جامعة المسيلة

معهد العلوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

قسم: التدريب الرياضي

مذكرة مقدمة لنيل شهادة ماستر

بعنوان

مصدر الضبط (التحكم) وعلاقته بالأداء المهاري الهجومي لدى لاعبي كرة الطائرة

دراسة ميدانية: فرق بن سرور(15–18)سنة

إعداد الطالب:

- بعلي محمد

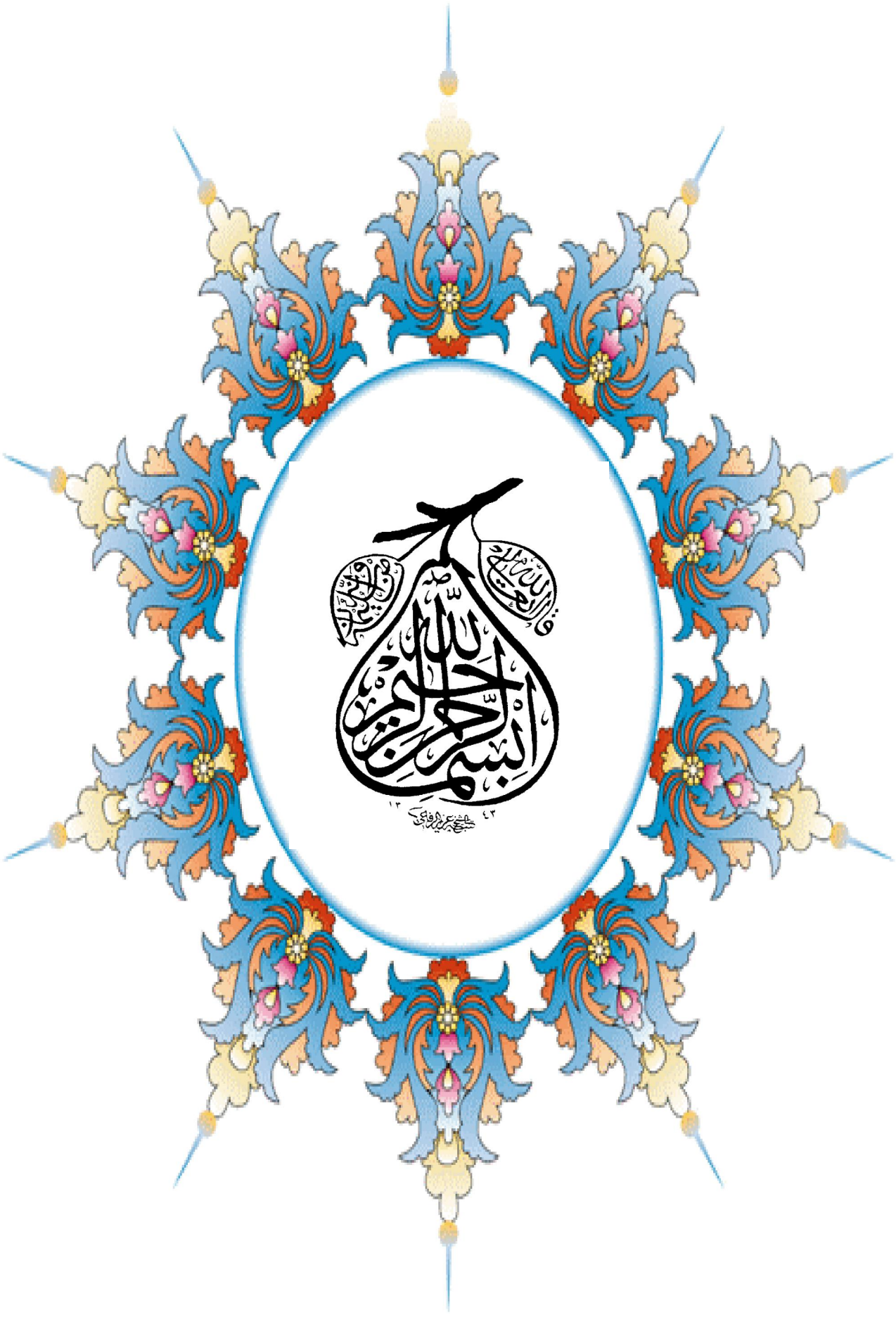
لجنة المناقشة مكونة من السادة :

رئيس اللجنـــة : د . يعقوبي فاتح

الأستاذ المشرف: د . قارة سعيد

الأستاذ المناقش : أ . شلابي وليد

السنة الجامعية: 2016/2015


بسم الله الرحمن الرحيم

تشكر وتقدير

قال تعالى:« **ولئن شكرتم لأزيدنكم** »

نحمد الله سبحانه وتعالى على فضله ومنه ومنحه إيانا العزيمة وقوة الإرادة ويد العون حتى تمكنت من إنجاز هذا العمل الذي أتمنى أن ينفعني وينفع غيري به.

وعملا بقول النبي عليه الصلاة والسلام: " **من لم يشكر الناس لم يشكر الله**"

يسرنا أن أتقدم بخالص الشكر والعرفان ووافر الامتنان للأستاذ المشرف

د/ قارة سعيد

على ما بذله من جهد وما تحمله من مشقة، ونحن العارفون بفضله، المستضيئون بعلمه. العاجزون على القيام بشكره نسأل الله العلي القدير أن يجعل كل عمله في ميزان حسناته.

كما لا ننسى أن نتقدم بأسمى معاني الشكر والتقدير إلى أساتذة قسم التدريب الرياضي الذي يعجز اللسان حقا عن شكرهم وما يسعنا أن نقول لهم سوى:

لو أننا أوتينا كل بلاغة وأفنينا بحر النطق في النظم والنثر

لما لنا بعد القول إلا مقصرين ومعترفين بالعجز عن واجب الشكر

فشكرا أساتذتنا الكرام على ما قدمتموه لنا من مساعدة

وأخيرا لا ننسى كل من مدا لنا يد العون من قريب أو بعيد، لمساعدتهم لنا لإنجاز هذا العمل، فشكرا لهم.

وإلى كل من له الفضل في إنجاز هذا العمل من فكرة موصية أو كلمة محفزة.

فهرس المحتويات

فهرس المحتويات		
الرقم	**العنوان**	**الصفحة**
الفصل الأول: الخلفية النظرية والدراسات السابقة		
01	كلمة شكر	
02	الإهداء	
03	مقدمة	أ- ب
04	**مصدر الضبط (التحكم)**	03
05	مفهوم مصدر الضبط	03
06	فئتي مصدر الضبط	04
07	مصدر الضبط الداخلي/ مصدر الضبط الخارجي	06
08	الصفات و السمات المميزة لأفراد مصدر اضبط الداخلي و الخارجي	06
09	تعدد مؤشرات فئتي مصدر الضبط	09
10	خصائص الأفراد في فئتي مركز الضبط	08
11	**الأداء المهاري**	09
12	مفهوم الأداء	10
13	أنواع الأداء	10
14	مفهوم الأداء المهاري	10
15	مرحلة الأداء المهاري	10
16	أهمية الأداء المهاري	11
17	مفهوم الأداء المهاري في الكرة الطائرة	11
18	مواصفات الأداء المهاري في الكرة الطائرة والخصائص المميزة له	12
19	مراحل بناء الأداء المهاري في الكرة الطائرة	12
20	**الكرة الطائرة**	13
21	تاريخ ونشأة الكرة الطائرة	13
22	ماهية الكرة الطائرة	14
23	أهم القوانين الخاصة بالكرة الطائرة	16
24	المهارات الفنية (التكتيكية) للكرة الطائرة	17

25	المهارات الهجومية	19
26	تصحيح أخطاء المهارات الأساسية ي الكرة الطائرة	28
27	الصفات البدنية الخاصة بالكرة الطائرة	29
28	الدراسات السابقة	30
الفصل الثاني : الإطار العام للدراسة		
29	الكلمات الدالة في الدراسة	38
30	مصادر الضبط	38
31	الأداء المهاري	38
32	الكرة الطائرة	39
33	إشكالية الدراسة	39
34	أهداف الدراسة	41
35	أهمية الدراسة	41
36	فرضيات الدراسة	41
الفصل الثالث : الإجراءات الميدانية للدراسة		
37	الدراسات الإستطلاعية	43
38	المنهج المتبع في الدراسة	43
39	مجتمع و عينة البحث	44
40	أدوات جمع البيانات و المعلومات	44
41	إجراءات التطبيق الميداني للأداة	58
42	الأساليب الإحصائية	58
الفصل الرابع : عرض النتائج تفسيرها و مناقشتها		
43	عرض النتائج	60
44	مناقشة وتفسير النتائج	62
الفصل الخامس : استنتاجات و اقتراحات		
45	استنتاجات عامة	65
46	اقتراحات	65
47	الآفاق المستقبلية للدراسة	66
48	المراجع المعتمدة في الدراسة	67

49	المصادر	67
50	الملاحق	71
51	ملخص الدراسة	75

فهرس الجداول

الرقم	الجداول	الصفحة
01	يوضح الفرق بين التمرير من الأعلى بالأصابع و الإعداد	24
02	يوضح الإختلاف بين أنواع الهجوم الساحق	27
03	يوضح تصحيح أخطاء المهارات في الكرة الطائرة	29
04	يمثل عينة اللاعبين لفرق بن سرور للكرة الطائرة	43
05	يمثل معايير ومستويات إختبار الإرسال من أعلى أو من أسفل	49
06	يمثل معايير ومستويات إختبار الإعداد من أعلى الأصابع	52
07	يمثل حساب المتوسط الحسابي للضبط الداخلي و الخارجي	58
08	يمثل توزع النسب المئوية للضبط الداخلي و الخارجي	58
09	يمثل حساب معامل بيرسون للإرتباط بين مصدر الضبط الداخلي و الأداء المهاري الهجومي	59
10	يمثل حساب معامل بيرسون للإرتباط بين مصدر الضبط الخارجي و الأداء المهاري الهجومي	59

قائمة الأشكال

الرقم	عنوان الشكل	الصفحة
01	يبين المهارات الأساسية في الكرة الطائرة	19
02	يوضح طريقة الإرسال من الأسفل الموجه	21
03	يوضح طريقة إرسال التنس	21
04	يوضح طريقة الإرسال الجانبي من الأعلى	22
05	يوضح طريق الإعداد	23
06	يوضح طريقة الضرب الساحق	25
07	يبن طريقة أداء اختبار مهارة الإرسال من أعلى أو من أسفل	47
08	يوضح طريقة أداء إختبار مهارة الإعداد	50
09	يوضح طريقة أداء إختبار مهارة الضرب الساحق	53
10	يوضح طريقة أداء إختبار مهارة الصد	55

مقدمة:

إن الاهتمام بإعداد الرياضي لا يتوقف عند تعليمه فقط بل يتعدى ذلك إلى بنائه بناءا متكاملا يشمل شخصيته في جميع جوانبها من اجل خلق جيل متوازن في مختلف المجالات وهذا ما تهدف إليه الرياضة كونها " علما مرتبطا ارتباطا وثيقا بمختلف العلوم كعلم الفسيولوجيا وعلم التشريح وعلم الحركة وعلم النفس وعلم الفلسفة وعلم الاجتماع وعلم التاريخ ".

ويعد الجانب النفسي إحدى المتطلبات الرئيسية في لعبة الكرة الطائرة كونه يؤهل اللاعب لأداء الجوانب البدنية والحركية و المهارية بمعدلات مناسبة ، و تتميز لعبة الكرة الطائرة عن باقي الألعاب بأنها تعتمد على القدرات العقلية والنفسية بقدر اعتمادها على الجوانب أعلاه من خلال توافق جهازي اللاعب العصبي والعضلي والقدرة على التكيف للمواقف المختلفة السريعة . ومن المعروف إن لعبة الكرة الطائرة تعتمد على مهارات أساسية مترابطة ترابطا وثيقا فيما بينها وهي (الإرسال،استقبال الإرسال،الأعداد،الهجوم،حائط الصد،الدفاع عن الملعب) ويعد إتقان هذه المهارات من أهم العوامل التي تحقق للفريق النجاح والتفوق مما يستوجب أدائها بشكل متكافئ من قبل اللاعبين كي يتمكن كل لاعب من تنفيذ واجبه أثناء اللعب بصورة صحيحة . (**أسامة كامل راتب، 1997، ص. 370**)

و من المعلوم أيضا أن الدراسات النفسية تسعى عموما إلى فهم السلوك الإنساني وضبطه والتنبؤ به،كما يحاول العلماء النفسيين تحقيق هذا الهدف، وذلك من خلال التعرف على المتغيرات المرتبطة بهذا السلوك وبيان العلاقات الوظيفية وتوظيف ما يريدون من الحقائق والتصميمات والمبادئ و النظريات لصالح الإنسان وخيره على مستوى الفردي والجماعي.

و من بين مواضيع علم النفس التي أثارت الفضول العلمي هو موضوع مصدر الضبط (التحكم) وعلاقته بالأداء المهاري الهجومي لدى لاعبي كرة الطائرة، وإعطاء صورة للاعبين عن نقاط القوة و الضعف لديهم خاصة في ضوء التعديلات التي طرأت على اللعبة التي ينجم عنها خسارة الفريق إرسال أونقطة مما يتطلب أن يكون اللاعب متوازنا نفسيا وبدنيا وحركي .

ومفهوم وجهة الضبط مفهوم حديث في العلوم النفسية حيث تعد الفترة من الخمسينيات وأوائل الستينات من الفترات التي نشطت فيها البحوث والدراسات لقياس الفروق الفردية في الاعتقاد في الضبط الداخلي– الخارجي(كليفورد وكليرى 1990)، وهذا المفهوم يعد من المفاهيم الحديثة في مجال علم النفس الشخصية وقد اهتم به كثير من الباحثين لأنه يساعد على فهم الغزو السببي للفرد مما له الأهمية الكبيرة في مجال الصحة النفسية ،والإرشاد النفسي والتحصيل الدراسي (الطحان 1990) . (**سعيد بن علي بازيد بادبيان، 1999، ص. 2**) .

وقد نشأ مفهوم مركز الضبط من خلال أعمال (Julian Rotters) في التعلم الاجتماعي والتي تستند إلى أعمال مدرستين كبيرتين من مدارس علم النفس هما: المدرسة السلوكية والمعرفية، وقد طور من قبل كل من (et Games Phares ،) حيث احتل مكانة جد هامة في دراسات الشخصية منذ ذلك الحين، وينظر علماء النفس المحتمون بنظرية التعلم الاجتماعي إلى مركز الضبط بوصفه متغيرا أساسيا من متغيرات الشخصية، يشير إلى كيفية إدراك الفرد للعوامل التي تتحكم بالأحداث والمواقف التي يخبرها والشروط التي نضبط أحداث البيئة من حوله وتوجهها.

(بواليف أمال، 2010، ص. 20).

الفصل الأول :

الخلفية النظرية و الدراسات السابقة

I.الخلفية النظرية:

1) مصدر الضبط (التحكم):

يعتبر مفهوم مركز الضبط من المفاهيم الحديثة نسبيا في الدراسات السيكولوجية و لذلك تعددت الترجمات العربية للمصطلح الأجنبي « LOCUS FO COATROL » مثل : مصدر التحكم ، وجهة الضبط ، موضع الضبط ، مصدر الضبط ، << و كل هذه الترجمات لا تكشف عن المعنى المقصود من الوجهة النفسية ، فالفرد ذو البنية النفسية الداخلية يتحكم بسلوكاته وبالأحداث من حوله، أما الفرد ذو البنية النفسية الخارجية تتحكم الأحداث والمواقف به دون تدخل يذكر من جانبه، وبذلك يكون مركز الضبط أكثر الترجمات دلالة على المفهوم من الناحية السيكولوجية >> (**أمل الأحمد،2001، ص. 209**)

وقد استعمل في هذا التناول مصطلح مركز الضبط نظرا لدلالته على المعنى السيوكولوجي وهو نفس الاختيار الذي أخذ به بعض الباحثين أمثال ": علي محمد محمد الديب" (1987)،" أيمن غريب قطب ناصر"(1994)، "إبراهيم محمد يعقوب" و" نصر يوسف مقابله " (1994) ،"محمد المومني" و " أحمد الصمادي "(1995) ،"نصر يوسف مقابل"ه (1996) " أمل الاحمد"(2000)

ويعود الفضل الأول في نشأة وإبراز مفهوم مركز الضبط " إلى جوليان روتر "Julian Rotier"، حيث تحدث عنه بشكل نظري متكامل من خلال صياغته لنظرية التعلم الاجتماعي، << في منتصف الخمسينيات ثم قام كل من فارس Phares وجيمسJames بتطويره ليحتل مكانة هامة في بحوث علم النفس الاجتماعي، والشخصية منذ ذلك الحين >> . (**محمد السيد عبد الرحمن و معتز سيد عبد الله ،1997، ص.18**)

وقد اهتم الباحثون بدراسة هذا المفهوم بوصفه متغيرا هاما لتفسير السلوك الإنساني في مختلف المواقف الحياتية الهامة وإمكانية التنبؤ به ، ويتضح ذلك من خلال البحوث والدراسات << التي استخدمت هذا المفهوم على نطاق واسع في مجالات مختلفة >> (**كليفورد وكيليري، 1990، ص. 01**)

من بين المجالات التي استخدمت هذا المفهوم نذكر مجال الدراسات الشخصية وتعديل السلوك والتنشئة الاجتماعية و التوافق والصحة النفسية والعلاج النفسي والتعلم والتحصيل الدراسي ، وهذا المجال الأخير الذي يختص به هذا التناول.

سيتم التطرق في هذا العرض إلى مفهوم مصدر الضبط، فئتي مصدر الضبط، صفات وسمات المميزة لأفراد مصدر الضبط الداخلي- الخارجي، و تعدد مؤشرات فئتي مصدر الضبط، خصائص الأفراد في فئتي مركز الضبط.

1 -1 – مفهوم مصدر الضبط:

إهتم الباحثون بمفهوم مصدر الضبط وانشغلوا بدراسته وقدموا تعاريف عديدة له وان اختلفت هذه التعاريف تبعا لإختلاف الباحثين في طريقة تناولهم له بالدراسة ، ومن بين هذه التعاريف نذكر:

تعريف ليفكورت Lefcourt (1976) : فيقول أن مصدر الضبط <<يعتبر بعدا من أبعاد الشخصية

حيث يؤثر في العديد من أنواع السلوك ، وان اعتقاد الفرد بأنه يستطيع التحكم في أموره الخاصة والعامة ، يسمح ذلك له بالاستمرار على قيد الحياة دون قهر ويتمتع بحياته ومن ثم يمكنه التوافق مع البيئة التي يعيش فيها>>

(**طلعت حسن عبد الرحيم، 1895، ص. 129**) .

يركز هذا التعريف على مصدر الضبط بإعتباره بعدا هاما من أبعاد الشخصية يؤثر على سلوكيات الفرد ، وقدرة هذا الأخير على التحكم في الأحداث يجعله متوافقا مع ذاته ومجتمعه.

أما " **سناء محمد سليمان**" (**1998**) تري بأنه <<إدراك الفرد للعلاقة بين سلوكه وما يرتبط به من نتائج >> (**سناء محمد سليمان، 1988، ص. 63**) .

وهي تتفق بذلك مع ما يراه "رشاد عبد العزيز موسى"(1993) في قوله <<أن بعض الأفراد يعزون النجاح في مواقف الحياة المختلفة إلى ذواتهم والبعض الأخر إلى قوى خارجية عند نطاق ذواتهم>>

(**رشاد على عبد العزيز موسى، 1993، ص. 319**).

نلتمس في التعريفين السابقين تركيزهما على مصدر الضبط بوصفه إدراك الفرد للعلاقة السببية بين سلوكه وما يترتب عليه من نتائج وهذا ما تذهب إليه نظرية الأعزاء (الإسناد) .

وفي سياق أخر يأتي تعريف "ووريل **Worill**" "و ستلويل**Still Well** " حيث يتفقان أن مركز الضبط << يصف التوقع العام حول العلاقة بين مجهوده ومهاراته في النجاح والتفوق>> (**بشير معمرية ، 1995،ص40**)

الملاحظ ان التعريف السابق يعتبر على انه توقع معمم للفرد اتجاه العلاقة بين مجهوداته ومهاراته في الحصول على نتائج ايجابية.

يري "موريس MORRIS" (**1982**) <<إن مصدر الضبط يعتمد على كيفية تأثير التدعيمات في السلوك >> (**طلعت حسن عبد الرحيم، ص. 130**) .

هذا وما أوضحه" **روتر Rotter** " الذي يرى انه <<إدراك الفرد أن التعزيز الذي يحصل عليه يعتمد على سلوكه أو خصائصه الدائمة نسبيا فإنه يكون ذا تحكم داخلي أما إذا أدرك الفرد أن التعزيز لا يعتمد على سلوكه أو خصائصه يكون ذا تحكم خارجي>> (**رجاء عبد الرحمن الخطيب، 1990، ص. 232**) .

الملاحظ أن التعريفين السابقين يشيران إلى :

أن مصدر الضبط هو إدراك الفرد لموجهات سلوكه ، هل هي داخليه أو خارجية وما يترتب علها من نتائج.

من خلال تطرقنا إلى بعض التعاريف الخاصة بمفهوم مركز الضبط يمكن أن نخلص إلى أن مصدر الضبط هو عبارة عن مكون معرفي يقصد به مدى اعتقاد الفرد بأنه مسؤول أو غير مسؤول عن الأحداث بناء على ما تلقاه من تعزيزات لسلوكه وتوقعه للنتائج .

1-2 – فئتي مصدر الضبط:

يري "ماك كونيل **Mc Connel**" (1977) << أن مصدر الضبط ينقسم إلى فئتين : فئة التحكم الداخلي،

فئة التحكم الخارجي>> . (**كيلفورد وكليري، ص. 04**)

تبعا لذلك فالأفراد ينقسمون إلي فئتين بناءا على مفهوم مركز الضبط وفي مايلي توضيح لفئتي مركز الضبط:

1-2-1 – فئة الضبط الداخلي : يشير "معتز سيد عبد الله" الى أن <<فئة الضبط الداخلي هم الأفراد الذين يعتقدون أنهم مسؤولون عما يحدث لهم>>(**محمد السيد عبد الرحمن ومعتز سيد عبد الله، ص. 121**) .

وهذا ما يتفق مع " فتحي مصطفى الزيات " (1990) الذي يرى انه في فئة الضبط الداخلي <<يتكون لدى الأفراد اعتقادا بأن مصادر النجاح أو الفشل تكمن داخل ذواتهم وهذا نتيجة لما تلقوه من تكوين الثقة بالنفس في مواجهة المواقف المختلفة والقدرة على تحمل المسؤولية> (**السيد محمد عبد الرحمن جندي، 1995، ص.175**) .

اعتبارا مما سبق نستطيع أن نخلص إلى أن الفرد ذو الضبط الداخلي يعتقد أن الأحداث الايجابية هي نتيجة لجهده وكفاءته ومهارته ، فمثلا إذا حصل الطالب على درجة عالية في الامتحان فإنه يرجع ذلك حسب اعتقاده إلى الجهد الذي بذله في مراجعته للدروس ، إما في حالة حصوله على درجة منخفضة في الامتحان فإن ذلك يعود إلى قلة جهوده في عملية المراجعة وعدم التركيز فيها ، بمعنى أن الفرد يعتقد بأنه المسؤول عما يحدث له سواء كان لحادث ايجابيا أو سلبيا ، ناجحا أو فاشلا.

1-2-2- فئة الضبط الخارجي: " لاثروب M-Lathrop " (1998) << أن الفرد ذو التحكم الخارجي يعتقد أن الحظ أو القدر ، أو أشياء أخرى هي المسؤولة عن نتائجه وأفعاله>>.

(M-LATHROP, 1998 ,p 144)

وفي نفس السياق يرى كل من "سكيفس وهربو (1967-1989) Skevis et Herpeux" في تعريفهما بأن فئة <<الخارجين في التحكم يعتقدون أن الأحداث التي يعيشونها ليست نتيجة سلوكهم وخصوصياتهم الذاتية بل نتيجة للصدفة ، القدر الحظ وآخرين أقوى منهم ، وتتعدى تحكمهم>> . (**زهية خطار، 2001، ص. 71**)

تتفق هذه التعاريف على مفهوم فئة الضبط الخارجي فهو اعتقاد الفرد بأن الأحداث الناجحة هي نتيجة حسن الحظ و القدر ، ومساعدة الآخرين له وغير ذلك من القوى الخارجية ،وإذا كانت الأحداث فاشلة فيرجع ذلك الى سوء الحظ والقدر ،أو إلى ظلم الآخرين له لأنهم الأقوياء.

وعليه فالمقصود بفئة الضبط الخارجي اعتقاد الفرد بأنه غير مسؤول عن الأحداث التي تحدث له سواء كانت الأحداث ايجابية أم سلبية.

