

دراسة مقارنة لبعض القياسات الجسمية والقدرات البدنية الخاصة والاداء المهاري للاعبين المنتخب الوطني ومنتخب الشباب المعاقين بالكرة الطائرة- جلوس

م.م غيداء محمد حسون

الخلاصة

هدف البحث الى :-

- 1- التعرف على الفروق بين بعض القياسات الجسمية والاداء المهاري للاعبين المنتخب الوطني ومنتخب الشباب المعاقين حركيا" -جلوس بالكرة الطائرة.
 - 2- التعرف على الفروق بين بعض القدرات البدنية الخاصة والاداء المهاري للاعبين المنتخب الوطني ومنتخب الشباب المعاقين حركيا" - جلوس بالكرة الطائرة.
 - 3- التعرف على العلاقة بين القياسات الجسمية والاداء المهاري للاعبين المنتخب الوطني ومنتخب الشباب المعاقين بالكرة الطائرة- جلوس
 - 4- التعرف على العلاقة بين بعض القدرات البدنية الخاصة والاداء المهاري للاعبين المنتخب الوطني ومنتخب الشباب المعاقين بالكرة الطائرة- جلوس
- وقد اشتملت عينة البحث على لاعبين المنتخب الوطني بالكرة الطائرة ومنتخب الشباب المعاقين بالكرة الطائرة - جلوس واستنتجت الباحثة :-
- 1- ضرورة امتلاك لاعبي الكرة الطائرة المعاقين حركيا" قياسات جسمية محددة لمساعدة على تحسين وتطوير الاداء المهاري.
 - 2- اعتبار القياسات الجسمية وخصوصا قياسات الطرف العلوي من الجسم احد المؤهلات المهمة للاعب الكرة الطائرة .
 - 3- ضرورة اعداد لاعبي الكرة الطائرة اعدادا" نسبيا" يشمل على تطور جميع القدرات البدنية ليكون قادرا" على الاداء للمهارات بشكل جيد.

الكلمات المفتاحية: معاقين، قياسات جسمية، كرة طائرة، قدرات بدنية خاصة

الباب الاول

التعريف بالبحث

1-1 مقدمة البحث واهميته :

رياضة المعاقين من الرياضات التي تسهم في تحقيق وتطوير قدرات المعوق بدنياً ومهارياً وفكرياً" اذ تعتبر هي الطريقة الصحيحة التي تمكن الفرد المعاق من التواصل مع المجتمع والتغلب على العزلة التي قد يتعرض لها نتيجة لاعاقته . وتهيئ المعاق سواء بدنياً او فكرياً" او اجتماعياً" تعبر عن مدى ثقافة المجتمع لرعايته هذه الشريحة وايجاد كافة السبل التي تخدم المعاق .

ولعبة الكرة الطائرة من الالعاب التي يمارسها المعاقين اذ يمارس المعاق هذه اللعبة وهو جالس على الارض مما يتطلب الحركة بالذراعين بمستوى جيد من القدرات البدنية والقياسات الجسمية التي تسهم في تطوير الاداء المهاري للعبة الكرة الطائرة , اذ تعد القدرات البدنية والقياسات الجسمية (متمثلة بالقوة الانفجارية والقوة المميزة بالسرعة وطول الذراع وطول الجذع وطول الجذع والذراع معا) احد اهم القياسات والقدرات التي يحتاجها لاعب الكرة الطائرة المعاق .ومن هنا تبرز اهمية البحث في معرفة الفروق في بعض القدرات البدنية والقياسات الجسمية للاعبين المنتخب والوطني ومنتخب الشباب وانعكاساتها على الاداء المهاري للاعبين الكرة الطائرة المعاقين حركياً" – جلوس .

1-2 مشكلة البحث:-

يعتبر المدرب القياسات الجسمية والقدرات البدنية هما مفتاحا التقدم في جميع الالعاب الرياضية ولعبة الكرة الطائرة بشكل خاص لتمييزها بخصائص ومميزات عن غيرها من الالعاب الرياضية ومن خلال متابعة الباحثة لتدريبات لاعبين الكرة الطائرة المعاقين حركياً وجدت بانهم من الضروري امتلاك لاعبين الكرة الطائرة مواصفات جسمية وقدرات بدنية بحيث تجعله قادراً" على اداء المهارات بشكل جيد لذا تكمن مشكلة البحث في التعرف على الفروق في القياسات الجسمية والقدرات البدنية والتعرف على انعكاساتها في الاداء المهاري للاعبين المنتخب الوطني ومنتخب الشباب بالكرة الطائرة

1-3 اهداف البحث :

1- التعرف على الفروق بين بعض القياسات الجسمية والاداء المهاري للاعبين المنتخب الوطني ومنتخب الشباب المعاقين جلوس بالكرة الطائرة.

2- التعرف على الفروق بين بعض القدرات البدنية الخاصة والاداء المهاري للاعبين المنتخب الوطني ومنتخب الشباب المعاقين جلوس بالكرة الطائرة.

3- التعرف على العلاقة بين القياسات الجسمية والاداء المهاري للاعبين المنتخب الوطني ومنتخب الشباب المعاقين جلوس بالكرة الطائرة

4- التعرف على العلاقة بين بعض القدرات البدنية الخاصة والاداء المهاري للاعبين المنتخب الوطني ومنتخب الشباب المعاقين جلوس بالكرة الطائرة.

