

دراسة مقارنة في تحديد مستوى أداء بعض المهارات  
الأساسية بالكرة الطائرة

بحث وصفي

على طالبات المرحلة الرابعة في كلية التربية الرياضية للبنات  
وكلية التربية الرياضية بجامعة بغداد

د. أسماء حكمت

الملخص

تعد المهارة جزءاً لا يتجزأ من النشاط أو الفعالية الرياضية، ولعبة الكرة الطائرة واحدة من الألعاب التي تضم مجموعة من المهارات الخاصة بها والتي يتحتم على الطالب أو اللاعب أدائها في مواقف اللعب المختلفة.

ويؤدي الاختبار والقياس دوراً مهماً في تحديد مستوى الطالب أو اللاعب ودرجة تقدمه، إلى جانب تحديد مدى تناسب الأسلوب المتبع، ولكون أن تحديد مستوى الأداء المهاري للطالبات، لم يأخذ حيزاً كبيراً من البحث والتقييم، لذا ارتأى الباحث دراسة هذه المشكلة والوقوف بشكل مباشر على المقدرة التطبيقية لطالبات كليتي التربية الرياضية، بهدف تحديد المعوقات ومحاولة إيجاد الحلول لها للنهوض بمستوى الأداء المهاري.

### وهدف البحث إلى:

1- معرفة مستوى أداء بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة لدى طالبات كليتي التربية الرياضية للبنات والتربية الرياضية الجادرية.

2- التعرف على الفروق في مستوى أداء بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة لدى طالبات كليتي التربية الرياضية للبنات والتربية الرياضية الجادرية.

### وتمثلت فروض البحث ب:

- هنالك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى أداء بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة بين طالبات الكليتين.

- ولقد استخدم المنهج الوصفي في البحث وتكونت العينة من (117) طالبة من طالبات كليتي التربية الرياضية والتربية الرياضية للبنات - جامعة بغداد، وقد أظهرت النتائج وجود ضعف في مستوى أداء مهارتي الإرسال والاستقبال ولطالبات الكليتين.

Skill is an integral part of the activity or sporting event, and the game of volleyball and one of the games, which includes a set of skills, and which is imperative for the student or player's performance in the different playing positions.

And taking the test and measurement an important role in determining the level of the student or the player and the degree of progress as well as determine the appropriate approach is taken, and the fact that determining the level of performance skills of students, did not take a great deal of research and evaluation, so it felt a researcher studying this problem and to stand directly on the estimated applied to students faculties of Physical Education, in order to identify the obstacles and try to find solutions for the advancement of the leveof performance skills.

The goal of search:

- 1 - determine the level of performance of some basic skills in volleyball with the students of the faculties of physical education for girls and physicaleducation Jadiriyah.
- 2- Knowledge of the differences in the level of performance of some basic skills in volleyball with the students of the faculties of Physical Education and Sports Education daughters.

The hypotheses were to:

- There are statistically significant differences in the level of performance of some basic skills in volleyball between the of the kidneys. students

I have used the descriptive method of research, and the sample consisted of (117) female students from the faculties of Physical Education and Sport Education Forum - University of Baghdad, and the results showed a weakness in the performance of my skills level of the transmitter and receiver and female kidneys.

## الباب الأول

### 1- التعريف بالبحث:

#### 1-1 المقدمة وأهمية البحث:

يسعى كل مدرس أو مدرب فيما يهدف من مناهجه التعليمي أو التدريبي إلى إكساب وإتقان المهارات الحركية بهدف الوصول إلى تكامل الأداء، ويعد التعلم والتدريب الطريقة التي يتم بها تحقيق ذلك، فالمهارة تعد جزء لا يتجزأ من النشاط أو الفعالية الرياضية، ولعبة الكرة الطائرة واحدة من الألعاب التي تضم مجموعة من المهارات الخاصة بها والتي يتحتم على الطالب أو اللاعب أدائها في مواقف اللعب المختلفة، فنجاح الفريق يقترن بإتقان لاعبيه لتلك المهارات، وبما يؤمن تنفيذ جميع الخطط الدفاعية والهجومية القائمة عليها بشكل جيد،

