

تأثير تمارين تنافسية تعليمية بوسائل مساعدة في تطوير مهارتي الضرب الساحق والدفاع عن

الملعب للكرة الطائرة للاعبين بأعمار (13-15) سنة

مصطفى خالد محمد¹ أ.م.د. علي سبهان صخي²

الجامعة المستنصرية/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة¹

الجامعة المستنصرية/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة²

(¹mustafa.2025.khaled@gmail.com ² ali.sabhan75@gmail.com)

المستخلص: يهدف البحث الى التعرف على تأثير تمارين تنافسية تعليمية بوسائل مساعدة في تطوير مهارة الضرب الساحق ومهارة الدفاع عن الملعب للكرة الطائرة للاعبين بأعمار (13-15) سنة وقد تم استخدام المنهج التجريبي وبلغ عدد افراد العينة (24) لاعب قسم الى مجموعتين ضابطة وتجريبية وقد اظهرت النتائج هناك تأثير بين التمارين التنافسية التعليمية ومهارتي الضرب الساحق والدفاع عن الملعب، وقد اوصى الباحثان بضرورة استخدام التمارين التنافسية ووسائل المساعدة لما لها من تأثير ايجابي في الزيادة من حماس اللاعبين وسرعة التعلم في الوحدة التعليمية . إذ خضعت عينة البحث للاختبارات الميدانية عمد بتسجيل اختبار القبلي والبعدي وبعد إجراء المعالجات الإحصائية وعرض النتائج وتحليلها ومناقشتها توصل الباحثان إلى ما يلي هناك وجود فروق ذات دلالة احصائية بين نتائج الاختبارات القبلي والبعدي للمهارات المبحوث وعلى وفق الاستنتاجات يوصي الباحثان بعدة توصيات منها الاخذ بالتمارين التنافسية اثناء الوحدات التعليمية والاعتماد اكثر على الاسلوب التنافسي لما له من تأثير على عملية التعلم كأحد انواع الاساليب التعليمية في لعبة الكرة الطائرة او غيرها من الالعاب الرياضية .

الكلمات المفتاحية: تمارين تنافسية تعليمية - وسائل مساعدة - مهارتي الضرب الساحق والدفاع عن الملعب - الكرة الطائرة.

1- المقدمة:

تعد لعبة الكرة الطائرة من الالعاب الجماعية التي أخذت بالانتشار سريعا وقد ساعدها في ذلك قانونها الغير معقد وسرعة اكتساب مهاراتها وممارستها لكلا الجنسين ولكافة الاعداد وعلى نوعيها الكرة طائرة صالات والشاطئية وتمتاز بكونها مشوقة لكل من اللاعب والمتفرج، والتي لها مبادئها الأساسية ومهاراتها الهجومية والدفاعية. كما وتعد التمرينات التنافسية الوسيلة المهمة التي يمكن من خلالها الربط بين مهارات الاساسية من اجل الوصول باللاعبين إلى أفضل المستويات وتوعيتهم في جميع النواحي للوصول الى افضل المستويات، وهذا لا يأتي عن طريق التشجيع فقط بل عن طريق تهيئة الظروف المناسبة للرياضي واساليب حديثه في تطوير إمكانياته وزيادة من قدراته، وقد يتم ذلك عن طريق تمرينات تعليمية ذات طابع تنافسي تحفز اللاعب على المزيد من العطاء اثناء التمرين واستعمال وسائل مساعدة يساعد في تهيئة هذه الظروف والابتعاد عما هو معتاد عليه لصفق المهارات بصورة جيدة يؤدي الى تطور إمكانياته وقدراته بما يلائم الظروف الجديدة، ومعرفة ما ينقص الرياضي ومستوى تطويره للمهارات الفنية .

مشكلة البحث:

لمواكبة التطور السريع للعبة الكرة الطائرة عالميا ولأهمية عملية التعلم ومن خلال متابعة الباحثان للتدريبات وفرق الفئات العمرية ارتأيا الى اعداد تمرينات تنافسية بوسائل مساعدة لإضفاء جو من التنافس والأثارة بين اللاعبين وحثهم على تقديم افضل ما لديهم من امكانيات اثناء الوحدة التعليمية لتطوير مهارتي الضرب الساحق والدفاع عن الملعب .