1-4 فروض البحث:-

1- لا توجد فروق ذات احصائية بين بعض القياسات الجسمية والاداء المهاري للاعبين المنتخب الوطني ومنتخب الشباب المعاقين حركياً – جلوس بالكرة الطائرة.

2- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين بعض القدرات البدنية الخاصة والاداء المهاري للاعبين المنتخب الوطني ومنتخب الشباب المعاقين حركياً – جلوس بالكرة الطائرة.

3- لا توجد علاقة ارتباط ذات دلالة احصائية بين بعض القياسات الجسمية والاداء المهاري للاعبين المنتخب الوطني ومنتخب الشباب المعاقين حركياً – جلوس بالكرة الطائرة.

4- لا توجد علاقة ارتباط ذات دلالة احصائية بين بعض القدرات البدنية الخاصة والاداء المهاري للاعبين المنتخب الوطني ومنتخب الشباب المعاقين حركياً – جلوس بالكرة الطائرة.

1-5 مجالات البحث:-**1-5-1 المجال البشري:-**

- عينة من لاعبي المنتخب الوطني بالكرة الطائرة المعاقين حركيا وعددهم (7) لاعبين .
- عينة من لاعبين منتخب الشباب الطائرة المعاقين حركيا وعددهم (4) لاعبين .

1-5-2 المجال المكاني:- القاعة الداخلية لكلية التربية الرياضية للبنات.**1-5-3 المجال الزمني:-** المدة من 2013/12/1 ولغاية 2013/12/31.**الباب الثاني****الدراسات النظرية والمتشابهة****1-2 الدراسات النظرية:-****1-1-2 المعاق:-**

" هو الشخص الذي يعاني من نقص في بعض قدراته الجسدية او الحسية او الذهنية نتيجة لمرض او حادث او سبب خلقي او عامل وراثي ادى الى عجز كلياً او جزئياً" (19 : 24)
 أو هو اصابة الفرد بعجز او بعاقة تحد من نشاطه وحركته في المجتمع وذلك بالمقارنة بشخص اخر غير معاق تفقيق معه بالخائص المختلفة مثل العمر، النوع، الثقافة، الحالة الاجتماعية.

1-2-2 نوع الاعاقة:- (25 : 21)

- 1- كيف :- هو الشخص الفاقد للبصر بعينه الاثنتين ولايستطيع الرؤية .
- 2- الاصم:- وهو الشخص الذي فقد حاسة السمع.
- 3- اصم واكف:- فقد حاسة السمع والنطق في ان واحد .
- 4- فاقد اعضاءه :- وهو الشخص الذي فقد احد يديه او رجليه او احد عينيه او اي عضو اخر من جسمه .
- 5- متخلف :- وهو الشخص الغير مكتمل العقل ولايوجد تناسب بين عمره الزمني والعقلي.
- 6- مشلول :- وهو الشخص الغير قادرا " كلياً" او جزئياً" على تحريك جزء او اجزاء من اعضاءه.

1-2-3 سبب الاعاقة:- (20 : 26)

- 1- وولادي:- مصاب باحدى الاعاقات نتيجة عسر الولادة او نتيجة استخدام اجهزة الولادة.
- 2- حادث:- نتيجة التعرض لحادث معين.
- 3- مرض:- ان يكون الشخص مصاب باحدى الاعاقات نتيجة تعرضه لمرض معين لايمكن معالجته.
- 4- وراثي :- اي مصاب باحدى الاعاقات ويكون وراثها عن ابائه او اجداده السابقين.

1-2-4 القياسات الجسمية:-

إن القياسات الجسمية تلعب دوراً كبيراً في المجال الرياضي بشكل عام وفي لعبة كرة الطائرة بشكل خاص، وذلك من خلال تأثيرها بشكل مباشر على مستوى الانجاز وفاعلية الأداء إلى جانب تأثيرها وبشكل واضح على بناء الجسم وتركيبه .

ومن خلال تحديد مدى صلاحية الفرد لنوع النشاط فضلاً عن أنها تحدد مدى إمكانية وصوله الى مستوى عال من الأداء الفني في نشاط ما.

اذ تعتبر القياسات الجسمية المحددات التي يجب التركيز عليها في عملية اختيار اللاعب والاهتمام بها . وللقياسات الجسمية أهمية كبيرة للاعبين المعاقين من حيث اعتماده على قياسات دون الاخرى، مثل طول الذراع , طول الجذع, والذراع معاً."

والقياسات الجسمية الشائعة في المجال الرياضي يمكن تحديدها بخمس مجموعات :- (7 : 44)

- 1- مؤشر الاطوال .
- 2- قياس وزن الجسم
- 3- مؤشر محيطات الجسم
- 4- مؤشر الاتساعات
- 5- مؤشر سمك ثنايا الجلد.

واستخدمت الباحثة مؤشر الاطوال (طول الذراع , طول الجذع , طول الجذع والذراع معا").

1-2-5 أهمية القياسات الجسمية:-

القياسات الجسمية " احد الوسائل الهامة والتي لها علاقة بالعديد من المجالات الحيوية ومن ضمنها المجال الرياضي .فضلا" عن دورها الهام في اختلاف الانشطة كونها احد الاسس الهامة التي تؤدي للوصول الى المستويات العالية واحد متطلبات الاداء الحركي والتي لها اثر كبير في نجاحه. ويذكر (قاسم حسن ومنصور جميل) " ان علاقة مقاييس الجسم الانتربومترية بالاداء الحركي علاقة مباشرة في تحديد فن الاداء الحركي وجماليته ودقته فان المقاسات السليمة لهذه الاجسام ترينا الاداء ولمدى الكبير للاداء بين الحد الأدنى والحد الأعلى" (8 : 37)

والقياسات الجسمية هي احد المؤهلات الهامة والخاصة لدى الفرد والتي يمكن الاستدلال عليها رقميا ولها علاقة كبيرة بتطور الاداء لان اللاعبين يؤدون الحركات بقياساتهم والتي تختلف من فرد لآخر مما يؤدي ذلك الى اختلاف المستوى للاداء.