يمثل هذين المصطلحين (فئة الضبط الداخلي/فئة الضبط الخارجي) حسب" روتر Rotter" << طرفي متصل يحتل مختلف الأفراد نقاط معينة عليه، فمن يقرب من القطب الأول فهو من الفئة ذات الوجهة الداخلية في الضبط ومن يقرب من القطب الثاني فهو من الفئة ذات الوجهة الخارجية في الضبط> (**علاء الدين كفافي، 1982، ص. 05**)

المقصود بذلك أنه من الخطأ أن نقع في الاعتقاد بأن كل فرد يجب أن يكون إما داخلي الضبط أو خارجي الضبط، و إنما الصواب أن لكل فرد خط متصل يمتد بين النهايتين : نهاية فئة الضبط الداخلي ونهاية فئة الضبط الخارجي.

وعليه فاعتقاد الفرد في مركز الضبط يختلف من شخص إلى أخر، ومن موقف إلى أخر، و سبب يعود إلى مواقف

عديدة أهمها: معززات السلوك وطبيعة الموقف ومحددات الدور والدافعية، وبمعنى أخر فإن الاختلاف في مركز الضبط هو اختلاف في الدرجة وليس في النوع .

1-3- مصدر الضبط الداخلي/مصدر الضبط الخارجي :

(1966) Rotter جاء بمفهوم الضبط (الداخلي والخارجي) التي تفترض أن التعليم يقوي ويعزز الأشخاص في التحكم الداخلي أو الخارجي.

فالأشخاص ذو مصدر الضبط الداخلي يعتقدون بأن التعزيزات والتحفيزات محددة و نابعة من سلوكياتهم، على عكس الأشخاص ذو مصدر الضبط الخارجي الذين يعتقدون أنها (التعزيزات و التحفيزات) تأتيهم من الآخرين ومن عوامل أخرى تخرج عن سيطرتهم كالحظ، القدر، قوة الآخرين .

فمصدر الضبط حسب روتر يحوي بعدين أساسين بعد داخلي (مصدر الضبط الداخلي) وبعد خارجي (مصدر الضبط الخارجي)، و يعرف أبو ناهية 1989 هذين البعدين على أنهما:

1-3-1- مصدر الضبط الداخلي : أن يدرك الفرد أن الأحداث تتوقف على سلوكه وخصائصه الشخصية الدائمة."

1-3-2- مصدر الضبط الخارجي : أن يدرك الفرد أن الأحداث لا تتوقف كلية على تصرفاته و سلوكه الشخصي، و إنما هي نتيجة للحظ أو القدر، أو الآخرين الأقوياء.

1-4- الصفات و السمات المميزة لأفراد مصدر الضبط الداخلي و الخارجي :

من خلال التعريفين السابقين لمصدر الضبط الداخلي و مصدر الضبط الخارجي، يلاحظ أنه يوجد إختلاف بينهما في مدى إعتقاد الفرد لسبب نتيجة سلوكه، هذا الإعتقاد يبين أن أفراد الضبط الداخلي يختلفون عن أفراد الضبط الخارجي في الصفات و السمات، فقد تبين من الدراسات التحليلية لمصدر الضبط . **(قارة سعد، 2014، ص. 20)**

حيث يرى (Gulveren (2008 أن الأفراد ذوي مصدر الضبط الداخلي يعتقدون بأن لهم دور كبير للسيطرة على الأحداث التي تسيطر على حياتهم، أكثر من ذلك فهم يقيمون أنفسهم على أنهم يمتلكون السيطرة على المواقف التي تواجههم لامتلاكهم الأنا الإيجابي عن أنفسهم، ويؤمنون بأنهم يستطيعون تسيير حياتهم كما يرغبون هم، إضافة إلى أنهم:

- حذرين.
- يقظين.
- مسيطرين.
- مركزين على النجاح.
- لديهم الثقة بأنفسهم .
- بارعين و أذكياء .

وينظر (Rotter (1975 إلى الأفراد ذوي مصدر الضبط الخارجي بأنهم يربطون الأحداث التي تؤثر على حياتهم بالإدراكات مثل الحظ، القدر، المال، التي هي تخرج عن سيطرتهم, إضافة إلى أنهم يؤمنون بأن الأحداث التي تؤثر على حياتهم لا يمكن التنبؤ بها أو التحكم فيها، ومن صفاتهم المميزة لهم أنهم:

- أقل حذرا.
- متأثرين بأعضاء الفريق.
- يتأثرون بسهولة بقوى خارجية.
- أقل ثقة بالنفس.
- أدائهم غير مستقر. (**قارة سعد، ص. 21**)

ولقد توصلت دراسة "هونتراس وسكراف Hountraf Etschraf"سنة (1970) إلى أن <<خصائص الأفراد الذين يتسمون بالضبط الخارجي هي المسايرة المفرطة نتيجة انعدام الثقة بالنفس ، توقعات منخفضة للنجاح ... أكثر قلقا واستياء ، وتمركز حول الذات والتحكم فيها > (**رشاد على عبد العزيز موسى، ص. 383**)

وعليه فإن أفراد فئة الضبط الخارجي يتميزون عن ذوي فئة الضبط الداخلي بصفات سلبية التي تحول دون تحقيق أهدافهم المنشودة ويعكس ذلك سلبا على تطور مجتمعهم في مختلف الميادين.

يتضح مما سبق أن أفراد فئة الضبط الداخلي يتسمون بالفعالية مقارنة بفئة الضبط الخارجي ، ولكن هذا لا ينفي أن لكل من الفئتين مزايا ومساوئ ، حيث أن ذوي الضبط الداخلي <<هم أقل تعاطفا وميلا في تقديم العون و المساعدة وخاصة في الأمور المالية للآخرين (**محمد العيد عبد الرحمن و معتز سيد عبد الله، ص. 119**)

وهذا نتيجة اعتقادهم بأن الشخص الذي يواجه المشكلات أو المتاعب إنما هو المتسبب في تلك الوضعية المزرية وهو المسؤول عنها وبالتالي عليه أن يتحمل نتائج أفعاله ، ويري " فريز Phares أن أفراد فئة الضبط الخارجي

<< لديهم مهاراتهم النوعية التي لا تتوفر لدى داخلي الضبط ، فهم يعتقدون أن الحصول على التعزيز يحدث شرط أن تكون في الوقت المناسب والمكان المناسب وأن تكون محظوظا >> (**بشير معمرية، ص. 86**)

1-5- تعدد مؤشرات فئتي مصدر الضبط:

من خلال التعاريف الواردة لفئتي مصدر الضبط يتبين أن لكل فئة عدة مؤشرات متمثلة في:

1-5-1- مؤشرات فئة الضبط الداخلي :

فالفرد الذي يعتقد أن الحصول على التعزيز سواء كان سلبيا أو ايجابيا يرتبط بالقوى الداخلية أي بذواتهم فإن مؤشرات هذه القوى المحتملة من وجهة نظر " روتر Rotter" (1966)تتمثل في <<الذكاء أو المهارة أو الجهد أو سمات الشخصية المميزة>> . (**علاء الدين كفافي، ص. 05**)

أي أن العوامل الداخلية تظهر من خلال المؤشرات التالية:

➢ **الذكاء أو القدرات العقلية** : يكون اعتقاد الفرد بأن له قدرات عقلية تؤهله للتحكم في الأحداث الناجحة أو الفاشلة.

➢ **المهارة (الكفاءة)** : فالفرد يعتقد انه بإمكانه السيطرة على البيئة وضبط أحداثها بفضل مهاراته وكفاءته التي اكتسبها من الخبرات السابقة .

➢ **الجهد** : حيث يكون اعتقاد الفرد بأن كل ما يجري له من أحداث يرتبط ارتباطا كليا بالجهد الذي يبذله.

➢ **السمات الشخصية المميزة** : يكون اعتقاد الفرد أنه يملك مجموعة من السمات التي تمكنه من التحكم في الأحداث مهما كانت طبيعتها.

ومؤشرات فئة الضبط الداخلي تجعل الفرد يحتفظ باعتقاد مأيده أن مصادر النجاح أو الفشل تحركهما قوى ذاتية داخلية ومن ثم يقبل على مواجهة المواقف الحياتية،ويكون ذلك دافعا قويا نحو الانجاز في مجالات حياته لأنه يدرك أنه بإمكانه الهيمنة و السيطرة على الأحداث وباستطاعته تغير مجرياتها بيده.

1-5-2- مؤشرات فئة الضبط الخارجي : لقد أشار "**كانتور وزيركل Cantro Andzirkel**" إلى أننا <<ندرك أنفسنا ككائن عاقل قادر على التأثير في خبراتنا ووضع القدرات التي تعدل حياتنا ، حيث أن التدعيم الخارجي مهم في نظام روتر ولكن نشاط هذا التدعيم متعلق بقابليتنا الإدراكية.

(**Dvane Schuliz et Syduncy Schul Tz** , **1994.P409**)

فالفرد الذي يدرك أن ما يناله من عقاب ثواب مرتبط بالقوى الخارجية فإن مؤشرات هذه القوى المحتملة تتمثل حسب " روتر Rotter" (1966) في:

➢ **الحظ أو الصدفة** :حيث يعتقد الفرد أنه لا يمكن التنبؤ بالأحداث لأن كل من الأمور مرهونة بالحظ أو الصدفة.

➢ **قوة الآخرين** : فالفرد يعتقد أن الآخرين مثل الآباء ، الأقارب، المعلم، الأصدقاء، المدير و غيرهم يملكون السيطرة على الأحداث ولا حول ولا قوة في التأثير عليهم.

➢ **القدر** : فالفرد يعتقد أنه لا جدوى من محاولة تغير الأحداث لأنها مقدرة سلفا.

فهذه المؤثرات السابقة الخاصة بفئة الضبط الخارجي تجعل الفرد يعتقد أن مصادر النجاح والفشل تكمن خارج ذاته وهو بذلك يخضع في تسيير شؤونه لقوى خارجية لكونه لا يؤمن بأنه يملك القوة لتغير الأشياء.

1-6- خصائص الأفراد في فئتي مركز الضبط:

يعد اختلاف الأفراد في مدى اعتقادهم بقدرتهم على التحكم في الأحداث و مدى تحملهم المسؤولية اتجاههما سواء كانت الأحداث ناجحة أو فاشلة فإن ذلك لابد أن يعكس فروقا هامة في أنماط سلوك الأفراد.

تتفق معظم الدراسات على أن الأفراد ذوي الضبط الداخلي يتميزون بخصائص ايجابية واضحة مقارنة بالأفراد ذو الضبط الخارجي وذلك من خلال تناولهم بالدراسة للعلاقة بين مركز الضبط و السمات الشخصية ومن بين هاته الدراسات : دراسة " روترRotter ، جوJoe (1971) ،ليفكورت Lefcourt(1972)،سترايكلاند Strickland (1977) صلاح الدين أبو ناهية ، (1989) جابر عبد الحميد جابر ومحمود مرسي (1987).

ولقد لخص صلاح محمد أبو ناهية(1989) أهم الخصائص الذي يتميز بها أفراد فئة الضبط الداخلي والمتمثلة في:

- البحث والاستكشاف للوصول إلى المعلومات ، ثم استخدام هذه المعلومات بفعالية في الوصول إلى حل المشكلات التي تعترضهم في البيئة.
- القدرة على تأجيل الإشباع ومقاومة المحاولات المغرية للتأثير عليهم.
- المودة والصداقة في علاقاتهم مع الآخرين.
- العمل والأداء المهني حيث تبين أن لديهم معرفة شاملة بعالم العمل الذين يعملون فيه والبيئة المحيطة بهم كما أنهم أكثر إشباعا ورضا عن عملهم.
- التحصيل و الأداء الأكاديمي ، حيث تبين ارتفاع مستوى تحصيلهم الدراسي وأساليبهم في حل المشكلات ، كما أنهم أكثر تفتحا ومرونة في التفكير وأكثر إبداعا ، وأكثر تحملا للمسائل والمشكلات العامة
- الصحة النفسية والتوافق النفسي ، فهم أكثر احتراما للذات وأكثر قناعة ورضا عن الحياة وأكثر اطمئنانا وهدوءا وأكثر ثقة بالنفس وأكثر ثباتا انفعاليا ، وأقل قلقا ، وأقل اكتئابا ، وأقل إصابة بالأمراض النفسية.

وعليه فإن أفراد فئة الضبط الداخلي يتميزون بصفات ايجابية تساعدهم على تحقيق النجاح في حياتهم الخاصة وفي حياة مجتمعهم بصفة عامة.

أما بالنسبة لأفراد فئة الضبط الخارجي يتصفون عموما <<بالسلبية وقلة المشاركة ، والافتقار إلى الإحساس بوجود سيطرة داخلية على الأحداث ويفشلون في توقعاتهم لهذه الأحداث و بالتالي يتصرفون في الموقف بأسلوب غير ملائم>> . (**صلاح الدين محمد أبو ناهية، 1987، ص. 185**)

2) الأداء المهاري:

تعتبر المهارة الحركية للنشاط الرياضي هي جوهر الأداء لهذا النشاط والتي ينجزها الفرد الرياضي في المباراة، كما أنها تعتبر نوع من العمل يقتضي استخدام العضلات لتحريك الجسم أو بعض أجزائه لتحقيق انجاز أداء بدني خاص، وتمتاز المهارات الحركية في الألعاب الرياضية بأنها تعتمد بشكل أساسي على الحركة، بالإضافة إلى كونها تتضمن التفاعل بين عمليات معرفية وعمليات إدراكية وجدانية لتحقيق التكامل في الأداء.

والحركة بصفة عامة تعتبر من الظواهر المعقدة عند الإنسان، وهي ظاهرة ملموسة محسوسة يمكن قياسها، وهي نتاج العوامل البنائية والتركيبية، وتوجد في شتى دروب الحياة، كما أن الحركة لو اكتسبت واتقينت يمكن أن يقال عنها مهارة.

لذا فإن الهدف الأساسي لعمليات الإعداد المهاري أو البناء المهاري اكتساب وتأهيل وإتقان وتثبيت المكونات الحركية الرياضية للنشاط الرياضي والتي يبنى عليها الفرد أثناء المنافسة للوصول إلى المستويات الرياضية العالية في النشاط الممارس. (**زكي محمد محمد حسن، 1997، ص. 15**)

2-1- مفهوم الأداء :

هو كفاءة العامل لعمله ومسلكه فيه ، ومدى صلاحيته في النهوض بأعباء عمله وتحمل المسؤولية في فترة زمنية محددة ، وبناءا على هذا المعنى فإن كفاءة الفرد ترتكز على اثنين هما :

أولا: مدى كفاءة الفرد في القيام بعمله أي: واجباته ومسؤولياته .

ثانيا : يتمثل في صفات الفرد الشخصية ، ومدى ارتباطها وأثارها على مستوى أدائه لعمله <Thomas< 1989 أن علماء النفس العاملين في الحقل الرياضي ، وجدوا ارتباطات بين مفاهيم عديدة ك: القدرة ،الاستعداد ،الدافعية ....ً وأغلبها تشكل مفهوم الأداء ، مضيفا أن الأداء هو الاستعداد بالإضافة إلى المهارات المكتسبةً .

(**عبد الغفار عروسي، 2004، ص. 40**)

ويستخدم مصطلح الأداء بنفس المعنى والمفهوم حيث يطلق عليه مصطلح الأداء الأقصى، ويستعمل بشكل واسع لتعبير عن المهارات التي يمكن رؤيتها وملاحظتها في جميع المجالات منها المجال النفسي الحركي والتي تتطلب تذكر المعلومات وإظهار القدرات والمهارات. (**محمد نصر الدين رضوان، 1992، ص. 168**)

2-2 – أنواع الأداء :

2-2-1- الأداء والمواجهة :

أسلوب مناسب لأداء جميع التلاميذ واللاعبين لنوع الأداء نفسه في وقت واحد .

2-2-2-الأداء الدائري :

طريقة هادفة لتدريب تؤدي إلى تنمية الصفات البدنية وخاصة القوة العضلية والمطاولة .

2-2-3- الأداء في محطات :

أسلوب مناسب لأداء جميع اللاعبين مع تغير في محطات أو أداء الصف كله في محطات مختلفة .

(**قاسم حسن حسين، 1998، ص ص. 41-42**)

2-3- مفهوم الأداء المهاري :

نظام خاص لحركات تؤدى في نفس الوقت و حركات تؤدى بالتوالي ، و يقوم هذا النظام بالتنظيم الفعلي للتأثيرات المتبادلة للقوة الداخلية و الخارجية و المؤثرة في الفرد الرياضي بهدف استغلالها بالكامل و بفعالية لتحقيق أحسن النتائج الرياضية ، و هو مستوى اللاعبين و مدى إتقانهم للمهارات التي تتضمنها اللعبة.

(**وجدي مصطفى الفاتح ، محمد لطفي السيد، 1998، ص. 374**)

كما انهً يشير إلى الصورة المثالية للأداء الفني و الطريقة الفعالة لتنفيذ مهمة حركية معينة .

2-4- مراحل الأداء المهاري :

تمر عملية اكتساب الأداء المهاري بثلاث مراحل أساسية لكل منها خصائص مميزة و تدريبات مختلفة و هي :

2-4-1- مرحلة التوافق الأولي للمهارة :

تهدف هذه المرحلة إلى تكوين التشكيل الأساسي الأولي لتعلم المهارة الحركية و إتقانها ، و تبدأ بادراك اللاعب للمهمة الحركية ثم تأديتها بشكل مقبول من حيث مكوناتها الأساسية دون وضع أية اعتبارات بالنسبة لجودة و مستوى أداء المهارة الأساسية ، و تتميز هذه المرحلة بالزيادة المفرطة في بذل الجهد مع ارتباط بقلة و كفاءة الأداء المهاري .

2-4-2- مرحلة اكتساب التوافق الجيد للمهارة :

تهدف هذه المرحلة إلى تطوير الشكل البدائي للمهارة الأساسية و التي سبق للاعب أن اكتسبها من خلال الأداء في مرحلة اكتساب التوافق الأولي للمهارة الأساسية مع التخلص من أداء الزوائد الغير لازمة لأداء الحركة ، و مع البعد عن وجود فوائض أثناء سير الحركة مع تجنب التصلب العضلي و قلة حدوث الأخطاء .

2-4-3 – مرحلة إتقان و تثبيت أداء المهارة :

إن الهدف الأساسي لهذه المرحلة هو الوصول باللاعب إلى أداء المهارة الأساسية بصورة آلية ، و خلال هذه المرحلة يمكن تثبيت أداء الحركة و تصبح المهارة الأساسية أكثر دقة و انسيابية و استقرار من حيث شكل الأداء و ذلك من خلال تطوير التوافق الجيد لأداء المهارة الأساسية و هذا يؤدي إلى إتقان الأداء الحركي للمهارة بصورة ناجحة و ثابتة حتى لو تم أداء الحركة في ظل ظروف تتميز بالصعوبة كوجود منافس أو أكثر أثناء الأداء المهاري أو من خلال أداء المباريات التجريبية .(**احمد أمر الله ألبساطي، 1998، ص ص. 26-29**)

2-5- أهمية الأداء المهاري :

الإتقان التام للمهارات الحركية من حيث انه الهدف النهائي لعملية الأداء المهاري ، و يتأسس عليه الوصول إلى أعلى المستويات الرياضية فمهما بلغ مستوى الصفات البدنية للفرد الرياضي ، ومهما اتصف به من سمات خلقية إرادية فانه لن يحقق النتائج المرجوة ما لم يرتبط ذلك بالإتقان التام للمهارات الحركية الرياضية في نوع النشاط الذي يتخصص فيه .

فالمهارات الأساسية هي وسائل تنفيذ الخطط و بدون مهارات أساسية لدى لاعبي المنافسات الرياضية لا تنفذ الخطط و بالتالي يصعب تحقيق نتائج ممتازة .

إن تطوير و تحسين الصفات البدنية العامة و الخاصة يربطها مع المهارات الحركية و القدرات الخططية هو الاتجاه الحديث في التدريب الرياضي ، و ذلك بتكرار المهارة من خلال التمرينات التطبيقية و تمرينات المنافسة مما يؤدي إلى اكتساب الفرد الرياضي صفة الآلية عند الأداء المهاري في مواقف المنافسة المختلفة، و لما كانت المهارات هي القاعدة الأساسية لأي نشاط رياضي سواء كانت مهارات بأداة أو بدون أداة إذ وجب الاهتمام بالمهارات الأساسية للفرد الرياضي ، فالمهارة هي وسيلة تنفيذ الخطة.(**حسن السيد أبو عبده، 2002، ص ص. 33-37**)

2-6- مفهوم الأداء المهاري في الكرة الطائرة :

في الكرة الطائرة الحديثة يلعب الأداء المهاري الجيد دورا كبيرا في تحقيق نتائج ايجابية لصالح الفريق حيث تلعب أهمية المهارة دورا بارزا في عملية إتقان ونجاح طريقة اللعب بدرجة عالية ،مما يؤدى إلى إرباك فريق الخصم وعدم قدرته على السيطرة على مجريات اللعب،والأداء وبالتالي يستطيع الفريق المهاجم ذو السيطرة الميدانية بفضل المهارات العالية لأعضاء

الفريق أن يأخذ زمام المبادرة دائما وذلك بالتواجد في أماكن ومواقف جيدة تسهل له القدرة على القيام بالواجب الدفاعي والهجومي على أكمل وجه، وذلك كله بعكس الفريق الذي يفتقد الأداء المهاري، فنحن فعلا لا نجد هناك سيطرة على الكرة بسبب عدم التواجد في الأماكن الصحيحة، خاصة أثناء استقبال الإرسال أو الدفاع، أيضا لا نجد التمريرات الجيدة والأعداد المنظم كل ذلك بالطبع سوف يؤثر على طريقة اللعب بدرجة تصل بالفريق إلى حالة اليأس والإحباط .

(زكي محمد محمد حسن، ص. 28)

2-7- مواصفات الأداء المهاري في الكرة الطائرة والخصائص المميزة له :

حدد الخبراء المتخصصين في مجال الكرة الطائرة بضرورة توافر وتطور الأداء المهاري للاعب لا يمكن أن يثبت، فاللاعب دائما يطور ويرفع من مستوى أدائه المهاري وذلك فالتدريب على تكامل الأداء المهاري هو هدف دائم في عملية التدريب، كما أن التدريب على المهارات الأساسية دائما في كل وحدة تدريبية يومية .

مما سبق نجد أن عملية التعليم الحركي للأداء المهاري هي عملية تعليمية حركية بدنية عقلية نفسية فنية، وتتأثر تأثر كبير بعاملي الوراثة والبيئة، ويلعب فيها المدرب دورا رئيسيا لإتمام هذه العملية بنجاح حيث يصل المتعلم إلى هدفه المنشود وينجح المدرب في تحقيق هذا الهدف للمتعلم . **(زكي محمد محمد حسن، ص ص. 25-26)**

ويرى المؤلف أنه بجانب هذه المراحل يجب أن يكون تعليم النواحي المهارية عن طريق الخطوات التالية :

أ) - تعليم المهارات بصورة مبسطة .

ب) - تنمية آلية الأداء المهاري .

ج) - تنمية الصفات البدنية العامة لنمو المهارات .

2- 8- مراحل بناء الأداء المهاري في الكرة الطائرة :

تمثل المهارات الأساسية وسائل حقيقة لتنفيذ الخطط، وبدون هذه المهارات الأساسية لدى لاعبي فريق الكرة الطائرة لا نستطيع تنفيذ الخطط سواء الدفاعية أو الهجومية وبالتالي نستطيع القول بأنه لا يوجد فريق جيد، يستطيع أن يجاري فريق أخر (الخصم) .

تمر المهارة الأساسية منذ بدء تعلمها حتى الوصول بها إلى الإتقان الأمثل والتكامل المهاري في الأداء أثناء المباراة بثلاث مراحل أساسية لا يمكن الفصل بينها ويفضل البعض أن يطلق عليها الآن مراحل البناء المهاري أو مراحل الإعداد المهاري، ونحن مع الرأي الذي يفضل أن يطلق عليها البناء المهاري إيماناً بأن كل مرحلة هي وحدة بنائية في (الهيكل) التكاملي العام للأداء .

أ) – مرحلة بناء التوافق الأولى للأداء .

ب) – مرحلة اكتساب التوافق الجيد للأداء الحركي .

ج) – مرحلة الآلية وتكيف اللاعب على الأداء المهاري الممتاز أثناء المباراة .

كذلك حساسية المباراة، ظروف الجو، والجمهور، وأرض الملعب داخل صالة أو خارج صالة ، كذلك حسب تمركز اللاعب في أرض الملعب والهدف المترتب على هذا الخداع . لذلك فإن التكنيك في أدائها يتغير ويتطور وفقا للقيود والمحددات الخاصة بطبيعة المباراة.

كما تعتبر مهارة مثل مهارة الضرب من المهارات الخداعة من حيث التركيب المكاني الزماني من الحركات المركبة حيث يتم فيها الخداع بأجزاء الجسم في اتجاهات معينة أثناء الدخول أو الاقتراب وطريقة ضرب الكرة في الاتجاه المغاير لطريقة لعب حائط الصد المنافس، حيث تكون الظروف والعوامل البيئية المحيطة بأدائها متغيرة أثناء أدائها لعدم تحديد حركة المنافس والزميل في حالة الصد الشبكي كذلك حركة اللاعب الضارب نفسه الذي يؤدى مثل هذه المهارة .

