



القوة الانفجارية وعلاقتها بدقة وسرعة الاستجابة الحركية لمهارة استقبال الارسال بكرة الطائرة

ا.د.منى عبد الستار هاشم السيد . محمد حسيب زامل
Dr_muna8@yahoo.com

2016م

1437هـ

ملخص البحث

- اشتمل البحث على اربعة ابواب موزعة على الشكل التالي
- 1- اشتمل البحث على مقدمة بسيطة حول لعبة كرة الطائرة ومشكلة البحث واهداف البحث ومنها(التعرف على نوع العلاقة بين القوة الانفجارية ودقة وسرعة الاستجابة الحركية لمهارة استقبال الارسال لدى لاعبي المركز الوطني لرعاية الموهبة الرياضية في بغداد لفئة الناشئين بكرة الطائرة) وايضا فرض البحث (هناك علاقة ذات احصائية بين القوة الانفجارية للذراعين ودقة وسرعة الاستجابة الحركية لمهارة استقبال الارسال لدى لاعبي المركز الوطني لرعاية الموهبة الرياضية في بغداد لفئة الناشئين بكرة الطائرة) كما اشتملت عينة البحث على (12)لاعب من أصل 16 لاعب.
 - 2- تضمن هذا الباب عرضاً لنتائج المعالجة الاحصائية باستخدام مجموعة من الجداول ومن ثم تحليلها ومناقشتها بأسلوب علمي دقيق ومدعم بالمصادر العلمية من خلال هذه المناقشة ثم التوصل الى اهداف البحث والتحقق من فرضيه البحث.
 - 3- الخاتمة اشتملت على الاستنتاجات منها (ان اللاعب كلما زادت القوة الانفجارية لديه كلما زاد دقة وسرعة الاستجابة الحركية لاستقبال الارسال عنده) والتوصيات منها (لتحسين مستوى اداء اللاعبين في المهارات الاساسية بكرة الطائرة يراعى التشخيص والتوصيف الجيد لمتطلبات الاداء التي توصلت اليها نتائج الدراسة) .

الكلمات المفتاحية :- القوة الانفجارية - بدقة وسرعة الاستجابة الحركية لمهارة استقبال الارسال
بكرة الطائرة

1995 م

1416 هـ

وقفاؤنا
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات
College of Physical Education and Sport Sciences For Women



Explosive power and its relationship to accurately and quickly respond to motor skill transmitter receiver volleyball

Muhammad Haseeb
Dr_muna8@yahoo.com

Research Summary

A search on the four-door broken down as follows

1.A search on the simple introduction to the game of volleyball and the research problem and objectives of the research, which (to identify the relationship between the explosive and the accuracy of the force and speed of the motor to respond to the skill transmitter receiver with the players of the National Center for the care of sports talent in Baghdad to junior volleyball type), as well as the imposition of search (there with a statistical relationship between the explosive power of the arms and the accuracy and speed of the motor to respond to the skill transmitter receiver with the players of the National Center for the care of sports talent in Baghdad to junior volleyball) also included a sample search on the (12) players out of 16 players.

2.ensure that the door presentation of the results of statistical processing using a set of tables, and then analyzed and discussed in a scientific manner accurate and supported by scientific sources through this discussion and then to reach the goals of the research and verification of the hypothesis.

3.Conclusion included the conclusions of which (the player the more explosive power of friendly greater the accuracy and speed of the motor to respond to the transmitter receiver with him) and the recommendations of which (to improve the level of performance of the players in the basic skills volleyball take into account the diagnosis and good characterization of the requirements of the performance reached by the results of the study).

key words: - explosive - strength accurately and quickly respond to motor skill transmitter receiver volleyball.



1-1 المقدمة وأهمية البحث

شهدت السنوات الاخيرة من القرن الماضي والوقت الحاضر تطورا مشهودا وكبيراً في المجال الرياضي إذ تطورت الالعاب الجماعية والفردية تطورا متصاعدا في كافة الجوانب والأساليب التدريبية والتعليمية والتي تركت اثرها الواضح في تحقيق افضل المستويات والنتائج في المسابقات الرياضية العالمية والاولمبية .