ولكل نشاط رياضي يتطلب نمطا" جسميا" ومواصفات جسمية خاصة تميزه عن غيره ولعبة الكرة الطائرة من الالعاب التي تتطلب قياسات ومواصفات جسمية اذلم تتوفر في اللاعب فلا يمكن للمدرب ان يصنع منه بطالا" مما بلغت امكانية المدرب .

2-1-6 القدرات البدنية الخاصة:-

2-1-6-1 القدرة الانفجارية:-

تعد هذه القدرة من القدرات البدنية المهمة لتحقيق الاداء الجيد اذ انا مهمة في الالعاب الرياضية جميعا وفي لعبة الكرة الطائرة خاصة.

او هي " اعلى قوة ديناميكية يمكن ان تنتجها العضلة او مجموعة عضلية لمرة واحدة" (12 : 120) او هي " اعلى قوة ينتجها الرياضي باقل وقت ولمرة واحدة " (13 : 62) وهي تمثل شكلا" من اشكال القوة الحركية كونها تتركب من صفتي القوة والسرعة وتكون القدرة على الربط بين هذين العنصرين بشكل متكامل الاحداث القدرة المتفجرة من اجل تحقيق الاداء الافضل.

2-1-6-2 القوة المميزة بالسرعة:-

احد مظاهر القوة العضلية وينظر للقوة المميزة بالسرعة على انا ربط بين قدرتي القوة والسرعة وهي من القدرات المركبة المهمة التي تؤثر في كل نوع من انواع الالعاب الرياضية ولعبة الكرة الطائرة خاصة وعرفها عادل عبد البصير " قدرة الجهاز العصبي العضلي في التغلب على مقاومات بسرعات عالية" (1 : 85)

او هي " قدرة الجهاز العصبي العضلي في التغلب على مقومات السرعة انقباضية عالية". (6 : 332)

2-1-7 القدرات المهارية

2-1-7-1 مهارة الارسال من الاعلى التنس (من الجلوس) (22 : 53)

الارسال هو " مفتاح اللعب وبداية التناول للمباراة والشوط وهو محاولة وضع الكرة في اللعب وتطبيق القواعد القانونية للعبة عند اداء الارسال من الجلوس"

وهو احد المهارات الهجومية والاساسية التي تستخدم اثناء المباراة ولايمكن بدأ اللعب اذ يجلس للاعب واردفه خارج خط النهاية ويكون الجذع عموديا على الحوض والراس عموديا على الجذع وتحمل الكرة

امام الاكتاف واليد الضاربة تكون فوق الكرة ويقوم اللاعب يرمي الكرة بارتفاع مناسب امام ذراع وكنتف اليد الضاربة مع مرجحة الذراع الضاربة عاليا " خلفا " قليلا " وان كف اليد الضاربة تكون مجوفة تأخذ شكل الكرة وحجمها ثم ضرب الكرة للامام .

2-7-1-2 مهارة الضرب الساحق من الجلوس:-

مهارة الضرب الساحق هي روح اللعبة ورونقها والهدف الاساسي منها هو الحصول على نقطة من نقاط المباراة او الاحتفاظ بالارسال وقفة نقطة . (9 : 521)
وهو " ضرب الكرة باحدى اليدين بقوة لتعديتها بالكامل من فوق الشبكة –وتوجيهها الى ملعب الفريق المصياذ بطريقة قانونية. (10 : 153)
وتودي مهارة الضرب الساحق على ثلاثة مراحل : (23 : 60)

1- مرحلة الاولى التهيؤ الاستعداد:-

يكون الجذع مائلا " قليلا " للامام والذراعان متديتان جانبا " او على الفخذين وارتخاء الجسم والنظر الى ملعب الفريق المنافس وعلى اتجاه الكرة ثم بمجرد دفع الكرة من يد المعد تمتد الذراعان من اسفل وللخلف عاليا " .

2- المرحلة الثانية ضرب الكرة (التنفيذ):-

يبدأ بلمس اليد الضاربة للكرة من الزاوية العليا لها وبالأصابع متلاصقة ومجوفة وثم تتحرك الذراع للأعلى مع ثني مفصل المرفق مع تقوس خفيف بالجذع وكلما زاد التقوس كلما زادت القوة الضاربة اما الذراع الغير الضاربة تكون مفردة افقيا " امام الجسم للمحافظة على توازن الجسم. وهنا يجب التأكيد على عدم رفع الأرداف من الأرض.

3- المرحلة الثالثة نهاية الحركة:

وهنا تسحب الذراع للخلف والأسفل مع منعها من ملامسة الشبكة وذلك بلف المرفق للخارج اذ تكون محاذية للكنتف وتسحب الذراع للخلف وضمها للصدر.