(زكي محمد محمد حسن، ص.27)

3) الكرة الطائرة:

3–1– تاريخ ونشأة الكرة الطائرة :

3–1–1– في العالم :

فكرة طيران الكرة في الهواء وإعادتها هي لعبة قديمة جدا أي منذ 3000 سنة تقريبا قبل الميلاد مما تدل عليها الآثار الموجودة في مقابر الفراعنة، وهناك صور أخرى قديمة في أمريكا واندونيسيا تشير إلى قذف الكرة ولقفها من جانب إلى آخر وذلك منذ حوالي 2000 سنة، أما في اليابان قديما فقد كانت محاولات لعب الكرة تدور حول قذف الكرة في هدف وهناك معلومات وتقارير نظرية تشير إلى انه في البرازيل وفي شمال أمريكا كانت محاولات لعب الكرة تقام بين فريقين كل منهما يحاول الحصول على الكرة ويرميها لفريقه.

أما حديثا فيقال أن الشعب الإيطالي عرف لعبة تشبه الكرة الطائرة خلال العصور الوسطى ثم انتقلت إلى ألمانيا عام 1893م وكانت تسمى "فوست بول" ذلك بالرغم من أن التاريخ الرياضي يعتبر الكرة الطائرة من الألعاب الحديثة التي جاءت للبحث عن طريقة جديدة لقضاء أوقات الفراغ .

ويرجع منشأ الكرة الطائرة إلى "ويليام مورغان" مدرس التربية البدنية والمدير السابق لجمعية الشبان المسيحية بهوليود بولاية "ماسا شوسني" وقد أطلق عليها اسم "المينونيت" وقد شاهد هذه اللعبة "د. هالستيد"، حيث اقترح تغيير اسمها. إلى الكرة الطائرة، نظرا لأن الفكرة الرئيسية للعب هي طيران الكرة عاليا وخلفا، وأماما لعبور الشبكة وكان هذا عام

1895م، وقد استعمل "ويليام مورغان" شبكة التنس وثبتها على ارتفاع 6 أقدام من الأرض (1.84 سم) وكانت الكرة المستعملة هي مثانة كرة السلة الداخلية ولما كانت المثانة خفيفة. (**علي مصطفى طه، 1999، ص. 11**)

كما كانت كرة السلة بغلافها الخارجي ثقيلة فقد صنعوا كرة أصغر تتناسب مع تأدية اللعبة، وقد انتشرت لعبة الكرة الطائرة في العالم أجمع منذ ذلك الوقت، ومما ساعد على انتشارها بين الشباب هو رغبتهم في إيجاد ألعاب صيفية مناسبة كالألعاب الشتوية يستطيعون ممارستها انتشرت الكرة الطائرة على المستوى العالمي سنة 1900م عندما أصبحت **كندا** تتبنى هذه اللعبة، وفي نفس العام انتقلت إلى الهند ثم القلبين و البيرو عام 1910م ثم انتقلت إلى انجلترا عام 1914م وقد دخلت الكرة الطائرة إلى أوربا عن طريق الجيش الأمريكي أثناء الحرب العالمية الأولى، وبعد انتهاء الحرب انتشرت اللعبة في يوغسلافيا سنة 1918م وفي تشيكوسلوفاكي وبولندا سنة1919م وفي إفريقيا 1923م.

3-1-2- بعض التواريخ عن تطور الكرة الطائرة:

- 1922: أول بطولة دولية للكرة الطائرة للرجال بتشيكوسلوفاكيا.
- 1928: أول خطوة لإنشاء الاتحاد الدولي للكرة الطائرة.
- 1932: الكرة الطائرة للسيدات أدرجت ضمن الألعاب الاولمبية في السلفادور.
- 1947: 18-20 أفريل إنشاء الاتحاد الدولي للكرة الطائرة (FIVB).
- 1949: تنظيم أول بطولة عالمية للذكور ببراغ.
- 1996: ظهور رياضة كرة الطائرة الشاطئية بأطلنطا.
- 1999: تحديد مدة القيام بالإرسال لا تتجاوز 08 ثواني من صفارة الحكم.(**علي مصطفى طه، ص. 12**)

3-2- ماهية الكرة الطائرة :

تعتبر الكرة الطائرة إحدى العاب الكرة بصفة خاصة والألعاب الجماعية بصفة عامة فهي من الألعاب الراقية التي تمارس في المقابلات الدولية والاولمبية والوطنية أي ما يعرف بالبطولات .

فقد أصبحت هذه اللعبة تتسم بالديناميكية التي ينتج عنها ارتفاع مستوى الإثارة، فهي نسبيا حديثة وحيوية بالمقارنة بالألعاب التقليدية الأخرى فهي منتشرة وانتشرت سريعا وازداد مستواها من حيث الأداء في أنحاء العالم ولهذا أردنا أن نتكلم في هذا الفصل عن رياضة كرة الطائرة من مكان نشأتها وتطورها في أنحاء العالم وكذا تاريخ كرة الطائرة في الجزائر ومميزات وخصائص هذه اللعبة وكذا القوانين الخاصة بها والمهارات الأساسية والصفات البدنية الخاصة بلاعبي كرة الطائرة.

3-2-1- تعريف الكرة الطائرة :

الكرة الطائرة رياضة جماعية يتقابل فيها فريقين فوق الميدان الذي يبلغ 18متر وعرضه9متر، تقسمه الشبكة إلى جزئيين متساويين وارتفاع الشبكة هو2.43متر للذكور و2.33متر للإناث، والهدف من هذه هو محاولة إسقاط الكرة في جهة الخصم وتفادي سقوطها في الجزء الخاص به، وتتحرك الكرة فوق الشبكة ببدء اللعب عن طريق اللاعب الخلفي حيث يبدأ بضرب الكرة وذلك بالإرسال ولكل فريق الحق في لمس الكرة ثلاث مرات دون حساب لمسة الصد إن وجدت ولا يمكن للاعب واحد لمس الكرة مرتين متتاليتين ويستمر اللعب حتى تلامس الكرة الأرض أو عدم تحقيق إرسال صحيح . (**منشورات الخارجية لكرة الطائرة القانون الرسمي لكرة الطائرة المعتمد من طرف(FIVB)"سفيل"2000**) .

3-2-2- مميزات وخصائص لعبة الكرة الطائرة :

ما يميز الكرة الطائرة عن باقي الألعاب المشابهة أنها تعتمد على القدرات العقلية بقدر ما تعتمد على التكوين البدني ففي كل الحركات الخاصة بالكرة الطائرة نجد أن اللاعب يفكر و يوافق بين جهازه العصبي والعضلي ويعرف كيف يحلل مواقف اللعب، متى يسرع ومتى يبطئ وأين يتم تغير اللاعبين لمراكزهم، ومتى وكيف يتم لعب الكرة المرتدة من الشبكة في الوقت المناسب.(**محمد سعد زغلول و محمد لطفي السيد، 2001، ص.17**)

ويمكن تلخيص خصائص الكرة الطائرة فيما يلي:

- يعتبر ملعب الكرة الطائرة أصغر ملعب في الألعاب الجماعية .
- يعتبر ملعب الكرة الطائرة أكبر هدف في الألعاب الجماعية يمكن التصويب عليه .
- يمكن إعادة الكرة الطائرة ولعبها حتى ولو خرجت خارج الملعب .
- يمكن للاعب أن يلعب في جميع المراكز الأمامية و الخلفية ما عد اللاعب الحر (الليبيرو) فهو يلعب في المراكز الخلفية فقط .
- لكل فريق ملعب خاص لا يمكن للفريق دخول ملعب الفريق المنافس .
- لعبة الكرة الطائرة ليس لها وقت محدد .
- حتمية أداء ضربة الإرسال لجميع أفراد الفريق .
- لابد أن تنتهي المباراة بفوز أحد الفريقين.(**أكرم زكي حطايبة، 1996، ص. 61**)

3-3- أهم القوانين الخاصة بالكرة الطائرة :

3-3-1- الملعب :

إن ميدان اللعب يأخذ شكل مستطيل ضلعه 18 متر و 9 أمتار محاط بمنطقة حرة تبلغ على الأقل3 أمتار عرضها في كل الاتجاهات.

3-3-2- فضاء اللعب الحر :

هو فضاء يقع فوق مساحة اللعب وفي المنافسات الدولية ، المنطقة الحرة تبلغ على الأقل 5 أمتار من بداية الخطوط الجانية وعلى الأقل 8 أمتار من بداية الخطوط الخلفية وفضاء اللعب يجب أن يكون على علو 12.5 متر على الأقل ابتداء من مساحة اللعب .

3-3-3- الكرة :

يجب أن تكون الكرة دائرية بغلاف من الجلد الطري الطبيعي أو المركب يحتوي من الداخل على مثانة مطاطية أو من مواد مماثلة ،يجب أن تكون الكرة مطابقة للمعاير الفدرالية العالمية للكرة الطائرة حيث محيط الكرة بين 65و 75 سم ووزنها ما بين 260إلى 280 غ والضغط الداخلي يجب أن يكون من 0.300 و 0.325 كغ /سم3 .

3-3-4- الشبكة :

طول الشبكة يكون 9.5متر و عرضها 1 متر وتكون ممتدة عموديا فوق خط الوسط ويوجد على حافة الشبكة عصى طول كل منها 1.8متر وبقطر 10مم مصنوعة من الألياف الزجاجية (فابير كلاس) تدعي بالعصي الهوائية وتكون هذه العصي ممدة بحيث يبلغ علوه الشبكة بالنسبة للرجال 2.43متر و السيدات 2.24 متر .

3-3-5- الفرق :

الفريق يتكون من12 لاعبا على الأكثر ومدرب و نائبه ، ومعالج الفريق يستطيع كل لاعب قيادة الفريق ماعدا اللاعب الحر ويجب أن يكون معين في ورقة المباراة لا يحق لأي لاعب غير مسجل في ورقة المباراة الدخول الميدان و المشاركة في اللقاء ولا يحق تغير تشكيلة الفريق بعد إمضاء أو توقيع ورقة المباراة من طرف القائد أو المدرب .

3-3-6- اللاعب الحر :

- اللاعب الحر دفاعي فقط .

- ممنوع عليه القيام بالإرسال ، والصد السحق من أي مكان ، إذا كانت الكرة فوق إرتفاع الشبكة .

- يستعمل اللاعب الحر ثياب مختلفة عن ثياب فريقه .

- تغيرات اللاعب ليست محددة في حدود المنطقة التفاعلية .

(القانون الدولي لكرة الطائرة،2001-2004، ص ص.6-7)

3-3-7- الحكام :

يدير المباراة هيئة من الحكام وتتكون من :

3-3-7-1- الحكم الأول : وهو مكلف بتحديد .

- طبيعة الخطأ .

- الفريق الذي يقوم بالإرسال .

- اللاعب المخطئ.

3-3-7-2- الحكم الثاني :وهو مكلف بتحديد

- طبيعة الخطأ .

- اللاعب المخطئ .

- الفريق الذي يقوم بالإرسال طبقا للحكم الأول .

3-3-8- المسجل :

يقوم بتسجيل كل من النقاط ،الأخطاء الخاصة باللاعبين وكذلك التبديلات .

3-3-9- الشوط الفاصل :

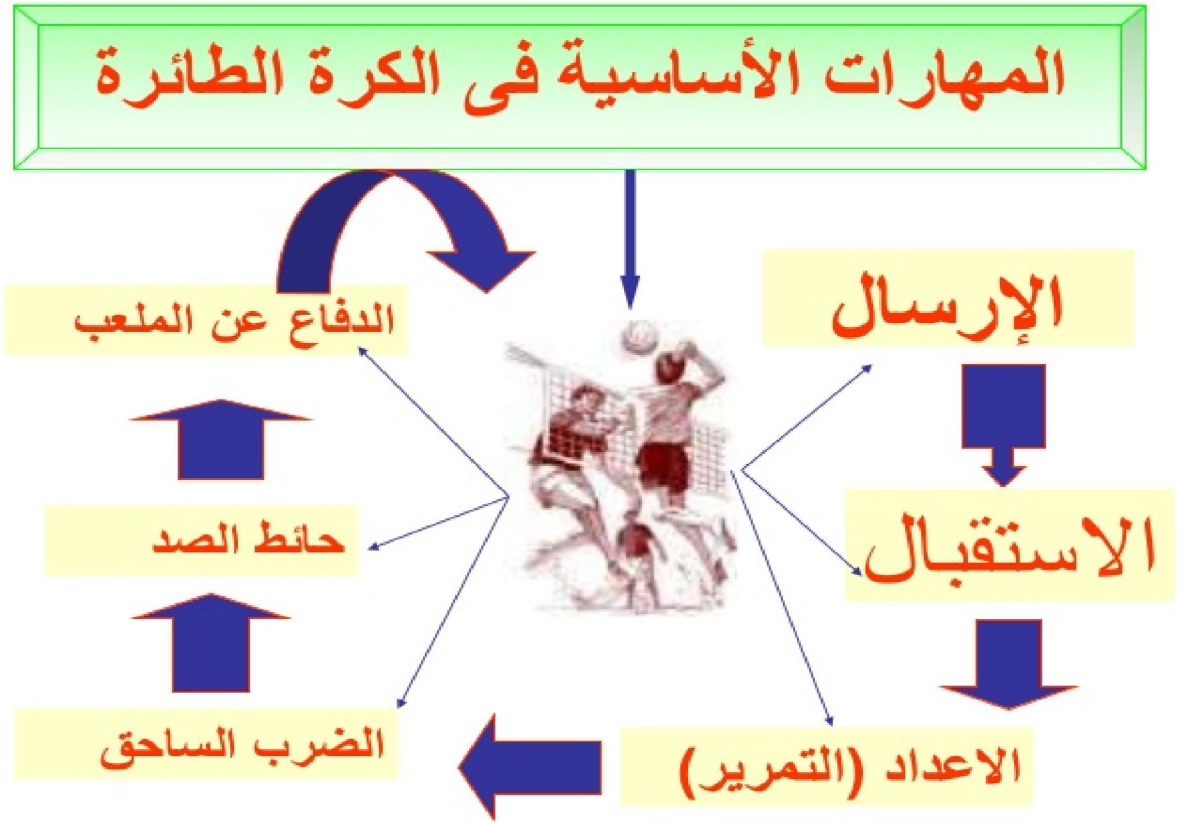
يكون التنقيط فيه حتى 15 نقطه وتنتهي حين يكون الفرق بين الفريقين نقطتين.

(القانون الدولي لكرة الطائرة، ص. 8)

3-4- المهارات الفنية (التكتيكية) للكرة الطائرة :

إن لعبة الكرة الطائرة تتكون من مجموعة من الحركات الفنية يطلق عليها المبادئ الأساسية أو المهارات الأساسية أو المهارات الفنية الأساسية ولابد للاعب من معرفة مهارات هذه اللعبة التي يزاولها لكي يتقنها بدرجة كبيرة وعالية حتى يسهل عليه استيعاب خطط اللعب سواء كانت هجومية أم دفاعية مع مطابقتها لقانون اللعبة.

ولعبة الكرة الطائرة تتكون من المهارات الفنية الأساسية وهي :



شكل رقم:(01) يبين المهارات الأساسية في الكرة الطائرة

أولا: مهارة الإرسال 13 % .

ثانيا: مهارة الاستقبال 12%.

ثالثا:مهارة الإعداد 20%.

رابعا: مهارة الهجوم الساحق 21%.

خامسا: مهارة حائط الصد 20%.

سادسا: مهارة الدفاع عن الملعب 14%.

وتنقسم هذه المهارات إلى مجموعتين:

1- **المهارات الهجومية**: الإرسال، الإعداد، الهجوم الساحق، حائط الصد.

2- المهارات الدفاعية: الاستقبال، حائط الصد، الدفاع عن الملعب.(**سعد حماد الجميلي، 2007، ص. 19**)

ونحن في بحثنا هذا سنتطرق للمهارات الهجومية .

3-5- المهارات الهجومية:

3-5-1- مهارة الإرسال:

وهي أول مهارة ، وتعتبر مفتاح اللعب وبعدها ينطلق اللاعبون داخل الملعب لأداء جميع المهارات الأخرى من استقبال وإعداد وهجوم وصد ودفاع عن الملعب ولذلك يجب الاهتمام بها، لأنها تحتل نسبة 13% من بقية المهارات الفنية للعبة، وينفذ بواسطة اللاعب الذي يشغل المركز رقم (1) من الخط الخلفي للدفاع، وبعد إشارة الحكم بواسطة (الصافرة) يرسل اللاعب الكرة في الملعب الخصم وتضرب الكرة بكف واحد سواء (مفتوحة أو مضمومة) حتى يتم عبورها إلى ملعب الخصم (المنافس) من فوق حافة الشبكة المحصورة بين العصاوين الهوائيين وبطريقة قانونية، تتمثل هذه المهارة بطابع هجومي ولها تأثير فعال وإيجابي للفريق المرسل وسلبي ومؤثر لفريق الخصم، إذا تم تنفيذه بالطريقة الصحيحة والمطلوبة والتي تحقق النقاط التالية:

أولا: الحصول على نقطة بدون إجهاد فريقه.

ثانيا: إعطاء فرصة راحة لفريقه.

ثالثا: كسب الثقة العالية لأعضاء فريقه من الناحية النفسية.

رابعا: زعزعة الثقة وروح التعاون بين أعضاء فريق الخصم في حالة نجاحه. (**سعد حماد الجميلي، ص. 73**)

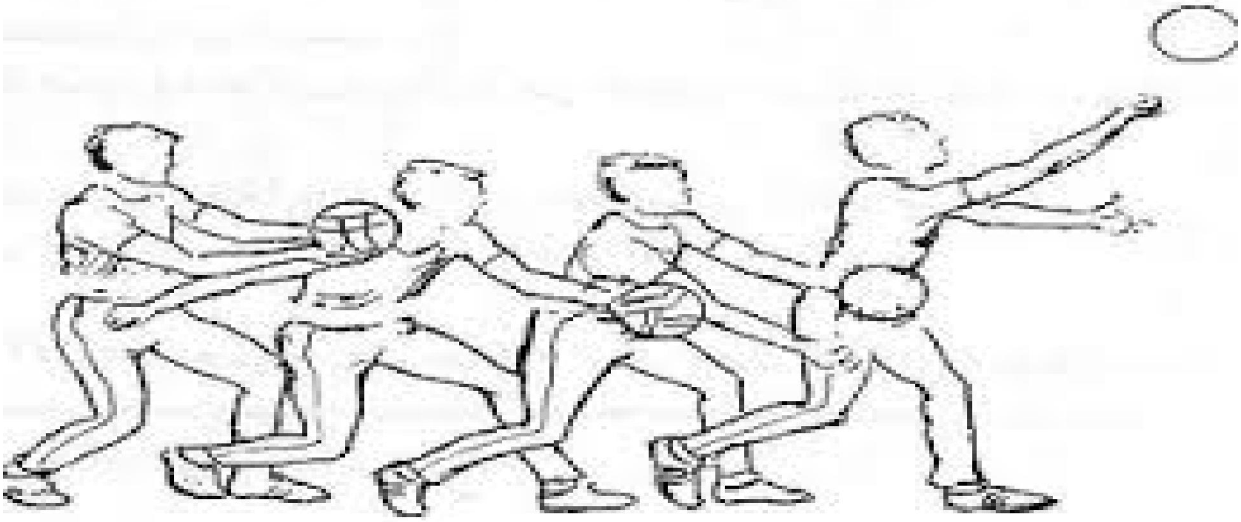
3-5-1- 1- أنواع مهارة الإرسال

وتتكون مهارة الإرسال من تسعة أنواع وهي:

أولا: الإرسال من الأسفل الموجه ويشمل:

1- الإرسال من الأسفل التحتاني الموجه.

2- الإرسال من الأسفل الجانب المرتفع (الإرسال الروسي)



الشكل رقم: (2) يوضح طريقة الإرسال من الأسفل الموجه

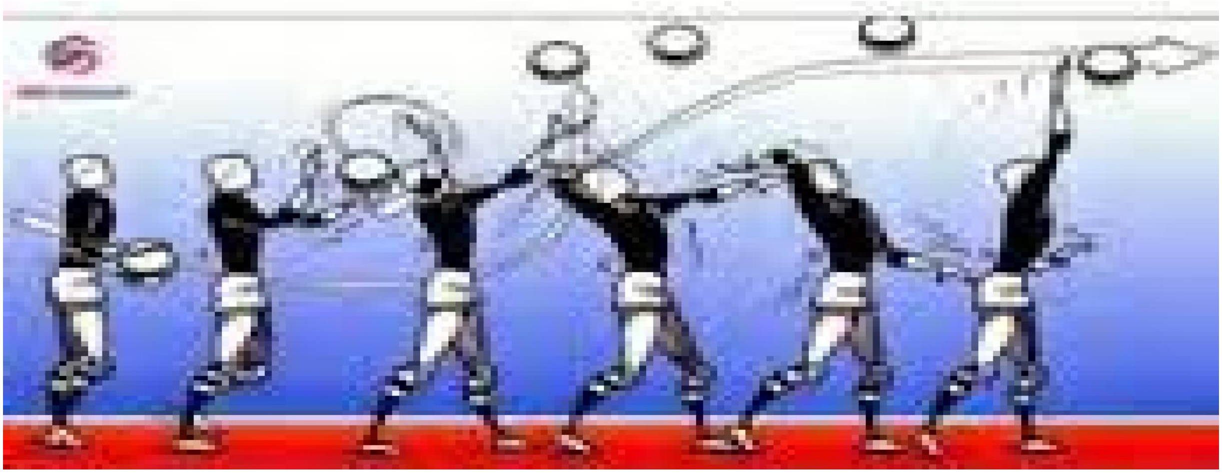
ثانيا: إرسال التنس ويشمل:

1- التنس العادي.

2- التنس القوي.

3- التنس القوي من القفز.

4- التنس المتموج.



الشكل رقم: (3) يوضح طريقة إرسال التنس

ثالثا: الإرسال الجانبي من الأعلى (الإرسال الخطافي) ويشمل:

1- الجانبي العادي من الأعلى .

2- الجانبي القوي من الأعلى.

3- الجانبي من الأعلى المتموج.

الشكل رقم: (4) يوضح طريقة الإرسال الجانبي من الأعلى

3-5-1-2- الأداء الحركي لفن مهارة الإرسال

أداء مهارة الإرسال يمر بأربعة مراحل فنية، (مراحل تعليمية) متسلسلة ومتصلة ببعضها البعض ومترابطة بحركات انسيابية دون تقطع، أو توقف بين مرحلة وأخرى أو جزء أخر باستثناء إرسال التنس القوي من القفز تضاف له مرحلة القفز، حيث يمر بخمسة مراحل فنية .

3-5-1-3- المراحل الفنية(المراحل التعليمية) لمهارة الإرسال وهي:

1- التهيؤ (الاستعداد).

2- رمي الكرة إلى الأعلى.

3- مرجحة الجسم والذراع.

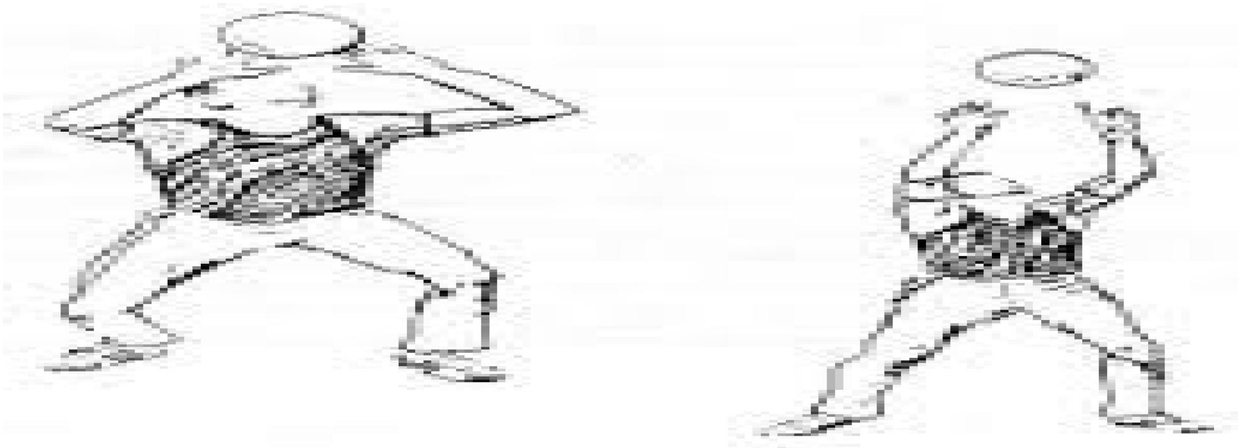
4- القفز : هذه المرحلة خاصة فقط بإرسال التنس القوي من القفز .

