

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد بوضياف - المسيلة

ميدان : علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

فرع : تدريب رياضي

تخصص : تحضير بدني



معهد : علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

قسم : التدريب الرياضي

رقم :

مذكرة مقدمة لنيل شهادة الماستر أكاديمي

اعداد الطالب (ة) : اعميري حسان

تحت عنوان

تأثير فعالية الضرب الساحق على مستوى الأداء لدى لاعبي الكرة
الطائرة أقل من 17 سنة لبعض فرق الكرة الطائرة لرابطة برج بوعريريج
-دراسة ميدانية لنادي الرياضي لشباب المهير للكرة الطائرة بـ برج بوعريريج-

لجنة المناقشة :

رئيسا	جامعة : محمد بوضياف	د/ مجادي مفتاح
مشرفا ومقررا	جامعة : محمد بوضياف	د/ بن عمر مراد
مناقشا	جامعة : محمد بوضياف	أ/ شنافي الميلود

السنة الجامعية : 2017 / 2018

شكر وتقدير

الحمد لله حمدا كثيرا يليق بمقامه وعظيم سلطانه

وصلي اللهم على سيدنا محمد خاتم الأنبياء والمرسلين .

نشكر الله سبحانه وتعالى على فضله وتوفيقه لنا والقائل في محكم تنزيله

{ { لئن شكرتم لأزيدنكم } { } (الآية 07 - سورة إبراهيم)

ونتقدم بالشكر إلى كل من ساهم في انجاز هذا العمل من قريب أو من بعيد

كما نتقدم بالشكر الجزيل الخالص إلى الأستاذ المشرف والموجه

الدكتور بن عمر مراد

الذي سهل لنا طريق العمل ، وبين لنا الخطأ ووجهنا إلى الصواب فألف

شكر وتقدير له على كل شيء قدمه لنا من أجل انجاز هذا العمل

المتواضع .

إهداء

إلى من قال فيهما عز وجل: «وَخَفِضْ لَهُمَا جَنَاحَ الذُّلِّ مِنَ الرَّحْمَةِ وَقُلْ رَبِّ ارْحَمْهُمَا

كَمَا رَبَّيَانِي صَغِيرًا» الآية 24 سورة الإسراء .

إلى نبع الحنان و سر الوجدان إلى من تعبت من أجل رعايتي إلى تلك الشمعة التي تحترق لتضيء لي طريق الأمل إلى " أمي " الغالية .

إلى من تحدى الصعاب إلى من تعب و شقي في تعليمي حتى وصولي إلى هذا المستوى إلى أبي العزيز عيسى

إلى نعم المرشد و الموجه و المشرف الذي لم يخل عليا بنصائحه إلى الدكتور بن عمر مراد .

إلى كل الإخوة و الأخوات : السعيد ، الجيلالي ، مباركة ، سليمة ، سلوى ، وردة ، وسعيدة و فاطمة الزهراء .

و أخص بالذكر كل من الكناكيت : جاد ، جواد ، أسيل ، رحاب ، نورهان ، وسيم ، هديل ، و شمسة . إلى كل الزملاء في الحياة الجامعية والى كل الأصدقاء و اخص بالذكر : أحمد ، العيد ، سامي ، عامر ، جمال ، خلاف ، كوثر .

إلى كل من ساهم من قريب أو بعيد بكلمة طيبة أو فكرة نيرة أو بسملة صادقة في إنجاز هذا البحث

إلى كل أساتذة و عمال معهد العلوم و التقنيات النشاطات البدنية و الرياضية .

بتواضع أهدي هذا العمل

اعميري حسان

فهرس المحتويات:

- شكر وعرفان.....
- إهداء.....
- فهرس المحتويات.....
- قائمة الجداول.....
- قائمة الاشكال.....
- مقدمة.....(أ)

الفصل الأول: الخلفية النظرية والدراسات السابقة.

تمهيد.

المحور الأول: الكرة الطائرة

- تاريخ ونشأة الكرة الطائرة.....(5)
- انتشار وشعبية الكرة الطائرة.....(6)
- أهم التواريخ الهامة في تطور الكرة الطائرة.....(6)
- فكرة عامة عن الكرة الطائرة.....(8)
- العناصر الأساسية في الكرة الطائرة.....(9)
- المهارات الحركية الأساسية في الكرة الطائرة.....(9)
- مفهوم المدرب الرياضي.....(10)
- مفهوم الفريق الرياضي.....(10)

المحور الثاني: المراهقة.

- تعريف المراهقة.....(11)
- خصائص مرحلة المراهقة.....(11)

فهرس المحتويات:

- (13) - دور الرياضة عند الفئة من 14 إلى 17 سنة
- (14) - علاقة المراهق بالرياضة
- (14) - التطور البدني لدى المراهقين
- (15) - الرياضة عند المراهقين
- (15) - مرحلة المراهقة (14-17 سنة)
- (16) - تطور مختلف الصفات عند هذه الفئة (14-17 سنة)

المحور الثالث: الضرب الساحق.

- (17) - تعريف الضرب الساحق
- (17) - أهميته
- (18) - الأساس الفني للضرب الساحق
- (19) - أنواع الضرب الساحق
- (21) - أهم العوامل المساعدة على قوة الضربة

المحور الرابع: الأداء الرياضي

- (22) - مفهوم الأداء
- (23) - أنواع الأداء
- (24) - العوامل المساهمة في الأداء
- (26) - علاقة القدرة بالأداء الرياضي
- (26) - سلوك الأداء الرياضي
- (27) - اثبات الأداء الرياضي خلال المنافسة
- (27) - العوامل المؤثرة على درجة الثبات الرياضي للاعب خلال المنافسة
- (27) - تدعيم ثقة الرياضي في نفسه

الدراسات السابقة والمشاهدة..... (30)

الفصل الثاني: الإطار العام للدراسة

الكلمات الدالة في الدراسة..... (41)

الإشكالية..... (44)

الفرضيات..... (45)

أهمية الدراسة..... (45)

أهداف الدراسة..... (45)

الفصل الثالث: الإجراءات الميدانية للدراسة

الدراسة الاستطلاعية..... (47)

منهج المتبع..... (48)

متغيرات البحث..... (48)

مجتمع وعينة البحث..... (48)

مجالات الدراسة..... (52)

الأدوات المستخدمة في الدراسة:..... (52)

الأساليب الإحصائية..... (54)

الفصل الرابع: عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها

تمهيد

1- عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها..... (59)

فهرس المحتويات:

2-مناقشة النتائج في ضوء الفرضيات.....(82)

الفصل الخامس: استنتاجات واقتراحات

1-اقتراحات وتوصيات.....(85)

2- المراجع المعتمدة في الدراسة

3-الملاحق

4-ملخص الدراسة

قائمة الجداول

رقم الجدول	العنوان	الصفحة
01	يوضح مختلف المهارات الاساسية في كرة الطائرة	10
02	يوضح مجتمع البحث المتمثل في الفئات الشبانية لرابطة ولاية برج بوعريريج	51
03	يوضح أفراد عينة البحث لنادي شباب المهير	53
04	يوضح فعالية السحق في المباراة الاولى حسب الأشواط	61
05	يوضح فعالية السحق في المباراة الثانية حسب الأشواط	62
06	يوضح فعالية السحق في المباراة الثالثة حسب الأشواط	63
07	يوضح فعالية السحق في المباراة الرابعة حسب الأشواط	64
08	يوضح فعالية السحق في المباراة الخامسة حسب الأشواط	65
09	يوضح فعالية السحق في المباراة السادسة حسب الأشواط	66
10	يوضح إجابات المدربين لنوع الشهادة المتحصل عليها	67
11	يوضح عدد سنوات خبرة المدربين	68
12	يوضح المهارة التي يركز عليها المدربون في المباريات	69
13	يوضح ما إذ كان المدربون يعتمدون على برنامج خاص لمهارة السحق	70
14	يوضح عدد الحصص التي ترمج فيها مهارات السحق في الشهر	71
15	يوضح الصعوبات التي يواجهها المدربون في تلقين مهارة السحق	72
16	يوضح كيفية تصرف المدرب عندما يلاحظ ان اللاعبين يخطئون في السحق	73
17	يوضح ما إذ كان تحسين مهارة السحق يرفع من فاعلية الهجوم أثناء المنافسة ام لا	74
18	يوضح ما إذ كان السحق اصعب مهارة يمكن تعلمها ام لا	75
19	يوضح كيفية تنمية مهارة السحق	76
20	يوضح ما إذ كان تطور السحق في المنافسة أو التدريب	77
21	يوضح التحضير الأكثر ملائمة لتنمية هذه التقنية وهذه الفئة	78
22	يوضح الإجراءات التي يقوم بها المدرب قصد الوصول للأداء الجيد	79
23	يوضح اسلوب اللعب الذي ينتهجه المدربون أكثر في هذه الفئة	80
24	يوضح ما إذ كان المدربون يستخدمون الجمل التكتيكية في الهجوم	81
25	يوضح الدلالة الإحصائية لأسئلة المحور الأول الخاصة بإجابات المدربين	82
26	يوضح الدلالة الإحصائية لأسئلة المحور الثاني الخاصة بإجابة المدربين	83

قائمة الأشكال :

رقم الشكل	العنوان	الصفحة
01	يمثل مهارة السحق المتموج الأمامي (الأمريكي)	19
02	يمثل مهارة الضرب الساحق الموجه	19
03	يمثل التكتيكات اللعب في المنطقة الخلفية	20
04	يمثل مهارة التمرير من أمام الرأس الى الأمام	24
05	أعمدة بيانية تمثل نسبة فعالية السحق في المباراة الأولى حسب الأشواط	61
06	أعمدة بيانية تمثل نسبة فعالية السحق في المباراة الثانية حسب الأشواط	62
07	أعمدة بيانية تمثل نسبة فعالية السحق في المباراة الثالثة حسب الأشواط	63
08	أعمدة بيانية تمثل نسبة فعالية السحق في المباراة الرابعة حسب الأشواط	64
09	أعمدة بيانية تمثل نسبة فعالية السحق في المباراة الخامسة حسب الأشواط	65
10	أعمدة بيانية تمثل نسبة فعالية السحق في المباراة السادسة حسب الأشواط	66
11	أعمدة بيانية تمثل نسبة إجابة المدربين لنوع الشهادة المتحصل عليها	67
12	أعمدة بيانية تمثل نسبة عدد سنوات خبرة المدربين	68
13	أعمدة بيانية تمثل نسبة المهارة التي يركز عليها المدربون في التدريبات	69
14	أعمدة بيانية تمثل نسبة ما إذ كان المدربون يعتمدون ببرنامج خاص لمهارة السحق	70
15	أعمدة بيانية تمثل نسب عدد الحصص التي ترمج فيها مهارة السحق في الشهر	71
16	أعمدة بيانية تمثل نسبة الصعوبات التي يواجهها المدربون في تلقين مهارة السحق	72
17	أعمدة بيانية تمثل نسب كيفية تصرف المدربين عندما يلاحظ ان اللاعبين يخطئون في السحق	73
18	أعمدة بيانية تمثل نسب ما إذ كان تحسين مهارة السحق يرفع من فاعلية الهجوم أثناء المنافسة	74
19	أعمدة بيانية تمثل نسبة ما إذ كان السحق اصعب مهارة يمكن تعلمها	75
20	أعمدة بيانية تمثل نسبة كيفية تنمية مهارة السحق	76
21	أعمدة بيانية تمثل نسبة ما إذ كان تطور السحق في المنافسة أو تدريب	77
22	أعمدة بيانية تمثل نسبة التحضير الأكثر ملائمة لتنمية هذه التقنية	78
23	أعمدة بيانية تمثل نسبة الإجراءات التي يقوم بها المدرب قصد الوصول الى الأداء الجيد	79
24	أعمدة بيانية تمثل نسبة أسلوب اللعب الذي ينتهجه المدربون أكثر في هذه الفئات	80
25	أعمدة بيانية تمثل نسب ما إذ كان المدربون يستخدمون الجمل التكتيكية في الهجوم أم لا	81

مقدمة:

تحتل الرياضة مكانة عالية في المجتمع المعاصر وذلك بنوعيتها الترفيهية والتنافسي وقد اهتم الإنسان بهذه الظاهرة منذ أن كانت مجرد حركات إلى أن أصبحت تخضع إلى قوانين وقواعد قابلة للتطور والدراسة والتصنيف من حيث الأهمية وطرق الأداء وكذا من حيث التخصصات، فظهرت رياضات فردية وأخرى جماعية، ومن بين هذه الرياضات الجماعية نجد لعبة الكرة الطائرة.

لذا فإن التاريخ الرياضي يعتبر الكرة الطائرة من الألعاب الجماعية التي جاء اختراعها نتيجة البحث عن طريقة جديدة لقضاء أوقات الفراغ فهي لعبة سهلة المنافسة لا تحتاج إلى معدات وهياكل كبري بالمقارنة مع الرياضات الجماعية الأخرى، يغيب فيها عنصر الاحتكاك البدني بالخصم مما يجعلها رياضة تقل فيها الإصابات ويكثر الإقبال عليها من كل الأعمار والجنسين. عقيل الكاتب ، عامر جابر السعدي 2002 ، ص 08.

ولاشك أن الكرة الطائرة من الرياضات الأكثر شعبية في العالم وشعبيتها لا تنحصر في عدد ممارسيها فحسب بل تتعدى إلى محبيها ومناصريها، ومن المؤكد أن الكرة الطائرة قطعت أشواطاً كبيرة في مختلف مراحلها من بدايتها عام 1895م إلى حد الآن وشهدت مختلف جوانبها التكتيكية والتقنية وخاصة فيما يتعلق بالمهارات الأساسية في الكرة الطائرة (السحق).

وبما أن الكرة الطائرة تخضع لظهور قوانين جديدة وهذا من أجل إضفاء أكثر إثارة في اللعب، من خلال الحركات الهجومية والدفاعية وخطط اللعب، فإن كل الفرق التي تسيطر على الكرة الطائرة تمارس خطة هجومية المنح وفعالة، ومن هنا نلاحظ أن الهجوم الجيد مفتاح الفوز.

ويعتبر السحق من أهم المهارات في الكرة الطائرة والعنصر الرئيسي والفعال في الهجوم حيث أن بعض الدراسات بينت أن ما نسبته 60% من النقاط المسجلة في المباريات عن طريق هذه المهارة والذي هو موضوع بحثنا (تأثير فعالية السحق على مستوى الأداء لدى فرق الكرة الطائرة لفئة أقل من 17 سنة)

الذي كانت أهميته إظهار القيمة الحقيقية لمهارة السحق ومدى أهميتها أثناء المنافسة. (نفس المرجع ص 49)

ومن أجل حصد نتائج البحث وثماره كان هدف بحثنا إظهار القيمة الحقيقية لمهارة السحق ومدى أهميتها أثناء المنافسة، والذي نهدف من خلاله إلى لفت انتباه المدربين والتقنيين إلى هذه المهارة خاصة بالنسبة لهذه الفئة التي تعتبر فئة المستقبل، وهذا ما دفعنا إلى طرح التساؤل التالي:

هل فعالية السحق عند لاعبي الكرة الطائرة يساهم بطريقة فعلية في تحسين الأداء ؟

وتناولنا في هذه الدراسة خمسة فصول كانت كالتالي الفصل الأول احتوى على الخلفية النظرية والدراسات السابقة

واشتملت على كرة الطائرة ، الضرب الساحق ، المراهقة ، الأداء الرياضي، الدراسات السابقة و المشاهدة أما الفصل الثاني فاحتوى على الكلمات الدالة في الدراسة وشمل تعريفات لغوية واصطلاحية وإجرائية لمتغيرات الدراسة إضافة إلى إشكالية الدراسة والتساؤلات والأهداف والأهمية والفرضيات.

أما الفصل الثالث فكان تحت عنوان الإجراءات الميدانية للدراسة واحتوى على الدراسة الإستطلاعية والمنهج المتبع في الدراسة إضافة إلى مجتمع وعينة البحث وكيفية إختيارها والتعريف بأداة الدراسة وكيفية استخدامها في الدراسة وشرح كيفية التطبيق الميداني للأداة.

أما الفصل الرابع فكان تحت مسمى عرض وتحليل النتائج حيث تم تحليل عبارات استمارة الاستبيان واداة الملاحظة كل على حدى وفق إجابات اللاعبين والمدربين إضافة إلى تحليل النتائج في ضوء الفرضيات.

أما الفصل الخامس الذي هو بعنوان استنتاجات واقتراحات واحتوى على أهم الاستنتاجات التي تعرف عليها الباحث من خلال تحليله لاستمارة المقياس إضافة إلى وضع الآفاق المستقبلية للدراسة.

الفصل الأول

الخلفية النظرية والدراسات السابقة

تمهيد:

تطرقنا في هذا الفصل إلى أربعة محاور أساسية تمثلت في:

المحور الأول: نجد عموميات حول كرة الطائرة، تاريخها، ومميزاتها، شعبيتها، والقوانين، ومختلف التقنيات في الكرة الطائرة

وتعتبر الكرة الطائرة من الرياضات الجماعية الحديثة والتي تتميز عن باقي الرياضات بجانبها الجمالي وكذا قلة الإصابات لعدم وجود الاحتكاك بين اللاعبين حيث مبدؤها هو الحفاظ على الكرة في الهواء .

المحور الثاني: وهو يتناول موضوع المراهقة تعريفها، خصائص هذه مرحلة، دور الرياضة عند الفئة من 14 إلى 17 سنة، التطور البدني لدى المراهقين، والرياضة عند المراهقين

كما تعتبر مرحلة المراهقة من المراحل الأساسية في حياة الطفل وتشمل على عدة متغيرات في كل المستويات، وإن كلمة المراهقة Adolcience مشتقة من الفعل اللاتيني (Adolceres) ومعناه التدرج نحو النضج البدني والجنسي والانفعالي، وتقع في الفترة بين البلوغ الجنسي والرشد حيث تلي مرحلة الطفولة وتسبق مرحلة البلوغ. (زيدان، 1958، صفحة 20)

المحور الثالث: هو موضوع دراستنا والمتمثل في السحق ونجد فيه تعاريف وأهمية والأساس الفني للضرب الساحق، وأنواع الضرب الساحق).

السحق وكغيره من تقنيات الكرة الطائرة يعتبر من أهم المهارات في هذه اللعبة والعنصر الرئيسي والفعال في الهجوم حيث أن بعض الدراسات بينت أن ما نسبته 60% من النقاط المسجلة في المباريات، وتقنية السحق تتطلب عدة عناصر وصفات بدنية لتنفيذها بالشكل الصحيح والطريقة المثلى والفعالة ومنها القوة والسرعة والرشاقة والقوة المميزة بالسرعة وأهم صفة هي صفة الارتقاء التي تعد الركيزة الأساسية لتنفيذ هذه المهارة كافة أشكالها. أي أنه كلما زادت فعالية الاستقبال وقلت نسبة الأخطاء كانت نسبة الفوز بالمباراة أكبر.

المحور الرابع: وقد تناولنا فيه مفهوم وأنواع الأداء، والعوامل المساهمة في الأداء الرياضي، بالإضافة إلى سلوك وعلاقة القدرة بالأداء الرياضي.

إن الأداء الرياضي يشمل جميع ميادين الحياة من سلوكات ونشاطات يقوم بها الفرد بشكل مستمر متواصل في كل أفعاله و أقواله لتحقيق أهداف معينة ومن أجل بلوغ حاجاته وأغراضه المحددة سواء كان في المجال العلمي أو المجال التعليمي أو في المجال الرياضي.

المحور الأول: الكرة الطائرة.

1-1- تاريخ ونشأة الكرة الطائرة:

فكرة طيران الكرة في الهواء وإعادتها هي لعبة قديمة جدا منذ 3000 سنة تقريبا قبل الميلاد، مما تدل عليها الآثار الموجودة في مقابر الفراعنة في بني حسن.

وهناك صور أخرى قديمة في أمريكا وإندونيسيا تشير إلى قذف الكرة ولقفيها من جانب إلى آخر وذلك منذ حوالي 3000 سنة، أما في اليابان قديما فقد كانت محاولات لعب الكرة تدور حول قذف الكرة في هدف ما. وهناك معلومات وتقارير نظرية تشير إلى أنه في البرازيل وفي شمال أمريكا كانت محاولات لعب الكرة تقام بين فريقين كل منهما يحاول الحصول على الكرة ويرميها لفريقه. ومنذ ذلك الوقت تمت الألعاب التي لها هدف (جول) مثل كرة القدم وكرة السلة وغيرها أما في أمريكا الجنوبية فقد كانت الفورمة الأصلية للعب بالكرة هي السعي في المباراة إلى قذف الكرة من جهة أخرى بين الفريقين.

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

ويرجع منشئ الكرة الطائرة إلى ويليام مورجان" مدرس التربية البدنية والمدير السابق لجمعية الشبان المسيحية ببوليوود بولاية ماساشوسيتي، وقد أطلق عليها اسم "مينونيت" Menonet وقد شاهد هذه اللعبة الدكتور "هال ستيد" حيث اقترح تغيير اسمها إلى الكرة الطائرة نظرا لأن الفكرة الرئيسية للعب هي طيران الكرة عاليا خلفا وأماما لعبور الشبكة، فكان هذا عام 1895م.

وقد استعمل ويليام مورجان شبكة التنس وثبتها على ارتفاع ستة أقدام من الأرض (184 سم) وكانت الكرة المستعملة هي مائة كرة السلة الداخلية، ولما كانت المائة خفيفة كما كانت كرة السلة بغلافها الخارجي ثقيلة فقد صنعوا كرة أصغر تناسب مع تأدية اللعبة

وقد انتشرت لعبة الكرة الطائرة في العالم أجمع منذ ذلك الوقت، مما ساعد على انتشارها بين الشباب هو رغبتهم في إيجاد ألعاب صيفية مناسبة كالألعاب الشتوية (الرجبي، كرة القدم، البيسبول، مسافات الميدان والمضمار) يستطيعون ممارستها. (طه، 1999، الصفحات 11-12)

1-2- انتشار وشعبية الكرة الطائرة:

انتشرت لعبة الكرة الطائرة على المستوى الشعبي العالمي عام 1900، عندما أصبحت كندا أول دولة تتبنى هذه اللعبة، وفي نفس الوقت من العام انتقلت إلى الهند ثم الفلبين، والبيرو 1910، وفي كوبا 1905 ثم انتقلت إلى إنجلترا عام 1914، وقد دخلت لعبة الكرة الطائرة إلى أوروبا عن طريق الجيش الأمريكي أثناء الحرب العالمية الأولى، وبعد انتهاء الحرب انتشرت اللعبة في يوغسلافيا 1918، وفي تشيكوسلوفاكيا وبولندا عام 1919 وفي الإتحاد السوفيتي 1922، وفي إفريقيا عام 1923.

1-3 أهم التواريخ الهامة في تطور الكرة الطائرة:

- 1895 - الكرة الطائرة تحت اسم مينويتت بواسطة أوليام مورجان".
- 1896 - تغير اسم اللعبة إلى الكرة الطائرة بواسطة الدكتور "هالستيد".
- 1897 - صدر أول كتيب لقوانين وأسس اللعبة من جمعية الشبان المسيحية بالولايات المتحدة الأمريكية .
- 1900 - كندا أول دولة تمارس الكرة الطائرة خارج الولايات المتحدة الأمريكية.
- 1905 - انتقلت الكرة الطائرة إلى كوبا.
- 1906 - انتقلت الكرة الطائرة إلى الصين.
- 1908 - انتقلت الكرة الطائرة إلى اليابان.
- 1913 - أول دورة أسيوية للكرة الطائرة.
- 1918 - انتقلت لعبة الكرة الطائرة إلى فرنسا.
- 1920 - ظهرت الكرة الطائرة بالإتحاد السوفيتي وجمهوريات البلطيق وبولندا.
- 1922 - أول بطولة للكرة الطائرة في الو.م.أ وكندا، أول بطولة دولية للكرة الطائرة للرجال بتشيكوسلوفاكيا .
- 1923 - انتقلت اللعبة إلى إفريقيا الوسطى ومصر وتونس والمغرب.
- 1925 - أول قانون للكرة الطائرة في الإتحاد السوفيتي.
- 1927 - ظهر أول كتاب في الكرة الطائرة في روسيا بواسطة تشير كاسوف".
- 1928 - أول خطوة لإنشاء الإتحاد الدولي للكرة الطائرة.
- 1932 - الكرة الطائرة للسيدات أدرجت في الألعاب الأولمبية في السلفادور .
- أول مرجع في الكرة الطائرة بالولايات المتحدة الأمريكية.

- ظهور تكتيك جديد للعبة يجمع بين المدرسة الدفاعية لجنوب شرق آسيا والمدرسة الهجومية الأوروبية.
- 1947 - من 18 إلى 20 أبريل أسس أول إتحاد دولي للكرة الطائرة مكون من 14 دولة مقره باريس وهم : بلغاريا، تشيكوسلوفاكيا، مصر، فرنسا، هولندا، النمسا، إيطاليا، بولندا، البرتغال، رومانيا، الأرجواي، أمريكا، يوغسلافيا.
- 1949 - أول بطولة دولية للرجال والسيدات وفاز بها الإتحاد السوفيتي.
- 1952 - أقيمت أول بطولة العالم في موسكو للرجال والسيدات.
- 1957 - تم إدراج الكرة الطائرة في الألعاب الأولمبية كلعبة واسعة الانتشار.
- 1964 - أول دورة أولمبية تشرك فيها لعبة الكرة الطائرة بطوكيو وقد اشتركت فيها عشرة (10) فرق للرجال وستة (06) فرق سيدات وفاز الإتحاد السوفيتي ببطولة الرجال واليابان للسيدات.
- 1965 - أول بطولة لكأس العالم للرجال أقيمت في بولندا.
- 1968 - ثاني دورة أولمبية بالمكسيك وفاز بها الإتحاد السوفيتي رجال وسيدات.
- 1972 - ثالث دورة أولمبية في ميونيخ (ألمانيا) وقد فاز رجال اليابان، وسيدات الإتحاد السوفيتي.
- 1973 - أول بطولة لكأس العالم للسيدات أقيمت بالأرجواي.
- 1975 - أقيمت أول بطولة كأس إفريقيا الشمالية، أول بطولة إفريقيا للسيدات في داكار (السنغال). - أول مسابقة للكرة الطائرة المصغرة (ميني فولي في السويد.
- 1976 - رابع دورة أولمبية في مونتريال كندا) وقد فازت بولندا للرجال واليابان للسيدات.
- 1977 - أول بطولة العالم للناشئين أقيمت بالبرازيل وقد فاز الإتحاد السوفيتي للناشئين وكوريا للناشئات.
- 1980 - الدورة الأولمبية الخامسة (موسكو) وقد فاز الإتحاد السوفيتي رجال وسيدات.
- . أصبح الإتحاد الدولي يضم 135 إتحاد إقليمي.
- 1984 - الدورة الأولمبية السادسة في لوس أنجلس وقد فازت الولايات المتحدة الأمريكية للرجال والصين للسيدات، وقد تم انتخاب الدكتور "روبن أكوستا" رئيسا للإتحاد الدولي، أصبح عدد أعضاء الإتحاد الدولي 156 دولة.
- 1988 - الدورة الأولمبية السابعة بسيول كوريا) وقد فازت الولايات المتحدة الأمريكية للرجال، روسيا للسيدات.

1992 - الدورة الأولمبية الثامنة ببرشلونة (إسبانيا) وقد فازت البرازيل للرجال وروسيا للسيدات.

1996 - الدورة الأولمبية التاسعة بأتلانتا (أمريكا) وقد فازت هولندا للرجال وكوبا للسيدات.

1998 - أقيمت بطولة العالم للرجال والسيدات في اليابان وهي آخر بطولة دولية في القرن العشرين (20).
(طه، و1999، الصفحات 12-14)

1-4- فكرة عامة عن الكرة الطائرة:

الكرة الطائرة هي لعبة جماعية تتكون من فريقين متنافسين، ويتكون كل فريق من ستة (06) لاعبين، ويفصل الفريقان بواسطة شبكة موضوعة في منتصف ملعب مقاسه 189x مترا، تقوم هذه اللعبة على محاولة جعل الكرة تسقط في ملعب المنافس، وإجباره على فقدان تناول الكرة أو إعادة الكرة فوق الشبكة بحيث تسقط خارج الملعب، ويسمح لكل فريق بلعب الكرة حتى ثلاث مرات في جانب ملعبهم قبل أن تعبر الشبكة، وتضرب الكرة بأي جزء من الجسم فوق الوسط بشرط عدم استقرارها.

وإذا استقرت الكرة لحظة بين ذراعي أو يدي لاعب ما تعتبر الكرة محمولة ويحتسب خطأ، ويجب أن تضرب الكرة بطريقة واضحة فقط، أما إذا رفعت الكرة أو دفعت فإنها تعتبر كرة محمولة.