ويعد امتلاك الطالب للمهارة ركنا أساسيا لتنفيذ متطلبات اللعبة، فهي تشكل الأساس الذي يستند إليه في تحقيق الإتقان الخططي، فضلا عن كونه سيكون قادر على إيصال المهارة إلى مواقع العمل التي سيعمل بها بعد تخرجه بمستوى جيد من الأداء، ويؤدي الاختبار والقياس دورا مهما وفاعلا في تحديد مستوى الطالب أو اللاعب ودرجة تقدمه في مختلف الجوانب، إلى جانب تحديد مدى تناسب الأسلوب المتبع مع إمكاناتهم وقدراتهم، وضمن ذلك تأتي أهمية البحث في تحديد مستوى الأداء المهاري لدى طالبات كليتي التربية الرياضية للبنات والتربية الرياضية جادرية.

## 1-2 مشكلة البحث:

يعد اكمال حالتي التدريب البدني والمهاري مؤشرا في الارتقاء بمستوى الأداء في الألعاب الرياضية، لاسيما وان الإعداد المهاري فيها يمثل حلقة الوصل بين متطلبات كل لعبة، والتي تتضح عندما يودي الرياضي فعلا حركيا تدرب عليه في مجال اختصاصه، ولعبة الكرة الطائرة واحدة من الألعاب التي تضم مجموعة من المهارات التي هي الحركات التي تتطلبها جميع حالات اللعب بهدف الوصول إلى أفضل النتائج مع الاقتصاد في المجهود.

ولكون إن تحديد مستوى الأداء المهاري للطالبات لم يأخذ حيزا كبيرا من البحث والتقويم، كون إن المهارة تشكل القاعدة لجميع المهارات المتقدمة التي تتطلبها اللعبة في الوصول لأفضل انجاز، وبالنظر لعدم تسليط الضوء على دراسة مستوى المهارة لدى الطالبات، لذا ارتأى الباحث دراسة هذه المشكلة والوقوف بشكل مباشر على المقدرة التطبيقية لطالبات كليتي التربية الرياضية للبنات والتربية الرياضية الجادرية، بهدف تحديد المعوقات ومحاولة إيجاد الحلول لها للنهوض بمستوى الأداء المهاري.

### 1-3 أهداف البحث:

يهدف البحث إلى :

- 1- معرفة مستوى أداء بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة لدى طالبات كليتي التربية الرياضية للبنات والتربية الرياضية الجادرية.
- 2- التعرف على الفروق في مستوى أداء بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة لدى طالبات كليتي التربية الرياضية للبنات والتربية الرياضية الجادرية.

### 1-4 فروض البحث:

- هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى أداء بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة بين طالبات الكليتين.

### 1-5 مجالات البحث:

1-5-1 المجال البشري : طالبات المرحلة الرابعة في كليتي التربية الرياضية للبنات والتربية الرياضية الجادرية - جامعة بغداد.

1-5-2 المجال الزمني : المدة من 19 / 12 / 2010 ولغاية 24 / 5 / 2011.

1-5-3 المجال المكاني: القاعة الداخلية للكرة الطائرة في كليتي التربية الرياضية للبنات والتربية الرياضية / جادرية - جامعة بغداد.

## الباب الثاني

### 2- الدراسات النظرية:

#### 1-2 مهارات الكرة الطائرة:

تختلف الألعاب الرياضية في مهاراتها، فكل لعبة خصوصيتها، ولعبة الكرة الطائرة من الألعاب التي لها مهاراتها الأساسية والفنية والتي تلعب دورا مهما في إتقان ونجاح تنفيذ إستراتيجيات مختلفة للفريق.

#### 1-1-2 مهارة الإرسال:

تعد مهارة الإرسال من المهارات المهمة، إذ يبدأ بها اللعب في أول كل مباراة، وفي بداية كل شوط وعقب كل خطأ يحتسبه الحكم، وهي "المهارة الوحيدة التي يعتمد نجاحها على لاعب واحد هو المرسل" (1)، الذي يتطلب منه تحقيق نقطة مباشرة أو صعوبة بناء هجوم من قبل الفريق المنافس، وذلك يتطلب اختيار النوع المناسب من الإرسال لتحقيق التأثير الإيجابي، بمعنى أنها لاتعني مجرد إيصال الكرة إلى ملعب المنافس وإنما إيصالها إلى المكان المناسب بالسرعة والدقة بهدف إحراز نقطة مباشرة أو استثمار نقاط ضعف الفريق المنافس، وبضمنها نقاط الضعف الفردية للاعبين، فضلا عن استغلال الثغرات وتغيير طريقة هجوم المنافس من خلال توجيه الإرسال إلى اللاعب المعد أو مكان تحركه، وبذلك لايمكن تنفيذ الخطة الموضوعية بشكل ناجح