5- فن التنفيذ (الأداء). (**سعد حماد الجميلي، ص ص. 74-77**)

3-5-2- الإعداد :

ونعني به إعداد أو تجهيز أو تحضير الكرة للاعب المهاجم ،بطريقة ملائمة أو مناسبة مستخدمين في ذلك المهارة الملائمة أو المناسبة أيضا لتنفيذ هذا العمل، وفي الحقيقة فإن معظم أنواع الإعداد التي تنفذ نجد أنها عادة ما تستخدم التمرير من أعلى فوق الرأس أو من الأعلى للخلف ولكن هذا لا يمنع في بعض الأحيان قد نلجأ إلى استخدامه من الأسفل (بالساعدين) وذلك كله بهدف إعداد الكرة.(**زكي محمد محمد حسن، 2004، ص. 3**)

و الإعداد أيضا هو التمكين من الهجوم، ويجب إعداد الكرة على مسافة (50-100) سم من الشبكة، وعلى ارتفاع ملائم من حافة الشبكة.



الشكل رقم: (5) يوضح طريقة الإعداد

3-5-2-1- الأداء الحركي لمهارة الإعداد:

الأداء الحركي يمر بخمسة مراحل فنية و تسمى أحيانا الخطوات التعليمية و هي كما يلي:

أولا: التهيؤ (الاستعداد) .

ثانيا: تقدير القدرات والإحساس.

ثالثا: قدرات رد الفعل.

رابعا: حركة القدمين .

خامسا: الأداء (التنفيذ) (**سعد حماد الجميلي، 2010، ص. 158**)

3-5-2-2- أهمّية الإعداد :

مهارة الإعداد من المهارات الضرورية الهامة في الكرة الطائرة ، و هي الخطوة التي يرتكز عليها المهاجم للحصول على نقاط في المباراة ، و يعتمد الإعداد كليا على التمرير من الأعلى في إتقان التمريرات العلوية هذا ما يساعد على أداء الإعداد الجيد، و يعتبر الإعداد من أكثر مواقف اللعب الحساسة و المهمة حيث يتوقف عليه هجوم الفريق وطريقة أدائه، و لذا يجب على المدربين تهيئة اللاعبين على إتقان أنواع الإعداد في جميع مواقف اللعب المختلفة.

3-5-2-3- أنواع الإعداد :

أ- **الإعداد الأمامي** : هو أكثر الإعداد استعمالا لسهولة أدائه ، و هو أساس لجميع أنواع الإعداد الأخرى ، و يؤدى من وقفة الإستعداد مع ملاحظة عملية امتداد الذراعين و الرجلين ، مع المحافظة على توازن الجسم في نهاية الحركة.

ب- **الإعداد الخلفي من فوق الرّأس** : يستعمل في الأغراض الخططية و يتطلب درجة عالية من الإحساس بالحركة، حيث أن اللاعب لا يرى الهدف المراد التوجه إليه لحظة أداء الإعداد، و هو يشبه الإعداد الأمامي في طريقة الأداء.

ج- **الإعداد الجانبي** : يستخدم عندما يكون اللاعب قريبا من الشبكة، و لا يوجد مكان ووقت كافي للدوران، يستعمل عندها رمية مخادعة حيث يقف اللاعب وقفة الإستعداد جانبا لاتجاه الإعداد .

د- **الإعداد بالوثب** : يستعمل هذا الإعداد للكرات العالية في عملية الخدع الهجومية، و يعتمد على استعمال الذراعين و الأصابع ، و يستخدم فيه الوثب بالرجلين ، و على اللاعب ملاقاة الكرة في الوقت المناسب.

3-5-2-4- الفرق بين التمرير من الأعلى بالأصابع و الإعداد:

الجدول رقم: (1) يوضح الفرق بين التمرير من الأعلى بالأصابع والإعداد

التمرير من الأعلى	الإعداد
1- يمكن أن يقوم به جميع اللاعبين 2- يوجه إلى مكان خال بملعب الفريق المنافس . 3- يمكن أن يتم من المهاجم إلى المعد أو من المهاجم إلى مهاجم زميل . 4- التمرير يتم من نهاية الملعب باتجاه الشبكة، لذلك طرق التّمرير مختلفة.	1- يقوم به لاعب مخصص (المعد) 2- يكون موجه من حيث البعد و الإتجاه و الإرتفاع وفقا لمميزات المهاجمين 3- دائما هو التحضير إلى عمل هجومي يكون من خلال المعد إلى المهاجم 4- في الغالب يتم من أمام الشّبكة موازيا لها

ملاحظة : مناطق الإعداد تقسم إلى ثلاث أقسام (أ)، (ب)، (ج):

أ- تقع بين المركز رقم (2) و المركز رقم (3) وتكون أقرب إلى المركز رقم (3).

ب- تقع بين المركز رقم (2) و المركز رقم (3) وتكون أقرب إلى المركز رقم (2).

جـ- تقع بين المركز رقم (3) و المركز رقم (4) وتكون أقرب إلى المركز رقم (3).

يجب على المعد أن يضبط توقيته تبعا للاقتراب لاعبي الضربة الساحقة السريعة في هذه الحالة.

(سعد حماد الجميلي ، ص. 156)

3-5-3- الضرب الساحق :هو عبارة عن ضرب الكرة بإحدى اليدين بقوة لتعديتها بالكامل فوق الشبكة وتوجيهها إلى منطقة الفريق المنافس بطريقه قانونية .

الشكل رقم: (6) يوضح طريقة الضرب الساحق

3-5-3- 1- أهميته :

الهدف من الضرب الساحق في لعبة الكرة الطائرة هو الحصول علي نقطة من نقاط المباراة أو الحصول و المحافظة علي الإرسال.

وتتطلب هذه المهارة نوعية معينة من اللاعبين يتميزون بسرعة وحسن التصرف والثقة بالنفس وارتفاع القامة وقوة عضلات الرجلين، السرعة الحركية الفائقة، الرشاقة، القوة الانفجارية العالية في الوثب والضرب (السحق).

(علي مصطفى طه، 1999، ص. 112)

3-5-3- 2- طريقة أداءه :

1- **الاقتراب :**

يؤدى الضرب(السحق) بتحرك في اللحظة التي تترك فيها الكرة يد اللاعب الذي يتولي الإعداد، فيأخذ خطوة إلى الأمام بالقدم المناسبة، ثم تتحرك القدم في وثبة طويلة سريعة ومتوسطة الارتفاع، حيث تنزل بموازاة القدم الأخرى وعلى مسافة مناسبة منها، وتتحرك الذراعان في أرجحة إلى الخلف .

2- **الارتقاء** :

من الوضع السابق تثنى الركبتين وينتقل ثقل الجسم على الأمشاط وتتحرك الذراعان في حركة متأرجحة من الخلف إلى الأمام، وفي هذه اللحظة تمتد جميع مفاصل الجسم متجهة إلى الأعلى بينما تتبع الذراعان حركتهما إلى الأعلى في محاولة لاكتساب اعلي ارتقاء .

3- **الضرب** :

عندما يصل جسم الضارب (الساحق) إلى الأعلى ارتقاء له يتحرك الجزء العلوي من الصدر في حركة تقوس وتثني الذراع الضاربة للخلف من مفصل المرفق وفي اللحظة المناسبة تدفع الذراع الضاربة إلى الأمام لتضرب الكرة باليد المفتوحة في حركة انقباض مع إعطاء الضربة القوة الدافعة بواسطة اندفاع الجسم إلى الأمام والأسفل بقوة.

4- **الهبوط** :

بعد عملية ضرب الكرة يكون الهبوط على القدمين في نفس المكان الذي ارتقى منه دون تجاوز خط المنتصف مع ثني الركبتين لتساعد على امتصاص صدمة الهبوط.(**حسين عبد الجواد، 1964 ،ص ص. 60-61**)

3-5-3- 3- أنواع الضرب الساحق :

- الضربة الساحقة الموجهة .
- الضربة الساحقة الموجهة بالدوران.
- الضربة الساحقة الجانبية (الخطافية) .
- الضربة الساحقة السريعة (الصاعدة).
- الضربة الساحقة الساقطة بالرسغ.
- الضربة الساحقة بالخداع .(**علي مصطفى طه، 1999، ص.137**)

جدول رقم: (2) يوضح الاختلاف بين أنواع الهجوم الساحق

نوع الهجوم	اتجاه الجسم	حركة القدمين	القفز	حركة الذراعين والتنفيذ	حركة القدمين والتنفيذ
1- الهجوم العالي	مواجهة الشبكة	للأمام أو بزاوية على الشبكة	للأعلى وبالرجلين	مرجحتهما أماما عاليا خلفا من الأعلى والذراع ممدودة	على القدمين مع ثني الرجلين قليلا
الهجوم بالدوران	بزاوية حادة	سريعة وبزاوية حادة على الشبكة	برجل واحدة أو بالرجلين	حركة دائرية أسفل جانبا وضرب الكرة من الزاوية الخارجية	على القدمين أو على قدم واحدة
الهجوم السريع	مواجهة الشبكة	سريعة وللأمام وبزاوية حادة على الشبكة	بالرجلين وإلى الأعلى	مرجحتهما أماما عاليا خلفا مع ضرب الكره من الأعلى والذراع ممدودة	على القدمين مع ثني قليل بالرجلين
الهجوم بالرسغ	مواجهة الشبكة	سريعة وللإمام أو بزاوية على الشبكة	بالرجلين وإلى الأعلى	إيقاف الضرب وتمرير الكرة بالأصابع	على القدمين مع ثني قليل بالرجلين
الهجوم بالخداع	مواجهة الشبكة	سريعة وللإمام أو بزاوية على الشبكة	بالرجلين وإلى الأعلى	إيقاف الضرب وتمرير الكرة بالأصابع	على القدمين مع ثني قليل بالرجلين
الهجوم الجانبي	موازي للشبكة	الخطوات موازية للشبكة	برجل واحدة أو بالرجلين وجانبا للشبكة	حركة دائرية أسفل جانبا أعلى مع ضرب الكرة واليد مفتوحة	على القدمين مع ثني قليل بالرجلين

(سعد حماد الجميلي ،2007، ص ص. 105 –106)

3-5-4- الصـــد :

هو عملية يقوم بها لاعب أو إثنان او ثلاثة لاعبين معا من المنطقة الأمامية مواجها للشبكة أو قريبا منها، وذلك بالوثب الأعلى مع مد الذراع أو الذراعين للاعتراض الكرة المضروبة من ملعب الفريق المنافس فوق الحافة العليا للشبكة.

3-5-4-1- أهميته :

- يعتبر الصد من المهارات الأساسية في عملية الدفاع عن منطقة اللعب الخاصة به في الملعب .

- إحباط عزم الفريق المنافس .

- امتصاص قوة الضربة الساحقة .

- يستخدم كمهارة هجومية ضد الفريق المنافس.(**علي مصطفى طه،1999 ، ص.137**)

3-5-4-2- أنواع حائط الصـــد :

- **الصد الهجومي للكرة:** وذالك بالتوجه مباشرة نحو الخصم .

- **الصد الدفاعي للكرة:** تصد من طرف اللاعبين لكي تبقي في منطقة الخصم.

- **الصد الفردي:** يتصدي لاعب فقط للهجوم.

- **الصد الجماعي بواسطة لاعبين أو ثلاثة:** يتصدون مع بعضهم للكرة أثناء الهجوم .

(**حمدي عبد المنعم، 1986 ، ص.51**)

3– 6– تصحيح أخطاء المهارات الأساسية في الكرة الطّائرة:

الجدول رقم :(3) يوضح تصحيح أخطاء المهارات الأساسية في الكرة الطائرة .

المهارة	الأخطاء الشائعة	النتائج المتوقعة	التصحيح
الإرسال	الفشل في توجيه الكرة للمكان الصحيح	لمس الكرة للشبكة أو خروجها خارج الملعب	–لمس الكرة أسفل منتصفها قرب نهاية مرجحة الذراع أماما، مرجحة الذراع خلفا جيدا قبل المرجحة الأمامية مع إعطاء القوة للكرة.
الإرسال من الأعلى	– الفشل في رفع الكرة من اليد – قذف غير مناسب للكرة من حيث الإرتفاع – قذف الكرة بعيدا عن الجسم – رد الذّراع عند مرجعيته خلفا أثناء التّمهيد للحركة – مرجحة الذّراع للخارج – ملاقاة الكرة من أسفل عند ضربها	– خطأ قانوني يفقد الإرسال – ضرب الكرة في مستوى منخفض و ملامستها للشّبكة – ضرب الكرة للأسفل وعدم إمكان عبورها الشّبكة – طيران ضعيف للكرة – طيران الكرة خارج الحدود طيران الكرة للأعلى وعبورها الشّبكة	– ترفع الكرة في الهواء قبل ضربها باليد الضاربة – قذف الكرة في اتجاه فوق كتف الذراع الضاربة – قذف الكرة أمام الجسم مباشرة للأعلى بحيث يكون اتجاه طرفيها فوق كتف الذراع الضاربة – ثني المرفق قبل الضّرب بحيث تكون حافة الإبهام عند الأذن تقريبا – تأرجح الذّراع بجوار الجسم – تصاحب اليد الكرة أسفل خلف أعلى أماما أثناء ضربها
الإعداد أو التّمرير من أعلى	– الفشل في ملامسة الكرة بأطراف الأصابع – حمل الكرة لحظة اللعب – إعادة الكرة للمنافس من اللمسة الأولى	– فقد التّحكّم في الكرة – خطأ مسك الكرة و فقد الإرسال أو فقد نقطة – فقد فرصة ضربة ساحقة بالكرة	– لمس الكرة بأطراف الأصابع مع ثني أصابع اليدين قليلا – لمس الكرة لمسا سريعا حادّا و تجنّب سحب الكرة عند ملامستها بالأصابع – رمي الكرة عاليا في الهواء و قريبة من الشبكة
التّمرير من أسفل	– الفشل في توجيه الكرة للمكان الصّحيح	– لمس الكرة بالشبكة أو خروج الكرة خارج الملعب	– تثبيت وضع زاوية الذّراعين بالنّسبة للجسم لحظة لعب الكرة – تثبيت الأذرع مفرودة بدون اشتراك فعلي في الحركة مع فرد الجذع و الركبتين فقط مراعيا المرونة عند استلام الإرسال
الضّربة السّاحقة	– الفشل في ضرب الكرة من قمتها – الإندفاع في خطوات الإقتراب أماما – القدمان مضمومتان عند الإرتقاء للوثب	– وصول الكرة عالية للمنافس و ضعف قوة الضّربة السّاحقة – لمس الشّبكة أو تعدية خط المنتصف – عدم الإتزان في الهواء	– الوثب عاليا بدرجة كافية حتى تلامس اليد الكرة – اتساع خطوة الإقتراب الثانية تكون مع ثني الركبتين جيدا للأسفل أو وقوع ثقل الجسم خلف عقبي القدمين – وضع القدمين يكون مفتوحا باتّساع الكتفين

(الموسوعة الرياضية: ص. 46)

3-7- الصفات البدنية الخاصة بالكرة الطائرة :

1- **الرشاقة :**

هناك معاني كثيرة حول مفهوم الرشاقة وتحديد مفهوم الرشاقة نظرا لارتباطها الوثيق بالصفات البدنية من جهة والتقنيات من جهة أخرى، تعرف بأنها قدرة الفرد على تغير أوضاعه في الهواء ،كما تتضمن أيضا عناصر تغير الاتجاه، وهو عامل هام في معظم الرياضات لإضافة عنصر السرعة.(**قاسم حسن حسين ، 1984،ص. 200**).

ويرى البعض أن الرشاقة هي القدرة علي التوافق الجيد للحركات التي يقوم بها الفرد سواء بكل أجزاء جسمه أو بجزء معين .

ويعتبر التعريف الذي قدمه "هوتز" من انسب التعاريف الحالية لمفهوم الرشاقة في عملية التدريب الرياضي إذ يرى أن الرشاقة هي :

- القدرة على إتقان التوافقات الحركية المعقدة .
- القدرة على سرعة وإتقان المهارات الحركية الرياضية.
- القدرة على سرعة تعديل الأداء الحركي بصورة تتناسب متطلبات مع المواقف المتغيرة.

(محمد حسن العلاوي ، 1994، ص. 110)

2- **السرعة :**

يفهم من السرعة كصفة حركية على أنها قدرة الإنسان على القيام بالحركات في اقصر وقت ممكن، وفي ظروف معينة ، ويفترض في هذه الحالة أن تنفيذ الحركات لا يستمر طويلا .

وتعني السرعة كذلك القدرة على أداء الحركات المتشابهة أو غير المتشابهة ،بصورة متتابعة وناجحة في اقل وقت ممكن ،وتتضح أهميتها في المباراة عند مفاجأة الخصم أو الفريق المنافس بالهجوم لإحداث تغيرات في دفاع الخصم من خلال سرعة أداء التمرين والتحرك ،وتغير المراكز ، وتعتبر السرعة بكل أنواعها من أهم مميزات لاعب الكرة الحديثة حيث تساهم في زيادة فعالية الخطط الهجومية .

3- **المرونة :**

يعرف زاسيورسكي" zaciorskiy " المرونة بكونها القدرة على أداء الحركات لمدى واسع ويتفق معه معظم العلماء .

وعن أهمية ومضمون المرونة في الكرة الطائرة يشير لاري كيش "larykich" إلى أنها احد مكونات الحالة البدنية للاعب كرة الطائرة حيث من ضمنها:

- قابلية العضلات والأربطة للإمتطاط.
- قابلية المفاصل للحركة .
- التناسق والارتخاء للتوتر العضلي .(**محمد صبحي حسانين، 1997، ص.147**)

4- التحمل :

قوة أو مقدرة الفرد على العمل لفترات طويلة وقدرته على مقاومة التعب والتغلب على المقاومة والضغط الخارجي دون هبوط مستوى الكفاءة والفعالية .(**أبو العلا عبد الفتاح ، 1997 ، ص. 35**)

إن الانتشار المستمر للعبة الكرة الطائرة والذي شمل جميع أنحاء العالم ليس من قبيل الصدفة، وليس أيضا من خلال المنافسات البراقة، وليس من خلال الترويج المقنع به، فهذا أمر وارد إلا أن اللعبة من بداية نشأتها وتطورها لازالت تحتفظ بخصائصها التي ميزتها كلعبة أولمبية نظرا لما تتمتع به من خصائص خاصة ميزتها عن مختلف الألعاب الجماعية الأخرى.

II. الدراسات السابقة:

1) دراسة: قارة سعد،أطروحة مقدمة لنيل شهادة الدكتوراه علوم في علم النفس تخصص علم النفس العيادي،2015 .

عنوان الدراسة: مصدر الضبط الصحي وعلاقته بكل من فعالية الذات وتقبل العلاج لدى المرضى المصابين بارتفاع ضغط الدم الأساسي.

الهدف العام للدراسة:

تهدف الدراسة إلى الكشف عن البعد السائد من أبعاد مصدر الضبط الصحي لدى العينة المتناولة بالدراسة، كما تهدف إلى دراسة العلاقات بين المتغيرات المتناولة بالدراسة، أي هل توجد علاقة أم لا توجد؟ بين

- مصدر الضبط الصحي الداخلي وفعالية الذات لدى المصابين بإرتفاع ضغط الدم الأساسي.
- مصدر الضبط الصحي لذوي النفوذ وفعالية الذات لدى المرضى المصابين بإرتفاع ضغط الدم الأساسي .
- مصدر الضبط الصحي للحظ وفعالية الذات لدى المرضى المصابين بإرتفاع ضغط الدم الأساسي .
- مصدر الضبط الصحي الداخلي وتقبل العلاج لدى المرضى المصابين بإرتفاع ضغط الدم الأساسي.
- مصدر الضبط الصحي لذوي النفوذ و تقبل العلاج لدى المرضى المصابين بإرتفاع ضغط الدم الأساسي.
- فعالية الذات و تقبل العلاج لدى المرضى المصابين بإرتفاع ضغط الدم الأساسي .

تساؤلات الدراسة:

- ما هو البعد السائد من أبعاد مصدر الضبط الصحي لدى المرضى المصابين بإرتفاع ضغط الدم الأساسي ؟

- هل توجد علاقة بين مصدر الضبط الصحي الداخلي وفعالية الذات لدى المرضى المصابين بإرتفاع ضغط الدم الأساسي؟

- هل توجد علاقة بين مصدر الضبط الصحي لذوي النفوذ وفعالية الذات لدى المرضى المصابين بإرتفاع ضغط الدم الأساسي ؟

- هل توجد علاقة بين مصدر الضبط الصحي للحظ وفعالية الذات لدى المرضى المصابين بإرتفاع ضغط الدم الأساسي ؟

- هل توجد علاقة بين مصدر الضبط الصحي الداخلي وتقبل العلاج لدى المرضى المصابين بإرتفاع ضغط الدم الأساسي ؟

- هل توجد علاقة بين مصدر الضبط الصحي لذوي النفوذ و تقبل العلاج لدى المرضى المصابين بإرتفاع ضغط الدم الأساسي ؟

- هل توجد علاقة بين مصدر الضبط الصحي للحظ و تقبل العلاج لدى المرضى المصابين بإرتفاع ضغط الدم الأساسي ؟

- هل توجد علاقة بين فعالية الذات و تقبل العلاج لدى المرضى المصابين بإرتفاع ضغط الدم الأساسي ؟

المنهج المتبع :

هو المنهج الوصفي

عينة الدراسة وطريقة اختيارها:

تم إختيار العينة من بعض العيادات الخاصة و المتخصصة في الأمراض الداخلية و أمراض القلب و الشرايين بالمسيلة، و مصلحة تصفية الكلى،طريقة الإختيار حكمتها طبيعة العينة المتناولة بالدراسة وهي عينة مرضية، فمن الغير الممكن الخروج عن إطار العينة الغرضية، أي العينة التي تلائم أغراض البحث، إذ تم إختيار المرضى بـ HTA إستنادا على المعلومات الطبية المتوفرة عن حالاتهم. وعددهم هو 123، عدد الذكور 55 و عدد الإناث 68 يتراوح سنهم ما بين 20- 79 سنة.

أما أساس الإختيار فهو: المرضى المصابون بإرتفاع ضغط الدم الأساسي الإنقباضي و الإنبساطي(**PAS et PAD**).

الأدوات المستخدمة:

تمثلت وسيلة جمع البيانات الخاصة بموضوع الدراسة في الإستبيان.

أهم النتائج:

- بعد ذوي النفوذ هو البعد السائد لدى عينة الدراسة ؟

- وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين مصدر الضبط الصحي الداخلي وفعالية الذات لدى المرضى المصابين بإرتفاع ضغط الدم الأساسي؟

- عدم وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين مصدر الضبط الصحي لذوي النفوذ وفعالية الذات لدى المرضى المصابين بإرتفاع ضغط الدم الأساسي ؟

- وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين مصدر الضبط الصحي للحظ وفعالية الذات لدى المرضى المصابين بإرتفاع ضغط الدم الأساسي ؟

- عدم وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين مصدر الضبط الصحي الداخلي وتقبل العلاج لدى المرضى المصابين بإرتفاع ضغط الدم الأساسي ؟

- عدم وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين مصدر الضبط الصحي لذوي النفوذ و تقبل العلاج لدى المرضى المصابين بإرتفاع ضغط الدم الأساسي ؟

- عدم وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين مصدر الضبط الصحي للحظ و تقبل العلاج لدى المرضى المصابين بإرتفاع ضغط الدم الأساسي ؟

- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين فعالية الذات و تقبل العلاج لدى المرضى المصابين بإرتفاع ضغط الدم الأساسي ؟

-الإقتراحات المتوصل اليها:

استنادا إلى نتائج الدراسة، يعرض الباحث جملة من التوصيات، موجهة إلى: الوزارة الوصية و الهيئات المسؤولة، الخلية الطبية، الطلبة، وإلى كل من له علاقة بموضوع الدراسة، كل حسب موقعه ومجال تدخله .

1- بالنسبة للوزارة الوصية و الهيئات المسؤولة:

- التحسيس و التوعية الصحية بأهمية المتغيرات المتناولة في الدراسة (مصدر اضبط الصحي، عالية الذات، تقبل العلاج) كمتغيرات لها أثرها على الصحة الجسمية للمريض المزمن، وذلك من خلال تنظيم دورات تكوينية لمتهني الصحة و العلاج تتناول هذه المتغيرات.

- إنشاء مركز وطني خاص بدراسة آليات التكفل النفسي و الإجتماعي بالمرضى المزمنين.

- إنشاء مراكز ومعاهد تعنى بالبحوث في مجالات الصحة وعلم النفس الصحي.

- الإستفادة من خبرات الدول المتقدمة في مجالي الصحة وعلم النفس الصحي، ومجال التكفل بالمرضى المزمنين.

- توظيف أخصائيين في علم نفس الصحة في المصالح المختلفة للأمراض المزمنة.

-خلق وظائف جديدة، كمختصين في المتابعة و التكفل بالمرضى المزمنين.

- تنظيم دورات تكوينية للمرضى المزمنين حول معرفة كيفية معالجتهم المعرفية لمرضهم المزمن، تتناول تعريفهم بـ (مصدر الضبط الصحي، فعالية الذات، تقبل العلاج)، و محاولة تعديل أو تغير سلوكاتهم الغير صحية إلى سلوكات صحية و ذلك من خلال تعديل أو تغير المفاهيم التالية: (مصدر الضبط الصحي، فعالية الذات، تقبل العلاج).

2- بالنسبة للخلية الطبية :

- الإستفادة من إسهامات علم نفس الصحة في الممارسة العيادية.

