



منهج تدريبي للإدراك (الحس - حركي)
و أثره في تطوير مستوى الأداء للمهارات الدفاعية
بالكرة الطائرة

بحث تجريبي

على طلاب الصف الرابع (تخصص الكرة الطائرة)
في كلية التربية الرياضية - جامعة ديالى و جامعة بغداد

رسالة مقدمة إلى

مجلس كلية التربية الرياضية - جامعة ديالى
وهي جزء من متطلبات نيل درجة الماجستير في التربية الرياضية

من قبل

نعيمة زيدان خلف التميمي

إشراف

أ.د. عامر جبار السعدي

أ.د. عدنان جواد الجبوري

تشرين الاول 2003

شعبان 1424 هـ



1- التعريف بالبحث

1-1 المقدمة وأهمية البحث

تعد الكرة الطائرة واحدة من الألعاب الجماعية التي أخذت نصيباً وافراً من الاهتمام الجماهيري مما جعلها لعبة مثيرة ذات الانتشار الواسع وهذا الانتشار جاء نتيجة سهولة لعبها وعدم حاجتها الى ادوات كثيرة وصغر ملعبها وتمارس من كلا الجنسين إلا أنها لعبة تحتاج الى قدرات عدة منها البدنية ، والمهارية ، والخططية ، والنفسية ، والعقلية (الذهنية) ، وغيرها والتي تؤدي دوراً مهماً في تحقيق الإنجازات الرياضية الكبيرة .

"أن طبيعة الأداء في لعبة الكرة الطائرة يتميز بالإيقاع السريع والمباغثة فضلا عن مهاراتها المتتالية والمتسلسلة التي تتطلب مستوى عالٍ من الدقة في الأداء ، وهذا ما يفرض على اللاعبين التكيف والاستعداد لتلك المواقف ومنها امتلاك قدرات بدنية ومهارية وعقلية تتناسب مع المتغيرات التي تشهدها المباريات ، لاسيما الحاسمة منها والمتقاربة النتائج ، إذ أن "لعبة الكرة الطائرة لعبة المواقف المختلفة تتطلب أن يتكيف اللاعبون بصورة مستمرة وسريعة مع المواقف المتغيرة في المباراة".⁽¹⁾

فالكرة الطائرة تحتوي على مهارات عدة ، فمنها ما يصنف على أنها مهارات هجومية كالإرسال والإعداد والضرب الساحق ، فضلا عن حائط الصد الهجومي ، ومنها ما يصنف على أنها مهارات دفاعية كاستقبال الإرسال والدفاع عن الملعب وحائط الصد الدفاعي (الأمين)^(*).[?] و تأتي أهمية تلك المهارات من خلال التنسيق والترابط بين مهارة وأخرى والتبادل بين المهارات الدفاعية والهجومية ، إذ تعتمد كل مهارة على المهارة التي تسبقها والتي تليها نتيجة التسلسل والتداخل في تلك المهارات .

وتلعب المهارات الدفاعية أهمية كبيرة في مباريات الكرة الطائرة و الرد على هجمات الفريق المنافس والمساهمة في تهيئة ظروف مناسبة للفريق في إعداد هجوم يتناسب مع مستوى الفريق الآخر من اجل الرد على تلك الهجمات ، وتأتي أهميتها من خلال تشريع الاتحاد الدولي للكرة الطائرة قواعد قانونية عدة تدعم المهارات الدفاعية ومنها السماح بضرب الكرة بالرجلين، وإيجاد لاعب متخصص للدفاع أطلق عليه اللاعب الحر (LIBERO)، فضلا عن

⁽¹⁾ محمد صبحي حساين و حمدي عبد المنعم ؛ الأسس العلمية للكرة الطائرة وطرق القياس ، ط1 : (القاهرة ،

مركز الكتب للنشر ، 1997) ، ص 419 .

* في المنشورات العلمية للكرة الطائرة وبخاصة إصدارات اتحاد الدولي تم استحداث مصطلح حائط الصد الأمين Safty block .

