثب للأعلى في الهواء و يضرب الكرة بقوة كبيرة و هو طائر ثم يهبط على الأرض من عيا عدم لمسه للشبكة و عبوره خط النصف و استعادة اتزانه في الحال للمشاركة و يتبع اللعبة.

#### 6-6- الدقة accuracy :

من حيث إدراك قوة الضربات و سرعتها و دقة إدراك ارتفاع الكرة و بعدها و اتجاهها و المكان المناسب لتوجيهها إليه سواء كان ذلك في التمرير أو الإرسال أو الضرب الساحق أو الصد . (ألين وديع فرج 1989، ص 61).

#### 6-7- التوافق الحركي: caardination

نتيجة ممارسة الكرة الطائرة مما يتطلبه اللعب من جمع بين حركة الجسم مع الرؤية البصرية بطريقة توافقية مثل التوافق بين العين و اليد عند أداء التمريرة و الإرسال و أيضا عندما يندمج اللاعب حركة الرجلين في الجري للمكان و حركة الذراعين في ضرب الكرة أو إيقافها مع الرؤية بالعين لتوجيه الضربة الساحقة للمكان المناسب أو لإبعاد الكرة في عملية الصد.

## 6-8- التكيف: comeepblization

إذ يستطيع اللاعب أن يتعرف على أثر طبيعة جسمه و إمكانيته للحركة و قدرته على العمل و كيف يستطيع أن يجعلها تعمل في الميزة لمكاني الذي يشغله دون إعاقة باقي أعضاء الفريق و الممارسة المستمرة تساعد الفرد على فهم مشكلات اللعب و الانجاز الحركي و يحدث ذلك أثناء تغطية الزميل أو الملعب و الوصول إلى الكرات البعيدة بالغطس و الدرجة و الوثب ثم العودة للمكان بسرعة.

## 6-9- البناء الزمني: temporalepiojction

و تحسين في داخل اللاعب و ذلك من خلال التزامن و العمل لجميع أجزاء الجسم معا و الارتفاع *rythme* و التواصل الصحيح *séquence* في أداء الحركات و هو ما يمكن ملاحظته في حركة مرجعة الذراع في ضربات الإرسال و أيضا في حركة الذراعين و الرجلين عند أداء مهارات الضرب الساحق أو الصد مع مقابلة الكرة في اللحظة المناسبة. و يجدر بالإشارة هنا إلى أن التوازن و الدقة و التوافق الحركي و التكيف كلها قدرات إدراكية تنمي البناء المكاني لدى اللاعب أما التزام و الإيقاع و التوالي فهي البناء الزمني لديه.

## 6-10- النمو العقلي:

تعمل ممارسة الكرة الطائرة على تزويد اللاعب بالمعارف و المعلومات في مجال اللعبة و في مجال العلوم المرتبطة بها و تؤثر فيها و تتأثر بها. و تعتبر نظرة الفرد إلى الأشياء المحيطة به من الرؤية السهلة إلى المراقبة الدقيقة و تحسن انتباه اللاعب و قدرته على التركيز.

و يكتسب الفرد المعرفة فيلم بقواعد اللعبة، و معرفة تفاصيل الأداء الحركي للمهارات المختلفة و خطط اللعب الهجومية، و الدفاعية الفردية منه و الجماعية و التسميات الخاصة بكل المهارات الحركية. و يفسر هذه المعارف و يستنتج المؤثرات التي تؤثر عليها و يتنبأ بالاحتمالات المتوقعة حدوثها، و يعرف الفرد كيف يطبق هذه المعلومات من قواعد و قوانين و مبادئ و نظريات في أثناء ممارسات اللعبة و يستخدمها في مواقف جديدة و مجردة و حصيلة اللاعب بخبرات تساعده على التفهم و تفسير المواقف الجديدة التي تقابله كل يوم و إشراك اللاعب في ممارسة الكرة الطائرة تجعله أقدر على اتخاذ

القرارات التي يمكن عن طريقها الوصول إلى معرفة القيم، و بذلك يملك قدرة أكبر في الوصول إلى قدرات حكيمة، كما يستطيع أن يفرق بين الصواب و الخطأ و بين المنطقي و غير المنطقي بين ذي حساسية بالقيام و تشخيص المواقف المشحونة بالانفعال و المقدرة على اتخاذ القرار بسرعة تحت هذه الظروف المشحونة.

### 6-11- النمو الانفعالي:

إن النجاح في الحياة يتوقف إلى حد كبير على عوامل انفعالية و من علامات النضج الانفعالي أن يكون الفرد متحررا من الاتجاهات السلبية كالأنانية و الاعتماد على الغير و الخوف من تحمل المسؤولية و الانفعال المعتدل ينشط التفكير و الحركة و يزيد الميل إلى مواصلة العمل.

و تعتبر ممارسة الكرة الطائرة مجال جيد لتنمية الميول و الاتجاهات الايجابية فهي لعبة جماعية تعاونية يشعر كل لاعب فيها بمسؤولية في الفريق و الاعتماد على النفس في كيفية مواجهة المنافس، و عن طريق اشتراك الفرد في اللعب.

يشعر بالثقة في النفس و بالسعادة و الرضا، و إيمان الشخص بقدرته على النجاح يمكن تحقيقه عن طريق اللعب و ممارسته لخبرات ناجحة فيه، الملعب يعتبر مكان ممتازا يستطيع فيه الفرد أن يمارس التحكم في عاطفته و القدرة على ضبط النفس في المواقف التي تثير الانفعال، و البعد عن القلق و الاندفاع، كما يتيح للفرد التفكير و اختيار أنسب الاستجابات للمواقف السريعة المتبقية.

### 7- الظواهر البدنية و المرفولوجية:

#### 7-1- المتطلبات البدنية:

في الكرة الطائرة تتراوح هذه المقابلة بين 85 د و 130د، و مدة استرجاع الكرة تتراوح بين 07 و 10 ثواني إلى 60 ثانية بالنسبة لانقطاع اللعب.

خلال المقابلة يقوم اللاعب بحركات صغيرة كالقفز للصد أو الهجوم أو الارتقاء، و يكون متبوعا بفترة استرخاء ناتجة عن انقطاع اللعب كالوقت المستقطع أو استبدال لاعب آخر. و على هذا الأساس فإن الكثير من المؤلفين يعتبرون الكرة الطائرة كتخصص رياضي يتطلب مشاركة المراحل الطاقوية المختلفة "هوائية"، "لا هوائية" و الكرة الطائرة مرتبة في المراحل اللاهوائية

بنسبة 90% لاكتيك و اللا لاكتيك و 10% للمرحلة الهوائية "اللاكتيك" و المرحلة الهوائية ( Fox- MATHEUS. 1983 (PAVIS sd

و حسب جيونات 1980 م فإن الكرة الطائرة مصنفة في المرحلة الهوائية بنسبة 50% بمشاركة معتبرة للمرحلة اللاهوائية اللاكتيكية بنسبة 10% (CARDINAL 1980 P BQ.)

### 7-2- الاستطاعة الهوائية: *capacitéaérobic*

المداومة الهوائية و المداومة العضوية، هذه الصفات تسمح بمواصلة المجهود و تستغرق مدة طويلة و ذات شدة قريبة من القصوى، حيث لا ينتج عن ذلك إنتاج فائق.

### 7-3- القدرة الهوائية القصوى:

قدرة النظام الهوائي التي تجعل اللاعب يبذل مجهودا أفضل من 04 إلى 10 دقائق للاستهلاك الأقصى الأوكسجين و هذه الفترة التي تقوم بمجهودات تكون كمرجع للمداومة ذات مدة قصيرة . (MCardel.W/1983/p 146.)

### 7-4- القدرة اللاهوائية، *puissance aérobiemalactique* اللاحمضية

نتوصل إلى قدرة النظام اللاهوائي الحامضي خلال العشر ثواني الأولى من المجهود الأقصى و هذا المجهود يتكون من حركات انفجارية كالقوة القصوى و قوة السرعة، تعتبران من المتطلبات الأساسية التي لا تعتمد عليها الحركات التنفسية التكتيكية، الديناميكية و ذلك في تبادل الكرة مع الفريق الخصم.

### 7-5- القوة القصوى:

هي القوة العظمى المطبقة من طرف النظام، النور و على " neuromusculaire" و التي تطبق من خلال الانقباض الإداري الأقصى، و يكون تقسيما في ثلاث مراحل:

- قوة مركزة.
- قوة غير مركزة.
- قوة متساوية.

و تنقسم القوة القصوى إلى قسمين:

### 7-5-1 القوة المطلقة:

هي القوة التي تطبق من طرف العضلة أو مجموعة عضلية خلال انقباضها دون الأخذ بعين الاعتبار كتلة اللاعب و مدة تطبيق هذه القوة.

### 7-5-2 القوة المرتبطة:

هي القوة القصوى المطبقة خلال انقباض عضلي من طرف وحدة الكتلة البدنية.

### 7-5-3 قوة السرعة "القدرة العضلية":

هي استتالة النظام العصبي و العضلي للتفوق خلال المقاومة بأكبر سرعة ممكنة لانقباض العضلات (p. 1983. Mv AR dle. 144.)

نرى أنه يستلزم أن يتميز لاعب الكرة الطائرة بهذه المظاهر و المتطلبات حتى يكون متفوق في منافساته.

### 7-5-4 قوة المداومة "المداومة العضلية":

هي الصفة التي تسمح للمجموعة العضلية بتنمية التسديد بالقرب من أقصى إلى أكبر مدة ممكنة في ظروف هوائية، لاهوائية و مختلطة.

### 7-5-5 الليونة "المرونة" *lisibilité*

هي الصفة التي تسمح بتنفيذ حركات طويلة المدى و مستوى مروره ممد بشكل العقد و امتداد العضلات.

### 7-5-6 التنسيق:

تتطور هذه الصفة ابتداء بالعمل على تغيير أماكن بداية الحركة و مكان تنفيذ الكرة. (p 144. MCardle .w :i dem )

7-5-7- عمر اللاعبين:

متوسط عمر اللاعبين خلال بطولة العالم 1998 م يتراوح ما بين 17 و 37 سنة و الجدول "أ" يوضح لنا أعمار اللاعبين خلال بطولة العالم أكابر في سنة 1998 م باليابان حيث 85% من اللاعبين في هذه الدورة تتراوح أعمارهم بين 20 و 29 سنة. (MCardel.W/1983/p 145.)

الجدول "أ"	العمر	19-17 سنة	24-20 سنة	29 - 25 سنة	37-30 سنة	المجموع
عدد اللاعبين	12	106	137	32	287	
متوسط اللاعبين	18.3	22.3	36.7	31.7	287	
النسبة المئوية	0.4%	37	48%	11%	100%	

جدول 2: يوضح لنا أعمار اللاعبين خلال بطولة العالم أكابر في سنة 1998

7-5-8- طول اللاعبين:

متوسط طول الفرق في البطولة العالمية 1998 م هو 196 سم و متوسط طول اللاعبين لأربعة أحسن فرق هذه الدورة هو 197 سم و هي ممثلة في الجدول "ب":

الطول	1 إيطاليا	2 يوغسلافيا	3 كوبا	4 البرازيل	المجموع
عدد اللاعبين	12	12	12	12	48
الأدنى	178	192	192	184	178
القصوى	204	206	206	209	209
متوسط	195.2	197.3	197.7	197.2	197

جدول 3: متوسط طول اللاعبين لأربعة أحسن فرق هذه الدورة

### 7-5-9- ارتفاع السحق:

المتوسط العام لدى 287 لاعب أثناء الارتفاع في السحق في البطولة العالمية لسنة 1998 م هو 341 سم مع ارتفاع أقصى 386 سم و الارتفاع الأدنى 301 سم نتيجة الفرق المرتبة من 1 إلى 4 أنجزت متوسط ارتفاع 344 سم.

### 8-التقنيات في الكرة الطائرة:

#### 8-1- المهارات الحركية في مجال الكرة الطائرة:

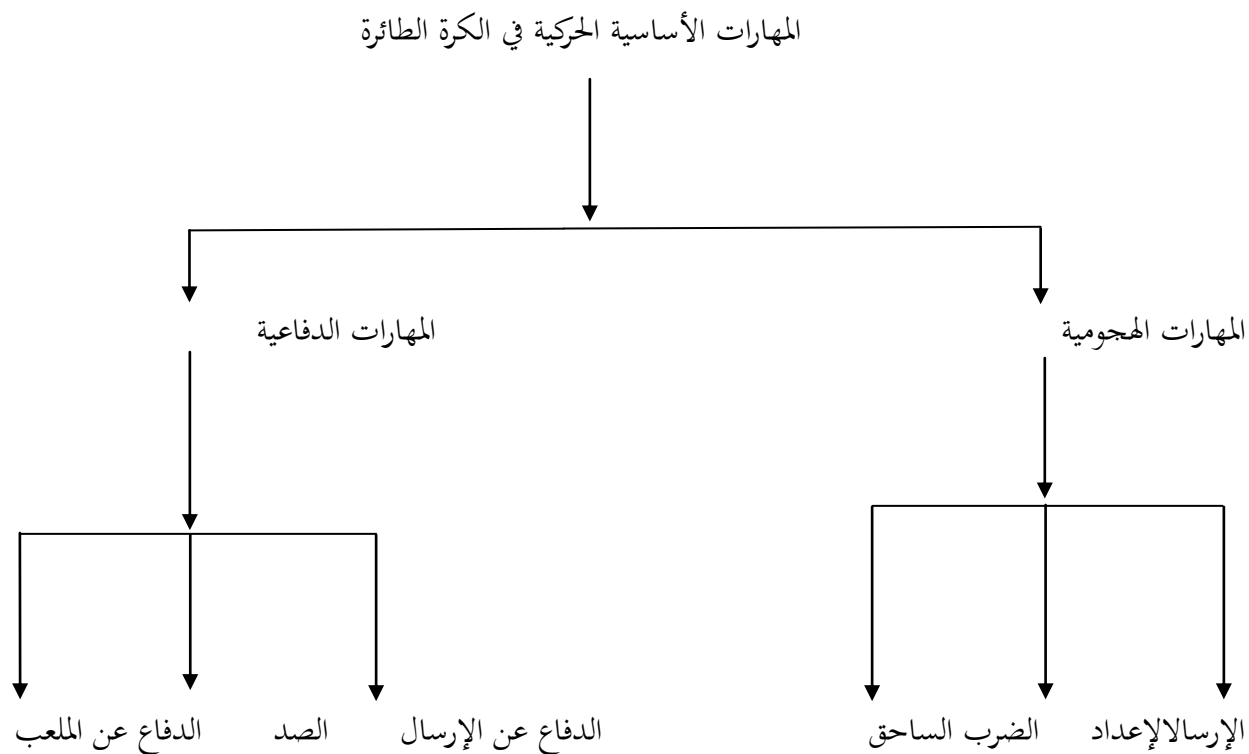
المهارات في الكرة الطائرة تعني كل الحركات الضرورية الهادفة التي تؤدي بغرض معين في إطار قانون لعبة الكرة الطائرة، سواء كانت هذه الحركات بالكرة أو بدونها و المهارات الحركية في الكرة الطائرة تختلف عنها في الألعاب الأخرى بسبب الطبيعة الخاصة للعبة حيث يتم التعامل مع الكرة بأطراف الأصابع مرة و مرة أخرى بجزء من ساعده و مرة ثالثة بالكف مفتوح أثناء الضرب و الصد الذي انعكس بالثاني على أسلوب التدريب نظرا لتوسعها و كثرتها و ارتباطها بالمهارات الحركية البدنية كالجري و الوثب و الخداع، و تستدعي من اللاعب تنوعا في أدائها وفقا لاختلاف ظروف اللعب المستمر من حيث مكان اللاعب في الملعب و الذي يعتبر من أصغر ملاعب الألعاب الجماعية مما أضاف إلى اللعب ديناميكية و إثارة خاصة عند مشاهدة مهارات اللعبة، فارتباط اللاعب و تحركه و أداءه ضد الخصم رغم وجود الشبكة أو تحركه مع الزميل للتغطية أو الخداع على الشبكة تتطلب سرعة في أداء المهارات مع الدقة و القدرة على تغيير السرعة و الاتجاه خاصة في ألعاب الشبكة.

(زكي محمد محمد حسن، 1998. ص 16.17).

تنقسم المهارات في الكرة الطائرة إلى 6 مجموعات أساسية هي:

- الإرسال
- الدفاع عن الإرسال
- الإعداد
- الدفاع عن الملعب
- الصد
- الضرب الساحق

و تنقسم هذه المهارات إلى مجموعتين أحدهما هجومية و الأخرى دفاعية كما هو موضح في الجدول:



شكل 2 : المهارات الأساسية الحركية في الكرة الطائرة

8-2- الإرسال:

8-2-1- تعريفه:

الإرسال هو جعل الكرة في حالة اللعب بواسطة اللاعب الذي يشغل المكان الخلفي الأيمن، و تمكنه أن يضرب الكرة باليد (مفتوحة أو مقفولة) أو بأي جزء بهدف عبورها من فوق الشبكة إلى ملعب المنافس. ( زكي محمد محمد حسن، 1998. ص 10.)

### 8-2-2- أهمية:

يتميز الإرسال بأنه أحد المهارات التي لها طابع هجومي في الكرة الطائرة، و تعتبر القدرة على التحكم في أداء الإرسال صحيحا عملية هامة لأنه بواسطة إتقان أداء الإرسال يستطيع اللاعب كسب نقطة خاصة و أن اللاعب يكون في أداءه مستقلا و غير مرتبطا بزملائه أو بالفريق المنافس.

و لقد كان الإرسال الخطائي حتى سنة 1960 م له خاصية الإرسال القوي مضمون النجاح، أما الآن فقد أصبح الإرسال المتموج ذات أهمية كبرى.

و تشمل حصة الإرسال 13 % من المهارات من حيث تكرار استعمال هذه التقنية في اللعب حسب تقييم المهارات في دورة العالم التي أقيمت في براغا سنة 1966 م.

يعتبر الإرسال عاملا في اللعب و كلما كانت الضربات قوية كلما كان تأثيرها ايجابيا على الفريق. ( زكي محمد محمد حسن، 1998. ص 11 . 12).

### 8-2-3- أنواع الإرسال:

#### 8-2-3-1- الإرسال بدوران الكرة:

و يعني بذلك ضرب الكرة باليد بطريقة معينة بحيث يؤدي ذلك إلى دورانها أثناء طيرانها في الهواء و يشمل:

- الإرسال المواجه من الأسفل.
- الإرسال الجانبي من الأسفل.
- الإرسال المواجه من الأعلى.
- الإرسال الجانبي من الأعلى.

### 8-2-3-2- الإرسال بدون دوران الكرة المتموج:

يعرف هذا النوع من الإرسال أيضا بالإرسال المتموج بالنسبة لتذبذب الكرة و هي في الهواء و يتطلب من اللاعب درجة تركيز عالية عند الاستلام، ذلك أن تموج الكرة أثناء طيرانها تؤدي إلى صعوبة تقدير الاستلام و هو ينقسم إلى نوعين:

- إرسال التنس المتموج (الإرسال الأمريكي).
- الإرسال الخطافي المتموج (الإرسال التبان).

### 8-2-3-3- الدفاع عن الإرسال: Forest passe

الدفاع عن الإرسال هو استخدام الكرة المرسله من المنافس و تمريرها من أسفل إلى أعلى نتيجة ارتدائها على الساعدين بهدف توجيهها للزميل في الملعب.

/ أهمية:

يعتبر الدفاع عن الإرسال و الذي يطلق عليه التمرير من الأسفل أحيانا بأنه أحد المهارات الدفاعية الهامة في الكرة الطائرة و أي خطأ فيه يؤدي إلى فوز الفريق المنافس بنقطة، و من هنا تظهر أهميته.

كما يؤثر الدفاع عن الإرسال على عملي الإعداد و الهجوم التاليين و لذلك فإنه ينبغي توافر إمكان رفع الكرة عاليا و دقة توجيهها للزميل المعد، و لقد تغير الدفاع في السنوات الأخيرة و أصبحت تؤدي باستلام الإرسال بالمصطلح الداخلي للساعدين متلاحقين، و لذلك لما لها من قيمة في تحقيق ضمان استلام الكرة بدون حدوث خطأ، و حسن رفعها لتوصيلها للزميل، و ترجع القدرة على التحكم في رفع الكرة إلى أكبر مساحة المنطقة التي تلامسها على الساعدين عند لعبها و يعتبر الدفاع عن الإرسال مهارة مستقلة و غير متعلقة بباقي أفراد الفريق و هو يستخدم نسبة 12% تقريبا لباقي مهارات الكرة الطائرة.

### 8-3- الإعدادات: SET –UP

الإعداد هو استلام الكرة باليدين فوق الرأس و أمامها تقريبا و تمريرها لأعلى مع تعيين اتجاهها بدون استقرارها على اليدين (علي مصطفى صه، 1999 م ، ص 23 .)

#### 8-3-1 أهميته:

يعتبر الإعداد أو التمرير من أعلى كما يطلق عليه أحيانا هو المهرة الأساسية في الكرة الطائرة، و يهدف الإعداد إلى تمرير الكرة من الأعلى برفعها في المكان المناسب للضربات الهجومية و قد يكون هذا الإعداد من اللمسة الأولى، إلا أنه يؤدي غالبا من اللمسة الثانية، و هو يستخدم عادة عندما تكون حركة الكرة الملعوبة من فوق الرأس، و لا يعني هذا أنه يمكن لعب الكرة فقط عندما تكون فوق ارتفاع رأسه أثناء الوقوف و إنما يمكن لعبه بثني الرجلين و خفض الرأس.

يعتبر التمرير من أعلى جيدا في حالة عدم تعارضه مع القانون، و إذا كان دقيق في طوله و اتجاهه، و إذا كان مرتبطا بدرجة تسمح للزميل بالتحرك متخذا الوضع الصحيح في المكان المناسب للعبها، و أيضا إذا سقطت الكرة فوق المستلم لتمكينه من لعبها بسهولة، و ينبغي أن يتميز اللاعب بدرجة عالية من الذكاء و التركيز لأنه يحتاج إلى ملاحظة كثير من الأشياء المحيطة به عند إعداد الكرة، و ينبغي أن تكون لديه القدرة على أداء جميع أنواع الإعداد بإتقان و دقة لكي يوصل الكرة إلى الضارب بصورة جيدة لتمكينه من أداء ضربة جيدة و ناجحة، كما عليه أن يراقب جيدا حالة حائط الصد في الفريق المنافس لكي يوجه رفع الكرة إلى الضارب الذي تختاره متأملا الظروف القائمة . (ألين وديع فرج ، 1989 م، ص 31).

يستعمل الإعداد نسبة 20% من جميع المهارات الأخرى تقريبا.

#### 8-3-2- أنواع الإعدادات:

- الإعداد الأمامي .
- الإعداد الخلفي .
- الإعداد بالسقوط المتدرج .