1- حسين سبهان وطارق حسن؛ المهارات والخطط الهجومية والدفاعية في الكرة الطائرة. ط1: (بغداد، مطبعة الكلمة الطبية، 2011)، (1)  
ص 18.

## 2-1-2 مهارة استقبال الإرسال:

تعد مهارة الاستقبال من المهارات الدفاعية المهمة في الكرة الطائرة، كونها تشكل القاعدة التي يستند عليها الفريق في عملية بنائه للهجوم، فالاستقبال هو " الدفاع ضد إرسال المنافس ويطلق عليه التمرير من الأسفل"<sup>(2)</sup>، إذ يستخدم لنقل الكرة بعد استلامها من الإرسال للاعب المعد، ويأخذ إتقان الأداء الفني دورا مهما في تحقيق الأداء الجيد للمهارة، التي تتطلب التركيز على الكرة وتوقع مكان سقوطها وارتفاعها وسرعتها وقوتها، بهدف الوصول إلى المكان المحدد، وبالتالي تنفيذ الواجب الحركي بشكل صحيح ودقيق مع الاقتصاد بالمجهود، وذلك يتطلب التدريب المستمر بغية الوصول إلى الأداء الأمثل للمهارة، لاسيما وان نجاح الفريق في تنفيذ الخطط الهجومية يقترن بها.

لذا فان الأداء الجيد لها يتحدد بمقدار ما يتمتع به الطالب أو اللاعب من رشاقة وتركيز وسرعة رد فعل للتحرك نحو الكرة، فضلا عن الدقة في توجيهها إلى اللاعب المعد، كون إن أي خطأ سوف يفقد الهجوم فاعليته أو يتسبب في خسارة نقطة، كما انه سوف يتيح للفريق المنافس بالقيام بهجوم مضاد.

## 2-1-3 مهارة التمرير:

تعد مهارة التمرير من المهارات المهمة في لعبة الكرة الطائرة، إذ أنها الأساس " لتعلم وتطور مهارة الاستقبال والدفاع عن الملعب والإعداد"<sup>(1)</sup>، فإتقان التمرير يؤدي إلى الارتقاء بمستوى أداء تلك المهارات، لاسيما وان نجاح الفريق يقترن بمدى قدرة لاعبيه في السيطرة والتحكم بتوجيه الكرة بمختلف الاتجاهات وبشكل صحيح وقانوني وتعلم مهارة التمرير يتطلب عمليات تكيف مختلفة تجاه متطلبات الأداء، فالتفاعل ما بين اللاعب والكرة يقترن بدرجة نمو الإحساس الحركي، فهو الموجه للتركيز نحو ما تتطلبه المهارة من قوة لازمة للأداء الحركي، وبالتالي توجيه الكرة بالاتجاه والارتفاع والبعد المناسب، وبما يحقق الأداء الأمثل للمهارة.

(2) سعد حماد أجميلي؛ الكرة الطائرة- تعليم وتدريب وتحكيم. ط1: (ليبيا، جامعة السابع من ابريل، 1997)، ص53.  
(1) طارق حسن وحسين سبهان؛ الكرة الطائرة - تعليم- تدريب- بناء وقيادة الفريق- التغذية- انواع الكرة الطائرة- قواعد اللعبة. ط1: (بغداد، مطبعة الكلمة الطيبة، 2011)، ص36.



ويقسم التمرير إلى:

1- التمرير من الأعلى.

2- التمرير من الأسفل.