تقليل كمية الهواء المضغوط في الكرة لتقليل سرعة الكرة أثناء الضرب الساحق والإرسال ونتيجة لذلك بدأت الدراسات والبحوث تخطو خطوات جادة لتطوير مستوى المهارات الدفاعية وجعلها موازية للتطور الكبير الذي حصل في المهارات الهجومية ، ومن جملة هذه الخطوات البحث في العوامل التي تسهم في تحقيق الإنجاز الرياضي وبضمنها القدرات العقلية المرتبطة بمستوى الأداء والإدراك (الحس-حركي) هو إحدى تلك القدرات العقلية التي تسهم مساهمة جادة في إدراك الأفعال الحركية وتفسيرها وتنفيذها من خلال التعرف على المحيط و البيئة المراد فعل الحركة من خلالها ، إذ تحتل عملية الإدراك (الحس-حركي) مكانة متميزة في تنفيذ الأداء المهاري للمهارات الأساسية بالكرة الطائرة ، فتقدير المسافة وزمن الأداء والشعور للمسافة القريبة والبعيدة والإحساس بالكرة ، تبدو حاجة ملحة لإتقان الأداء المهاري في الكرة الطائرة ورفع مستواه ، لذا ينبغي على اللاعب أن يشعر ويدرك مواقف اللعب المتعددة من ناحية متى يسرع ومتى يبطئ ومتى يتم تغييره لمركزه أثناء اللعب حسب متطلبات الموقف الذي يمر باللاعب أثناء اللعب .

وتأتى أهمية البحث في إعداد منهج تدريبي يتضمن تدريبات عملية وفق أسلوب علمي من شأنها الإسهام في تنمية عملية الإدراك (الحس-حركي) وصولاً إلى تطوير المهارات الدفاعية بالكرة الطائرة من أجل الأداء الجيد ، وخدمة لجزء مهم من أجزاء العملية التدريبية لتحقيق الأداء الأفضل .

2-1 مشكلة البحث

من خلال خبرة الباحثة ك لاعبة ومدرسة ومدربة لهذه اللعبة وملاحظاتها لتدريبات فرق الكرة الطائرة ومبارياتها وجدت أن هناك ضعفاً في التركيز على تدريب بعض القدرات العقلية والتي يشكل فيها الإدراك (الحس – حركي) أساساً في تطوير المهارات الأساسية ودقتها ، فضلاً عن تقدير تشكيلات الفريق المنافس الدفاعية منها والهجومية التي تتم في أجزاء زمنية قصيرة والمحافظة عليها أطول مدة في التدريب والمنافسات .

وطبقاً لما تقدم ارتأت الباحثة القيام بدراسة علمية جادة لهذه المشكلة من خلال إعداد منهج تدريبي في الإدراك (الحس-حركي) يتناسب مع نوع المهارة الدفاعية من ناحية مسارها الحركي وبناءها الظاهري ، يمكن من خلاله الارتقاء بمستوى المهارات الدفاعية وتطويرها من أجل النهوض بلعبة الكرة الطائرة وتطوير مهاراتها كونها لعبة تدخل ضمن مناهج كليات التربية الرياضية في العراق والمقررة كمادة أساسية ضمن مواد فرع الألعاب الفرعية التي يشملها

المنهج المقرر ، فضلا عن مساعدة المدرسين وتوجيههم نحو استخدام المناهج التدريبية في تدريب المهارات الأساسية لغرض خلق الإحساس الصحيح بأداء المهارات والوصول بالطلاب إلى مستوى أفضل لتحقيق الإنجازات المتقدمة في لعبة الكرة الطائرة خدمة لتطوير هذه اللعبة والحركة الرياضية في قطرنا العزيز .

3-1 هدفا البحث

- 1- التعرف على اثر استخدام المنهج التدريبي في تطوير عملية الإدراك (الحس-حركي) للاعبين الكرة الطائرة .
- 2- التعرف على اثر استخدام المنهج التدريبي لتطوير المهارات الدفاعية للكرة الطائرة.

1 - 4 فرضا البحث

- 1- هناك فروق ذات دلالة إحصائية في نتائج اختبارات الإدراك (الحس-حركي) والمهارات الدفاعية بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعتين الضابطة والتجريبية .
- 2- هناك فروق ذات دلالة إحصائية في نتائج (الإدراك الحس- الحركي) والمهارات الدفاعية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبار البعدي .

5-1 مجالات البحث :

1-5-1 المجال البشري

طلاب الصف الرابع تخصص الكرة الطائرة /جامعة بغداد /كلية التربية الرياضية وجامعة ديالى /كلية التربية الرياضية ، للعام الدراسي (2002-2003)

2-5-1 المجال المكاني

جامعة بغداد /كلية التربية الرياضية /القاعة المغلقة .

جامعة ديالى /كلية التربية الرياضية /القاعة المغلقة .

3-5-1 المجال الزمني

المدة من 2002/10/13 لغاية 2003/1/5.