ولعبة كرة الطائرة واحدة من الألعاب الجماعية التي شهدت تطورا كبيرا ومنتساراً في السنوات الاخيرة نتيجة سهولة ممارستها في كل الظروف والاماكن والتطور الذي حدث وما زال يحدث لهذه اللعبة، من تغييرات وتعديلات كثيرة، سواء كانت في تغيير الاساليب الخططية وتطورها، أم التغييرات التي شملت قواعد اللعبة والتي أسهمت في تطور لعبة الكرة الطائرة ، القوة الانفجارية هي عبارة عن مزج دقيق وفعال بين القوة والسرعة والنقص في السرعة هو ذلك الجانب المتفجر في هذا المزج يشترط وجود معدلات عالية من القوة وكذلك السرعة أي بذل القوة في شكل متفجر ، ويتطلب الاداء المهاري امتلاك قدرات بدنية وقدرات حركية تعتمد على استئثار الجهاز العصبي المركزي والمحيطي وخصوصا صفة الاستجابة الحركية والدقة التي تحدد تحركات اللاعب داخل ميدان اللعب وما تؤثره على الاداء الفني لدى لاعب الكرة الطائرة ، وفي حالة افتقار اللاعب الى صفة السرعة بانواعها والدقة فهذا يؤثر بشكل مباشر في الاداء المهاري والخططي وخاصة مهارة الاستقبال فضلا عن تأثيره في مستوى الفريق ككل وعلى نتيجة المبارات حيث تعد مهارة استقبال الارسال من المهارات الدفاعية المهمة في الكرة الطائرة حيث ازادت اهميتها وتطور الاداء الفني لهذه المهارة وحدثت تغييرات جذرية في طريقة الاداء نتيجة تنوع الارسال وزيادة مستوى فاعليته واصبح الارسال قويا وسريعا جدا . ويعد ان عرفنا بان اي خطأ يمكن ان يحدث اثناء الاستقبال ينتج عنه خسارة الفريق نقطة مباشرة .

وتكمن أهمية البحث من خلال دراسة نوع العلاقة بين القوة الانفجارية ودقة وسرعة الاستجابة الحركية لمهارة استقبال الارسال بكرة الطائرة كون ان القوة الانفجارية صفة اساسية من سرعة الاستجابة الحركية.

من خلال ملاحظة الباحث كونه احد المتابعين للعبة كرة الطائرة أن هناك ضعف في القوة الانفجارية لعضلات الذراعين لدى لاعبي المركز الوطني لرعاية الموهبة الرياضية في بغداد لفئة الناشئين بكرة الطائرة في اداء دقة وسرعة الاستجابة الحركية لمهارة استقبال الارسال في هذه اللعبة لذلك ارتأى الباحث إلى دراسة نوع العلاقة بين القوة الانفجارية لعضلات الذراعين ودقة وسرعة الاستجابة الحركية لمهارة استقبال الارسال بكرة الطائرة.

2-1 أهداف البحث

- 1- التعرف على القوة الانفجارية ودقة وسرعة الاستجابة الحركية لمهارة استقبال الارسال لدى لاعبي المركز الوطني لرعاية الموهبة الرياضية في بغداد لفئة الناشئين بكرة الطائرة.
- 2- التعرف على نوع العلاقة بين القوة الانفجارية ودقة وسرعة الاستجابة الحركية لمهارة استقبال الارسال لدى لاعبي المركز الوطني لرعاية الموهبة الرياضية في بغداد لفئة الناشئين بكرة الطائرة.

3-1 فرض البحث

هناك علاقة ذات دلالة احصائية بين القوة الانفجارية للذراعين ودقة وسرعة الاستجابة الحركية لمهارة استقبال الارسال لدى لاعبي المركز الوطني لرعاية الموهبة الرياضية في بغداد لفئة الناشئين بكرة الطائرة.



1-4 مجالات البحث:-

1- المجال البشري:- لاعبي المركز الوطني لرعاية الموهبة الرياضية في بغداد لفئة الناشئين بكرة الطائرة.

2- المجال الزمني:- من 2016 /1/2 إلى 2016 / 3 / 1

3-المجال المكاني:- قاعات لاعبي المركز الوطني لرعاية الموهبة الرياضية في بغداد بكرة الطائرة.