ويقف اللاعبون الستة (06) ثلاثة أماما وثلاثة خلفا، ولتعرف عليهم فإنهم يكونون مرقمون وفقا لمراكزهم التي يلعبونها لحظة الإرسال يكون اللاعب الخلفي الأيمن مركز (1)، واللاعب الذي أمامه مباشرة مركز (2)، ويتبع التوالي عكس عقارب الساعة ويختلف مركز اللاعب في الملعب مع كل دوران.

أما الأرقام الموجودة على فانلات اللاعبين فالغرض منها هو استخدامها للتعرف عليهم أثناء التبديلات وعند مناقشة ترتيب الدوران والتشكيلات الخططية لجعلها أسهل، وعندما يستبعد الفريق الإرسال يتحرك اللاعبون مكانا واحدا في اتجاه عقارب الساعة بحيث يدور كل لاعب حول الملعب ليلعب كل مركز بالتناوب، وبمجرد لعب الإرسال فإنه يمكن لأي لاعب أن يتحرك لأي مكان في الملعب للعب الكرة. وهناك تحديد واحد لنمط الضربة التي قد تلعب في بعض المواقف، فاللاعبون الخلفيون مراكز 1، 6، 5 لا يحق لهم لعب الكرة لتعبر الشبكة في منطقة الهجوم عندما تكون الكرة في مستوى سطح الحافة العليا للشبكة، وهذا يؤكد أنه بمجرد أن يلف اللاعبون إلى الملعب الخلفي فإنه لا يسمح بأن يكونوا لاعبين مهاجمين.

وفي نهاية اللعبة يتقرر الفوز بنقطة أو إرسال، فإذا كان اللاعبون الفائزون في اللعبة هم الذين قاموا بالإرسال يفوزون بنقطة، أما إذا أضعوا الإرسال فالنقطة تكون للفريق المنافس. (فرج، 1990، الصفحات 45 - 47)

وفوز الفريق بالشوط إذا حصل على 25 نقطة وبفارق نقطتين على الأقل مثل 23 مقابل 25 أو 24 مقابل 26 ويمكن أن يصل مثلا إلى 34 مقابل 36 أو أكثر، وتلعب المباراة للفوز بثلاث أشواط من خمسة.

1-5- العناصر الأساسية في الكرة الطائرة:

وتعتبر اللياقة البدنية الهامة التي يستطيع بها اللاعب التحرك في الملعب بسرعة للوصول إلى الكرة أو المكان المناسب، ويلزم اللاعب القوة حتى يستطيع الوثب لأعلى وأداء الضربات بقوة كبيرة، كذلك يحتاج إلى قوة عضلات الرجلين للمساعدة على الوقوف في الدفاع عن الإرسال والدفاع عن الملعب، هذا بالإضافة إلى أن اللاعب ينبغي أن تكون لديه القدرة على التحمل حتى لا يشعر بالإرهاق أثناء اللعب أو في المباراة إذا طالت مدتها، كما يحتاج إلى تنمية الرشاقة والمرونة لكي يستطيع أداء المهارات المختلفة في مداها الواسع وفي اتجاهاتها المختلفة.

وتعلم المهارات الحركية عنصر أساسي هام لأنه يمكن أداء الخطط بصورة جيدة إلا إذا كان اللاعب يؤدي المهارات بدقة واتقان، وهناك عدد كبير من المهارات اللازمة للكرة الطائرة منها مهارات تؤدي باليدين معا فوق الرأس كمهاري التمير من أعلى الإعداد والصد، ومنها مهارات تستخدم اليدين بيد واحدة فوق الرأس مثل إرسال التنس والإرسال الخاطف والضرب الساحق، ومنها مهارات تستخدم اليدين معا أسفل مستوى الرأس كالتمير من أسفل (الدفاع عن الإرسال والدفاع عن الملعب)، ومنها مهارات تستخدم يد واحدة أسفل مستوى الرأس كالإرسال من أسفل (المواجه والجانب) والدفاع عن الملعب بيد واحدة.

وقد تكون عملية تعليم الخطط لها المرتبة الأولى في الأهمية، حيث أنه لا يمكن أن يكون هناك لعب ما لم يكن اللاعب حسن التصرف في توجيه المهارة التي يؤديها من إرسال، ضرب ساحق أو إعداد مثلا، وكيف يستغلها، وبذلك يكون هناك تأثير وفعالية في العب.

هذا وتعتبر اللياقة النفسية عنصرا أساسيا لكل نشاط رياضي، وتتميز بالإرادة القوية، التصميم والرغبة في تحقيق الهدف المراد بلوغه، ويستطيع الفريق أن يصل إلى المستويات العالية وتحقيق النجاح إذا كانت هناك ثقة في النفس وتعاون بين اللاعبين، أما الغرور والكبرياء فمصييره الفشل، وينبغي على اللاعب أن يكون مطيعا للمدرب أو المعلم، ويبدل كل جهده في تنفيذ الواجبات المطلوبة منه، كما عليه أن يتسم بالصبر حتى يستطيع إصلاح أخطائه وتحسين مستواه. (قرج، 1990، الصفحات 52-53)

1-6- المهارات الحركية الأساسية في الكرة الطائرة:

المهارات الحركية هي القدرة على أداء عمل حركي بصورة تتميز بالسهولة والدقة والاقتصاد في بذل الجهد، وتنقسم المهارات الحركية في الطائرة إلى ستة (06) مجموعات أساسية هي:

وتنقسم هذه المهارات إلى مجموعتين إحداها هجومية والأخرى دفاعية كما هو موضح في الجدول التالي:

المهارات الحركية الأساسية في الكرة الطائرة

المهارات الهجومية	المهارات الدفاعية
- الإرسال	- الدفاع عن الإرسال
-الإعداد	- الصد
- الضرب الساحق	- الدفاع عن الملعب

الجدول (01)، يوضح مختلف المهارات الأساسية في الكرة الطائرة. (فرج، 1990، صفحة 52)

1-7- مفهوم المدرب الرياضي

المدرب الرياضي هو الشخصية التي تقوم على عاتقها مهمة القيام بتخطيط وقيادة الفريق للتدريب وقيادة المباريات، كما أنه أيضا شخصية تربوية ذات تأثير مباشر في التنمية الشاملة المتزنة للاعبين. (إبراهيم، 2001، صفحة 31)

المدرب الرياضي هو الشخص الذي يتولى قيادة عملية تربية الرياضي وتعليمه ويؤثر مباشرة على تنمية مستواهم الرياضي والخلقي ويعمل على التطوير الشامل المتزن لشخصية الرياضي، وتتأسى شخصية تربية الرياضي وتعليمه على مقدار ما يتحلى به المدرب الرياضي من خصائص وقدرات ومهارات ومعارف ومميزات معينة. (حسين، 1998، صفحة 24) |

1-8- مفهوم الفريق الرياضي:

هو الجماعة التربوية التي تتكون اختياريا في النادي أو المدرسة أو المؤسسة فيسمى فريقا، يقوم بممارسة نوع من الأنشطة الرياضية المرغوبة والتي تخضع في ممارستها إلى لوائح وقوانين عامة.

والفريق بهذا التصور هو الجماعة الاجتماعية التي تتكون من أكثر من فردين وتعمل على إشباع الحاجات السيكولوجية لأعضائها مثل الشعور بالانتماء والتمايز كما أنها تشبع حاجاتهم البدنية وهي بطبيعة وجودها تحقق هدفا مشتركا للأعضاء تتحدد له الأدوار وتشابك في تفاعل ديناميكي يؤدي إلى ظهور ثقافة ومعايير الفريق، حيث تمارس ضغوطه لإخضاع الأعضاء لهذه القيم والمعايير السائدة. (الهلاي، 2005، صفحة 239)

الفريق الرياضي عبارة عن فردين لاعبين أو أكثر يسلكون طبقا لمعايير مشتركة ولكل فرد "لاعب" في الفريق دور يؤديه، مع تفاعل هذه الأدوار بعضها مع بعض سعيًا لتحقيق هدف مشترك. (علاوي، 1998، صفحة 37)

المحور الثاني: المراهقة.

1-9- تعريف المراهقة:

المراهقة إحدى المراحل العمرية الهامة في حياة الإنسان، وتعني في الأصل اللغوي: الاقتران فرائق الفلاح أي قارب الاحتلام، ورهقت الشيء رهقا أي قريب منه" (سعد، 1991، صفحة 157)

وكلمة المراهقة اصطلاحاً تدل على مرحلة النمو المتوسطة بين الطفولة والرشد الذي يسبب كثيراً من القلق والاضطراب النفسي ويشار إلى هذه المرحلة "مرحلة أزمة نفسية كما يتم في هذه الفترة نضج الوظائف البيولوجية والفيسيولوجية والجسمية عموماً حيث يبدأ الطفل بالشعور بنفسه جراء كل هذه التغيرات الجسمية البارزة التي تفاجئه ويشهد نقده لنفسه ولغيره فيصبح شديد الحساسية للمدح واللوم من جراء بروز القدرة على النقد لديه. فالمراهقة بالمعنى العام في المرحلة التي تبدأ بالبلوغ وتنتهي بالرشد فهي عملية بيولوجية حيوية عضوية في بدايتها وظاهرة اجتماعية في نهايتها، كما تعتبر جسر يعبر عليه المرء من طفولته إلى رجولته.

فقد تعددت أقوال العلماء حول تعريف المراهقة فيعرفها زين عباس عمارة "أنها أكثر من فترة عبور من الطفولة إلى الرشد ولها ميزات خاصة فإذا كانت الولادة تاريخ بداية الطفولة فإن المراهقة هي تاريخ بداية الرجولة". (عمارة ، 2000، صفحة 396)

1-10- خصائص مرحلة المراهقة:

1-10-1- الخصائص الجسمية:

أ- النمو الجسمي:

تتميز مرحلة المراهقة بسرعة النمو الجسمي واكتمال النضج، حيث يزداد الطول والوزن وتنمو العضلات والأطراف، ولا يتخذ النمو معدلاً واحداً في السرعة في جميع جوانب الجسم، كذلك تؤدي سرعة النمو هذه إلى فقدان المراهق القدرة على الحركة ويؤدي ذلك إلى اضطراب السلوك الحركي لدى المراهق، كذلك يلاحظ زيادة إفرازات بعض الغدد وضعف بعضها الآخر، فالغدة النكفية يزداد إفرازها ويؤدي إلى سرعة النمو في العضلات وخلايا الأعصاب. (كيسوي، 2003، صفحة 46)

ويبدأ زيادة الطول في الساقين أولاً ثم بعد ذلك في الجذع وتحدث هذه الزيادة أولاً في اليدين والرأس والأقدام، أما آخر جزء تكتمل فيه هذه الزيادة فهي الأكتاف. (إسماعيل، 1986، صفحة 38)

وكذلك تنمو الأجزاء العليا للجسم قبل الأجزاء السفلي، فتزداد المساحة السطحية كجبهة المراهق في أبعادها الطويلة والعريضة وينحصر كمدة الشعر إلى الوراء ويغلظ الأنف ويتسع الفم وتتصلب الأسنان وتغلظ". (العزیز)، 1970، صفحة 110)

وينمو الفك العلوي قبل الفك السفلي ليزداد بذلك تشوه معالم الوجه.

وتكتمل الأسنان الدائمة مع نهاية المرحلة ويبقى النضج الجسمي نھائياً. (سعيد، بدون سنة، صفحة 56)

ب- النمو الجنسي:

تبدأ الوظائف الجنسية في الظهور في هذه المرحلة نتيجة لنضج الغدد الجنسية، ويصاحب نمو الوظائف الجنسية

هذه نمو الشعر تحت الإبطن وفوق العانة، ونمو الشارب والذقن، وكذا ضخامة صوت المراهق، وبالنسبة

للإناث يصاحب نمو الوظائف الجنسية بروز في الصدر وكذلك تنمو الأرداف ويتسع الحوض وتظهر نعومة الصوت، وتؤدي هذه التغيرات إلى إحساس المراهقة بأنها شابة يافعة، وإلى الرجل بأنه أصبح رجلاً بالغاً. (كيسوي ، 2003، صفحة 29)

النمو الطولي والوزن ويتعلق المدى الزمني كسرعة النمو على بدء هذه الظاهرة، فالذين يبدأ نموم الطولي باكراً،

ينتهي مبكراً، والذين نموم الطولي متأخراً، ينتهي متأخراً، فطول الجسم وقصره يرتبط ارتباطاً كبيراً بنمو الجهاز

العظمي فهو يختلف باختلاف فترات النمو في الميلاد يتساوى الجنسان الذكور والإناث وفي سنة الرابعة للميلاد

تسبقه الأنثى، وتصل عظام الفتاة إلى اكتمال نضجها في سن 17، ويقترّب النمو العظمي للفتى من الفتاة في

سن 14، ويسبقها بعد ذلك" (السيد، 1998، صفحة 236)

د - النمو الحركي:

يرى الدكتور عماد الدين إسماعيل أن التغيرات السريعة التي تحدث في الطول والوزن بنسب متفاوتة في عظام الجسم

المختلفة قد تنشأ عنها بعض الاضطرابات في الحركة والتوازن، ذلك أن العادات أو المهارات الحركية التي اكتسبها

المراهق في طفولته السابقة تصبح غير مجدية في هذه الفترة". (إسماعيل ع، 1982، صفحة 43)

أو بعبارة أخرى وجب تعبيرها على حساب المتغيرات الجديدة التي ظهرت على الأعضاء ولا في المظاهر الخارجية

ويظهر التذبذب الانفعالي في سطحية الانفعال وفي تقلب سلوك وتصرفات الكبار أو قد يلاحظ النقص الانفعالي

كما يحدث بتذبذب الانفعال بين الحب والكره والشجاعة والخوف أو حين يتذبذب المراهق بين الانسراح

والاكتئاب وبين التبين والإتحاد وبين الانعزالية والاجتماعية، الحماس واللامبالاة، ويلاحظ الخجل والميول والانطواء

ومنه وجب على المراهق أن يكيف حركته مرة ثانية إزاء هذه التغيرات الجديدة ومن هناك قد تختلف تلك الركونة

العادية التي تشهد فيه، وقد يكون لهذا الأخير تعليقات من الآخرين تؤدي إلى خجل المراهق.

1-10-2- الخصائص الفسيولوجية:

إن الكلام عن الخصائص الفسيولوجية يمر حتماً بالكلام عن النمو الغددي والذي سنشير إليه باختصار تضم الغدة الصنوبرية والغدة التيموسية في المراهقة نتيجة نشاط الغدد الجنسية، ويبقى هرمون النمو الذي تفرزه الغدة النخامية قويا في تأثيره على النمو العظمي خلال المراهقة، حتى تؤثر عليه هرمونات الغدد الدرقية بالنضج الجنسي، فتزداد في بدء المراهقة، ثم تقل بعد ذلك بقرب نهايتها". (السيد، 1998، صفحة 234)

في هذه المرحلة يقاس نمو الأجهزة الداخلية بمدى قدرتها على تحويل وتمثيل المواد الغذائية إلى دم وخلايا جديدة، وإصلاح الخلايا التالفة وتزويد الجسم بالطاقة الحيوية الضرورية له.

وتبدو أثار الجهاز الدوري في نمو القلب والشرايين، ويبدأ مظهر هذا النمو في المراهقة في زيادة سريعة في سعة القلب، تقوق في جوهرها سعة وحجم وقوة الشرايين، حيث يؤثر هذا الضغط في كلا الجنسين وتبدو آثاره في حالات الإغماء والأعباء والصداع والتوتر والقلق.

ويضيف الدكتور زهران: "إن النمو الفسيولوجي في هذه المرحلة يتابع تقدمه نحو النضج، حيث تقل ساعات النوم عن ذي قبل، ليزداد الشهية والإقبال على الأقل، كما يرتفع ضغط الدم تدريجياً ونقص نبضات القلب". (زهران، 1983، الصفحات 40-41-42)

1-11-1- دور الرياضة عند الفئة من 14 إلى 17 سنة:

إن الإنسان عبارة عن وحدة متكاملة كفلا وجسما ووجدانا، فلا يستطيع أن يقوم بتجربة حركية لوحدها، بل لابد من عملية التفكير في الأداء الحركي مع الانفعال والتصرف، وإزاء هذا الموقف أصبحت الرياضة تهدف إلى تنمية الناشئ تنمية كاملة من الناحية الصحية والجسمانية والعقلية والاجتماعية، والنهوض به إلى المستوى الذي يصبح فيه عضواً فاعلاً في مجتمعه ووطنه وراعت في ذلك مراحل نمو الفرد وقسمتها ووضعت لها برامج معدلة تتماشى مع ميوله ورغباته وانفعالاته وتكوينه الجسماني وإعداده الصحي حتى تصل إلى الهدف وضعت ضمن أغراضه العامة والتي ندرجها حسب: علي بشير القاندي:

1 - 11 - 1 . تنمية الكفاءة البدنية:

والمقصود بها أن يكون الجسم سليم من الناحية الفسيولوجية أي سلامة الجهاز الدوراني التنفسي وكذا الجهاز العصبي العضلي وسلامة العظام والمفاصل، وأن يكون خالياً من التشوهات الجسمانية أو مصاباً بأمراض وراثية أو مكتسبة، وأن يراعي النظام الصحي في التغذية والنظافة وأن يعد الجسم بما يناسبه من تمارين وتدرجات تناسب مع المرحلة السنية لتنمي وتقوي العضلات والمفاصل وتنمي القدرة الوظيفية للأجهزة.

1-11-2 : تنمية الكفاءة الحركية:

ويرجع تنمية هذه القدرة إلى ما قدمناه من الناحية البدنية التي تؤهل الجسم بأن يؤدي جميع حركاته في كفاءة منقطعة النظير وإلى ما اكتسبه الجسم من خفة ورشاقة ومرونة في المفاصل وقوة وتحمل وسلامة آلية التنفس والجهاز الدوراني وغير ذلك من عناصر اللياقة البدنية حتى يستطيع أن ينشط في الأداء الحركي.

وقد رعى كذلك وضع تنمية القدرة الحركية في إطار محدد العمر والجنس وما يستطيع أن تحمله القدرة العضلية ككل مرحلة من الجهد حتى يعد له برنامج خاص بذلك ومن هنا فإن القدرة الحركية وسيلتها الوحيدة هي تدريب العضلات عن طريق ممارسة الرياضة. (الوهاب، 1983، صفحة 16)

1-11-3 تنمية الكفاءة العقلية:

إن سلامة البدن لها تأثير واضح على الخلايا العقلية وتحديدًا المتواصل من الناحية الفسيولوجية مما يمكنه من تأدية وظيفته على الوجه الأكمل، فالقدرة على استيعاب المعلومات ونمو القوى العقلية والتفكير العميق لا يأتي بصورة مرضية إلا إذا كان الجسم سليماً تماماً، حيث أن الجسم هو الوسيط للتعبير عن العقل والإرادة، وإن مجالات الألعاب المختلفة واكتساب المهارات الرياضية تصاحبها عمليات تتعلق بطريقة اللعب وقوانين الألعاب، كل هذه الأمور تتطلب تفكيراً عميقاً وتشغيباً للعقل.

1-12-1 - علاقة المراهق بالرياضة:

يرى منجر (1942) Moninjer أن اللعب والرياضة أنماط الصراع الرمزي الذي تولده النزوات الجنسية والعدوانية يمكن التحكم فيها وتوجيهها بفضل ممارسة الرياضة باعتبارها الوسيلة الوحيدة التي تمكن المراهق من إثبات ذاته وتكوين هويته والتحكم في انفعالاته وبالتالي الاندماج قصد التكيف الاجتماعي.

إن من ظواهر الشباب المعاصر كما قال: "إريك اريكسون" تتمحور أزمة تكوين الهوية فيتوقف نجاح الشباب في تحطيم هذه الأزمة على كيفية مواجهتهم لمشاكلهم والمشكلات الأساسية في هذه المرحلة من تحقيق السيطرة الذاتية على الدوافع الجنسية والعدوانية حتى يتم التحكم فيها دون كبتها. (الأفندي، 1965، الصفحات 444 - 445)

1-13-1 - التطور البدني لدى المراهقين:

إن رياضة المستوى تتطلب تدريباً إجبارياً وأكثر تعقيداً لمبدأ التدرج في حمل التدريب، ومنه نساءل:

- إلى أي حد يمكننا الوصول بالمراهق بواسطة التدريب؟ إن المراهقة تتميز بنمو وتطور متواصلين، هذا النظام سريع والتغيرات تظهر جليا ثلاثة عوامل تؤثر في النمو :

1 - 13 - 1 . عوامل محددة بعامل النضج: تتمثل في التغيرات المورفولوجية تحت تأثير الإفرازات الهرمونية.

2-13-1 عوامل ناجمة عن تدريب غير مخطط: كمثال النمو العظمي الذي لا ينتج إلا في أثناء وجود حمل متزن وكافي.

3-13-1 . عوامل ناجمة عن تدريب مخطط: كمثال التعليم النسبي لبعض الحركات المعقدة بالنسبة للمدرب من الضروري تبديل العاملين الأولين إنما بالعكس يجب معرفة بأي طريقة تتم عملية النمو الطبيعية فبدون تدريب خاص نتجاهل مركبات هذه الطريقة التي يمكن تعديلها بواسطة تدريب ملائم وفي أي وقت تكون أنسب.

14-1- . الرياضة عند المراهقين:

إن المراهق في سن (14-17) يكون منغمسا في ممارسة النشاط البدني والرياضي ومستعدا لتجاوز الحدود، ويتعلق بتحسين وتعديل مهارته الرياضية وتنمية استعداداته ومواهبه، وفي حدود سن 14 يكون قد انفصل عن النشاطات التقليدية ليتوجه نحو الرياضة مثل الكرة الطائرة، كرة اليد، التنس، ... إلى غير ذلك من أنواع الرياضة.

فبعدها كان لعب المراهق رمزي في مرحلة الطفولة يشترط في مرحلة المراهقة تنظيم تقني للعب بحيث يجب توفير العتاد والمكان وكل الظروف الملائمة للمراهقة وهي المرحلة التي يزيد فيها إبعاد المراهق عن السلبيات المهمة وغير الواضحة، دون أن يوفر له أو نقترح عليه الإمكانات الجذابة للاهتمام باللعب، ويرجع هذا ربما إلى علم معرفة التحول النفسي الذي يحدث عند كل مراهق وتعتبر الرياضة من أنواع اللعب المميزة التي توحد الجسد مع العقل حيث أن PARLEBAS المفكر الاجتماعي يرى أن الرياضة تربية حركية نفسية وحركية اجتماعية.

15-1 - مرحلة المراهقة (14-17 سنة):

هذه المرحلة تكون مرفقة بدفعة "poussee" ثانية للنمو، فيظهر ذلك من خلال الزيادة النسبية لوزن الجسم حيث يمكن ملاحظة ذلك قبل عامين عند الإناث قبل الذكور، وذلك راجع إلى تأثير الهرمونات الجنسية الفكرية، فمع بداية المراهقة تزداد قدرة التدريب بصفة ملحوظة فبين 13 و 15 سنة الذكور يصلون إلى 60% من قدرة الرياضي البالغ، في هذه المرحلة يجب العمل أساسا على تطوير القدرة الهوائية وكذا التقوية العضلية الكاملة والمنسجمة.

1-16-1- تطور مختلف الصفات عند هذه الفئة (14-17 سنة):

إن أداء برنامج تدريبي وتربوي سواء على المدى القصير والطويل لا يمكن أن يتم بدون دراسة تحليلية لمختلف العناصر التي تكون اللياقة البدنية والتي تتمثل في الصفات البدنية، فمعرفة مدى تأثير هذه الصفات تعتبر كمفتاح التدريب الطفل وهي بمثابة الطريق الوحيد الذي يسلكه المراهق للحصول على تطوير منسجم. (Hameni 1995)

1 - 16 - 1 . التنسيق: عموماً التنسيق يعرف أنه حركة مزدوجة بين الجهاز العصبي المركزي والجهاز العضلي من أجل أداء حركة رياضية صحيحة وحقيقية. ابتداء من سن 14-17 سنة يمكن ملاحظة تباطؤ فيما يخص التطورات القدرات التنسيقية وهذا بفعل تدخل عوامل بدنية شرطية.

1-16-2- المرونة: وتسمى أيضاً ليونة المفاصل وتعرف بأنها امتداد الحركات الإدارية الممكنة بالنسبة للمفصل أو عدة مفاصل حيث هذه الأخيرة تتعلق بمختلف خصائص الجهاز الحركي (العضلات، الأوتار، المفاصل...). فيما يخص الأداء الرياضي عامل الليونة يعمل على:

- تحقيق تسارع طويل معمق (مثال: رمي الرمح). - تحقيق التقنية الحركية (مثال: تجاوز الحواجز). - تساعد على تجنب الإصابات.

1-16-3- القوة:

في الميدان الرياضي تعرف القوة بأنها تشريح وفسولوجية " Physiologique Anatomique" التي تتجلى بقدرة مقاومة خارجية وتكون على ثلاثة أنواع:

* قوة التحمل: وهي قدرة الرياضي على مقاومة قوة خارجية كمدة زمنية طويلة.

* القوة الانفجارية: وتسمى أيضاً بالارتقاء وهي صفة حركية مهمة جداً، حيث كلما كان مستواها عال كان الرياضي له القوة والعقل إلى مستوى أحسن.

* القوة البحتة: تناسب القوة التي تضمنها عضلة أو مجموعة من العضلات أو إلى وزن أو كتلة عظمى يمكن نقلها أو رفعها مدة 2 إلى 3 ثواني وهي نوعان: . قوة ستانكسية.

- قوة ديناميكية. بالنسبة للفئة 10-15 سنة تتميز القوة بتنشيط عام أو متعددة الجوانب لمختلف المجموعات العضلية مع استخدام وزن الجسم وضم الأعمال الصغيرة ، أما مع بداية 16-17 سنة يبدأ الاستعمال بمختلف التمارين بالعارضة وبأعمال مختلفة (50 إلى 60 مت وزن الجسم) وهذا قصد تقوية البدنية العظيمة.

1-16-4 . السرعة: يمكن ذكر ثلاثة تعاريف للسرعة وهي: < للتعريف البدني: السرعة هي القدرة على جري مسافة قصوى في أقل زمن ممكن. < للتعريف السيكلوجي: السرعة هي تظهر في حالة الجهاز العضلي. < للتعريف البيولوجي: السرعة بقدرة كبيرة تكون فطرية.

فالمختصون في الميدان الرياضي يعرفون السرعة بأنها سرعة بدنية غالبا ما تكون فطرية، والتي تتطور وتحسن بصعوبة أثناء التدريب، ففي بعض الأحيان يرون للحصول على تحسين معتبر لا بد من تدريبات مناسبة ومنظمة خلال سن مبكر.

فتطور هذه الصفة يكون ملائما في الفترة الممتدة بين 10-12 سنة وذلك بالزيادة في توازن الحركات والتي تشترط الزيادة في السرعة مع أحسن أداء تقني وذلك عبر ألعاب شبه رياضية والتي تنمي صفة السرعة. بالنسبة للمسافات الطويلة، السرعة تشترط تطوير كبير لصفة (التحمل المميزة للسرعة) هذه الأخيرة تمثل قدرة الحفاظ على السرعة القصوى إلى غاية نهاية المسافة المحددة. المحور الثالث: الضرب الساحق.

1-17- تعريف الضرب الساحق:

هو عبارة عن ضرب الكرة بإحدى اليدين بقوة لتعديتها بالكامل فوق الشبكة وتوجيهها إلى ملعب الفريق المنافس بطريقة قانونية.

1-18- أهميته:

الهدف من الضرب الساحق في لعبة الكرة الطائرة هو الحصول على نقطة من نقاط المباراة أو الحصول على الإرسال، فلو ظلت لعبة الكرة الطائرة تلعب بدون الضربات الساحقة إلى أيامنا هذه واقتصرت على مجرد تمرير الكرة بين اللاعبين ووضعها في المكان الخالي من أرض ملعب الفريق الأخر لاستمرت مباراة الكرة الطائرة يوما كاملا بسبب ارتفاع مستوى الفرق الرياضية في تكتيكات الدفاع الحديثة واتخاذ المواقع المناسبة والسليمة يحول دون إيجاد ثغرات تتيح الحصول على نقاط بطريقة سهلة، لهذا ظهرت مهارة الضرب الساحق في الكرة الطائرة والتي تعتبر المهارة الهجومية الأساسية التي تعمل على تفوق الفرق المنافسة وتتطلب هذه المهارة نوعية معينة من لاعبين يتميزون بسرعة البديهة وحسن التصرف والثقة بالنفس، وارتفاع القامة وقوة عضلات الرجلين، والسرعة الحركية الفائقة، والرشاقة والتوافق العضلي، والقوة الانفجارية العالية في الوثب والضرب والدقة في الأداء الحركي وتوجيه الضربات في نقطة معينة بالإضافة إلى الهبوط الصحيح، وفي نفس الوقت الاستعداد للدفاع من موقعه.