ABSTRACT

SUGGESTED TRAINING COARSE FOR SENSE- DYNAMIC PERCEPTION AND IT'S EFFECTS IN DEVELOPING THE DEFENSE CAPABILITIES IN VOLLEYBALL

By:
Naima Zidan Khalaf

<i>Supervisor</i>	<i>Supervisor</i>
<i>Prof Dr. Addnan Jawad Al-Jubory</i>	<i>Prof Dr.Ammer Jabbar Al-Sa'ady</i>

The thesis containing five parts:

Chapter One: (Definition)

This part contains the introduction and the importance of the thesis that dealing with the defensive capabilities in volleyball and developing them through the studying the element that effecting the scores and the importance of the sense- dynamic perception in good execution for the capabilities .It takes a vital role in executional capabilities in volleyball.

The thesis importance is concentrated in finding the practical straining with scientific field that developing the process of sense-dynamic perception reaching to developing the defensive capabilities in volleyball.

This part mentioning a problem in loosing concentration on training of some intelligent capabilities that the sense- dynamic perception playing a vital role in it's development and accuracy .

The Study Aims at:

- 1-The knowledge of the affection of suggested training coarse in developing the sense-dynamic perception process for the volleyball player.
- 2-The knowledge of the effectiveness of suggested training coarse for developing the defensive capabilities for volleyball.

Hypothesis:

- 1-There is so much characteristics differences in test results of the sense-dynamic perception and the defensive capabilities between the tests in sight and off sight for the two groups the exact and experimental.
- 2-There is so much characteristics differences in test results of the sense-dynamic perception and the defensive capabilities between the tests for the two groups the exact and experimental in the insight test.

Fields of Study:

- 1-The mankind field:
fourth class student volleyball department in Baghdad University in sport collage and in Diala University – sport collage in 2002 – 2003 .
- 2- The local field:
Baghdad University – sport collage – the interior hall.
Diala University - sport collage – the interior hall.
- 3- The period field:
from 13 /10/ 2002 to 05/01/2003

Chapter Two: (The Theoretical and Similar Studies)

Through this part the researcher goes to researches concerning in the thesis main subject. It demonstrate the terms of sense and perception, sensitive receivers, the kinds of senses related in sporting activities for volleyball, a sense-dynamic perception and how it's happening and it's importance in sport field specially in volleyball and defensive capabilities and a capability of receiving and sending, and the capability of safe wall defense (secured) and field defense capability.

But, the studies that concerning the subject of the thesis are two .one for Ahmad Hamed Ahmad and the other for Wasan Jasim Mohammed.

Chapter Three: (Program and Its Field Procedures)

The experimental method is used to design the two equivalent groups, because it is compatible with the nature of research problem, But the sample of research was represented by the students of forth class, specialization of volleyball from the college of physical education of Baghdad university and Diyala university, which they are reached to (26) students, and by the way of chance, (13) students were choosed from the college of physical education of Baghdad university to represent the control group and (13) students from the college of physical education of Diala university to represent the experimental group. The equivalent between the

two groups, from the view of age, length, weight, ability tests, and sensitive-dynamic tests, was made.

The post test, on the elements of research sample, was made with assistance of work team and directly supervised by the researcher, in order to standing on the ability level of the elements of sample. After that, the training method (experimental method) was applied on the experimental group, while the followed classic method was applied on the control group.

After the finishing from the period of experiment, post tests were made and the sequence of pre test was remained, then the statistical means were used, and which represented by the arithmetic mean, standard deviation and (T) test for symmetrical and unsymmetrical samples.

Chapter Four: (Results Presentation, Analysis and Discussion)

It includes the results presentation, analysis and discussion. Then the results were extracted during the use of (T) test for the symmetrical and unsymmetrical specimens. The results were presented and analyzed through tables and diagrams, which were discussed scientifically with depended upon the scientific sources.

The results showed improvement of both the experimental and control groups in developing the skills under study. When comparing the differences between the two groups in the post test, the experimental group which used the training method (experimental) showed superiority to the control group which used the classic method (which followed).

Chapter Five: (Conclusions and Recommendations)

Many conclusions were achieved, and the important are:

- 1.The experimental group, which used the training method (experimental), achieved a proceeding in all defense skills and the abilities of (sensitive-dynamic).
- 2.There is a weakness in the effect of classic method, which used with the control group in growing the ability of (sensitive-dynamic), but it achieved a developing in some of defense skills.
- 3.Superiority of the elements of experimental group than the elements of the control group in the post tests for the defense skills and the abilities of (sensitive-dynamic).

The Recommendations are:

1. The teacher in the field of physical education must work on developing the abilities of sensitive-dynamic by the way of create the possible practical experiences by using different properties.
2. The necessity of introducing the training methods for developing the abilities of (sensitive-dynamic) which related to the player of volleyball through the exercises of growing the ability of sensitive-dynamic, because of it is have an important in the exercising and developing the skills of playing the volleyball.
3. Publishing the results of this research to all the colleges of physical education in order to apply this method during the teaching of the defense abilities in volleyball.