2-1 منهج البحث

استخدام الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لملامته مع طبيعة البحث. وذلك "أن البحث الوصفي تغيير متعمد ومضبوط للشروط المحددة الواقعه وملاحظة التغيرات الناتجة في الواقعه ذاتها وتفسيرها"(6:121) ولان المنهج الوصفي من أفضل المناهج وأكثرها ملائمة للوصول لافضل النتائج ولانه يتعامل مع الظاهرة المؤثرة .

2-2 مجتمع وعينة البحث

المجتمع هو "جميع مفردات الظاهرة التي يقوم الباحث بدراستها, وتعني به ايضا جميع الافراد او الاشخاص او الاشياء الذين يكونون موضوع مشكلة البحث"(4:30). والعينة هي "النموذج الذي يجري الباحث مجمل ومحور عمله عليها"(3:33). حيث تم تحديد المجتمع بالطريقة العمدية وتمثل لاعبي المركز الوطني لرعاية الموهبة الرياضية في بغداد لفئة الناشئين والتي تتراوح اعمارهم (15-16) والبالغ عددهم (16) لاعب. و للاسباب التالية :

- توفر الساحة والأدوات والتجهيزات الرياضية .
- وجود كادر تدريبي متخصص .
- الفريق في مرحلة الاعداد الخاص .

أما فيما يخص عينة البحث فقد تم اختيارها عشوائياً عن طريق القرعة من نفس افراد المجتمع للمركز الوطني لرعاية الموهبة الرياضية في بغداد لفئة الناشئين والبالغ عددهم (12) من مجموع المجتمع الكلي (16) إذ تم استبعاد (4) لاعبين الذين اجريت عليهم التجارب الاستطلاعية للاختبارات , اذ بلغت النسبة المؤية لمجتمع وعينة البحث (75%).

2-3- الوسائل والأدوات والأجهزة المستخدمة في البحث

- ملعب كرة طائرة قانوني
- كرات طائرة قانونية نوع (ميكاسا) يابانية المنشأ عدد (25) كرة .
- اقراص ليزرية (CD)
- حلقات بلاستيكية عدد (4) .
- حزام للثبيت.
- كرسي عدد (1) .

- كرة طبية زنة (3 كغم)
- موانع بلاستيكية صناعة محلية .
- اقمام بلاستيكية عدد (3) .
- اعمدة بلاستيكية عدد (3).
- مقياس متري
- حاوية كرات صناعة محلية عدد (1) .
- مربع تهديف حديد لغرض التدريب صناعة محلية عدد(1) بابعاد (1,5×1,5م) مثبت على عامود بارتفاع (2م) يستند على قاعدة (40سم×40سم) .
- مربع تهديف لغرض اجراء الاختبار صناعة محلية بابعاد (1,5م×1,5م) من الاسفل و (2م×2م) من الاعلى بارتفاع (210سم) من الخلف و (190سم) من الامام مثبت بداخله شبكة قطنية , مثبت على دواليب اربعة مصنوع من حديد (مربع 1انج) قابليته تحريكه الى ارتفاعات متعددة لحد (2,5م), وكما موضح في الشكل (1) .



الشكل (1) صورة توضيحية للمربع

عامود حديد بارتفاع (2,5م) مثبت على قاعدة عدد 2

• حبل بطول 10 م

• صافرة

• سلك سيار كهربائي 25متر (3×1,5ملم)

• شريط لاسق ملون للتحديد .

• جهاز قاذف كرات مصنع محليا .

وهو عبارة عن جهاز يستخدم لمساعدة المدرب في تعلم وتطوير جميع المهارات الاساسية والفنية بكرة الطائرة تم تصنيعة من قبل الباحث ب مواد متوفرة محليا واصلية باقل كلفة وتدعم الظروف الاقتصادية التي يمر بها البلد في الوقت الحالي , وتم اضافة متغيرات وتعديلات جديدة اليه نحو الاحسن تختلف وتفوق عن الجهاز الاصلي والذي استعمل بالبحوث السابقة حيث يعمل الجهاز بألية (كهربائية . ميكانيكية . اليكترونية) , وتم عرضه على خبراء الهندسة وخبراء الرياضة من اجل