لهذا لا يستطيع جميع اللاعبين أن يقوموا بأداء مثل هذه المهارات نظرا لاختلاف تكوينهم الجسمي وقدراتهم الحركية ومميزاتهم البدنية فيفضل تدريب جميع أفراد الفريق لأداء هذه المهارات، ومن ثم اختيار اللاعبين للقيام بمهام

أدائها أثناء المباريات، فهذا النوع من المهارات يتطلب دراسات دقيقة واعية وتدريبات جادة ومستمرة لإتقان أدائه. (طه، 1999، صفحة 112)

1-19- الأساس الفني للضرب الساحق:

ظلت الكرة الطائرة لفترة تلعب دون أن يستخدم فيها الضرب الساحق وبمرور الوقت اتضح أن الاعتماد على تمرير الكرة وتوجيهها إلى المكان الحالي في ملعب الفريق المنافس لا تعد طريقة هجومية فعالة خاصة مع الفرق التي تستخدم إيقاع الأداء السريع والذي من خلاله تستطيع تغطية أجزاء الملعب في أي لحظة من المباراة، لذلك كان لا بد من ظهور طريقة جديدة لضرب الكرة ويتوفر فيها عنصري القوة والسرعة وهنا ظهرت الضربات الساحقة بأنواعها المختلفة وأدائها المتنوع الأمر الذي أصبح عن طريقها تقاس قوة ومستوى الفريق، كما أنها أعطت مظهرا جذابا للعبة وأضفت عليها قوة وجمالا واثارة كما تشجع الشباب على ممارستها واجتذاب الجمهور إليها - حيث أن الضربات الساحقة لها أثرها البالغ في إثارة الحماس لدى المشاهدين، ففيها يظهر الشكل الجمالي لأداء اللاعب، كما أنها تؤدي بإيقاع سريع وإثارة حاسمة في اكتساب نقاط مضمونة إذا ما أداها اللاعب بطريقة صحيحة.

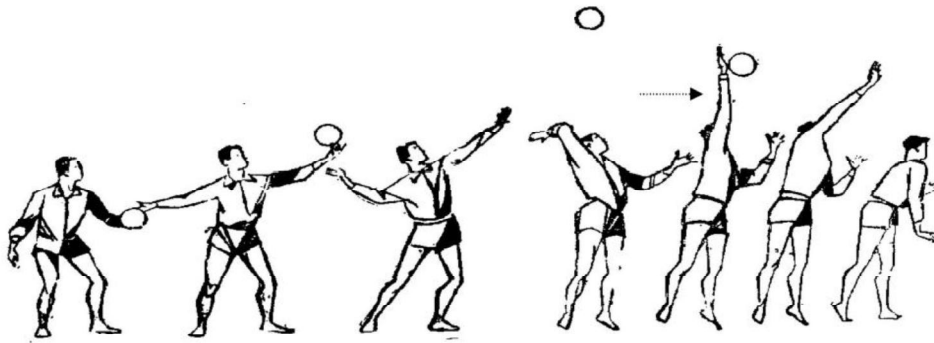
وإذا استطاع جميع لاعبي الفريق إتقانها فإنهم بذلك يشكلون فريقا له خطورته، كما أنها أيضا تشكل خطورة بالغة على الفريق القائم بالهجوم إذا لم يتمكن من إتقانها، وهناك تصبح النتيجة عكسية لذلك يجب أن يتمتع الضارب بقوة الملاحظة وحسن التصرف وسرعة البديهة والثقة في النفس وأن يتمتع بقول القامة وقوة عضلات الرجلين واليدين وسرعة الحركة والرشاقة لأدائها في التوقيت المناسب والطريقة المطلوبة.

لذلك فقد اخذ المهتمون بهذه اللعبة يركزون اهتمامهم بهذه المهارة بدرجة كبيرة أثرت في بعض الأحيان بطريقة غير مباشرة على باقي المهارات الأخرى، وهذا بلا شك أتاه خاطيء في إعداد لاعب الكرة الطائرة وما يزيد من خطورة هذا الاتجاه الخاطيء أن المشاهد أيضا كثيرا ما يشجع أداء اللاعبين لهذه المهارة مما يجعلهم يندفعون في هذا الاتجاه ويركزون اهتمامهم عليها فقط وبالتالي يكون ذلك على حساب المستوى الفني العام للفريق. إن الضربات الساحقة هي أحد الوسائل الرئيسية الهامة في إحراز النقاط واستخدامها غالبا ما يكون من اللمسة الثالثة ويؤثر فيها عاملين هما: (محمد سعد زغلول، 2001، صفحة 73)

- القوة.

- التوجيه

وعامل القوة هو الغالب على عامل التوجيه في أكثر الضربات ولا خطورة في التركيز عليه خاصة إذا كان الفريق المنافس لا يقوم بحائط الصد بطريقة فعالة.

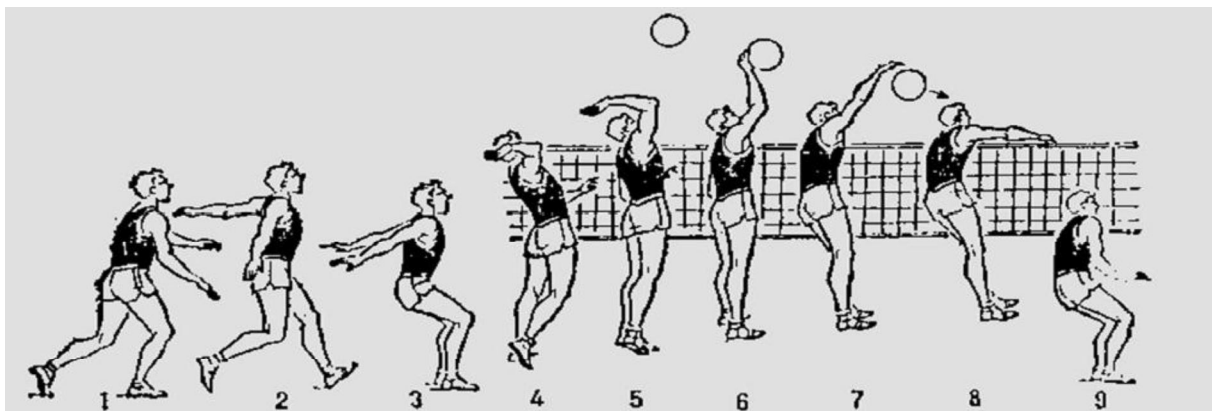


الشكل رقم (01): يوضح مهارة السحق المتموج الأمامي (الأمريكي).

1-20- أنوع الضرب الساحق :

1 - 20 - 1 - الضربة الساحقة المواجهة:

يعتبر هذا النوع من أكثر الأنواع تكرارا في الملعب مقارنة بالأنواع الأخرى وتؤدي عملية الضرب الكرة في السطح العلوي بحيث تغطي اليد الكرة لتجعلها في حركة دورانية، ويرجع الذراع بكامله إثناء الضرب وتكون الزاوية بين الساعد والعضد قائمة لإعطاء أكبر قوة للضربة الساحقة ، وفي الغالب يؤدي هذا النوع من الضرب الساحق من (مركز 4 و2) باتجاه الخطوط الجانبية لملعب الفريق المنافس.



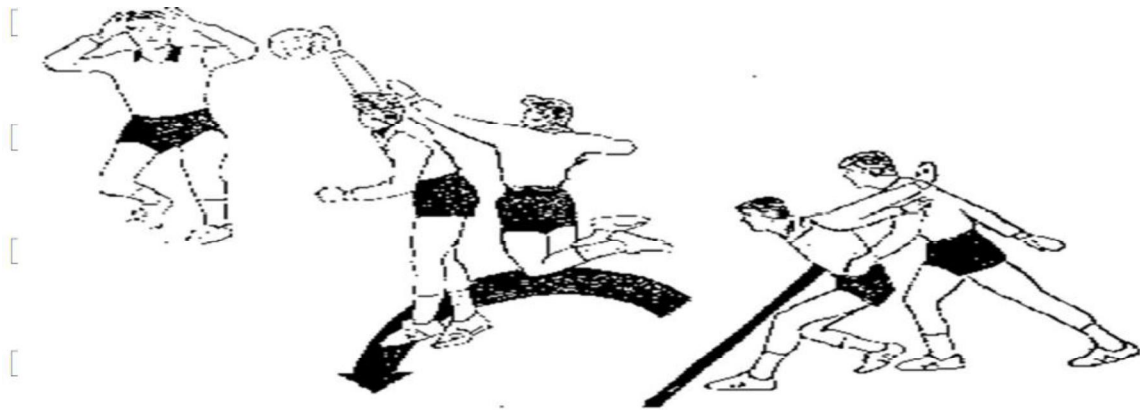
الشكل رقم (2) : يوضح مهارة الضرب الساحق الموجه .

1-20-2- الضربة الساحقة المواجهة بالدوران:

عند أداء الضربة الساحقة المواجهة بالدوران تتماثل خطوات الاقتراب و الوثب ثم الهبوط، كما في جميع أنواع الضرب الساحق، إلا أنها تختلف فقط في لحظة الضرب، وفي هذه المهارة يقوم اللاعب بلف بسيط لكنف اليد إلا رية أثناء الاستعداد لأداء الضربة ثم يلي الذراع الضاربة حركة تتابع في اتجاه الدوران بعد لف الجزء العلوي للجسم بحيث يصبح مواجهها للشبكة

1-20-3- الضربة الساحقة الجانبية (الخطافية):

في هذا النوع من الضرب الساحق يكون الاقتراب مائلا على الشبكة أو موازيا لها، ويكون جانب جسم اللاعب مواجهها للشبكة لحظة الارتقاء بقدم واحدة أو بالقدمين، وتكون حركة الذراع الضاربة بمرجحتها جانبا في حركة دائرية من أسفل وجانبا لأعلى التقابل الكرة فوق الرأس كما في الإرسال الخطافي، ويستخدم هذا النوع عندما يكون إعداد الكرة بعيدا عن الشبكة، واثنا لحظة أداء الضربة يقوم اللاعب بلف جسمه وفي معظم الحالات يكون الهبوط مواجهها للشبكة. (طه، و199، الصفحات 115-116)



الشكل رقم (03): يوضح تكتيكات اللعب في المنطقة الخلفية.

1-20-4- الضربة الساحقة السريعة (الصاعدة)

تستخدم هذه الضربة الساحقة عندما يكون اللاعب منخفضا، أو قطري حيث لا يتيح الفرصة للفريق المنافس القيام بعملية الصد، لتفادي قيام الفريق المنافس بالصد بلاعبين أو ثلاث لاعبين فيضطر الفريق المدافع إلى القيام بالصد بلاعب واحد، وتؤدي هذه المهارة بخطوات قصيرة وسريعة، ويقوم المهاجم بالوثب فورا قبل ترك الكرة يد المعد، وتعتبر هذه المهارة من الضربات الساحقة اليابانية وذلك لاستخدام اليابانيين لها بكثرة وبكفاءة خلال المباريات أو الضربة الصاعدة ، وذلك لأنها تضرب قبل أن تصل إلى أعلى ارتفاع لها بعكس الضربات الساحقة الأخرى.

1-20-5- الضرب الساحق بالرسغ:

تشابه مراحل أداء هذه المهارة مع الضربة الساحقة الأمامية المواجهة و الضربة الساحقة الأمامية بالدوران، تؤدي هذه الضربة الساحقة في الحالة التي يكون فيها اللاعب على استعداد كامل الأداء الضربة الساحقة، وذلك بمفاجأة الفريق المنافس بإيقاف حركة الذراع واليد الضاربة قبل ملامسة الكرة مباشرة، وفي هذه اللحظة تكون الذراع عمودية تقريبا وتضرب الكرة بإطراف أصابع اليد، وذلك بفرد الرسغ قليلا لأعلي وللإمام وبسرعة وعلي اللاعب أن يخفي هذه الحركة وذلك لتوجيه الكرة من مكان يصعب على الفريق المنافس التحرك إليه ولعب الكرة. وتستخدم الضربة الساحقة بالرسغ في المواقف التالية:

* وجود حائط صد قوي للفريق المنافس.

* عدم الاتزان الجيد للاعب الضارب في الهواء . وجود ضعف معين في خط دفاع الفريق المنافس .

1-21-6 الضربة الساحقة الخادعة:

- طريقة الأداء:

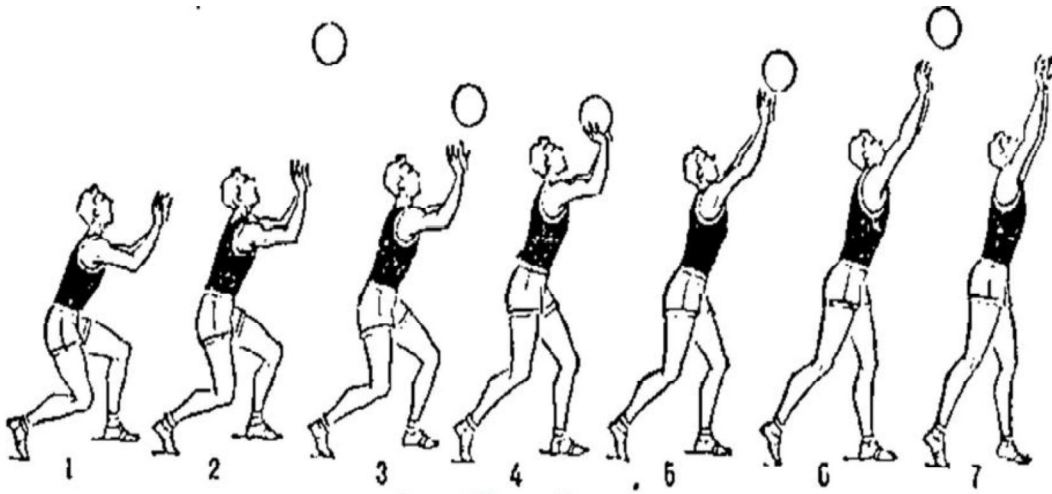
يستخدم هذا النوع للإغراض الخطئية، وتتميز عن الضربة الساحقة الساقطة بقدرة أكبر على التمويه والخداع، وتشابه في الأداء الحركي للضرب الساحق المواجه إلا أنه عند فرد الذراع لضرب الكرة يتوقف الضرب، ثم توجه الكرة بواسطة الأصابع اليد الضاربة بلمسها من أسفل بخفة في الاتجاه المطلوب في اللحظة المفاجئة دون أن يكشفه المنافس، ويستطيع الضارب توجيه الكرة إلى الخلف أو إلى اليمين أو اليسار حسب وجود الثغرات التي يتركها المنافس أثناء عمل حائط الصد والتغطية. (طه، و1999، الصفحات 118-123)

1-22- أهم العوامل المساعدة علي قوة الضربة:

1 - 22 - 1 - إشراك أكبر مجموعة من العضلات:

كلما زادت مجموعة العضلات التي تشترك في أداء الضربة كلما زادت قوة الضربة، فأقل أنواع الضربات من ناحية القوة ما يؤديها اللاعب بيده فقط، أما إذا اشتركت في الضرب عضلات الذراع والكتف والجذع فان ذلك يضيف قوة كبيرة إلى الضربة، والوضع الصحيح في أداء الضربة الساحقة هو الذي يتيح للضارب استغلال مجموعة كبيرة من العضلات في هذه الضربة.

الشكل رقم (4) يوضح مهارة لتمرير من أمام الرأس إلى الأمام



1-21-5- الضرب الساحق بالرسغ:

تتشابه مراحل أداء هذه المهارة مع الضربة الساحقة الأمامية المواجهة و الضربة الساحقة الأمامية بالدوران، تؤدي هذه الضربة الساحقة في الحالة التي يكون فيها اللاعب على استعداد كامل الأداء الضربة الساحقة، وذلك بمفاجأة الفريق المنافس بإيقاف حركة الذراع واليد الضاربة قبل ملامسة الكرة مباشرة، وفي هذه اللحظة تكون الذراع عمودية تقريبا وتضرب الكرة بإطراف أصابع اليد، وذلك بفرد الرسغ قليلا لأعلي وللإمام وبسرعة وعلي اللاعب أن يخفي هذه الحركة وذلك لتوجيه الكرة من مكان يصعب على الفريق المنافس التحرك إليه ولعب الكرة.* وتستخدم الضربة الساحقة بالرسغ في المواقف التالية:

وجود حائط صد قوي للفريق المنافس.* عدم الاتزان الجيد للاعب الضارب في الهواء . وجود ضعف معين في خط دفاع الفريق المنافس .

1-21-6- الضربة الساحقة الخادعة: - طريقة الأداء:

يستخدم هذا النوع للإغراض الخطئية، وتتميز عن الضربة الساحقة الساقطة بقدرة أكبر على التمويه والخداع، وتشابه في الأداء الحركي للضرب الساحق المواجه إلا أنه عند فرد الذراع لضرب الكرة يتوقف الضرب، ثم توجه الكرة بواسطة الأصابع اليد الضاربة بلمسها من أسفل بخفة في الاتجاه المطلوب في اللحظة المفاجئة دون أن يكشفه المنافس، ويستطيع الضارب توجيه الكرة إلى الخلف أو إلى اليمين أو اليسار حسب وجود الثغرات التي يتركها المنافس أثناء عمل حائط الصد والتغطية. (طه، و199، الصفحات 118-123)

1-22-2- أهم العوامل المساعدة علي قوة الضربة:

1-22-1 إشراك أكبر مجموعة من العضلات:

كلما زادت مجموعة العضلات التي تشترك في أداء الضربة كلما زادت قوة الضربة، فأقل أنواع الضربات من ناحية القوة ما يؤديها اللاعب بيده فقط، أما إذا اشتركت في الضرب عضلات الذراع والكتف والجذع فان ذلك يضيف قوة كبيرة إلى الضربة، والوضع الصحيح في أداء الضربة الساحقة هو الذي يتيح للضارب استغلال مجموعة كبيرة من العضلات في هذه الضربة.

المحور الرابع: الأداء الرياضي.

1-23- مفهوم الأداء:

كثيرا ما يستعمل مصطلح أداء للدلالة على مقدار الإنتاج الذي أنجز، فيذكر "thomas" (أن الكثير من البحوث المنجزة في ميدان العمل سايرتها بحوث أخرى في الرياضة، وترتبط كثيرا بين العمل والرياضة والفريق)، لذا فإن أغلب التعاريف التي أعطيت للأداء كانت ذات صلة كبيرة بالإنتاج.

وكان تعريف منصور 1973 للأداء (بأنه كفاءة العامل لعمله ومسلكه فيه، ومدى صلاحيته في النهوض بأعباء عمله وتحمل المسؤولية في فترة زمنية محددة)، فإن كفاءة الفرد تتركز على أمرين اثنين هما: الأول: مدى كفاءة الفرد في القيام بعمله، أي واجباته ومسؤولياته. الثاني: يتمثل في صفات الفرد الشخصية، ومدى ارتباطها وآثارها على مستوى أداءه لعمله، ويدخل في هذا المعنى الأخير إمكانية الاعتماد على العامل وتفكيره المتزن والاستعداد الشخصي له، ويرى "thomas" 1989 أن علماء النفس العاملين في الحقل الرياضي، وجدوا ارتباطات بين مفاهيم عديدة كالقدرة والاستعداد، والدافعية....، واغلبها تشكل مفهوم الأداء حيث ذكر "singer" 1975 (ان الأداء هو المهارات المكتسبة)، ويضيف "thomas" أن "الأداء هو الاستعداد بالإضافة إلى المهارات المكتسبة. (الخالق، 1992، صفحة 162)

1-24- أنواع الأداء :

1 - 24 - 1 . أداء بمواجهة:

أسلوب مناسب لأداء جميع اللاعبين لنوع الأداء نفسه في وقت واحد، ويستطيع المعلم المدرب أن يوجه جميع إجراءاته التنظيمية للصف كوحدة مناسبة.

1-24-2- أداء دائري:

طريقة هادفة من طرق الأداء في التدريب تؤدي إلى تنمية الصفات البدنية، وفي هذا النوع من الأداء يقسم اللاعبين إلى مجموعات يؤدون العبء عدة مرات بصورة متوالية.

1-24-3- أداء في محطات:

أسلوب مناسب لأداء جميع اللاعبين مع تغيير في المحطات أو أداء الصف كله في محطات مختلفة وأداءات مختلفة، أي تثبيت في الأداء الحركي باستخدام الحمل.

1-24-4- أداء في مجموعات:

يقصد بالأداء في مجموعات استخدام مجموعات متعددة في الصف أو التدريب الرياضي على شكل محطات، حيث يقوم اللاعبين الذين يشكلون كل مجموعة بالأداء بصورة فردية.

1-24-5- أداء وظيفي يتحكم في وضع الجسم:

الانقباض الانعكاسي لعضلة سليمة والذي شد على وترها يسمى الشد الانعكاسي، والشد على هذه الأوتار بدرجة ثابتة يؤدي إلى انقباض ثابت، وهذا ما يفسر وضع الجسم، والانعكاسات التي تتحكم في وضع الجسم هي:

أ- انعكاسات ثابتة: وتنقسم إلى انعكاسات عامة، وجزئية، والعامة تشمل الجسم بأكمله أو على الأقل الأطراف.

ب- انعكاسات حركية أو وضعية: وتحدث عند حركة الرأس أو عند المشي أو أداء أي عمل أو حركة رياضية أو عادية، ونتيجة لهذه الانعكاسات يتحكم في وضع الجسم أثناء الحركة.

فالتغيير الطولي في انقباض عضلات الرجل أثناء الركض وازدياد الشد خلال الانقباض في بداية الحركة غير كاف لبداية الحركة الأمامية للجسم، ويسبب انقباض الأوتار للتمدد، وبعد هذا التغير من دائرة الركض تصبح الأوتار في وضع التقصير مسببا ومساعدًا للرجل في الاندفاع للأمام.

1-24-6- أداء رياضي والجهاز العصبي:

يعمل الأداء الانعكاسي على تحقيق الوقاية الميكانيكية في الحركات الرياضية، حيث يقي أداء الجسم قبل وقوع الإصابة، ويوجه وظائف الأجهزة الوظيفية، للأداء الانعكاسي أهبة كبيرة أثناء أداء الحركة وخاصة بالنسبة للتوافق الحركي وبالذات للحركات المتعلمة حديثا، ويكون الأداء الحركي في البداية مجهدا لأن اللاعب يؤدي الحركة بكل

حواسه وإدراكه مهما كانت الحركة بسيطة، وتؤدي الحركة إلى سرعة شعور الرياضي بالتعب بسبب حدوث حركات جانبية تشترك مع الحركة الأصلية. (حسين ق.، 1998، الصفحات 41-42)

25 - 1 - العوامل المساهمة في الأداء:

يشتمل الأداء الإنساني العديد من أوجه النشاط الحركي مبتدأ بالمحاولات التي يبذلها الطفل في سنوات العمر الأول وغيرها من الحركات الأخرى، وتعتبر الأنشطة الرياضية واحدة من الأنشطة الحركية في مجال أداء الفرد وهي تتطلب استخدام الجسم في النشاط وفقا لأسس وقواعد خاصة تتعلق بهذا النشاط، وتختلف درجة الأداء المهاري في الألعاب وفقا لبعض المتغيرات هي: - درجة صعوبة أو سهولة المقابلة. - الغرض من الأداء يمكن أن يكون ترويجي أو تنافسي. - مقدار الطاقة التي يتطلبها الأداء البدني في النشاط وهي تختلف باختلاف المناخ والطقس وطبيعة النشاط والغرض من الأداء والسن والجنس وغيرها.

وقد بذل المختصون في المجال الرياضي محاولات متعددة لتحديد العوامل اللازمة للأداء في الأنشطة الرياضية المختلفة، وقد كشفت تلك المحاولات عن الكثير من العوامل من أهمها ما يلي: (رضوان، 1987، صفحة 42)

1 - 25 - 1 . القوة العضلية: تعتبر القوة العضلية من أهم وأكثر العوامل المرتبطة بالأداء في جميع الألعاب الرياضية، وتكمن هذه الأهمية بصفة خاصة بالدور الذي تلعبه القوة في أداء المهارة أثناء المنافسة وأثناء التدريب واكتساب المهارة، وفي تثبيتها وتحسينها.

1-25-2- التوازن: التوازن مصطلح يشير إلى قدرة الفرد على الاحتفاظ بثبات الجسم في أوضاع محددة أثناء الوقوف وأثناء الحركة وهناك نوعين من التوازن (ثبات، ديناميكي)، ولقد اتفق العديد من الأخصائيين على أن التوازن يلعب دورا هاما في العديد من الأنشطة الرياضية التي تتطلب درجة عالية كالرقص، والجمباز، والتزحلق على الجليد.

1-25-3- المرونة:

تشير المرونة إلى مدى الحركة على المفاصل المعينة أو مجموعة المفاصل المشتركة في الحركة، حيث تتأثر بتركيب العظام التي تدخل في تكوين المفاصل وبالخصائص الفسيولوجية للعضلات والأربطة والأوتار وجمع الأنسجة المحيطة بالمفاصل وتعتمد المهارات في معظم الألعاب الرياضية على مرونة أكثر من مفصل واحد من مفاصل الجسم لأن المهارة خلال أداءها تتطلب تكاثف جهود المهارة في نظام الأداء حركات في أن واحد أو بالتدرج..، وتتطلب معظم الألعاب الرياضية توفر مستويات مختلفة ومتباينة من المرونة فهناك رياضات تتطلب نوع من المرونة المتوسطة بينما هناك أنشطة تتطلب مستوى عالي من المرونة.

- 1-25-4- التحمل: يسهم التحمل في أداء الألعاب الرياضية المختلفة بدرجة تختلف باختلاف نوع وطبيعة النشاط ويتفق العديد من الباحثين على أهمية كل من التحمل العضلي والتحمل الدوري التنفسي بالنسبة للكثير من الأنشطة الرياضية كالسباحة، والعدو، كرة القدم وغيرها من الرياضات الجماعية.
- 1-25-5- الذكاء: يتطلب الأداء الحركي العام في معظم الألعاب الرياضية المنظمة ضرورة توافر الحد الأدنى من الذكاء العام، وإضافة إلى هذا ثبت أن بعض الرياضات الجماعية تستخدم خطط وإستراتيجيات خاصة، تستلزم توافر مستويات مرتفعة نسبيا من القدرة العقلية العامة لأداء النشاط بنجاح.
- 1-25-6- السرعة: مصطلح عام يشير إلى سرعة الحركة للجسم أو بعض أجزائه وهي تنوع إلى أنواع أخرى كسرعة رد الفعل، سرعة الجري لمسافات قصيرة..... الخ.
- والسرعة بمفهومها العام تعتبر من المكونات المهمة من الأداء لمعظم الأنشطة الرياضية فهي من العوامل المرتبطة بالنسبة للأداء في الألعاب.
- 1-25-7- الرشاقة: ترتبط السرعة بمعظم مظاهر الأداء الرياضي كالرشاقة، التي تشبه السرعة من أهميتها في الألعاب الجماعية والفردية فاستخدام الرشاقة مع السرعة أو ما يطلق عليه السرعة في تغيير الاتجاه نظرا لما تحدثه من تغير في المواقف خلال المنافسة خاصة.
- 1-25-8- التوافق: هو القدرة على الربط أو الدمج بين عدد من القدرات المنفصلة في إطار حركي توافقي واحد للقيام بأعمال وواجبات مركبة أكثر صعوبة، والتوافق بهذا المفهوم يعتمد بالدرجة الأولى على التوقيت السليم بين عمل الجهازين العضلي والعصبي.
- من ناحية أخرى لم تكشف الدراسات العلمية عن وجود عامل للتوافق يمكن استخدامه للتنبؤ بالقدرة التوافقية للألعاب الرياضية، لهذا يظهر ارتباطه بطبيعة المهارات الخاصة في النشاط حسب اختلافه.
- 1-25-9- القدرة الإبداعية: تشير بعض الدراسات التخصصية في علم النفس الرياضي إلى أن الألعاب الرياضية التي تحكمها قواعد ونظم وقوانين محددة، يقل فيها الإبداع الحركي في الأنشطة التي تتطلب التوقع الحركي، وكذا الأنشطة التي تستلزم توافد القدرة على الإبداع الحركي بدرجة عالية نسبيا .
- 1-25-10- الدافعية: يؤكد معظم الباحثين والمتخصصين في مجال الدراسات النفسية التربوية على أهمية الدافعية كعامل مؤثر في نتائج اختبارات الأداء العقلي والبدني، وتعد الدافعية في الوقت الحالي من أهم العوامل التي يوليها العاملون في المجال الرياضي اهتماما كبيرا، وخاصة في مجالات التدريب والتعليم والمنافسة الرياضية.

ولقد قسم بعض العلماء الدوافع إلى دوافع مباشرة وغير مباشرة وقسم "pumi" 1963 الدوافع طبقا للمراحل الأساسية التي يمر بها الفرد، إذ يرى أن لكل مرحلة رياضية دوافعها الخاصة، وهي: (عبد، 2002، الصفحات 36 - 37) - مرحلة الممارسة الأولية من نشاط رياضي. - مرحلة الممارسة الفعلية.