- الإعداد الجانبي.

- الإعداد بالوثب.

### 8-3-3- الأخطاء الشائعة في الإعداد:

أ - الأخطاء في التمرير للأعلى:

- عدم اتخاذ وقفة الاستعداد للمسافة المناسبة للكرة.

- عدم وضع اليدين أمام الجهة تقريبا للكرة.

- عدم ملاقات الكرة بسلاحيات الأصابع.

- عدم وجود مرونة في الأصابع و الرسغين

ب - التمرير من الأسفل: أخطائه تتكون من:

- وقفة الاستعداد الغير صحيحة.

- عدم الكرة باليدين مع في منطقة الساعد.

- تمرير الكرة للأسفل و ليس للأمام و الأعلى. (أحمو زكي خطافية، 1996، ص 16).

### 8-4- الدفاع عن الملعب: the ding

يعرف الدفاع عن الملعب بأنه استلام الضربة المضروبة ضربا ساحقا من المنافس أو المرتدة من حائط الصد و تمريرها

من الأسفل إلى الأعلى بهدف توجيهها في الملعب.

### 8-4-1- أهميته:

يعد الدفاع عن الملعب مهارة دفاعية، الهدف منها هو الدفاع عن الضرب الساحق للمنافس في الجزء الخلفي من الملعب، و تغطية حائط الصد و أيضا تغطية عملية الهجوم بالنسبة للفريق ذاته و تتكرر هذه المهارة بنسبة 14% تقريبا في المباراة، و تبدو أنها ليست هي المرتبة الأولى من الأهمية من الأهمية و لكن الحقيقة عكس ذلك، إذ أن إهمالها يؤدي إلى 41% من حالات الفشل في اللعب، بين يكسب الفريق بواسطتها 23% من جميع النقاط، و من ذلك تظهر بوضوح أهميتها في نتيجة اللعب و هي تستخدم في حالة الكرات المنخفضة جراء الشريعة جدا، و بديعا جدا عن الجسم و تعتبر هذه المهارة من

أصعب مهارات في الكرة الطائرة حيث أنها تتطلب مستوى عال في القوة العضلية للرجلين، و الرشاقة، و القدرة على سرعة رد الفعل و التركيز لفترة طويلة، و الشجاعة في استخدام الجسم لإنقاذ الكرات البعيدة. (علي مصطفى طه، 1999 م ، ص 27).

### 8-4-2- أنواع الدفاع عن الملعب:

- الدفاع باليدين من الوقوف.
- الدفاع بيد واحدة من الوقوف.
- الدفاع باليدين أو بيد واحدة بالسقوط المتدرج.
- الدفاع باليدين أو بيد واحدة بالسقوط الغاطس.

### 8-5- الصد:

هي عملية دفاعية بدرجة الأولى تؤدي بلاعب أو اثنين أو ثلاثة بحيث يشبون و هم واقفون مقابلون الشبكة، بحيث تمد الذراع أولاها لصد الكرة القادمة من المنافس خاصة الضربة الساحقة. (حسن عبد الجواد، بدون تاريخ، ص 65).

### 8-5-1- أهميته:

تستخدم هذه المهارة بنسبة 20% تقريبا بالنسبة لجميع المحاولات الأخرى المستخدمة في الكرة الطائرة، و ترجع أهمية الصد إلى أنه الوسيلة الفعالة في تثبيط عزم الفريق المنافس من خلال منع مهاجميه من ضرب الكرة ساحقا فوق الشبكة، و كما أن الضرب الساحق هو سلاح الهجوم الرئيسي للفريق فإن الصد يعتبر السلاح الدفاعي الرئيسي له أيضا و بفضل الصد القومي يمكن أن يحصل الفريق على 50% من النقاط إما بطريقة مباشرة بصد الكرة و إعادتها إلى ملعب الفريق المنافس، و إما بطريقة غير مباشرة بإرباك المنافس و دفعه إلى استخدام مجموعة من الضربات الساحقة الضعيفة تجنب حائط الصد و عادة ما يدفع حائط الصد القوي المعدن المنافسين إلى إعداد الكرة عن بعد متر واحد بعيدا عن الشبكة لمساعدة مهاجميه مما يؤدي بالتالي إلى ضعف قوة الضرب الساحق و يعطي حائط الصد جزءا كبيرا من الملعب ضد هجمات المنافس القوي كما يساعد باقي أفراد الفريق من لاعبي الدفاع هي اتخاذ موافقتهم في تغطية أجزاء الملعب الأخرى. (ألين وديع فرج، 1989 م ، ص 37).

8-5-2- أنواع الصد:

- الصد الدفاعي.
- الصد الهجومي.

8-5-2-1- الصد الدفاعي:

هو عكس الهجومي في مسار الكرة لأن هذا النوع للكرة تسقط في الميدان الخاص بالفريق الذي قام بالصد، و لكن بدون خطورة لكن الكرة تفقد قوتها و سرعتها بعد ملامسة الحائط، مما يسهل للفريق الإعداد لختم هجومه بضربة ساحقة في أغلب الأحيان، من الناحية التقنية تتم المهارة بتثبيت الذراعان و اليدان مع ثني مفصل الرسغ، تميل الأيدي بالخلف باتجاه زملائهم المدافعين.

إن الصد الدفاعي و الهجومي يؤديان إما بلاعب أو لاعبين أو ثلاثة، ذلك حسب قوة هجوم المنافس أو الوقت المسموح به لأداء الحائط.....الخ.

8-5-2-2- الصد الهجومي:

في هذا النوع تكون الأيدي التي تشكل حائط الصد متوازية و قريبة من الشبكة بحيث تكون الأيدي مثنية للأسفل و للأمام لمواجهة ملعب الخصم، بذلك يتحقق الهجوم المعاكس، و بسرعة مما يسبب ارتباك لدى الفريق المنافس أو الخصم و في أغلب الأحيان تسجل نقطة على الفريق الخصم. (ألين وديع فرج، 1989 م، ص 39).

9- تقنية الضرب الساحق:

للسحق أهمية كبيرة في الكرة الطائرة ، فهو أول تقنية هجومية ، يتركب من أنواع مختلفة ، ولكل نوع طريقة خاصة لتنفيذه و مسار خاص به حسب حركة الكرة بعد قذفها ، و يهدف إلى إخلال توازن الخصم و دفاعه أو إلى تسجيل نقاط مباشرة ، أي انه كلما زادت فعالية السحق و قلت نسبة الأخطاء كانت نسبة الفوز بالمباريات اكبر .

9-2- الضربة الساحقة :

لعبة الكرة الطائرة و لفترة زمنية طويلة دون ممارسة الضربة الساحقة ، بحيث كانت الكرة ترمى عن طريق تمريرة عادية إلى منطقة الخالية في ملعب الخصم ، هذه الطريقة لم تكن سريعة و فعالة لإحراز النقاط و كان إيقاع المقابلة بطيئا و مملا ، لذلك كان لا بد من ظهور طريقة هجومية فعالة ، هذا ما أدى إلى ظهور الضربة الساحقة بكل أنواعها ، بالتالي أصبحت الكرة الطائرة أكثر سرعة و فعالية و متعة ، فانعكس هذا الإيجاب على اللعبة ، فأصبحت أكثر حيوية و جاذبية للجمهور و المتبعين .

إذا أتقن المهاجمون هذه التقنية فان الهجوم يصبح أكثر قوة و فعالية و العكس صحيح إذ أن الهجوم إذا فشل في هذه التقنية تشكل خطورة بالغة على الفريق . (محمد سعد زغلول ، 2003 ص 115 .)

9-2-1- تعريفها :

الهدف من الضرب الساحق في لعبة الكرة الطائرة هو الحصول على نقطة من نقاط المباريات او الحصول على الإرسال ، فلو ظلت لعبة الكرة الطائرة تلعب بدون الضربات الساحقة إلى أيامنا هذه و اقتصرت على مجرد تمرير الكرة بين اللاعبين و وضعها في المكان الخالي من ارض ملعب الفريق الآخر لاستمرت مباراة الكرة الطائرة يوما كاملا بسبب ارتفاع مستوى الفرق الرياضية في تكتيكات الدفاع الحديثة و اتخاذ المواقع المناسبة و السليمة يحول دون إيجاد ثغرات تتيح الحصول على نقاط بطريقة سهلة و لهذا ظهرت مهارة الضرب الساحق في الكرة الطائرة و التي تعتبر المهارة الهجومية الأساسية التي تعمل على تفوق الفرق المنافسة... (محمد سعد زغلول ، 2003 ص 116 .)

و هو اللمسة الأخيرة في لعب الفريق و لذلك تصمم هذه الضربة للفوز بنقطة و يتميز مسار الكرة بقوة و أقصى سرعة تصل إلى 160 كلم/سا، مما لا يسمح للاعبي الخط الخلفي للفريق المنافس برد الفعل بمجرد ضرب الكرة .

و هذه الضربة تستلزم نوعية معينة من اللاعبين تتميز بالقوة الانفجارية في الضرب و الوثب بالإضافة إلى الرشاقة و الدقة في الأداء الحركي و في توجيه الضربات و قد يصل طول الضرب في بعض الفرق القومية إلى حوالي 2 متر و يتميز بقوة وثب عمودية تصل إلى ما يزيد على 115 سم و نسبة تكرار حدوث الضرب الساحق في اللعب حوالي 21 بالمائة من جميع المهارات .

9-2-2- طريقة أداء الضربة الساحقة:

أ/ مرحلة الاقتراب : يقف اللاعب الضرب عند خط الهجوم موجها اليد في حالة استعداد ، و تكون المسافة من 2 إلى 4 متر يقوم اللاعب الضارب بالجري للمنطقة التي ستؤدي منها الضرب الساحق و يتم الاقتراب بخطوتين على الأكثر ، و يتطلب الاقتراب سرعة كبيرة عند الأداء ذلك ، حتى يستطيع استخدام الأفضل لقوة الدفع الأمامية أثناء مرحلة الوثب فيبدأ اللاعب بالحركة بمجرد خروج الكرة من يد المعد و ، يستلزم أن تكون الخطوة الأولى للرجل اليسرى ( للضارب الأيمن اليد ) لتحديد اتجاه اللاعب بالنسبة للكرة ، و أما الخطوة الثانية فتتميز بطابع معين فهي سريعة و عميقة و واسعة بحيث يقع مركز ثقل الجسم خلف عقبي القدمين بالتساوي ، و تمتد الذراعان من الأسفل إلى الخلف عاليا بقدر الإمكان أثناء الخطوة الأولى حتى تصل مستوى عمودي على الجسم في الخطوة الثانية ، و تكون الذراعان مائلتين خلفا بالتساوي في نهاية المرحلة و قبل الوثب ، و تختلف حركة الذراعان تبعا لطبيعة الجري و المسافة المقطوعة في مرحلة الاقتراب و طبيعة الجنس ، كان ذكرا أو أنثى ، حركة الذراعان و الجري مرتبطان بنوع الضربة الساحقة المرغوب أدائها . ( الين وديع فرج ، 1989 م ، ص 113 . )

ب/ مرحلة الارتقاء : يتم الوثب بعد خطوتي الاقتراب و انتقال ثقل جسم اللاعب من خلف العقبين إلى القدمين ثم الأمشاط و تكون زاوية الفخذين و الركبتين و مفصل الكاحل ، و أثناء حركة ثقل الجسم من العقبين إلى الأمشاط تبدأ الذراعان في المرجحة من الخلف إلى الأمام بأقصى قوة عند مرورها بمحاذاة الفخذين ، تكون القدمان مثبتتين كاملا و في هذه اللحظة يتم فرد القدمين والركبتين مثبتتين للحصول على قوة دفع الوثب .

ج/ مرحلة الضرب :

عند وصول اللاعب إلى أقصى ارتفاع ممكن أثناء عملية الوثب تتحرك الذراع الضاربة لأعلى حيث تدنى من مفصل المرفقة و بينما يكون المرفق أعلى مستوى الكتف و موجهة للأمام و يكون جذع اللاعب في حالة تقوس خفيف الى الخلف مع لف الجذع اتجاه الذراع الضاربة ، فكلما زاد التقوس زادت قوة الضرب ، أما الذراع الغير ضاربة فتكون مفرودة أمام الجسم بمستوى أفقي للمحافظة على توازن الجسم في الهواء ، و يتم الضرب برفع اليد الضاربة لأعلى و تضرب الكرة بالجزء العلوي من اليد و تتخذ الضربة شكل ضربة السوط

د/ الهبوط :

تتم متابعة الضرب بسحب الذراع للأسفل مباشرة مع منع الذراع من ملامسة الشبكة و ذلك بلف المرفق الى الخارج بحيث يكون محاذيا للكتف و يمكن أيضا أن تسحب الذراع إلى الخلف و ضمها للصدر و عند الهبوط للقدمين تكون نقطة الهبوط هي نقطة الارتقاء و ذلك للحفاظ على التوازن .

و يجب عند تجاوز خط المنتصف أو ملامسة الشبكة و القدمين عند الهبوط تكونان متباعدتان باتساع الحوض و متوازيتين مع ثني الركبتين لامتناس صدمة الهبوط عند النزول أول ما يلامس الأرض هي المنطقة الأمامية للقدم بعدها الكعبين و هذا يساعد كثيرا على امتصاص الصدمة و المحافظة على التوازن .

9-3-أنواع الضربة الساحقة :

9-3-1- الضربة الساحقة المواجهة :

هذا النوع الأكثر شيوعا واستعمالا في مقابلات الكرة الطائرة ، وتؤدي بضرر الكرة في السطح العلوي بحيث يغطي اليد الكرة لتجعلها في حركة دورانية في اتجاه الركضة التقريبية و بأرجح الذراع بكامله أثناء الضرب و تكون الزاوية بين الذراع و العضد قائمة و ذلك لاكتساب الضربة قوة أكبر ، و تؤدي هذه الهجمة من مراكز 2 و 4 و ذلك لسهولة توجيه الكرة للخطوط الجانبية للملعب المنافس و بالتالي تكون الكرة أكثر صعوبة على الدفاع .

تؤدي هذه الحركة بعد مرحلة الاقتراب و التي تنتهي بخطوتين ، فيتحول بعدها نقل الجسم خلف الكعبين و تكون القدمان مفتوحتان باتساع الحوض و متوازيتان ، مع إمكانية أن تسيق رجل أخرى بقليل ، و بالنسبة للذراعين فإنها تتأرجح للأسفل للخلف للأمام ، و كما كانت العملية سريعة و صحيحة ساعدت إلى حد بعيد عملية الارتقاء إلى الأعلى ، بحيث تتحول السرعة إلى تقنية من الجري إلى السرعة و القوة العمودية في الارتقاء و أثناء هذه لعملية ، تتحول الحركة و ثقل الجسم من

العقبين إلى المتطين قبل الارتقاء . ([WWW.VOLLEYZONE.FREE.FR](http://WWW.VOLLEYZONE.FREE.FR))

فيما يخص الذراع الضاربة فتكون خلف الرأس و الذراع الحرة تتحرك بزاوية قائمة أمام الجسم للمحافظة على اتزان الجسم في الهواء و عند بلوغ أقصى نقطة أثناء الارتقاء و تنفذ الضربة الساحقة بتغطية اليد للكرة لإكسابها حركة دورانية و بعثها بقوة أثناء الضربة يحدث انقباض لعضلات البطن و الكتف و الذراع .

بعد تنفيذ الضربة الساحقة المواجهة تسحب اليد الضاربة مباشرة للأسفل ، وينزل اللاعب على القدمين الاثنتين أو واحد تلو الآخر ، بحيث تكون أول ما يلامس الأرض مقدمة القدم كونها تساعد على الثبات والارتزان أثناء النزول ، و يجب أن تكون المسافة بين القدمين باتساع الحوض لاكتساب مكان و قاعدة أوسع أثناء الهبوط و للتقليل من حدة الصدمة بثني اللاعب قليلا لركبتيه مع الجذع و الرأس يكون مرفوع للأعلى مع توجيه النظر للكرة لمتابعة اللعب في حالة ارتداد الكرة من حائط الصد أو الدفاع .

### 9-3-2 الضربة الساحقة الموجهة بالدوران :

إن جميع أنواع الضربات الساحقة تتشابه في خطوات الاقتراب و الوثب و الهبوط إلا أن الاختلاف يكمن في لحظة الضرب، فمثلا في هذه المهارة يلف اللاعب كتفه بلف بسيط لكتف من الناحية اليمنى و العكس صحيح .

و يحدث هذا أثناء الاستعداد لأداء الضربة ، ثم ترافق الذراع الضاربة بحركة تتابع في اتجاه الدوران بعد قتل القسم العلوي للجسم بحيث يصبح مواجهها للشبكة .و تؤدي هذه الضربة على النحو التالي :

بعد خطوات الاقتراب يتحرك مركز ثقل الجسم نحو الكعبين من الخلف و عند دوران المشطين في اتجاه حركت تتبعه اللاعب لكتف الذراع الضاربة ، و بهذه الطريقة يتمكن اللاعب من ضرب الكرة باتجاه عكسي لزاوية اتجاه الجري و بالإضافة إلى هذا تكتسب الضربة قوة مع التحكم الضارب في توجيه الكرة في المنطقة التي يريد اللاعب أن يسقطها فيها.

أما المرحلة الأساسية لهذه المهارة أو التقنية بعد الوثوب ، فهنا يعمل اللاعب على لف بسيط للكتف الضاربة للداخل لتوجيه الكرة في الاتجاه المراد إسقاطها فيه (1) . ( WWW.VOLLEYZONE.FREE.FR )

توجه الكرة إليها في الجهة اليمنى للفريق المنافس و بما ان اغلب الكرات تسقط في الجهة اليمنى للخصم فان المهاجم الذي يضرب الضربة الساحقة المواجهة بالدوران فانه ينقل جسمه في منطقة الجسم العلوي .

للبيد الضاربة في درجة اقل من في المركز - 4- لأنه يكون قريب من الجهة اليمنى للمنافس و أما المهاجم من المنطقة أو المركز -3- و -2- يكون فيها القتل للجهة العلوية اكبر لان المنطقتان بعيدتان نسبيا عن المنطقة اليمنى للمنافس ، أما الضارب باليد اليسرى فانه يوجه الكرة إلى المراكز -4- و -5- للمنافس أي الجهة اليسرى . في المرحلة الختامية أي بعد ضرب الكرة يهبط اللاعب على قدميه مع ثني خفيف للركبتين لامتنصاص صدمة الهبوط مع دوران الجذع للداخل قليلا و متابعة الكرة بالنظر إليها ، و حالة الارتداد من المدافع او حائط الصد يكون مستعدا لتكرير الهجمة .

### 9-3-3- الضرة الساحقة الجانبية ( الخاطفة ) :

في هذا النوع من الضربات الساحقة يكون الاقتراب مائلا او موازيا للشبكة و يكون جسم اللاعب جانبا للشبكة لحظة الارتقاء بعد الوثب بقدم او قدمين ، تكون حركة الذراع الضاربة متأرجحة بجانب بحركة دائرية من أسفل و جانبا لأعلى و تقابل الكرة فوق الرأس كما في الإرسال الخطائي .

يستخدم هذا النوع عندما يكون إعداد الكرة بعيدا عن الشبكة ، و الكرة تكون مقدمة من طرف المعد للخلف .

عموما فان هذه الضربة تؤدي بعد نهاية مرحلة الاقتراب الذي يكون موازيا أو مائلا للشبكة يقوم اللاعب بالارتقاء يقدم واحدة او كليتهما و بعد هذا يُلرَّجَح الذراع الضاربة للأسفل جانبا عاليا في قوس واسع أما الذراع الحرة فتكون أماما للحفاظ على توازن الجسم في الهواء .

بعد كل المراحل السابقة فان الضاربة تقابل الكرة و اليد مفتوحة للسطح العلوي للكرة و عند ملامسة اليد للكرة يلف الضارب جسمه لحظة مواجهة الشبكة .

أخيرا فبعد ضرب الكرة يلف اللاعب جسمه لمواجهة الشبكة ، و ذلك من اجل ان يهبط اللاعب و هو مواجه للشبكة ، في حالة الهبوط تكون القدمان بإتباع الحوض و ذلك لتكون قاعدة ملامسة الأرض اكبر و ذلك لتفادي الإصابات مع ثني قليل للركبتين لامتنصاص الصدمة الناتجة عند ملامسة الأرض . ويكون الجذع مائلا للأمام للحفاظ على التوازن ، مع النظر للكرة استعدادا للدفاع أو إعادة الهجوم في حالة عودة الكرة مرتدة من الدفاع أو حائط الصد أو هجمة معاكسة .

### 9-3-4- الضربة الساحقة السريعة :

يستخدم هذا النوع من الهجوم عندما يكون الإعداد منخفضا أو قريبا لايتاح الفرصة للفريق الخضم للقيام بحائط صد بلاعبين أو اثنين و ذلك لضيق الوقت ، و لتجمع الحائط كون الضربة سريعة و محكمة فيظهر الفريق الخضم للدفاع بلاعب واحد الذي يشكل حائط الصد ، و هذا ما يسمح للمهاجم توجيه الكرة بحرية كبيرة كون المدافع واحد و حائط الصد صغير هذا يؤدي إلى ارتفاع نسبة تسجيل النقط بعدد كبير جدا .

تعتبر هذه الهجمة من الضربات السريعة و المفاجئة للفريق الخضم و يطلق على هذه المهارة الضربة الساحقة اليابانية لان اليابانيين أكثر ممارسة و تطبيقا لهذه الضربة في المباريات و لان صفات اليابانيين تساعدهم لأداء هذه المهارة ، كما هو معلوم في اللاعب الياباني ، خاصة تمتاز بالسرعة و الدقة و هذان العنصران هما أساسيان في نجاح هذه المهارة .

و هناك من يطلق على هذه المهارة الضربة الصاعدة ، و ذلك لأنها تضرب قبل أن تصل إلى أعلى ارتفاع لها عكس الضربات الأخرى .

بصفة عامة فان هذه الحركة تكون بعد خطوات صغيرة و سريعة ، بعدها يقوم اللاعب بالدفع للوثب لأعلى ارتفاع و يحدث قبل أن تنطلق الكرة من يد المعد . و يمرجح المهاجم الذراعان جانبا و أسفل و عاليا .

عند وصول اللاعب إلى اعلي نقطة بعد الارتقاء تكون الكرة قد وصلت إليه قادمة من المعد و فهنا يفرد اللاعب الضارب الذراع الضاربة بسرعة عاليا لضرب الكرة بقوة و هي صاعدة و توجيهها إلى ملعب الخضم فهذه الطريقة تقدم قوة دفع عالية للكرة و هذا ما يؤدي إلى انطلاقها بسعة عالية و إلى إرباك الفريق الخضم فتسجل عليه النقطة .

و أخيرا و بعد اكتمال الضربة الساحقة الصاعدة يجب على المهاجم ان يتفادى لمس الشبكة فيلف ذراعه الى الخارج و في اتجاه حسن عند الهبوط و تكون عملية النزول على القدمين باتساع الحوض مع ثني الركبتين .