معرفة صلاحيته واجراء عدة تجارب عملية ولفئات مختلفة ومنها الفرق النسوية ايضا من اجل تقنيته علميا , حيث يتم تعبئته بعدد من الكرات ويقوم بالعمل ليس يدويا . ويتم التحكم به من قبل المدرب وحسب التمرين والمهارة عبر ازرار تشغيل ومؤقت الالكتروني (فلاش تايمر) وبارتفاعات واتجاهات مختلفة وبسرع متعددة , كما في الشكل (2)



الشكل (2) (صورة توضيحية للجهاز)

- مصطبة على شكل درج ملحق بالجهاز مصنوعة من الحديد تحتوي على حاويتين من الجانب لحمل الكرات من القماش ومثبتة بدواليب (4) .
- جهاز (سبورت رادار) (SPORT RADAR) امريكي المنشأ عدد (1)

وهو جهاز لقياس السرعة (بالكيلومتر او الميل) التي تظهر على الشاشة تم استخدامه لمعرفة وتحديد سرع قذف الكرة من الجهاز وما يعادلها من درجات في لوحة صندوق الكهرباء وساعة ac (draiv) ومعرفة سرعة الكرة من قبل العينة او اي فئة اخرى من اللاعبين واعطائها ما يتناسب ويتعادل مع قدراتها كما موضح في الشكل (3) .



الشكل (3) جهاز (سبورت رادار)

- كامرة تصوير فيديو سوني عدد 1
- حاسوب الالكتروني نوع لاب توب dell



- ساعة توقيت الكترونية
- ميزان ومقياس لقياس الطول والوزن عدد 1
- حاسبة يدوية .

3-4 تحديد الاختبارات

بعد التشاور مع الاستاذ المشرف كونه احد خبراء كرة الطائرة فضلا عن ان الباحث لاجب سابق وخبير في لعبة كرة الطائرة تم الاتفاق على تحديد الاختبارين كونهما مهمين في هذه اللعبة.

3-4- الاختبارات المستخدمة في البحث

1- اختبار رمي كرة طبية زنة (3) كغم باليدين من وضع الجلوس على الكرسي (2:106)

الهدف من الاختبار: قياس القوة الانفجارية لعضلات الذراعين والكتفين.

الأجهزة والادوات: كرة طبية زنة (3) كغم، شريط قياس، كرسي مع حزام تثبيت محكم للجذع.

طريقة الاداء: يجلس المختبر على الكرسي والكرة الطبية محمولة باليدين فوق الرأس والجذع

ملاصق لحافة الكرسي، يوضع الحزام حول جذع المختبر ويمسك من الخلف بطريقة محكمة

لغرض منع المختبر من الحركة للأمام في اثناء رمي الكرة باليدين لثم عملية رمي الكرة باليدين دون

استخدام الجذع يعطي لكل مختبر ثلاث محاولات وتسجل افضلها.

التسجيل: تحسب المسافة بين الحافة الأمامية للكرسي واقرب نقطة تلمسها الكرة على الارض.

الاختبار الثاني: اختبار دقة وسرعة الاستجابة الحركية لمهارة استقبال الارسال بالكرة الطائرة (1:94)

- الغرض من الاختبار : قياس دقة وسرعة الاستجابة الحركية لاستقبال الارسال .
- الادوات المستخدمة :

ملعب كرة طائرة قانوني, (مربع تهاديف) للتدريب على الدقة مصنع محليا بابعاد (2م × 2م) من

الاعلى يرتكز على اربعة اعمدة مثبتة بقاعدة (1,5م × 1,5م) من اسفل , بارتفاع (210م) من

الخلف و(190 سم) من الامام يحتوي بداخله شبكة قطنية يبعد عن خط منتصف الملعب (50 سم)

وعن خط المنطقة الامامية (50 سم) ومن الجانبين (2م) نسبتا الى حافة وقياس المربع الاعلى

وتؤشر بواسطة شريط لاصق على الارضية , حاوية للكرات دائرية الشكل بارتفاع (75 سم)

وقطر (75 سم) توضع في وسط مربع التهاديف , كرات طائرة قانونية عدد (15 كرة) , جهاز



قاذف الكرات المصنع , شريط لاصق ملون, حبل بطول (10 م)، قائمان بارتفاع (2,20 م) , استمارة اختبار.