- التكلم عن مشاكل المريض التي تواجهه في تقبل العلاج في كل فحص.

- إشراك المريض في كل عملية فحص وعلاج.

- التفاوض مع المريض حول طبيعة الخطة العلاجية التي سيتبعها ومدى ملائمتها له.

- تفهم الحالة النفسية للمريض خاصة المريض صاحب المرض المزمن، و معاملته حسب الحالة.

- الأخذ بعين الإعتبار الأبعاد النفسية و الإجتماعية للمريض.

3- بالنسبة للطلبة:

- بالنسبة لطلبة الإختصاص، المساهمة في التكفل بالمرضى المزمنين من خلال إعداد دراسات و بحوث حول العوامل البيوبسيكوسوسلوجية المساهمة في الصحة و المرض.

- المطالعة الدائمة ومواكبة الدراسات و البحوث الجديدة.

2) **دراسة بوالليف أمال**، مذكرة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس التربوي، 2009 .

عنوان الدراسة: مركز الضبط وعلاقته بالتفوق الدراسي الجامعي .

الهدف العام للدراسة:

تهدف هذه الدراسة إلى معرفة مدى الدلالة الإحصائية للعلاقة بين مركز الضبط والتفوق الدراسي الجامعي من خلال المقارنة بين عينتين مختلفتين (طلبة العلوم الاجتماعية، وطلبة العلوم الطبية)

تساؤلات الدراسة :

- هل توجد علاقة بين مركز الضبط والتفوق الدراسي الجامعي؟.
- هل توجد علاقة بين مركز الضبط والتخصص الجامعي؟
- هل توجد علاقة بين مركز الضبط وبعض الخصائص المتعلقة بالفرد (الجنس، المستوى الثقافي للوالدين، ومكان الإقامة)؟

المنهج المتبع :

هو المنهج الوصفي

عينة الدراسة وطريقة اختيارها :

قد تم اختيار عينة تتكون من 180طالب وطالبة 70من العلوم الاجتماعية و 110من العلوم الطبية، وتم اختيارها عشوائيا.

الأدوات المستخدمة:

تمثلت وسيلة جمع البيانات الخاصة بموضوع الدراسة أساسا في اختيار مركز الضبط **لروتر**.

أهم النتائج:

- توجد علاقة دالة إحصائية بين مركز الضبط والتفوق الدراسي الجامعي.
- يختلف مركز الضبط إختلافا دالا حسب إختلاف التخصص الجامعي (بين طلبة العلوم الاجتماعية والطبية...)، بحيث أن طلبة العلوم الطبية يميلون أكثر إلى الضبط الداخلي.
- لا توجد علاقة دالة بين مركز الضبط وبعض المتغيرات المتعلقة بالأفراد، كالجنس، المستوى الثقافي للوالدين، ومكان الإقامة.

الإقتراحات المتوصل إليها:

تقترح الباحثة **إتمام** مثل هذه الدراسات في أطروحة الدكتوراه على أن يأخذ منحنى آخر يقوم على صياغة برامج تنمية الضبط الداخلي، ليكون الموضوع كالتالي :

- اقتراح برنامج تعليمي تكميلي، لبناء وجهة الضبط الداخلي لدى تلاميذ الطور الابتدائي.

النتائج التي توصلت إليها الباحثة حسب رأينا منطقية أيضا، وهذا على اعتبار أن مركز الضبط ،ومن خلال العديد من القراءات النظرية يرجع ويرتبط في العديد من المرات بذات الفرد وطريقة تفكيره، وكيفية فهمه للأشياء ما هي؟ وما أسبابها؟

3) **دراسة: سعيد بن علي بايزيد بادبيان،** دراسة مكملة لمتطلبات الحصول على درجة الماجيستير تخصص الإرشاد النفسي، 1999 .

عنوان الدراسة:وجهة الضبط الداخلي- الخارجي لدى المتفوقين و المتأخرين دراسيا بالمرحلة الثانوية بمدينة مكة المكرمة.

الهدف العام للدراسة:

- التعرف على مدى الفروق في وجهة الضبط الداخلي – الخارجي لدى المتفوقين و المتأخرين دراسيا.
- التعرف على مدى الفروق في وجهة الضبط الداخلي لدى المتفوقين و المتأخرين دراسيا.
- التعرف على مدى الفروق في وجهة الضبط الخارجي لدى المتفوقين و المتأخرين دراسيا.

تساؤولات الدراسة:

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في وجهة الضبط الداخلي-الخارجي لدى المتفوقين والمتأخرين دراسيا ؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في وجهة الضبط الداخلي لدى المتفوقين والمتأخرين دراسيا ؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في وجهة الضبط الخارجي لدى المتفوقين والمتأخرين دراسيا ؟

المنهج المتبع :

هو المنهج الوصفي

عينة الدراسة:

شملت عينة الدراسة 280 طالبا من طلاب المرحلة الثانوية بمدينة مكة المكرمة بواقع 140 طالب متفوق مقابل 140 متأخر دراسيا.

الأدوات المستخدمة:

مقياس وجهة الضبط لروتر، وترجمته إلى اللغة العربية (ابن سيديا ،1986م)،ثم قام بتعديل فقراته (اللهيبي)،1995م.

أهم النتائج:

– عدم وجود اختلاف في وجهة الضبط بين عينة المتفوقين والمتأخرين دراسيا .

– عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة الدراسة المتفوقين وبين متوسط درجات أفراد عينة الدراسة المتأخرين في وجهة الضبط الداخلي .

– عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة الدراسة المتفوقين وبين متوسط درجات أفراد عينة الدراسة المتأخرين في وجهة الضبط الخارجي.

الإقتراحات المتوصل إليها:

– يجب على الجهات والمؤسسات التعليمية الاهتمام بهذا الجانب من متغيرات الشخصية لما له من أهمية في تحديد مسار السلوك والتنبؤ به .

– يجب على المرشدين والمدرسين داخل المدرسة الأخذ بعين الاعتبار أهمية قياس وجهة الضبط لدى التلاميذ ،ومحاولة التعرف على عوامل الغزو التي يتجه إليها التلاميذ .

– يجب التأكيد على أهمية تكوين وجهة الضبط الداخلية و مدى تأثيرها على التحصيل الدراسي.

– العمل على زيادة كفاءة الوجهة الداخلية للضبط عبر مراحل النمو المختلفة .

الفصل الثاني :

الإطار العام للدراسة

I. الكلمات الدالة في الدراسة :

1) مصادر الضبط (التحكم):

1-1- التعريف اللغوي :

يشير الضبط لغة إلى النشاط المسؤول عن تخطيط التغييرات لاستخدام الموارد بالشكل الأمثل . و الضبط يمثل جزءاً من إدارة الأداء ، و الذي يشتمل أيضاً على مراقبة الأداء و تنفيذ التغييرات الضرورية.

1-2- التعريف الاصطلاحي :

وجد علماء النفس صعوبة في تحديد معنى أو مفهوم واضح ومحدد لمصطلح مركز التحكم أو مركز الضبط، وعلى الرغم من ذلك فإن الأساس الذي بنيت عليه دراسة مركز التحكم يرجع في أساسه، إلى التعريف الذي وضعه جوليان روتر Rotter 1966 ، وهو يعد التعريف الأكثر شيوعاً وشمولاً حتى الآن وبنيت عليه جميع التعريفات ، وتشير " جوليان روتر " Julian Rotter , 1966 إلى أن مفهوم وجهة الضبط، بأنه عندما يدرك الفرد أن التدعيم أو التعزيز الذي يكون نتيجة أفعاله وتصرفاته تتحكم فيها قوى خارجية مثل الحظ والصدفة والقدر، أو تحت سيطرة الآخرين ذو السلطة ، وأن هذه الأفعال والتصرفات لا تعتمد على سلوكه وأدائه تماماً، وعندما يفسر الفرد الحدث بهذه الطريقة فهو يكون ذو اعتقاد خارجي الضبط، أما إذا أدرك الفرد أن الحدث يقع مرتبطاً مع سلوكه الشخصي أو خصائصه الدائمة نسبياً، فهذا الشخص ذو اعتقاد في الضبط الخارجي.

أما تيفورد (1981) Teford، يرى أن الناس ينسبون نجاحهم الشخصي إلى القدرة والجهد وعوامل داخلية، بينما يلقون بفشلهم على الحظ السيئ أو ظروف خارجية لا يتحكمون فيها.

في حين يميلون إلى عزو وفشل الآخرين إلى تصرفاتهم المتأصلة فيهم (عوامل داخلية) ويعزون نجاح الآخرين إلى الحظ والصدفة أو على ظروف خارجية ملائمة.(**بشير معمرية، 2009، ص. 10**)

1-3- التعريف الإجرائي :

مركز الضبط :درجة أداء اللاعبين على مقياس مركز الضبط الداخلي- الخارجي لروتر، وهو نوعان:

أ -الضبط الداخلي :حصول الفرد على أداء درجات منخفضة على مقياس روتر للضبط؛ أي ما بين صفر إلى ستة درجات.

ب -الضبط الخارجي :حصول الفرد على درجات مرتفعة على مقياس روتر للضبط ؛ أي ما بين عشر درجات وثلاث وعشرين درجة.

2) الأداء المهاري :

2-1- التعريف اللغوي :

الأداء: هو مقياس لما تم إنجازه أو تقديمه بواسطة نظام ، أو شخص ، أو فريق ، أو عملية ، أو خدمة

المهاري :مَهارة: (اسم) مصدرها: مَهَرَ.

وهي القدرة على أداء عمل بحذق وبراعة مهارة يدويَّة.

2-2- التعريف الاصطلاحي :

الأداء المهاري نظام خاص لحركات تؤدى في نفس الوقت و حركات تؤدى بالتوالي ، و يقوم هذا النظام بالتنظيم الفعلي للتأثيرات المتبادلة للقوة الداخلية و الخارجية و المؤثرة في الفرد الرياضي بهدف استغلالها الكامل و بفعالية لتحقيق أحسن النتائج الرياضية ، و هو مستوى اللاعبين و مدى إتقانهم للمهارات التي تتضمنها اللعبة.

(وجدي مصطفي الفاتح، محمد لطفي السيد،2001، ص. 374)

2-3- التعريف الإجرائي :

وهو القدرة على إتقان وتنفيذ اللاعب مجموعة من الحركات الرياضية بإنسيابية وسهولة تامة، يكتسبها من خلال حبه للعبة والرغبة فيها، ويسعى إلى تطويرها من خلال وضع برامج تدريبية، بالإضافة إلى الوسائل المساعدة كالمدربين و الأجهزة و غيرها من العوامل المساعدة، بغرض تحقيق أفضل النتائج و الوصل إلى أعلى المستويات التي يرغب بها .

3) الكرة الطائرة :

3-1- التعريف اللغوي :

هي عبارة عن لعبة جماعية تلعب بواسطة كرة مصنوعة من عدة مواد خاصة ،و تمارس في فضاء الملعب .

3-2- التعريف الاصطلاحي :

الكرة الطائرة رياضة جماعية يتقابل فيها فريقين فوق الميدان الذي يبلغ 18متر وعرضه9متر تقسمه الشبكة إلي جزئين متساويين وارتفاع الشبكة هو2.43متر للذكور و2.33متر للإناث والهدف من هذه هو محاولة إسقاط الكرة في جهة الخصم وتفادي سقوطها في الجزء الخاص به ،وتتحرك الكرة فوق الشبكة ببدء اللعب عن طريق اللاعب الخلفي حيث يبدأ بضرب الكرة وذلك بالإرسال ولكل فريق الحق في لمس الكرة ثلاث مرات دون حساب لمسة الصد إن وجدت ولا يمكن للاعب واحد لمس الكرة مرتين متتاليتين ويستمر اللعب حتى تلامس الكرة الأرض أو عدم تحقيق إرسال صحيح.

(القانون الدولي للكرة الطائرة ، 2000).

3-3- التعريف الإجرائي :

الكرة الطائرة إحدى العاب الكرة بصفة خاصة والألعاب الجماعية بصفة عامة فهي من الألعاب الراقية التي تمارس في المقابلات الدولية و الاولمبية و الوطنية و تمارس ب06 لاعبين في الملعب.

2-إشكالية الدراسة :

تشير العديد من الدراسات منها (دراسة حبيب جابر حول اثر الوحدات التدريبية مقترحة في تنمية صفة المقاومة لتحسين الأداء الهجومي لدى لاعبي كرة الطائرة و التي أجريت سنة 2015)، إلى معانات الرياضيين لاسيما رياضيي كرة الطائرة، التي تعتمد علي القدرات العقلية بقدر ما تعتمد علي التكوين البدني، ففي كل الحركات نجد أن اللاعب يفكر و

يوافق بين جهازه العصبي والعضلي، ويعرف كيف يحلل مواقف اللعب ،متى يسرع ومتى يبطئ، وأين يتم تغير اللاعبين لمراكزهم، ومتى وكيف يتم لعب الكرة المرتدة، من الشبكة في الوقت المناسب هذا ما يسمى بالأداء المهاري.

(**حبيب جابر، 2015، ص. 3**)

والأداء المهاري يتضمن التفاعل بين عمليات معرفية وعمليات إدراكية، وجدانية لتحقيق التكامل في الأداء و تحقيق نتائج ايجابية لصالح الفريق من خلال عملية إتقان وإنجاح طريقة اللعب بدرجة عالية، مما يؤدى إلى إرباك فريق الخصم وعدم قدرته على السيطرة على مجريات اللعب والأداء، وبالتالي يستطيع الفريق الذي يتحكم في أدائه، السيطرة الميدانية بفضل المهارات العالية التي يكتسبها اللاعبون، ويجعلهم يتحكمون في زمام الأمور، وذلك بالتواجد في أماكن ومواقف جيدة تسهل له القدرة على القيام بالواجب الدفاعي والهجومي على أكمل وجه، وذلك كله بعكس الفريق الذي يفتقد لاعبيه إلى الأداء المهاري، الذي يصعب لهم متابعة و التحكم في مجاريات المباrayات والسيطرة عليها على أكمل وجه.

ويستخدم مصطلح الأداء بنفس المعنى والمفهوم حيث يطلق عليه مصطلح الأداء الأقصىً ويستعمل بشكل واسع لتعبير عن المهارات التي يمكن رؤيتها وملاحظتها في جميع المجالات منها المجال النفسي الحركي والتي تتطلب تذكر المعلومات وإظهار القدرات والمهارات (**قاسم حسن حسين 1998 ، ص 41-42**)

ونشير في هذه الحالة، إلى اللاعبين الذين تواجههم مشكلات عديدة واضطرابات نفسية، ما يترتب عليها توتر يؤدي إلى حدوث أزمات نفسية تؤثر على آدائهم مستقبلا في مجالهم الرياضي، و تحد من نمو و تطور مواهبهم، و على رأس هذه المشكلات ما يواجهها الرياضيون من جهة المصادر، التي تتحكم في أدائهم الرياضي على وجه عام ومصادر التحكم بفرعيه الداخلي والخارجي على وجه خاص.

حيث أشير في دراسة جن(Chen,2007) التي هدفت إلى معرفة تأثير مركز الضبط على ردود الأفعال النفسية للتغيير؛ وذلك بفحص العلاقة بين مركز الضبط، ومكونات الالتزام الوظيفي بالتغيير، بلغت عينة الدراسة (215) فردا من الموظفين الفنيين وقد دلت النتائج على التزام عال بالتغيير لذوي الضبط الداخلي أكثر من ذوي الضبط الخارجي.

(**محمد سليمان بني خالد، 2009، ص. 495**)

كما انبثقت مشكلة الدراسة من حقيقة ارتباط وتأثير مصدر الضبط بالعديد من المتغيرات النفسية، والتربوية، والديموغرافية: كالتحصيل المدرسي، والأكاديمي، والقلق، ومفهوم الذات والجنس؛ وقد أكدت الكثير من الدراسات وجود ارتباط بين مصدر الضبط والتحصيل الأكاديمي كدراسة **جبريل 1996، ص، (378-352)**

ومع أن الدراسات سواء أكانت الأجنبية، أم العربية قد أفاضت في تحديد العلاقة بين مركز الضبط والمتغيرات المرتبطة به إلا أن هناك ندرة في الدراسات-وخاصة في الدراسات العربية- التي حاولت معرفة علاقته بمستوى التحصيل الأكاديمي مع الأخذ بعين الاعتبار مجموعة من المتغيرات الأخرى كالجنس، والمستوى الدراسي، إضافة إلى أن التحصيل الأكاديمي لطلبة الجامعات في حالة من الضعف والانحدار؛ ولعل من الأسباب لذلك مركز الضبط الداخلي/ الخارجي لدى الطلبة، ويمكن معالجة ذلك بوسائل تعديل أنماط الشخصية، حيث توجد إمكانية لتعديل مركز الضبط لدى الأفراد.

(**محمد سليمان بني خالد، 2009، ص.497**)

و التحكم الداخلي يشير إلى امتلاك الرياضي (اللاعب) القدرة على التحكم في مهاراته الذاتية وإبرازها في الوقت والمكان المناسبين بانسيابية وثقة كاملة في آدائها ، أما بالنسبة للمصدر الخارجي فهو ما يتعلق بعدة عناصر نذكر منها توجيهات خارجية تكون على عاتق المدرب أو الزملاء أو عامل الحظ والصدفة والقدر.

كما أن نمو استعدادات اللاعب، تحتاج إلى قدر معقول امتلاكه لطاقات ومهارات ذاتية ومحاولته تنميتها و تطويرها ، كمطلب أساسي لتقدمه وفقا لما يتمتع به من إمكانات، و بناء على مواطن الحقيقية للقوة في شخصيته و طبقا لهذا المبدأ فان فرصة نجاح اللاعب و ثقته بنفسه و شعوره بالانجاز تزداد إذا و جد مساندة من قبل الغير كمدربيه و زملائه و أصدقائه و أسرته و .... .الخ .

ومن هنا نطرح تساؤلات الدراسة:

- ما هو البعد المهيمن لدى لاعبي كرة الطائرة؟
- هل توجد علاقة بين مصدر الضبط الداخلي وأداء مهارة الهجوم لدى لاعبي كرة الطائرة ؟
- هل توجد علاقة بين مصدر الضبط الخارجي وأداء مهارة الهجوم لدى لاعبي كرة الطائرة ؟

3- أهداف الدراسة :

- معرفة البعد المهيمن لدى لاعبي كرة الطائرة .
- معرفة العلاقة بين مصدر الضبط الداخلي وأداء مهارة الهجوم لدى لاعبي كرة الطائرة.
- معرفة العلاقة بين مصدر الضبط الخارجي وأداء مهارة الهجوم لدى لاعبي كرة الطائرة.

4- أهمية الدراسة :

- تبرز أهمية الدراسة من محاولتها معرفة علاقة مصادر الضبط بمستوى الأداء الهجومي لدى لاعبي كرة الطائرة بالإضافة إلى أهمية إعادة برمجة الشخصية للتعامل مع عوامل النجاح بفعالية وكفاءة؛ مما يقلل ما أمكن من عوامل الفشل والرسوب لدى اللاعبين. ذلك وقد ارتبط مفهوم مركز الضبط بمعظم المتغيرات النفسية والاجتماعية والتربوية لدى اللاعبين.
- الاهتمام بأداء المهارات الهجومية لدى لاعبي كرة الطائرة بغية تطويرها و بالتالي المساهمة في تطوير الرياضة الوطنية.
- الاهتمام بمصادر الضبط (التحكم) (الداخلي والخارجي) بالنسبة للاعبي كرة الطائرة في إبراز مواهبهم وأدائهم المهاري (مهارة الهجوم) .

5- فرضيات الدراسة :

- البعد المهيمن لدى لاعبي كرة الطائرة هو مصدر الضبط الخارجي.
- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين مصدر الضبط الداخلي وأداء مهارة الهجوم لدى لاعبي كرة الطائرة .
- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين مصدر الضبط الخارجي وأداء مهارة الهجوم لدى لاعبي كرة الطائرة .

الفصل الثالث :

الإجراءات الميدانية للدراسة

1- الدراسة الاستطلاعية :

لمعرفة مصادر التحكم (الضبط) و علاقتها بالأداء الهجومي لدى لاعبي كرة الطائرة ، و بعد تحديد تساؤلات البحث و وضع الفرضيات اللازمة للدراسة، قمنا بجمع المادة العلمية الضرورية، و نظرا لطبيعة الموضوع فقد تم الاعتماد في جمع المادة العلمية على مصدرين أساسيين :

أ- مصدر جمع المادة النظرية :

من اجل الإلمام بجميع جوانب الموضوع و المادة العلمية للجانب النظري ، تم الاعتماد على مصادر جمع المعلومات التالية :

- الكتب العلمية و المراجع.
- القاموس و المعجم.
- مذكرات التخرج.

ب- مصادر جمع البيانات الميدانية :

و تتمثل في الأدوات المستخدمة في الدراسة الميدانية و التطبيقية و المتمثلة في:

- مقياس الضبط لروتر .

- اختبار الأداء المهاري الهجومي في الكرة الطائرة .

2- المنهج المتبع في الدراسة :

المهمة التي يتبعها الباحث لحل مشكلته ويتم اختباره طبقاً لطبيعة المشكلة المراد دراستها إذ أن طبيعة المشكلة تحتم على الباحث استخدام المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية " لمعرفة مدى ارتباط متغيرين أو أكثر ، أو بمعنى آخر مدى الاتفاق بين المتغيرات في احد العوامل مع المتغيرات في عامل آخر " **(وجية محجوب، 2002، ص.287)**

➢ المنهج الوصفي:

يهتم المنهج الوصفي بتصوير الوضع الراهن وتحديد العلاقات التي توجد بين الظاهرات والاتجاهات التي تسير في طريق النمو أو التطور "(المنهج هو الطريق الذي من خلاله يتم التوصل إلى الحقيقة ، ويعدَّ المنهج من العوامل.

(ريسان خريبط مجيد،1987، ص. 82)

ويعرف المنهج الوصفي انه " المنهج الذي يهدف إلى جمع البيانات لمحاولة اختبار فروض أو الإجابة على تساؤلات تتعلق بالحالة الجارية أو الراهنة لأفراد عينة البحث "(**محمد حسن علاوي وأسامة راتب، 1999، ص. 139**)

3- مجتمع و عينة الدراسة :

أثناء اختيار عينات البحث لابد الأخذ بعين الاعتبار عاملان أساسيان هما أسلوب البحث و مجتمعه، و عليه فقد تم الاعتماد و التركيز في هدا البحث الميداني على معرفة الأسلوب و توضيحه بغية الوصول إلى معرفة العلاقة بين مصادر التحكم (الضبط) و علاقتها بالأداء الهجومي لدى لاعبي كرة الطائرة، لذلك تم تعيين مجتمع البحث طبقا لمتطلبات الدراسة و المبين في الجداول التالي:

الجدول رقم :(04) يمثل عينة اللاعبين لفرق بن سرور لكرة الطائرة :

العينة	الجنس	السن	متوسط مدة اللعب
36	ذكور	من :**15-18سنة**	**4** سنوات

- **المجال المكاني** : فرق كرة الطائرة لدائرة بن سرور.
- **المجال الزماني** : من 12مارس2016 إلى غاية :18 مارس 2016.

4- أدوات جمع البيانات المعلومات :

إن أدوات البحث هي الوسيلة التي من خلالها يمكن جمع المعلومات التي تتعلق بالبحث، و هذا يتطلب جمع أكثر حصيلة ممكنة من المعلومات و البيانات و كذالك التوصل إلى الحقائق الخاصة لهذه الدراسة الميدانية، و على هذا الأساس كان من الضروري الاعتماد على أكثر من أداة يتم ذكر الأساسي منها :

4-1- الأجهزة والأدوات المستعملة في البحث:

- ملعب قانوني للكرة الطائرة
- شبكة الكرة الطائرة بارتفاع (2.43 م)
- كرات كرة الطائرة وعددها (10)
- أقماع
- صفائح بلاستيكية

- حلقات
- حبل
- أعمدة
- شريط متري
- طبشور
- صافرة
- جهاز حاسوب من نوع Think Pad
- آلة حاسبة

4-2- الاختبارات المستخدمة في البحث:

1) المقياس :

يتمثل في وسيلة جمع البيانات الخاصة بموضوع دراستنا .

يعتبر مقياس الضبط الداخلي و الخارجي (I.E) هو آخر صورة لمحاولات عديدة قام بها روتر Rotter والعديد من الباحثين ، وكان المقصود من بناء المقياس هو بناء أداة سهلة التطبيق ويتكون مقياس روتر من 29 بند، كل بند يتضمن زوج (2) من العبارات (أ-ب) ، إحداهما تشير إلى الضبط الخارجي، و الثانية إلى الضبط الداخلي، وستة من هذه البنود حشو، الغرض منها إضفاء الغموض على العرض من المقياس،(أنظر الملحق)، وعلى المجيب أن يختار إحدى الإجابات، وتشير الدرجة المرتفعة على المقياس على التوجه الخارجي، وتتعامل بنود هذا المقياس مع اعتقاد المستجيب له عن طبيعة العالم، أي أن عبارات بنود المقياس، مهتم بتوقعات المفحوص عن الكيفية التي يتم بها التحكم في التدعيمات، وبناءا على ذلك، أعتبر مقياس مركز الضبط مقياسا للتوقع العام، وربما يرتبط هذا التوقع العام بالقيمة التي يوضعها المفحوص على الضبط، ولكن لا يوجد بالمقياس أي عبارة تتناول بشكل مباشر تفضيل للضبط الداخلي أو الضبط الخارجي :

طريقة التصحيح:

- الفقرات رقم: (1،8،14،19،24،27) فقرات تمويه، ولم تحسب لها أي علامة.