### 9-3-5- الضربة الساقطة بالرسيغ :

تؤدي هذه الضربة بعد الاستعداد للقيام بالهجوم اي القيام بمرحلة الاقتراب و الوثب و الارتقاء و هذه الضربة تتشابه و إلى حد ما للضربة الساحقة الأمامية المواجهة و الضربة الساحقة الأمامية بالدوران .

فبع ان يمرر المعد الكرة إلى المهاجم يقوم هذا الأخير بمفاجئة المدافعين بحيث يقوم الضارب بإيقاف حركة الذراع و اليد الضاربة قبل ملامسة الكرة و هذا ما يؤدي إلى تغير هيئة الذراع بحيث يصبح عموديا تقريبا ، و هذا ما يؤدي إلى تغير كيفية الضرب حيث لا تؤدي سابقتها من المهارات بضرب الكرة باليد ، بل بهذه المهارة تضرب بأصابع اليد و ذلك بفرد الرسغ قليلا للأعلى و للأمام و بسرعة .

### 9-3-6- الضربة الساحقة الخادعة :

يستخدم هذا النوع للأغراض الخطئية و يتميز عن الضربة الساحقة الساقطة بالرسغ كون اللاعب في الضربة الخادعة لديه خدعة اكبر في هذه المهارة فان فرد الذراع الضاربة يتوقف بعدما يلمس الكرة من الأسفل .  
و طريقة تمتاز بالخفة و السرعة تحقق عن طريق اللمس بأصابع اليد الضاربة و ترسل بطريقة فنية رائعة مفاجئة لحائط الصد و الدفاع للمنطقة المراد إسقاط الكرة فيها و تكون الحيلة و النجاعة موجودتان بحيث يستغل المهاجم الثغرات و الفراغات الموجودة في الملعب .

تؤدي هذه المهارة عندما تكون الكرة قريبة من حائط الصد بصورة واضحة أم عندما تكون الكرة في الوضعية التالية : -  
اللعب يكون تحت عندما يقوم اللاعب بلعب الكرة فوق أو تحت حائط الصد أو المناطق الغير محمية من الدفاع .  
ملاحظة : إن اغلب اللاعبين يعتقدون أن الكرة تكتسب دفع عندما يثني اللاعب جسمه ، ولكن العكس يجب على اللاعب أن يحافظ على جسمه ممدودا .

### 10- الأخطاء الشائعة في السحق و الكرة الطائرة عامة :

لا تخلو أي رياضة من الرياضات سواء كانت جماعية أو فردية من الأخطاء سواء كانت فنية أو حتى أخلاقية و بما أن الكرة الطائرة رياضة جماعية إلا أن من الناحية المتعلقة بالأخطاء الأخلاقية كالاعتداء على اللاعبين أو الحكام ... تعتبر قليلة بل نادرة الحدوث في الملاعب لذلك سنتطرق إلى المتعلقة بالجانب الفني بدرجة خاصة لتقنية السحق .

10-1- الأخطاء الشائعة في تقنية السحق :

10-2- أسبابها و تصحيحها :

1- اخذ خطوات الاقتراب في مكان بعيد عن الكرة الساقطة و يرجع ذلك إلى :

\* اخذ خطوات الاقتراب في اتجاه غير صحيح و لتصحيح ذلك تأخذ الخطوات بحيث يصل اللاعب في مكان سقوط الكرة و هي فوق مستوى كف الذراع الضاربة في الضرب المواجه أو فوق الرأس في الضرب الخطائي . 2- ضرب الكرة في الشبكة و يرجع ذلك إلى :

\* اخذ خطوات الاقتراب قصيرة تجعل وصول اللاعب بعيدا خلف الكرة و يعالج ذلك بالتدريب المستمر مع توجيه سليم من المعلم او المدرب عن مدى بعد اللاعب او قربه من النقطة الصحيحة في كل مرة لاكتساب الأداء الصحيح .

\* وثب ضعيف مع عدم فرد الذراع ر، لا بد من قوة الوثب لأعلى بقدر الإمكان و ملاقاة الكرة في أعلى نقطة و الذراع مفردة .

3- عدم ملاقاة الكرة لضربها و يرجع ذلك إلى :

\* تقدير غير صحيح لزاوية الاقتراب و عدم القدرة على التوقع السليم و يعالج بالترتيب المستمر و دوام التصحيح من المعلم .

\* الجري المبكر قبل ملاحظة الكرة ، و ينبغي الانتظار لملاحظة رفع الكرة لتقدير مكانها الصحيح ثم الجري السريع لملاقاها  
.....(الين وديع فرج،السنة1989،ص127)

4- الارتقاء بقدم واحدة و يرجع ذلك :

\* تأخر اللاعب في اخذ خطوات الاقتراب و لذلك يثب بقدم واحدة لكي يضرب الكرة قبل أن يفقدها ، و ينبغي التدريب على بدا خطوات الاقتراب في الوقت الصحيح لكي يرتقي بالقدمين معا أو على التوالي من الأرض .

5- الاندفاع في الشبكة أثناء الضرب أو بعده و يرجع ذلك إلى :

\* عدم الربط الصحيح على إتقان حركة اندفاع الجسم أمام التي اكتسبها من خطوات اقترابه و ولا بد من التأكيد على ثني ثني الرجلين مع ملامسة العقبين الأرض أو في نهاية الاقتراب حتى تحول قوة الدفع الأمامي إلى الدفع إلى الأعلى .

6- الارتقاء البطيء و عدم الحصول على السرعة و الارتقاء اللازمين :

\* عدم الربط الصحيح بين الاقتراب و الارتقاء و ينبغي اخذ الارتقاء فورا بمجرد ملامسة العقبين للأرض من المشطين بانسياب .

\* وضع الذراعين يكون مجاورا للجسم أثناء الاقتراب ، ولا بد من مرجحة الذراعين أسفل خلفا في آخر خطوات الاقتراب من أسفل أماما أعلى بقوة و انسياب .

\* وضع البد للارتقاء بثني كبير جدا في مفاصل الرجلين ، و ينبغي على اللاعب ان يكون زاويا الرجلين حوالي 80 درجة عند الرسغين 100 درجة عند الركبتين و 90 درجة عند الفخذين تقريبا .

7- الارتقاء المبكر ويرجع ذلك إلى :

\* بدا الاقتراب بمجرد ترك الكرة يدي اللاعب المعد و يعالج ذلك بان يبدأ الاقتراب عندما تكاد الكرة تصل إلى أعلى نقطة لها أثناء مسارها .

8- طول مسار الكرة عند ضربها قبل هبوطها للأرض و يرجع ذلك إلى :

\* ضرب الكرة من سطحها الخلفي بدلا من فوقها و يعالج ذلك بإيقاف حركة الذراع عن الضاربة حتى يتمكن اللاعب من رفع كتف الذراع الضاربة لأعلى بقدر الإمكان من فرد الذراع كاملا لحظة ضرب الكرة لمقابلة سطحها العلوي .

\* وثب منخفض و بعيد عن الشبكة مما يؤدي إلى ضرب الكرة من سطحها الخلفي و يعالج ذلك بتقوية ارتفاع الوثب و إعداد الكرة مما لا يزيد عن 1/2 من الشبكة .

9- تعدية خط النصف أثناء الهبوط و يرجع ذلك إلى :

\* عدم ثبات اللاعب عند أداء الهبوط و يعالج ذلك بثني الرجلين ثنيا بسيطا مع فتح القدمين قليلا على الأرض للمساعدة على الاتزان و الثبات .

10- مسار ضعيف للكرة في الضرب الساحق الخلفي و يرجع ذلك إلى :

\* بطئ في استخدام حركة الذراع حيث ينبغي تحريك الذراع في قوس واسع و بسرعة لضرب الكرة .

\* دوران مبكر للجسم إذ لابد من لف الجسم أثناء ضرب الكرة و ليس أثناء الوثب .

\* لعد الكرة عن جسم اللاعب و ينبغي أن يكون الوثب تحت المستوى العمودي للكرة .

- للسحق أهمية كبيرة في الكرة الطائرة ، فهو أول تقنية هجومية و يتركب من أنواع مختلفة و لكل نوع طريقته الخاصة لتنفيذه و مسار خاص به حسب حركة الكرة بعد قذفها ، و يهدف لإخلال التوازن لحصن دفاع الفريق الخصم ا و الى تسجيل نقاط مباشرة ، أي انه كلما زادت فاعلية السحق و قلت نسبة الأخطاء كانت نسبة الفوز بالمباريات أكبر .

### 11- خطوات تدريب مهارات الضرب الساحق :

لتعليم الضرب الساحق يشترط قدرة اللاعبين على الوثب لارتفاع منافس فإذا لم يتم هذا الشرط فانه يجب البدا بإعطاء تدريبات بهدف تنمية عنصر الوثب عند اللاعبين و كذلك يجب الاهتمام أولا بدقة الضربات و توجيهها الصحيح قبل البدا بالاهتمام بقوة الضربات .

و يفضل تعليم أنواع الإرسال قبل تعليم الضرب الساحق خاصة الإرسال من اعلي " التنس " لأنه يساعد اللاعب على تعلم أداء حركة الضرب الساحق بسهولة .

و يجب تعلم الضرب الساحق أولا من المركز ( 4 ) بالنسبة للضارب باليد اليمنى حيث أن الكرة المعدة تعود آتية من جهة الذراع الضاربة فتسهل عملية الضرب ثم بعد ذلك من مركز ( 4 ) و يدرس الضرب الساحق من مركز ( 2 ) بالنسبة للضارب الأيسر (1) .

11-1- الخطوات التعليمية لمهارة الضرب الساحق :

أولا : التدريب البسيط :

1- يبدأ بالتدريب على توقيت الجري و الوثب و ذلك :

\* من اي مكان بالملاعب .

\* تجاه هدف ما ( لوحة كرة السلة او علامة على حائط ... الخ ) .

\* من خط الهجوم اتجاه الشبكة .

و لكي نتفادي تحطى اللاعب خط المنتصف نتيجة خطأ اندفاعه في الوثب يقف اللاعب في الجهة الأخرى من الشبكة و يدفع بيده اللاعب المهاجم كي يكون حاجزا أمامه و يفضل توضيح مسافتي خطوات الاقتراب بالطباشير على الأرض .

2- يقف المدرب لو زميل على كرسي مع سند كرة على راحة يده فوق مستوى الشبكة و بعيدا عنها ب 1/2 متر تقريبا يجري اللاعب ثم يثب لضرب الكرة في ملعب الخصم مع ملاحظة سحب اليد بسرعة بعد الضرب مباشرة منعا من خطأ لمس الشبكة .

3- يبدأ المدرب أو الزميل في رفع الكرة من مركز ( 3 ) للمهاجم و إذا لم يكن في حالة جيدة من حيث إتقان الإعداد فعليه أن يقذفها باليد أو باليدين لأعلى موجهها إياها لمكان الضرب . ( 1 ) .

4- يقذف المهاجم الكرة للزميل الواقف في مركز ( 3 ) لإعدادها له فيجري و يقفز للضرب الساحق في ملعب الخصم .

5- كما في رقم ( 4 ) مع تمرير الكرة من المهاجم .

6- تغيير نوع إعداد الكرة للمهاجم ( طويل ، مائل ، عادي ، منخفض .. الخ ) و التدريب عليه من جميع مراكز الضرب .

7- استعمال أنواع متعددة من الضربات و من أبعاد مختلفة بالنسبة للشبكة و استعمال طولها الكامل .

8- يؤدي التدريب 6 و 7 مع استعمال علامات على ارض الملعب يوجه إليها الضرب .

9- يؤدي التدريب 6 و 7 مع مراعاة إعطاء نسبة من الزميل أو المدرب على نوع الضربة و هدفها لحظة أداء الوثب ( مثلا خداع - يمين ... ) .

ثانيا : التدريب المركب مع حائط الصد :

1- يثب لاعب الصد ( أو لاعبان أو ثلاث ) باستمرار و يحاول الوصول إلى الكرة في كل مرة .

2- لا يثب لاعب الصد في كل ضربة ساحقة و على المهاجم أداء عملية خداع في كل مرة يثب فيها لاعب الصد ، و عدا ذلك يؤدي ضربا ساحقا و يجب على كل .

لاعب الصد الوثب جيدا والسعي بل جهد ، في صد الكرة ولكن ليس على المهاجم في كل اداء عملية خداع

على لاعبي الصد بناء كرار سابق عمل حائط صد او بلاعب او بلاعبين ، وعلى المهاجم محاولة استعمال نوع ملائم من الضربات للتغلب على حائط الصد بلاعب واحد واستعمال الخداع في حالة الصد بلاعبين .

ثالثا : التدريب المركب مع لاعبي المنطقة الخلفية:

1 يقف لاعب دفاع في منتصف الملعب خلفا وفي كل لحظة يثب فيها المهاجم لاداء الضرب الساحق ، يجرى اللاعب الخلفي يمينا ويسارا.

2 كما في التدريس السابق مع مراعاة تقسيم نصف الملعب الى اجزاء وفي كل مرة يجرى فيها اللاعب من المنتصف الى احد المربعات يوجه المهاجم الضرب الساحق الى المربع المائل بالنسبة له .

رابعا: التدريب المركب مع حائط الصد ولاعبي المنطقة الخلفية:

اذا اتقن اللاعبون جميع التدريبات السابقة مع تحقيق الترتيبات اللازمة في كل منها نبدا في زيادة صعوبة التدريبات المركبة فورا ، وتنصح هنا بزيادة المنطقيات تدريجيا كالصد بلاعبين واشترك لاعب خلفي يقيم بعملية تبديل موقعه بسرعة من مكان لآخر ، الحالة تجب على المهاجم مثلا اداء الاتي :

بدون الصد او الصد بلاعب ( ضرب ساحق في المكان الخالي من الملعب حسب موقف لاعب الصد واللاعبين الخلفيين )  
الصد بلاعبين -ضرب ساحق بالرسغ او الخداع ( حسب نوع التميرير وموقف حائط الصد يتم تكوين الفريق : وبذلك تقل الثغرات الموجودة ويصعب مشاهدتها.

### 11-2- الخطط الفردية للضرب الساحق:

تشمل الخطط الفردية للمهاجم علاقته المباشرة مع الصد وع لاعبي دفاع الفريق المنافس على النحو الاتي :

- 1 يجب على المهاجم ملاحظة العوامل الاتية لكي يتحقق نجاح عملية الهجوم:
  - قدرته وتحكمه في اداء الحركة متناسبة مع مركزه في الهجوم .
  - الاماكن الخالية في ملعب الخصم .
  - عدد اللاعبين المكونين لحائط الصد ومدى فاعليتهم .
  - حالته النفسية ( كالخوف ،القلق مثلا) .
- 2 يجب ان ياخذ المهاجم مكانه بسرعة استعدادا لاداء الضرب الساحق ، وذلك بمجرد دفاع فريقه عن الارسال او عن ضربات هجوم المنافس.
- 3 اثناء وقوف المهاجم مستعدا للضرب عليه مراقبة مواقف افراد الفريق المنافس بدقة وكذلك مواقف افراد فريقه ، خاصة موقف المعد، محدد ا كيف واين يحصل على الكرة .
- 4 يبدأ المهاجم الجري بعد رفع الكرة من المعد ووصولها في اي اعلى نقطة لضربها .
- 5 -يلاحظ المهاجم ملعب الفريق المنافس عند بدأ اول خطوات الاقتراب .
- 6 عليه ان يختار بسرعة نوع الضرب الساحق ، واتجاهه طبقا لملاحظة عدد وموقف واتجاه ابعد حائط الصد اثناء حركة الذراع الضاربة (التاهب) .
- 7 يجب ان يؤدي المهاجم الضرب الساحق ثم المهبوط علي القدمين معا ، مع مراعاة عدم الخجل او عمل اي حركات اخري مبالغ فيها تعوق عملية مبالغة للعب بسرعة .

8 - يعتر النوع الاساسي للضرب الساحق هو المواجهة بدون دوران او بالدوران وعلى المهاجم ان ينافس اداء اخر من الهجوم بجانب هذا النوع الاساسي.

9 - اذا كان الاعداء بعيد جهة الشريط الجانب للشبكة ، فالافضل ان يكون الضرب المهاجم الجاري من الخارج لمركز  
3 ويضرب الكرة لاسفل وللداخل وذلك ان نحريك حائط الصد الذي يتم على طول الشبكة ليس بسرعة تحرك المهاجم.

### 12- التركيبات الهجومية :

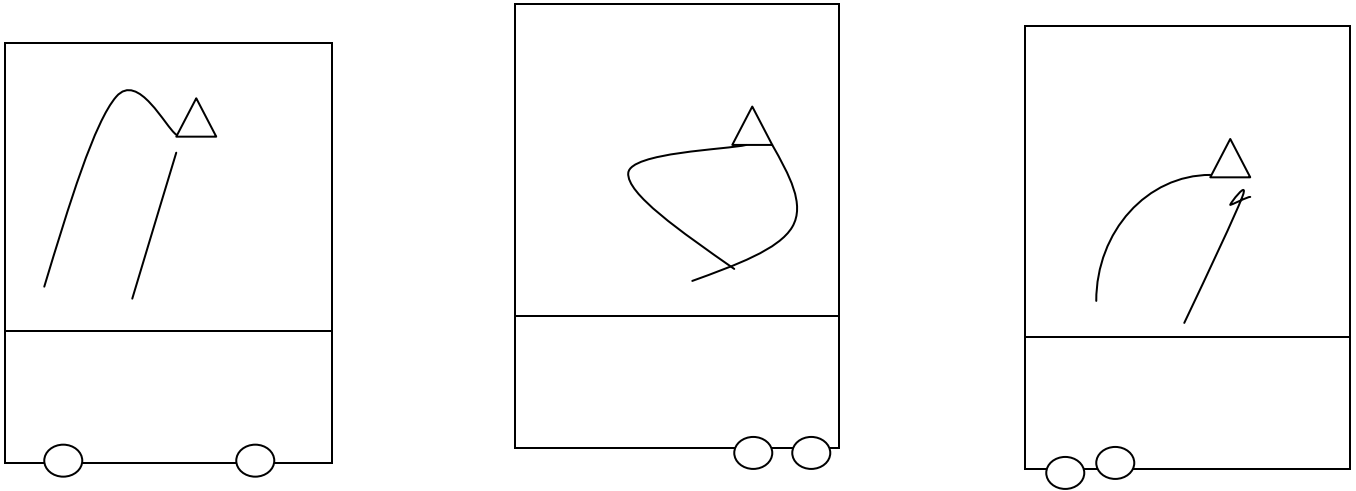
#### 1-12 لمحة تاريخية :

كانت الكرة الطائرة في الستينات تفتقر حلاوة اللعب ، وهذا يرجع الى عدم تواجد تركيبات هجومية الى ان تتوجد على ارضية الميدان عام 1970 مادي الفريق الياباني حيث كان في البداية تقام بمهاجمين .

تأثرت الكرة الطائرة بالطريقة الجديدة لليابانيين بحيث اصبحت اكثر حيوية وفعالية وهذا ما ظهر على النتائج الفريق الياباني في الالعاب العالمية سنة 1973 م.

#### 12-2 التركيبات الهجومية الاولى :

كانت التركيبات الهجومية التي ظهرت في بداية الامر قليلة نذكر منها ازدواجية السرعة المغلق والنقطة المغلقة ، وهي موضحة في الاشكال التالية عل الترتيب :

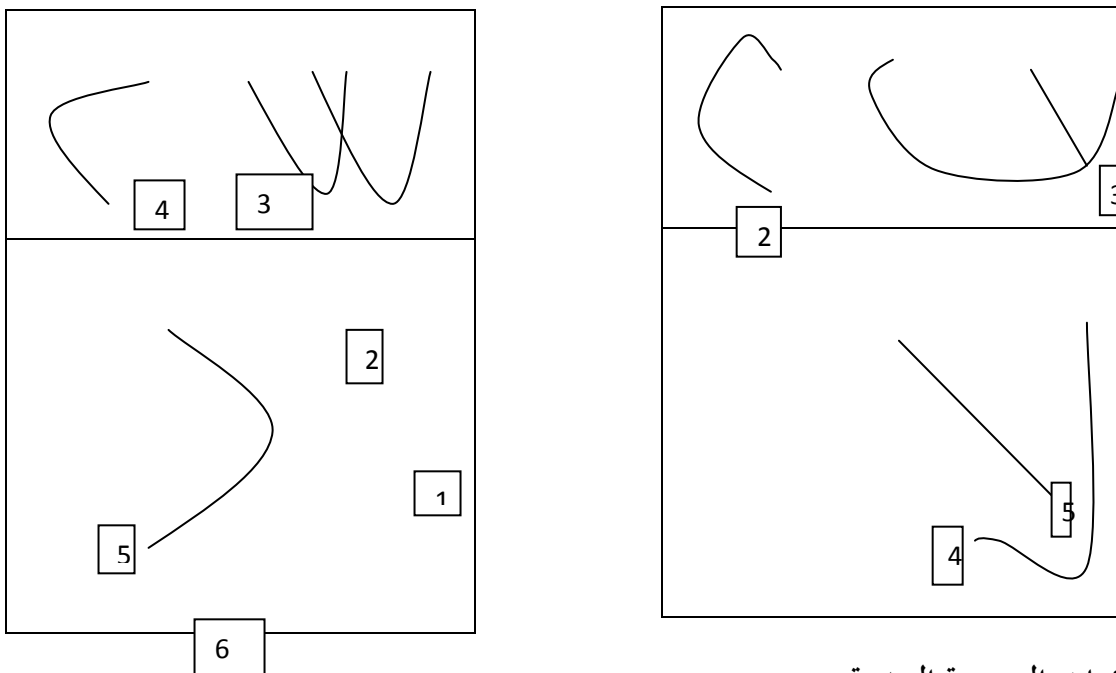


شكل 3 :التركيبات الهجومية القديمة

هذه الخطط ساعدت كثيرا في تطوير الكرة الطائرة العالمية وازفت عليها نكهة خاصة فاصبحت أكثر حلاو وتشويقا ، ذات غالبية بسبب كثرة الهجومات وتنوعها بالرغم من انها تقام بمهاجمين

### 12-3 التركيبات الهجومية الحديثة :

اضفت التركيبات القديمة شئ من المتعة بالرغم من انها تقان بمهاجمين فمأمو حال الكرة الحديثة اذا ؟ طبعا اصبحت أكثر متعة وحيوية وذلك لتطور التركيبات وتعدد المهاجمين من مختلف المناطق ، والاشكال التالية توضح ذلك :



الشكل 4 التركيبات الهجومية الحديثة

في هذه الخطة اللاعب الموزع يتواجد في المنطقة الأمامية مع تواجد مهاجمين يقوم اللاعب رقم 03 في الهجوم في المركز 02 وراء الموزع او امامه، اما اللاعب 02 يقوم من الهجوم من المركز 01 بعد توزيعه عالية.