### الباب الثالث

#### 3- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

##### 3-1 منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي كونه يمثل انسب الطرق في تحقيق أهداف البحث .

##### 3-2 عينة البحث :

تكونت عينة البحث من طالبات المرحلة الرابعة في كليتي التربية الرياضية للبنات والتربية الرياضية الجادرية - جامعة بغداد والبالغ عددهم ( 117 ) طالبة- تم اختيارهم عشوائيا وقد تكونت عينة كلية البنات من (75) طالبة وعينة كلية التربية الرياضية- جادرية (42) طالبات وهم يمثلون نسبة (50%) من مجموع العينتين البالغ (234)، هذا وقد استبعد الباحث الطالبات الراسبات واللاعبات من الاختبارات بهدف استبعاد تأثيرهم في النتائج، هذا وان العينة متجانسة، كونها من مجتمع واحد وفي عمر متقارب (22-23) ومرحلة دراسية واحدة.

##### 3-3 الأدوات والأجهزة المستخدمة:

تم استخدام الأدوات التالية :

- 1- المصادر العربية .
- 2- استمارة استطلاع آراء الخبراء حول تحديد الاختبارات الخاصة بكل مهارة.
- 3- كرات طائرة عدد ( 5 ) .
- 4- شريط لاصق عرض ( 5cm ) .
- 5- شريط قياس معدني بطول ( 5m ) .
- 6- ملعب كرة طائرة قانوني.
- 7- جدار.
- 8- مصطبة.

### 3-4 خطوات إجراء البحث:

#### 3-4-1 تحديد المهارات:

تم عرض المهارات الخاصة بالكرة الطائرة على مجموعة من المختصين<sup>(\*)</sup> وتم اختيار مهارات الإرسال واستقبال الإرسال والتمرير من أعلى لقدرة الطالبة على أداء هذه المهارات بشكل أفضل قياساً إلى المهارات الأخرى .

#### 3-4-2 الاختبارات المستخدمة :

تم عرض الاختبارات الخاصة بالمهارات (الإرسال واستقبال الإرسال والتمرير)<sup>(\*)</sup> ، على المجموعة نفسها من المختصين في الكرة الطائرة<sup>(\*\*)</sup> ، لبيان ما هو مناسب منها للقياس وقد رشحت الاختبارات التالية<sup>(1)</sup> :

- 1- اختبار دقة الإرسال إلى مناطق محددة.
- 2- اختبار دقة الاستقبال من الإرسال.
- 3- اختبار التمرير على الجدار.

---

أسماء المختصين الذين عرضت عليهم الاختبارات:

- 1- د. علي يوسف: أستاذ، علم النفس- الكرة الطائرة، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد.
- 2- د. سعد حماد : أستاذ مساعد، الكرة الطائرة ، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد.
- 3- د. حسين سبهان: أستاذ مساعد، تدريب- الكرة الطائرة ، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد.

### 3-4-3 التجربة الاستطلاعية :

بهدف تحقيق نتائج صحيحة ودقيقة تم إجراء تجربة استطلاعية بتاريخ 13 / 4 / 2011 على ( 10 ) طالبات هم من خارج أفراد عينة البحث، وبعد مرور أسبوع تم إعادة الاختبارات بتاريخ 20 / 4 / 2011 وكان الهدف منها:

1- تحديد الصعوبات التي قد ترافق إجراء التجربة الرئيسية بهدف تجاوزها.

2- معرفة الزمن المستغرق لإجراء الاختبارات .

3- معرفة مدى ملائمة الاختبارات لعينة البحث.

4- تحديد أفضل طريقة لتنفيذ الاختبارات.

### 3-5 تطبيق الاختبارات:

أجريت الاختبارات المهارية على عينة البحث بتاريخ 24 / 4 / 2011 وبمساعدة فريق العمل المساعد<sup>(\*)</sup> في الكليتين واستمرت لغاية 24 / 5 / 2011 .

### 3-6 الوسائل الإحصائية<sup>(1)</sup> :

#### 1- الوسط الحسابي.

(\*) أسماء فريق العمل المساعد:

1- احمد سبع : مدرس ، الكرة الطائرة، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد.

2- شهباء احمد : مدرس مساعد ، الكرة الطائرة، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة بغداد.

3- عمر سعيد : بكالوريوس ، الكرة الطائرة، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد.

(1) ودیع یاسین وحسن محمد؛ التطبيقات الإحصائية واستخدامات الحاسوب في بحوث التربية الرياضية: ( الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر، 1999)، ص. 272.