■ طريقة الاداء :

يقف المختبر في مركز رقم (5) وهو مواجه للشبكة , وفي الملعب المقابل يوضع جهاز قاذف الكرات في منتصف منطقة الارسال لارسال الكرات الى المختبر ليقوم باستقبالها باليدين من الاسفل وتوجيهها بحيث تمر الكرة فوق الحبل المثبت بالقائمين فوق خط الهجوم على بعد (3م) من خط المنتصف بارتفاع (2,20م) من الأرض لتسقط الى داخل مربع التهديد الموضوع بين مركزي (2, 3) , يكرر العمل نفسة في مركز (6) , (1) , يعبئ الجهاز بـ (15) كرة ويوقت تايمر الجهاز على (2 ثانية) وتوجيه الجهاز الى المنطقة المعينة وبدون تشغيل عملية الدوران بحيث تكون عملية رمي الكرات كل (2 ثا) كرة تلو الاخرى بعد الكرة الخامسة يتم تغير الاتجاه الى المنطقة الاخرى التي ينتقل اليها اللاعب وهكذا فيكون عدد الكرات الـ(15) بزمن كلي (30 ثا) .

■ الشروط :

- 1- لكل مختبر (15) محاولة (5) محاولات من داخل كل مركز من المراكز (6 و 5 و 1) , كما في الشكل (4) .
- 2- يستخدم في جميع المحاولات مهارة الاستقبال من الاسفل بالذراعين من الوقوف وهو الافضل او من الاعلى , وتترك حرية الاستقبال له.
- 3- ينتقل اللاعب من مركز الى الاخر بعد الرمية الخامسة مباشرة بدون وقت راحة بين التكرارات .
- 4- تلغى المحاولة التي يتم ضرب الكرة فيها من قبل المختبر بطريقة غير موافقة للشروط .

■ التسجيل :

يُسجل للمختبر مجموع النقاط التي يحصل عليها من المحاولات الـ(15) الممنوحة اليه مقسمة على مجموع الزمن الكلي المحدد لها .

ومن خلال قانون فيت (يعرب 2010) والذي ينص على :

مجموع نقاط الدقة

اي مجموع الدرجات التي يحصل عليها مقسمة على

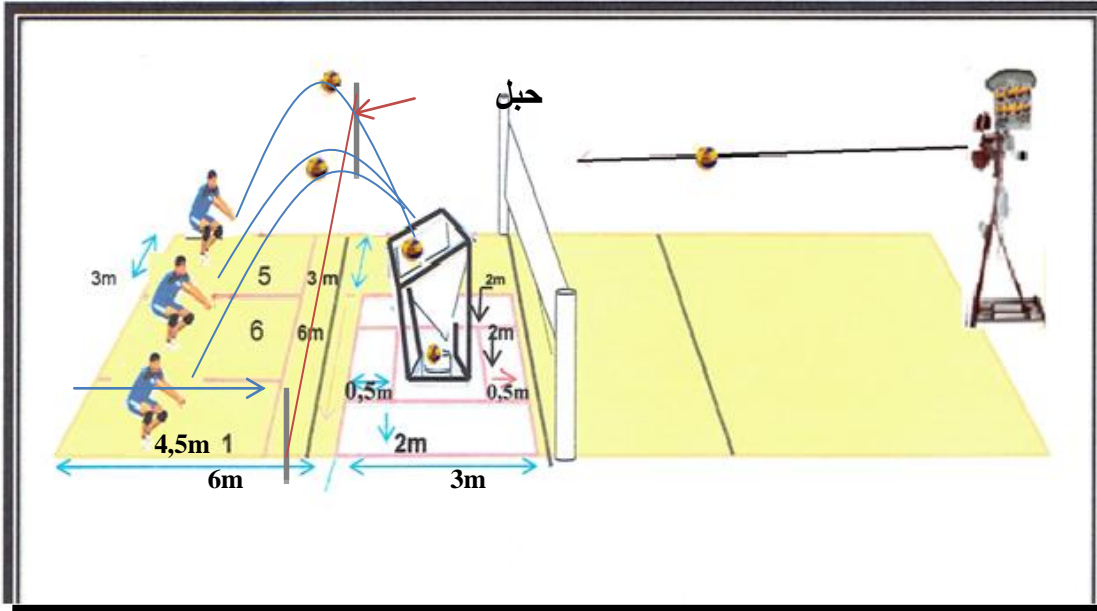
الزمن الكلي بـ(ثا)