الشكل 13-5 في هذه الخطة يقوم اللاعب رقم 02 بالهجوم وراء الموزع في المنطقة 02 وامام الموزع في المنطقة 03 بعد تمريرة عالية.

اما المهاجم رقم 03 يقوم بالهجوم وراء الموزع بعد تمريرة قصيرة ، وراء المهاجم 04 يقوم الهجوم في المنطقة 04 بعد توزيعه عالية.

#### 12-4- طريقة تدريس الضرب الساحقة :

تعد الضربة الساحقة امر حيوي وفعال في مقابلة الكرة الطائرة ، لذلك قدرة الاهتمام به وإعطاء حصص تدريبية خاصة به من اجل إنماء قدرة المهاجمين على أداءها مهما كانت الوضعية والمكان ، ولأجل ذلك هذه بعض التمارين التي تساعد على تنصيب السحق :

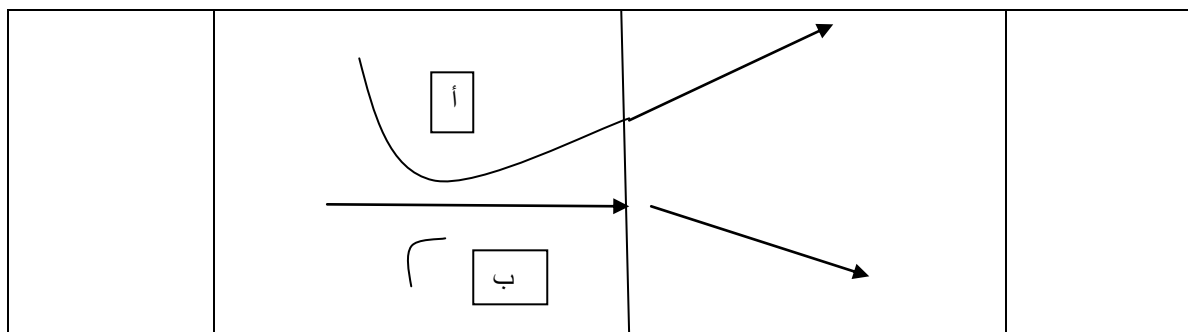
● التمرين الأول :

يقوم اللاعب باختيار ثلاثة لاعبين ويوزعهم على النحو الآتي:

يقف اللاعبان "أ" و "ج" متقابلين بعد 04 م ويتمركز اللاعب "ب" في الوسط على مسافة 2.5 م من الشبكة ويكون هذا الأخير هو المهاجم.

يتم تمرير الكرة بالتناوب بين اللاعبين "أ" و "ج" للمهاجم ، وبدوره يضرب الكرة وعليه الإسراع في حالة رفع الريتم في التمريرات بدون إهمال اليد الضاربة بحيث يجب عليه التوزيع بين اليد اليمنى واليسرى كما هو موضح في الشكل 01. (زكي محمدحسن ، 2004 م ، ص 372 )

ان هذا التمرير يخدم عدة جوانب لدى المهاجم ، فهو ينمي بسرعة رد فعل التوزيع في اليد الظاربتبزيادة في الدقة والتركيب :

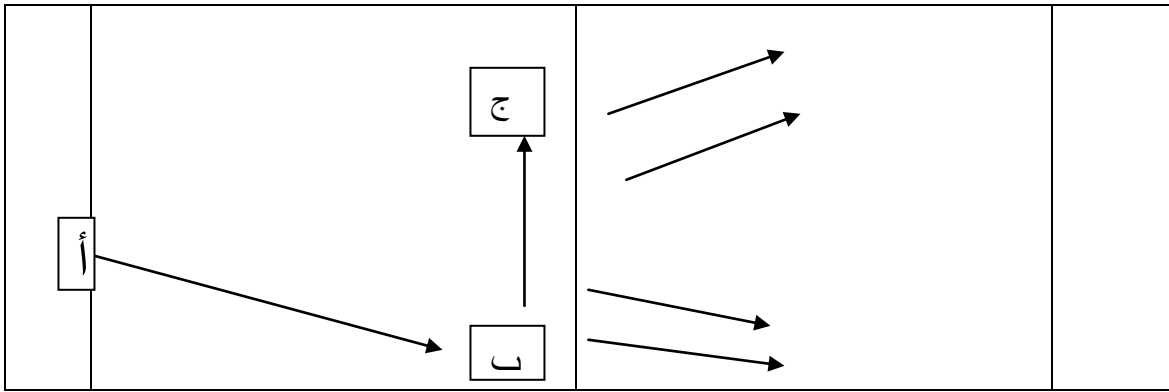


شكل 5 : كيفية تدريس الضرب الساحق

● التمرين الثاني :

يقف اللاعب "أ" خلف خط الثلاثة أمتار، يمرر الكرة للاعب "ب" المتواجد بالمركز 03 بعدما يجدد اللاعب "ب" الكرة عاليا للمهاجم "أ" المتواجد بالمركز 04. (زكي محمد حسن 2004 م ص 384)

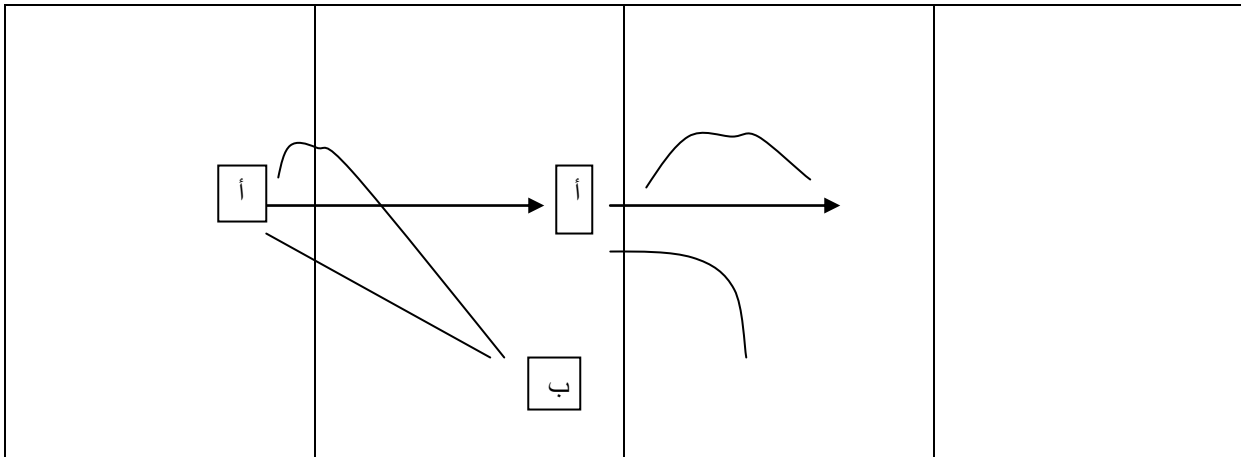
\*يساعد هاذ التمرين على تنمية المهارات الفنية لتحقيق في المركز والتفكير في توجيه الكرة في مناطق مختلفة للملعب الخصم ، يمكن التغيير في المركز 02.



الشكل 6: كيفية تدريس الضرب الساحق

التمرين الثالث :

يقوم المهاجم " ج " المتواجد بالمنطقة الخلفية بتمرير الكرة للمعد " ب " الذي بدوره يعد الكرة عاليا وللخلف للمهاجم المتواجد بالمنطقة الخلفية ، بحيث يسحق المهاجم " ج " الكرة بدون لمس الخط الثلاثة امتار السحق مع تجنب حائط الصد المشكل من المدافع " أ " كما هو موضح في الشكل :



الشكل 7: كيفية تدريس الضرب الساحق

12 - 5 - سرعة الضربة الساحقة:

12-5-1- دور الضربة الساحقة في تغيير النتيجة :

فرضت الضربة الساحقة نفسها على لعبة الكرة الطائرة ، وأبرزت دورها في المباريات ذات المستوى ، حتى أصبحت كمقياس يقاس به قوة الفريق .

أثبتت الدراسات أن للسحق انعكاس مباشر على النتيجة العامة للفريق ، وكانت هنالك دراسات ميدانية أجريت لأحسن عشرة مهاجمين سنة 2002 م كانت النسبة العالية 85٪ سنة 2004 م .

83 من النقاط سجلت عن طريق السحق، والداول التالية توضح فعالية السحق العالية لأحسن عشرة لاعبين لعام 2002 و 2004 .

Fivbvischsich .2002

طريقة تسجيل النقطة	السحق	الصد	الإرسال	المجموع
عدد النقاط	1115	130	65	1310
النسبة المئوية	85	10	05	100

جدول رقم 04: نسبة فعالية السحق لأحسن عشرة لاعبين في كأس العالم 2002 م

طريقة تسجيل النقطة	السحق	الصد	الإرسال	المجموع
عدد النقاط	876	93	86	1055
النسبة المئوية	83	09	08	100

جدول رقم 05: نسبة فعالية السحق لأحسن عشرة لاعبين في كأس العالم 2004 م

12-5-2- تحليل سرعة الضربة الساحقة:

ان سبب استحواذ السحق على نصيب الأسد من نقاط المقابلة بعد ضرب الكرة من المهاجم إلى ملامسة ملعب الخصم ، ولا يمكننا إهمال الوقت الذي تستغرقه الكرة أثناء التميرية أي الوقت من خروج الكرة من أصابع المعد إلى يد المهاجم / زمن هنا نستنتج أن المحمة الكاملة لا تستغرق الثواني قليلة، والجداول الطية توضح الزمن الحقيقي المستغرق للمرحلتين .

Pof am dersenetchrisindtiwkrroer 1988 p 60

نوع التميرية	الوقت بالثانية
العالية	1.60 الى 1.08 ثا
المتوسطة	1.30 الى 1.50 ثا
السريعة	1.10 الى 1.20 ثا
رمية من متر	1.00 الى 0.80 ثا
رمية من مترين	0.45 الى 0.35 ثا
تميرية من ارتفاع	0.40 الى 0.30 ثا

جدول رقم 06:الزمن بين التميرية والسحق

نوع التمير للمهاجم	منطقة السحق	الزمن بالثانية
تميرية للأعلى	خطة ثلاثة أمتار	01 ثانية
تميرية منخفضة	خطة ثلاثة ام لثو	0.5 الى 0.6 ثا
	السحق من 4 الى 9 امتار	0.3 الى 0.6 ثا

جدول رقم 07:يوضح الزمن بين سحق الكرة وملامسة الأرض

عام 1994 متم اختيار أسرع ضربة ساحقة في العالم وكانت النتائج كالآتي:

الاسم	السن	البلد	القامة	الوزن	الارتفاع في الهجوم	المسافة م/ثا	السرعة
لوبوميركناف	29	بلغاريا	210 سم	105 كلغ	348 سم	33 م/ثا	119 كلم/ثا
فومون ديمتري	26	روسيا	200 سم	96 كلغ	351 سم	31 م/ثا	112 كلم/ثا

جدول رقم 08: أسرع ضربة سحق في العالم

### 13- الدراسات السابقة :

من خلال اطلاعنا على المذكرات السابقة لم نجد بحوثا درست السحق من ناحية فعاليته في مختلف المباريات ، وكذلك وجدنا دراسات سابقة عن السحق بصفة عامة ، فمن هنا نلاحظ أن هذه الدراسات تناولت السحق من جانب آخر مثل " صغيري رابع - مهدي عزالدين " \* أهمية الألعاب الشبه رياضية في تعليم تقنية السحق \* ، و " راجي ناصر - حميد وش ناصر - اورتيلان ياسين " \* دور التصور العقلي في تحسين أداء لاعبات الكرة الطائرة \* . لذلك فان المواضيع التي لها صلة مباشرة لفعالية السحق غير متوفرة بكثرة .

### 13-1- الدراسة الأولى :

و كانت هذه الدراسة مذكرة تخرج لنيل شهادة ماستر من إعداد الطالب (حميدوش ناصر ) سنة 2008 / 2009 م بجامعة الجزائر سيدي عبد الله زرالدة، تحت عنوان دور التصور العقلي في تحسين أداء لاعبات الكرة الطائرة، وهدفت إلى إبراز مدى أهمية التصور العقلي في تحين الأداء، وتمثلت تساؤلات هذه الدراسة فيما يلي :

- هل يمارس المدربون الجزائريون التدريب الذهني بصفة عامة والتصور الذهني بصفة خاصة في تحسين أداء لاعبات الكرة الطائرة؟ .

- هل يولي المدربون أهمية كبيرة للتدريب الذهني؟.

- هل يستعمل المدرب التدريب الذهني لدعم التدريب التقني و الخططي في الكرة الطائرة؟.

- إلى أي مدى تستعمل اللاعبات التصور الذهني لاكتساب مجريات قبلية للمنافسة؟

و استخدم في هذه الدراسة المنهج الوصفي لأنه الأنسب لهذه الدراسة و كانت العينة قصدية، و بالنسبة للأدوات المستخدمة فقد استخدموا استبيان موجه للاعبين، و قد توصلوا الى مجموعة من النتائج :

- التصور الذهني يكسب اللاعبات صورة قبلية لمجريات المنافسة.

- يستعمل المدرب التدريب الذهني لدعم التدريب التقني و الخططي في الكرة الطائرة

- يولي المدربون أهمية كبيرة للتدريب الذهني.

\* التعليق عن الدراسة الأولى :

تشابهت دراستنا بدراسة " حمدوش ناصر " في متغيرين أولهما التصور العقلي و اختلفت دراسته بدراستنا من حيث أن دراسته تبحث في دور التصور العقلي في الكرة الطائرة، بينما دراستنا تبحث في اخذ القرار في الكرة الطائرة، و اختلفت عينتنا بعينته من حيث أن عينة دراسته قصديه تتمثل في 22 لاعبة من مشعل بجاية للكرة الطائرة، بينما عينتنا فكانت عشوائية تمثلت في 20 من المدربين والأخصائيين وتشابهت الدراسة في المنهج المعتمد حيث اعتمد المنهج الوصفي.

**13-2- الدراسة الثانية :**

كانت هذه الدراسة لنيل شهادة ماستر من إعداد الطلبة ( معزي رابح ) سنة 2007 م بجامعة الجزائر تحت عنوان أهمية الألعاب الشبه رياضية في تعليم تقنية السحق، وهدفت هذه الدراسة إلى تعلم تقنية السحق، وتمثلت تساؤلات هذه الدراسة فيما يلي:

- هل للألعاب الشبه رياضية دور في تعلم تقنية السحق؟
  - كيف تأثر الألعاب الشبه رياضية في تعلم تقنية السحق؟
  - ما مدى نجاح الألعاب الشبه رياضية في تعلم تقنية السحق؟
- و قد استخدم في هذه الدراسة المنهج الوصفي لأنه الأنسب لهذه الدراسة وكانت العينة عشوائية وبالنسبة للأدوات المستخدمة فقد استخدموا استبيان موجه للاعبين ( الاصاغر ) وتوصلوا إلى النتائج التالية:
- الألعاب الشبه رياضية لها دور في تعلم تقنية السحق.
  - تأثر الألعاب الشبه رياضية بشكل مباشر في تعلم تقنية السحق.
  - تساهم الألعاب الشبه رياضية بشكل كبير في تعلم تقنية السحق.

### \*التعليق عن الدراسة الثانية :

- تشابهت دراستنا بدراسة " معزي رابح " في المتغير الثاني و هو تقنية السحق، واختلفت دراسته عن دراستنا حيث أن دراسته كانت تبحث عن دور الألعاب الشبه رياضية في تعلم تقنية السحق، بينما دراستنا كانت تبحث في اخذ القرار في أداء تقنية السحق، وتشابهت دراستنا من حيث المنهج المعتمد ( الوصفي ) .
- و قد استفدنا من هاتين الدراستين عن معرفة بعض العراقيين التي واجهها الباحثون و العبرة من الأخطاء التي وقعوا فيها وقد ساعدتنا أيضا على ضبط فرضيات الدراسة ومتغيراتها وهذا تحيد المنهج والتقنية و الأساليب الإحصائية، وكذلك دراسة جانب غير مدروس في هذه الدراسات ويرجع ذلك إلى التشابه الحاصل بين دراستنا وهذه الدراسات.

### 13-3- الدراسة الثالثة : دراسة عبد الرزاق

أجريت هذه الدراسة سنة 2007/2006 بمعهد علوم التربية البدنية والرياضية بسيدي عبد الله بالجزائر والتي كان موضوعها يدور حول التحضير البدني العام والخاص في تطوير مهارة الضرب الساحق في الكرة الطائرة حيث كانت تحت إشراف الأستاذ إسماعيل مقران.

وقد شملت العينة المختبرة على لاعبي ومدربي فرق البطولة الوطنية للكرة الطائرة الموجودة ضمن الجزائر العاصمة لفئة الأواسط لصنف الذكور والتي قدر عدد فرقها بـ 16 فريق والتي تضم 290 لاعب حيث طبق في هذه الدراسة المنهج الوصفي وكانت تهدف إلى دراسة مدى مساهمة التحضير البدني العام والخاص في تطوير مهارة الضرب الساحق في الكرة الطائرة

### 13-4- الدراسة الثالثة : دراسة إلياس الوحشي

أجريت هذه الدراسة تحت عنوان: أهمية الجانب البدني لدى لاعبي الكرة الطائرة فئة (15 إلى 16 سنة)، أين تساءل عن على الأسباب والعوامل المؤثرة في عملية التدريب التي أدت إلى ضعف اللياقة البدنية التي لها علاقة مباشرة بالنتائج كما اعتمد الفرضيات التالية:

- ضعف اللياقة البدنية راجع على عدم انتقاء الشبان ذو القامة المناسبة.
- ضعف اللياقة البدنية راجع إلى عوامل تعرقل فعل البرنامج التدريبي.

وقد اعتمد في دراسته على بطاريات اختبار: اختبار الوثب لسارجنت، اختبار القفز إلى الأمام، اختبار السرعة 30 متر وتوصل إلى النتائج التالية: 5.35 ثانية في اختبار السرعة للمجموعة الشاهدة كمتوسط حسابي، و 5.29 ثانية كمتوسط حسابي للمجموعة التجريبية أما في اختبار الوثب للأمام فتحصلت المجموعة الشاهدة على 1.83 متر كمتوسط حسابي، أما المجموعة التجريبية فكان متوسطها الحسابي 2.02 متر، وفي اختبار سارجنت بالنسبة للمجموعة الشاهدة 41.76 سم كمتوسط حسابي، أما المجموعة التجريبية فمتوسطها الحسابي كان: 46.6 سم.

### الخلاصة

من خلال دراستنا لعملية اخذ القرار يمكن القول بأنه العنصر الأساس والركيزة الأساسية في تنفيذ وتطبيق هذه التقنية، حيث لا يمكن تنفيذ أو تطبيق تقنية بدون اخذ قرار مناسب صحيح وسليم ، وضعف هذه الصفة لدى اللاعبين في الفريق من شأنها ان تؤدي الى أضعاف من الناحية الهجومية وبالتالي انخفاض المستوى والنتائج، لذا وجب على اللاعبين الاهتمام بهذه الناحية والعمل على تنمية وتكوير كل الجوانب قصد الوصول الى الهدف المرجو والمقصود.

## الفصل الثاني

### الإطار العام للدراسة

## 1-الكلمات الدالة في الدراسة:

## 1-1 مفهوم عملية اتخاذ القرار:

يصنّف بعض الباحثين عملية اتخاذ القرار ضمن إستراتيجيات التفكير التي تضم حل المشكلات وتكوين المفاهيم بالإضافة إلى عملية اتخاذ القرار، ويتعاملون مع كلٍّ منها بصورة مستقلة؛ لأنها تتضمن خطوات وعمليات متميزة عن بعضها البعض . بينما يرى آخرون أن عملية اتخاذ القرار متطابقة مع عملية حل المشكلات، باعتبار أن المشكلات في حقيقة الأمر ليست سوى مواقفٍ تتطلب قراراتٍ حول حلول لهذه المشكلات.

والحقيقة أن عملية اتخاذ القرار تتطلب استخدام الكثير من مهارات التفكير العليا؛ مثل: التحليل، والتقييم، والاستقراء، والاستنباط، وبالتالي فقد يكون من الأنسب تصنيفها ضمن عمليات التفكير المركبة مثلها مثل التفكير الناقد والتفكير الإبداعي وحل المشكلات.

وقد عبّر عددٌ من الباحثين عن هذا الاتجاه بدمج عملية حل المشكلات ضمن إطار عملية اتخاذ القرار ويمكن تعريف عملية " اتخاذ القرار " بأنها عملية تفكير مركّبة، تهدف إلى اختيار أفضل البدائل أو الحلول المتاحة للفرد في موقف معين؛ من أجل الوصول إلى تحقيق الهدف المرجو.

عملية إتخاذ القرار: باللغة: وهو الوصول إلى اتخاذ قرار مناسب لتطوير المؤسسة أو إلى حل مشكلة ما تواجهها المؤسسة، وتتخذ هذه العملية عدة مراحل ووسائل، أبرزها: العصف الذهني الإلكتروني **Electronic Brainstorming** ، والتي يتم فيها طرح مقترحات وأفكار بشكل عشوائي دون مناقشة لها، وبعد أن تنتهي هذه المرحلة، يبدأ المجتمعون بتحليل تلك المقترحات من توضيح نقاط قوتها ونقاط ضعفها، ومن ثم يتم التوصل إلى الاقتراح الأنسب وإجراء التعديلات عليه حتى الوصول إلى القرار الأنسب الذي يمكّن المؤسسة من القيام بأعمالها بأعلى درجات الكفاءة والفاعلية. صنع القرار: دراسة في سيولوجيا الإدارة.

تعني كلمة قرار البت النهائي والارادة المحددة لصانع القرار بشأن ما يجب وما لا يجب فعله للوصول لوضع معين والى نتيجة محددة ونهائية.

## 1-2 مفهوم الأداء:

## 1-2-1 تعريفه في اللغة: الأداء هو الإيصال.

قال في (القاموس): (أدّاه تأدية، أوصله وقضاه، والاسم: الأداء، وهو أدى للأمانة من غيره .  
وفي (المصباح المنير): (أدى الأمانة إلى أهلها تأدية إذا أوصلها، والاسم الأداء

## 1-2-2 تعريف الأداء في الشرع:

فإنه عُرِفَ بأنه : (فعلٌ ابتداءً في وقته المقدر له شرعاً) . هكذا عرّف الأداء (مُحِبُّ الله بن عبد الشكور) في كتابه (فواتح  
الرحموت).

عرفه في (الكوكب المنير) بأنه: (ما فعل في وقته المقدر له أولاً شرعاً).

وهذا أيضاً تعريف (ابن الحاجب المالكي).

فالأداء هو: فعل الشيء في وقته المقدر له أولاً شرعاً.