الباب الثالث

منهج البحث واجراءاته الميدانية

1-3 منهج البحث :-

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي وذلك لملائمته لطبيعة مشكلة البحث باعتبار المنهج الوصفي احد المناهج الاساسية في البحث العلمي فالمنهج الوصفي " المنهج الذي يهدف الى جمع البيانات لمحاولة اختبار فروض او الاجابة على تساؤلات تتعلق بالحالة الجارية او الراهنة لافراد عينة البحث " (3 : 21)

2-3 عينة البحث:-

تم اختيار عينة البحث بطريقة عمدية وهم لاعبي المنتخب الوطني ومنتخب الشباب للمعاقين حركيا " – جلوس بالكرة الطائرة وكان عددهم (7) لاعبين من المنتخب الوطني وتم استبعاد لاعب واحد فقط كون سبب الاعاقة شلل و (4) لاعبين من منتخب الشباب وتم استبعاد لاعب واحد فقط لنفس السبب.

3-3 الاجهزة والادوات المستخدمة :-

- (1) شريط قياس
- (2) ميزان
- (3) كرة طائرة عددها (10)
- (4) ملعب كرة طائرة
- (5) المصادر والمراجع
- (6) رستمير لقياس الطول
- (7) حاسوب
- (8) فريق العمل المساعد
- (9) كرة طبية
- (10) الاختبارات والمقاييس
- (11) استمارة لتحديد المتغيرات البدنية والمهارية الخاصة بالكرة الطائرة
- (12) شبكة المعلومات والانترنت

3-4 تحديد المتغيرات المرتبطة بالبحث:-**3-4-1 القياسات الجسمية والقدرات البدنية والمهارات المرتبطة بالبحث:-**

بعد اطلاع الباحثة على المصادر والمراجع ثم الاعتماد على القياسات الجسمية المتفق عليها كل من (احمد فاطرو علي البيك ومحمد صبحي حسنين) مع اضافة العمر والوزن لهذه القياسات والمصادر المكتبة الافتراضية وقد تم اخذ هذه القياسات جميعا لعينة البحث من النقاط المشتركة المتفق عليها في المصادر العلمية وقد تم اختبار القياسات الجسمية والقدرات البدنية والمهارية الخاصة المختارة وفق استمارة الاستبانة وبعد عرضها الخبراء من ذوي الاختصاص * والتي حصلت على نسبة اتفاق 75% فما فوق .

3-4-2 الاختبارات المهارية المستخدمة بالبحث:-**3-4-2-1 اختبار مهارة الارسال من الاعلى جلوس:-**

الغرض من الاختبار :- قياس دقة مهارة الارسال .

الادوات المستخدمة :- ملعب كرة طائرة قانوني , شريط لتحديد الاهداف , شريط قياس , 10 كرات طائرة .

مواصفات الاداء:- يقوم المختبر باداء الارسال موجه الكرة نحو مناطق أ , ب , ج ,

شروط التسجيل :- للمختبر ثلاث محاولات :

- (4) نقاط لكل محاولة داخل المنطقة أ.
- (3) نقاط لكل محاولة داخل المنطقة ب.
- (2) نقطة لكل محاولة داخل المنطقة ج.
- (1) نقطة لكل محاولة داخل المنطقة د.
- (صفر) عند سقوط الكرة خارج المنطقة.
- عند سقوط الكرة على خط مشترك بين نقطتين تحتسب درجة المنطقة الاعلى
- تلغى المحاولة في حالة ارتكاب المختبر خطأ قانوني .

3-4-2-2 اختبار مهارة الضرب الساحق جلوس:- (21 : 127)

الغرض من الاختبار :- قياس دقة مهارة الضرب الساحق من مركز (4) نحو مركز (5) المنطقة (أ) الادوات المستخدمة:- ملعب كرة الطائرة مقسم كما بالشكل , شريط لتحديد الاهداف , شريط قياس , 10 كرات طائرة.

مواصفات الاداء:- يقوم المدرب باعداد الكرة للمختبر الذي يقوم بالضرب الساحق من مركز (4) موجهها الكرة نحو(5) للمنطقة (أ).

شروط التسجيل :- للمختبر (3) محاولات:

- (4) نقاط لكل محاولة داخل المنطقة (أ).

- (3) نقاط لكل محاولة داخل المنطقة (ب).

- (2) نقاط لكل محاولة داخل المنطقة (د)

- تلغى المحاولة في حالة ارتكاب المختبر خطأ قانوني .

3-4-3 الاختبارات البدنيه في البحث :-

3-4-3-1 اختبار لسحب على العقلة باستخدام وزن الجسم لمدة (10) ثا . (14 : 133)

الغرض من الاختبار : - قياس القوة المميزة بالسرعة لعضلات الذراعين

الادوات المستخدمة : - جهاز العقلة , ساعة توقيت الكترونية .

مواصفات الاداء :- يقف المختبر امام الجهاز ويمسك البار الحديدي للجهاز باليدين بحيث تكون راحة

اليدين باتجاه الجهاز وعند سماع اشارة البدء يبدأ المختبر بالثني ومد الذراعين بالسحب على العقلة بحيث

يكون زمن المختبر فوق البار الحديدي خلال مدة (10) ثا .

التسجيل :- تحشين للمخبر عدد السحبات على الجهاز العقلة التي تكون لها ذقن المختبر فوق البار

الحديدي ولا تحشين اي محاولة لا يتم بها عبور الذقن البار .

3-4-3-2 اختبار رمي الكرة الطيبة زنة (2كغم) باليدين من فوق الراس من وضع الجلوس على

الكرسي (15 : 134)

الغرض من الاختبار : قياس القوة الانفجارية للذراعين .