1-26- علاقة القدرة بالأداء الرياضي:

من المعروف أن النشاط الرياضي يهدف إلى تلقين الفرد الممارس مهارات، سواء الحركية منها كالجري، الوثب الفنز، أو المهارات التقنية المختلفة كتصويب الكرة، تنطيطها..... الخ، كما أن الشيء الذي لا يختلف عليه اثنان أن هذه المهارات منها ما هو مكتسب، حيث أظهرت لنا بعض الدراسات أن العوامل الهامة في القدرات تظهر أكثر في الأداء الحركي للأطفال الصغار ومن ناحية أخرى تبين لنا أن هناك بعض المهارات تظهر كعوامل نوعية تعتمد بالدرجة الأولى على خبرة الفرد الناشئ، وعند التدريب والممارسة والتعلم التعود).

1-27- سلوك الأداء الرياضي:

إن سلوك الأداء الذي يقوم به الرياضيين أو بالأحرى اللاعبين، تحدده ثلاث عوامل رئيسية وهي:

الجهد المبذول، القدرات والخصائص الفردية للاعبين بالإضافة إلى إدراك اللاعب لدوره.

الأداء = الجهد المبذول + القدرات والخصائص الفردية للاعبين + إدراك اللاعب لدوره.

أ. الجهد المبذول: يعكس في الواقع درجة حماس اللاعب لأدائه دوره، كما ينبغي أي أن اللاعب إذا ما بذل مجهودا ما فهذا لأن هناك دوافع تدفعه للقيام بذلك.

ب. القدرات والخصائص الفردية للاعبين: وتتمثل في قدرة اللاعب وخبراته السابقة التي تحدد درجة وفعالية الجهود المبذولة.

ج. إدراك اللاعب لدوره: يقصد بهذا تصورات وانطباعاته عن السلوك والأنشطة التي تتكون منها مهامه، وعن الكيفية التي ينبغي أن يمارس بها دوره. (القط، 2006، صفحة 70)

1-28- ثبات الأداء الرياضي خلال المنافسة:

يعتبر ثبات الأداء الرياضي لدى اللاعب أحد المؤشرات الهامة المعبرة عن ارتقاء وازدهار كافة الجوانب، إذ يتأثر هذا الثبات بجملة عوامل منها:

- درجة الثبات الانفعالي والعاطفي في المنافسة.

- كيفية الضبط والتحكم في انفعالات اللاعب خلال المنافسة.

- الدوافع المرتبطة باشتراك اللاعب في المنافسة.

وتعتبر المنافسات الرياضية مجالاً حقيقياً وخصباً للحكم على ثبات أداء اللاعبين الذي يتحمل أن يتعرض لبعض المواقف التي قد تؤثر على مستواه في مختلف الظروف أو المواقف.

1-29- العوامل المؤثرة على درجة الثبات الرياضي للاعب خلال المنافسة:

- ظروف مرتبطة بالمنافسات مثل: (الظروف الجوية، الإضاءة، الخصائص المعمارية والهندسية للملعب أو القاعة، عدم توفر أماكن ملائمة لراحة اللاعبين أو خلع ملابسهم أو للإحماء الجيد).
- نتيجة سحب القرعة وأهمية أن يبدأ الفرد أو الفريق في التنافس أولاً كالبداية بالإرسال، فرصة ضربة الجزاء .
- خصائص ومواصفات المنافس وإنجازاته من حيث (وزن الجسم، الطول، النتائج السابقة تحليلها مثلاً).
- سلوك الأفراد المحيطين مثل: المتخرجين (مدربين أو مرافقي الفريق الآخر، الحكام).
- التغيير المفاجئ لموعد المسابقة مثل: تأخير بدء المباراة أو البطولة، تأخر موعد وصول الفريق.
- الإصابات التي قد يتعرض لها اللاعب، أو الزملاء في الفريق، التغيير أو الحكم غير الموضوعي لأفعال الزملاء أو المنافسين.

1-30- تدعيم ثقة الرياضي في نفسه:

تتضمن المنافسة الرياضية في طياتها خبرات النجاح والفشل، ويلاحظ أن اللاعب الذي يتمتع بالثقة في النفس يقترح لنفسه أهدافاً واقعية تتماشى مع قدراته وتجعله يشعر بالنجاح عندما يصل إلى أعلى مستوى منها ولا يسعى لإنجاز أهداف غير واقعية بينما اللاعب الذي تنقصه الثقة في النفس يخاف من الفشل لدرجة كبيرة مبالغ فيها، وينعكس ذلك عادة على حالته النفسية من زيادة القلق وضعف التركيز، الاهتمام نحو نقاط الضعف مما يعوق التركيز على النقاط الإيجابية، الاقتصاد إلى المتعة والشعور بالرضي لذلك من الأهمية استخدام الأساليب الملائمة لتنمية الثقة في النفس للاعبين كوقايتهم من الآثار النفسية السلبية ويتحقق ذلك من خلال:

1-30-1 - خبرات النجاح:

يعتبر أهم عامل يساهم في بناء الثقة هو الإنجازات التي يحققها اللاعب، بمعنى أن اللاعب الذي يتميز أداءه بالنجاح يزيد من ثقته في المستقبل.

1-30-2- الأداء بثقة:

إن حرص اللاعب على الأداء بثقة يساعد على الاحتفاظ بروح معنوية عالية أثناء الأوقات الصعبة من المباراة

1-30-3 - التفكير الإيجابي:

يؤثر نوع التفكير في مقدار الثقة، حيث يلاحظ أن بعض اللاعبين وخاصة قبل المنافسات الهامة يسيطر عليهم التفكير السلبي الذي يركز على نقاط القوة في المنافس، وفي المقابل نقاط الضعف وجوانب الضعف في قدراته، وهذا النوع من التفكير السلبي يؤثر في ثقة اللاعب في نفسه وفي تدعيم الحالة النفسية السلبية، بينما الأفضل أن يعتاد اللاعب التفكير الإيجابي الذي يدعم ثقته في نفسه مثل:

مراجعة خبرات النجاح السابقة وتذكر أفضل مستوى أداء سابق، التركيز على تحقيق أهداف الأداء وبذل الجهد بصرف النظر عن النتائج. (راتب، 1997، صفحة 203)

خلاصة:

بعد عرضنا للمحاور الأربعة اتضح لنا جليا الغموض الذي كان يدور حول تلك العناصر ففي:

الكرة الطائرة اتضح لنا بأنها رياضة جماعية بأتم معنى الكلمة حيث يشارك فيها جميع اللاعبين وهذا راجع إلى القانون الذي يحدد أنه لا يمكن لأي لاعب أن يلمس الكرة مرتين على التوالي إلا في حالة وحيدة وهي إذا كانت المرة الأولى صدا وبالتالي لديه الحق أن يلمسها مرة ثانية.

وفي مرحلة المراهقة رأينا أنها من أهم المراحل التي يمر بها الفرد لأنها المرحلة التي يتم فيها إعداد الناشئ ليصبح مواطن يتحمل مسؤوليات المشاركة في نشاط المجتمع الكبير، وفيها تتكون شخصيته وتحدده مكونات كلمة المراهقة التي تحل على مرحلة النمو المتوسط بين الطفولة والرشد الذي سيب كثيرا من القلق والاضطرابات النفسية حتى أنه يشار إلى هذه الفترة بأنها فترة أزمة.

كما أنه يتم في هذه الفترة النضج البيولوجي والفسولوجي والجسمي عموما كما يبلغ الفرد فيها الطفولة النهائية. أما في تقنية السحق يمكن القول أن صفة الارتقاء هي العنصر الأساسي والركيزة الأساسية في تنفيذ وتطبيق هذه المهارة حيث لا يمكن تنفيذ هذه المهارة بدون ارتقاء، وضعف هذه الصفة لدى اللاعبين في الفريق من شأنها أن تؤدي إلى إضعافه من الناحية الهجومية وبالتالي انخفاض المستوي والنتائج، لذا علي المدرب الاهتمام هذه الناحية الهجومية والعمل على تنمية وتطوير كل من الارتقاء والسحق للحصول على فريق ذو مستوى عالي في المنافسات.

لقد عرف الأداء الرياضي تطورا كبيرا و ملحوظا نتيجة الأبحاث العديدة والدراسات المعمقة في محاولة لتحسينه خدمة للرياضة والرياضيين، والأداء الجيد هو ثمار العمل المتواصل للرياضي، فإذا كان الأداء جيدا فإن الرياضي متحرر من جميع النواحي (البدنية، التقنية، والنفسية) فالأداء والمهارة عامل خارج عن نطاق طاقته وذلك باستناده على العوامل السابقة.

وكل هذا أدى بالكرة الطائرة إلى احتلال مكانة خاصة في الوسط الرياضي.

تمهيد:

تعتبر الدراسات السابقة أساس ومصدر لكل باحث، فكل بحث هو عبارة عن تكملة لبحوث أخرى وتمهيد البحوث قادمة، وهذا ما نجده في خصائص البحث العلمي أنه تكاملي البناء، فكل بحث هو عبارة عن حلقة من حلقات سلسلة البحث العلمي.

ويعرفها رابح تركي كلما أقيمت دراسة علمية لحقتها دراسات أخرى تكملها وتعتمد عليها وتعتبر بمثابة ركيزة أو قاعدة للبحوث المستقبلية، إذ أنه من الضروري ربط المصادر الأساسية من الدراسات السابقة بعضها ببعض، حتى يتسنى لنا تصنيف وتحليل معطيات البحث والربط بينهما وبين الموضوع الوارد والبحث فيه". (تركي، 1999، صفحة 123)

أما فيما يتعلق بهذا الموضوع يمكن القول أن الأبحاث والدراسات التي تطرقت إلى مثل هذه المواضيع في بلادنا قليلة جدا إن لم نقل منعدمة، لكن هناك بعض الدراسات والتي نوجزها فيما يلي:

2-1- الدراسات السابقة والمشابهة:

2-1-1- الدراسة الأولى: قام الباحث أيدير حسان بإعداد أطروحة دكتوراه بعنوان:

التوافق العصبي العضلي وعلاقته في تحسين أساليب أداء المهارات الدفاعية في الكرة الطائرة 15-17 سنة. في سنة: (2012-2013)) - مشكلة الدراسة:

ما مدى أهمية التوافق العصبي العضلي وعلاقته في تحسين وتنمية أداء بعض المهارات الدفاعية في الكرة الطائرة عند الناشئين وما مدى تأثيرها على تحسين نتائج المنافسات؟
- أهداف البحث:

1- التعرف على أهمية تنمية صفة التوافق العصبي العضلي لدى فئة الناشئين.

2- إبراز مدى تأثير تنمية هذه الصفة في الأداء الجيد وتحسين النتائج.

3- معرفة أهم الطرق والأساليب العلمية لتنمية صفة التوافق العصبي العضلي لدى الناشئين.

- فروض البحث:

1- توجد علاقة ارتباط معنوية بين التوافق العصبي العضلي ومهارات الصد.

2- توجد علاقة ارتباط معنوية بين التوافق العصبي العضلي ومهارة استقبال الإرسال.

3- توجد علاقة ارتباط معنوية بين التوافق العصبي العضلي ومهارة الدفاع عن الملعب.

- منهجية البحث: استخدم الباحث المنهج الوصفي وبالأسلوب المسحي والدراسات الارتباطية.

- عينة البحث: عينة عشوائية اشتملت على (6) فرق بمقدار (72) لاعباً من لاعبي البطولة الولائية للكرة الطائرة أشبال لمدينة قسنطينة.

- أداة البحث: اشتملت الاختبارات المرشحة لموضوع البحث وتمثلت في: . اختبارات التوافق العصبي العضلي (اختبار نط الحبل، رمي واستقبال الكرات، الدوائر المرقمة). . الاختبارات المهارية (اختبار استقبال الإرسال، استقبال الضرب الساحق، ضد الضرب الساحق).

- الاستنتاجات التي توصل إليها الباحث:

1- وجود علاقة ارتباط معنوي بين التوافق العصبي العضلي للعين والرجل واليد ومهارة الصد وذلك من خلال اختبار نط الحبل واختبار التوافق العصبي العضلي للعين واليد من خلال اختبار رمي واستقبال الكرة واختبار التوافق العصبي العضلي للعين والرجل ومهارة الصد من خلال اختبار الدوائر المرقمة.

- أهم الاقتراحات:

1- الإعتناء على تمارين التوافق العضلي العصبي باستخدام وسائل مساعدة واستخدام تمارين التوافق بين العين واليد والرجل للحصول على التكنيك الجيد من خلال التمارين التي تعنى بذلك.

2-1-2- الدراسة الثانية:

قام الطالب وضاح احمد سيف عبده بإعداد شهادة الماجستير، سنة 2010-2011 بعنوان :

علاقة بعض عناصر اللياقة البدنية بالضربة الساحقة لدى لاعبي الكرة الطائرة في الجمهورية اليمنية.

- المشكلة:

هل توجد علاقة بين بعض العناصر اللياقة البدنية والضربة الساحقة لدى لاعبي الكرة الطائرة في الجمهورية اليمنية

- اهداف البحث: التعرف على بعض العناصر اللياقة البدنية لدى لاعبي الكرة الطائرة في الجمهورية. التعرف على الضربة الساحقة لدى لاعبي الكرة الطائرة . التعرف على العلاقة بين محاور اللياقة البدنية (القوة ، السرعة، المرونة والضربة الساحقة).

فرضيات البحث:

- توجد علاقة بين بعض العناصر اللياقة البدنية وبعض الدلالات النمو للاعبين الكرة الطائرة.

- توجد علاقة بين بعض دلالات النمو والضربة الساحقة لدى لاعبي الكرة الطائرة.

- توجد علاقة بين بعض عناصر اللياقة البدنية والضربة الساحقة لدى لاعبي الكرة الطائرة.

منهج البحث: المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي كمنهج أساسي.

أدوات البحث: . الاختبارات المهارية: (اختبار الضرب الساحق القطري من مركز 4 على الهدف ا وعلى الهدف

2) . الاختبارات البدنية: (اختبار الوثب العمودي الوثب الطويل الثابت السرعة...الخ)

عينة البحث: عينة الطريقة عشوائية من لاعبي الكرة الطائرة في أندية الدرجة الأولى في الجمهورية اليمنية، شملت

65 لاعبا ينتمون إلى 5 أندية من أصل 15 ناديا.

الاستنتاج:

- لا توجد علاقة طردية دالة إحصائية في اللياقة البدنية للاعب الكرة الطائرة حسب دلالات نموهم (السن، الطول، الوزن).
- لا توجد علاقة طردية دالة إحصائية في الضربة الساحقة للاعب الكرة الطائرة حسب دلالات نموهم (السن، الطول، الوزن).
- توجد علاقة ارتباطيه بين عناصر اللياقة البدنية والضربة الساحقة على المركز 4 للاعب الكرة الطائرة.

أهم الاقتراحات:

- زيادة عدد دورات التدريب التأهيل المدربين ليتسنى لهم زيادة معلوماتهم النظرية والعلمية في سبيل النهوض باللعبة.
- اعتماد المدربين على الصيغ العلمية والابتعاد عن الارتجال في عملية بناء وتطوير فرقهم.
- توفير الأجهزة والأدوات الحديثة اللازمة للاختبار ومعرفة لياقة اللاعبين.

2-1-3- الدراسة الثالثة:

قام الباحث حاتم فليح حافظ حسين بإعداد دراسة لنيل شهادة الماجستير بعنوان:

التوافق العضلي العصبي ودقة بعض أساليب الهجوم بالضرب الساحق للاعب الكرة الطائرة وعلاقتها بترتيب فرق الدوري الممتاز لمنطقة الفرات الأوسط، سنة (2004-2005))

مشكلة الدراسة:

هل للتوافق العضلي العصبي ولقمة بعض أساليب الهجوم بالضرب الساحق للاعب الكرة الطائرة علاقته بترتيب فرق الدوري الممتاز لمنطقة الفرات الأوسط؟

أهداف البحث:

- 1- التعرف على التوافق العضلي العصبي لدى لاعبي فرق الدوري الممتاز بالكرة الطائرة لمنطقة الفرات الأوسط.
- 2- التعرف على دقة بعض أساليب الهجوم بالضرب الساحق لدى لاعبي الدوري الممتاز بالكرة الطائرة لمنطقة الفرات الأوسط.

3- التعرف على علاقة التوافق العضلي العصبي ودقة بعض أساليب الهجوم بالضرب الساحق بترتيب فرق الدوري الممتاز.

فروض البحث:

- 1- هناك علاقة معنوية بين التوافق العضلي العصبي وترتيب الفرق في الدوري.
- 2- هناك علاقة معنوية بين دقة بعض أساليب الهجوم بالضرب الساحق وترتيب الفرق في الدوري.
- 3- هناك علاقة معنوية بين التوافق العضلي العصبي ودقة بعض أساليب الهجوم بالضرب الساحق وترتيب الفرق في الدوري).

منهجية البحث: استخدم الباحث المنهج الوصفي وبأسلوب المسح والعلاقات الارتباطية.

عينة البحث: عينة عشوائية اشتملت على (56) لاعبة مشاركة في الدوري الممتاز لمنطقة الفرات الأوسط ينتمون إلى (7) أندية هم (الشامية، الهاشمية، الدغارة، الكوفة، الروضتين، الهندية، القاسم).

أداة البحث: اشتملت الاختبارات المرشحة لموضوع البحث والتجربة الاستطلاعية التي أجراها الباحث وثبات الأداة وصدقها والوسائل الإحصائية المناسبة لغرض معالجة النتائج.

الاستنتاجات التي توصل إليها الباحث:

- 1- التوافق العضلي العصبي في اختبارات (نط الحبل، رمي واستقبال الكرات، الدوائر المرقمة) له ارتباط معنوي مع ترتيب الفرق في الدوري الممتاز.
- 2- دقة الضرب الساحق بأنواعه (الضرب الساحق القطري، الضرب الساحق المستقيم، الضرب الساحق السريع (5) (4)، الضرب الساحق السريع (1-2)، الضرب الساحق المتوسط يرتبط ارتباطاً معنوية مع ترتيب فرق الدوري الممتاز .
- 3- التوافق العضلي العصبي ودقة بعض أساليب الهجوم بالضرب الساحق ترتبط ارتباطاً معنوياً بترتيب الفرق في الدوري الممتاز.

أهم الاقتراحات:

- 1- التأكيد على تمارين الدقة الحركية بأساليب تدريبية تتناسب مع إمكانيات العينة البدنية والمهارة للحصول على الخبرة الحركية.
- 2- التأكيد على تطوير عناصر اللياقة البدنية الأخرى المتمثلة بالقوة والسرعة والمرونة والرشاقة لتأثيرها في التوافق والدقة الحركية.

2-1-4- الدراسة الرابعة: دراسة لؤي غانم الصميدعي وآخرون).

عنوان الدراسة (التوافق العضلي العصبي وعلاقته بدقة ضرب الإرسال التنسي بالكرة الطائرة) في إطار إنجاز رسالة ماجستير سنة 2002.

مشكلة الدراسة: هل هناك علاقة بين التوافق العضلي العصبي ودقة ضرب الإرسال التنسي بالكرة الطائرة؟ .
حيث كانت أهداف الدراسة:

- التعرف على قيم التوافق العضلي العصبي لكلا الذراعين وقيم الدقة الحركية للإرسال التنسي بالكرة الطائرة.

- إيجاد العلاقة الارتباطية بين التوافق العضلي العصبي للذراعين والدقة بالإرسال التنسي بالكرة الطائرة. .
أما فرضية البحث فكانت كالتالي:

توجد علاقة ذات دلالة معنوية بين التوافق العضلي العصبي ودقة ضرب الإرسال التنسي بالكرة الطائرة.

منهج البحث: استخدم الباحثون المنهج الوصفي وبطريقة المسح لملائمة طبيعة البحث.

مجتمع وعينة البحث: تم اختيار عينة البحث بصورة عشوائية من لاعبي منتخب كلية التربية الرياضية لجامعة الموصل وبواقع (10) لاعبين والمشاركين في دوري الكرة الطائرة.

أداة البحث: اشتملت على مجموعة من الاختبارات التي تتناسب وطبيعة البحث.

الاستنتاجات:

1- دقة الإرسال كانت جيدة لدى عينة البحث وسجلت متوسط حسابي قدره (33) درجة من مجموع (40) درجة.

2- التوافق العضلي العصبي الذراع اليمين أفضل من ذراع اليسار وكذلك أفضل من استقبال الكرة بكلا الذراعين وسجل قيمة (45) من خمس مرات وهي أعلى قيمة للاختبارات الثلاث.

3- كانت العلاقة الارتباطية معنوية بين التوافق العضلي العصبي لذراع اليمين ودقة الإرسال التنسي بقيمة 70%.

4- لم نحصل على علاقة ارتباط معنوية بين التوافق العضلي العصبي الذراع اليسار ودقة الإرسال التنسي لدى عينة البحث.

أهم الاقتراحات:

1- ضرورة قيام المدربين باختبار فرقهم اختبارات دورية للتوافق والدقة الحركية للتعرف على مستويات فرقهم البدنية والمهارية.

2- إجراء بحوث مشاهدة بين دقة أداء المهارات الأساسية المتبقية والتوافق العصبي العضلي.

2-1-5- الدراسة الخامسة: دراسة أسماء حكمت فاضل السامرائي.

رسالة ماجستير بعنوان الدراسة:

مستوى مهارتي الإعداد والضرب الساحق وعلاقتهاما بترتيب فرق الكرة الطائرة، سنة 1998 م.

مشكلة الدراسة:

هل لمستوى مهارتي الإعداد والضرب الساحق علاقة بترتيب فرق الكرة الطائرة؟ .

هدفت الدراسة إلى معرفة:

1- العلاقة بين مستوى الإعداد وترتيب الفرق في الدوري.

2- العلاقة بين نتائج الضرب الساحق وترتيب الفرق في الدوري.

3- علاقة مستوى الإعداد ومستوى الضرب الساحق بترتيب الفرق في الدوري.

فروض البحث فكانت:

1- هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين مستوى الإعداد وترتيب الفرق في الدوري.

2- هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين نتائج الضرب الساحق وترتيب الفرق في الدوري.

3- هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين مستوى الإعداد والضرب الساحق وترتيب الفرق في الدوري

منهج البحث: استعمل الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب التحليلي.

عينة البحث: عشوائية واشتملت عينة البحث على لاعبي فرق أندية الدرجة الممتازة (الصناعة، السلام، الكرخ، الجيش، ديالى، الدغارة، الناصرية، الكوفة).

أداة البحث: استعمل الباحث الملاحظة عن طريق التصوير بجهاز الفيديو .

- وقد خرجت الباحثة بعدد من الاستنتاجات منها:

- وجود علاقة ارتباط قوية بين المستوى المتوسط من الإعداد الجيد والضرب الساحق غير الجيد مع ترتيب الفرق في الدوري.

2- هناك علاقة قوية ذات دلالة معنوية بين المستوى المنخفض من الإعداد الجيد والضرب الساحق الجيد مع ترتيب الفرق في الدوري.

أهم الاقتراحات:

1. التركيز على الجانب المهاري والخططي لدى لاعبي الفرق مما يمكنهم من تطبيق الواجبات الهجومية بشكل متوازن ومتقن.

2- ضرورة إقامة دورات تدريبية لكافة مدربي أندية القطر في لعبة الكرة الطائرة وبإشراف مباشر من السادة المعنيين بعلم التدريب وذلك للنهوض بالمستوى البدني الذي يسهم في تطور الجانب المهاري والوقوف على التطورات الجديدة في الكرة الطائرة

2-2- التعليق على الدراسات السابقة:

منهج البحث: في الدراسات الخمس استعمل المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي.

عينة البحث: العينة عشوائية واشتملت على لاعبي فرق أندية الدرجة الممتازة.

أداة البحث: اشتملت على مجموعة من الاختبارات التي تتناسب وطبيعة البحث.

أهم النتائج المشتركة بين الدراسات الخمس:

- 1- التوافق العضلي العصبي ودقة بعض أساليب الهجوم بالضرب الساحق ترتبط ارتباطاً معنوية بترتيب الفرق في الدوري الممتاز.
- 2- كانت العلاقة الارتباطية معنوية بين التوافق العضلي العصبي لذراع اليمين ودقة الإرسال التنسي وبقيمة 70%.
- 3- وجود علاقة ارتباط قوية بين المستوى المتوسط من الإعداد الجيد والضرب الساحق غير الجيد مع ترتيب الفرق في الدوري.
- 4- وجود علاقة ارتباط معنوي بين التوافق العصبي العضلي للعين والرجل واليد ومهارة الصد، مهارة استقبال الإرسال، ومهارة الدفاع عن الملعب.
- 5- توجد علاقة ارتباطيه بين عناصر اللياقة البدنية والضربة الساحقة على المركز 4 للاعبي الكرة الطائرة.

خلاصة:

تعد الدراسات السابقة من أهم العناصر المعينة على حل مشكلات البحث نظرا لإسهاماتها المتمثلة في التخطيط، وضبط المتغيرات، إضافة إلى ذلك فإن الباحث يرجع إليها مرارا و تكرارا، وهذا لما لها من دور في الحكم والمقارنة أو الإثبات أو النفي وهذا ما رأيناه عند تطرقنا للدراسات السابقة الذكر واستفدنا منه على قدر المستطاع.

الفصل الثاني

الإطار العام للدراسة

1- مصطلحات البحث:

من أهم خصائص العلم تميزه عن غيره من ضروب المعرفة الدقة والموضوعية ومن مستلزمات الدقة في العلم وضع تعريفات واضحة محددة لكل مفهوم أو مصطلح للباحث في كتاباته وأبحاثه مهما كانت هذه المصطلحات وسنحاول التعرض لكافة المفاهيم والمصطلحات التي يحتويها البحث.

1-1 مفهوم التقنية:

1-1-1 لغة :

من الفعل أتقن ، يتقن ، اتقانا : وهو أسلوب او فنية في إنجاز عمل (المعجم اللغة العربية المعاصر)

1-1-2 اصطلاحا:

التكتيك هو أسلوب وطريقة حل الوسايا الحركية مع ضمان السيطرة على الكرة والحسم في جميع حالات اللعب. تعتبر ف بركان (1976) التكتيك بأنه التصرف الشامل المبرمج حسب قدرات التحصيل الخاصة والمضادة والظروف الخارجية في إطار مقابلة (فردية أو بالفريق).

التكتيك هو استغلال الجهود الذهنية والبدنية للدفاع ضد الخصم والوصول إلى الهدف في اقل جهد وأسرع وقت مع حرمان الخصم من تحقيق أغراضه.

1-1-3 إجرائيا: وهي عبارة عن جميع الحركات الضرورية والمفيدة التي يجريها اللاعب بالكرة وبدونها ضمن نطاق قانون اللعبة وبأقل وقت وقوة ممكنة والذي نسميه بالإلجاز الرياضي.

2-1 السحق:

1-2-1 لغة:

من الفعل سحق ، يسحق ، سحقا ، بمعنى ضرب الشئ بقوة وسحقه (المعجم اللغة العربية المعاصر)

1-2-2 اصطلاحا:

وهو ضرب الكرة من اعلي الى أسفل والتي تسحق الكرة في الأرض دون ان يتمكن الخصم من استقبالها في حدود الملعب (حسين عبد الجواد 1999 ص 20)

إجراء: هو عبارة عن ضرب الكرة بإحدى اليدين بقوة لتعديتها بالكامل فوق الشبكة وتوجيهها إلى ملعب الفريق المنافس بطريقة قانونية.

1-3 الفاعلية :

1-3-1 لغة :

مصدر صناعي من الفاعل : مقدرة الشيء على التأثير

1-3-2 اصطلاحا :

هي قوة كافية داخلية تبعث في النفس القدرة على العمل الدؤوب والحركة المستمرة من أجل تحقيق أفضل النتائج على المستوى الفردي والاجتماعي في إطار التصور الإسلامي الصحيح. (لإيجابية حياة الأفراد والمجتمعات"؛ لمحمد النادي ص:11).

1-3-3 إجرائيا:

العمل على بلوغ أعلى درجات الإنجاز وتحقيق أفضل النتائج بأقل التكاليف.

1-4-4 الأداء:

1-4-1 لغة:

ادى الشيء ، وهو مقياس لما تم انجازه او تقديمه (معجم اللغة العربية المعاصر)

1-4-2 اصطلاحا:

تتخذ من مفهوم عصام عبد الخالق: "أنه عبارة عن انعكاس لقدرات ودوافع لكل فرد لأفضل سلوك ممكن نتيجة التأثيرات متبادلة للقوة الداخلية، غالبا ما يؤدي بصورة فردية، وهو نشاط أو سلوك يوصل إلى نتيجة، كما هو المقياس الذي تقاس به نتائج التعلم، وهو الوسيلة للتعبير عن عملية التعلم تعبيرا سلوكيا". (الطالب، 1983، صفحة 214، 215)

1-4-3 إجرائيا:

هو قدرة الفرد على تنفيذ ما أوكل إليه من الأعمال والدرجة المتحصل عليها في تحمل المسؤولية.