هدف البحث:

- 1- اعداد تمرينات تنافسية تعليمية باستعمال الشباك المتعددة
- 2- معرفة مدى تأثير التمرينات التنافسية على مهارتي الضرب الساحق والدفاع عن الملعب

فرض البحث

- 1- وجود فروق ذات دلالة احصائية بين نتائج الاختبارات القبليه والبعديه للمجموعة التجريبية لمهارة الضرب الساحق والدفاع عن الملعب بواسطة التمرينات التنافسية .

2- وجود فروق ذات دلالة احصائية بين نتائج الاختبارات البعديه للمجموعة الضابطة والتجريبية لمهارة الضرب الساحق والدفاع عن الملعب بواسطة التمرينات التنافسية.

مجالات البحث:

المجال البشري: لاعبي منتخب تربية بغداد الرصافة الثانية للكرة الطائرة بأعمار (13-15) سنة

المجال الزماني: للمدة من 2021/12/13 ولغاية 2022/3/7.

المجال المكاني: ملاعب المركز الوطني لرعاية الموهبة الرياضية في وزارة الشباب

2- منهجية البحث واجراءاته الميدانية:

2-1 منهج البحث: تم استخدام المنهج التجريبي ذات المجموعتين الضابطة والتجريبية وذلك لملائته وطبيعة البحث.

2-2 مجتمع البحث وعينته: حدد الباحثان مجتمع البحث باللاعبين الناشئين لتريبات بغداد الرصافة بأعمار 13-15 سنة

والبالغ عددهم 84 لاعب . وان حجم عينة البحث يتوقف على عدد من الاعتبارات مثل امكانية الباحث ودرجة التباين وتجانس وحدات مجتمع البحث وقام الباحثان باختيار (28) من مجتمع البحث كعينة أي ان نسبة عينة البحث بالنسبة لمجتمع البحث 33.33% إذ تم استبعاد 4 لاعبين لأجراء التجربة الاستطلاعية ليكون عدد افراد عينة البحث (24) لاعب تم تقسيمهم الى مجموعتين (تجريبية وضابطة) بطريقه عشوائية (القرعة) وبعدد (12) لاعب عينة تجريبية و(12) لاعب عينة ضابطة وقد اجري الباحث تجانس وتكافؤ للعينة كما موضح في الجدول (1) والجدول (2) .

الجدول (1) يبين تجانس العينة بمؤشرات النمو

| المتغيرات | وحدة القياس | الوسط الحسابي | الوسط الوسيط | الانحراف المعياري | معامل الالتواء |
|----------------|-------------|---------------|--------------|-------------------|----------------|
| العمر | سنة | 14.04 | 14.00 | 0.75 | 0.07 |
| الكتلة | كغم | 67.70 | 68.50 | 4.35 | 0.55 |
| الطول | سم | 166.37 | 166.00 | 5.85 | 0.19 |
| العمر التدريبي | شهر | 16.25 | 18.00 | 5.44 | 0.11 |

الجدول (2) يبين تكافؤ العينة بمتغيرات البحث

| المتغيرات | وحدة القياس | الضابطة | | التجريبية | | قيمة (t) | نسبة الخطأ | الدلالة |
|------------------|-------------|---------|------|-----------|------|----------|------------|---------|
| | | ع | س | ع | س | | | |
| ضرب الساحق | درجة | 18.00 | 2.25 | 18.33 | 2.53 | 0.76 | 0.73 | عشوائي |
| الدفاع عن الملعب | درجة | 10.66 | 2.14 | 10.25 | 1.81 | 0.51 | 0.61 | عشوائي |

بمستوى دلالة (0.05) بدرجة حرية ن-2

الدرجة العظمى الكلية

(40) درجة .

ملاحظة: يجب أن يكون الأعداد جيدة و بخلافه تعاد المحاولة .

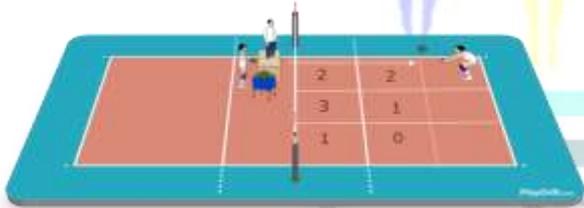
الاختبار الثاني: قياس الدقة لمهارة الدفاع عن الملعب من المناطق الخلفية (8:42):

الهدف من الاختبار: قياس الدقة المهارة الدفاع عن الملعب .