الادوات المستخدمة :- منطقة قضاء , حبل , كرسي , كرة طيبة زنة (2كغم) , شريط قياس .

مواصفات الاداء :- يجلس المختبر على الكرسي ممسكا بالكرة الطيبة باليدين فوق الراس على ان يكون

الذراعين ملاصقا لكافة الكرسي ويوضع حول الصدر حبل صغير بحيث يمسك من الخلف عن طريق محكم

لغرض منع المختبر من الحركة للامام في اثناء رمي الكرة باليدين حيث تتم عملية رمي الكرة باستخدام

اليدين فقط (بدون استخدام الذراع).

3-5 اجراءات البحث

3-5-1 التجربة الاستطلاعية:-

وهي تجربة مصغرة للتجربة الرئيسية وتم اجراءها على خمسة لاعبين من خارج عتبة البحث بتاريخ

2013/12/15

والهدف منها :-

1- التعرف على المعوقات التي تستعرض سيراجراء البحث .

2- التعرف على الوقت اللازم لاجراء الاختبارات .

3-5-2 التجربة الرئيسية :-

تم اجراء التجربة الرئيسية بتاريخ 2013/12/22 وعلى عينتني لبحث (للاعبين المنتخب الوطني

وللاعبين منتخب الشباب) بالكرة الطائرة جلوس وعلى القاعة الداخلية لكلية التربية الرياضية للبنات

حيث تم اخذ لقياسات الجسمية واجراء الاختبارات البدنية والمهارية بتاريخ 2013/12/23

3-6 الوسائل الاحصائية :-

- استخدمت الباحثة الحقيبة الاحصائية spss وذلك لاجراء المعاملات الاحصائية الخاصة بالبحث واشتملت على :- (11 : 15)
- الوسط الحسابي .
 - الانحراف المعياري.
 - معامل الارتباط البسيط (بيرسون).
 - T-Test للعينات المستقلة الغير متساوية.

الباب الرابع

عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها :-

1-4 عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفروق بين لاعبين المنتخب الوطني ومنتخب الشباب في سبق القياسات الجسمية قيد البحث .

جدول (1)

يوضح الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ودلالة الفروق بين المنتخب الوطني ومنتخب الشباب في متغيرات القياسات الجسمية قيد البحث .

الدلالة الاحصائية	تالمحتسبة	منتخب الشباب		المنتخب الوطني		القياسات الجسمية
		ع	س-	ع	س-	
معنوي	* 2,65	1,29	53,5	4,690	60	طول الجذع
معنوي	* 3,38	1,73	82,5	3,055	86	طول الذراع
معنوي	* 2,32	3,20	131,7	3,408	136,57	طوال الذراع والجذع معنا

*قيمة (ت) الجدولية (2,26) تحت مستوى دلالة 0,05 ودرجة حرية 9 من خلال الجدول (1) تبين وجود فروق ذات دلالة معنوية بين لاعبين المنتخب الوطني ومنتخب الشباب في القياسات الجسمية قيد البحث (طول الجذع, وطول الذراع, وطول الجذع وطول الذراع معا) اذ بلغت قيمة (ت) المحتسبة وعلى التوالي (2,65, 3,38, 2,32) وعند مقارنة بالقيمة الجدولية البالغة (2,26) وبما ان القيمة المحتسبة اكبر من القيمة الجدولية مما يدل على وجود فروق ذات دلالة معنوية . وتعزو الباحثة ذلك الى ان طول الطرف العلوي فضلا عن طول الجذع وطول الذراع والجذع معا تقع عليها العبء الكبير في اداء المهارات المختلفة في اللعب وخصوصا ان عينة البحث تشتمل ب المعاقين وخاصة البتر للطرف السفلي فيقع العبء الاكبر على الطرف العلوي في اداء المهارة .

وهذا يتفق مع اشارت اليه (دلال علي حسن) 1997:-
بان القياسات الجسمية تحدد النجاح في كثير من النشاط الرياضي اذ انها لا تتغير تحت تأثير التدريب وبناء على ذلك فان الوضع الامثل يتطلب الارتكاز عليها كعوامل اساسية في انتقاء الناشئين حتى تمكن تحقيق التفوق في نوع النشاط الرياضي. (4 : 37)

2-4 عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفروق بين المنتخب الوطني ومنتخب الشباب (القدرات البدنية والمهارية) قيد البحث :-

جدول (2)

الدالة	ت المحتسبة	منتخب الشباب		المنتخب الوطني		القدرات والمهارات الحركية
		ع	س-	ع	س-	
معنوي	3,039	2,16	9,32	1,16	12,3	الارسال
معنوي	5,022	2,5	8,75	1,26	14,32	الضرب الساحق
معنوي	3,65	0,93	23,12	0,84	18,21	قوة انفجارية ذراعين
معنوي	17,307	0,78	26,45	0,74	20,23	قوة مميزة بالسرعة ذراعين

*قيمة (ت) الجدولية (2,26) تحت مستوى دلالة 0,05 ودرجة حرية 9

من خلال الجدول (2) أثنين وجود فروق ذات دلالة معنوية بين لاعبين منتخب الوطني ومنتخب الشباب في القدرات البدنية والمهارية قد البحث .
اذ بلغت قيمة (ت) المحسنة للقدرات البدنية والمهارة على التوالي.
(3,039 , 5,022 , 3,65 , 17,37) وعند مقارنتها بالقيمة الجدولية والبالغة (2,26) وهي اكبر من قيمة (ت) الجدولية مما يدل على وجود فروق معنوية .
وتعزو الباحثة ذلك الى :-

ضرورة امتلاك اللاعبين قدرات بدنية (القوة الانفجارية، القوة المميزة بالسرعة) لعضلات الذراعين ويعمل المدرب خلال فترة التدريب على تطور هذه القدرات وخاصة للذراعين كون الرجلين بالنسبة لهذه لعينة مبتورة.