1-5 المنافسة:

تعتبر المنافسات الرياضية عاملا هاما وضروريا لكل نشاط رياضي، سواء المنافسة مع الذات أو المنافسة في مواجهة العوامل الطبيعية أو المنافسة في مواجهة منافس وجه لوجه، أو المنافسة الرياضية، حيث يقول "مورتون درويش إن المنافسة بصفة عامة هي موقف تتنوع فيه الكفاءات بصورة غير متساوية بين المشاركين أو المنافسين وهذا يعني مكافأة غير الفائز أو المنهزم.... (علاوي، 2002، صفحة 28)

والمنافسة هي حالة يقوم عليها شخصين أو أكثر بالتنافس والعمل للحصول على الجائزة أو أكبر حصة منها، وتحقيق مستوى نجومى... (Wimihery- p-gold، 1997، صفحة 12)

1-6 تعريف الكرة الطائرة

هي لعبة جماعية بسيطة، تتكون من فريقين، كل فريق يتكون من ستة 6 لاعبين وملعبها عبارة عن مربعين متلاصقين، ضلع كل منهما تسعة 09 أمتار وتفصل بينهما شبكة ارتفاعها 2.43 متر بالنسبة لرجال 2.24 متر بالنسبة للسيدات. (خطايه، 1996، صفحة 95)

تكون أرضية الملعب خالية من أية عوائق ماعدا قوائم الشبكة، يبلغ ارتفاع سقف الملعب عن الأرض 13 م، يخطط الملعب بخطوط واضحة، يبلغ عرض الخط 5 سم، ويرسم على بعد 3 متر من خط الشبكة وموازي لها، يقسم كل نصف إلى منطقتين، منطقة دفاع بعيدة عن الشبكة ومنطقة هجوم قريبة من الشبكة. (بديع، 2007، صفحة 23)

2- الإشكالية

تعتبر لعبة الكرة الطائرة بصورتها الحالية إحدى الألعاب الراقية التي تمارس في اللقاءات الدولية وتجنب العديد من جمهور المشاهدين وذلك كونها مميزة عن باقي الألعاب الجماعية الأخرى من ناحية الأداء المهاري والخططي الذي يقوم به اللاعبين في الميدان، وهذا كله أثناء الممارسة التطبيقية لها، وجميعها خصائص وضعت اللعبة في مصاف الألعاب الجماعية الأخرى.

ولقد تطورت لعبة الكرة الطائرة تطورا كبيرا خاصة خلال الحقبة الأخيرة من هذا القرن، حيث اتسع نطاق انتشارها ليشمل بلدان عديدة في جميع أنحاء العالم، ويتمثل هذا التطور في أشكال الأداء المهاري وكذا خطط اللعب وطرقه، هذا بالإضافة إلى التخطيط الجيد من قبل المتخصصين في هذه اللعبة.... (خطايبه، 1996، صفحة 17)

عرفت الكرة الطائرة الجزائرية تطورا كبيرا وحضورا في المحافل الدولية والقارية، حيث وصلت النتائج المحققة إلى مستوى عالي جدا، وكل هذا بفضل مختلف العلوم الفيزيولوجيا، البيوكيمياء، علم النفس وعلم الحركة....، والتي ساعدت على تطور هذه الرياضة من حيث الوسائل وطرق التدريب والبرامج التدريبية المقترحة على الرياضيين... (الجزائرية، 1997، صفحة 79)

وكل الألعاب تتطلب لعبة الكرة الطائرة مهارات حركية يجب تعلمها وإتقانها قصد الوصول إلى المستوى المناسب والتي تتباين في نوعها وأهدافها ودرجة تعقيدها، بحيث توجد مهارات هجومية (إرسال، إعداد، ضربات ساحقة) ومهارات دفاعية (استقبال، صد، دفاع عن اللعب) ومن جملة هذه المهارات الهجومية تقنية السحق التي تعتبر من أهم تقنيات الهجوم والعنصر الرئيسي والفعال في الهجوم حيث أن بعض الدراسات بينت أن ما نسبته % 60 من النقاط المسجلة في المباريات عن طريق هذه المهارة وبذلك تضع الفريق في نقطة قوة.

كما أن مهارة السحق هي الركيزة الأساسية في تسجيل النقاط اللازمة للفوز بالمباريات وتحقيق النتائج الجيدة، وهذه المهارة أضفت رونقا وجمالا للعبة وأدت إلى زيادة عدد الممارسين والمتابعين لها، كما أن تقنية السحق تعد من أصعب المهارات تعلمها في الكرة الطائرة حيث تدخل فيها عدة عناصر (القوة، السرعة، الرشاقة، التحمل... الخ) وكذلك الصفات البدنية المركبة (القوة المميزة بالسرعة، تحمل القوة... الخ) من اجل تنفيذ هذه التقنية أو المهارة بالأسلوب الصحيح. وهذا ما يدفعنا إلى طرح السؤال العام الذي يتطلب إجابة.

هل فعالية السحق عند لاعبي الكرة الطائرة يساهم بطريقة فعالة في تحسين الأداء ؟

التساؤلات الجزئية التالية:

1- هل تحظى مهارة السحق باهتمام كبير لدى المدربين أثناء التدريب؟

2- هل يعتبر الإتقان الجيد لمهارة السحق الركيزة الأساسية للأداء الجيد؟

2-الفرضيات:

- الفرضية العامة:

التقنية السحق تأثير كبير على فعالية الهجوم في الكرة الطائرة لدى الفرق المنافسة.

- الفرضيات الجزئية:

1- تحظى مهارة السحق باهتمام كبير لدى المدربين أثناء التدريب.

2- يعتبر الإتقان الجيد لمهارة السحق الركيزة الأساسية للأداء الجيد.

3- أهمية البحث:

تتمثل أهمية الموضوع ودراسته في اعتبار تقنية الاستقبال من أهم المهارات في لعبة الكرة الطائرة، لذا توجب الاعتناء بهذه التقنية وإعطاء الأهمية اللازمة لها.

وتنحصر أهمية دراستنا في:

معرفة الأسباب والعوامل المؤدية إلى تدني مستوى الكرة الطائرة.

إظهار القيمة الحقيقية لتقنية السحق ومدى أهميتها أثناء المنافسة.

التعرف على أسباب نقص مردود المهاجمين أثناء المنافسة، رغم توفر الخصائص البدنية والتقنية.

4- أهداف البحث:

نهدف من خلال بحثنا هذا لفت انتباه المدربين والتقنيين إلى هذه التقنية، وهي تقنية السحق في الكرة الطائرة خاصة بالنسبة لهذه الفئة التي تعتبر فئة المستقبل ويجب أن يتلقوا تكوين جيد لتطوير الكرة الطائرة.

- إبراز الاهتمام الذي يولوه المدربين المهارة السحق أثناء التدريب.

- توضيح ما إذا كان الإتقان الجيد لمهارة السحق الركيزة الأساسية للأداء الجيد.

- محاولة تسليط الضوء على فعالية السحق وتحسين مستوى اللعب لدى هذه الفئة (أقل من 17 سنة).

الفصل الثالث

الإجراءات الميدانية للدراسة

تمهيد:

مما لاشك فيه أن الوصول إلى نتائج مرضية لا يكون إلا بتوظيف أو الاعتماد على طريقة منهجية محكمة تسهل العمل وترسم معلمه وتخدم موضوع الدراسة فتكسب النتائج مصداقية وتجعل الأحكام الصادرة تتسم بالموضوعية التامة وقد قمنا بإجراء دراسة ميدانية للإطاحة بمختلف جوانب هذا الموضوع وذلك باختيار العينة المناسبة واعتماد المنهج الملائم لمثل هذه الدراسات، مستخدمين مختلف الوسائل والأدوات مع توفر الشروط التي تضمن لنا نجاح هذه العملية، وقد سارت أطوارها وفق خطوات مبرمجة ومتسلسلة بغية تحقيق الأهداف المراد الوصول إليها

1- الدراسة الاستطلاعية:

لا يختلف أي باحث، على أن ضبط سؤال الإشكالية وصياغة الفرضيات، هو أساس انطلاق الدراسة أما أدوات البحث المناسبة فهي أساس إنجاز الجانب الميداني، الذي يعطي البحث أكثر موضوعية ومصداقية. تعد الدراسة الاستطلاعية الخطوة الأولى في البحث العلمي، والهدف منها التعرف على ميدان الدراسة وبعض المتغيرات المتعلقة بالدراسة، والتعرف على بعض الجوانب والمفاهيم المرتبطة بموضوع البحث وضبط العينة التي تجري عليه الدراسة.

نظرا لأهمية موضوع بحثنا والجوانب المراد دراستها، والتي تتطلب منا جهد كبير واجتهاد مقنن حسب الإمكانيات المتوفرة لدينا، بالإضافة إلى الخصائص التي تتميز بها عينة البحث، جاءت الدراسة الاستطلاعية على النحو الآتي:

1-1- الدراسة الاستطلاعية الأولى:

قمنا في بداية الأمر وبعد اختيار موضوع الدراسة وتحديد المشكلة ثم صياغة الفرضيات والعينة التي سنجري عليها الدراسة، بدراسة ميدانية استطلاعية على بعض القاعات المتعددة الرياضات بولاية برج بوعرييج، وبعد معاينتنا على القاعات قمنا بوضع شبكة ملاحظة قصد ملاحظة بعض مباريات نادي شباب المهير للكرة الطائرة (وقد عرضناها على بعض المحكمين الذين قدموا لنا قرارهم، بعد ذلك قمنا بتعديلها وفق ملاحظاتهم) وذلك للإطلاع على عمل المدربين وكانت لنا لقاءات مع بعض المدربين وطرح بعض الأسئلة عليهم بخصوص فعالية الاستقبال على مستوى اللعب لدى لاعبي الكرة الطائرة أقل من 17 سنة، والغرض منه هو إيضاح بعض المفاهيم المتعلقة بالدراسة.

ثم بعد ذلك تلتها زيارات ميدانية إلى مقر رابطة ولاية برج بوعرييج للكرة الطائرة وكان لنا نقاش مع رئيس الرابطة الذي أمدنا ببعض المعلومات والإحصاءات المتعلقة بتوزيع وتقسيم النوادي على القاعات، وعدد الأندية والمدربين القائمين على مختلف الفئات وكان لنا لقاء مع بعض المدربين وأجرينا معهم مقابلات شخصية وطرحنا عليهم بعض الأسئلة التي تقرنا نوعا ما من فهم مشكلة البحث.

1-2- الدراسة الاستطلاعية الثانية:

قمنا بعد ذلك بصياغة أسئلة على شكل استبيان لغرض تقصي الحقائق والاطلاع على واقع انتقاء الناشئين، وعمل المدربين وطبيعة هذه العلاقة.

هذا الاستبيان تم عرضه على الأستاذ المشرف وبعض الأساتذة المتخصصين، والغرض منه هو التأكد من أن الأسئلة واضحة ومفهومة وتحقق غرض الدراسة وتخدم فرضيات البحث. والتعرف على الأسئلة التي قد تسبب

حرجا للمستجوبين أو يحاولون التهرب من الإجابة عليها، حتى يتم إعادة صياغتها بطريقة أخرى تبعد الحرج والتهرب عن الإجابة، ولقد خرجنا بمجموعة من الملاحظات، نلخص أهمها في ما يلي:

- التعرف على الميدان ومدى إمكانية إجراء هذه الدراسة.
- غموض بعض الأسئلة، مما جعلنا نعيد صياغتها.
- وجود بعض التكرارات في بنود الأسئلة مما دفعنا لحذفها.
- عدم ملائمة بعض الأسئلة مما دفعنا لحذفها نهائيا .

2- منهج البحث:

إن طبيعة الموضوع المدروس هي التي تحدد لنا المنهج المتبع في الدراسة، لأن هناك مواضيع يصلح لها منهج دون آخر وانطلاقا من طبيعة الموضوع الذي نحن بصدد دراسته للتأكد من صحة فرضيتين في هذه الدراسة إتباعا للمنهج الوصفي. الذي يستطيع فيه الباحث السيطرة على العوامل المختلفة التي تؤثر على الظواهر المدروسة لما يقوم فيه الباحث بخلق الموقف وما يتطلب من شروط تحرك المتغيرات التابعة.

3- متغيرات البحث:

3-1- المتغير المستقل:

يعرف بأنه ذو طبيعة استقلالية حيث يؤثر في المتغيرين التابع والدخيل دون أن يتأثر بهما، وهنا المتغير المستقل هو "تقنية السحق".

3-2- المتغير التابع:

يتأثر مباشرة بالمتغير المستقل في كل شيء سواء الاتجاه السلبي أو الايجابي فإن كان المتغير المستقل ايجابيا كان المتغير التابع مباشرة ايجابيا والعكس. (خفاجة، 2002، صفحة 169) وهنا المتغير التابع هو مستوى الأداء".

4 - مجتمع البحث:

و هو تلك المجموعة الأصلية التي تأخذ منها العينة، ويطلق على المجتمع الإحصائي اسم العلم ويمكن تحديده على أنه كل الأشياء التي تمتلك الخصائص أو السمات القابلة للملاحظة والقياس والتحليل الإحصائي. ولكي يكون البحث مقبولا وقابلا للانجاز لابد من تحديد مجتمع البحث الذي نريد فحصه وأن نوضح المقاييس المستعملة من أجل مصدر هذا المجتمع، ومجتمع دراستنا يتكون من فرق الكرة الطائرة لرابطة ولاية برج بوعرييج فئة أقل من 17 سنة. متمثلة في الجدول رقم (02).

جدول رقم 02 : يمثل فرق الفئات الشبانية للكرة الطائرة الرابطة الولائية برج بوعرييج.

N°	CLUBS		ENTRAINEURS
01	CSM	MEHIR	01
02	JSM	MANSOURA	02
03	RCE	El Achir	01
04	OCM	Medjana	02
05	WSEA	El Anasser	02
06	CSH	Hasnaoua	01
07	RJTN	Teniet En Nasr	01
08	CABBA	BORDJ BOU ARRERIDJ	04
09	USBG	Bordj Ghedir	02
10	ESRO	Ras El Oued	03
11	MCAAT	Ain Taghrout	01
12	UJB	Belimour	02
13	CSBK	Bir Kasdali	01
14	RJBZ	Bordj Zemoura	02

وقد قمنا بتوزيع الاستبيان على 15 مدرب من مختلف الأندية المشاركة في الرابطة الولائية لولاية برج بوعرييج .

الجدول رقم 03: يمثل قائمة أندية الرابطة الولائية لولاية برج بوعرييج للكرة الطائرة لفئة أقل من 17 سنة.

N°	CLUBS	
01	CSM	MEHIR
02	JSM	MANSOURA
03	RCE	El Achir
04	OCM	Medjana
05	WSEA	El Anasser
06	CSH	Hasnaoua
07	RJTN	Teniet En Nasr
08	CABBA	BORDJ BOU ARRERIDJ
09	USBG	Bordj Ghedir
10	ESRO	Ras El Oued
11	MCAT	Aïn Taghrout
12	UJB	Belimour
13	CSBK	Bir Kasdali
14	RJBZ	Bordj Zemoura

5- عينة البحث:

تعرف العينة على أنها: "مجتمع الدراسة الذي تجمع منه البيانات الميدانية وهي تعتبر جزء من الكل بمعنى أن تؤخذ مجموعة أفراد المجتمع على أن تكون ممثلة للمجتمع التي تجرى عليها الدراسة (زررواتي، 2002، صفحة 91)

وتعرف أيضا على: "أنها جزء من الكل أو بعض من المجتمع". (راتب، 1999، صفحة 143) ونظرا لطبيعة دراستنا فقد اعتمدنا على العينة القصدية من المجتمع الأصلي للبحث الأندية ولاية برج بوعرييج

وقد تمثلت عينة البحث في مدربي الكرة الطائرة من رابطة ولاية برج بوعرييج لفئة أقل من 17 سنة. وقد استعملنا العينة القصدية (العمدية) عند ملاحظة لاعبي الكرة الطائرة لنادي رائد شباب المهير لفئة أشبال: "وهي التي يتم اختيارها بناء على حكم شخصي أو تقدير ذاتي بهدف التخلص من المتغيرات الدخيلة لإلغاء مصادر التعريف المتوقعة. (وآخرون، 2006، صفحة 21)

جدول رقم 04: يمثل لاعبي شباب المهير للكرة الطائرة فئة أقل من 17 سنة

الاسم	الرقم
أ	05
ب	06
ت	01
ث	11
ج	09
ح	12
خ	03
د	07
ذ	10
ر	08
ز	04
س	02

6- مجالات البحث:

6-1- المجال البشري:

مدربي الكرة الطائرة لرابطة ولاية برج بوعرييج ولاعي الكرة الطائرة لنادي رائد شباب المهير.

6-2- المجال المكاني:

تم إجراء هذا البحث على مستوى ولاية برج بوعرييج ، وبالنسبة للملاحظة فكانت بالقاعة المتعددة الرياضات المهير والفرق المنافسة.

6-3- المجال الزمني

بالنسبة للجانب النظري تم البدء فيه من 01 فيفري إلى غاية 15 مارس، أما بالنسبة للجانب التطبيقي فقد شرعنا فيه ابتداء من منتصف شهر مارس إلى غاية 02 ماي.

7- أدوات البحث:

7-1- الملاحظة:

تعتبر الملاحظة من بين التقنيات المستعملة خاصة في الدراسة الميدانية، لأنها الأداة التي تجعل الباحث أكثر اتصال بالمبحوث.

والملاحظة العلمية تمثل طريقة منهجية يقوم بها الباحث بدقة تامة وفق قواعد محددة للكشف عن تفاصيل الظواهر ولمعرفة العلاقات التي تربط بين عناصرها، حيث يقوم الباحث بتسجيل الملاحظات وتجميعها لاستخلاص المؤشرات، وتتم بواسطة الإدراك الحسي الحواس المجردة) أو الاستعانة ببعض الآلات والأجهزة ووسائل التسجيل المضبوطة والأدوات التقنية المتطورة. (حامد، 2003، صفحة 126)

أ- الملاحظة المباشرة:

اخترنا هذا النوع من الملاحظة لأنها تعتمد على إجراء خطة مسبقة لإجراء الملاحظة، و تسجيل المشاهدات وجمع البيانات، ولأجل تسهيل عملية تحليل البيانات يلجأ الباحث إلى الاستعانة باستخدام أجهزة التصوير والقياس والوسائل السمعية والبصرية ولها علاقة مباشرة بموضوعنا هذا الذي يتطلب منا التنقل إلى مختلف القاعات المتعددة الرياضات لمشاهدة المباريات وجمع البيانات ثم القيام بتحليلها. (ابراهيم، 2002، صفحة

(108)

ب- شبكة الملاحظة:

إن هذه الوسيلة التي تقوم باستعمالها في هذه البحث تتطلب منا استخدام بطاقة الملاحظة وكتابة البيانات عند مشاهدة مقابلات العينة التي تقوم بدراستها.

تقوم باستخدام بطاقة الملاحظة لأنها تسمح لنا بتقييم نوعية السحق حسب الأشواط وحسب المقابلات.
(3) تسجيل نقطة مباشرة.

(2) الكرة المسترجعة من طرف الخصم.

(1) الكرة تضرب في حائط الصد أو الشبكة أو خارج الملعب (كرة ضائعة).

7-2- استمارة الاستبيان:

لقد تم إعداد استمارة استبيان مكونة من (17) سؤال موجهة للمدربين.

ويعرف الاستبيان على أنه: مجموعة من الأسئلة المركبة بطريقة منهجية حول موضوع معين ثم توضع في استمارة ترسل إلى الأشخاص المعنيين وهذا للحصول على الأجوبة الواردة فيها". (راتب، و199، صفحة 146)
ويحتوي الاستبيان على أنواع من الأسئلة وهي:

7-3- الأسئلة المغلقة وهي الأسئلة التي يحدد فيها الباحث إجاباته مسبقا وغالبا ما تكون "بنعم" و"لا".

7-4- الأسئلة نصف المفتوحة:

يحتوي هذا النوع على نصفين الأول يكون مغلقا أي الإجابة تكون فيه مقيدة "نعم" أو "لا" والنصف الثاني تكون فيه الحرية للمستجوب للإدلاء برأيه الخاص.

7-5- . الأسئلة المفتوحة:

ويتميز هذا النوع من الاستبيانات بأنه يتيح الفرصة للمستجيب على الأسئلة الواردة في الاستبيان أن يعبر عن رأيه بدلا من التقيد وخص إجابته في عدد محدود من الخيارات، ويتميز بأنه ملائم للمواضيع المعقدة ويعطي معلومات دقيقة وسهل التحضير . 3-7-6- الأسئلة متعددة الأجوبة وهي أسئلة مضبوطة بأجوبة متعددة ويختار المجيب الذي يراه مناسبا .

8- الأسس العلمية للأداة:

8-1- صدق الأداة

صدق الاستبيان يعني التأكد من أنه سوف يقيس ما أعد لقياسه.

كما يقصد بالصدق "شمول الاستبيان لكل العناصر التي يجب أن تدخل في التحليل من ناحية، ووضوح فقراتها ومفرداتها من ناحية أخرى بحيث تكون مفهومة لكل من يستخدمه". (خفاجة، 2002، صفحة 168)

وللتأكد من صدق أداة الدراسة قمنا باستخدام صدق المحكمين كأداة للتأكد من أن الاستبيان يقيس ما أعد له حيث قمنا بتوزيع الاستبيان على مجموعة من الأساتذة في جامعة المسيلة، وبالاعتماد على الملاحظات والتوجيهات التي أبداها المحكمون، قمنا بإجراء التعديلات التي اتفق عليها معظم المحكمين حيث تم حذف بعض العبارات وتغيير صياغة بعضها الآخر.

9- الوسائل الإحصائية:

الغرض الخروج بنتائج موثوق بها علميا استخدمنا طريقة إحصائية لبحثنا لكون الإحصاء هو الوسيلة والأداة الحقيقية التي نعالج بها النتائج على أساس فعلي يستند عليها في البحث والاستقصاء وعلى ضوء ذلك استخدمنا ما يلي:

9-1- . طريقة الملاحظة:

هذه الطريقة تسمح لنا بتقديم وتفسير أهداف ونتائج هذه الدراسة نقوم بحساب المعطيات بالأعداد، ونقوم باستخدام النظريات التالية:

$$\text{نسبة الفعالية \%} = \frac{\text{مجموع الاستقبالات الجيدة (3)}}{100 \times \text{مجموع الاستقبالات}}$$

$$\text{نسبة النجاح \%} = \frac{\text{مجموع (3) + مجموع (2)}}{100 \times \text{مجموع الاستقبالات}}$$

$$\text{MAX الحد الأعلى.}$$

$$\text{MIN الحد الأدنى.}$$

9-2 النسبة المئوية: بما أن البحث كان مختصرا على البيانات التي يحتويها الاستبيان فقد وجد أن أفضل وسيلة إحصائية لمعالجة النتائج المتحصل عليها هو استخدام النسبة المئوية.

طريقة حسابها: (السامرائي، 1977، صفحة 75)

عدد التكرارات $\times 100$ / العينة

ع 100%

ت ←

س = ت $\times 100$ / العينة

ع: عدد العينة.

ث: عدد التكرارات.

س: النسبة المئوية.

اختبار كاف تربيع كا) : يسمح لنا هذا الاختبار، بإجراء مقارنة بين مختلف النتائج المتحصل عليها، من خلال الاستبيان وهي كما يلي: (يحفص، 2005، صفحة 193)

$$\text{كا}^2 = \frac{\text{مجموع (ت - ح - ت ن)}^2}{\text{ت ن}}$$

درجة الخطأ المعياري $\alpha = 0.05$

درجة الحرية = ه - 1 ، حيث ه تمثل عدد الفئات بحيث تمثل:

كا2 : القيمة المحسوبة من خلال الاختبار.

ت ح : عدد التكرارات الحقيقية الواقعية).

تن : عدد التكرارات النظرية (المتوقعة).

يعتمد عدد التكرارات النظرية بتحديد (ت ن) من خلال المعادلة التالية:

$$\text{ت ن} = \text{ن/و}$$

حيث : (ن) يمثل عدد الكلي لأفراد العينة.

(و) يمثل عدد الاختبارات الموضوعية للأسئلة.

يسمح هذا الاختبار بتحديد الفروق بين الإجابات، إذا كانت ذات دلالة إحصائية أم لا، وذلك من أجل الكشف عن مدى فعالية الاستقبال عند لاعبي الكرة الطائرة في تحسين الأداء والحصول على النتائج خلال المقابلات الرسمية.

خلاصة:

لقد شمل هذا الفصل المنهجية المتبعة أثناء البحث بالإضافة إلى إجراءات ما قبل التجربة، اختبارات بدنية وتقنية وعينات البحث ومجالاته، وكذا الدراسات الإحصائية. حيث أن هذه الإجراءات تعبر عن أسلوب منهجي في أي بحث، بالإضافة إلى أنها تساعد الباحث على تحليل النتائج التي توصل إليها هذا من جهة، ومن جهة أخرى تجعلنا نثبت تدرج العمل الميداني في الأسلوب المنهجي الذي يتبعه أي بحث منهجي.

الفصل الرابع

عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها

تمهيد:

تتطلب العديد من الدراسات الميدانية ضرورة الاستعانة بأدوات البحث العلمي بمختلف أنواعها، وحرصا منا على الكشف الموضوعي لفعالية السحق قمنا بملاحظة بعض مباريات نادي شباب المهير، ووزعنا أيضا استبيان على المدربين قصد الوصول إلى بعض الاستفسارات التي وضعناها في بحثنا، حيث قدمنا في هذا الاستبيان مجموعة من الأسئلة المتنوعة تتوزع على ثلاث محاور رئيسية.

وفي هذا الفصل سنقوم بتفريغ إجابات الاستبيان في جداول ليتم تنظيمها وفق بيانات وقيم عددية ممتثلة في التكرار، النسب المئوية ووضعها في الوسائل الإحصائية المناسبة لها، ليتم بعدها تحليل ومناقشة النتائج المتحصل عليها والخروج في النهاية باستنتاج لكل سؤال.

وفي الجزء الثاني من هذا الفصل سنحاول الربط بين الاستنتاجات والنتائج المتوصل إليها من الملاحظة والاستبيان مع فرضيات البحث المحددة سلفا وهو ما يدعى بمقابلة النتائج بالفرضيات.

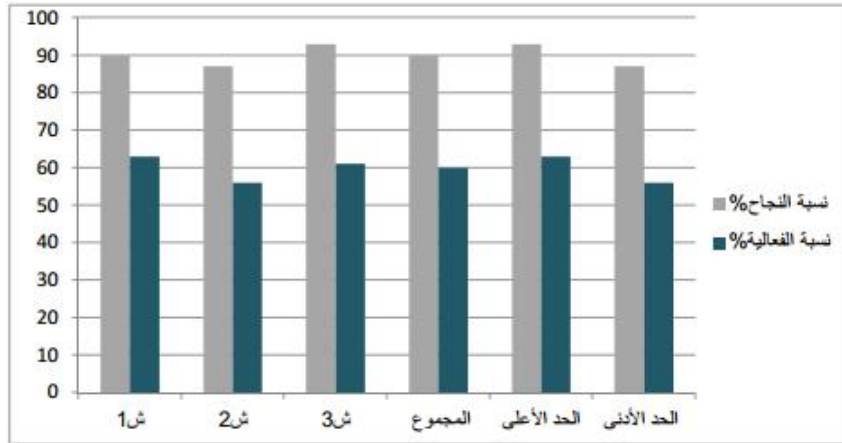
4-1- عرض وتحليل النتائج المقابلة الأولى:

المقابلة الأولى (0-3)

الجدول رقم (05): يوضح نسبة فعالية السحق حسب الأشواط الفريق شباب المهير.