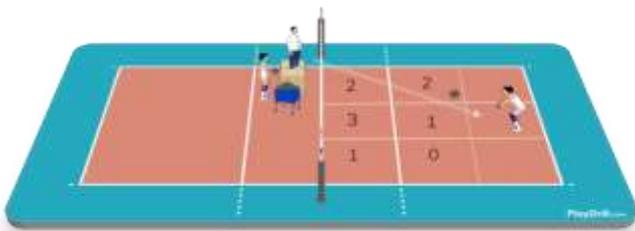
الأدوات المستخدمة: ملعب كرة طائرة قانوني ،كرات طائرة قانونية عدد (5)، شريط لاصق ملون لتقسيم الملعب كما في الشكل (2-3-4).

مواصفات الأداء: يقف اللاعب جاهزة للدفاع ضد الكرات المضروبة ضربة ساحقة في المركز (1) ويقف المدرب في الملعب المقابل على منضدة لأداء الضرب الساحق نحو المنطقة الخلفية فيقوم اللاعب بأداء الدفاع كيفما يتطلب الوضع.

شروط الأداء: يعطى لكل لاعب (3) محاولات لكل منطقة (1)، (6، 5) بحيث تكون الدرجة العظمى (27) درجة. أما في حالة خروج الكرة المدافعة إلى الخارج فيعطى (صفر) للمحاولة .
التسجيل: يعطى اللاعب درجة المنطقة التي تسقط بها الكرة .



الشكل (2) يوضح اختبارات الدقة لمهارة الدفاع عن الملعب من المناطق الخلفية (مركز رقم 1)



الشكل (3) يوضح اختبارات الدقة لمهارة الدفاع عن الملعب من المناطق الخلفية (مركز رقم 6)

2-3 الاجهزة والادوات المستخدمة: (كرة طائرة قانونية

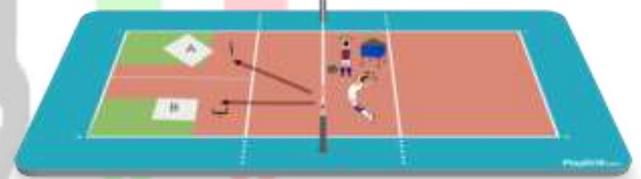
عدد 20 نوع (MIKASA)، ملعب كرة طائرة قانوني، صافرة عدد 2 (fox)، شريط لاصق، شباك طائرة قانونية عدد 2، قائم لتثبيت الشباك المتعددة عدد 4، جهاز حاسوب محمول عددا 1 نوع (Dell)، كاميرا تصوير ديجتال عددا 1 نوع (Sony)).

2-4 الاختبارات المستخدمة في البحث:

الاختبار الاول: قياس الدقة لمهارة الضرب الساحق في الكرة الطائرة (7:200).

الهدف من الاختبار: قياس الدقة لمهارة الضرب الساحق بالكرة الطائرة.

الأدوات المستخدمة: ملعب كرة طائرة قانوني، كرات طائرة قانونية عدد (5)، شريط ملون لتقسيم الملعب، كما في الشكل (1).



الشكل (1) يوضح اختبار الدقة لمهارة الضرب الساحق

مواصفات الأداء: يقوم اللاعب المختبر بأداء الضرب الساحق من مركز رقم (4) بحيث يقوم المدرب بأعداد الكرات له من مركز (3) ويقوم اللاعب بأداء المهارة .

شروط الأداء:

لكل لاعب (5) محاولات على المنطقة (A).

لكل لاعب (5) محاولات على المنطقة (B).

التسجيل:

(4) درجات لكل محاولة وكل محاولة تسقط فيها الكرة على المنطقة (A) (B).

(3) درجات لكل محاولة تسقط فيها الكرة على المنطقة الملونة

(2) درجات لكل محاولة تسقط فيها الكرة على المنطقة (أ) أو

(ب)

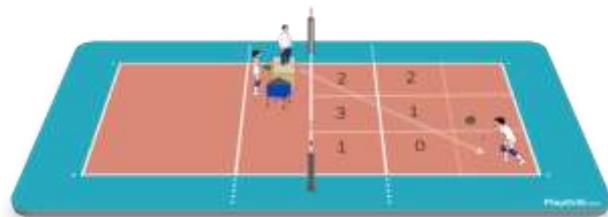
(صفر) لكل محاولة تسقط الكرة فيها خارج الملعب