ولهذه القدرات انعكاسات وبشكل واضح على الاداء المهارة وبالاخص (مهارة الارسال والضرب الساحق) كون هاتين المهارتين يتطلب اتقانها امتلاك قدرات بدنية تختلف عن بقية المهارات .

3-4 عرض وتحليل ومناقشة نتائج علاقات الارتباط بين القياسات الجسمية والاداء المهاري للاعبين المنتخب الوطني.

جدول (3)

يوضح قيم معامل الارتباط المحسوبة وجدولية لبعض القياسات الجسمية والاداء المهاري للاعبين المنتخب الوطني.

مستوى الدلالة	طول الجذع و الذراع معا	طول الذراع	طول الجذع	القياسات الجسمية المهارات
معنوي	0,856	* 0,851	0,351	الارسال
معنوي	0,722	0,785	0,376	الضرب الساحق

قيمة معامل الارتباط الجدولية (0,707) تحت مستوى دلالة 0,05 ودرجة حرية (6) من خلال جدول (3) يتبين ان قيم معامل الارتباط المحسوبة لطول الذراع والاداء المهارة (الضرب الساحق والارسال) اكبر من قيم (ر) الجدولية والبالغة 0,707 مما يدل على وجود علاقة ارتباط معنوية. وقيم معامل ارتباط بين طول الذراع والجذع معا والاداء المهاري اكبر من قيم الجدولية البالغة 0,707 مما يدل على وجود علاقة ارتباط معنوية.

وتعز الباحث ذلك الى "ان القياسات الجسمية المتمثلة بـ الطول سواء كان الذراع او طول الجذع مع الذراع او الطول الكلي هي كعضو الاستخدام الاساسي في الكثير من المهارات الحركية على اختلاف انواعها وكون مهارتين الارسال والضرب الساحق تعتمد بشكل اساسي على طول الذراع الامر الذي يعزو العلاقة الايجابية لهذين القياسين بالاداء المهارتين وهذا يتفق مع ما ذكره محمد ظاهر واخرون (الذي اشار الى الهمية الكبرى للطول في العديد من الانشطة الرياضية سواء كان الطول الكلي للجسم او طول اطراف الجسم كطول الذراعين "

(47:16)

4-4 عرض وتحليل ومناقشة نتائج معاملات الارتباط بين بعض القياسات الجسمية والاداء المهاري للاعبين منتخب الشباب :

جدول (4)

يبين قيم معامل الارتباط المحسوبة وجدولية بين القياسات الجسمية والاداء المهاري للاعبين منتخب الشباب .

مستوى الدلالة	طول الجذع و الذراع معا	طول الذراع	طول الجذع	القياسات الجسمية المهارات
معنوي	0,3	*0,896	0,01	الارسال
معنوي	0,239	*0,898	*0,988	الضرب الساحق

*قيمة معامل الارتباط الجدولية (0,878) تحت مستوى دلالة 0,05 ودرجة حرية (3).

تبين من خلال الجدول (4) وجود علاقات ارتباط ذات دلالة احصائية بين بعض القياسات الجسمية والاداء المهاري للاعبين المنتخب الشباب .
وتعزو الباحثة العلاقات الارتباطية نظر لطبيعة الاداء بالنسبة لعينة البحث وهم المعاقين (البتير للاطراف السفلى فضلا عن شلل الاطفال) الامر الذي يتوجب فيه على عينة البحث يتوجب منهم استخدام الذراع وبصورة دائمية .

وهذا يتفق مع ما ذكره دلال حسين : "الى ان طول الطرف العلوي تقع عليه العب الكبيرفي اداء المهارات المختلفة في اللعبة واهمية الذراع بالنسبة للاعب المعاق تتطلب مواصفات خاصة بذراع اللاعب التكون قادرا على اداء المهارات الحركية . (5 : 115)

4-5 عرض وتحليل ومناقشة نتائج علاقات الارتباط بين بعض القدرات البدنية الخاصة والاداء المهاري للاعبين المنتخب الوطني .

جدول (5)

يوضح علاقات الارتباطية بين بعض القدرات البدنية الخاصة والاداء المهاري للاعبين المنتخب الوطني

مستوى الدلالة	الضرب لساحق	الارسال	المهارات القدرات البدنية
معنوي	*0,897	*0,921	قوة مميزة بالسرعة وذراعين
معنوي	*0,925	*0,932	قوة انفجارية للذراعين

*قيمة معامل الارتباط الجدولية (0,707) تحت مستوى دلالة 0,05 درجة حرية (6).
ان النتيجة التي توصلت اليها الباحثة والمتعلقة بالقدرة المميزة بالسرعة والقدرة الانفجارية تتفق مع ما ذكره (محمد نصر الدين رضوان , واحد المتولي) (1999):
باعتباره قوة مركبة حيث تمثل القوة والسرعة مكونات اولية بالنسبة لهذه القدرة وهي اهم القدرات الحركية اللازمة للاداء البدني للمهارات الخاصة في الالعاب الرياضية وبالاخص لعبة الكرة الطائرة.
(18 : 9) وترى الباحثة ان كل من صفتي القوة الانفجارية والقوة المميزة بالسرعة هي واحد من اهم القدرات التي يحتاجها لاعب الكرة الطائرة المعاق حركيا" كي يستطيع التغلب على المقاومات الكثيرة الناتجة من قوة الضربة وسرعتها.