الأشواط	نوعية السحق			المجموع	نسبة الفعالية %	نسبة النجاح %
	(3)	(2)	(1)			
ش 1	19	8	3	30	63.33	90
ش 2	18	10	4	32	56.25	87.5
ش 3	20	11	2	33	60.60	93.93
المجموع	57	29	9	95	60	90.52
الحد الأعلى	20	11	4	35	63.33	93.93
الحد الأدنى	18	8	2	28	56.25	87.5

الشكل رقم (05): أعمدة بيانية تمثل نسبة فعالية السحق حسب الأشواط



عرض وتحليل النتائج

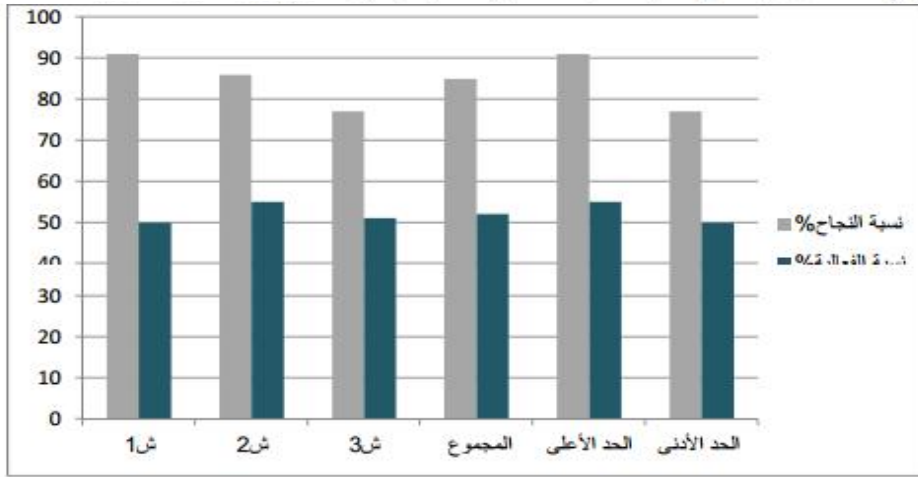
من خلال النتائج المحصل عليها من الجدول الإحصائي نلاحظ أن الحد الأعلى لنسبة فعالية السحق جاءت بنسبة 63.33 % في الشوط الأول، أما فيما يخص الحد الأعلى لنسبة النجاح جاءت بنسبة 90% في الشوط الأول. أما فيما يخص الحد الأدنى للفعالية السحق تمثل بنسبة 56.25 % في الشوط الثاني وكان الحد الأدنى لنسبة النجاح تمثل 87.5 % في الشوط الثاني. أما بالنسبة للفعالية الكلية للمباراة كانت بنسبة 60% ونسبة النجاح كانت 90.52 %. مما سبق نستنتج أن نسبة فعالية السحق لهذه المباراة فوق المتوسط، وهذا ما يدل أن اللاعبين يحسنون أداء هذه المهارة، وهذا راجع إلى إعطاء الأهمية اللازمة لهذه المهارة.

المقابلة الثانية: (0-3).

الجدول رقم (06): يوضح نسبة فعالية السحق حسب الأشواط

الأشواط	نوعية السحق			المجموع	نسبة الفعالية %	نسبة النجاح %
	(3)	(2)	(1)			
ش 1	17	14	3	34	50	91.17
ش 2	16	9	4	29	55.17	86.20
ش 3	14	7	6	27	51	77.77
المجموع	47	30	13	90	52.22	85.55
الحد الأعلى	17	14	6	37	55.17	91.17
الحد الأدنى	14	7	3	24	50	77.77

الشكل رقم (06): أعمدة بيانية تمثل نسبة فعالية السحق حسب الأشواط



عرض وتحليل النتائج

من خلال النتائج المحصل عليها من الجدول الإحصائي نلاحظ أن الحد الأعلى لفعالية السحق جاءت بنسبة

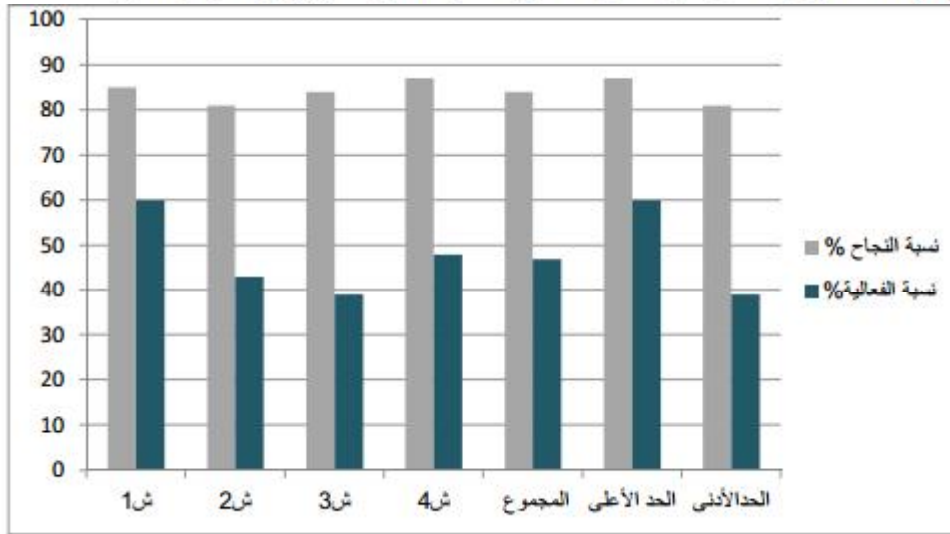
55.17 % في الشوط الثاني، أما فيما يخص الحد الأعلى النسبة النجاح تمثل 91.17 % في الشوط الأول. أما فيما الحد الأدنى لفعالية السحق تمثل بنسبة 50% في الشوط الأول، وكان الحد الأدنى لنسبة النجاح ممثلاً بنسبة 77.77 % في الشوط الثالث. أما بالنسبة للفعالية الكلية للمباراة كانت 52.22 % ونسبة النجاح 85.55 % مما سبق نستنتج أن نسبة فعالية السحق في هذه المهارة حسنة، وهذا ما يدل على أن اللاعبين يحسنون أداء هذه المهارة، بحيث أن هذه المهارة أدت إلى تحقيق نتائج إيجابية

في المقابلة الثالثة: 1-3

الجدول رقم (07): يوضح نسبة فعالية السحق حسب الأشواط

الأشواط	نوعية السحق			المجموع	نسبة الفعالية %	نسبة النجاح %
	(3)	(2)	(1)			
ش 1	17	7	4	28	60.71	85.7
ش 2	14	12	6	32	43.75	81.25
ش 3	13	15	5	33	39.39	84.84
ش 4	15	12	4	31	48.83	87.09
المجموع	59	46	19	124	47.58	84.67
الحد الأعلى	17	15	6	38	60.71	87.09
الحد الأدنى	13	7	4	24	39.39	81.25

الشكل رقم (07): أعمدة بيانية تمثل نسبة فعالية السحق حسب الأشواط



عرض وتحليل النتائج:

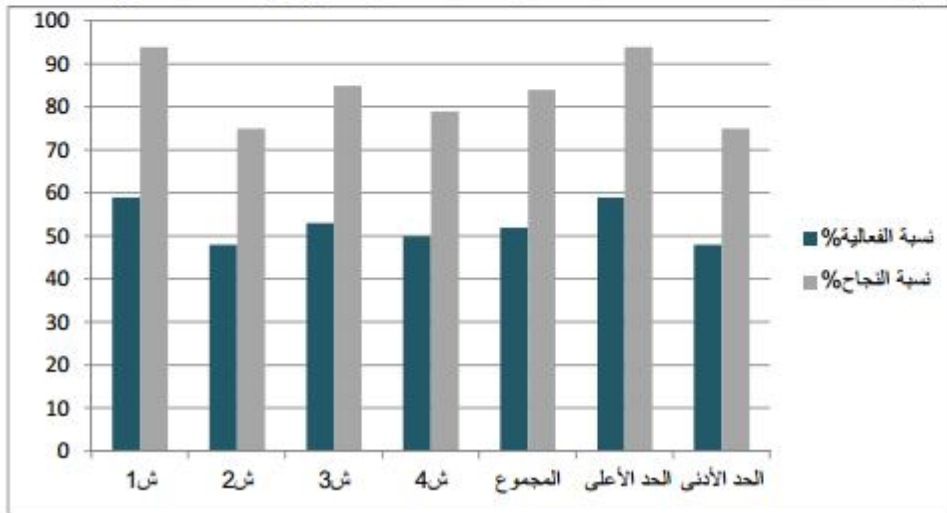
من خلال النتائج المحصل عليها من الجدول الإحصائي نلاحظ أن الحد الأعلى لفعالية السحق جاءت بنسبة 60.71% في الشوط الأول، أما فيما يخص الحد الأعلى لنسبة النجاح جاءت 87.09% في الشوط الرابع. أما فيما يخص الحد الأدنى لفعالية السحق تمثل 39.39% في الشوط الثالث، وكان الحد الأدنى لنسبة النجاح 81.25% في الشوط الثاني. أما بالنسبة لفعالية الكلية للمباراة كانت 47.58% ونسبة النجاح تمثل 84.67% مما سبق نستنتج أن فعالية السحق دون المتوسط وهذا ما يدل على تأثيرها السلبي على نتيجة هذه المباراة، والتي انخفضت فيها الروح المعنوية لدى اللاعبين.

المقابلة الرابعة: (1-3).

الجدول رقم (08): يوضح فعالية السحق حسب الأشواط

الأشواط	نوعية السحق			المجموع	نسبة الفعالية %	نسبة النجاح %
	(3)	(2)	(1)			
ش 1	20	12	2	34	58.82	94.11
ش 2	16	9	8	33	48.48	75.75
ش 3	18	11	5	34	52.94	85.29
ش 4	17	10	7	34	50	79.41
المجموع	71	42	22	135	52.59	83.70
الحد الأعلى	20	12	8	40	58.82	94.11
الحد الأدنى	16	9	2	27	48.48	75.75

الشكل رقم (08): أعمدة بيانية تمثل نسبة فعالية السحق حسب الأشواط



- عرض وتحليل النتائج

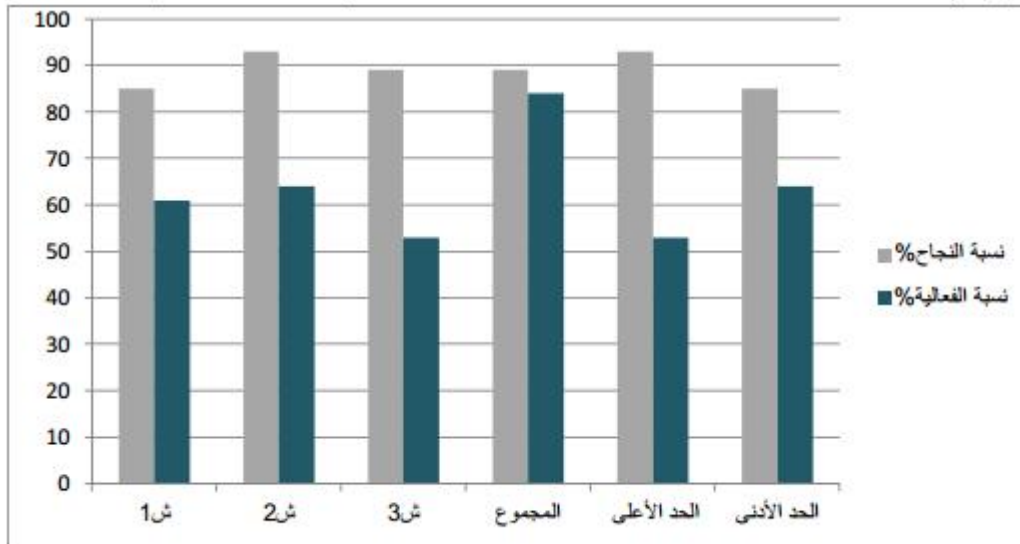
من خلال النتائج المحصل عليها من الجدول الإحصائي نلاحظ أن الحد الأعلى لفعالية السحق جاءت بنسبة % 58.82 في الشوط الأول، أما فيما يخص الحد الأعلى لنسبة النجاح جاءت بنسبة % 94.11 في الشوط الأول. أما فيما يخص الحد الأدنى لفعالية الاستقبال تمثل بنسبة % 48.48 في الشوط الثاني، وكان الحد الأدنى لنسبة النجاح % 75.75 في الشوط الثاني. أما بالنسبة للفعالية الكلية للمباراة كانت % 52.59 ونسبة النجاح % 83.70. مما سبق نستنتج أن نسبة السحق في هذه المباراة متوسطة، وهذا ما يدل أن اللاعبين هبط مستواهم في هذه المهارة ما أدى إلى خسارة المباراة، ومنه فإن لهذه المهارة تأثير كبير وفعال على الأداء العام للفريق.

المقابلة الخامسة: (3-0)

الجدول رقم (09): يوضح نسبة فعالية السحق حسب الأشواط

الأشواط	نوعية السحق			المجموع	نسبة الفعالية %	نسبة النجاح %
	(3)	(2)	(1)			
ش 1	16	6	4	26	61.53	84.61
ش 2	18	8	2	28	64.28	92.85
ش 3	15	10	3	28	53.57	89.28
المجموع	49	24	9	82	83.70	89.02
الحد الأعلى	18	10	4	32	53.57	92.85
الحد الأدنى	15	6	2	23	64.28	84.61

الشكل رقم (09): أعمدة بيانية تمثل نسبة فعالية السحق حسب الأشواط



- عرض وتحليل النتائج:

من خلال النتائج المحصل عليها من الجدول الإحصائي نلاحظ أن الحد الأعلى لفعالية السحق جاءت بنسبة % 53.57 في الشوط الثالث، أما فيما يخص الحد الأعلى لنسبة النجاح تمثل % 92 في الشوط الثاني أما فيما يخص الحد الأدنى لفعالية السحق تمثل % 64.28 في الشوط الثاني، وكان الحد الأدنى لنسبة النجاح تمثل % 84.61 في الشوط الأول. أما بالنسبة للفعالية الكلية للمباراة جاءت % 83.70 ونسبة النجاح تمثل % 89.02. مما سبق نستنتج أن نسبة فعالية السحق لهذه المباراة حسنة وهذا دليل واضح على أن اللاعبين يدركون جدا | مدى أهمية هذه المهارة. النجاح

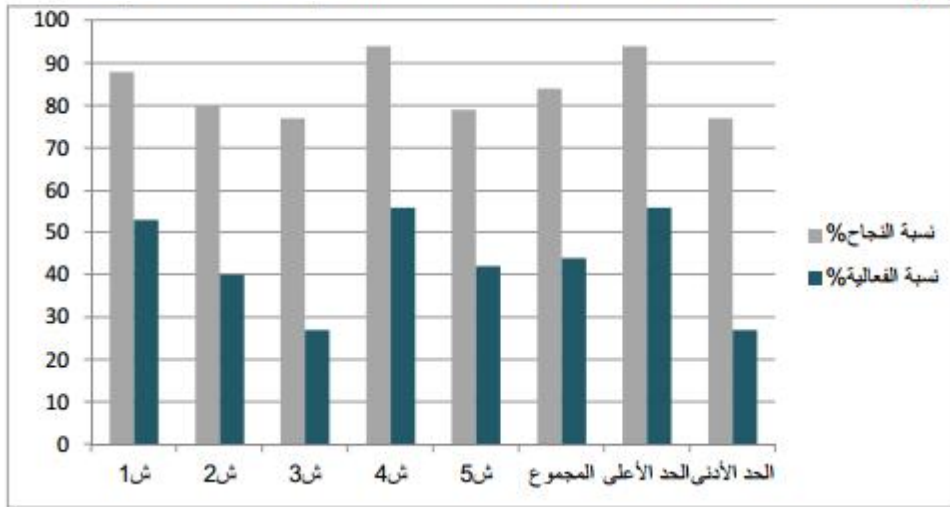
المقابلة السادسة: (2-3).

الجدول رقم (10): يوضح نسبة فعالية السحق حسب الأشواط لفريق شبابالمهير

الجدول رقم (10): يوضح نسبة فعالية السحق حسب الأشواط

الأشواط	نوعية السحق			المجموع	نسبة الفعالية %	نسبة النجاح %
	(3)	(2)	(1)			
ش1	18	12	4	34	52.94	88.23
ش2	12	12	6	30	40	80
ش3	8	15	7	30	26.66	76.66
ش4	19	13	2	34	55.88	94.11
ش5	8	7	4	19	42.10	78.94
المجموع	65	59	21	147	44.21	84.35
الحد الأعلى	19	15	7	41	55.88	94.11
الحد الأدنى	8	7	2	17	26.66	76.66

الشكل رقم (10): أعمدة بيانية تمثل نسبة فعالية السحق حسب الأشواط



- عرض وتحليل النتائج

من خلال النتائج المحصل عليها من الجدول الإحصائي نلاحظ أن الحد الأعلى لنسبة فعالية السحق جاءت % 55.88 في الشوط الرابع وفيما يخص الحد الأعلى لنسبة النجاح جاءت % 94.11 في الشوط الرابع. وفيما يخص الحد الأدنى لنسبة فعالية السحق تمثل % 26.66 في الشوط الثالث وكان الحد الأدنى لنسبة النجاح تمثل % 76.66 في الشوط الثالث. وفيما يخص نسبة الفعالية الكلية للمباراة تمثل % 44.21 ونسبة النجاح % 84.35. مما سبق نستنتج أن نسبة فعالية السحق لهذه المباراة دون المتوسط، وهذا ما يدل على أن لها تأثير سلبي في تحقيق نتائج إيجابية في المباراة، وهذا ما أدى بالفريق لخسارة المباراة النهائية.

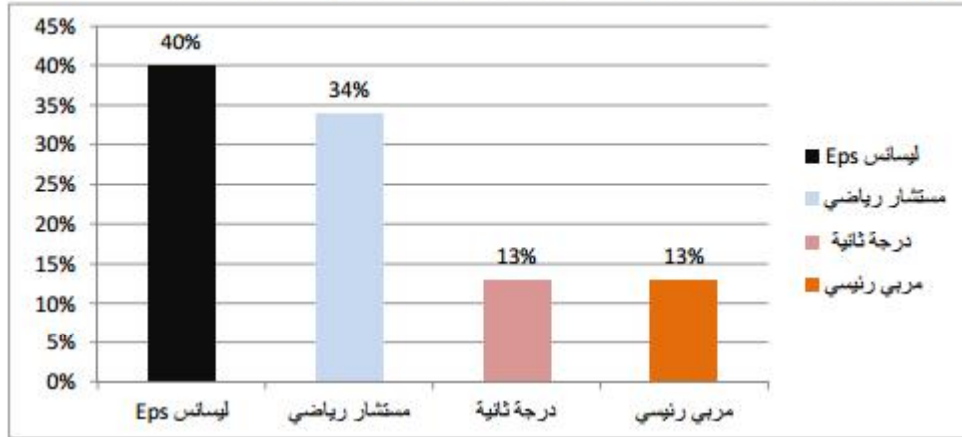
السؤال الأول: ما هي الشهادة المحصل عليها في التدريب؟

الغرض من السؤال: إن المدرب يهدف إلى إمداد اللاعبين بالمعلومات والمعارف من أجل إعدادهم للمستقبل، وهذه المعارف تتوقف على درجة مستوى المدرب، ولهذا طرحنا سؤالنا لمعرفة المستويات العلمية في الجانب الرياضي للمدربين.

الجدول رقم (11): يوضح إجابات المدربين لنوع الشهادة المتحصل عليها.

الإجابات	التكرارات	النسبة %	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولة	مستوى الثبات	درجة الثبات	الاستنتاج الإحصائي
شهادة تدريب درجة ثانية	2	13.33%	3.4	7.81	0.05	3	غير دال
مستشار رياضي	5	33.33%					
مربي رئيسي	2	13.33%					
ليسانس Eps	6	40%					
المجموع	15	100%					

الشكل رقم (11): أعمدة بيانية تمثل نسب إجابات المدربين لنوع الشهادة المتحصل عليها.



عرض وتحليل النتائج

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن كا² المحسوبة أقل من كا² الجدولة عند مستوى الثبات 0.05، وبدرجة حرية 3، ومنه نستنتج أن الفرضية الصفرية مقبولة وبالتالي لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية، والاختلاف بين النتائج راجع لعامل الصدفة، حيث يظهر هذا الاختلاف في أن نسبة 40% من المدربين حاصلين على شهادة ليسانس Eps، و 33.33% من المدربين حاملين شهادة مستشار رياضي، ونسبة 13.33% من مدربين حاملين شهادة تدريب درجة ثانية، فيما نسبة 13.33% من

المدرين حاملين شهادة مربي رئيسي للأنشطة البدنية والرياضية. وهذا ما يبين لنا أن مستوى المدرين متوسط إن لم نقل متواضع، وهذا ما يوصلنا إلى أن التدريب في هذه الفئة لا يسير بالشكل المرجو وهي التي تعتبر فئة المستقبل.

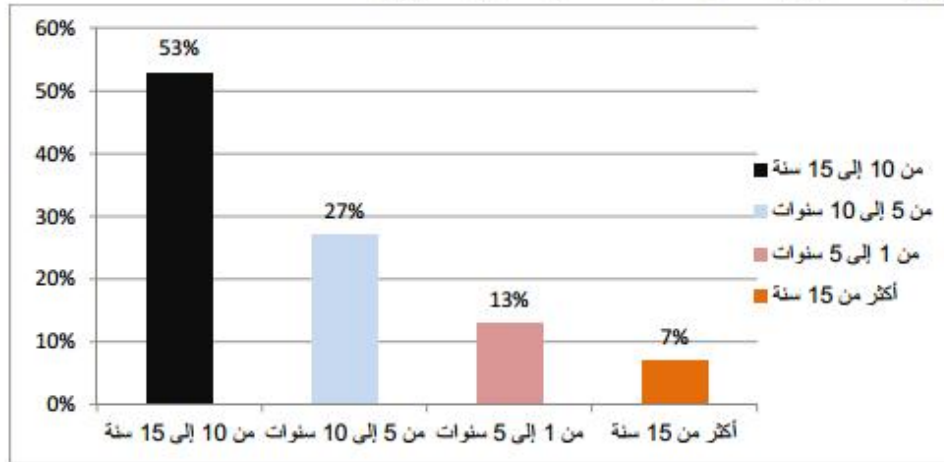
السؤال الثاني: منذ متى وأنت تمارس مهنة التدريب؟

الغرض من السؤال: إن عملية تكوين فرق قوية في الكرة الطائرة تعتمد على المدرب ولهذا طرحنا سؤالنا لمعرفة مدى خبرة المدرين.

الجدول رقم (12): يوضح عدد سنوات خبرة المدرين.

الإجابات	التكرارات	النسبة %	كا ² المحسوبة	كا ² المجدولة	مستوى الثبات	درجة الثبات	الاستنتاج الإحصائي
من 1 إلى 5 سنوات	2	13.33%	10.33	7.81	0.05	3	دال
من 5 إلى 10 سنوات	4	26.66%					
من 10 إلى 15 سنة	8	53.33%					
أكثر من 15 سنة	1	6.66%					
المجموع	15	100%					

الشكل رقم (12): أعمدة بيانية تمثل نسب عدد سنوات خبرة المدرين.



- عرض وتحليل النتائج: من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن كا² المحسوبة أكبر من كا² المجدولة عند مستوى الثبات 0.05، وبدرجة حرية 3، ومنه نستنتج أن الفرضية الصفرية مرفوضة وبالتالي هناك فروق ذات دلالة إحصائية، تظهر في كون نسبة % 53.33 من المدرين خبرتهم جيدة وهي من 10 إلى 15 سنة، و% 26.66 خبرتهم متوسطة في مجال التدريب والتي قدرت من 5 إلى 10 سنوات، فيما يخص أصحاب الخبرة القليلة فقد كانت النسبة ضئيلة والتي تمثلت في % 13.33، أما أصحاب الخبرة الكبيرة والواسعة فقد تمثلت نسبته في % 6.66. وهذا ما يوضح أن نسبة كبيرة من المدرين تتوفر فيهم الخبرة الكافية في تدريب وتكوين لاعبي الكرة الطائرة الفئة أقل من 17 سنة، وهذا ما يخدم هذه فئة.

المحور الأول: تحظى مهارة السحق باهتمام كبير لدى المدربين أثناء التدريب.

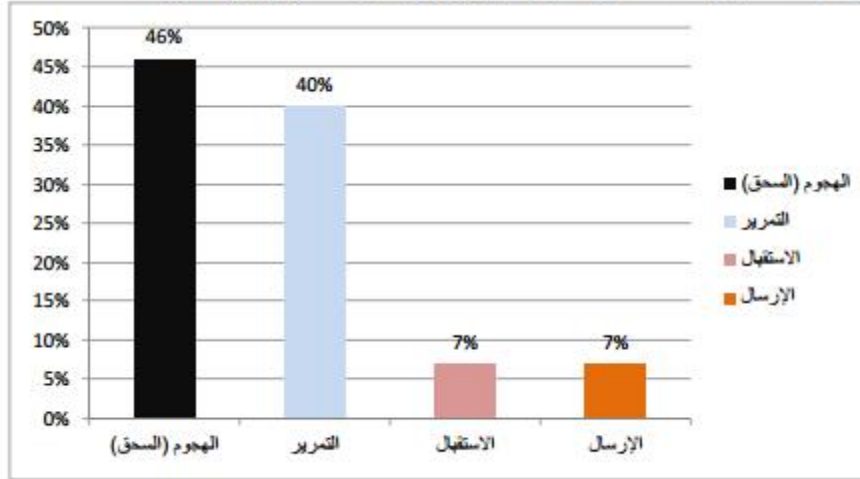
السؤال الثالث: ما هي المهارة التي تركزون عليها في التدريبات؟

الغرض من السؤال: طرحنا سؤالنا لمعرفة المهارة التي يركزون عليها المدربون في التدريبات.

الجدول رقم (13): يوضح المهارة التي يركزون عليها المدربون في التدريبات.

الإجابات	التكرارات	النسبة %	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولة	مستوى الثبات	درجة الثبات	الاستنتاج الإحصائي
التمرير	6	40%	8.2	7.81	0.05	3	دال
الاستقبال	1	6.66%					
الهجوم (السحق)	7	46.66%					
الإرسال	1	6.66%					
المجموع	15	100%					

الشكل رقم (13): أعمدة بيانية تمثل نسب المهارة التي يركزون عليها المدربون في التدريبات.



- عرض وتحليل النتائج

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن كا² المحسوبة أكبر من كا² الجدولة عند مستوى الثبات 0.05 ، وبدرجة حرية 3، ومنه نستنتج أن الفرضية الصفرية مرفوضة وبالتالي هناك فروق ذات دلالة إحصائية، تظهر في كون نسبة 40% من المدربين يركزون على مهارة الاستقبال في التدريبات، ونسبة 66.66% من المدربين يركزون على مهارة السحق، فيما نسبة 6.66% من المدربين يركزون على مهارة التمرير والإرسال. وهذا ما يبين أن كثير من المدربين يركزون بدرجة كبيرة على مهارة السحق التي هي أساس كسب النقاط وبالتالي يكون لها تأثير إيجابي على النتائج

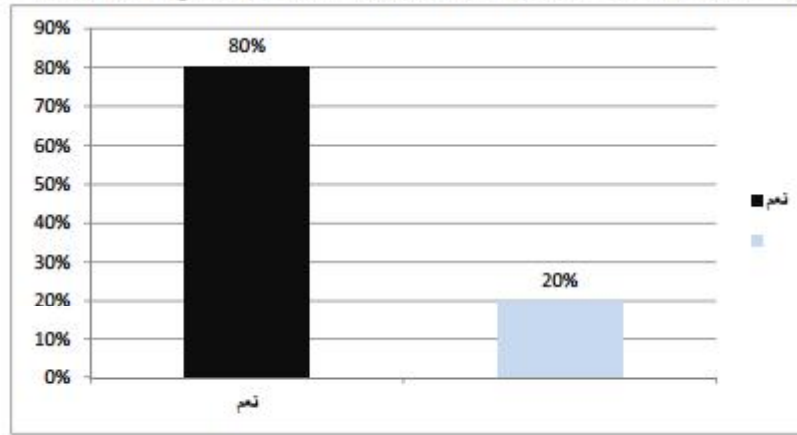
السؤال الرابع: هل تعتمدون على برنامج خاص بمهارة السحق؟

الغرض من السؤال: طرحنا سؤالنا لمعرفة ما إذا كان المدربون يعتمدون على برنامج خاص بمهارة السحق.

الجدول رقم (14): يوضح ما إذا كان المدربون يعتمدون على برنامج خاص بمهارة السحق.

الإجابات	التكرارات	النسبة %	ك ² المحسوبة	ك ² الجدولة	مستوى الثبات	درجة الثبات	الاستنتاج الإحصائي
نعم	12	80%	5.4	3.84	0.05	1	دال
لا	3	20%					
المجموع	15	100%					

الشكل رقم (14): أعمدة بيانية تمثل نسب ما إذا كان المدربون يعتمدون على برنامج خاص بمهارة السحق.



- عرض وتحليل النتائج:

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن ك² المحسوبة أكبر من ك² الجدولة عند مستوى الثبات 0.05 وبدرجة حرية 1، ومنه نستنتج أن الفرضية الصفرية مقبولة وبالتالي لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية، والاختلاف بين النتائج راجع لعامل الصدفة، حيث يظهر هذا الاختلاف في أن نسبة 80% من المدربين يعتمدون على برنامج خاص بالسحق وقد تراوحت مدة هذا البرنامج بين 4 إلى 6 أسابيع، فيما نسبة 20% لا يعتمدون على برنامج خاص بالسحق. ومنه نستنتج أن نسبة كبيرة من الفرق في الكرة الطائرة تعتمد على برنامج خاص بالسحق، وهذا ما أدى إلى تحقيق النتائج ووصولها إلى الآمال المرجوة.