## 2- الانحراف المعياري.

### 4- اختبار ( T ) للعينات الغير متنا

## الباب الرابع

### 4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها :

الجدول ( 1 ) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبارات المهارية لمجموعتي طالبات التربية الرياضية بنات والتربية الرياضية جادرية، وقيمة ( T ) المحسوبة والجدولية، إذ كان الوسط الحسابي لاختبار دقة الإرسال إلى مناطق محده لمجموعة طالبات البنات ( 2.62 ) وبانحراف معياري ( 1.26 )، أما الوسط الحسابي لمجموعة طالبات الجادرية كان ( 2.88 ) وبانحراف معياري ( 1.70 )، وبلغت قيمة ( T ) المحسوبة ( 1.04 ) وهي اصغر من القيمة الجدولية البالغة ( 1.98 ) عند درجة حرية ( 115 ) ومستوى دلالة ( 0.05 ).

إما قيمة الوسط الحسابي لاختبار دقة الاستقبال من الإرسال لمجموعة طالبات البنات ( 24.26 ) وبانحراف معياري ( 8.18 )، في حين كان الوسط الحسابي لمجموعة طالبات الجادرية ( 40.23 ) بانحراف معياري ( )، وبلغت قيمة ( T ) المحسوبة ( 1.94 ) وهي اصغر من قيمة ( T ) الجدولية البالغة ( 1.98 ) عند درجة حرية ( 115 ) ومستوى دلالة ( 0.05 ).

وبلغت قيمة الوسط الحسابي لاختبار التمرير من الاعلى الى الجدار لمجموعة طالبات البنات ( 44.86 ) بانحراف معياري ( 9.75 )، أما مجموعة طالبات الجادرية فسجلت وسط حسابي مقداره ( 40.23 ) بانحراف معياري ( 10.68 )، وبلغت قيمة ( T ) المحسوبة ( 2.63 ) وهي اكبر من قيمة ( T ) الجدولية البالغة ( 1.98 ) عند درجة حرية ( 115 ) ومستوى دلالة ( 0.05 ).

## جدول (1)

الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (T) المحسوبة والجدوليه

لاختبارات الارسال والاستقبال والتمرير من الاعلى

الدلالة الإحصائية	قيمة ( T ) الجدوليه (*)	قيمة ( T ) المحسوبة	مجموعة طالبات التربية الجادريه		مجموعة طالبات التربية بنات		المعالجات الإحصائية المتغيرات
			ع	س	ع	س	
غير معنوية	1.98	1.04	1.70	2.88	1.26	2.62	اختبار دقة الإرسال إلى مناطق محددة
غير معنوية		1.94	7.11	26.81	8.18	24.26	اختبار دقة الاستقبال
معنوية		2.63	10.68	40.23	9.75	44.86	اختبار التمرير من الأعلى إلى الجدار
(*) عند درجة حرية (115) ومستوى دلالة (0.05)							

والسبب يرجع في عدم وجود فروق معنوية بين طالبات الكليتين في مهارتي الإرسال والاستقبال إلى ضعف الانتباه والتركيز في إثناء الأداء، والذي يمكن الاستدلال عليه في كثرة الأخطاء، أسهم فيها غياب الإحساس الحركي، كونه الموجه للتركيز نحو ماتتطلبه المهارة، بهدف توزيع الجهد بشكل يتناسب مع هدف الحركة وبما يحقق الوصول إلى أفضل انجاز.

كذلك فان ضعف التصور للمهارتين جعل مستوى الأداء يبتعد عن تحقيق الدقة في توجيه الكرة إلى المكان المحدد، فالتصور يستخدم " لغرض تحسين الأداء عن طريق مراجعة المهارة عقليا والتخلص من الأخطاء بتصوير الأسلوب الصحيح للأداء"<sup>(1)</sup>، مما يسهم في الارتقاء بالمستوى المهاري، فأداء مهارة الاستقبال يتطلب استثارة الحواس كلها بهدف نقل المعلومات حول سرعة وقوة واتجاه الكرة لتكوين استجابة صحيحة وفي الوقت المناسب لها مع مراعاة الدقة في الأداء، كونها العامل المؤثر في بناء الهجوم، وأداء مهارة الإرسال يتطلب تحديد المسافة والارتفاع ومكان سقوط الكرة، وذلك يقترن بسرعة ودقة معلومات الطالب أو اللاعب التي تمنحه إمكانية تصور المهارة وتحليلها ذهنيا، بهدف الوصول إلى تنفيذ مهارة عالية بوقت حساس.