4-6 عرض وتحليل ومناقشة نتائج علاقة الارتباط بين بعض القدرات البدنية الخاصة والاداء المهاري للاعبين منتخب الشباب :-

جدول (6)

يوضح العلاقة الارتباطية بين بعض القدرات البدنية الخاصة والاداء المهاري للاعبين منتخب الشباب

مستوى الدلالة	الضرب لساحق	الارسال	المهارات القدرات البدنية
معنوي	0,89	0,91	قوة مميزة بالسرعة ذراعين
معنوي	0,915	0,96	قوة انفجارية للذراعين

*قيمة (ر) الجدولية (0,878) تحت مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (3)



يتضح من الجدول (6) وجود علاقات ارتباط بين بعض القدرات البدنية الخاصة والاداء المهاري الارسال والضرب الساحق .
وتعزو الباحثة الى اعتبار صفتي القدرة المميزة بالسرعة والقدرة الانفجارية احد المكونات الاساسية للياقة البدنية او احد المتطلبات الاساسية للأعداد البدني للاعبي وهذا يتفق مع ما ذكره (محمد عثمان) (1990):-
ان القوة المميزة بالسرعة هي قدرة الجهازين العضلي والعصبي في التغلب على مقومات عالية نسبيا" من خلال استخدام الانقباضات السريعة. (17 : 357).

الباب الخامس

3- الاستنتاجات والتوصيات:-

1-5 الاستنتاجات:-

- من خلال ملاحظته نتائج البحث يمكن استنتاج مايلي:-
1- تم التوصل الى ضرورة امتلاك لاعبي الكرة الطائرة المعاقين حركيا قياسات جسمية محددة لمساعدة على تحسين وتطوير الاداء المهاري.
2- اعتبار القياسات الجسمية وخصوصا" قياسات الطرف العلوي من الجسم احد المؤهلات المهمة للاعب الكرة الطائرة .
3- ضرورة اعداد لاعبي الكرة الطائرة اعدادا" نسبيا" يشمل على تطور جميع القدرات البدنية ليكون قادرا" على الاداء للمهارات بشكل جيد.
4- اختيار لاعبي الكرة الطائرة وخاصة فئة المعاقين بقياسات جسمية ومواصفات بدنية تجعله قادرا" على الاداء .

2-5 التوصيات:-

- 1- اجراء دراسة مماثلة في الاختصاصات الاخرى .
2- اجراء دراسة مماثلة للفئات المختلفة وكذلك للإناث.
3- اعتماد قياسات جسمية اخرى واضافتها لقائمة القياسات الجسمية ومقارنتها بالقياسات الجسمية بين لاعبي الاندية والمنتخبات .

المصادر

- (1) ابو العلا احمد عبد الفتاح واحمد نصر الدين رضوان , فسيولوجيا اللياقة البدنية, القاهرة , دار الفكر العربي, 2003, ص85.
(2) احمد السلام حجازي, التعرف على بعض القياسات الجسمية للاعبي الفريق القومي المصري للهوكي, المؤتمر العالمي الخامس للدراسات وبحوث التربية الرياضية للبنين, الاسكندرية , جامعة حلوان, 1984 , ص148.
(3) احمد بدر , اصول البحث العلمي ومناهجه , ط3, وكالة المطبوعات بالكويت, 1978, ص21.
(4) دلال علي حسن , تصميم الشكل الجانبي (البروفيل) في بعض القياسات الجسميهو الفسيولوجيهو العقليه للاعبات المتميزات في كرة السلة , محلة كلية التربية الرياضية للبنات , جامعة الاسكندرية , 124, 1997م, ص37.



- (5) دلال حسن، المصدر السابق، ص115.
- (6) السيد عبد المقصود، نظريات التدريب الرياضي، تدريب وفسولوجيا القوة، القاهرة، سرعة الكتاب للنشر، 1997، ص332.
- (7) علي سلوم الحكيم، الاختبارات والقياس والاحصاء في المجال الرياضي، جامعة القادسية، الطيف للطباعة، 2004، ص44.
- (8) قاسم حسن حسين ومنصور جميل العنبيكي، اللياقة البدنية وطرق تحقيقها، جامعة بغداد، 1988، ص37.
- (9) لمى سمير واخرون، الكرة الطائرة الخطط الدفاعية والهجومية، القواعد الرسمية، استمارة التسجيل، ط1، بغداد مطبعة دار الارقم، 2011، ص521.
- (10) لمى سمير واخرون، المصدر السابق، ص153.
- (11) محمد بلال الزعبي الطلافحة، النظام الإحصائي spss فهم وتحليل البيانات، ط1، الاردن، مطبعة الدار الوطني للطباعة والنشر، (2000)، ص15.
- (12) محمد حسن علاوي وابو العلا عبد الفتاح، فسيولوجيا التدريب الرياضي، القاهرة، دار الفكر العربي، 1984، ص120.
- (13) محمد رضا ابراهيم، التطبيق الميداني للنظريات وطرائق التدريب الرياضي، ط1، بغداد، مكتب الفضلي، 2008، ص62.
- (14) محمد صبحي وحمدى عبد المنعم، الاسس العلمية بالكرة الطائرة وطرق قياس، القاهرة، دار الفكر العربي، 1988، ص133.
- (15) محمد صبحي حسان وحمدى عبد المنعم، المصدر السابق، ص134.
- (16) محمد طاهر واخرون، الطب الرياضي واصابة اللاعبين، القاهرة، مطابع دار الهلال للاؤفست، 1978، ص47.
- (17) محمد عثمان، التعلم الحركي والتدريب الرياضي:- الكويت، دار العلم للنشر والتوزيع، 1990، ص157.
- (18) محمد نصر الدين رضوان واحمد متولي منصور، 99 تمرينا للقوة العضليه المرونة الحركية الانشطه الرياضية، ط1، القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 1999، ص9.
- (19) مروان عبد المجيد، الكرة الطائرة للمعاقين حركيا" - جلوس، ط1، عمان، مؤسسة الوراق للنشر، 2002، ص24.
- (20) مقتي ابراهيم حماد، التدريب الرياضي الحديث، تخطيط وتطبيق وقيادة، القاهرة دار الفكر العربي، 2001، ص176.
- (21) نواف كباره، التشريعات القانونية في تطوير اوجه رعاية المعاقين وتدعيم مشاركتهم واندماجهم في المجتمع، ص21.