الزمن

ويكون احتساب الدرجات وفقا لما ياتي :

- (3) درجات في حال سقوط الكرة داخل مربع التهديد او ارتطامها بحافته العليا ودخولها .
- (2) درجتان في حالة ارتطام الكرة بحافة مربع التهديد وعدم دخولها .
- (1) درجة واحدة في حالة سقوط الكرة بالمساحة الجانبية لمربع التهديد .
- (1) (صفر) فيما عدا أعلاه .

وبهذا تكون اعلى درجة للاختبار هي (45) واقل درجة هي (صفر) .



الشكل (4) اختبار دقة وسرعة الاستجابة الحركية لمهارة استقبال الارسال

ملاحظة :

هذا الاختبار تعديلا للاختبار الاصلي (اختبار دقة استقبال الارسال بالكرة الطائرة) والذي قام الباحث باجراء التعديل عليه في رسالة الماجستير وفي ما يلي التعديلات التي اجريت على الاختبار

- 1- تم استخدام الجهاز المصنع من قبل الباحث.
 - 2- استخدم قانون (فت) المعدل (ليعرب خيون 2010) في حساب الدرجة. 1993
- وبما ان قانون (فت) يجمع بين الدقة وزمن الاستجابة (سرعة التنفيذ) في معادلة واحدة حيث تم تحديد الوقت من خلال خاصية في الجهاز (تايمر) وكانت بين تكرار واخر (2ثا) مضروبا في عدد الكرات يصبح (30ثا).
- ### 3-5 التجربة الاستطلاعية.

التجربة الاستطلاعية هي " تجربة الاختبار قبل اعداده بالشكل النهائي لاكثر من مرة ومن ثم اجراء التعديلات عليه بعد كل مرة وفقا لما ترسمه النتائج التجريبية " (5:39). و بعد تهيئة اجراءات البحث والكتب الرسمية وعملية نقل الادوات والاجهزة الى موقع العمل قام الباحث باجراء التجربة الاستطلاعية الخاصة بالاختبارات المهارية المرشحة من قبل الخبراء في يوم الموافق 2016/1/15م في القاعة الخاصة بالكرة الطائرة للمركز التخصصي لرعاية الموهبة الرياضية على عينة الاستطلاع مؤلفة من (4) لاعبين ناشئين تم اختيارهم عشوائيا من مجتمع العينة غير المشاركين في تجربة البحث ,



وكان الهدف من هذه التجربة:

- 1- معرفة الصعوبات التي ستواجه الباحث والعمل على تفاديها .
- 2- معرفة الوقت المستغرق لإجراء الاختبارات .
- 3- معرفة قدرة العينة على أداء الاختبارات المختارة وملاءمتها لهم .
- 4- معرفة قدرة الفريق المساعد في استخدام الاجهزة المستخدمة في والاختبارات
- 5- التأكد من صلاحية الاجهزة والادوات المستخدمة في البحث وأماكن وضعها اثناء تنفيذ الاختبارات .
- 6- معرفة كيفية عمل جهاز قاذف الكرات وسرعته وارتفاعاته واتجاهاته المتعددة
- 7- تدريب الفريق المساعد على كتابة الدرجة في الاستمارة المصممة للاختبارات .

ومن النتائج التي تم التوصل اليها:

- 1- كفاية فريق العمل المساعد ملحق (1) ودقته في تنفيذ الاختبارات والقياسات.
- 2- ضرورة التعديل في وقت اطلاق الكرات كان من المقرر ان يكون (1ثا) بين تكرار واخر لكن اتضح لسرعة التكرارات صعوبة المتابعة , وجعل بعد ذلك (3ثا) وجد هنالك سهولة ووقت طويل للاستعداد, فأرثى الباحث وبعد اخذ رأي الخبراء ملحق (2) ان يكون (2ثا).