## 1-3 مفهوم الكرة الطائرة:

الكرة الطائرة هي رياضة جماعية يتقابل فيها فريقين فوق الميدان الذي يبلغ طوله 18م و عرضه 09م و يقسم  
بشبكة إلى جزأين متساويين، و ارتفاع الشبكة هو : 2.43م للذكور، و 2.23م للإناث، و الهدف يدور حول إسقاط  
الكرة من جهة الخصم، و تفادي سقوطها في الجزء الخاص به.

يبدأ اللعب عن طريق اللاعب الخلفي الأيمن حيث يبدأ بضرب الكرة و ذلك بإرسالها فوق الشبكة إلى منطقة الفريق الخصم ،  
وهو ما يسمى بالإرسال ، ولكل فريق الحق بلمس الكرة ثلاث مرات دون احتساب لمسة الصد إن وجدت .

تُحسب نقاط المباراة في الكرة الطائرة حسب نظام التسجيل المستمر ، وعند اكتساب الفريق للإرسال يقوم عناصره  
بالدوران وفق عقارب الساعة ، وبهذا التغيير يكون عناصر الفريق قد لعبوا في مختلف الوضعيات .

للولصول إلى شوط المباراة فإن الفريق الذي يحصل أولاً على مجموع 25 نقطة وبشرط أن يكون الفارق نقطتين على الأقل عن الخصم ، وفي حالة التعادل أي مثلاً 24-24 نقطة فإن اللعب يستمر إلى غاية نقطتين كفارق في النتيجة أما عن عدد الأشواط التي تمكن أي فريق من الفوز هي 03 أشواط . (المنشورات اتحادية الكرة الطائرة الجزائرية: القانون الرسمي لكرة الطائرة المعتمدة من طرف FIVB ، 2000-2004) .

الكرة الطائرة هي لعبة جماعية تلعب في إطار تنافس بين الفريقين، كل فريق مكون من ستة لاعبين، وتجري هذه اللعبة في ملعب محدد مساحته مقسمة إلى منطقتين متساويتين بواسطة شبكة محددة طولها وعرضها.

الهدف من اللعبة هو رمي واستقبال الكرة فوق الشبكة بغرض إسقاطها في منطقة المنافس ، وتبدأ الكرة بضربة الإرسال إلى المنافس الذي يقوم باستقبال الكرة و إعادتها إلى ميدان الفريق الآخر ، وهكذا يستمر التداول حتى يتم إسقاط الكرة على الملعب أو تذهب خارجا ، أو يفشل الفريق بإعادتها بصورة صحيحة .

الفريق الفائز يكسب الحق في الإرسال إذا كان مستقبلا و يحتفظ بالإرسال ل إذا كان مرسلا. ( القوانين الرسمية للاتحادية الدولية لكرة الطائرة 2001-2004، ص 3 ) .

#### 1-4 مفهوم الضرب الساحق:

تتم هذا الضربة الساحقة بانقباض العضلة المستقيمة البطنية، وكذلك العضلات العاملة لتحريك الكتف والذراع، وتتم عملية ضرب الكرة، إذ تغطي اليد لكرة لإكسابها حركة دوران بمرحلة الذراع كما لهدفياً أثناء الضرب، وتكون زاوية الذراع قائمة بين الساعد والعضد لإحراز أكبر قوة. ( محمد خير الحوراني، الحديث في الكرة الطائرة (تاريخ، مهارات، التدريب)، اريد ، دار الملل النشر، 1996م، ص8.)

## 2- الإشكالية:

الرياضة بشتى أنواعها تشكل بعدا هاما في حياة الشعوب والمجتمعات قديما وحديثا وهذا ما جعلنا تأخذ اهتماما كبيرا من طرف الأفراد والجماعات وذلك عن طريق الممارسات الفعلية لهذه الرياضة ، أو عن طريق المتابعة والمشاهدة والتشجيع كمسؤولين عن طريق التحضير والتشريع بمختلف القوانين والنظم والخطط والاستراتيجيات لهذه الرياضة .

والرياضة بنوعيتها فردية كانت أوجماعية أصبحت في وقتنا الحاضر ملجأ حقيقيا بمختلف فعاليات المجتمع فصارت تمارس ( الرياضة) على نطاق واسع ، إما بشكل ممارسة ترفيهية ترويجية ، وإما ممارسة رسمية ضمن منافسات تهدف لتحقيق الريادة والنجاح والتغلب على الخصم بمختلف الخطط والاستراتيجيات والمهارات سواء الفردية أو الجماعية ، هذه الأخيرة قائمة على عدد لا بأس به من المبادئ العامة والخاصة من هذه الرياضات (كرة السلة ، كرة القدم ، كرة اليد، الكرة الطائرة ) وهي في مجتمعنا تعتمد على الأداء والإتقان المهاري الجيد وكذلك إتقان الخطط ومحاولة التصدي لخطة الخصم (زكي محمد حسين 2004م ، ص 04).

ومن بين الرياضات الجماعية فقد تطرقنا إلى رياضة الكرة الطائرة ، وما لها من نصيب كبير وأهمية بالغة نتيجة لما تحصد من ميداليات ذهبية وغيرها، الأمر الذي أدى إلى احتلالها مكانة ومركز في سائر الدول المتقدمة رياضيا ويظهر هذا واضحا في التنافس والطموح الرياضي بفضل ما يتوفر لها من إمكانيات سواء المادية أوالبشرية، حيث اعتبرت من الأنشطة التي لها تاريخ و مارسها الإنسان طوال فترات زمنية ( بيتر موني 1990م، ص 43).

تعتبر الكرة الطائرة احد الألعاب المثيرة التي تميزت بطبيعة خاصة عن سائر الألعاب الأخرى وذلك من طريقة الأداء و كذا كيفية احتساب النقاط و عدم ارتباطها بزمن معين فقد أصبحت هذه اللعبة أثناء ممارستها تتسم بالديناميكية التي تتبع عنها ارتفاع مستوى الإثارة خاصة أثناء ممارسة متطلبات اللعبة فنحن نلاحظ أن هناك تباينا في الإيقاع الحركي لها ، و ينجلي ذلك من خلال القدرة على التحكم في المهارات الشخصية و الإتقان للمهارات الفنية .

و لما كان الأداء المهاري يلعب دورا كبيرا في التأثير على نتائج الفرق و المنتخبات سلبا كان أم إيجابا و هذا ما جعل إتقان مهارات الإرسال، الاستقبال و التمير محورا فاصلا في نجاح او فشل الفريق والمنتخبات وعليه نطرح التساؤلات التالية :

**3- التساؤل العام :**

- ما مدى أهمية اخذ القرار على تعلم بعض تقنيات الكرة الطائرة ؟

**- التساؤلات الجزئية :**

- ما هي أهمية اخذ القرار أثناء القيام بالسحق مقارنة بمستوى أداء الفريق ؟

- هل لمسؤولية أخذ القرار في مهارة السحق تأثير ايجابي على نتائج الفريق ؟

**4--متغيراتالدراسة:**

1- المتغير المستقل: ويتعلق في موضوع دراستنا بفعالية اخذ القرار في أداء تقنية السحق.

2- المتغير التابع: ويتعلق بمرود لاعبي الكرة الطائرة .

**5-أهداف الدراسة :**

1- معرفة تأثير اخذ القرار على أداء تقنية السحق في الكرة الطائرة .

2- تقديم معلومات نظرية و تطبيقية عن الكرة الطائرة .

3- إبراز أهمية اخذ القرار في إتقان تقنية السحق .

4- الرغبة في زيادة المعرفة المتعلقة بالكرة الطائرة بصفة عامة و وضعية السحق بصفة خاصة .

**6-أهمية الدراسة:**

من وراء بحثنا أردنا أن نبين عدة عناصر جديدة بما أن الموضوع جديد و لم يسبق و أن تطرق إليه طلبة معهد علوم و

تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية.

1- تأثير اخذ القرار عند لاعبي الكرة الطائرة في وضعية السحق.

2- الاهتمام بتقنية السحق و مدى توسعها في الأندية.

3- إثبات أن من يحسن أداء تقنية السحق يسجل أكبر عدد من النقاط.

3 إبراز الدور الكبير الذي يلعبه اخذ القرار في أداء تقنية السحق.

## 7- فرضيات الدراسة:

### 1- الفرضية الرئيسية:

لاخذ القرار اهمية في تعلم بعض تقنيات الكرة الطائرة.

### 2- الفرضيات الجزئية:

- لاخذ القرار اهمية اثناء القيام بالسحق مقارنة بمستوى اداء الفريق.

- لمسؤولية اخذ القرار في مهارة السحق تأثير ايجابي علي نتائج الفريق.

## الفصل الثالث

### الإجراءات الميدانية للدراسة

### 1-الدراسة الاستطلاعية:

تعد الدراسة الاستطلاعية " تدريباً عملياً للباحث للوقوف بنفسه على السلبيات واليجابيات التي تقابله أثناء إجراء التجربة لتفاديها مستقبلاً" (قاسم حسن المنديلاوي وآخرون، 1989، ص 107).

حيث أجريت الدراسة الاستطلاعية على مدرّبين تم اختيارهم بطريقة عشوائية و هم جزء من عينة البحث وهم مدرّبو الاندية التالية(عين ازال - عموشة) والبالغ عددهم ( 03) مدرّبين، إذ تم مناقشة واستجواب هؤلاء المدرّبين بتاريخ 2015/2/3 م حيث كان الزمن المستغرق للمناقشة من 25 إلى 35 دقيقة لمجموع المناقشة ، وبعد أن تم استجوابهم قام الطالب الباحث بتوزيع إستمارة الاستبيان الخاص بأخذ القرار الذي استغرق من 15 إلى 25 دقيقة، وكان الغرض من التجربة الاستطلاعية معرفة ما يلي :

- معرفة الوقت المستغرق بالإجابة على الاستبيان وزمن المناقشة والاستجواب.
- الممارسة العملية لتوزيع استمارة اخذ القرار.
- معرفة الصعوبات التي تواجه الباحث أثناء التجربة الرئيسي.
- معرفة عدد الكادر المساعد .
- استخدام الاستبيان لغرض البحث العلمي فقط .
- التعرف على مدى تجاوب العينة مع الدراسة.

### 2-منهج الدراسة :

2-1-تعريف المنهج : هو الطريق الذي من خلاله يتم التوصل إلى الحقيقة ، ويعدّ المنهج من العوامل المهمة التي

يتبعها الباحث لحل مشكلته ويتم اختياره طبقاً لطبيعة المشكلة المراد دراستها. ( وجيه محبوب ، 2002، ص 287 )

وفي دراستنا هذه فان طبيعة المشكلة تحتم على الطالب الباحث استخدام المنهج الوصفي .

و يعرف المنهج الوصفي على انه : "تصور دقيق للعلاقات المتبادلة بين المجتمع ، والاتجاهات و الميول والرغبات والتصور

بحيث يعطي صورة للواقع الحياتي ، ووضوح مؤشرات و بناء تنبؤاته المستقبلية . ( وجيه محبوب، 1991، ص 219).

### 3-مجتمع وعينة الدراسة

#### 3-1-مجتمع الدراسة :

يعتبر مجتمع الدراسة المجموعة الأصلية التي تأخذ منها العينة، و قد تكون هذه المجموعة عبارة عن فرق، أو مدارس، أو تلاميذ، أو سكان، أو وحدات أخرى .

#### 3-2-عينة الدراسة:

إن الأهداف التي يضعها الباحث لبحثه والإجراءات التي يستخدمها ستحدد طبيعة العينة التي يختارها " (وجيه محبوب، 2002 ، ص. 287 ) ، لذا اختار الطالب الباحث مجتمع الدراسة بالطريقة العشوائية، إذ اشتملت عينة الدراسة على كل من فريق فنار عين ازال، فريق نجم سطيف،فريق شباب عموشة،اتحاد عين ارنات،فريق رائد عين الكبيرة،فريق امل بوقاعة لولاية سطيف لكرة الطائرة ،حيث كان عدد المدربين مدبران لكل فريق،و 8اساتذة مختصين ومنه بلغ العدد الإجمالي—يللعينة20 فرد.

#### 4- أدوات الدراسة : لكل دراسة أو بحث علمي مجموعة من الأدوات والوسائل التي يستخدمها الباحث ويكتفيها

للمنهج الذي يستخدمه ويحاول أن يلجأ إلى الأدوات التي توصله إلى الحقائق التي يسعى إليها وليحصل على القدر الكافي من المعلومات والمعطيات التي تفيدنا في موضوع بحثنا اعتمادنا على الأدوات التالية:

#### 4-1- استبيان اخذ القرار : لقد استخدم الطالب الباحث في هذه الدراسة الاستبيان الذي صممه كل من (ستيفان بل

و جون البنسون وكريستوفر شامبروك،1996) لقياس بعض الجوانب العقلية(النفسية) المهمة للأداء الرياضي وهي تشمل:

القدرة على التصور، القدرة على تركيز الانتباه،الثقة بالنفس،القدرة على الاسترخاء،القدرة على مواجهة القلق

،دافعية الانجاز الرياضي، حيث ركز الطالب الباحث في هذه الدراسة على ثلاثة أبعاد و هي موضحة كالتالي :

\*القدرة على التصور العقلي .

\*القدرة على الاسترخاء .

\*دافعية الانجاز .

و قد قام بترجمة وتعديل هذا الاستبيان محمد حسن علاوي، إذ يتضمن الاستبيان ( 21) عبارة ، وكل مجال أو بعد من الأبعاد الثلاث تمثله (7) عبارات، ويقوم المدرسين والأساتذة بالإجابة على عبارات الاستبيان وفق مقياس ثنائي الدرجات (نعم/لا).

### 2-4 صدق الاستبيان:

يقصد بصدق أداة الدراسة؛ أن تقيس فقرات الاستبيان ما وضعت لقياسه، وقام الطالب بالتأكد من صدق الاستبيان من خلال؛الصدق الظاهري للاستبيان (صدق المحكمين)، وصدق الاتساق الداخلي لفقرات الاستبيان، والصدق البنائي لمجاور الاستبيان.

### 3-4- الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة :

لا بد أن لكل أداة قياس أو أداة جمع البيانات أن تحضاً بدرجة من الموضوعية كي تعطينا نتائج أكثر مصداقية، وعليه يجب أن تتمتع بالصدق و الثبات ، و قد قام الطالب الباحث بحساب كل من صدق و ثبات استبيان المهارات النفسية كمايلي :

**-الصدق:** يعتبر احد المعاملات المهمة للاختبار الجيد وهو يقيس الاختبار بدقة الشيء الذي وضع من اجله ويعرف الصدق بأنه " الدرجة التي يقيس بها الاختبار الشيء المراد قياسه " ( ليلي السيد فرحات، 2001، ص 111).

فالصدق هو احد المعاملات الأساسية للاختبار الجيد، إذ قام الطالب الباحث بحساب صدق الاستبيان عن طريق صدق الاتساق الداخلي.

### -صدق المحكمين ( صدق الظاهري ) :

تم عرض أداة الدراسة (الاستبيان) في صورتها الأولية قبل نشر لعملية تحكيم من قبل مجموعة من الأساتذة ( انظر ملحق رقم .... ، قائمة الاسمية للمحكمين )، وهم ينتمون لاختصاصات علمية وهذا بغية التأكد من سلامة بناء الاستبيان من مختلف الجوانب، خاصة من حيث :

- دقة صياغة الأسئلة وصحة العبارات ؛

-مدى شمولية الاستبيان لمعالجة مشكل الدراسة.

- ومدى مناسبة كل عبارة للمحور الذي ينتمي اليه.

هذا بالإضافة إلى اقتراحهم ونهضروا بامتعديلصيغة العباراألؤحذفها، وإضافة عبارات جديدة

وفيا لأخير، وبناء على الملاحظات والتوصيات الواردة من لجنة التحكيم، استجاب الطالب لآراء السادة المحكمين وقام بإجراء ما يلزم من حذف وتعديل في ضوء مقترحاتهم. وتمتصياغة الاستبيان بشكل نهائي.

-**الثبات** : و يقصد به " الاختبار الذي يعطي نتائج متقاربة أو النتائج نفسها إذا أعيد تطبيقه غير مرة وفي الظروف نفسها " (ذوقان عبيدات وآخرون ، 1992 ، ص 164) .

وقد قام الطالب الباحث بحساب ثبات إستبيان المهارات النفسية عن طريق معامل ألفا كرونباخ .

**الثبات:**

### Reliability Statistics

عدد العبارات	ألفا كرونباخ
21	0,971

نلاحظ من خلال الجدول أن معامل ألفا كرونباخ لكل محاور الاستبيان ( 0,971 ) وهي معاملات مرتفعة، وهذا يدل على أن قيمة الثبات مرتفعة وتدل على أن أداة الدراسة ذات ثبات كبير مما يجعلنا على ثقة تامة بصحة الاستبيان وصلاحيته لتحليل وتفسير نتائج الدراسة واختبار فرضياتها.

تجدر الإشارة إلى أن معامل الثبات ألفا كرونباخ، تتراوح بين ( 0-1 )، وكلما اقترب من الواحد؛ دل على وجود ثبات عال، وكلما اقترب من الصفر؛ دل على عدم وجود ثبات.

- ومنه نستنتج ان اداة الدراسة التي اعددها لمعالجة المشكلة المطروحة هي صادقة وثابتة في جميع فقراتها وهي جاهزة للتطبيق على عينة الدراسة.

■

### 5- إجراءات التطبيق الميداني للأداة :

تم إجراء التجربة الرئيسية على عينة البحث إذ قام الطالب الباحث بالإشراف على أسئلة الاستبيان الخاصة بأخذ القرار على عينة البحث ابتداء من 2015/02/17 إلى غاية 2015/03/24 إذ تم تسليم نسخ من الاستبيان لكل مدرب وأستاذ مع شرح وافي لكل سؤال ستجيب عنه العينة، وقام الطالب الباحث بعد ذلك بإجراء الخطوات التالية :

- جمع البيانات و ترميزها و إدخالها في الحاسوب .
- معالجة البيانات إحصائيا و تحليل النتائج و عرضها و تفسيرها

### 6- الأساليب الإحصائية المستخدمة في البحث:

لقد تم إخضاع النتائج المتحصل عليها في شكلها الكمي إلى الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية ( spss for Windows ) في نسخته 22، إذ تم حساب :

- \* المتوسطات الحسابية للأبعاد المستخدمة في الدراسة.
- \* معامل الارتباط بيرسون . (صدق المقياس ) .
- \* معاملات ألفا كرونباخ . ( ثبات المقياس )
- \* معامل الارتباط سبيرمان ( دراسة الفرضية العامة )
- \* t.test (anova) لدراسة الفروق الخاصة بفرضيات الدراسة .

المتوسطات و الانحرافات المعيارية:

رقم العبارة	عدد العينة	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري
Q1	20	1,8000	,41039
Q2	20	1,5500	,51042
Q3	20	1,7000	,47016
Q4	20	1,4000	,50262
Q5	20	1,9000	,30779
Q6	20	1,3000	,47016
Q7	20	1,7500	,44426
الدرجة الكلية للمحور الأول	20	1,6286	,35420

رقم العبارة	عدد العينة	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري
Q8	20	1,8000	,41039
Q9	20	1,8500	,36635
Q10	20	1,6000	,50262
Q11	20	2,0000	,00000 <sup>a</sup>
Q12	20	1,8500	,36635
Q13	20	1,7500	,44426

,41039	1,8000	20	Q14
,31868	1,8071	20	الدرجة الكلية المحور الثاني

الإختلاف المعياري	المتوسط الحسابي	عدد العينة	رقم العبارة
,44426	1,7500	20	Q15
,51299	1,5000	20	Q16
,50262	1,6000	20	Q17
,51299	1,5000	20	Q18
,36635	1,8500	20	Q19
,48936	1,6500	20	Q20
,41039	1,8000	20	Q21
,39675	1,6643	20	الدرجة الكلية المحور الثالث

رقم العبارة	عدد العينة	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري
المحور.الأول	20	1,6286	,35420
المحور.الثاني	20	1,8071	,31868
المحور.الثالث	20	1,6643	,39675
الدرجة الكلية للإستمارة	20	1,7000	,34757

## الفصل الرابع

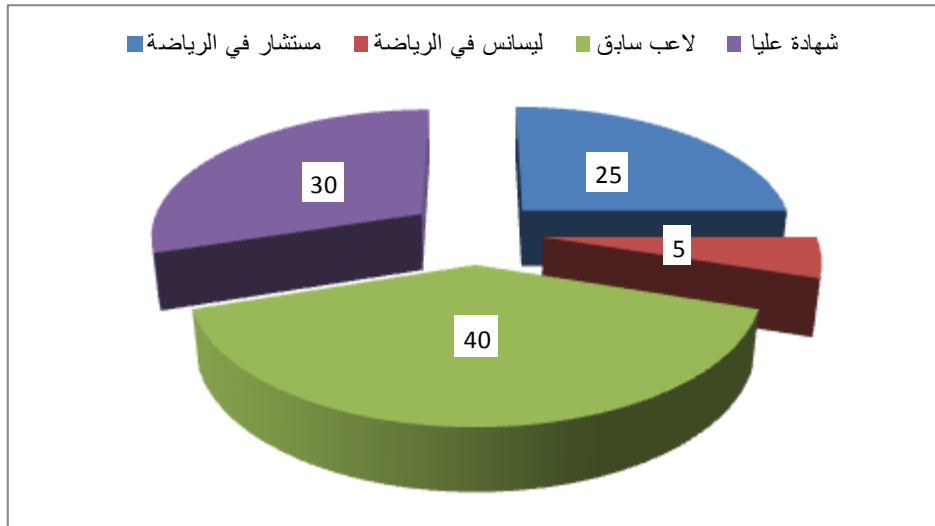
عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها

1- تكرارات و النسب المئوية

11.- محور المعلومات الشخصية:

النسبة %	التكرار	
25,0	5	مستشار في الرياضة
5,0	1	ليسانس في الرياضة
40,0	8	لاعب سابق
30,0	6	شهادة عليا
100,0	20	Total

الجدول رقم 10: المؤهل العلمي

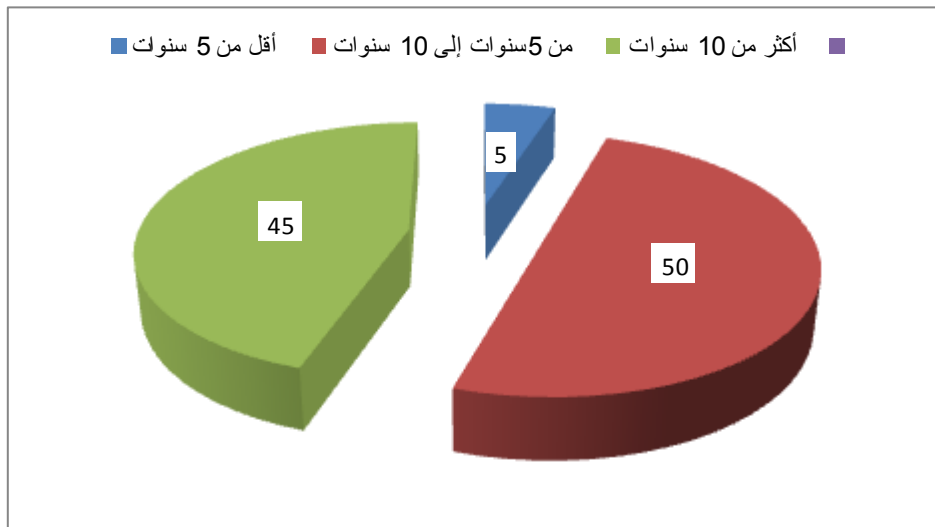


الشكل رقم 08: رسم بياني يوضح اجابات العينة على محور المعلومات الشخصية. [المؤهل العلمي]

من خلال دراستنا للجدول رقم 01 نلاحظ ان نسبة 25% تمثل مستشار في الرياضة، 05% تمثل ليسانس في الرياضة، 40% تمثل اللاعب السابق، و30% تمثل الشهادة العليا. ومنه نستنتج ان اعلى نسبة كانت للاعب السابق ب 40% وهذا نظرا للخبرة والتجربة التي يتمتع بها في الميدان، اما الليسانس في الرياضة فكانت 05% وهي اضعف نسبة.