EFFECT OF TWO TYPES OF POWER TRAINING IN THE VERTICAL

JUMP PERFORMANCE IN VOLLEYBALL PLAYERS Authors: Gisele

Lombardi --- Naiara da Silva Vieira --- Daniele Detanico

Journal: Brazilian Journal of Biomotricity ISSN: 19816324 Year: 2011 Volume:

5 Issue: 4 Pages: 230-238 Provider: DOAJ Publisher: Marco Machado



الملاحق الملحق (1)

يبين القدرات البدنية والقياسات الجسمية والمهارية التي عرضت على الخبراء

الملاحظات	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	القدرات	المتغيرات
											القوة العضلية	البدنية
											تحمل القوة	
											القوة الانفجارية للرجلين	
											القوة الانفجارية للذراعين	
											القوة المميزة بالسرعة للرجلين	
											القوة المميزة بالسرعة للذراعين	
											السرعة الانتقالية	
											السرعة الحركية	
											سرعة الاستجابة الحركية	
											المطاولة	
											الرشاقة	
											المرونة	
											التوازن	
											الطول	القياسات الجسمية
											طول الساق	
											طول الذراع	
											طول الجذع	
											طول الجذع والذراع معا	
											الارسل	القدرات المهارية
											الضرب الساحق	
											الاعداد	
											استقبال الارسل	
											الدفاع عن الملعب	



ملحق (2)

لتحديد اختبارات القدرات البدنية والمهارية والقياسات الجسمية التي تم اختيارها من قبل الخبراء

الملاحظات	التأشير	الاختبارات	القدرات
		1-رمي كرة طبية زنة (2كغم) من الوقوف 2-دفع كرة طبية (3كغم) بكلتا اليدين من خلف الراس من وضع الجلوس على الكرسي . 3-رمي كرة طبية (3كغم) من الوقوف	القوة الانفجارية للذراعين
		1- الوثب الطويل من الحركة 2- اختبار الوثب العمودي لسارجنت 3- الوثب الطويل من الثبات	القوة الانفجارية للرجلين
		1- ثني ومد الذراعين من وضع الاستناد الامامي خلال (10) ثا 2- ثني ومد الذراعين من وضع الانبطاح المائل خلال (10) ثا	القوة المميزة بالسرعة للذراعين
		1- اختبار القفز على مسطبة سويدية 10 ثا 2- اختبار الثلاث وثبات الطويلة للرجلين	القوة المميزة بالسرعة للرجلين
		1- الجري متعدد الجهات (ثا) 2- الجري المكوكي (ثا)	الرشاقة

يبين اسماء الخبراء الذين عرضت عليهم القدرات البدنية والمهارية والقياسات الجسمية

ت	اسماء الخبراء	الاختصاص	مكان العمل
1-	ادمويد عبد الله جاسم	اختبارات وقياس اكرة سلة	كلية التربية الرياضية للبنات
2-	وردة علي عباس	اختبارات وقياس العاب مضرب	كلية التربية الرياضية للبنات
3-	نعيمة زيدان	اختبارات وقياس كرة الطائرة	كلية التربية الرياضية للبنات
4-	ايناس سلمان	اختبارات وقياس جمناستك ايقاعي	كلية التربية الرياضية للبنات



Comparative study of some body measures and physical abilities and skillful performance of national team and youth team disables players in seating volleyball

Ghaidaa Mohammed Hassoon

Abstract

The research aims to :

1. Learn the difference between some body measures and skillful performance of national team and youth team disables players in seating volleyball.
2. Learn the difference between some physical special abilities and skillful performance of national team and youth team disables players in seating volleyball .
3. Learning the relation between body measures and skillful performance of national team and youth tem disables players in volleyball seating.
4. Learn the relation between some physical private abilities and skillful performance national team and youth tem disables players in volleyball seating.

The sample of research includes the disable players of national team and youth team.

The researcher concludes :

1. The necessity of volleyball players have certain body measure in order to improve skillful performance.
2. Consider body measures one of the important qualifications of volleyball player.
3. Necessity of prepare the volleyball player in the way that includes developing of al physical abilities to be able to perform the skill in good form.