مضافا لذلك انقطاع الطالبات عن المادة الدراسية لمدة شهر كامل للتطبيق في المدارس قد أسهم في ضعف مستوى الأداء، إذ إن الوقت المتبقي غير كاف لتطوير المهارات، لاسيما وإن حجم المدة الزمنية المخصصة للعبة قليلة ضمن هذه المرحلة التي تمثل مرحلة حاسمة في عملية إعداد كادر تدريسي كفوء، فالطالبة تحتاج إلى وقت أطول في عملية التعلم والإتقان، كون أن قدراتها البدنية ليست بالمستوى المطلوب، "اذ إن المهارة الحركية لا يمكن إن تتحقق إلا في وجود القدرات البدنية الخاصة"<sup>(1)</sup>، مما يؤثر في قدرتها على أداء المهارات بشكل صحيح ومنتقن، إذ أنها تحتاج إلى فترة أطول لتتعلم طريقة الأداء بشكل صحيح.

إما السبب في وجود فروق مغنوية بين طالبات التربية الرياضية بنات وطالبات التربية الرياضية جادرية ولصالح البنات في مهارة التمرير من الأعلى فيرجع إلى إن درجة تعلم طالبات البنات كانت أفضل قياسا بطالبات كلية التربية الرياضية ، إذ كلما كانت طريقة التعلم جيدة انعكس ذلك في شكل الأداء المقترن " بقابلية الفرد واستعداده وتقبله للمهارة"<sup>(2)</sup> ، التي تعني القدرة على التصرف في توجيه الكرة بالاتجاه والارتفاع والبعد المناسب لها بهدف تحقيق نتائج ايجابية، كذلك فان رد الفعل في استقبال الكرة من الجدار كان جيدا، إذ أن رد الفعل مهم في تكوين الاستجابة تجاه الحافز وبالوقت المناسب لها.

1- يعرب خيون؛ التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق. ط2: (بغداد، مطبعة الكلمة الطبية، 2010)، ص 157. (1)  
(1) Singer, Robert N: Motor Training and Human Performance, 3<sup>rd</sup> ed, New York Macmillan Publishing, Co. Inc, 1996, p.221.  
(2) بسطويسي احمد؛ أسس ونظريات الحركة. ط1: ( القاهرة، دار الفكر العربي، 1996)، ص51. (3)

## الباب الخامس

### 5-1 الاستنتاجات والتوصيات:

#### 1-5-1 الاستنتاجات:

ضمن النتائج المتحققة تم التوصل إلى الاستنتاجات الآتية :

- 1- وجود ضعف في مستوى أداء مهاتي الإرسال والاستقبال لدى طالبات الكليتين.
- 2- ظهور مستوى أداء مقبول لمهارة التمرير من الأعلى ولصالح طالبات البنات.
- 3- عدم وجود فروق معنوية في أداء مهاتي الإرسال والاستقبال بين طالبات الكليتين.
- 4- ان مهاتي الإرسال والاستقبال تتطلبان وقت أطول في عملية التعلم والإتقان.

#### 2-5-1 التوصيات :

- 1- التأكيد على زيادة الساعات الدراسية للكرة الطائرة ضمن هذه المرحلة وبما يؤمن إعداد الطالبات بشكل أفضل مما هم عليه الآن، لما لذلك من دور فاعل في تطور مستوى الأداء.
- 2- إعطاء أهمية أكبر لإتقان المهارات الأساسية في مجمل الوحدة التدريسية كونها الأساس الذي يعتمد عليه في تنفيذ متطلبات اللعبة.
- 3- التأكيد على زيادة التمارين ذات التأثير المشترك في الجانب البدني والمهاري للطالبات وبما يرتقي بمستوى الأداء.

5- العمل على إجراء اختبارات دورية للوقوف على المستوى المهاري، ولمعرفة مدى تأثير الأسلوب المتبع في التدريس، ولتحديد مستوى تقبل الطالبات مراحل التطور التي يضعها تدريسيو المادة.