النسبة %	التكرار	
5,0	1	أقل من 5 سنوات
50,0	10	من 5 سنوات إلى 10 سنوات
45,0	9	أكثر من 10 سنوات
100,0	20	Total

الجدول رقم 11: سنوات العمل في مجال التدريب



الشكل رقم 09: رسم بياني يوضح اجابات العينة على محور المعلومات الشخصية [سنوات العمل في مجال التدريب]

من خلال تحليلنا للجدول رقم 02 يتضح لنا ان نسبة 05% تمثل اقل من 5 سنوات ومنه نستنتج انها اضعف نسبة وهذا لنقص الخبرة مما يدل على ان سنوات العمل تؤثر على عامل الخبرة، اما نسبة 50% فهي تمثل من 5 سنوات الى 10 سنوات وهذا دليل على ان نصف المدربين كانت مدة عملهم في مجال التدريب وهي نسبة عالية مقارنة بالنسب الاخرى، و 45% تمثل لنا اكثر من 10 سنوات في مجال التدريب وهي تتوسط باقي النسب الاخرى.

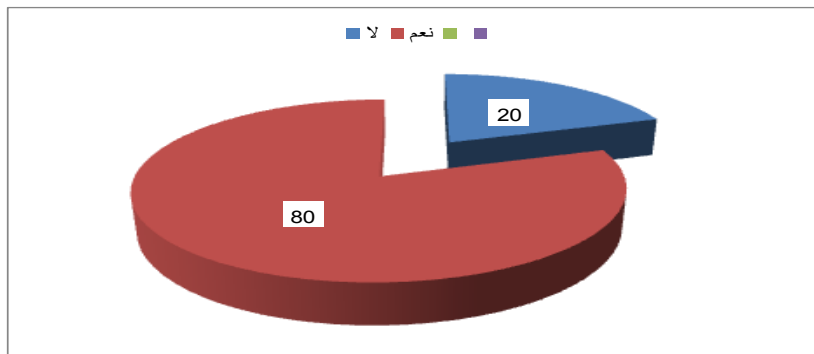
### السؤال الأول:

- هل أخذ القرار عند اللاعبين له أهمية في لعبة كرة الطائرة؟.

- الهدف: معرفة أهمية اتخاذ القرار في كرة الطائرة.

النسبة %	التكرار	
20,0	4	لا
80,0	16	نعم
100,0	20	Total

- الجدول رقم 12: يوضح لنا أهمية اتخاذ القرار في الكرة الطائرة.



الشكل رقم 10: رسم بياني يوضح اجابات العينة على السؤال رقم 01.

التحليل:

من خلال الجدول رقم 01 من أسئلة الاستبيان نلاحظ أن اجابات المدربين والاحصائين على أهمية اتخاذ القرار في لعبة كرة الطائرة أنه 80% من المدربين والاحصائين أقروا بالاهمية البالغة لهذه المهارة و 20% لم يعطوا أهمية لهذه المهارة.

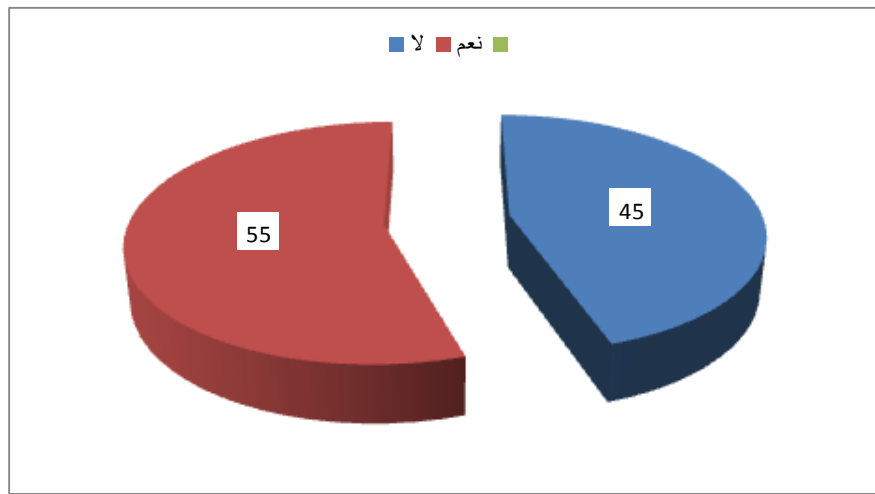
السؤال الثاني:

- هل قوة الهجوم لفريقك تكمن في قوة اتخاذ القرار؟.

- الهدف: معرفة مدى اتخاذ القرار في الهجوم.

النسبة %	التكرار	
45,0	9	لا
55,0	11	نعم
100,0	20	Total

الجدول رقم (13): يوضح لنا معرفة مدى اتخاذ القرار في الهجوم.



الشكل رقم 1: رسم بياني يوضح اجابات العينة على السؤال رقم 02.

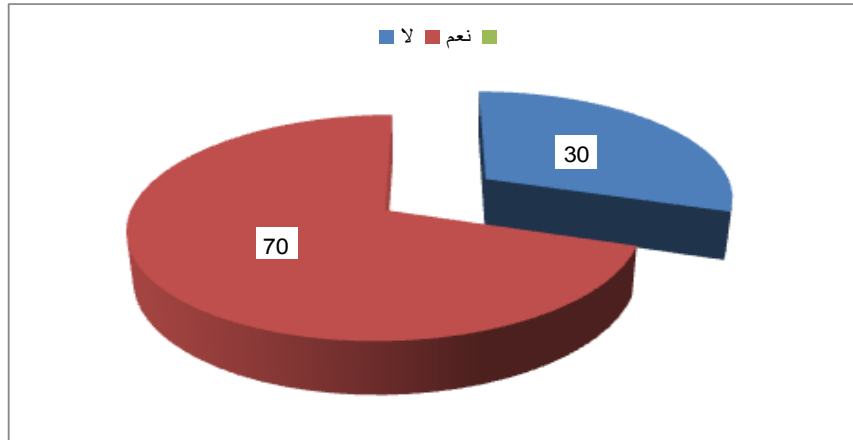
من خلال الجدول رقم 02 من أسئلة الاستبيان نلاحظ 55% من مجموع المديرين والاحصائيين أجابوا بنعم أي أن هذه النسبة تفسر ان قوة اتخاذ القرار في الهجوم ليس مؤشر بارز بالرغم من أنه حدد الأغلبية

### السؤال الثالث:

- في رأيكم الثقة بالنفس والشعور بالمسؤولية يسمح بتسهيل التقنيات الخاصة لانجاز القرار؟
- الهدف: معرفة الدور الذي يلعبه هذا العامل لنجاح اتخاذ القرار.

النسبة %	التكرار	
30,0	6	لا
70,0	14	نعم
100,0	20	Total

- الجدول رقم (14): يوضح لنا دورالثقة بالنفس والشعور بالمسؤولية لنجاح اتخاذ القرار.



الشكل رقم 12: رسم بياني يوضح اجابات العينة على السؤال رقم 03.

من خلال الجدول رقم 03 من أسئلة الاستبيان نلاحظ أن أغلبية المديرين والاحصائيين اجابوا بنسبة 70% في نجاح هذا العامل والدور الفعال الذي يلعبه و نسبة 30% يرون عكس ذلك.

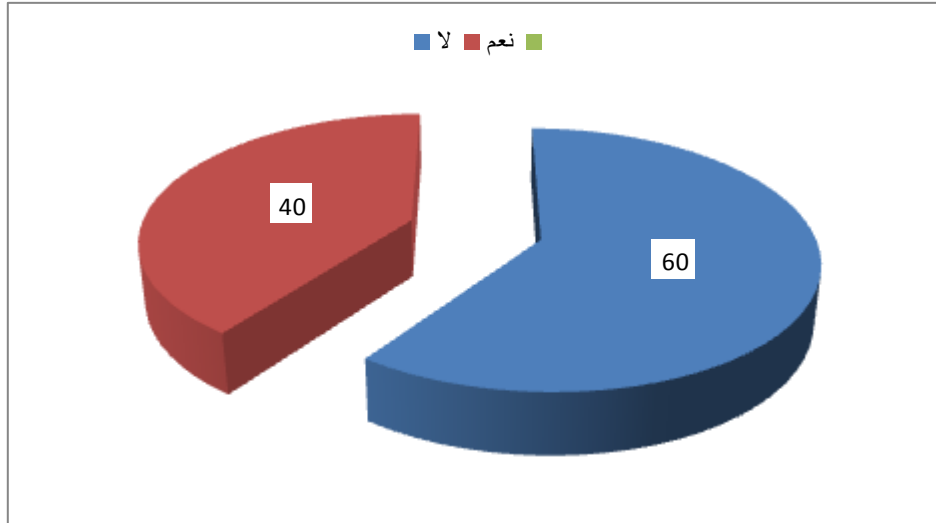
السؤال الرابع:

- هل التدريبات على اتخاذ القرار بحاجة الى جهد أكبر على غرار بعض المؤثرات؟.

- الهدف: معرفة نسبة الجهد في التدريبات لاتخاذ القرار.

النسبة %	التكرار	
60,0	12	لا
40,0	8	نعم
100,0	20	Total

- الجدول رقم (15): يوضح لنا نسبة الجهد في التدريبات لاتخاذ القرار.



الشكل رقم 13: رسم بياني يوضح اجابات العينة على السؤال رقم 04.

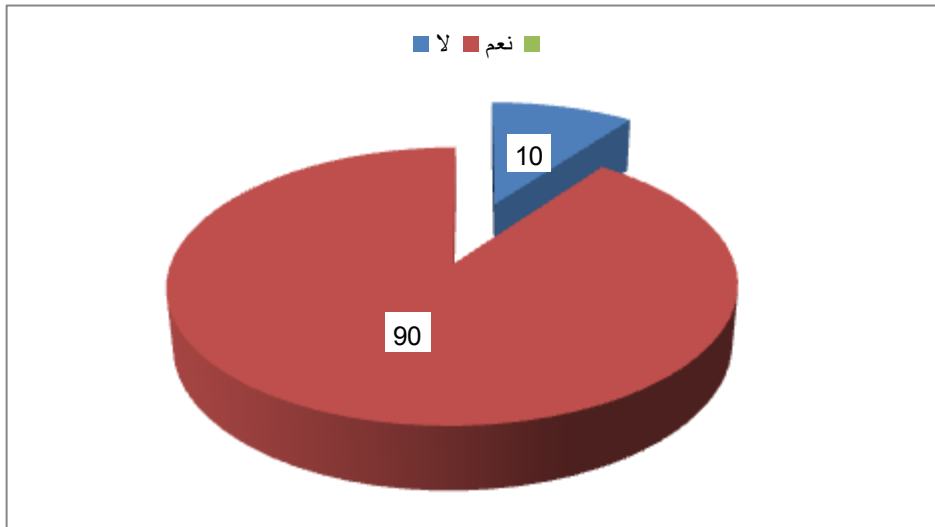
من خلال الجدول رقم 04 من أسئلة الاستبيان نرى انه 60% من المدربين والاحصائين كانت اجابتهم ان التدريبات على اخذ القرار لا يتطلب جهد أكبر على غرار بعض المؤثرات الاخرى، اما 40% من افراد العينة فكانت اجابتهم عكس ذلك.

السؤال الخامس:

- هل لاتخاذ القرار تأثير على مستوى اداء الفريق؟.
- الهدف: معرفة تأثير القرار المتخذ على مستوى الاداء.

النسبة %	التكرار	
10,0	2	لا
90,0	18	نعم
100,0	20	Total

- الجدول رقم (16): يوضح معرفة تأثير القرار المتخذ على مستوى الاداء.



الشكل رقم 14: رسم بياني يوضح اجابات العينة على السؤال رقم 05.

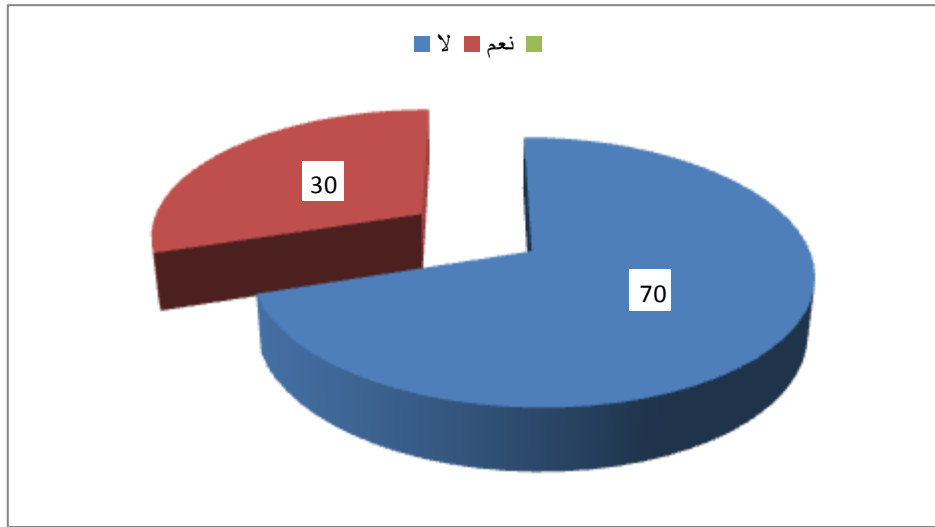
من خلال تحليلنا للجدول رقم 05 يتضح لنا ان 90% من اجابات المدربين والاحصائيين يؤكدون على اهمية اخذ القرار وتأثيره على المستوى العم لاداءالفريق، وحتى تطبيقه في الميدان اصبح ضرورة ملحة تفرض منطقتها على المدربين .

السؤال السادس:

- هل تعتمدون على معيار الاداء الحركي في تقييم اخذ القرار؟.

النسبة %	التكرار	
70,0	14	لا
30,0	6	نعم
100,0	20	Total

الجدول رقم (17) : معيار الاداء الحركي في تقييم اخذ القرار



الشكل رقم 15: رسم بياني يوضح اجابات العينة على السؤال رقم 06.

من خلال اجابات المدربين والاحصائيين نلاحظ انها تنص على ان الاعتماد على معيار الاداء الحركي في عملية التقييم غير منطقي وهو تقييم مجحف فيحق للاعبين.

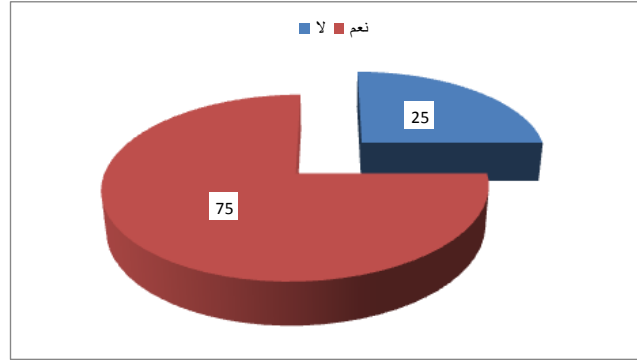
السؤال السابع:

- قلة الذكاء عند اللاعب والتنسيق السيء يخلق صعوبات تعيق تقنية اخذ القرار؟.

- الهدف: معرفة المشاكل التي يمكن ان تعيق مؤشرات تقنية اخذ القرار.

النسبة %	التكرار	
25,0	5	لا
75,0	15	نعم
100,0	20	Total

الجدول رقم (18): يوضح لنا مدى تأكيد المشاكل التي يمكن ان تعيق مؤشرات تقنية اخذ القرار .



الشكل رقم 16: رسم بياني يوضح اجابات العينة على السؤال رقم 07 من المحور الاول.

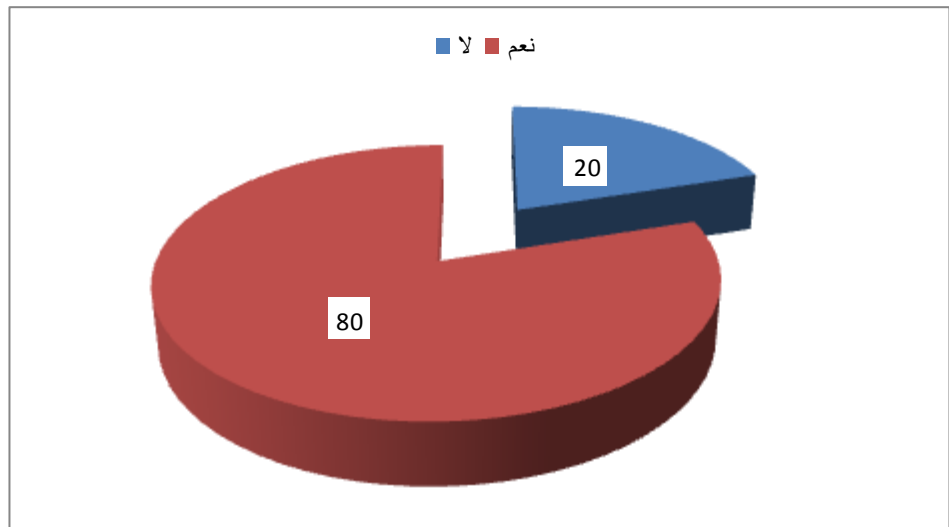
من خلال الجدول رقم 07 لنا ان قلة الذكاء وعدم التنسيق الجيد يعيق تقنية اخذ القرار حيث اجابوا المدربون والاحصائيين بنسبة 70% على مدى تأكيد الامر.

السؤال الثامن:

- المستوى المهاري للاعب يحدد قوته وذكاءه في اخذ القرار؟

النسبة %	التكرار	
20,0	4	لا
80,0	16	نعم
100,0	20	Total

- الجدول رقم (19) : يمثل نتائج السؤال رقم 08



الشكل رقم 19: رسم بياني يوضح اجابات العينة على السؤال رقم 08 من المحور الثاني.

من خلال تحليل الجدول رقم 08 من أسئلة الاستبيان نلاحظ أن نسبة 80% اجابوا بنعم اما 20% فاجابوا بلا ومنه نستنتج ان المهارة ومستواها يحددان قوة اللاعب.

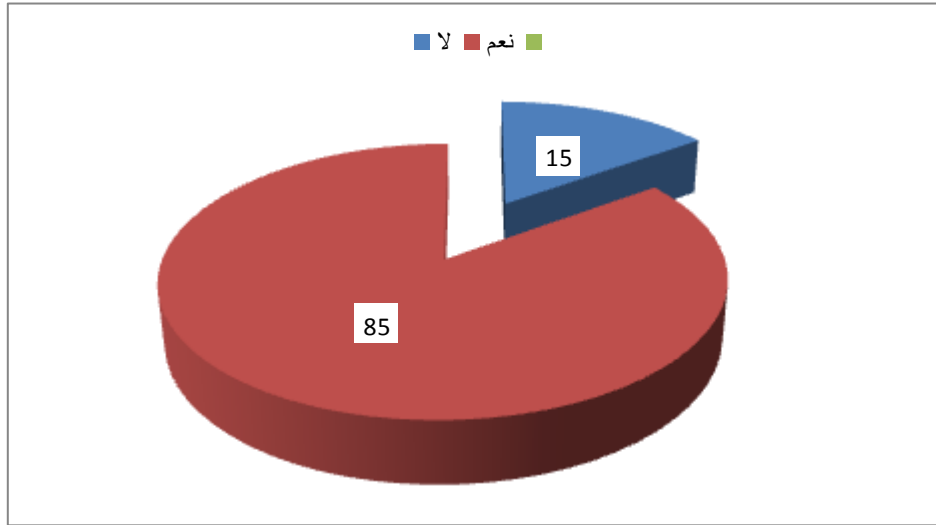
السؤال التاسع:

- هل الارتقاء الجيد لاداء مهارة السحق تاثير على اتخاذ القرار عند اللاعبين؟.

- الهدف: معرفة تأثير الارتقاء على مستوى اتخاذ القرار.

النسبة %	التكرار	
15,0	3	لا
85,0	17	نعم
100,0	20	Total

- الجدول رقم (20): يوضح لنا تأثير الارتقاء على مستوى اتخاذ القرار.



الشكل رقم 20: رسم بياني يوضح اجابات العينة على السؤال رقم 09 من المحور الثاني.

من خلال النتائج الملاحظة في الجدول رقم 09 يتضح لنا ان 85% من الاجابات كانت اتجاه واحد وان للارتقاء تاثير كبير على مستوى الاداء في اتخاذ القرار وكان هناك استثناء ب 15% يعبر عن راي مخالف للاخرين، مما سبق ذكره نستنتج ان هناك تاثير كبير للارتقاء الجيد على اتخاذ القرار.

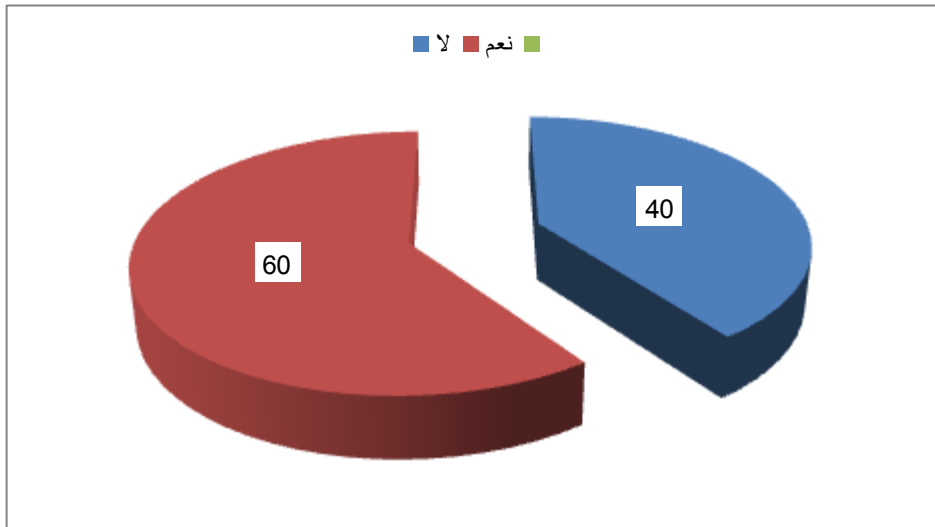
السؤال العاشر:

- هل النسبة المخصصة للتدريب على اخذ القرار تكون اكثر من 50%؟.