- الفقرات رقم: (2،6،7،9،16،17،18،20،21،23،25،29) تعطى درجة واحد (1) لكل فقرة عند الإجابة عليها بالرمز (أ)، وتعطى درجة صفر (0) عند الإجابة عليها بالرمز (ب) .

- الفقرات رقم: (26،28،3،4،5،10،11،12،13،15،22) تعطى درجة واحد (1) عند الإجابة عليها بالرمز (ب)، وتعطى درجة (0) عند الإجابة عليها بالرمز (أ).

ويصنف المستجيبون على هذا المقياس إلى فئتين:

- الأولى : من (0-8) درجات،هم ذوي مركز ضبط داخلي .

- الثانية من (9-23) هم من ذوي مركز ضبط خارجي. (**بوالليف أمال** ، **2010**، **ص**. **110.109**)

4-3- حساب الخصائص السيكوميترية للأداة :

✓ **حساب الصدق:**

بالإضافة إلى معاملات الصدق الجيدة، التي استخرجها واضع هذا المقياس فانه يتمتع بدلالة صدق موثوقة، عالميا وعربيا ، وهذا ما يفسره ارتفاع عدد الدراسات التي استخدمت هذا المقياس كأداة للتعرف على مركز الضبط في السنوات الأخيرة.

فعلى الصعيد العالم العربي فقد قامت دراسات (أبو ناهية ، 1986و، 1988 ، هدية، 1995 و فايد ، 1997) في مصر . ودراسات (برهوم ، 1979، يعقوب ومقابلة ، 1994، مقابلة، 1996) في الأردن . ودراسات (دروزة 1988و ، 1993جرادات ،1993، أبو ناهية ، 1994) في فلسطين . وقد توصلت هذه الدراسات إلى وجود معاملات صدق جيدة تراوحت بين (78، _ 67،) .

وقد استخدمت طرق مختلفة لذلك الغرض منها صدق المحكمين والصدق العاملي وصدق المحك والصدق التمييزي

✓ **حساب ثبات:**

تراوحت معاملات الثبات التي استخرجت لهذا المقياس في الدراسات والبحوث السابقة مابين (78، _ 62،) سواء بطريقة أعادة الاختبار او بالطريقة النصفية . (**زياد امين بركات، 2000، ص. 73**)

2) الإختبار :

يعتبر الإختبار من أهم الوسائل في البحث العلمي للحصول على المعلومات الصحيحة، كما أنه وسيلة يمكن بواسطتها الحصول على نتائج ودرجات من خلال القيام بإنجاز تمارين موضوعة لقياس الأداء أو المهارة ، مع الحساب في الأخير مجموع الدرجات و الذي يمثل الدرجة النهاية المتحصل عليه والتي من خلالها يقيم اللاعب .

تسمح هذه الطريقة باستخراج القيم النهائية (الدرجات النهائية) والتي تمثل مستوى الأداء و بالتالي تعطي واقعية حول موضوع البحث.

و تم استخدام أربعة اختبارات للأداء الهجومي للاعبي كرة الطائرة:

1- اختبارات الإرسال serving teste

تمهيد:

تستهدف هذه النوعية من الاختبارات تقويم وقياس مهارة الإرسال بجميع أنواعه، سواء كان من أسفل أو من أعلى، وذلك وفقا للأنواع المعروفة لمهارة الإرسال، وعلى المدرب أو المدرس أن يتخير من الاختبارات التالية لمهارة الإرسال ما يناسب لاعبيه، وذلك وفقا للمرحلة السنية والجنس (ذكور ، إناث) على أن يراعي درجة صعوبة الاختبار بالنسبة للاعبين، بحيث لا يمثل الاختبار المختار درجة عالية من الصعوبة، كما يجب أن يتأكد أنه – الاختبار – لا يمثل درجة عالية من السهولة أيضاً، هذا بالإضافة إلى ضرورة توافر شروط الاختبار الجيد من حيث الصدق والثبات والموضوعية .

(محمد محمود عبد الدايم، محمد صبحي حسانين، 1984)

وفيما يلي بعض نماذج الاختبارات مهارة الإرسال في الكرة الطائرة

- **اختبار الإرسال من أعلى أو من أسفل**
  - **الغرض من الاختبار:**

قياس مهارة الإرسال من أعلى أو من أسفل.

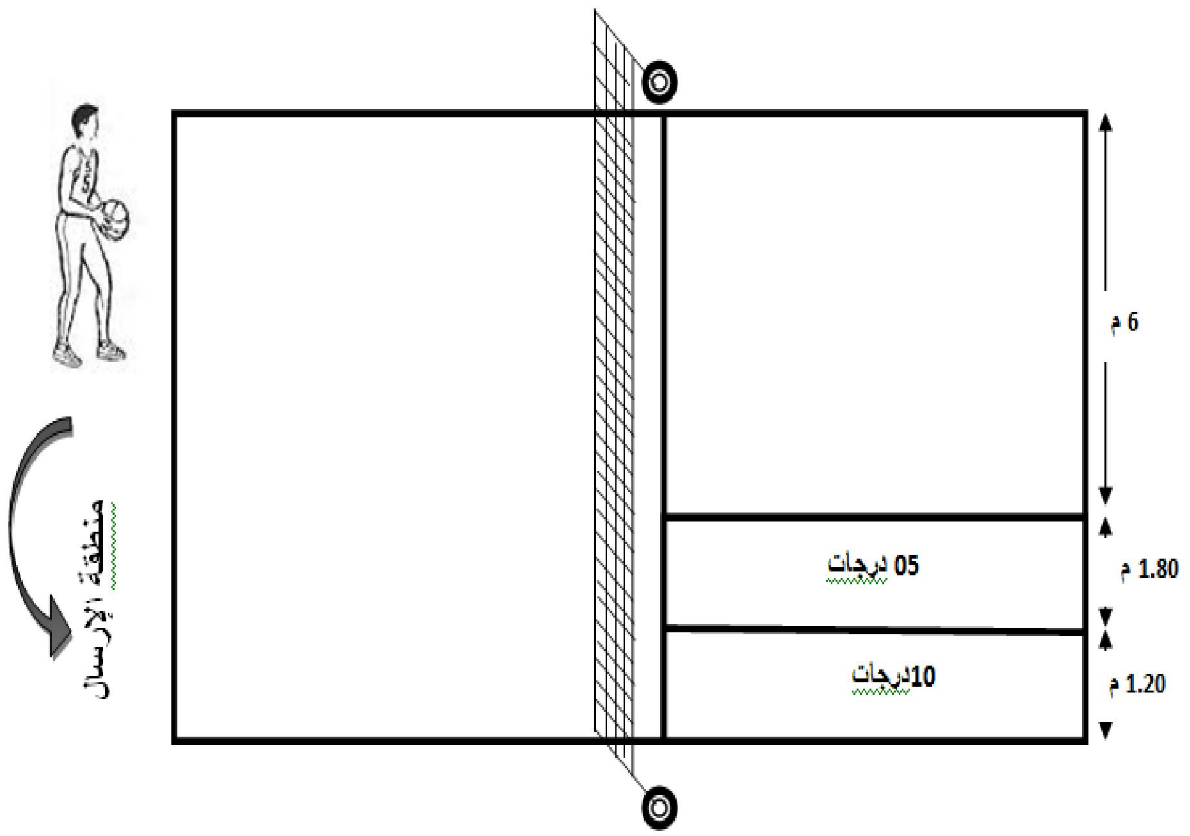
- **الأدوات:**

ملعب كرة الطائرة قانوني، عشر كرات طائرة، مقياس متري/قدم، شبكة .

تحدد منطقة الإرسال، وفي النصف الثاني من الملعب يرسم خطان موازيان لخط الجانب الأول على بعد أربعة أقدام من خط الجانب، والثاني على بعد ستة أقدام من الخط الأول (على بعد عشرة أقدام من الجانب).

يكتب في المستطيل الأول (أنظر الشكل رقم (7) رقم (10)، وفي المستطيل الثاني رقم (5)، وفي المستطيل الثالث رقم (1)، حيث تمثل هذه الأرقام درجات المختبر إذا سقطت الكرة في أي من هذه المناطق الثلاث.

(محمد صبحي حسنين حمدي عبد المنعم، 1997، ص ص.222-223)



الشكل رقم :(7) يوضح طريقة أداء اختبار مهارة الإرسال من أعلى أو من أسفل

- **مواصفات الأداء:**

يقف المختبر في منطقة الإرسال ويقوم بأداء مهارة الإرسال إلى نصف الملعب المقابل على أن تتخطى الكرة الشبكة (دون ملامستها) محاولا إسقاطها في المستطيل المكتوب فيه (10).

هذا ويجب ملاحظة أن هذا الاختبار يمكن استخدامه لقياس دقة مهارة الإرسال وذلك باستخدام أي نوع من أنواع الإرسال المعروفة سواء من أسفل أو من أعلى.

- **الشروط:**

- يتم الاتفاق مسبقا على نوع الإرسال المستخدم.
- لكل فرد عشر محاولات على الاختبار (متتالية)
- يحصل المختبر على (صفر) في حالة ملامسة الكرة للشبكة سواء سقطت داخل أو خارج الملعب، أو سقوطها خارج حدود الملعب دون ملامستها للشبكة أو في حالة أداء الإرسال بطريقة غير التي تم الاتفاق عليها.
- يجب أداء الإرسال من داخل منطقة الإرسال وخلف الخط الجانبي للملعب.

- **التسجيل:**

يحصل اللاعب على (10) درجات إذا سقطت الكرة في المنطقة المخصصة لذلك (المستطيل الأول المجاور لخط الجانب) وعلى (5) درجات إذا سقطت الكرة في المستطيل الثالث . وإذا سقطت الكرة على أحد الخطوط المنصفة للمستطيل داخل خطوط الملعب تعتبر داخل المقاييس المستهدفة.

الدرجة النهائية تمثل مجموع درجات المختبر في المحاولات العشر التي يقوم بها، أي أن الدرجة النهائية لهذا الاختبار هي (100) درجة.

- **المعايير والمستويات:**

الجدول رقم (5) يوضح المعايير والمستويات للجنسين على هذا الاختبار وهي تمثل مجموع النقاط في المحاولات العشر المخصصة لكل مختبر، حيث قسمت إلى ثلاثة مستويات هي: متوسط وجيد وممتاز.

جدول رقم : (5) يمثل معايير ومستويات اختبار الإرسال من أعلى أو أسفل

	متوسط	جيد	ممتاز
سيدات	49-30	69-50	100-70
رجال	69-45		100-85

(محمد صبحي حسنين حمدي عبد المنعم، ص.224)

2- اختبارات الإعداد

تمهيد:

تستهدف هذه النوعية من الاختبارات قياس وتقويم مهارة الإعداد ويرجع أهمية قياس هذه المهارة إلى أن نجاحها يتوقف عليه نجاح الضرب الساحق.

ويمكن القول أن مقدار نجاح الضرب الساحق يعتمد إلى حد كبير على مقدار الإعداد الجيد. وفيما يلي بعض نماذج هذه الاختبارات.

اختبارات الإعداد من أعلى بالأصابع:

- **الغرض من الاختبار:**

قياس استعداد المختبر في مهارة الإعداد القريب من الشبكة.

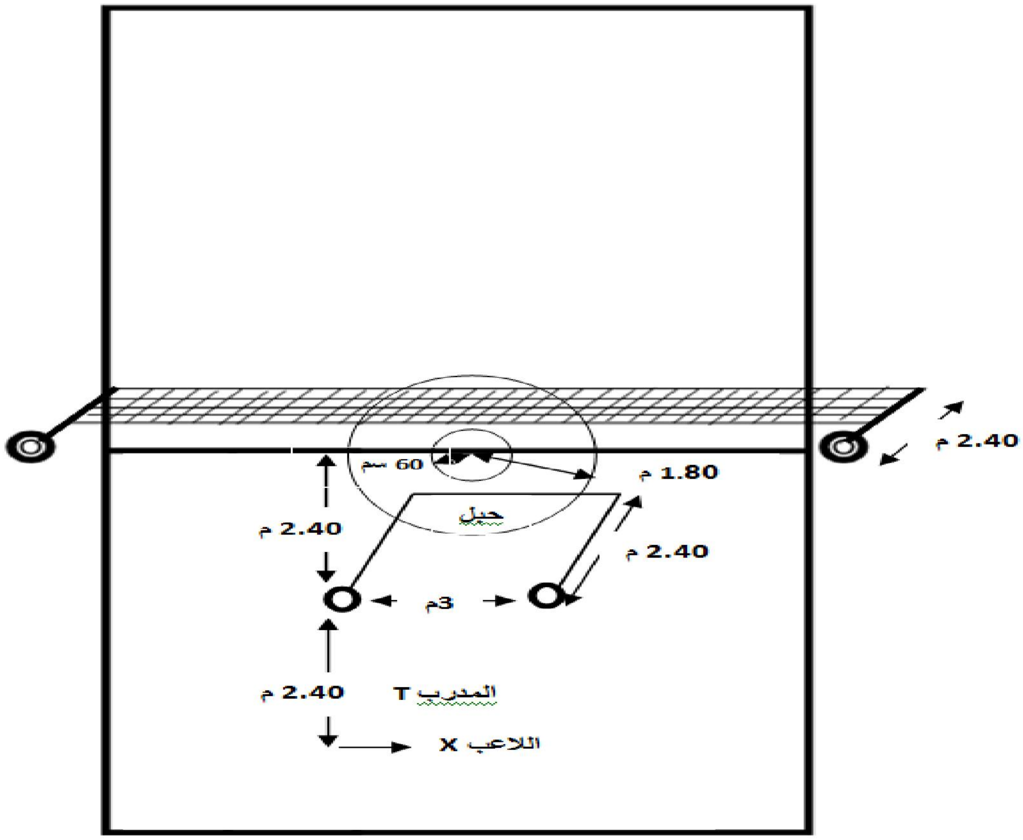
- **الأدوات:**

- ملعب الكرة الطائرة بشبكة ذات ارتفاع قانوني،كرات طائرة، قائما وثب عال بارتفاع 240 سم، حبل لا يقل طوله عن 3م.

- يرسم نصفي دائرتين مشتركتين في المركز (المركز في منتصف خط المنتصف) بحيث يكون نصف قطر الدائرة الكبيرة 180 سم، ونصف قطر الدائرة الداخلية 60سم انظر الشكل (08)

- ويوضع قائما الوثب العالي على خط واحد مواز للشبكة وعلى بعد 240 سم من خط المنتصف، والمسافة بين القائمين 3م. ويشد الحبل على القائمين بارتفاع 240 سم من الأرض.

- مكان وقوف المدرب (T) كما هو موضح بالشكل رقم (..) أمام القائمين وظهره جهة الشبكة، أما مكان وقوف المختبر (X) كما هو موضح بالشكل رقم (8) فيكون على بعد 480 سم من خط المنتصف وكذلك 240 سم من القائمين على أن يكون موجهاً للشبكة. (**محمد صبحي حسنين حمدي عبد المنعم، ص.236**)



الشكل رقم :(8) يوضح طريقة أداء إختبار مهارة الإعداد

- **مواصفات الأداء:**

- يقف المدرب (T) في المكان المحدد له أمام القائمين وإلى الجانب قليلاً ويكون ممسكا بالكرة، وعليه أن يرمي الكرة (بطريقة التصويب المتبعة في الكرة السلة) إلى اللاعب (X) الذي يكون واقفا في مكانه ومواجها للمدرب.

- عند وصول الكرة للاعب عليه أن يقوم بتمريرها من أعلى بالأصابع بحيث تمر الكرة فوق الحبل لتسقط في أحد نصفي الدائرتين (بين القائمين والشبكة).

- يكرر ذلك عشر مرات. (**محمد صبحي حسنين حمدي عبد المنعم، ص.237**)

- **الشروط:**

- يجب الالتزام بمواقع المدرب والمختبر طيلة المحاولات العشر.

- يجب أن يلتزم المختبر بنوع التمرير المطلوب خلال العشر محاولات (الأعلى بالأصابع).

- يجب أن تكون تمريرة المدرب إلى المختبر سليمة في جميع المحاولات، فإذا لم يكن الأمر كذلك تعاد المحاولة ولا تحسب من العشر محاولات المقررة للمختبر.

- يجب على المختبر تمرير الكرة من فوق الحبل (دون ملامسته) لتسقط داخل أحد نصفي الدائرتين.

- للمختبر عشر محاولات.

- **التسجيل:**

- أي خطأ من المختبر في الأداء تحسب المحاولة ويحصل فيها على صفر.

- يحصل المختبر على (10) درجات إذا كانت المحاولة صحيحة وسقطت الكرة داخل نصف الدائرة الصغرى.

- يحصل المختبر على (5) درجات إذا كانت المحاولة صحيحة وسقطت الكرة داخل نصف الدائرة الكبرى.

- يحصل المختبر على درجتين إذا كانت المحاولة صحيحة وسقطت الكرة خارج الدائرتين ولكن داخل نصف الملعب الذي يؤدي فيه الاختبار.

- فيما عدا ما سبق يحصل المختبر على صفر في المحاولة.

- الدرجة النهائية تمثل مجموع درجات المختبر على الاختبار في محاولاته العشر، أي أن الدرجة النهائية 100 درجة.

(محمد صبحي حسنين حمدي عبد المنعم، ص. 238)

- **المعايير والمستويات:**

جدول رقم (6) يوضح المعايير والمستويات المطلوبة للجنسين على هذا الاختبار، وهي تمثل مجموع النقاط من المحاولات العشر المخصصة لكل مختبر، حيث قسمت إلى ثلاثة مستويات هي: متوسط، جيد، ممتاز.

جدول رقم : (6) يمثل معايير ومستويات اختبار الإعداد من أعلى بالأصابع

	متوسط	جيد	ممتاز
سيدات	44-30	59-45	100-60
رجال	45-40	69-55	100-70

(محمد صبحي حسنين حمدي عبد المنعم، ص.239)

3- اختبار الضرب الساحق:

لا يمكن الجزم أن نتائج المحاولات الموضوعية التي تمت بغرض وضع اختبارات لقياس مهارة الضرب الساحق تتسم بالثبات، رغم كون هذه المهارة تعتبر من أهم مهارات الكرة الطائرة إن لم تكن أهمها على الإطلاق.

وقياس مهارة الضرب الساحق يعتمد إلى حد كبير على عدة عوامل ضرورية يجب توافرها مثل توافر لاعب يقوم بالإعداد بصورة جيدة وشبه موحدة لجميع اللاعبين المختبرين، فإذا لم يتوافر ذلك فإن الأمر يتطلب مساعد يقوم بضرب الكرة للاعبين المختبرين على أن يكون هذا من أسفل إلى أعلى لتصل الكرة إلى ارتفاع من 12 إلى 15 قدما فوق الشبكة وذلك بطريقة تسمح بأن يقوم المختبر بأداء الضرب الساحق.

(محمد صبحي حسنين حمدي عبد المنعم، ص.245)

ولتحقيق قياس موضوعي لهذه المهارة يلزم توافر النقاط التالية:

- زاوية مناسبة لسقوط الكرة في ملعب المنافس.

- أسلوب فني للأداء يعمل على ضرب الكرة لإنتاج حركة لولبيةOverspin .

- تولد سرعة انطلاقية مناسبة عند الضرب.

- مكان مناسب لسقوط الكرة في ملعب الخصم وعادة ما يكون:

أ- أسفل الخط down the line.

ب- في العمقdeep .

جـ- متقاطع مع الملعب cross court.

د- الأداء في ضوء قانون اللعبة. (**محمد صبحي حسنين حمدي عبد المنعم، ص. 246**)

- **الغرض من الاختبار:**

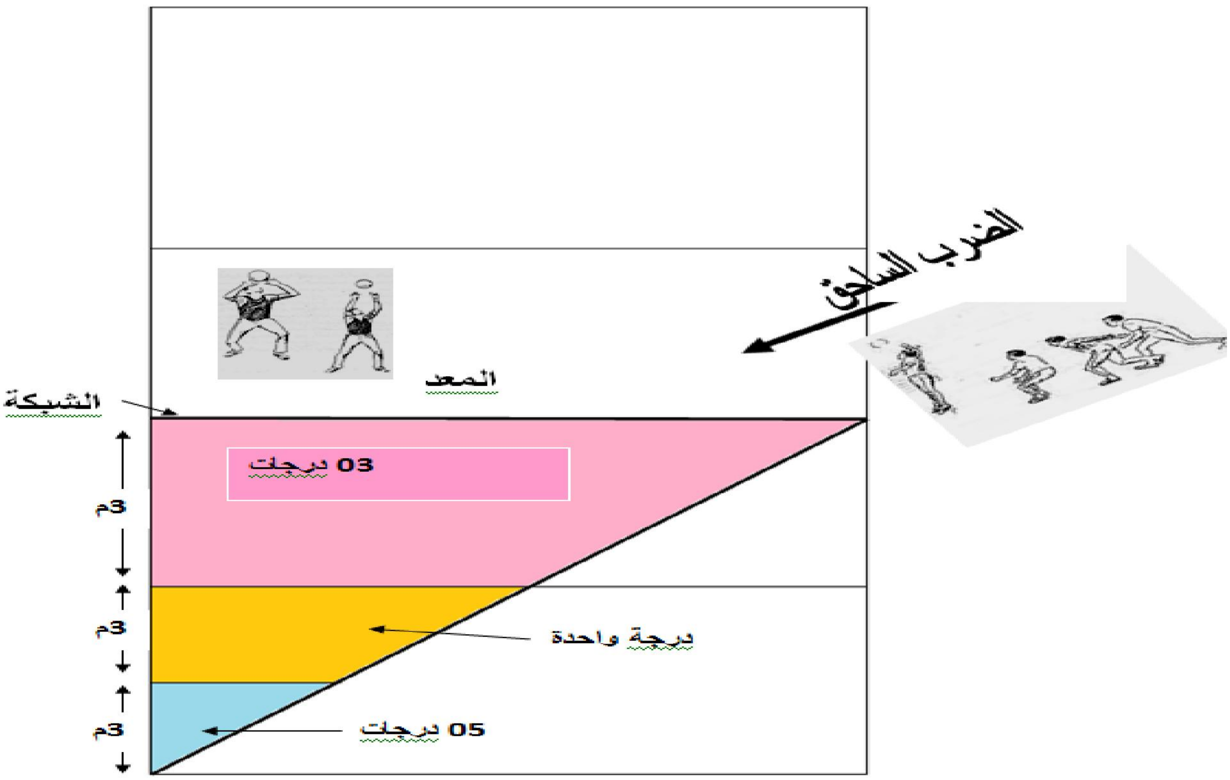
قياس دقة الضرب الساحق المستقيم في المثلث الداخلي من ملعب المنافس.

- **الأدوات:**

خمس كرات طائرة، يقسم الملعب كما هو موضح بالشكل رقم (9) بحيث يقسم الملعب إلى مثلثين (نصف الملعب المقابل) ثم يقسم المثلث الداخلي (جهة الشبكة) إلى ثلاث مناطق عرض كل منطقة 3م.

- **مواصفات الأداء:**

بعد الإعداد يقوم المختبر بالضرب الساحق المستقيم نحو المثلث الداخلي لجهة الشبكة.



الشكل رقم :(9) يوضح طريقة أداء اختبار مهارة الضرب الساحق

(محمد صبحي حسنين حمدي عبد المنعم، ص ص.247-248)

- **الشروط:**

- لكل مختبر خمس محاولات.

- يلزم أن يكون الإعداد جيد في كل محاولة.

- تحسب الدرجات وفقا لمكان سقوط الكرة كما يلي:

أ- في المنطقة الأولى (3) درجات.

ب- في المنطقة الثانية (1) درجة.

جـ- في المنطقة الثالثة (5) درجات.

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

- **التسجيل:**

يسجل للمختبر الدرجات التي حصل عليها في المحاولات الخمس، أي أن الدرجة النهائية لهذا الاختبار هي (25) درجة.

4- اختبارات الصد الهجومي:

تعتبر مهارة حائط الصد من المهارات الدفاعية والهجومية الهامة في الكرة الطائرة، كما أنها تعتبر خط الدفاع الأول من الفريق ضد الهجوم المنافس ويؤدى حائط الصد إما بلاعب واحد او بلاعبين أو بثلاثة لاعبين.. هذا ويجب مراعاة ما جاء في قانون اللعبة عن الشروط القانونية لأداء حائط الصد. وفيما يلي بعض نماذج اختبارات حائط الصد.

(محمد صبحي حسنين حمدي عبد المنعم، ص.249)

- **الغرض من الاختبار:**

قياس مهارة الصد ضد الضرب الساحق من الخصم.