3-6-إجراءات البحث الميدانية

من اجل الوصول الى تحقيق أهداف البحث من جهة والوقوف على تهيئة واعداد المتغيرات الخاصة بالبحث اذ قام الباحث باجراء تجربته الرئيسية في تاريخ 2016/ 2/1 حيث قام بأجراء الاختبارات على عينة البحث وتم جمع البيانات الخاصة بالاختبارات في استمارة خاصة بجمع البيانات.

3-7-الوسائل الإحصائية

تم استخدام الوسائل الإحصائية في البرنامج الجاهز للحقيقة الإحصائية (SPSS) لمعالجة البيانات.

3- عرض وتحليل ومناقشة النتائج

3-1 عرض وتحليل النتائج

من خلال استخدام الباحثة للوسائل الإحصائية المستخدمة في الحقيبة الإحصائية (spss) ظهرت لنا النتائج الآتية لمتغيرات البحث .



جدول رقم (1)

يمثل الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لمتغيرات البحث

الاختبارات	س	ع
القوة الانفجارية	5.845	0.893
دقة وسرعة الاستجابة الحركية لاستقبال الارسال	12.365	1.429

جدول رقم (2)

يمثل معامل الارتباط (بيرسون) في القوة الانفجارية للذراعين ودقة وسرعة الاستجابة الحركية لاستقبال الارسال

الاختبارات المهارات	(ر) المحسوبة	(ر) الجدولية
دقة وسرعة الاستجابة الحركية لاستقبال الارسال	0.617	0.49

درجة الحرية = (ن - 2) تحت مستوى خطأ (5 %) .

من خلال جدول رقم (1) ظهرت لنا البيانات الآتية لمتغيرات البحث بعد استخدام الوسائل الاحصائية في الحقيبة الاحصائية (spss) وكانت الأوساط الحسابية للقوة الانفجارية (5.845) والانحراف المعياري (0.893) . ودقة وسرعة الاستجابة الحركية لاستقبال الارسال الوسط الحسابي (12.365) والانحراف المعياري (1.429) . وكان معامل الارتباط البسيط من خلال الجدول (2) بين القوة الانفجارية ودقة وسرعة الاستجابة الحركية لاستقبال الارسال هو (0.617) وعند مقارنتها مع القيمة الجدولية نلاحظ ان الارتباط معنوي وذلك لان (ر) المحسوبة اكبر من الجدولية.

4 - 2 مناقشة النتائج

يفسر ذلك الباحث الى ان دقة وسرعة الاستجابة الحركية لاستقبال الارسال هي في الذراعين حيث ان الاختبارات التي جرة على عينة البحث هي من الثبات وهذا من الطبيعي تكون نتائج البحث ايجابية .

وكذلك ان القوة الانفجارية يجب ان تكون لدى لاعبي كرة الطائرة في الذراعين في احسن حالاتهم وذلك لاستقبال الكرة في أي مكان من الملعب ويتوقف نجاح مهارة الهجوم بشكل كبير على الاستقبال الجيد والذي يترتب عليه اعداد جيد للمهاجمين لتنفيذ هجومهم بنجاح كما يؤكد "أول لمسة للفريق المستلم التي ينبغي أن تنفذ بشكل دقيق ومضبوط لكي يتبعها الهجوم الساحق" (3:40) ، وكذلك عندما يكون اللاعب متهيأاً فبالأكيد سوف يتخذ الوقفة الصحيحة بقاعدة ارتكاز مناسبة في الوقت والمكان المناسبين والثبات ليتسنى له الاستقبال الجيد وان "قاعدة الارتكاز وثبات القدمين والمسافة بينهما وكيفية التحرك من خلالهما أمور في غاية الأهمية يجب أن نهتم بالتدريب عليها حتى يتسنى لنا



استقبال أو استلام وتوجهه في منتهى الدقة" (1:185) ، وكذلك التركيز من قبل اللاعبين على الجهاز المرسل للكرات ادى الى هذه العلاقة المعنوية إذ إن " اللاعب المستقبل عليه أن يتنبأ إلى أي مكان سوف تذهب الكرة وهل ستعبر من جهته وما سرعتها وارتفاعها ومن خلال ذلك يكون قادراً على الاستقبال الجيد للكرة" (7:63) .