- الهدف: معرفة النسبة المخصصة للتدريب على اخذ القرار.

النسبة %	التكرار	
40,0	8	لا
60,0	12	نعم
100,0	20	Total

- الجدول رقم (21): يوضح لنا النسبة المخصصة للتدريب على اخذ القرار.



الشكل رقم 21: رسم بياني يوضح اجابات العينة على السؤال رقم 10 من المحور الثاني.

من خلال تحليلنا للجدول رقم 10 من أسئلة الاستبيان نلاحظ و النتائج المحصل عليها نلاحظ أن

60% من المدربين والاختصاصيين خصصوا اكثر من 50% للتدريب على اخذ القرار من مجمل التدريبات في الاسبوع، اما 40%

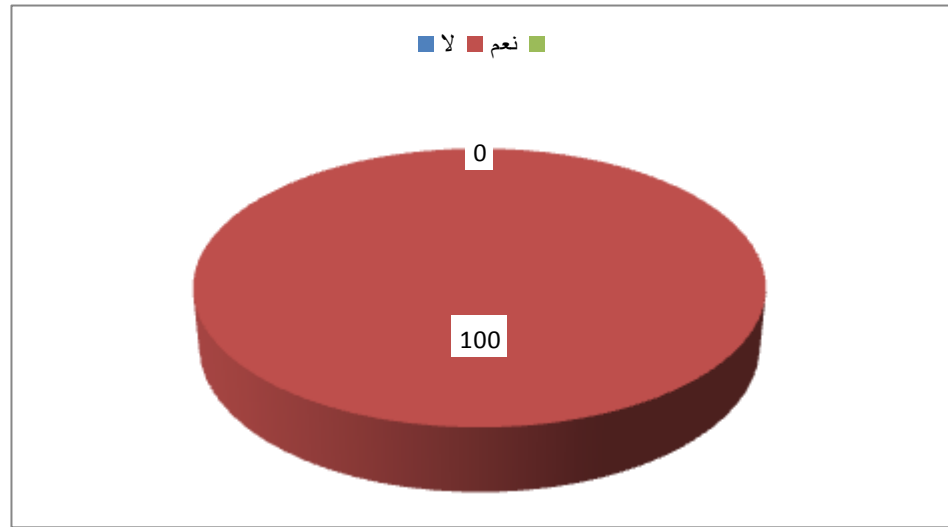
منهم خصصوا اقل من 50% للتدريب على اخذ القرار من مجمل التدريبات في الاسبوع.

السؤال الحادي عشر:

- هل يؤثر التفاهم بين لاعبي الفريق على نجاح القرار؟.
- الهدف:مدتتاثير التفاهم بين لاعبي الفريق على نجاح القرار .

النسبة %	التكرار	
0	0	لا
100	20	نعم
100,0	20	Total

- الجدول رقم (22): يوضح لنا مدى تاثير التفاهم بين لاعبي الفريق على نجاح القرار.



الشكل رقم 22:رسم بياني يوضح اجابات العينة على السؤال رقم 11 من المحور الثاني.

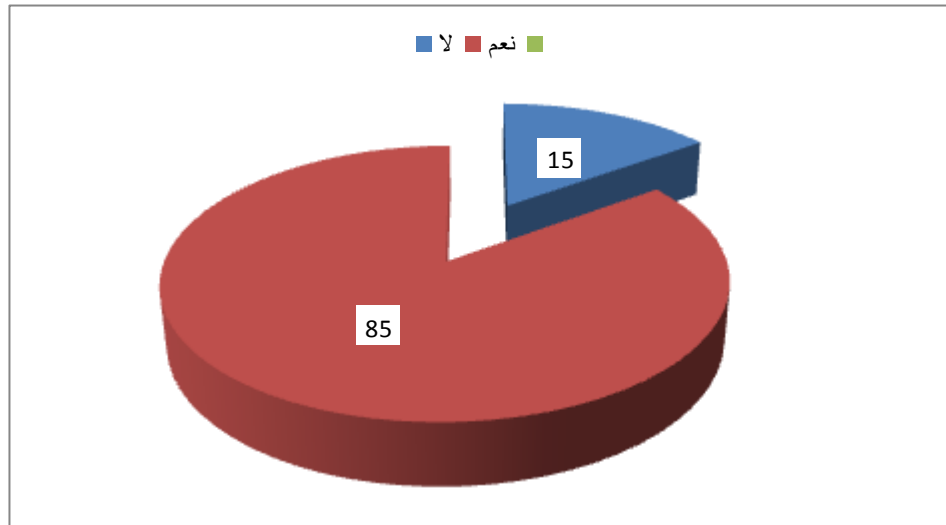
من خلال النتائج المحصل عليها من الجدول رقم 11 من أسئلة الاستبيان نرى ان التفاهم بين اللاعبين يؤثر على نجاح اخذ القرار حيث نجد 100% منالمدرسينوالاخصائين اجابوا بنعم.

السؤال الثاني عشر:

- هل القلق والتوتر يضعف من قوة اخذ القرار لدى اللاعبين؟.  
- الهدف: معرفة مدى تأثير القلق والتوتر من قوة اخذ القرار لدى اللاعبين .

النسبة %	التكرار	
15,0	3	لا
85,0	17	نعم
100,0	20	Total

- الجدول رقم (23): يوضح لنا مدى تأثير القلق والتوتر من قوة اخذ القرار لدى اللاعبين



الشكل رقم 23: رسم بياني يوضح اجابات العينة على السؤال رقم 12 من المحور الثاني.

من خلال الجدول رقم 12 نرى ان نسبة 85% من افراد العينة اجابوا بنعم حيث ان القلق والتوتر اثناء التدريبات او المباراة تضعف من قوة اخذ القرار ومنه نستنتج ان القلق والتوتر اثناء التدريب يضعف من قوة اخذ القرار.

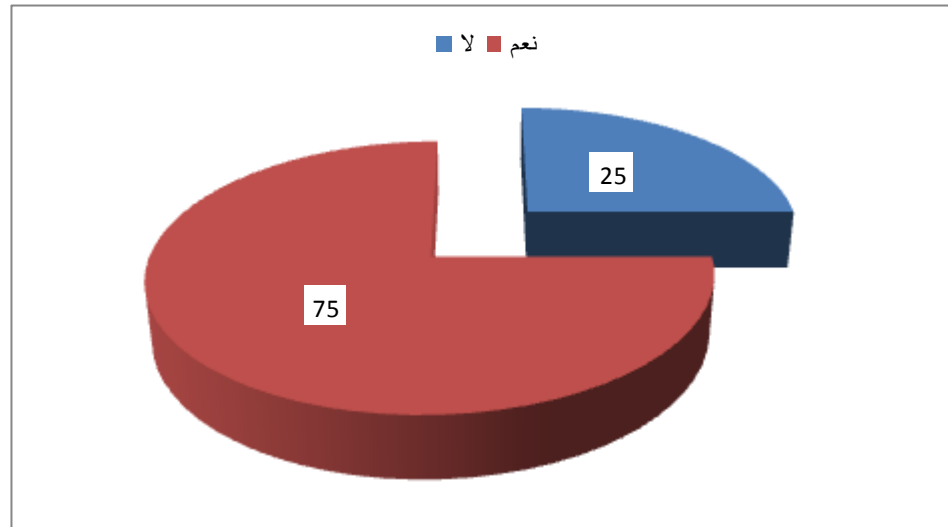
السؤال الثالث عشر:

- هل عملية تقييم اخذ القرار صعبة؟.

- الهدف: معرفة مدى تقييم اخذ القرار.

النسبة %	التكرار	
25,0	5	لا
75,0	15	نعم
100,0	20	Total

- الجدول رقم (24): يبين لنا مدى تقييم اخذ القرار.



الشكل رقم 24: رسم بياني يوضح اجابات العينة على السؤال رقم 13 من المحور الثاني.

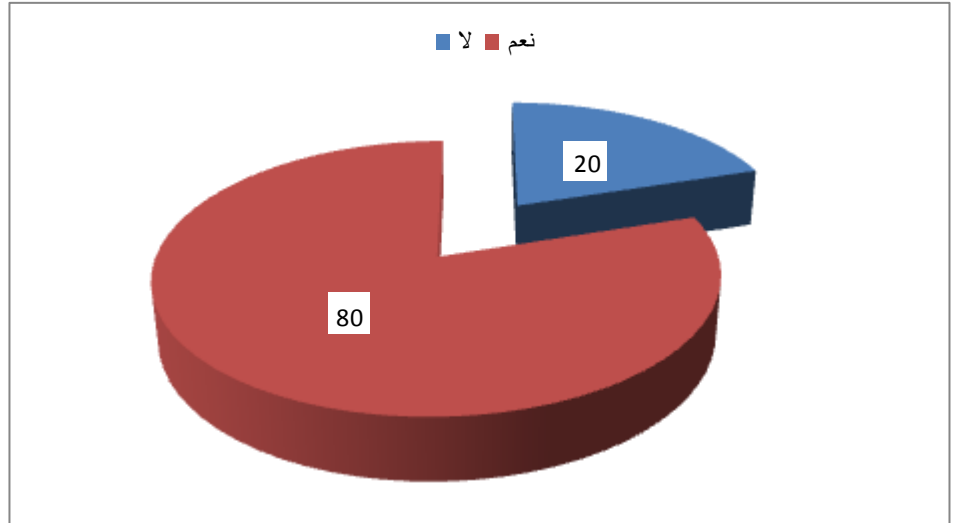
من خلال ملاحظة الجدول يتجلى لنا بالوضوح ان نسبة كبيرة من المدربين والاحصائيين ترى ان عملية تقييم اخذ القرار صعبة وتمثل 75% ومن خلال هذه الدراسة المتووية نجد ان 25% فقط من يرونها عملية سهلة ومنه نستنتج ان عملية التقييم صعبة وهذا راجع الى عدة عوامل منها: نقص في الحجم الساعي ونقص في الامكانيات.

السؤال الرابع عشر:

- الخوف يربك ويضعف اللاعب في اخذ القرار اثناء المباراة؟.
- الهدف: معرفة مدى تأثير الخوف في اخذ القرار اثناء المباراة.

النسبة %	التكرار	
20,0	4	لا
80,0	16	نعم
100,0	20	Total

- الجدول رقم (25): يبرز لنا مدى تأثير الخوف في اخذ القرار اثناء المباراة.



الشكل رقم 25: رسم بياني يوضح اجابات العينة على السؤال رقم 14 من المحور الثاني.

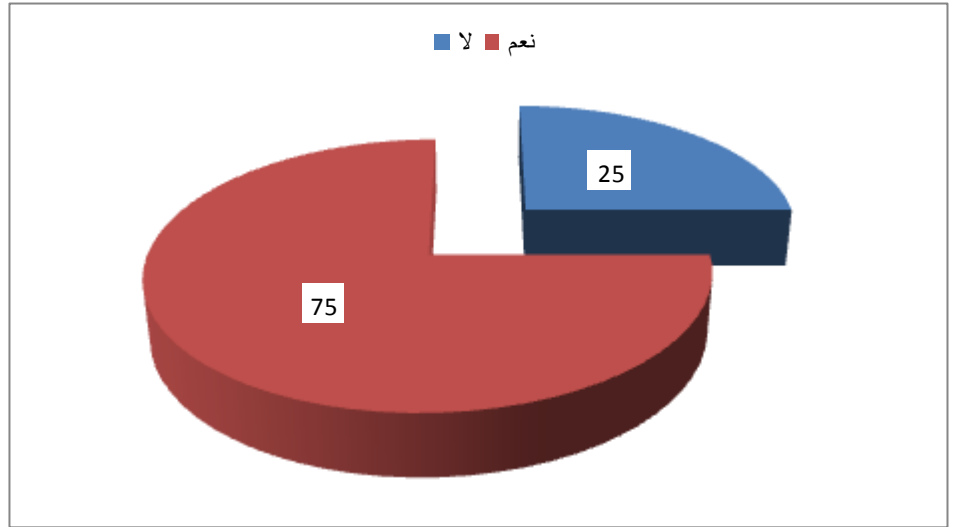
بالنظر الى النتائج المحصل عليها من الجدول رقم 14 يتضح لنا ان نسبة 80% كانت اجابتهم بنعم وان الخوف من الخصم يضعف ويربك في عملية اتخاذ القرار وعكس النسبة المتبقية.

السؤال الخامس عشر:

- هل نقص المهارات الخاصة باخذ القرار يسبب مشاكل في الهجوم على ملعب الخصم؟.  
- الهدف: معرفة ما اذا كانت نقص المهارات الخاصة باخذ القرار يسبب مشاكل في الهجوم على ملعب الخصم.

النسبة %	التكرار	
25,0	5	لا
75,0	15	نعم
100,0	20	Total

- الجدول رقم (26): يجيب على السؤال رقم (15).



الشكل رقم 26: رسم بياني يوضح اجابات العينة على السؤال رقم 15 من المحور الثالث.

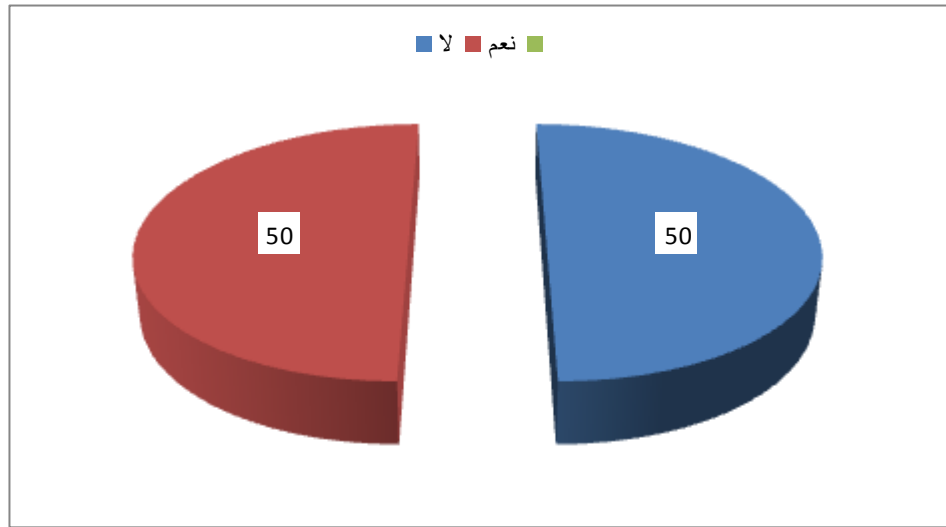
من خلال النتائج المحصل عليها نلاحظ أن نسبة 75% من مجموع أجابو بنعم لأن ضعف اتخاذ القرار يسبب مشاكل في الهجوم على ملعب الخصم.

السؤال السادس عشر:

- تسهيل المهمة على خط الهجوم والتحكم في المباراة يوفرها اخذ القرار خلال المنافسات ؟.
- الهدف: ابراز النسبة التي يوفرها اخذ القرار في تسهيل المهمة على خط الهجوم.

النسبة %	التكرار	
50,0	10	لا
50,0	10	نعم
100,0	20	Total

- الجدول رقم (27) : يمثل نتائج النسبة التي يوفرها اخذ القرار في تسهيل المهمة على خط الهجوم.



الشكل رقم 27: رسم بياني يوضح اجابات العينة على السؤال رقم 16 من المحور الثالث.

من خلال تحليلنا للجدول نرى ان نسبة 50% كانت اجابتهم بنعم حول التسهيلات التي يوفرها اخذ القرار خلال المنافسات في تسهيل المهمة على خط الهجوم والتحكم في المبارات اما النسبة الاخرى فترى عكس ذلك. اي ان التسهيلات التي يوفرها اخذ القرار هي التوقيت المناسب للقيام بالحركة اي نسبة 50%.

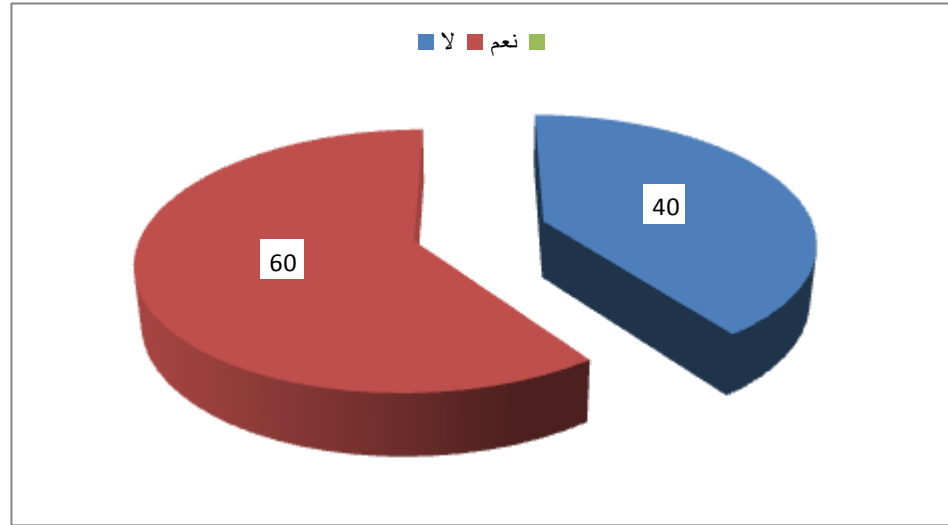
السؤال السابع عشر:

- هل اخذ القرار عند اللاعبين له اهمية في حصد نسبة تسجيل النقاط في المقابلة؟.

- الهدف: معرفة نسبة اتخاذ القرار في تسجيل النقاط.

النسبة %	التكرار	
40,0	8	لا
60,0	12	نعم
100,0	20	Total

- الجدول رقم (28) : يمثل نسبة اتخاذ القرار في تسجيل النقاط.



الشكل رقم 28: رسم بياني يوضح اجابات العينة على السؤال رقم 17 من المحور الثالث.

من خلال تحليلنا للجدول رقم 17 نلاحظ ان نسبة 60% لاخذ القرار كانت اجابتهم بنعم و 40% كانت لمهارات اخبريكالارسال والصد ومنه نستنتج ان مهارة السحق الاكثر نسبة في تسجيل النقاط وتحقيق الفوز من خلال اخذ القرار.

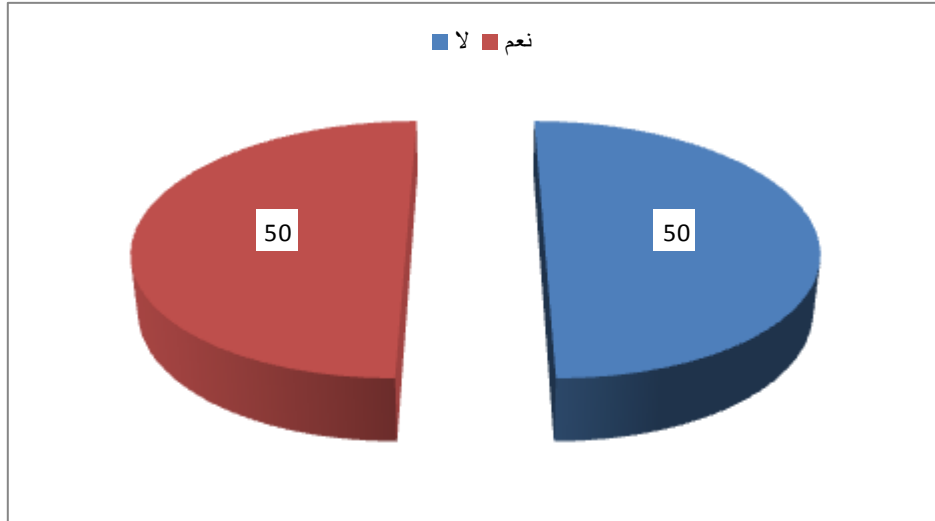
السؤال الثامن عشر:

- هل ترى عملية اخذ القرار بالنسبة لمعيار الاداء الحركي موضوعي؟.

- الهدف: معرفة الجانب المتبع بالنسبة لمعيار الاداء الحركي.

النسبة %	التكرار	
50,0	10	لا
50,0	10	نعم
100,0	20	Total

- الجدول رقم (29) : يمثل لنا الجانب المتبع بالنسبة لمعيار الاداء الحركي.



الشكل رقم 29: رسم بياني يوضح اجابات العينة على السؤال رقم 18 من المحور الثالث.

من خلال دراسة النتائج نلاحظ ان نسبة من المدربين والاحصائيين يعتمدون على الاداء الحركي في عملية اخذ القرار ويرون

ان هذا الاخير موضوعي وقدرت ب 50% اي نصف اداء المدربين والاحصائيين اما النصف الاخر فيرون عدم موضوعية

اعتماد اخذ القرار بالنسبة لمعيار الاداء الحركي وقدرت ب 50%. ومن خلال هذه القراءة نستنتج ان عملية اخذ القرار بالنسبة لمعيار الاداء الحركي موضوعي وغير موضوعي في نفس الوقت وهذا راجع لسببين:

\*عملية اخذ القرار عملية شاملة وليست محصورة في الاداء الحركي.

\*في المقابلات الرياضية لا يعتمد على الاداء الحركي بل على النتائج.

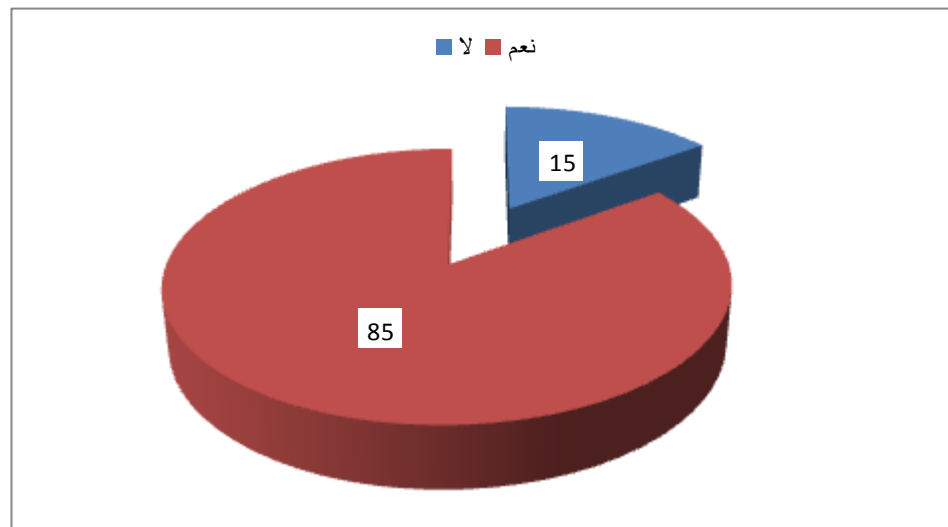
#### السؤال التاسع عشر:

- اخذ القرار في الوقت المناسب و الوضعية المناسبة له تأثير اثناء المنافسة ؟.