- **الأدوات:**

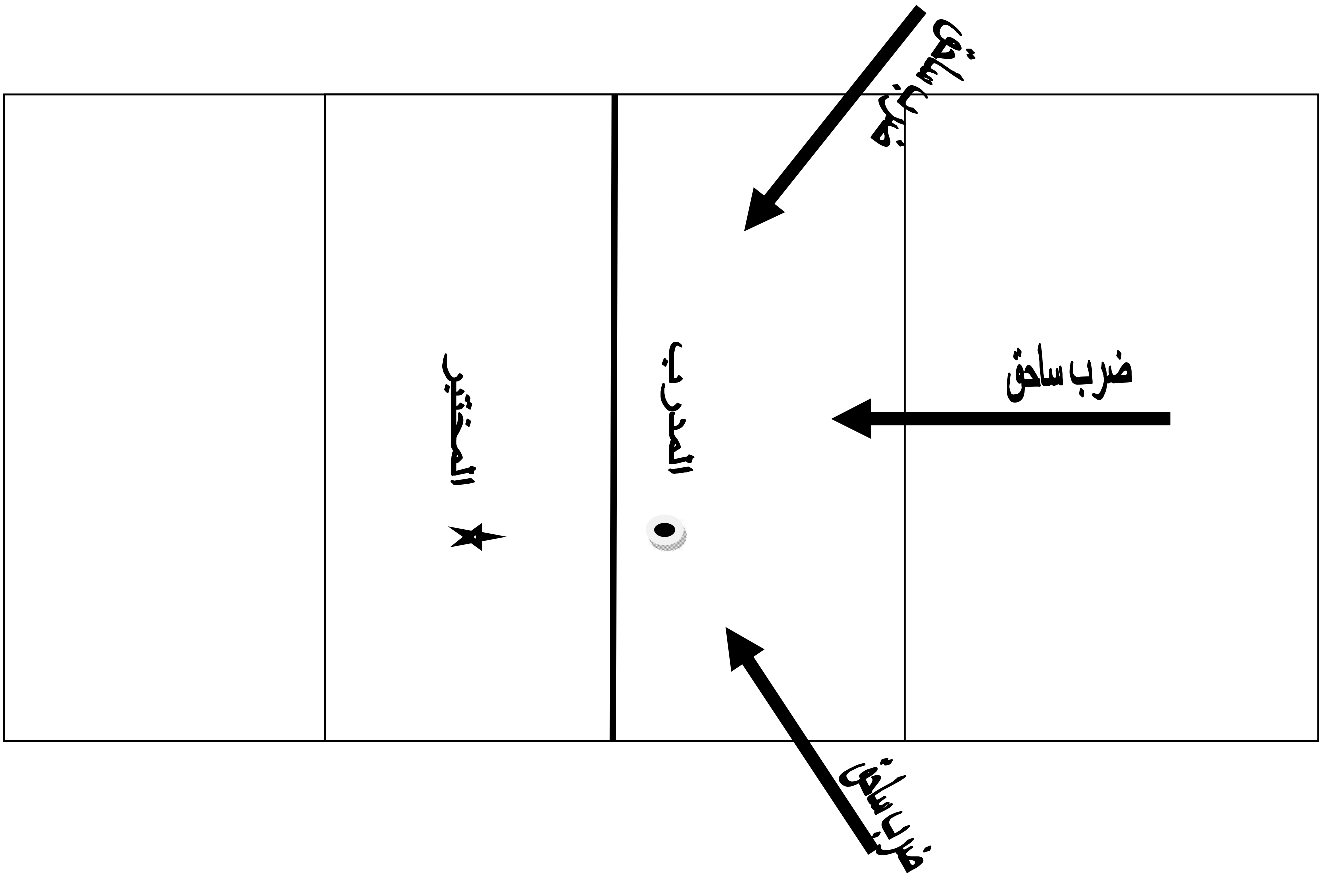
ملعب كرة طائرة قانوني، شبكة بارتفاع قانوني ويراعى فرق الارتفاع بالنسبة للإناث، خمس كرات طائرة.

- **مواصفات الأداء:**

يقف المختبر في منتصف احد نصفي الملعب، في النصف الآخر يتواجد احد اللاعبين المميزين في مهارة الضرب الساحق ومعه المدرب (ليقوم المدرب بإعداد الكرة برميها لأعلى وهو بجانب الشبكة).

على اللاعب أداء خمس مرات ضرب ساحق من المركز 2، ومثلها من المركز 3، ومثلها من المركز 4، وعلى المختبر أن يقوم بأداء الصد ضد الضرب الساحق الذي يقوم به اللاعب (انظر الشكل10)

(محمد صبحي حسنين حمدي عبد المنعم، ص.253)



الشكل رقم :(10) يوضح طريقة أداء اختبار مهارة الصدّ

- **الشروط:**

- تلغى أي محاولة يكون الضرب الساحق فيها غير مناسب.

- يراعى التسلسل السابق ذكره في مواصفات الأداء بالنسبة للضرب الساحق.

- يؤدي المختبر حائط الصد في ضوء الشروط القانونية له.

- تعطى راحة قدرها 30 ثا بين كل خمس محاولات (أي بعد الأداء في كل مركز من المراكز الثلاثة المحددة).

- أي أداء يخالف الشروط السابقة تلغى المحاولة.(**محمد صبحي حسنين حمدي عبد المنعم، ص. 254**)

- **التسجيل:**

يتم أداء كل محاولة (15 محاولة) وفقاً للشروط التالية:

- في حالة سقوط الكرة داخل ملعب المنافس (نصف الملعب المتواجد فيه المدرب واللاعب القائم بالضرب الساحق) بما لا يعطي فرصة للفريق المنافس لملاحقة الكرة يمنح المختبر ثلاث درجات. شريطة أن يكون أداء حائط الصد وفقاً للشروط القانونية له.

- في حالة سقوط الكرة داخل ملعب المختبر نفسه (نصف الملعب المتواجد فيه المختبر) بطريقة تمكن زملائه من متابعة اللعب يمنح المختبر درجتان.

- في حالة سقوط الكرة داخل ملعب المنافس بشكل يسمح للفريق المنافس من متابعة اللعب يمنح درجة واحدة.

- ما يخالف التوزيع السابق وشروطه يحصل المختبر على صفر.

في ضوء ما سبق يمنح المختبر مجموع الدرجات المخصصة له في المحاولات الخمس عشرة المصرح بأدائها في الاختبار. وبهذا يكون الحد الأقصى للدرجات على هذا الاختبار هي 45 درجة.

ملحوظة: يمكن تشكيل الاختبارات السابقة بحيث يتم حائط الصد بلاعبين بدلا من لاعب واحد، أو بثلاثة لاعبين يقومون معا بأداء حائط الصد. (**محمد صبحي حسنين حمدي عبد المنعم، ص.255**)

خلاصة:

لقد تطرقنا في هذا الفصل إلى كيفية القيام بإجراءات البحث الميدانية و التي اعتمدنا فيها على المنهج الوصفي مستعملين في ذالك إختبار الأداء المهاري و مقياس الضبط لروتر، كما تم تجنب التعقيد و اعتماد البساطة في إنجاز الإختبار وطريقة طرح الأسئلة.

5- إجراءات التطبيق الميداني للأداة :

بعد قبول اللجنة العلمية للموضوع ، واخذ الموافقة من طرف المشرف، قمنا بتحديد نوع الاختبار والمقياس اللذان يخدمان البحث، وطباعتهما و التوجه إلى فرق دائرة بن سرور للكرة الطائرة يوم : 25 فيفري 2016 للبدء في تطبيق الإختبار الذي دام أسبوعا كاملا .

وقد تم إجراء الدراسة على عينة عددها 36 لاعبا تتراوح أعمارهم ما بين 15-18 سنة، و قد تم اختيار العينة عشوائيا من فرق بن سرور للكرة الطائرة، .

6- الأساليب الإحصائية :

في ضوء أهداف و فروض الدراسة الحالية تم استخدام بعض الأساليب الإحصائية لمعالجة البيانات و اختيار صحة الفروض باستخدام برنامج SPSS، (IBM 22)

و التي اشتملت على الأتي :

- المتوسط الحسابي لحساب البعد المهيمن لدى عينة الدراسة .
- معاملات الارتباط بيرسون Pearson'scoeffcient

الفصل الرابع :

عرض النتائج وتفسيرها

➢ عرض النتائج و تفسيرها و مناقشتها :

أولا: عرض النتائج:

تعرضنا في هذا الفصل للنتائج التي توصلت إليها الدراسة من خلال ما كشفت عنه النتائج الإحصائية التي استخدمت الاختبار صحة الفروض و التحقق منها مع عرض النتائج الخاصة بكل فرض ثم مناقشة النتائج.

– عرض نتائج الفرضية الجزئية الأولى :

للتحقق من الفرضية الجزئية الأولى التي تنص على أن البعد المهيمن لدى لاعبي كرة الطائرة هو مصدر الضبط الخارجي، نقوم بحساب المتوسط الحسابي لكل من الضبط الداخلي و الخارجي والنتائج نوردها في الجدول التالي :

الجدول رقم :(7) يمثل حساب المتوسط الحسابي للضبط الداخلي و الخارجي

العينة	المتوسط الحسابي للضبط الداخلي	المتوسط الحسابي للضبط الخارجي
36	7,00	13,208

كما توزعت النسبة المئوية على بعدي الضبط الداخلي والخارجي كما يلي :

الجدول رقم :(8) يمثل توزع النسب المئوية للضبط الداخلي و الخارجي

العينة	الضبط الداخلي	الضبط الخارجي
العدد (36)	12	24
النسبة المئوية%	%33.66	%66.66

تحليل الجدولين :

من خلال تحليل الجدولين يتضح لنا أن المتوسط الحسابي للضبط الخارجي بلغ **13,208** و المتوسط الحسابي للضبط الداخلي **7** ، كما أن عدد اللاعبين ذو مصدر الضبط الخارجي **24** لاعبا، بنسبة مئوية **%66.66** فاقت عدد اللاعبين ذو مصدر الضبط الداخلي **12**، والممثلة في نسبة **%33.66**، ما يدل على أن الفرضية الأولى تحققت، أي أن الضبط الخارجي هو البعد المهيمن لدى لاعبي كرة الطائرة.

– عرض نتائج الفرضية الجزئية الثانية :

للتحقق من الفرضية الجزئية الثانية، والتي تنص على أنه توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين مصدر الضبط الداخلي والأداء المهاري الهجومي لدى لاعبي كرة الطائرة،نقوم بحساب العلاقة بواسطة معامل بيرسون للإرتباط، والنتائج نوردها في الجدول التالي :

الجدول رقم :(9) يمثل حساب معامل بيرسون للارتباط بين

مصدر الضبط الداخلي والأداء المهاري الهجومي

العينة	معامل بيرسون للارتباط بين(مصدر الضبط الداخلي والأداء المهاري الهجومي)	مستوى الدلالة	الدلالة
36	**0.41**	**0,05**	**دال**

تحليل الجدول :

من خلال تحليل الجدول، يتضح لنا أن معامل الارتباط لبيرسون بين(مصدر الضبط الداخلي والأداء المهاري الهجومي) هو **0,41**، عند مستوى الدلالة **0,05** أي انه توجد دلالة إحصائية، هذا يعني أن الفرضية الجزئية الثانية تحققت، وبالتالي فإنه توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين مصدر الضبط الداخلي والأداء المهاري الهجومي، لدى لاعبي كرة الطائرة.

– عرض نتائج الفرضية الجزئية الثالثة :

للتحقق من الفرضية الجزئية الثالثة، و التي تنص على أنه توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين مصدر الضبط الخارجي والأداء المهاري الهجومي لدى لاعبي كرة الطائرة، نقوم بحساب العلاقة بواسطة معامل بيرسون للإرتباط، والنتائج نوردها في الجدول التالي :

الجدول رقم :(10) يمثل حساب معامل بيرسون للارتباط بين

مصدر الضبط الخارجي والأداء المهاري الهجومي

العينة	معامل بيرسون للارتباطبين(مصدر الضبط الداخلي والأداء المهاري الهجومي)	مستوى الدلالة
36	**– 1,99**	**غير دال**

تحليل الجدول :

من خلال تحليل الجدول، يتضح لنا أن معامل الارتباط لبيرسون بين(مصدر الضبط الداخلي والأداء المهاري الهجومي) هو **1,99 –** وهو غير دال، هذا يعني أن الفرضية الجزئية الثالثة لم تحقق،وبالتالي فإنه لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين مصدر الضبط الداخلي والأداء المهاري الهجومي لدى لاعبي كرة الطائرة.

ثانيا: مناقشة و تفسير النتائج:

مناقشة و تفسير نتائج الفرضية الأولى:

من خلال النتائج التي تحصلنا عليها في الجدولين رقم: (7) و(8) والمتعلقة بالبعد المهيمن لدى لاعبي كرة الطائرة، والتي كانت نتائجها تدل على أن بعد الضبط الخارجي هو المهيمن، حسب النتائج المتحصل عليها قد يعزى ذلك إلى الظروف البيئية التي يعيشها الطلبة؛ حيث تتطلب الحياة الاعتماد على الغير، بالإضافة إلى مجتمع العينة والذي يوصف بأنه متجانس من حيث إمكانيات اللاعبين المادية والاقتصادية والاجتماعية، والتقارب الثقافي، خاصة فيما يتعلق بالمعتقدات، والإيمان بالقدر والصدفة في الوصول إلى الأهداف، وتحقيق النجاح؛ ولعل من الأسباب أيضاً الشعور بعدم الدافعية وقلة مستوى النشاط العقلي، والاعتقاد بصعوبة المهمات التي يواجهونها.

واتفقت نتائج هذه الدراسة مع دراسة (ستريكلاندStrickland,1989) في حين اختلفت مع نتائج دراسة (روتر Rotter,1966) ودراسة(غريب 1996) ودراسة (فازكيسVazques,2006) ومع دراسة (دروزة 2000).(**محمد سليمان بني خالد،2009، ص ص. 504-505**)

مناقشة و تفسير نتائج الفرضية الثانية:

من خلال النتائج التي تحصلنا عليها في الجدول رقم: (9) و المتعلقة بالعلاقة بين مصدر الضبط الداخلي والأداء المهاري الهجومي لدى لاعبي كرة الطائرة، والتي كان مفادها أن معامل بيرسون للإرتباط دال، أي انه توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين مصدر الضبط الداخلي والأداء المهاري الهجومي، هذا يعني بأن مصادر النجاح أو الفشل تكمن داخل ذواتهم، وهذا نتيجة لما يملكونه من ثقة بالنفس في مواجهة المواقف المختلفة والقدرة على تحمل المسؤولية.

كما يشير (**محمد سليمان بني خالد**) في دراسته من خلال النتائج التي توصل إليها سنة 2009 إلى أن الخبرات الجديدة التي يعيشها اللاعب، بما تمثله من نقلة نوعية في بناء الشخصية، والتكيف مع المعطيات الجديدة،

كما وتمثل الإيمان بمستقبل الحياة الجديد، وقد يكون من الطبيعي في تلك المرحلة انسجام الفرد مع مخرجاته سواء الأكاديمية، أم السلوكية، بما تمثله من توجهات سواء أكانت داخلية أم خارجية على افتراض أن التقدم في العمر تصاحبه زيادة في الخبرة. وقد اختلفت نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة (دروزة 2007) ومع نتائج دراسة (اليعقوب 1988).(**محمد سليمان بني خالد، ص. 505**)

مناقشة و تفسير نتائج الفرضية الثالثة:

من خلال النتائج التي تحصلنا عليها في الجدول رقم: (10) و المتعلقة بالعلاقة بين مصدر الضبط الخارجي والأداء المهاري الهجومي لدى لاعبي كرة الطائرة، التي كان مفادها أن معامل بيرسون للإرتباط غير دال، أي انه لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين مصدر الضبط الداخلي والأداء المهاري الهجومي، هذا يعني أن اللاعب يعتقد بأن الأحداث الناجحة هي نتيجة حسن الحظ و القدر ، ومساعدة الآخرين له وغير ذلك من القوى الخارجية، وإذا كانت الأحداث فاشلة فيرجع ذلك إلي سوء الحظ والقدر،أو إلى ظلم الآخرين لهم لأنهم الأقوياء.

الفصل الخامس :

استنتاجات واقتراحات

1- استنتاجات عامة :

- الضبط الخارجي هو البعد المهيمن لدى لاعبي كرة الطائرة.

- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين مصدر الضبط الداخلي والأداء المهاري الهجومي لدى لاعبي كرة الطائرة.

- لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين مصدر الضبط الخارجي والأداء المهاري الهجومي لدى لاعبي كرة الطائرة .

2- اقتراحات :

انطلاقا من هذه الدراسة المهمة، والوحيدة التي أنجزت على مستوى جامعة المسيلة، ومن القلائل على المستوى الوطني في حدود علمنا.

ونظرا لأهمية هذا الموضوع الذي يعالج ظاهرة من الظواهر النفسية هي مركز الضبط (التحكم)، الذي له أهمية بالغة في المجال الرياضي من خلال معرفة تأثيرات المصادر الخارجية و الداخلية على أداء اللاعبين ومعالجة نقاط ضعفهم، هذا ما يساعد في تكوينهم الإيجابي و البلوغ بهم إلى أعلى المستويات ويضمن لهم مستقبلا زاهرا في حياتهم الرياضية.

وعلى هذا أقترح :

- إتمام مثل هذه الدراسات في أطروحة الدكتوراه على أن يأخذ منحنى آخر يقوم على صياغة برامج تنموية للضبط الداخلي.

-اقتراح برنامج تعليمي تكميلي، لبناء وجهة الضبط الداخلي لدى الرياضين في مختلف الرياضات.

- إعداد الخطط والبرامج الخاصة بتنمية وتطوير الأداء المهاري في مختلف الرياضات .

- عقد ملتقيات وطنية و دولية للتحسيس بأهمية الأداء المهاري الرياضي وكيفة تطويره .

- عقد دورات تكوينية لتوعية المعنيين (العائلة ، المدرب ، الأصدقاء ، المسؤولين .....إلخ) للاهتمام بتطوير الأداء المهاري الهجومي لدى لاعبي كرة الطائرة .

- إعداد البحوث العلمية التي تتعلق بمصادر الضبط وجمع المعلومات عنها وتوفير قاعدة بيانات عن كيفية تطوير الأداء المهاري في الجزائر وإقامة الندوات والمؤتمرات العلمية في الداخل والمشاركة في الخارج .

- المتابعة والإشراف على الإهتمام بالرياضين الذين يمتلكون القدرة على التحكم في أدائهم المهاري داخل المراكز في حالات استضافتهم وإقامتهم ومتابعتهم أيضاً داخل النوادي الرياضية، وتقديم التوجيهات والإرشادات للعناية بهم وتوثيق العلاقة بالمدربين وذوي العلاقة بهم.

– القيام ببناء مراكز و منشئات رياضية وتجهيزها بمختصين وباحثين في مجال علم النفس الرياضي للاستفادة بها من قبل اللاعبين ذوي الأداء المهاري الجيد .

– تشجيع نتائج هذه الدراسة القيام بمزيد من الدراسات المتعددة للكشف عن العلاقة بين وجهة الضبط وبين عدد من المتغيرات الأخرى.

3– الآفاق المستقبلية للدراسة :

يمكننا القول إن مثل هذه الدراسة نادرة التناول ،بالرغم من أهميتها وذلك لما يتلقاه الرياضي الذي يتمتع بأداء مهاري عالي من صعوبات التي تعيق تنمية وتطوير موهبته، و الارتقاء بها إلى أعلى المستويات ، لذا نأمل أن لا تتوقف البحوث العلمية حول هذا الموضوع الشاسع والحساس، وان تكون هناك الرغبة في الإطلاع على ما يعانيه الرياضيين من مشاكل تخص أدائهم الهجومي ومختلف الضغوطات النفسية التي تعيق طاقاته.

4- المراجع المعتمدة في الدراسة :

➢ **المصادر :**

- القرآن الكريم

➢ **المراجع باللغة العربية :**

1- احمد أمر الله البساطي، أسس و قواعد التدريب الرياضي، منشاة المعارف، الإسكندرية، مصر، 1998.

2- أسامة كامل راتب، علم النفس الرياضي: المفاهيم – التطبيقات، ط2، (القاهرة ، دار الفكر العربي)،1997

3- أكرم زاكي خطايبية، موسوعة الكرة الطائرة الحديثة ، دار الفكر للطباعة و النشر و التوزيع ، الطبعة 1 ، عمان ، الأردن ، 1996 زكي محمد محمد حسن : التدريبات الموقفية (العلاجية) في الكرة الطائرة ، المكتبة المصرية للطباعة و النشر ، بدون طبعة ، الإسكندرية ، مصر ، 2006 .

4- السيد عبد الرحمان الجندي، بعض السمات الشخصية و علاقتها بوجهة الضبط الداخلي – الخارجي ذوي الإعاقة البصرية بالمرحلة الابتدائية ، مجلة الإرشاد النفسي المؤتمر الثاني للإرشاد النفسي ، المجلد الأول ، مصر، 1995.

5- المنشور الصادر في المؤتمر (27) للفدرالية العالمية للكرة الطائرة المنعقد في المدينة الإسبانية "سفيل"، 2000.

6- أمل الأحمد ، مركز الضبط و علاقته بمتغيري الجنس و التخصص العلمي: بحوث و دراسات في علم النفس، ط 1، مؤسسة الرسالة بيروت، 2001.

7- بشير معمرية، الفروق و العلاقات في مصر الضبط و العصابية: لدى طلاب الجامعة في ضوء بعض المغيرات (الجنس – التخصص الدراسي – المستوى الدراسي) ، رسالة ماجستير غير منشورة ، 1995.

8- بوالليف أمال، مذكرة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس التربوي: بعنوان مركز الضبط وعلاقته بالتفوق الدراسي الجامعي، جامعة باجي مختار- عنابة 2010.

9- حسن السيد أبو عبده، الإعداد المهاري للاعبي كرة القدم، دار الإشعاع الفنية،ط1، الإسكندرية، مصر، 2002.

10- حسن عبد الجواد، المبادئ للألعاب الإعدادية: القانون الدولي ، دار الفكر العربي ، الطبعة 1، القاهرة، مصر، 1999.

11- رجاء عبد الرحمان الخطيب، الضبط الداخلي – الخارجي وعلاقته ببعض المتغيرات الشخصية ،مجلة علم النفس ، تصدر عن الهيئة المصرية العامة للكتاب العدد 18، مصر ، 1990.

12- رشاد علي عبد العزيز موسى، دراسات في علم النفس الاجتماعي: سيكولوجية الفروق بين الجنسين ، مؤسسة مختار للنشر، دار المعرفة القاهرة، 1993.

13- ريسان خريبط مجيد، مناهج البحث العلمي في التربية البدنية، الموصل، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل، 1987 .

14- زكي محمد محمد حسن، الكرة الطائرة بناء المهارات الفنية و الخططية، منشأة المعارف بالإسكندرية،1997.

15- زكي محمد محمد حسن، صانع الألعاب في الكرة الطائرة: العقل المفكر للفريق، المكتبة المصرية للطباعة و النشر و التوزيع،الطبعة 2، الإسكندرية، مصر، 2004م.

16- زكي محمد محمد حسن، صانع الألعاب في كرة الطائرة، المكتبة المصرية للطباعة و النشر و التوزيع الإسكندرية، مصر، 1999.

17- زهية خطار، التداخل بين استراتيجيات التعامل و مركز التحكم لمواجهة الضغط البكالوريا، رسالة ماجستير غير منشورة ، مودعة بجامعة الجزائر ،2001.

18- زياد أمين بركات، مذكرة لنيل شهادة ماجستير في علم النفس التربوي:تحت عنوان مركز الضبط الداخلي ـ الخارجي وعلاقته باتجاهات المعلمين نحو مهنة التعليم دراسة تحليلية مقارنة، بين معلمي المدارس الحكومية ومدارس وكالة الغوث الدولية، جامعة القدس المفتوحة مركز طولكرم، 2000.

19- زينب فهمي و آخرون، الكرة الطائرة، دار المعارف، الطبعة1، الجزء2، مصر، 1994 .

20- سعد حماد الجميلي، الكرة الطائرة مبادئها وتطبيقاتها الميدانية، دار دجلة المملكة الأردنية الهاشمية، ط1، 2007.

21- سعد حماد الجميلي، كرة الطائرة و تدريباتها الميدانية لمهارة الإرسال – الاستقبال – الإعداد، دار دجلة المملكة الأردنية الهاشمية ، ط1، 2010 .

22- سعيد بن علي بازيد بادبيان، وجهة الضبط الداخلي- الخارجي لدى المتفوقين و المتأخرين دراسيا من طلاب المرحلة الثانوية بمدينة مكة المكرمة: دراسة مكملة لمتطلبات الحصول على درجة الماجيستير تخصص الإرشاد النفسي، قسم علم النفس،كلية التربية –جامعة أم القرى 1999.

23- سناء محمد سليمان، الانضباط لدى تلاميذ المدرسة الإعدادية، مجلة علم النفس تصدر عن هيئة المصرية للكتاب، العدد ،6 ،مصر ،1988.