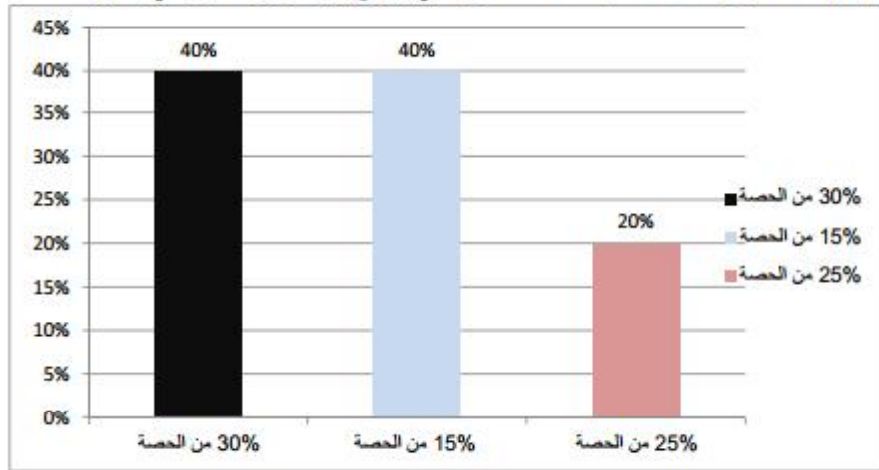
السؤال الخامس: كم عدد الحصص التي ترمج فيها مهارة السحق في الشهر؟

الغرض من السؤال: طرحنا سؤالنا لمعرفة عدد الحصص التي ترمج فيها مهارة السحق في الشهر.

الجدول رقم (15): يوضح عدد الحصص التي ترمج فيها مهارة السحق في الشهر .

الإجابات	التكرارات	النسبة %	ك ² المحسوبة	ك ² المجدولة	مستوى الثبات	درجة الثبات	الاستنتاج الإحصائي
30% من الحصة	6	40%	1.2	5.89	0.05	2	غير دال
25% من الحصة	6	40%					
15% من الحصة	3	20%					
المجموع	15	100%					

الشكل رقم (15): أعمدة بيانية تمثل نسب عدد الحصص التي ترمج فيها مهارة السحق في الشهر .



عرض وتحليل النتائج: من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن ك² المحسوبة أقل من ك² المجدولة عند مستوى الثبات 0.05، وبدرجة

حرية 2، ومنه نستنتج أن الفرضية الصفرية مقبولة وبالتالي لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية، والاختلاف بين النتائج راجع لعامل الصدفة، حيث يظهر هذا الاختلاف في أن نسبة 40% من المدربين يرمجون 30% من الحصة خاصة بمهارة السحق في الشهر، أما 40% من المدربين يرمجون 25% من الحصة خاصة بمهارة السحق في الشهر، فيما نسبة 20% يرمجون 15% من الحصة خاصة بمهارة السحق في الشهر. رغم أهمية مهارة السحق والتي تعتبر هي أساس الهجوم ومنها تسجل معظم نقاط الفريق، إلا أنه لا تعطى حصص كافية لهذه المهارة.

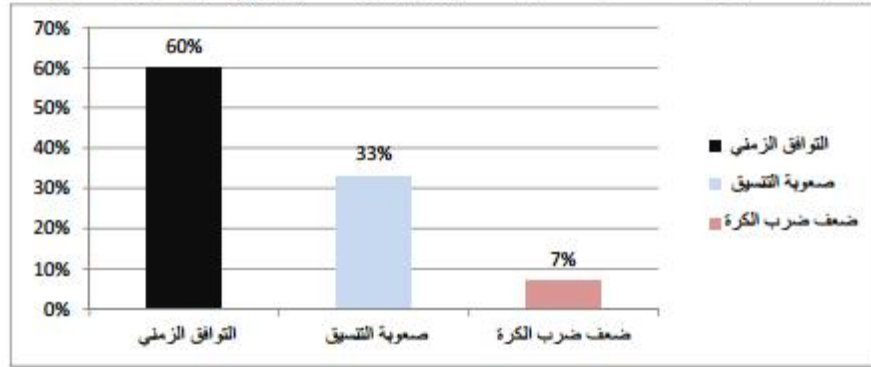
السؤال السادس: ما هي الصعوبات التي تواجهونها في تلقين مهارة السحق؟

الغرض من السؤال: طرحنا السؤال لمعرفة الصعوبات التي تواجهونها المدربين في تلقين مهارة السحق.

الجدول رقم (16): يوضح الصعوبات التي تواجهونها المدربين في تلقين مهارة السحق.

الإجابات	التكرارات	النسبة %	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولة	مستوى الثبات	درجة الثبات	الاستنتاج الإحصائي
صعوبة الوصول إلى التوافق الزمني بين الارتقاء والضرب	9	60%	5.2	5.99	0.05	2	غير دال
صعوبة التنسيق بين الممرر والساحق	4	33.33%					
ضعف ضرب الكرة	1	6.66%					
المجموع	15	100%					

الشكل رقم (16): أعمدة بيانية تمثل نسب الصعوبات التي تواجهونها المدربين في تلقين مهارة السحق.



- عرض وتحليل النتائج: من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن كا² المحسوبة أكبر من كا² الجدولة عند مستوى الثبات 0.05، وبدرجة حرية 2، ومنه نستنتج أن الفرضية الصفرية مرفوضة وبالتالي هناك فروق ذات دلالة إحصائية، تظهر في كون نسبة 60% من المدربين تواجههم صعوبة الوصول إلى التوافق الزمني بين الارتقاء والضرب عند تلقين مهارة السحق، فيما نسبة 33.33% من المدربين تواجههم صعوبة التنسيق بين الممرر والساحق عند تلقين مهارة السحق، أما المدربين الذين تواجههم صعوبة ضعف ضرب الكرة عند تلقين مهارة السحق فقد كانت بنسبة 6.66%. ومنه نستنتج أن الصعوبة التي يواجهها المدربين أثناء تلقين مهارة السحق هي صعوبة الوصول إلى التوافق الزمني بين الارتقاء والضرب لدى المهاجمين.

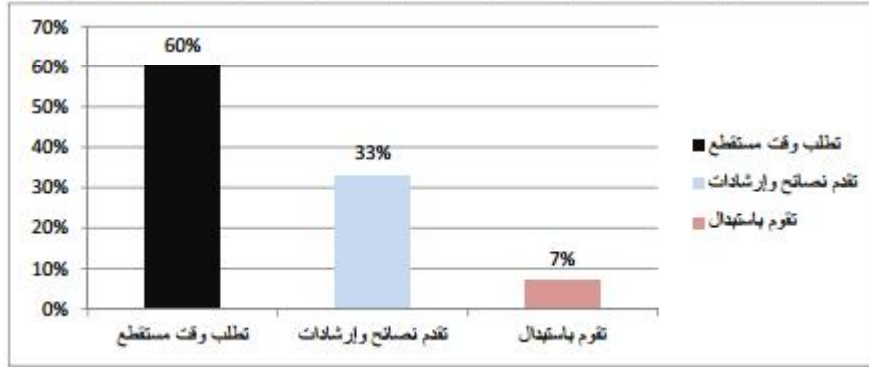
السؤال السابع: كيف تتصرف عندما تلاحظ أن اللاعبين يخطئون في السحق؟

الغرض من السؤال : طرحنا السؤال لمعرفة كيفية تصرف المدرب عندما يلاحظ أن اللاعبين يخطئون في السحق.

الجدول رقم (17): يوضح كيفية تصرف المدرب عندما يلاحظ أن اللاعبين يخطئون في السحق.

الإجابات	التكرارات	النسبة %	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولة	مستوى الثبات	درجة الثبات	الاستنتاج الإحصائي
تطلب وقت مستقطع	9	60%	6.4	5.99	0.05	2	دال
تقوم باستبدال	5	33.33%					
تقدم نصائح وإرشادات	1	6.66%					
المجموع	15	100%					

الشكل رقم (17): أعمدة بيانية تمثل نسب كيفية تصرف المدرب عندما يلاحظ أن اللاعبين يخطئون في السحق.



عرض وتحليل النتائج من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن كاة المحسوبة أكبر من كاة الجدولة عند مستوى الثبات 0.05، وبدرجة حرية 2، ومنه نستنتج أن الفرضية الصفرية مرفوضة وبالتالي هناك فروق ذات دلالة إحصائية، تظهر في كون نسبة 60% من المدربين يقومون باستبدال يطلبون وقت مستقطع عند ملاحظتهم أن اللاعبين يخطئون في السحق، فيما نسبة 33.33% من المدربين يطلبون وقت مستقطع عند ملاحظتهم أن اللاعبين يخطئون في السحق، أما المدربين الذين يقدمون نصائح وإرشادات عند ملاحظتهم أن اللاعبين يخطئون في السحق فقد كانت بنسبة 6.66%. ومنه نستنتج أن معظم المدربين يقومون بطلب وقت مستقطع عندما تكون هناك أخطاء على مستوى الاستقبال، فيما نسبة ضئيلة تقوم باستبدال اللاعب الذي يقوم بالأخطاء، وهذا ما يوصلنا إلى انعدام البديل الجيد في هذا المركز .

السؤال الثامن: هل ترى أن تحسين مهارة السحق يرفع من فعالية الهجوم أثناء المنافسة؟

الغرض من السؤال: طرحنا سؤالنا لمعرفة ما إذا كان تحسين مهارة السحق يرفع من فعالية الهجوم أثناء المنافسة أم

الجدول رقم (18): يوضح ما إذا كان تحسين مهارة السحق يرفع من فعالية الهجوم أثناء المنافسة أم لا.

الإجابات	التكرارات	النسبة %	كا ² المحسوبة	كا ² المجدولة	مستوى الثبات	درجة الثبات	الاستنتاج الإحصائي
نعم	15	100%	/	/	/	/	/
لا	0	0%					
المجموع	15	100%					

الشكل رقم (18): أعمدة بيانية تمثل نسب ما إذا كان تحسين مهارة السحق يرفع من فعالية الهجوم أثناء المنافسة.



عرض وتحليل النتائج:

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن 100% من المدربين يرون أن تحسين مهارة السحق يرفع من فعالية الهجوم أثناء المنافسة وهذا

ما يبين لنا أن السحق الجيد يؤدي إلى النتائج الجيدة.

المحور الثاني: يعتبر الإتقان الجيد لمهارة السحق الركيزة الأساسية للأداء الجيد .

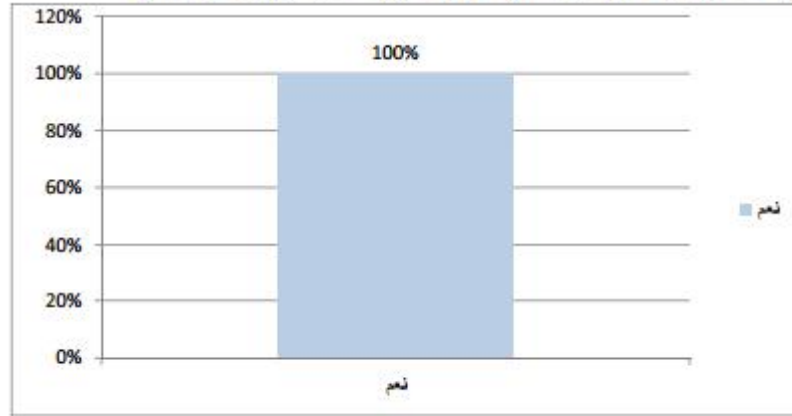
السؤال التاسع: هل السحق أصعب مهارة يمكن تعلمها؟

الغرض من السؤال: طرحنا سؤالنا لمعرفة ما إذا كان تحصيل السحق أصعب مهارة يمكن تعلمها أم لا.

الجدول رقم (19): يوضح ما إذا كان السحق أصعب مهارة يمكن تعلمها أم لا.

الإجابات	التكرارات	النسبة %	كا ² المحسوبة	كا ² المجدولة	مستوى الثبات	درجة الثبات	الاستنتاج الإحصائي
نعم	15	100%	/	/	/	/	/
لا	0	0%					
المجموع	15	100%					

الشكل رقم (19): أعمدة بيانية تمثل نسب ما إذا كان السحق أصعب مهارة يمكن تعلمها.



عرض وتحليل النتائج:

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن 100% من المدربين يرون أن السحق هي أصعب مهارة يمكن تعلمها. وهذا ما يبين لنا أن مهارة السحق من الصعب تعلمها ووجب على الرياضي الانضمام في التدريب والتركيز على هذه المهارة قصد إتقانها بالشكل الجيد واللازم.

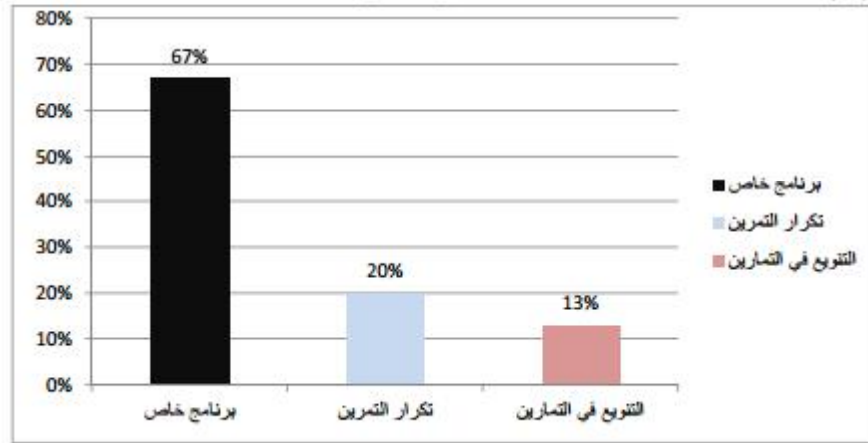
السؤال العاشر: كيف تتمون مهارة السحق؟

الغرض من السؤال: طرحنا سؤالنا لمعرفة كيفية تنمية مهارة السحق.

الجدول رقم (20): يوضح كيفية تنمية مهارة السحق.

الإجابات	التكرارات	النسبة %	ك ² المحسوبة	ك ² الجدولة	مستوى الثبات	درجة الثبات	الاستنتاج الإحصائي
التنوع في التمارين	2	13.33%	7.6	5.99	0.05	2	دال
تكرار التمرين	3	20%					
برنامج خاص	10	66.66%					
المجموع	15	100%					

الشكل رقم (20): أعمدة بيانية تمثل نسب كيفية تنمية مهارة السحق.



عرض وتحليل النتائج

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن ك² المحسوبة أكبر من ك² الجدولة عند مستوى الثبات 0.05، وبدرجة حرية 2، ومنه نستنتج أن الفرضية الصفرية مرفوضة وبالتالي هناك فروق ذات دلالة إحصائية، تظهر في كون نسبة 66.66% من المدربين ينمون مهارة السحق عن طريق برنامج خاص، فيما 20% من المدربين ينمون مهارة السحق عن طريق تكرار التمارين، ونسبة 13.33% من المدربين ينمون مهارة السحق عن طريق التنوع في التمارين.

وهذا يبين لنا أن المدربون يعتمدون ويشكل كبير على برنامج خاص بمهارة السحق وهذا ما يحسن من فعالية المهارة ويوصل إلى النتائج الإيجابية.

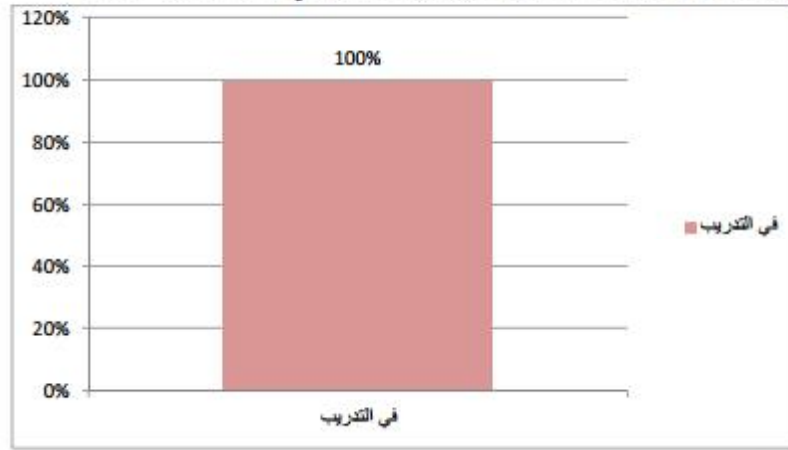
السؤال الحادي عشر: تطور السحق يكون؟

الغرض من السؤال: طرحنا السؤال لمعرفة ما إذا كان تطور السحق في المنافسة أو التدريب.

الجدول رقم (21): يوضح ما إذا تطور السحق في المنافسة أو التدريب.

الإجابات	التكرارات	النسبة %	كا ² المحسوبة	كا ² المجدولة	مستوى الثبات	درجة الثبات	الاستنتاج الإحصائي
في التدريب	15	100%	/	/	/	/	/
أثناء المنافسة	0	0%					
المجموع	15	100%					

الشكل رقم (21): أعمدة بيانية تمثل نسب ما إذا كان تطور السحق في المنافسة أو التدريب.



عرض وتحليل النتائج:

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن نسبة 100% من المدربين يعتبرون أن تطور السحق يكون من خلال التدريب الجدي والجيد. وهذا يبين لنا أن أغلب المدربين يعرفون مدى أهمية السحق وكيفية تطويرها.

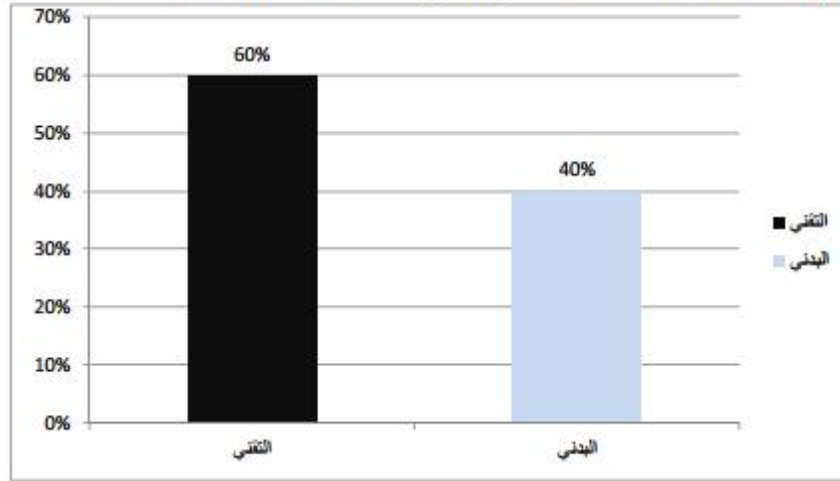
السؤال الثاني عشر: ما هو التحضير الأكثر ملائمة لتنمية هذه التقنية وهذه الفئة؟

الغرض من السؤال: طرحنا السؤال لمعرفة التحضير الأكثر ملائمة لتنمية هذه التقنية وهذه الفئة.

الجدول رقم (22): يوضح التحضير الأكثر ملائمة لتنمية هذه التقنية ولهذه الفئة.

الإجابات	التكرارات	النسبة %	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولة	مستوى الثبات	درجة الثبات	الاستنتاج الإحصائي
التقني	9	60%	16.2	7,81	0.05	3	دال
البدني	6	40%					
النفسي	0	0%					
التكتيكي	0	0%					
المجموع	56	100%					

الشكل رقم (22): أعمدة بيانية تمثل نسب التحضير الأكثر ملائمة لتنمية هذه التقنية ولهذه الفئة.



- عرض وتحليل النتائج: من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن كاة المحسوبة أكبر من كاة الجدولة عند مستوى الثبات 0.05، وبدرجة حرية 3، ومنه نستنتج أن الفرضية الصفرية مرفوضة وبالتالي هناك فروق ذات دلالة إحصائية، تظهر في كون نسبة 60% من المدربين يرون أن التحضير الأكثر ملائمة لتنمية هذه التقنية وهذه الفئة هو التحضير التقني، في حين نسبة 40% من المدربين يرون أن التحضير البدني هو الأكثر ملائمة لتنمية هذه التقنية وهذه الفئة.

وهذا ما يفسر أن المدربين لا يعطون الأهمية للتحضير النفسي والتكتيكي ويركزون معظم تحضيراتهم على الجانب التقني الذي يرون أنه الأنسب لهذه الفئة.

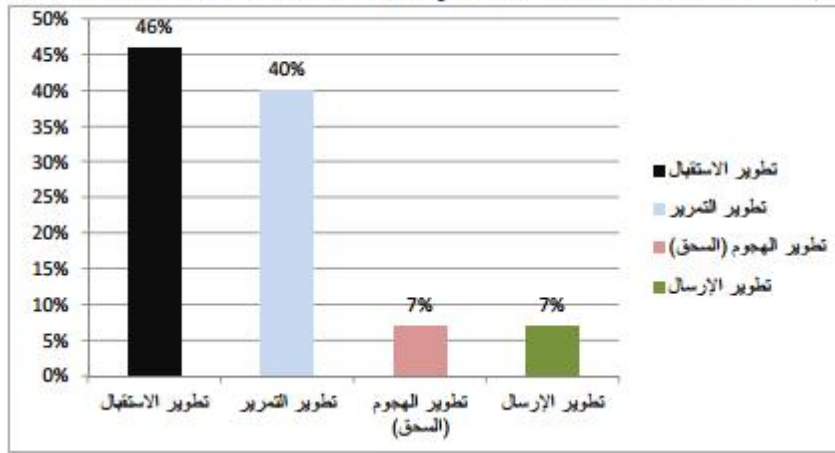
السؤال الثالث عشر: ما هي الإجراءات التي تقومون بها قصد الوصول إلى الأداء الجيد؟

الغرض من السؤال: طرحنا سؤالنا لمعرفة الإجراءات التي يقوم بها المدرب قصد الوصول إلى الأداء الجيد.

رقم (23): يوضح الإجراءات التي يقوم بها المدرب قصد الوصول إلى الأداء الجيد.

الإجابات	التكرارات	النسبة %	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولة	مستوى الثبات	درجة الثبات	الاستنتاج الإحصائي
تطوير الاستقبال	7	46.66%	8.2	7.81	0.05	3	دال
تطوير التمرير	6	40%					
تطوير الهجوم (السحق)	1	6.66%					
تطوير الإرسال	1	6.66%					
المجموع	15	100%					

الشكل رقم (23): أعمدة بيانية تمثل نسب الإجراءات التي يقوم بها المدرب قصد الوصول إلى الأداء الجيد.



- عرض وتحليل النتائج: من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن كا² المحسوبة أكبر من كا² الجدولة عند مستوى الثبات 0.05، وبدرجة حرية 3، ومنه نستنتج أن الفرضية الصفرية مرفوضة وبالتالي هناك فروق ذات دلالة إحصائية، يظهر في كون نسبة 46.66% من المدربين يقومون بتطوير الاستقبال قصد الرفع من مستوى الأداء الرياضي، ونسبة 40% من المدربين يقومون بتطوير التمرير قصد الرفع من مستوى الأداء الرياضي، ونسبة 6.66% من المدربين يقومون بتطوير الهجوم (السحق) قصد الرفع من مستوى الأداء الرياضي، ونفس نسبة من المدربين يقومون بتطوير الإرسال قصد الرفع من مستوى الأداء الرياضي. وهذا ما يبين لنا أن مستوى الأداء مرتبط بالمهارات الأخرى، فلتحقيق الأداء الجيد يجب أن يكون هناك استقبال وتمرير جيد ليكون المهاجم في وضعية مريحة تمكنه من السحق جيدا.

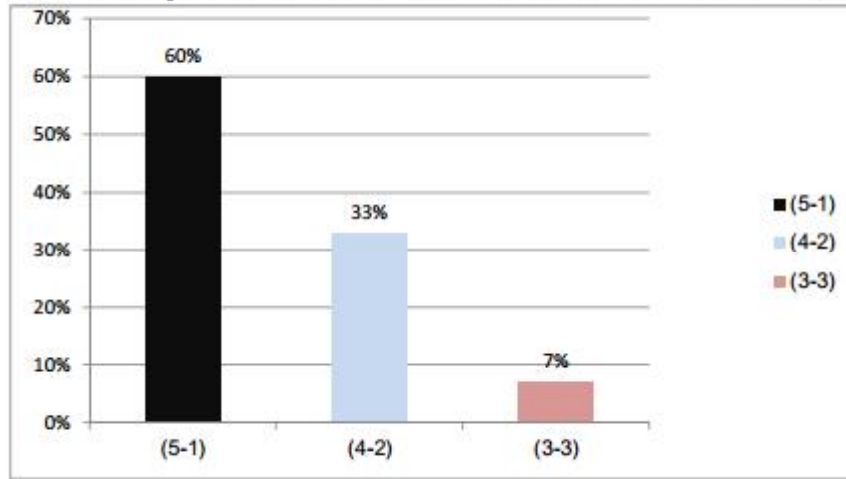
السؤال الرابع عشر: ما هو أسلوب اللعب الذي تستخدمونه أكثر في هذه الفئة؟

الغرض من السؤال: طرحنا هذا السؤال لمعرفة أسلوب اللعب الذي ينتهجه المدربون أكثر في هذه الفئة.

الجدول رقم (24): يوضح أسلوب اللعب الذي ينتهجه المدربون أكثر في هذه الفئة.

الإجابات	التكرارات	النسبة %	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولة	مستوى الثبات	درجة الثبات	الاستنتاج الإحصائي
2-4	5	33.33%	6.4	5.99	0.05	2	دال
1-5	9	60%					
3-3	1	6.66%					
المجموع	15	100%					

الشكل رقم (24): أعمدة بيانية تمثل نسب أسلوب اللعب الذي ينتهجه المدربون أكثر في هذه الفئة.



- عرض وتحليل النتائج:

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن كا² المحسوبة أكبر من كاة الجدولة عند مستوى الثبات 0.05 ، وبدرجة حرية 2، ومنه نستنتج أن الفرضية الصفرية مرفوضة وبالتالي هناك فروق ذات دلالة إحصائية، تظهر في كون بنسبة 60% من المدربين يستخدمون أسلوب (1-5) لفئة أقل من 17 سنة، أما نسبة 33.33% من المدربين يستخدمون أسلوب (2-4) لفئة أقل من 17 سنة، فيما نسبة 6.66% من المدربين يستخدمون أسلوب (3-3) لفئة أقل من 17 سنة وهذا يبين لنا أن أسلوب اللعب (15) هو الأكثر استخداما والأنسب في نظر المدربين لفئة أقل من 17 سنة.

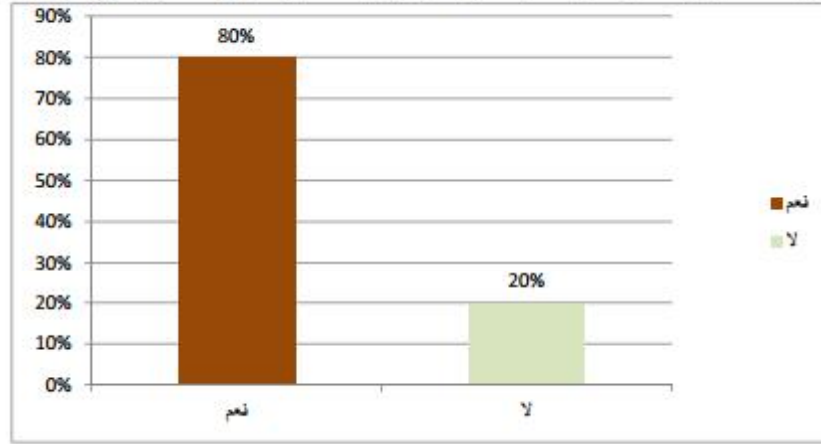
السؤال الخامس عشر: هل تستخدمون الجمل التكتيكية في الهجوم؟

الغرض من السؤال: معرفة ما إذا كان المدربون يستخدمون الجمل التكتيكية في الهجوم أم لا.

الجدول رقم (25): يوضح ما إذا كان المدربون يستخدمون الجمل التكتيكية في الهجوم أم لا.

الإجابات	التكرارات	النسبة %	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولة	مستوى الثبات	درجة الثبات	الاستنتاج الإحصائي
نعم	12	80%	5.4	3.84	0.05	1	دال
لا	3	20%					
المجموع	15	100%					

الشكل رقم (25): أعمدة بيانية تمثل نسب ما إذا كان المدربون يستخدمون الجمل التكتيكية في الهجوم أم لا.



عرض وتحليل النتائج: من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن كاة المحسوبة أكبر من كا² الجدولة عند مستوى الثبات 0.05، وبدرجة حرية 1، ومنه نستنتج أن الفرضية الصفرية مقبولة وبالتالي لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية، تظهر في كون نسبة 80% من المدربين يستخدمون الجمل التكتيكية في الهجوم، فيما نسبة 20% من المدربين لا يستخدمون الجمل التكتيكية في الهجوم. ومنه نستنتج أن معظم نوادي الكرة الطائرة تعتمد على جمل تكتيكية في الهجوم

24- مناقشة مقابلة النتائج بالفرضيات:

الفرضية الأولى: تحظى مهارة السحق باهتمام كبير لدى المدربين أثناء التدريب.
تفسير نتائج المحور الأول الخاص بالفرضية الأولى من خلال إجابات المدربين على أسئلة المحور الأول.
جدول رقم (26): الدلالة الإحصائية الأسئلة المحور الأول الخاص بإجابات المدربين.