- الهدف: معرفة مدى تأثير اخذ القرار في الوقت المناسب و الوضعية المناسبة خلال المنافسة.

النسبة %	التكرار	
15,0	3	لا
85,0	17	نعم
100,0	20	Total

- الجدول رقم (30) : يوضح لنا مدى تأثير اخذ القرار في الوقت المناسب و الوضعية المناسبة خلال المنافسة.



الشكل رقم 30: رسم بياني يوضح اجابات العينة على السؤال رقم 19 من المحور الثالث.

من خلال تحليلنا للجدول نلاحظ ان نسبة 85% اجابوا بنعم وبرزوا واقروا بان الوقت المناسب والوضعية المناسبة لها تأثير واضح وكبير اثناء المنافسة عكس الاخرين الذين اجابوا بنسبة 15% بلا، فيرون عكس ذلك.

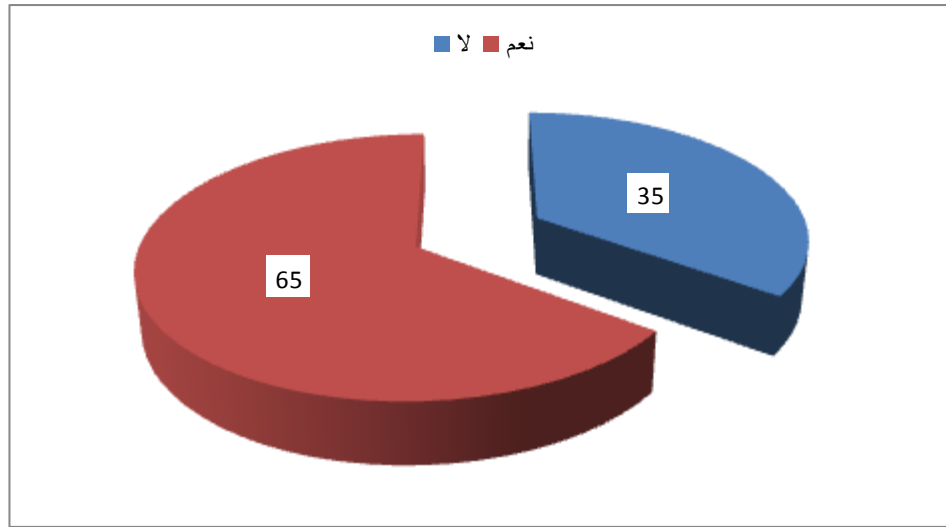
#### السؤال عشرون:

- لاداء تقنية السحق يجب ان يكون اخذ القرار مناسب وصحيح في جميع الوضعيات؟.

- الهدف: معرفة ماذا يجب على اللاعب عند اداء تقنية السحق.

النسبة %	التكرار	
35,0	7	لا
65,0	13	نعم
100,0	20	Total

- الجدول رقم (31) : يمثل نتائج ما يجب على اللاعب عند اداء تقنية السحق.



الشكل رقم 31: رسم بياني يوضح اجابات العينة على السؤال رقم 20 من المحور الثالث.

من خلال دراستنا للجدول يتضح لنا ان 65% اجابوا بنعم وهذا دليل على ان اغلبية المدربين والاحصائيين يعملون بهذا المنطق، اما النسبة الاخرى فهي 35% يرون ان لاخذ القرار لا يكون دائما صحيح ومناسب في جميع الوضعيات.

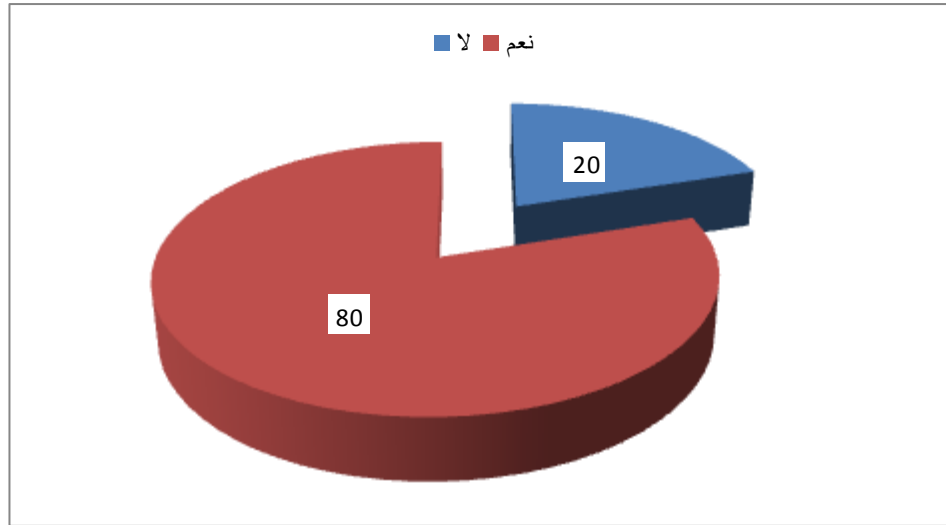
السؤال الواحد وعشرون:

- هل تموقع اللاعب يؤثر في اخذ القرار عند اداء تقنية السحق خلال المنافسة؟.

- الهدف: ما مدى تأثير تموقع اللاعب في اخذ القرار عند اداء تقنية السحق.

النسبة %	التكرار	
20,0	4	لا
80,0	16	نعم
100,0	20	Total

- الجدول رقم (32): يبين لنا ما مدى تأثير تموقع اللاعب في اخذ القرار عند اداء تقنية السحق.



الشكل رقم 32: رسم بياني يوضح اجابات العينة على السؤال رقم 21 من المحور الثالث.

بعد الدراسة والتحليل نرى ان تموقع اللاعب بالشكل الصحيح يؤثر على اخذ القرار وهذا ما اجابوا بنسبة 80% وهذه نسبة تؤشر بمدى اهمية تموقع اللاعب بشكل جيد.

### التحقق من صحة الفرضية الجزئية الاولى:

كما ذكرنا سابقا هذه الفرضية تمثل التأثير الايجابي الذي يشكلونه اللاعبون على مستوى الاداء في اخذ القرار ومنه الظفر بنتيجة ايجابية خلال المنافسات، ومن خلال النتائج المحصل عليها من الاسئلة [س8، س9، س10، س11، س12، س13، س14] من الاستبيان. يمكن القول اننا تحققنا من صحة الفرضية الجزئية الاولى.

### التحقق من صحة الفرضية الثانية:

كما ذكرنا سابقا هذه الفرضية تمثل المواصفات والمسؤولية التي تكون على عاتق اللاعب الامامي في تسيير المقابلة ومن خلال النتائج المتحصل عليها من الاسئلة [س15، س16، س17، س18، س19، س20، س21] من الاستبيان. يمكن ان نقول اننا تحققنا من صحة الفرضية الجزئية الثانية.

### التحقق من صحة الفرضية العامة:

ان النتائج التي تحصلنا عليها من خلال الدراسة التحليلية والنتائج المتحصل عليها من اسئلة الاستبيان [س1، س2، س3، س4، س5، س6، س7] وتحققنا من من الفرضيات الجزئية اكدت صحة فرضيتنا العامة والتي تثبت بان اتخاذ القرار الفعال واضح على اداء مستوى الفريق.

# الفصل الخامس

## استنتاجات واقتراحات

### 1- استنتاجات عامة:

في دراستنا هذه قمنا بالتطرق إلى دور خاصية اتخاذ القرار خلال المنافسات في التأثير على الحالة النفسية للاعبين و قد قمنا في هذا المجال إلى محاولة إثبات صحة الفرضيات الجزئية و مدى تحققها حيث تتمثل العامة في اتخاذ القرار الفعال و الناجح الذي يزيد من ومعنويات اللاعبين و يزيد من رغبتهم و استعدادهم لكسب نتيجة المقابلة .

إن النتائج التي تحصلنا عليها من خلال الدراسة الميدانية تثبت وجود تأثير اتخاذ القرار الناجح في السحق على الخصم و هذا يتيح فرصة للفريق لكسب نقاط ثمينة ويرفع من معنوياتهم و يزيد رغبتهم في الفوز .

أما إذا كان اتخاذ القرار ضعيفا فهذا يفقد الفريق في كل مرة نقاطا ثمينة و منه تضعف معنويات اللاعبين و تنقص من رغبتهم و استعدادهم لإنهاء المباراة .

### 2- الآفاق المستقبلية للدراسة و الاقتراحات :

بعد تحليلنا لأسئلة الاستبيان و الموجهة للمدربين و المختصين و كذلك اخذ صورة عن الأخطاء التي يقع فيها اللاعبون و هذه الأسباب المختلفة تبين لنا بالرغم من أهمية اخذ القرار في الكرة الطائرة أنها لم تحض بعناية و أهمية في البرنامج السنوي رغم أن لاعبي هذا الصنف يستعملونها في المقابلات عشوائيا، و هذا ما يجعلنا نستخلص أن هذه التقنية ضرورية لهذا الصنف لأنها تشكل أساس الهجوم، فاللاعبون يقومون بأداء هذه التقنية بالرغم من انه لم يتدرب كثيرا و معلوماته قليلة حول تقنية اخذ القرار و لنصل إلى تطوير هذه التقنية بشكل أحسن نتقدم لهذه التوصيات و الاقتراحات إلى كل المعنيين و المدربين في الكرة الطائرة :

- يجب على المدربين التركيز على الجانب التطبيقي لتطوير المهارات النفسية للاعبين .

- تخصيص تدريبات خاصة باتخاذ القرار .

- على اللاعبين تحمل التدريبات و أخذها على محمل الجد .

- يجب على اللاعبين عدم الخوف أثناء اتخاذ القرار .

- تطوير وتدريب لبعض السمات الشخصية كالشجاعة و الدقة والمثابرة .

- يجب على اللاعبين العمل بتعليمات المدرب بكل دقة .

### 3-المراجع المعتمدة في الدراسة :

#### المراجع باللغة العربية :

- 1- الين وديع فرج، دليل المعلم والمدرب و اللاعب، منشأة المعارف، الإسكندرية، الطبعة الأم 1989م .
- 2- أمين أنور الخولي، أصول التربية البدنية و الرياضية : المهنة والإعداد للمهنة، دار الفكر العربي و مصر، الطبعة الأولى 1999م .
- 3- فائق حسين ابوجميلة، الحديث في الإدارة الرياضية، وائل للنشر والتوزيع، عماد رام الله، الطبعة الأولى 2004م .
- 4- محمد حسين علاوي، علم النفس التدريب و المنافسة الرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة 2002م
- 5- عمار بوحوش و آخرون، أصول البحث العلمي في مناهج البحث العلمي، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، بدون تاريخ نشر .
- 6- حسين عبد الجواد، الكرة الطائرة و المبادئ الأساسية، دار العلم للملايين، بيروت الطبعة الاولى بدون تاريخ نشر .
- 7- رجاء وحيد دويدري، البحث العلمي، أساسياته و مميزاته العلمية، دار الفكر المعاصر، دمشق، 2000م .
- 8- علي مصطفى طه، الكرة الطائرة ( تاريخ- تعليم- تدريب- تحليل- قانون )، دار الفكر العربي، مصر، الطبعة الأولى 1999م .
- 9- محمد سعد زغلول و آخرون، الأسس الفنية لمهارات الكرة الطائرة، مركز الكتاب للنشر، مصر، الطبعة الأولى 2003 .
- 10- زكي محمد حسن، الكرة الطائرة - بناء المهارات الفنية و الخططية، منشأة المعارف، الإسكندرية، الطبعة الأولى 1998م .

- 11- أبو علاء احمد عبد الفتاح، التدريب الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة، الطبعة الأولى 1997م .
- 12- نبيل محمد إبراهيم، الضوابط القانونية للمنافسة الرياضية، دار الوفاء لنديا الطباعة و النشر، الإسكندرية، الطبعة الأولى 2004م .
- 13- كمال جميل الريفي، التدريب الرياضي للقرن الواحد و العشرين، الجامعة الأردنية، الطبعة الثانية، 2004م .
- 14- يحي السيد إسماعيل الحلوي، الموهبة الرياضية و الإبداع الحركي، المركز العربي للنشر، مصر، الطبعة الأولى، 2004م.
- 15- أسامة كامل راتب، تدريب المهارات الأساسية النفسية، دار الفكر العربي، القاهرة، الطبعة الأولى، 2004م .
- 16- مهند حسين النشاوي و آخرون، مبادئ التدريب الرياضي، دار واؤل للنشر، عمان، الطبعة الأولى، 2005م
- 17- زينب فهمي وآخرون، الكرة الطائرة، بدون تاريخ نشر ( عبارة عن محاسبة ) .
- 18- مفتي إبراهيم حماد، المهارات الرياضية : أسس العليم والتدريب و الدليل الصور، مركز النشر، القاهرة، 2002م
- 19- حسين عبد المجيد و احمد رشوان، العلاقات العامة و الإعلام، المكتب الجامعي الحديث و الإسكندرية 1997م
- 20- مروان عبد المجيد إبراهيم، طرق ومناهج البحث العلمي في التربية البدنية و الرياضية، دار النشر والتوزيع، عمان 2001م .
- 21- خالد حامد، منهجية البحث العلمي، دار تحانة، القبة - الجزائر، 2003م .
- 22- زكي محمد حسين، مدرب الكرة الطائرة - العوامل المرتبطة باللعبة - الجزء الثاني، الإسكندرية، مكتبة مصرية، 2004م .
- 23- بيتر موني : الكرة الطائرة : الكرة الطائرة - ندى يحي - مجلد أول و بيروت، الدار العربية للعلوم، 1990م .

الموسوعات :

- 1- بيتر مورفن، ترجمة عماد أبو السيد، الموسوعة الرياضية، قوانين، تقنيات، تمارين، الدار العربية للعلوم، الطبعة الأولى 1997م .
- 2- قاسم حسن حسين، الموسوعة الرياضية و البدنية الشاملة دار الفكر للطباعة و النشر و التوزيع، الطبعة الأولى، بدون تاريخ نشر .
- 3- إبراهيم محمود أبو مقصود و آخرون، الموسوعة العلمية للإدارة العلمية ( 5 ) و الرقابة و عملية اتخاذ القرار في المجال الرياضي، دار الوفاء لدنيا الطباعة و النشر، الطبعة الأولى، 2003م .
- 4- أكرم زكي خطايبية، موسوعة الكرة الطائرة الحديثة، دار الفكر للطباعة و النشر و التوزيع، عمان و الطبعة الأولى، 1996م .

المعاجم :

- 1 - علي بن هاذبية و اخرون، القاموس الجديد للطلبة، معجم عربي فرنسي، الف في المؤسسة الوطنية للكتاب و الجزائر، الطبعة السابعة، 1999م .

المراجع باللغة الفرنسية :

- 1- FIVB – the coach 4-14-24 Lausanne 1996 .
- 2- FIVB – borne Mann 1975 – Paris .
- 3- roger c FIVB – encyclopedie au sport M DSL .
- 4- revue smash n°: 02 . 1988 .
- 5- grinne H el manach de sport algérienne ANEP Alger édition 1990 .
- 6- Grine H IDEM .
- 7- FIVB – historique et évaluation DVB 2000 .
- 8- fox matheuse / bases / physiologie de l activité physique / vigot . paris 1983 .
- 9- cardinal / la séance de entrainement Montréal / FIVB / 1980 .
- 10- MCARDle w/ physio .....
- 11- FIVB – THE COACH 4-14-24 .
- 12- Lausanne 1996 .
- 13- FIVB : IDEM .
- 14- FIVB – revue technique de l entraineur de VIB . mars 1990 .
- 15- brand zinnermenn in the coach . FIVB .

- 16- FIVB – le vune technique de l entraîneur de V.B 11-04-1991 .
- 17- FIVB vischsih 2002 .
- 18- poll Andersen et christen kroder .V.B see bases didactuaues . s1 .  
METHODOGEQUE . 1988 .
- 19- FIVB vis chsih 2002 .
- 20- expers n° 56 . décembre 1994 .
- 21- hassani alk: analyse de la situation de servisse en vollyball de haut  
compétition mémoire IEPS .1987 .
- 22- commet –p- iniation au vollyball – boche Mann 1975 paris .
- 23- Roger FIVB encyclopédie au sport DC 1 .
- 24- revue smash n° 02 1988 .
- 25- Grine H el manach de sport algérienne ANEP Alger édition 1990 .
- 26- Grine H IDEM .
- 27- FIVB – historique et évaluation DVB 2000 .
- 28- fox matheuse / bases / physiologie de l activité physique / vigot . paris 1983  
.
- 29- cardinal / la séance de entrainement Montréal / FIVB / 1980 .
- 30- MCARD le w/ physio.

ملاحق:



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية  
Republique Algerienne Democratique Et Populaire  
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

Ministre de l'enseignement superieur et de la recherche scientifique

جامعة المسيلة



معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

قسم التدريب الرياضي

إستمارة إستبيان

أخذ القرار في أداء تقنية السحق لدى لاعبي كرة الطائرة

تحت إشراف الأستاذ :

- الدكتور كمال مقاق

من إعداد الطالب :

- زغار خليل

السنة الجامعية 2016 / 2017

في إطار إنجاز مذكرة بحث تحت عنوان "أخذ القرار في أداء تقنية السحق لدى لاعبي الكرة الطائرة)دراسة ميدانية لبعض فرق ولاية سطيف- ذكور - " نرجو من سيادتكم مساعدتنا في إنجاز هذا العمل من خلال إجابتكم عن الأسئلة المقترحة في هذه الاستمارة وضع علامة (X) في ما يناسب بمراعاة جانب الصراحة والموضوعية مع فائق الاحترام والشكر والتقدير

**ملاحظة :** هذه الإستمارة سرية و شخصية تستخدم لغرض البحث العلمي فقط.

محور المعلومات الشخصية :

1- المؤهل العلمي : - مستشار في الرياضة

- ليسانس في الرياضة

- تقني سامي في الرياضة

- لاعب سابق

- شهادة عليا

2- سنوات العمل في مجال التدريب: - أقل من 5 سنوات

- من 5 سنوات إلى 10 سنوات

- أكثر من 10 سنوات

المحور الأول: لاحتد القرار اهمية في تعلم بعض تقنيات الكرة الطائرة .

الرقم	العبارة	نعم	لا
01	هل أخذ القرار عند اللاعبين له أهمية في لعبة الكرة الطائرة؟		
02	هل قوة الهجوم لفريقك تكمن في قوة أخذ القرار ؟		
03	في رأيكم الثقة بالنفس و الشعور بالمسؤولية يسمح بتسهيل التقنيات الخاصة لإنجاز القرار؟		
04	هل التدريبات على اتخاذ القرار بحاجة إلى جهد أكبر على غرار بعض المؤثرات ؟		
05	هل لاتخاذ القرار تأثير على مستوى أداء الفريق ؟		
06	هل تعتمدون على معيار الأداء الحركي في تقييم أخذ القرار ؟		
07	هل قلة الذكاء عند اللاعب و التنسيق السيء يخلق صعوبات تعيق تقنية أخذ القرار ؟		

## الفصل الخامس استنتاجات واقتراحات

المحور الثاني : لاختذ القرار اهمية اثناء القيام بالسحق مقارنة بمستوى اداء الفريق.

الرقم	العبارة	نعم	لا
08	هل المستوى المهاري للاعب يحدد قوته و ذكائه في أخذ القرار ؟		
09	هل الإرتقاء الجيد لأداء مهارة السحق تأثير على اتخاذ القرار عند اللاعبين ؟		
10	هل النسبة المخصصة للتدريب على أخذ القرار تكون أكثر من 50%؟		
11	هل يؤثر التفاهم بين لاعبي الفريق على نجاح القرار ؟		
12	هل القلق و التوتر يضعف من قوة أخذ القرار لدى الفريق؟		
13	هل عملية تقييم أخذ القرار صعبة ؟		
14	هل الخوف يربك و يضعف اللاعب في أخذ القرار أثناء المباراة ؟		

المحور الثالث : لمسؤولية اخذ القرار في مهارة السحق تأثير ايجابي علي نتائج الفريق .

الرقم	العبارة	نعم	لا
15	هل نقص المهارات الخاصة بأخذ القرار يسبب مشاكل في الهجوم على ملعب الخصم ؟		
16	هل تسهيل المهمة على خط الهجوم والتحكم في المباراة يوفرها أخذ القرار خلال المنافسات ؟		
17	هل أخذ القرار عند اللاعبين له أهمية في حصد نسبة تسجيل النقاط في المقابلة ؟		
18	هل ترى عملية اتخاذ القرار بالنسبة لمعيار الأداء الحركي موضوعي ؟		
19	هل أخذ القرار في الوقت المناسب و في الوضعية المناسبة له تأثير أثناء المنافسة ؟		
20	هل لأداء تقنية السحق يجب أن يكون أخذ القرار مناسب و صحيح في جميع الوضعيات ؟		
21	هل توقع اللاعب يؤثر في أخذ القرار عند أداء تقنية السحق أثناء المنافسة ؟		

ملخص الدراسة :

- عنوان الدراسة : عملية اخذ القرار ودوره في تطوير تقنية السحق لدى لاعبي الكرة الطائرة ( دراسة ميدانية لبعض فرق ولاية سطيف - ذكور- ) .
- هدف الدراسة : معرفة كيفية تأثير عملية اخذ القرار ودوره في تطوير تقنية السحق في الكرة الطائرة .  
إبراز أهمية اخذ القرار في إتقان تقنية السحق .
- مشكلة الدراسة : ما مدى تأثير عملية اخذ القرار على تقنيات الكرة الطائرة التي من أهمها السحق على مستوى أداء الفريق
- فرضيات الدراسة : يؤثر عملية اتخاذ القرار في وضعية السحق عند لاعبي الكرة الطائرة على أداء ونتائج الفريق أثناء المنافسة
- عينة الدراسة : عشوائية ( مدربين و مختصين في الكرة الطائرة ) .
- المنهج المتبع : وصفي .
- أدوات الدراسة : الاستبيان .
- النتائج المتوصل إليها : تأكيد تأثير تعلم و إتقان المهارة الخاصة باتخاذ القرار على الأداء العام للفريق .
- أهم الاستنتاجات و الاقتراحات : إن النتائج التي تصلنا عليها من خلال الدراسة الميدانية أثبتت وجود تأثير اتخاذ القرار الناجح في السحق على الخصم و هذا يتيح فرصة للفريق لكسب النقاط و يرفع معنوياته و يزيد الرغبة في الفوز و العكس .