24- صلاح الدين أبو ناهية، الفروق في ضبط الخارجي لدى الأطفال و المراهقين و الشباب و المسنين بقطاع غزة، دراسات تربوية، تصدر عن الرابطة التربية الحديثة ، المجلد 02، القاهرة 1987.

25- طلعت حسين عبد الرحيم، سيكولوجية التأثير الدراسي، دار الثقافة للطباعة و النشر، القاهرة، 1895م.

26- عبد الغفار عروسي، دحمان معمر، دور قلق المنافسة في التأثير على مردودية اللاعبين: مذكرة ليسانس غير منشورة، معهد التربية البدنية و الرياضية، سيدي عبد الله، جامعة الجزائر ، 2004 .

27- عصام الوشاحي، الكرة الطائرة المصغرة ، دار الفكر العربي، الطبعة1، القاهرة ، مصر ، بدون سنة.

28- علاء الدين الكفافي، وجهة الضبط و المسايرة، بعض الدراسات حول و جهة الضبط و عدد المتغيرات النفسية، الجزء 1، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة، 1982.

29- علي مصطفى طه، الكرة الطائرة : تاريخ ، تعليم ، تدريب، تحليل، قانون، دار الفكر العربي، الطبعة 1، القاهرة، مصر، 1999 .

30- قارة سعد، مصدر الضبط الصحي وعلاقته بكل من فعالية الذات وتقبل العلاج لدى المرضى المصابين بارتفاع ضغط الدم الأساسي: أطروحة مقدمة لنيل شهادة الدكتوراه علوم في علم النفس تخصص علم النفس العيادي، جامعة الحاج لخضر -باتنة 2015.

31- قاسم حسن حسين، الموسوعة الرياضية و البدنية الشاملة، ط1، دار الفكر للنشر و التوزيع، الأردن، 1998 .

32- قاسم حسن قاسم،التدريب في العاب الميدان،كلية التربية الرياضية الوطنية،ط1،بغداد، 1998.

33- كليفورد و كيليري، اختبار مركز التحكم عند المراهقين و الأطفال: (دراسة التعليمات) إعداد مجدي عبد الكريم حبيب ، دار النهضة القاهرة، 1990.

34- محمد حسن علاوي وأسامة راتب، البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس ، ط2 ، القاهرة ، دار الفكر العربي، 1999 .

35- محمد سعد زغلول و آخرون، موسوعة التدريب الرياضي الميداني، مركز الكتاب للنشر، بدون طبعة، القاهرة مصر،2000.

36- محمد نصر الدين رضوان، مقدمة في التقويم و التربية البدنية، ط3، دار الفكر العربي، القاهرة، 1992 .

37- معتز سيد عبد الله، الأفكار العقلانية لدى الأطفال و المراهقين و علاقتها بكل من الحالة و سمة القلق و مركز التحكم، بحوث علم النفس الاجتماعي دار لنشر و التوزيع ، القاهرة ، 1997.

38- وجدي مصطفى الفاتح ، محمد لطفي السيد : الأسس العلمية للتدريب الرياضي للاعب و المدرب، دار الهدى، 2000.

39- وجية محجوب، البحث العلمي ومناهجه ، ط1، بغداد، دار الكتب والنشر، 2002.

➢ مراجع باللغات الأجنبية :

1 -Duane Schultz et Syduncyellen Schultz Thearies of Personality .5

2 - Revue Edit pour la fédération Algérienne de volley-ball , Smath , 1988 .

3 - TheEdition – Brooks , Cofe Publishing Company Pocific Grave California (1994).

4 - WWW.Volley-ball.com : 13/02/2008 20 h00

5- الملاحق :

مقياس روتر للضبط الداخلي ـ الخارجي

أخي الطالب / أختي الطالبة ....

بين يديك استبيان يهدف إلى الكشف عن الطريقة التي تؤثر بها بعض الأحداث المهمة على الناس بمختلف أعمارهم ، وتتكون كل فقرة من عبارتين أشير إليهما بالرمز (أ ، ب) . أرجو عند الإجابة على كل فقرة من الفقرات أن تضع إشارة (×) على الحرف الموجود أمام العبارة التي تختارها .

إن هذا الاستبيان هو مقياس لما يعتقده الشخص ، لذلك ليس هناك إجابة خاطئة وأخرى صحيحة ، كما قد تجد في إحدى الفقرات انك توافق على ما جاء في كلتا العبارتين ، أو انك لا توافق على ما جاء بهما بالمرة ، وفي هذه الحالة عليك أن ترجح إحداهما على الأخرى وتختارها على أنها الإجابة المناسبة ، علما بان هذه الإجابة لن يطلع عليها احد ولن تستخدم إلا لأغراض البحث العلمي (وأغراض الإرشاد التربوي) .

وشكراً لكم على حسن تعاونكم

الإسم والقب (إختياري):

السن :

الجنس :

مدة اللعب:

الرقم	الإجابة	فقرة السؤال
1.	أ. ب.	يقع الأولاد في المشكلات لان أبائهم يعاقبونهم كثيراً . مشكلة غالبية الأولاد في هذه الأيام تساهل أبائهم الزائد معهم .
2.	أ. ب.	يعود الكثير مما يصيب الناس من تعاسة جزئيا إلى حظهم السيئ . يعود سوء طالع الناس إلى الأخطاء التي يرتكبونها .
3.	أ. ب.	من الأساليب الرئيسية لوقوع الحروب عدم اهتمام الناس الكافي بالسياسة ستقع الحروب باستمرار مهما حاول الناس منع حدوثها .
4.	أ. ب.	يحصل الناس في النهاية على الاحترام الذي يستحقونه في هذا العالم . لسوء الحظ غالبا ما تمضي حياة الفرد دون أن يقدر قيمته احد مهما بلغ من جهد
5.	أ. ب.	إن فكرة عدم عدالة المدرسين تجاه طلابهم لا معنى لها . غالبية الطلاب لا يدركون مدى تأثر علاماتهم بعوامل الصدفة .
6.	أ. ب.	لا يمكن للمرء أن يكون قائدا فعالا دون توفر الفرص المناسبة . الأكفاء الذين يفشلون في أن يصبحوا قادة هم أناس لم يحسنوا استغلال فرصهم.
7.	أ. ب.	مهما تبذل من جهد في كسب ود الآخرين فسيظل هناك أناس يكرهونك . الذين لا يستطيعون كسب ود الآخرين لا يفهمون كيفية التعامل معهم .
8.	أ. ب.	تلعب الوراثة الدور الرئيسي في تحديد شخصية الفرد . خبرات الفرد في الحياة هي التي تحدد ما ستكون عليه شخصيته .
9.	أ. ب.	غالبا ما أجد الأشياء المقدر لها أن تحصل ، تحصل فعلاً . اعتماد المرء على القدر في تصريف أموره لا يجدي بالمرة .
10.	أ. ب.	يندر أن يجد الطالب الامتحان غير عادل إذا كان استعداده لهذا الامتحان تاماً . في كثير من الأحيان تكون أسئلة الاختبار عديمة الصلة بالمادة الدراسية مما يجعل الاستعداد لها عديم الجدوى .

.11	أ. ب.	يعتمد النجاح على العمل الجاد ولا دخل للحظ به إلا نادراً . الحصول على وظيفة جيدة يعتمد بشكل أساسي على وجود الفرد في المكان المناسب وفي الوقت المناسب .
.12	أ. ب.	يستطيع المواطن العادي أن يؤثر بشكل ما على قرارات الحكومة . يسيطر على العالم حفنة من الناس ولا يستطيع الشخص العادي أن يفعل شيئا إزاء ذلك .
.13	أ. ب.	عندما أقوم بوضع الخطط فإنني غالبا ما أكون على يقين بقدرتي على تنفيذها . ليس من الحكمة أن تخطط للمستقبل البعيد ، لان كثيرا من الأشياء يتحكم فيها الحظ الجيد أو الحظ السيئ على أي حال .
.14	أ. ب.	هناك بعض الناس الذين هم سيئون . هناك شيء جيد في كل إنسان تقريباً .
.15	أ. ب.	بالنسبة لي فان ما أسعى للحصول عليه لا علاقة له بالحظ . لا باس في كثير من الأحيان أن يكون قرارنا على أساس الوجه الذي يظهر عند رمي قطعة نقود في الهواء .
.16	أ. ب.	من يصل إلى مركز الرئاسة هو في الغالب ذلك الشخص الذي خدمه الحظ في أن يكون في المكان المناسب قبل غيره . لكي يقوم الناس بعملهم على الوجه الصحيح لا بد من وجود القدرة لديهم حيث إن دور الحظ في ذلك يكون قليلا أو معدوما .
.17	أ. ب.	بالنسبة لما يجري في هذا العالم يمكن القول بان معظمنا ضحايا لقوى لا نستطيع فهمها أو السيطرة عليها . يمكن للناس بالمشاركة الايجابية في الشؤون الاجتماعية والسياسية أن يسيطروا على ما يجري في هذا العالم .
.18	أ. ب.	غالبية الناس لا يدركون مدى سيطرة عوامل الصدفة على مجريات حياتهم في الحقيقة ليس هناك شيء اسمه الحظ .
.19	أ. ب.	على المرء أن يكون لديه الاستعداد الدائم للاعتراف بأخطائه . من الأفضل عادة أن يتستر الفرد على أخطائه .
.20	أ. ب.	من الصعب أن تعرف إذا كان شخص ما يحبك حقاً أم لا . إن عدد الصداقات التي تكونها يعتمد على كم أنت شخص طيب .

.21	أ. ب.	الأمور السيئة التي تصيبنا تتساوى على المدى البعيد مع الأمور الحسنة . إن معظم ما يصيبنا من سوء الطالع هو سبب الجهل أو الكسل أو الافتقار إلى القدرة أو الثلاثة معاً .
.22	أ. ب.	بمزيد من الجهد نستطيع القضاء على الفساد السياسي . من الصعب على الناس العاديين أن يكون لهم سيطرة كافية على الأعمال التي يقوم بها السياسيون وهم في مراكز الحكم .
.23	أ. ب.	لا استطيع أحيانا أن افهم كيف يتوصل المدرسون للعلامات التي يعطونها . هناك ارتباط مباشر بين ما ابذل من جهد في الدراسة والعلامات التي احصل عليها
.24	أ. ب.	القائد الجيد هو الذي يتوقع أن يقرر الناس لأنفسهم ما يجب أن يفعلوه . القائد الجيد هو الذي يحدد لكل فرد الأعمال التي يقوم بها .
.25	أ. ب.	في كثير من الأحيان اشعر أني لا استطيع السيطرة على الأشياء التي تحدث لي . يستحيل علي أن اقتنع أن الحظ أو الصدفة يلعبان دورا هاماً في حياتي .
.26	أ. ب.	يعزل بعض الناس أنفسهم عن الآخرين لأنهم لا يحاولون كسب صداقتهم . لا فائدة كبيرة ترجى من بذل الجهد أكثر مما يجب في كسب ود الآخرين لأنهم إذا أرادو أن يحبوك فهم يحبوك .
.27	أ. ب.	هناك مبالغة في التأكيد على الرياضة في المدارس الثانوية . إن مزاولة الرياضة ضمن فريق تعتبر طريقة ممتازة لبناء الشخصية .
.28	أ. ب.	إن ما يحدث لي هو ما تفعله يداي . اشعر أحيانا أني لا استطيع التحكم في الاتجاه الذي تسير فيه حياتي .
.29	أ. ب.	في كثير من الأحيان لا استطيع أن افهم لماذا يتصرف السياسيون بالطريقة التي يتصرفون بها . في المدى البعيد الناس هم المسئولون عن سوء الحكم سواء على المستوى القومي أو على المستوى المحلي .

6- ملخص الدراسة :

➢ **عنوان الدراسة** : مصدر الضبط (التحكم) وعلاقته بالأداء المهاري الهجومي لدى لاعبي كرة الطائرة لفرق بن سرور (15-18) سنة.

➢ **أهداف الدراسة :**

- معرفة البعد المهيمن لدى لاعبي كرة الطائرة .
- معرفة العلاقة بين مصدر الضبط الداخلي وأداء مهارة الهجوم لدى لاعبي كرة الطائرة.
- معرفة العلاقة بين مصدر الضبط الخارجي وأداء مهارة الهجوم لدى لاعبي كرة الطائرة

➢ **مشكلة الدراسة :**

- ما هو البعد المهيمن لدى لاعبي كرة الطائرة؟
- هل توجد علاقة بين مصدر الضبط الداخلي وأداء مهارة الهجوم لدى لاعبي كرة الطائرة ؟
- هل توجد علاقة بين مصدر الضبط الخارجي وأداء مهارة الهجوم لدى لاعبي كرة الطائرة ؟

➢ **فرضيات الدراسة :**

- البعد المهيمن لدى لاعبي كرة الطائرة هو مصدر الضبط الخارجي.
- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين مصدر الضبط الداخلي وأداء مهارة الهجوم لدى لاعبي كرة الطائرة .
- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين مصدر الضبط الخارجي وأداء مهارة الهجوم لدى لاعبي كرة الطائرة .

➢ **عينة الدراسة** : تكونت العينة من 36 لاعبا من فرق بن سرور للكرة الطائرة.

➢ **المنهج** : تم إتباع المنهج الوصفي في الدراسة.

➢ **أدوات الدراسة** : تمثلت أدوات الدراسة في : في مقياس الضبط لروتر و إختبارات الأداء المهاري الهجومي للكرة الطائرة

➢ **النتائج المتوصل إليها :**

- الضبط الخارجي هو البعد المهيمن لدى لاعبي كرة الطائرة.
- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين مصدر الضبط الداخلي والأداء المهاري الهجومي لدى لاعبي كرة الطائرة.
- لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين مصدر الضبط الخارجي والأداء المهاري الهجومي لدى لاعبي كرة الطائرة .
- لاستنتاجات و الاقتراحات :

-اقتراح برنامج تعليمي تكميلي، لبناء وجهة الضبط الداخلي لدى الرياضين في مختلف الرياضات.

- إعداد الخطط والبرامج الخاصة بتنمية وتطوير الأداء المهاري في مختلف الرياضات .
- عقد ملتقيات وطنية و دولية للتحسيس بأهمية الأداء المهاري الرياضي وكيفة تطويره .
- إتمام مثل هذه الدراسات في أطروحة الدكتوراه على أن يأخذ منحنى آخر يقوم على صياغة برامج تنموية للضبط الداخلي.
- عقد دورات تكوينية لتوعية المعنيين (العائلة ، المدرب ، الأصدقاء ، المسؤولين .....إلخ) للاهتمام بتطوير الأداء المهاري الهجومي لدى لاعبي كرة الطائرة .

Résumé de l'étude

- **Titre de l'étude**: les sources d'accord (de contrôle) et leur relation à la performance, les joueurs techniquement doués attaquant à l'équipe de volley-ball Ben Srour (de 15-17 ans).

- **Objectifs de l'étude**:

- Connaissance des acteurs dominants de dimension de volley-ball.
- La connaissance de la relation entre la source de contrôle interne et la performance de l'offensive des joueurs de compétences de volley-ball.
- La connaissance de la relation entre la source de contrôle externe et la performance de l'offensive des joueurs de compétences Volleyball

- **Etudier le problème**:

- Quel est le joueurs de volley-ball dimension dominante?
- Y at-il une relation entre la source de contrôle interne et la performance de l'offensive des joueurs de compétences de volley-ball?
- Y at-il une relation entre la source de contrôle externe et la performance de l'offensive des joueurs de compétences de volley-ball?

- **Hypothèses**:

- La dimension dominante joueurs de volley-ball est une source de contrôle externe.
- Aucune relation statistiquement significative entre la source de contrôle interne et la performance de l'offensive des joueurs de compétences de volley-ball.
- Aucune relation statistiquement significative entre la source de contrôle externe et la performance de l'offensive des joueurs de compétences de volley-ball.

- **Echantillon De L'étude**: L'échantillon était composé de 36 joueurs des équipes de volley-ball Ben Srour.

Approche: approche descriptive a été suivie dans l'étude.

Outils D'étude: Outils de l'étude ont consisté à: Dans le cadre des Rotter essais à grande échelle et les compétences de performance de volley-ball offensive

- **Résultats obtenus à**:

- Réglage externe est la dimension dominante joueurs de volley-ball.
- Aucune relation statistiquement significative entre la source interne des compétences de contrôle et de performance parmi les joueurs de volley-ball offensive.
- Il n'y a pas de relation statistiquement significative entre la source externe de compétences de contrôle et de performance parmi les joueurs de volley-ball offensive.
- Les conclusions et suggestions:

Suggérant un programme de formation complémentaire, pour construire un point de contrôle interne au Sporting dans divers sports.

- Préparation des plans et des programmes pour le développement et le développement des compétences de performance dans divers sports.

رشاف جامعة "محمد بوضياف"بالمسيلة
لرسائل ليسانس . ماستر
للفترة (2016/2015)

معهد : علوم وتقنيات النشاطات البدنية و الرياضية

قسم : التدريب الرياضي

رقم التسلسل :

رقم التسجيل :085101764

الباحث : بعـــــــلي محمـــــــــد

تاريخ المناقشة : 2016.06.04

عنوان الرسالة : مصدر الضبط (التحكم) وعلاقته بالأداء المهاري الهجومي لدى لاعبي كرة الطائرة

لغة الرسالة : اللغة العربية

نوع الرسالة : ماستر

البلد :الجزائر – المسيلة

الجامعة :جامعة محمد بوضياف بالمسيلة

إشراف : الدكتور قارة سعد

عدد الصفحات : 75 ورقة.

التخصص : تحضير بدني وذهني **فرع :** التدريب الرياضي

الملخص :

بالعربية

جاءت الدراسة بعنوان : مصدر الضبط (التحكم) وعلاقته بالأداء المهاري الهجومي لدى لاعبي كرة الطائرة هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين مصدر الضبط (الداخلي و الخارجي) على الأداء المهاري الهجومي للاعبي كرة الطائرة سنهم يتراوح مابين 15- 18 سنة وذلك بتطبيق مقياس روتر للضبط وكذا إختبارت في الأداء المهاري على 36 لاعب من فريق بن سرور للكرة الطائرة ، واستخدم في هذا البحث المنهج الوصفي بإعتباره المنهج المناسب لمعرفة العلاقة بينهما .

أسفرت النتائج التي توصل إليها الباحث إلى أن البعد المهيمن هو المصدر الخارجي ، وأنه توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين المصدر الداخلي و الأداء المهاري الهجومي لدى لاعبي كرة الطائرة.

كلمات المفاتيح:

مصدر الضبط – الأداء المهاري الهجومي – الكرة الطائرة

بالفرنسية

Source de contrôle - compétences de performance offensive - Volley-bal

بالإنجليزية

Source of control - offensive skill performance - volleyball

جاء هذا البحث في فصول

الفصل الأول : الخلفية النظرية و الدراسات السابقة

وتناول الفصل الثاني: الإطار العام للدراسة

أما الفصل الثالث : تناول الإجراءات الميدانية للدراسة

الفصل الرابع : عرض النتائج و تحليلها وتفسيرها

وفي الأخير الفصل الخامس : فتناول مناقشة النتائج ، الإستنتاجات و الإقتراحات

من أهم النتائج التي توصلت إليها الباحثة :

- الضبط الخارجي هو البعد المهيمن لدى لاعبي كرة الطائرة.
- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين مصدر الضبط الداخلي والأداء المهاري الهجومي لدى لاعبي كرة الطائرة.
- لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين مصدر الضبط الخارجي والأداء المهاري الهجومي لدى لاعبي كرة الطائرة .

توصل الباحث للعديد من التوصيات أهمها :

– عقد دورات تكوينية لتوعية المعنيين (العائلة ، المدرب ، الأصدقاء ، المسؤولين .....إلخ) للاهتمام بتطوير الأداء المهاري الهجومي لدى لاعبي كرة الطائرة .

– إعداد البحوث العلمية التي تتعلق بمصادر الضبط وجمع المعلومات عنها وتوفير قاعدة بيانات عن كيفية تطوير الأداء المهاري في الجزائر وإقامة الندوات والمؤتمرات العلمية في الداخل والمشاركة في الخارج .

– المتابعة والإشراف على الإهتمام بالرياضين الذين يمتلكون القدرة على التحكم في أدائهم المهاري داخل المراكز في حالات استضافتهم وإقامتهم ومتابعتهم أيضاً داخل النوادي الرياضية، وتقديم التوجيهات والإرشادات للعناية بهم وتوثيق العلاقة بالمدربين وذوي العلاقة بهم.

راسة :

ة : مصدر الضبط (التحكم) وعلاقته بالأداء المهاري الهجومي لدى لاعبي كرة الطائرة لفرق بن سرور (15–17) سنة.

سة :

لمهيمن لدى لاعبي كرة الطائرة .

بين مصدر الضبط الداخلي وأداء مهارة الهجوم لدى لاعبي كرة الطائرة.

بين مصدر الضبط الخارجي وأداء مهارة الهجوم لدى لاعبي كرة الطائرة

سة :

المهيمن لدى لاعبي كرة الطائرة؟

لاقة بين مصدر الضبط الداخلي وأداء مهارة الهجوم لدى لاعبي كرة الطائرة ؟

– هل توجد علاقة بين مصدر الضبط الخارجي وأداء مهارة الهجوم لدى لاعبي كرة الطائرة ؟

➢ فرضيات الدراسة :

– البعد المهيمن لدى لاعبي كرة الطائرة هو مصدر الضبط الخارجي.

– توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين مصدر الضبط الداخلي وأداء مهارة الهجوم لدى لاعبي كرة الطائرة .

– توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين مصدر الضبط الخارجي وأداء مهارة الهجوم لدى لاعبي كرة الطائرة .

➢ عينة الدراسة : تكونت العينة من 36 لاعبا من فرق بن سرور للكرة الطائرة.

➢ المنهج : تم إتباع المنهج الوصفي في الدراسة.

➢ أدوات الدراسة : تمثلت أدوات الدراسة في : في مقياس الضبط لروتر و إختبارات الأداء المهاري الهجومي للكرة الطائرة

➢ النتائج المتوصل إليها :

– الضبط الخارجي هو البعد المهيمن لدى لاعبي كرة الطائرة.

– توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين مصدر الضبط الداخلي والأداء المهاري الهجومي لدى لاعبي كرة الطائرة.

– لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين مصدر الضبط الخارجي والأداء المهاري الهجومي لدى لاعبي كرة الطائرة .

– الاستنتاجات و الاقتراحات :

–اقتراح برنامج تعليمي تكميلي، لبناء وجهة الضبط الداخلي لدى الرياضين في مختلف الرياضات.

– إعداد الخطط والبرامج الخاصة بتنمية وتطوير الأداء المهاري في مختلف الرياضات .

– عقد ملتقيات وطنية و دولية للتحسيس بأهمية الأداء المهاري الرياضي وكيفة تطويره .

– إتمام مثل هذه الدراسات في أطروحة الدكتوراه على أن يأخذ منحنى آخر يقوم على صياغة برامج تنموية للضبط الداخلي.

– عقد دورات تكوينية لتوعية المعنيين (العائلة ، المدرب ، الأصدقاء ، المسؤولين .....إلخ) للاهتمام بتطوير الأداء المهاري الهجومي لدى لاعبي كرة الطائرة .

Résumé de l'étude

➢ **Titre de l'étude: La sources d'accord (de contrôle) et leur relation à la performance, les joueurs techniquement doués attaquant à l'équipe de volley-ball Ben Srour (de 15-17 ans).**

➢ **Objectifs de l'étude:**

– Connaissance des acteurs dominants de dimension de volley-ball.

– La connaissance de la relation entre la source de contrôle interne et la performance de l'offensive des joueurs de compétences de volley-ball.

– La connaissance de la relation entre la source de contrôle externe et la performance de l'offensive des joueurs de compétences Volleyball

➢ **Etudier le problème:**

– Quel est le joueurs de volley-ball dimension dominante?

– Y at-il une relation entre la source de contrôle interne et la performance de l'offensive des joueurs de compétences de volley-ball?

– Y at-il une relation entre la source de contrôle externe et la performance de l'offensive des joueurs de compétences de volley-ball?

➢ **Hypothèses:**

– La dimension dominante joueurs de volley-ball est une source de contrôle externe.

– Aucune relation statistiquement significative entre la source de contrôle interne et la performance de l'offensive des joueurs de compétences de volley-ball.

– Aucune relation statistiquement significative entre la source de contrôle externe et la performance de l'offensive des joueurs de compétences de volley-ball.

➢ **Echantillon De L'étude: L'échantillon était composé de 36 joueurs des équipes de volley-ball Ben Srour.**

Approche: approche descriptive a été suivie dans l'étude.

Outils D'étude: Outils de l'étude ont consisté à: Dans le cadre des Rotter essais à grande échelle et les compétences de performance de volley-ball offensive

➢ **Résultats obtenus à:**

– Réglage externe est la dimension dominante joueurs de volley-ball.

– ıement significative entre la source interne des compétences de contrôle et de performan

ısive.

tistiquement significative entre la source externe de compétences de contrôle et de perfo

ısive.

estions:

nme de formation complémentaire, pour construire un point de contrôle interne au Spo