4 - الخاتمة

من خلال النتائج التي تم الحصول عليها استنتج الباحث ماياتي .

كان لدى لاعبي مستوى عالي من القوة الانفجارية للذراعين لاعبي المركز الوطني لرعاية الموهبة الرياضية في بغداد لفئة الناشئين . ، هناك علاقة معنوية بين القوة الانفجارية للذراعين ودقة وسرعة الاستجابة الحركية لاستقبال الارسال لاعبي المركز الوطني لرعاية الموهبة الرياضية في بغداد لفئة الناشئين بالكرة الطائرة . ، ان اللاعب كلما زادت القوة الانفجارية لديه كلما زاد دقة وسرعة الاستجابة الحركية لاستقبال الارسال عنده . وخرج الباحثون ببعض التوصيات: ضرورة الاهتمام بالصفات البدنية بشكل عام وبالقوة الانفجارية للذراعين ودقة وسرعة الاستجابة الحركية لاستقبال الارسال بشكل خاص لاعبي المركز الوطني لرعاية الموهبة الرياضية في بغداد لفئة الناشئين بالكرة الطائرة . كذلك لتحسين مستوى اداء اللاعبين في المهارات الاساسية بكرة الطائرة يراعى التشخيص والتوصيف الجيد لمطلبات الاداء التي توصلت اليها نتائج الدراسة . تعميم نتائج البحث على كافة لاعبي الناشئين في العراق بكرة الطائرة ، إجراء دراسات وبحوث مشابهة تهتم بمتغيرات البحث وعلى عينات مختلفة من الألعاب الرياضية

المصادر

- 1- ثائر رشيد حسن المطر؛ تأثير تمارين مهارية بجهاز قاذف الكرات في تنمية التوقع الحركي وتعلم المهارات الدفاعية بالكرة الطائرة للناشئين: (اطروحة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الاساسية، قسم التربية الرياضية، جامعة ديالى، 2014م).
- 2- زكي محمد حسن؛ الكرة الطائرة والاستراتيجيات والخطوط الإرشادية الحديثة، ط 1: (القاهرة، دار . الكتاب الحديث، 2011 م) .
- 3- علي سلمان عبد ؛ الاختبارات التطبيقية في التربية الرياضية ، مكتب النور ، بغداد ، 2013.
- 4- كلين هايكسن وفرانش سكاقر؛ سلسلة الاكتشاف الرياضي، ترجمة: فريق كمونة (وآخرون): (الموصل، مطبعة التعليم العالي والبحث العلمي، 1990 م).
- 5- محسن علي السعداوي و سلمان الحاج عكاب الجنابي ؛ ادوات البحث العلمي في التربية الرياضية ، ط 1 ، عمان : (مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع ، 2013) .
- 6- محمد جاسم الياسري؛ الأسس النظرية لاختبارات التربية الرياضية، ط 1: (النجف الأشرف، دار الضياء للطباعة والتصميم)، 2010.
- 7- محمد نصر الدين رضوان: طرق قياس الجهد البدني في الرياضة ، ط 1، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، سنة 1998 .
- 8- Kelth Nicholis; Modern volley ball: (London, 1987) .



ملحق رقم (1)

يبين اسماء أعضاء فريق العمل المساعد

مكان العمل	الاسم	ت
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / الجامعة المستنصرية	م.م. علاء محمد جاسم	1
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / الجامعة المستنصرية	م.م. حسن نوري	2
طالب ماجستير كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / الجامعة المستنصرية	السيد مهدي محسن الياس	3

ملحق رقم (2)

يبين اسماء السادة الخبراء

مكان العمل	الاسم	القب	ت
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / الجامعة المستنصرية	علي سلمان عبد	ا.د	1
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / الجامعة المستنصرية	حردان عزيز سلمان	م.د	2
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / الجامعة المستنصرية	غادة محمود جاسم	م.د	3
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / الجامعة المستنصرية	علي سبهان صخي	م.د	4