## الملاحق

### ملحق ( 1 )

الاختبار الأول: اختبار الإرسال إلى مناطق محددة

الغرض من الاختبار: قياس دقة مهارة الإرسال

الأدوات: ملعب كرة طائرة قانوني، كرات طائرة قانونية، الملعب معد كما هو موضح في الشكل (1).

مواصفات الأداء: يقف اللاعب في منتصف خط نهاية الملعب ( النصف المواجه لنصف الملعب المخطط على بعد (9) أمتار من الشبكة.

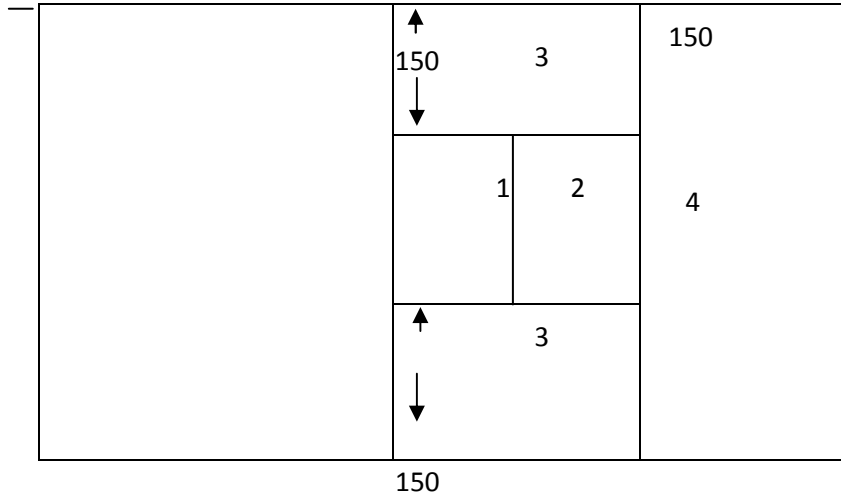
في هذا المكان واللاعب ممسك بالكرة يقوم بالإرسال لتعبر الكرة الشبكة الى نصف الملعب المخطط.

الشروط:



- لكل لاعب خمس محاولات.

التسجيل: يحسب لكل مرة إرسال صحيح رقم المنطقة التي تهبط فيها الكرة في نصف الملعب المخطط ، وحيث إن اللاعب له عشرة محاولات على هذا الاختبار، ولكون الدرجات موزعة على المناطق من (1) إلى (4) درجات، فإن الدرجة العظمى لهذا الاختبار هي (20) مع ملاحظة انه في حالة سقوط الكرة على خط يفصل بين منطقتين يحسب للاعب درجة المنطقة الأعلى



شكل ( 1 )

### اختبار دقة الإرسال

الاختبار الثاني: اختبار دقة الاستقبال من الإرسال.

الغرض من الاختبار: قياس دقة الاستقبال من الإرسال.

الأدوات: ملعب كرة طائرة، صندوق خشبي، كرات طائرة.

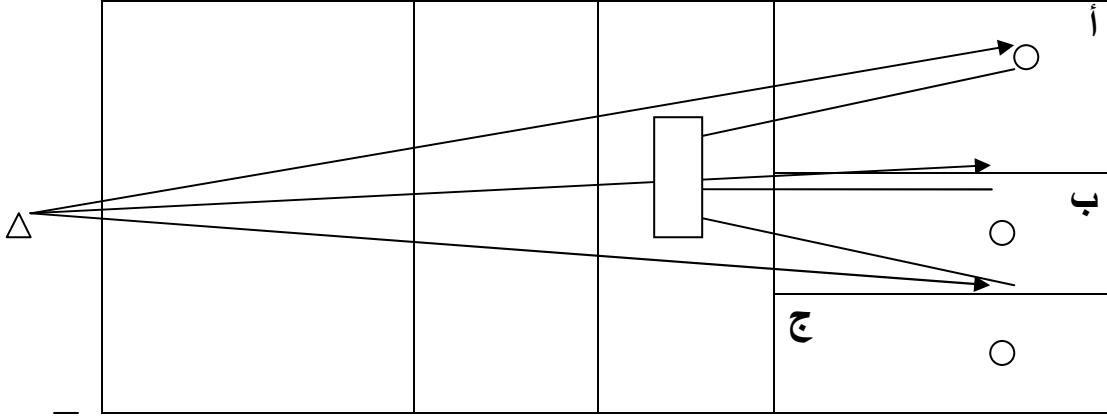
مواصفات الأداء: يوضع الصندوق في مكان اللاعب المعد، بحيث يؤدي المختبر خمس محاولات من كل مركز من المراكز الثلاثة الخلفية (مركز 1، مركز 6، مركز 5)، هذا وعلى المدرس إن يقوم بالإرسال من المنطقة المخصصة للإرسال في نصف الملعب الأخر. وكما هو موضح في الشكل (2).