نتائج المحور الأول الخاص بإجابات المدربين

العبارات	كا ²	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولة	الدلالة الإحصائية
السؤال رقم 01	3.4	7.81	غير دال	
السؤال رقم 02	10.33	7.81	دال	
السؤال رقم 03	8.2	7.81	دال	
السؤال رقم 04	5.4	3.84	دال	
السؤال رقم 05	1.2	5.99	غير دال	
السؤال رقم 06	5.2	5.99	غير دال	
السؤال رقم 07	6.4	5.99	دال	
السؤال رقم 08	/	/	/	

تنطلق الفرضية الجزئية من اعتقاد مفاده أن مهارة السحق تحظى باهتمام كبير لدى المدربين أثناء التدريب واستنادا إلى النتائج المتحصل عليها في الجدول رقم 28 والمؤكدة بطرق إحصائية علمية، فالجداول رقم (02، 01، 03، 04، 05، 06، 07، 08)، من خلال هذه الجداول نجد أن الجدول الذي يتعلق بنوع الشهادة المحصل عليها من طرف المدربين نجد أن 40% من المدربين حاملين لشهادة ليسانس Eps، وفي الجدول المتعلق بعدد سنوات الخبرة في المجال الرياضي نجد أن أغلبية المدربين خبرتهم من (10-15) سنة وبنسبة 33.53، والجدول المتعلق بالمهارة التي يركز المدربين في التدريبات تمثلت في مهارة السحق وبنسبة 46.66 %، ومن خلال الجدول الذي يتعلق ببرنامج الخاص بمهارة السحق نجد نسبة 80% من المدربين يقومون بهذا البرنامج، وفيما يخص عدد الحصص التي ترمج فيها مهارة السحق في الشهر وبنسبة 40% بينما في الحصة الواحدة تخصص من 25 إلى 30% لهذه المهارة، في حين أن الجدول الذي يتعلق بالصعوبات التي يواجهونها في تلقين مهارة السحق كان بنسبة 60% من المدربين يرون أن الوصول إلى التوافق الزمني بين الارتقاء والضرب الساحق هي أصعب مرحلة يمكن تعلمها، ومن خلال الجدول الذي يتعلق بكثرة أخطاء اللاعبين في السحق أثناء المباراة فإن نسبة 60% من المدربين يقومون بوقت مستقطع، أما فيما يتعلق بجدول بفعالية الهجوم أثناء المنافسة فقد تمثلت في نسبة 100%.

ومنه فقد استنتجنا من خلال ملاحظتنا لمباريات فريق نادي شباب المهير أن مهارة السحق تحظى باهتمام كبير لدى المدربين أثناء التدريب، فقد أخذ المهتمون بهذه اللعبة يركزون اهتمامهم بهذه المهارة بدرجة كبيرة أثرت في بعض الأحيان بطريقة غير مباشرة على

باقي المهارات الأخرى، وهذا بلا شك أتاه خاطئ في إعداد لاعب الكرة الطائرة وما يزيد من خطورة هذا الاتجاه الخاطئ أن المشاهد أيضا كثيرا ما يشجع أداء اللاعبين لهذه المهارة مما يجعلهم يندفعون في هذا الاتجاه ويكثرون اهتمامهم عليها فقط وبالتالي يكون ذلك على حساب المستوى الفني العام للفريق.

إن الضربات الساحقة هي احد الوسائل الرئيسية الهامة في إحراز النقاط واستخدامها غالبا ما يكون من اللمسة الثالثة ويؤثر فيها عاملين هما: (محمد سعد زغلول، 2001، صفحة 73). أنظر أيضا ص (20).

وعليه نستنتج أن الفرضية القائلة أنه تحظى مهارة السحق باهتمام كبير لدى المدربين أثناء التدريب قد تحققت من خلال النتائج المحصل

الفرضية الثانية: يعتبر الإتقان الجيد لمهارة السحق الركيزة الأساسية للأداء الجيد .

تفسير نتائج المحور الثاني الخاص بالفرضية الثانية من خلال إجابات المدربين على أسئلة المحور الثاني.

جدول رقم (27): الدلالة الإحصائية لأسئلة المحور الثاني الخاص بإجابات المدربين.

- نتائج المحور الثاني الخاص بإجابات المدربين.

العبارات	كا ²	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولة	الدلالة الإحصائية
السؤال رقم 09	/	/	/	/
السؤال رقم 10	7.6	5.99	دال	
السؤال رقم 11	/	/	/	/
السؤال رقم 12	16.2	7.81	دال	
السؤال رقم 13	8.2	7.81	دال	
السؤال رقم 14	6.4	5.99	دال	
السؤال رقم 15	5.4	3.84	دال	

تنطلق الفرضية الثانية على أساس اعتقاد مفاده أن إتقان هذه المهارة والتمكن من أدائها بطريقة جيدة ينعكس إيجابيا على مردود الفريق من حيث مستوى اللعب أثناء المباراة، فمن خلال النتائج المتحصل عليها من الجداول السابقة المتعلقة بالمحور الثاني والمؤكددة بطريقة إحصائية علمية والمبينة في الجدول رقم 29، من خلال الجداول (09، 10، 12، 14، 15) يتبين لنا أن نسبة 100%

من المدربين يرون أن السحق أصعب مهارة يمكن تعلمها، أما في الجدول الذي يتعلق بكيفية تنمية مهارة السحق فإن نسبة 66.66% من المدربين يقومون بتنمية المهارة عن طريق برنامج خاص، في الجدول رقم (12) يرى المدربون ونسبة 60% أن التحضير التقني هو الأكثر ملائمة لفئة أقل 17 سنة، وفيما يخص أسلوب اللعب الذي يستخدمه المدربين أثناء المنافسة فقد

كانت نسبة 60% من المدربين يستخدمون خطة (5-1)، أما في الجدول الأخير فإن نسبة 80% من المدربين يستخدمون الجمل التكتيكية الهجومية

في الأخير ومن خلال جداول الملاحظة للمباريات الست لفريق نادي شباب المهير توصلنا إلى أن السحق ركيزة أساسية للأداء الجيد فيدون السحق لا تكتمل الهجمة وبذلك يكون الأداء متوسط إن لم نقل ضعيف، حيث يشتمل الأداء الإنساني العديد من أوجه النشاط الحركي التي يبذلها الطفل في سنوات العمر الأول وغيرها من الحركات الأخرى، بحيث نجد أن المراهق في سن (14-17) يكون منغمسا في ممارسة النشاط البدني والرياضي ومستعدا لتجاوز الحدود، ويتعلق بتحسين وتعديل مهارته الرياضية وتنمية استعداداته ومواهبه. أنظر أيضا ص (17)

حيث أن الضربات الساحقة لها أثرها البالغ في إثارة الحماس لدي المشاهدين، ففيها يظهر الشكل الجمالي الأداء اللاعب، كما أنها تؤدي بإيقاع سريع وإنما حاسمة في اكتساب نقط مضمونة إذا ما أداها اللاعب بطريقة صحيحة. أنظر أيضا ص (19).

وقد جاءت النتائج مطابقة لتوقعات الباحث، ومنه نستنتج أن الفرضية التي تقول يعتبر الإتقان الجيد لمهارة السحق الركيزة الأساسية للأداء الجيد قد تحققت.

خلاصة:

نستخلص من خلال دراستنا واعتمادنا على المنهج الوصفي وباستخدام الاستبيان وتحليل ومناقشة النتائج بإظهار تأثير فعالية السحق على مستوى الأداء لدى لاعبي الكرة الطائرة صنف أصاغر واستنادا على الفرضيات المختلفة التي وظفناها في هذا المجال تبين لنا أن أجوبة الاستبيان تخدم الفرضيات بنسب متفاوتة.

وهذا ما يجعل الفرضية العامة محققة إذ أن التقنية السحق تأثير كبير على فعالية الهجوم في الكرة الطائرة لدى الفرق المنافسة يترجم في مجموعة من العوامل التي تؤثر على اللاعب في عدة جوانب والتي لا يمكن السيطرة عليها إلا بالأخذ بعين الاعتبار مدى أهمية هذه المهارة بالنسبة للمدربين وكيفية تدريب هذه المهارة ومدة تلقينها.

الاستنتاجات:

بعد دراسة وتحليل نتائج الملاحظة، وبعتمادنا على نسبة فعالية السحق في جميع المباريات توصلنا إلى أن هناك فرق طفيف في نسبة الفعالية في المباريات الست.

اعتمادا على نتائج الملاحظة للمباراة الأولى والثانية والخامسة التي قمنا بإجرائها لفريق شباب المهير توصلنا إلى القول بأن التحسن والتطور وإتقان هذه المهارة كان أكثر في هذه المباريات الأولى أين دخل الفريق بقوة وحقق فوزين متتاليتين وبنتيجة ساحقة تمثلت في (3-0).

أما فيما يخص المباريات الثلاث المتبقية (الثالثة والرابعة والسادسة) والتي خسرها الفريق بنتيجة (1-3)، (3-2) على التوالي، فقد كان فيها السحق متوسط إن لم نقل أنه كان دون المتوسط وهذا راجع لعدة عوامل منها الإرهاق وبعض المشاكل الفنية والإدارية، وهذا ما انعكس سلبا على نتائج الفريق وأدى إلى خسارته المباراة النهائية. اعتمادا على المعطيات التي استقيناها من مساء لتنا المباشرة للمدربين حول الدراسة الخاصة ب: تأثير فعالية السحق على مستوى الأداء لدى لاعبي الكرة الطائرة أقل من 17 سنة، تمكنا من التوصل إلى مجموعة من الأفكار والمعلومات والتي يمكن أن نلخصها في عدة نقاط أهمها: | - أن السحق هو أساس كسب النقاط، لأن السحق الجيد يؤدي هجوم جيد الذي ينتج عنه النقاط (تحقيق نتائج الايجابية للفريق، بالإضافة إلى أن إتقان مهارة السحق يؤدي إلى اللعب الجيد ويكون مستوى المباراة مرتفع من خلال الأداء الجماعي للفريق ككل.

- الأهمية القصوى لمهارة السحق هي الحصول على نخب رياضية متميزة تتوفر على المقاييس الضرورية لتحقيق أفضل النتائج وذلك باستعمال برامج تدريبية خاصة وذلك من خلال التركيز على مختلف التحضيرات الرياضية خاصة التحضير التقني، إلى جانب القيام بالتكوين المتواصل لفئة أقل من 17 سنة التي تعتبر حلقة الوصل بين العمل الذي كان في مرحلة الناشئين المواصلة إلى الفئات السنية (أواسط، أكابر).

ولذلك فإن المعلومات والأفكار المستنتجة من الدراسة الميدانية التطبيقية تؤدي إلى تأكيد على التوافق المتحصل عليه بين الفرضيات المطروحة في بداية الدراسة والنتائج المتوصل إليها من خلال العمل الميداني.

في الأخير من خلال كل هذا نستنتج أن النقص في أداء هذه المهارة يرجع إلى أسباب يمكن التحكم فيها إن طبقنا الطريقة الأمثل في الرفع من مستوى اللاعبين الشباب في الكرة الطائرة.

اقتراحات وتوصيات:

بعدما قمنا بدراسة بحثنا هذا نود بوساطة هذه النتائج التي تحصلنا عليها أن تساهم بهذه التوصيات اتجاه المدربين لتحسين مهارة السحق الكرة الطائرة لدى فرق ولاية برج بوعرييج لفئة (14-17 سنة).

- يجب على المدربين أثناء اختيار اللاعبين التركيز على القامات الطويلة.
- يجب برمجة حصص تدريب فردية خاصة بالمهاجمين.
- على المدرب أن يقوم بتصحيح الأخطاء أثناء أداء تقنية السحق باستعمال جهاز الفيديو الذي يسمح للاعبين برؤية أخطائهم ومحاولة تفاديها وتصحيحها.
- استخدام الكرة الخاصة بالمنافسة أثناء التدريب.
- من المهم تكوين لاعبين، خاصة الفهم الأولويات التقنية والتكتيكية المسجلة أثناء المقابلة ولهذا يجب اختيار حصص التدريب التي تتماشى مع التقنية.
- على المدربين معرفة الجوانب الفنية والفسولوجية والمرفولوجية الخاصة بالمهاجمين.

الخاتمة:

كانت دراستنا لهذا الموضوع نابعة من اقتناع لما قد ينعكس إيجابيا أو سلبيا على عملية التعلم التقني في الكرة الطائرة عند اللاعبين لفئة أقل من 17 سنة.

من أجل الوصول إلى أعلى المستويات في مختلف الرياضات وخاصة الكرة الطائرة وجب على الأخصائيين الرياضيين أن يقوموا بدراسات وأبحاث معمقة حول تطوير المهارات الأساسية في هذه الرياضة.

إن التعلم التقني في الكرة الطائرة مهما كان يجب أن يعتمد على قواعد عملية وخصوصيات مطبقة بكل صرامة وإتقان، في تحقيق النتائج والرفع من مستوى اللاعبين، وهو مرتبط ارتباطا وثيقا بالطرق التدريبية والأساليب المخططة لها والمنهجية المتبعة للتعلم والرفع من المستوى.

إن وضع الملاحظة في بحثنا وإجابات المدربين سمح لنا بالتعرف على آرائهم والأسباب التي تعيقهم في عملية التعلم من جهة، وكذلك التعرف على نقاط النقص التي تؤثر على السير الحسن الأداء مهارة السحق بشكل صحيح. لو وفرنا إمكانيات ومتطلبات لعبة الكرة الطائرة وقمنا ببرامج تدريبية مسطرة تحلم مهارة السحق لوصلنا إلى أعلى المستويات ولحقنا أفضل النتائج.

وفي الأخير نترك المجال مفتوح لمن يريد التعمق أكثر في الموضوع.

قائمة المصادر و

المراجع

1-المصادر:

1-القرآن الكريم

2-قائمة المراجع باللغة العربية:

- 1- إبراهيم محمود حسين. (2001). التدريب الرياضي الحديث. دار الفكر العربي.
- 2- إبراهيم محمد علي. (2002) طرق ومناهج البحث العلمي في التربية البدنية والرياضية والأردن : دار الثقافة.
3. أسعد محمد امين. (1991) مشكلات الطفولة والمراهقة . بيروت بدار المعارف.
- 4- إسماعيل ،عماد . احمد . (1982) النمو في مرحلة المراهقة . الكويت :دار النفائس.
5. إسماعيل محمود علي . (1986) النمو في مرحلة المراهقة . الكويت :دار القلم.
- 6- الأفندي محمد محمود . (1965) علم النفس الرياضي والأسس النفسية للتربية البدنية . القاهرة : عالم الكتاب.
- 7- الخالق علي عبد . (1992) التدريب الرياضي - القاهرة دار الفكر العربي .
- 8- السامرائي وعلي ، عبده . (1977) طرق الإحصاء في التربية البدنية والرياضية العراق بجامعة بغداد.
9. السيد ،فاتح احمد . (1998) .الأسس النفسية للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة . القاهرة : دار الفكر العربي .
- 10- الطالب نسيم .محمد . (1983) علم النفس الرياضي العراق دار الحكمة للطباعة والنشر
11. العزيز ،(جلال .البساطي . (1970) سيكولوجية المراهقين مصر : دار النهضة.
- 12- القط ، محمد علي . (2006) فسيولوجيا الأداء الرياضي في السباحة ،القاهرة : المركز العربي للنشر .
13. الله عبد البساطي . (2003) كرة الطائرة الجزء الأول . القاهرة دار الفكر العربي .
- 14- الهلالي خير الدين . (2005) .الاجتماع الرياضي مصر : دار الفكر العربي .
15. عبد الوهاب . (1983) المرشد التربوي الرياضي طرابلس .
- 16- بحفص وعامر اسامة . (2005) . الإحصاء المطبق في العلوم الاجتماعية والإنسانية بن عكنون الجزائر : ديوان المطبوعات الجامعية
- 17- تركي رشيد . (1999) مناهج البحث في علوم التربية وعلم النفس . الجزائر : المؤسسة الوطنية للكتاب .
- 18- حامد ،خالد . (2003) .منهجية البحث العلمي . القبة الجزائر :دار الريحانة .
19. حسين أمين . (1998) .أسس التدريب الرياضي الأردن : دار الفكر .

- 20- حسين حامد .(1998) . الموسوعة الرياضية والبدنية الشاملة في الألعاب والفعاليات والعلوم الرياضية الأردن : دار الفكر للنشر والتوزيع.
- 21-حسين عبد الجواد .مبادئ الألعاب الإعدادية دار الفكر العربي ، القاهرة 1999
22. خطاييه اكرم .ركبي .(1996) موسوعة الكرة الطائرة الحديثة . عمان :دار الفكر العربي للطباعة والنشر.
- 23- خفاجة وفتح .علي .(2002) .أسس البحث العلمي مصر : مكتبة و مطبعة الإشعاع الفنية.
- 24- راتب أسامة ، كامل .(1997) قلق المنافسة التدريب، احتراق الرياضي (مصر : دار الفكر العربي.
- 25- راتب محمود حسن .(1999) البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي مصر : دار الفكر العربي.
- 26- رضوان ،محمد حسين .(1987) الاختبارات النفسية والمهارية في المجال الرياضي . القاهرة : دار الفكر العربي.
- 27- زرواتي رشيد .(2002) تدريبات في منهجية البحث العلمي في العلوم الاجتماعية والجزائر دار هومة.
- 28- زهران زهير حسين .(1983) علم النفس النمو الطفولة والمراهقة . القاهرة : عالم الكتاب.
- 29- زيدان محمود .(1958) دراسة سيكولوجية التربية لتلميذ التعليم العالي جدة دار الشرق.
- 30- سعيد علي، بدون سنة النهوض الطفولة إلى المراهقة الجزائر : الخنساء للنشر والتوزيع.
31. طه علي مصطفى .(1999) . الكرة الطائرة، تاريخ، تعليم، تدريب، تحليل، قانون ، القاهرة : دار الفكر العربي.
32. عبده ،حامد احمد .(2002) الأعداد المهاري للاعب كرة القدم .مصر : دار الإشعاع الفنية.
- 33- عقيل الكاتب ، عامر جابر السعدي : القواعد الدولية للكرة الطائرة ، 2002 – 2004 ، بغداد ، 2000 ،
34. علاوي محمد حسن .(1998) سيكولوجية الجماعات الرياضية .مصر : مركز الكتاب للنشر.
35. علي عبد المعطي .(2000) الكرة الطائرة . القاهرة بدار الفكر العربي
36. عمارة زهير .عمر .(2000) مدخل إلى طب النفس .بيروت لبنان بدار الثقافة.
- 37- فرج امين .(1990) . الكرة الطائرة دليل المعلم والمدرّب واللاعب الإسكندرية منشأة المعارف.
38. كيسوي عماد احمد .(2003) النمو النفسي ومشكلات الطفولة الإسكندرية دار المعرفة الجامعية.
39. محمد حسين علاوي .(2002) .علم النفس والتدريب والمنافسة الرياضية. القاهرة: دار الفكر العربي.
40. محمد سعد زغلول .(2001) . الأسس الفنية للكرة الطائرة .القاهرة :مركز الكتاب للنشر.
- 41- محمود بديع .(2007) . موسوعة الألعاب الرياضية والشعبية. الأردن: دار الإسرائ .
- 42- وآخرون ،فاتح كامل .(2006) مناهج البحث العلمي الأردن : دار المسيرة.

42-uwc... asta

43- Hameni, H. S. (1995). *critères d'accès aux qualités du jeune talent*. F.A.A
PELLETIER, C. C. (1987). *colier de l'entraînement montreal: F. V.B.O.*

44-Sillany robert : « le robert de sport » (OP.CIT) P 417

45- Winibery.p.goold. (1997). *psychologie du sport et de l, activité physique*,
paris: vrghar.

الملاحق

عنوان الدراسة:

تأثير فعالية الضرب الساحق على مستوى الأداء لدى لاعبي الكرة الطائرة أقل من 17 سنة

إعداد الطالب:

اعميري حسان

شبكة ملاحظة مقدمة للمحكمين

شبكة الملاحظة		
(1)	(2)	(3)
الكرة تضرب في حائط الصد أو الشبكة أو خارج الملعب (كرة ضائعة)	الكرة مسترجعة من طرف الخصم	تسجيل نقطة مباشرة

جامعة محمد بوضياف - المسيلة

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

استمارة استبيان

موجهة إلى المدرسين

في إطار إنجاز بحث لنيل شهادة الماستر في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية
تحت عنوان: " تأثير فعالية السحق على مستوى الأداء لدى لاعبي الكرة الطائرة أقل من 17
سنة".

نرجو من سيادتكم ملء هذه الاستمارة بصدق وموضوعية ونتعهد أن كامل البيانات المجمعة
بواسطة هذه الاستمارة ستكون سرية ولا تستخدم إلا لأغراض علمية بحتة، وشكرا على تعاونكم
ملاحظة: ضع علامة (X) في الخانة المناسبة.

إعداد الطالب:

- اعميري حسان

السنة الجامعية: 2017-2018

1- ما هي الشهادة المحصل عليها في التدريب؟

.....

2- منذ متى وأنت تمارس مهنة التدريب؟

.....

المحور الأول: تحظى مهارة السحق باهتمام كبير لدى المدربين أثناء التدريب.

3- ما هي المهارة التي تركزون عليها أكثر في التدريبات؟

.....

4- هل تعتمدون على برنامج خاص بمهارة السحق؟

لا

نعم

..... إذا كانت الإجابة بنعم فكم مدة هذا البرنامج:

5- كم عدد الحصص التي تبرمج فيها مهارة السحق في الشهر؟

.....

6- ما هي الصعوبات التي تواجهونها في تلقين مهارة السحق

.....

7- كيف تتصرف عندما تلاحظ أن اللاعبين يخطئون في السحق أثناء المباراة؟

تقدم نصائح وإرشادات

تقوم باستبدال

تطلب وقت مستقطع

8- هل ترى أن تحسين مهارة السحق يرفع من فعالية الهجوم أثناء المنافسة؟

لا

نعم

المحور الثاني: يعتبر الإتقان الجيد لمهارة السحق الركيزة الأساسية للأداء الجيد.

9- هل السحق أصعب مهارة يمكن تعلمها؟

لا

نعم

10- كيف تنمون مهارة السحق؟

.....

11- تطور السحق يكون في:

أثناء المنافسة

في التدريب

12- ما هو التحضير الأكثر ملائمة لتنمية هذه المهارة؟

التكتيكي

النفسي

التقني

البدني

13- ما هي الإجراءات التي تقومون بها قصد الوصول إلى الأداء الجيد؟

.....

14- ما أسلوب اللعب الذي تستخدمونه أكثر في فئة أقل من 17 سنة؟

3-3

2-4

1-5

15- هل تستخدمون الجمل التكتيكية في الهجوم؟

لا

نعم

وثيقة اثبات إجراء الدراسة الميدانية

أنا الممضي اسفله السيد : مقترح أ عمر رئيس النادي الرياضي للهواة

شباب المهير لكرة الطائرة أصرح بشرفي ان الطالب : اعميري حسان اجرى

دراسة ميدانية على مستوى النادي الرياضي للهواة شباب المهير لكرة الطائرة

في الفترة الممتدة من 15 مارس 2018 الى غاية 02 ماي 2018 قصد اتمام

مذكرة تخرج لنيل شهادة الماستر 02 .

حرر يوم :

الرئيس

Résumé de l'étude

❖ Titre de l'étude: Effet de l'efficacité frappe écrasante sur le niveau de performance des joueurs de volleyball «U 17 ans» pendant la compétition.

Etude de terrain des clubs de l'Etat de Bordj Bou Arreridj.

❖ Objectif de l'étude: Identifier l'impact de l'efficacité frappe écrasante sur le niveau de performance des joueurs de volleyball.

❖ **Le problème de l'étude:** L'efficacité Frappe écrasante des joueurs de volleyball contribue-t-elle efficacement à améliorer les performances?

❖ **Hypothèses partielles:**

1- La compétence frappe écrasante de présente un grand intérêt pour les entraîneur pendant entraînement

2- de la technique de la frappe écrasante Une bonne maîtrise est Substrat fondamental d'une bonne performance.

❖ **Procédures d'étude:** L'échantillon était composé de 12 joueurs de club de chabab el M'hir et de 15 entraîneurs.

Méthodologie: Nous avons utilisé méthode descriptive , car elle convient mieux à de tels sujets et soumet l'étude à une analyse approfondie.

❖ **Outils utilisés dans la recherche:** questionnaire pour entraîneurs et observation pour les joueurs.

❖ **Résultats:**

– La frappe écrasante est la base de gain des points.

– Se concentrer sur diverses préparations sportives, en utilisant des programmes des entraîneurs. pour les compétences de la frappe écrasante.

– Programmation des sciences de l'entraînement individuelles pour les attaquants qui contribuent à élever le niveau de performance de la technologique.

– La technique de la frappe écrasante a un impact important sur l'efficacité de l'attaque de volleyball dans les équipes en compétition.

– La maîtriser les techniques de la frappe écrasante mène à un bon jeu et le niveau du match est élevé grâce à la performance collective de l'équipe a toutes

Principales conclusions et suggestions:

– Lors de la sélection des joueurs, les entraîneurs doivent se concentrer sur une longue taille.

– L'entraîneur doit corriger les erreurs lors de l'exécution de la la technique frappe écrasante à l'aide d'un appareil vidéo qui permet de voir ses erreurs et d'essayer de les éviter et de les corriger.

– Utilisation la balle de la compétition pendant l'entraînement.

– Les entraîneurs doivent connaître les aspects techniques, physiologiques et morphologiques des attaquants.

– Il est important de former des joueurs, en particulier pour comprendre les priorités techniques et tactiques enregistrées pendant le match, et donc des sciences d'entraînement. adaptées de technique de la frappe écrasante.

ملخص الدراسة

❖ **عنوان الدراسة:** تأثير فعالية الضرب الساحق على مستوى الأداء لدى لاعبي كرة الطائرة اقل من 17 سنة " أثناء المنافسة. دراسة ميدانية لأندية ولاية برج بوعرييج الرابطة الولائية .

❖ **هدف الدراسة :** التعرف على تأثير فعالية الضرب الساحق على مستوى الأداء لدى لاعبي كرة الطائرة .

❖ **مشكلة الدراسة:** هل فعالية السحق عند لاعبي كرة الطائرة يساهم بطريقة فعالة في تحسين الأداء .

❖ **الفرضيات الجزئية:**

1- تحظى مهارة الضرب الساحق باهتمام كبير لدى المدربين أثناء التدريب.

2- يعتبر الإتقان الجيد لمهارة السحق الركيزة الأساسية للأداء الجيد .

❖ **إجراءات الدراسة :** تكونت العينة من 12 لاعب من نادي شباب المهير و 15 مدرب .

❖ **المنهج المتبع :** استعملنا المنهج الوصفي لأنه أنسب لمثل هذه المواضيع وإخضاع الدراسة للتحليل الدقيق.

❖ **الأدوات المستخدمة في البحث:** استمارة استبيان موجهة للمدربين ، والملاحظة للاعبين .

❖ **النتائج المتوصل إليها :**

- إن الضرب الساحق هو أساس كسب النقاط .
- التركيز على مختلف التحضيرات الرياضية وذلك باستعمال برامج تدريبية خاصة بمهارة السحق.
- برمجة حصص تدريب فردية خاصة بالمهاجمين يساهم في رفع مستوى أداء التقنية .
- لتقنية السحق تأثير كبير على فعالية الهجوم في كرة الطائرة لدى الفرق المنافسة .
- إن إتقان مهارة السحق يؤدي إلى اللعب الجيد ويكون مستوى المباراة مرتفع من خلال الأداء الجماعي للفريق ككل .

❖ **أهم الاستنتاجات و الاقتراحات :**

- يجب على المدربين أثناء اختيار اللاعبين التركيز على القامات الطويلة .
- على المدرب أن يقوم بتصحيح الأخطاء أثناء أداء تقنية السحق باستعمال جهاز الفيديو الذي يسمح برؤية أخطائهم ومحاولة تفاديها وتصحيحها.
- استخدام الكرة الخاصة بالمنافسة أثناء التدريب .
- على المدربين معرفة الجوانب الفنية والفيزيولوجية و المرفولوجية الخاصة بالمهاجمين .
- من المهم تكوين اللاعبين ، خاصة لفهم الأولويات التقنية و التكتيكية المسجلة أثناء المقابلة ولهذا يجب اختيار حصص التدريب التي تتماشى مع التقنية

الكلمات الدالة: الضرب الساحق، مستوى الأداء، الكرة الطائرة