الشروط: لأتسبب محاولة المختبر إذا كان واقفا خارج الموضع المحدد له.

التسجيل: (4) نقاط لكل تمريره صحيحة تسقط فيها الكرة على الصندوق.

(3) نقاط لكل تمريره صحيحة تسقط فيها الكرة بحيث تمس حدود الصندوق.

نقطة واحدة لكل تمريره تسقط فيها الكرة داخل حدود منطقته (3) متر.



شكل (2)

اختبار دقة الاستقبال من الإرسال

الاختبار الثالث: اختبار دقة التمرير على الحائط

الغرض من الاختبار: قياس دقة التمرير من أعلى.

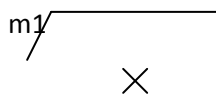
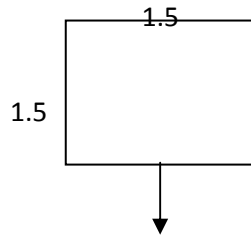
الأدوات: حائط، يرسم عليه مربع  $1.5 \times 1.5$  م على أن تكون حافته السفلى على بعد 2م من الأرض. مقعد سويدي، يوضع على بعد 1م من الحائط، كرة طائرة.

مواصفات الأداء: من إمام المقعد يقوم المختبر بالتمرير المستمر نحو المربع دون توقف 15 مرة، في حالة عدم إصابة المختبر للمربع عليه إن يستمر في الأداء حتى نهاية المحاولات المقررة. وفي حالة قيام المختبر بالتمرير من الأسفل تحسب ضمن المحاولات الـ 15 المقررة ولكن لا تسجل لها نقاط حتى لو أصابت المربع. كما ينهي الاختبار عند توقف الأداء (لأي سبب آخر) قبل نهاية المحاولات الخمسة عشر المقررة.

#### التسجيل:

4 نقاط لكل تمريرة صحيحة داخل المربع.

1 نقطة لكل تمريرة صحيحة خارج المربع.



المختبر

### شكل (3)

#### اختبار دقة التمرير على الجدار

#### المصادر العربية والاجنبية:

- بسطويسي احمد؛ أسس ونظريات الحركة . ط1: ( القاهرة، دار الفكر العربي، 1996)، ص51.
- سعد حماد أجميلي؛ الكرة الطائرة- تعليم وتدريب وتحكيم. ط1: ( ليبيا، جامعة السابع من ابريل، 1997).
- حسين سبهان وطارق حسن؛ المهارات والخطط الهجومية والدفاعية في الكرة الطائرة . ط1: (بغداد، مطبعة الكلمة الطيبة، 2011).
- طارق حسن وحسين سبهان؛ الكرة الطائرة -تعليم- تدريب- بناء وقيادة الفريق- التغذية- أنواع الكرة الطائرة- قواعد اللعبة. ط1: (بغداد، مطبعة الكلمة الطيبة، 2011).
- محمد صبحي حسانين وحمدى عبد المنعم؛ الأسس العلمية للكرة الطائرة وطرق القياس - بدني- مهاري- معرفي- نفسي- تحليلي. ط1: ( القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 1997) .
- وديع ياسين وحسن محمد؛ التطبيقات الإحصائية واستخدامات الحاسوب في بحوث التربية الرياضية: ( الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر، 1999) .
- يعرب خيون؛ التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق. ط2: (بغداد، مطبعة الكلمة الطيبة، 2010).
- Singer, Robert N: Motor Training and Human Performance , 3<sup>rd</sup> - ed, New York Macmillan Publishing, Co. Inc, 1996, p.221.