الدرجة العظمى: لكل منطقة هي (20) درجة بحيث تكون

عددها حسب المنهاج التعليمي (24) وحدة تعليمية موزعة على (8) أسابيع ويواقع (3) وحدات تعليمية في الأسبوع (السبت، الاثنين، الأربعاء) وبدأ تطبيق التمرينات لعينة البحث التجريبية والمتمثلة بلاعبين منتخب تربية الرصافة الثانية متوسط بنين بالكرة الطائرة المتراوح اعمارهم بين (13-15) سنة، وذلك في يوم الاربعاء الموافق 2021/12/22 الساعة 3 عصراً . إذ بلغ القسم الرئيس من الوحدة التعليمية (90) دقيقة وكان عمل الباحثان يقتصر على زمن قدره (30-35) دقيقة من زمن القسم الرئيسي اجراها على المجموعة التجريبية وترك المجموعة الضابطة للمدرب وبذلك يكون مجمل الوقت (30-35) لتطبيق المنهج والذي يتماشى مع الخطة والمنهج الموضوع من قبل المدرب، إذ تضمنت الوحدة التعليمية استخدام التمرينات الموضوعه من قبل الباحثان وتطبيق التمرينات التنافسية على الشباك المتعددة إذ استخدم الباحثان في بداية الوحدات التعليمية التمرينات الموضوعه لتطوير مهارة الضرب الساحق ومهارة الدفاع عن الملعب ثم الدمج بين هذه المهارات بتمرينات مركبة لأكثر من مهارة وفي القسم النهائي من الوحدة التعليمية استخدم الباحث التمرينات التنافسية باستخدام الوسائل المساعدة (الشباك المتعددة) لإضفاء الحماس والتشويق وزيادة السرعة في عملية التعلم و راعى الباحث التدرج في اعطاء التمرينات من السهل الى الصعب .

2-8 الاختبارات البعيدة: تم إجراء الاختبارات البعيدة وذلك بعد الانتهاء من التجربة الرئيسة والانتهاء من تطبيق التمرينات الخاصة بعينة البحث في يوم الاثنين مصادف 2022/3/7 وبعد ان تمت تهيئة جميع الظروف المشابهة من حيث الأدوات والمكان والزمان للاختبار القبلي لعينة البحث للمجموعتين التجريبية والضابطة للتعرف على أثر التمرينات التنافسية التعليمية بوسائل المساعدة المستخدمة وعلى قاعة المدرسة التخصصية بالكرة الطائرة في وزارة الشباب والرياضة .

2-9 الوسائل الاحصائية: استخدم الباحثان الوسائل الاحصائية للعلوم الاجتماعية (spss) وذلك لاستخراج النتائج الاحصائية: (النسبة المئوية، الوسط الحسابي، الوسيط، الانحراف المعياري) .



الشكل (4) يوضح اختبارات الدقة لمهارة الدفاع عن الملعب من المناطق الخلفية (مركز رقم 5)

2-5 التجربة الاستطلاعية: تم إجراء التجربة الاستطلاعية على مجموعة من اللاعبين والبالغ عددهم (4) ومن المستبعدين من التجربة الرئيسة الساعة (3عصرا) في يوم الاثنين الموافق 2021/12/13، إذ تم تطبيق الاختبارات المستخدمة في البحث ومن ثم التهيؤ لتنفيذ بعض التمرينات المستخدمة في المنهج التعليمي . وكان الهدف من هذه التجربة

1- معرفة فاعلية الأدوات المساعدة وملائمتها مع العينة

2- التعرف على الوقت المستغرق لأجراء الاختبارات

3- قدرة العينة على الأداء الاختبارات لتتناسب مع امكانية اللاعبين . واما المرحلة الثانية من التجربة الاستطلاعية كانت في يوم السبت 2021/12/18 اختصت بالتمرينات وعلى نفس اللاعبين في التجربة الأولى والبالغ عددهم (4) والهدف من هذه التجربة:

1- التعرف على صعوبة وملائمة التمرينات.

2- التعرف على جميع المعوقات التي قد تواجه العينة عند التطبيق.

3- التأكد من زمن التنفيذ للتمرينات في الوحدات التعليمية والوقوف على المشكلات التي قد ترافق تطبيق التمرينات التعليمية أو تنفيذ الاختبارات.

2-6 الاختبارات القبلية: تم إجراء الاختبارات القبلية على عينة البحث التجريبية والضابطة قبل البدء بتنفيذ التمرينات على قاعة ملعب المدرسة التخصصية بالكرة الطائرة وبعد تحضير الأدوات الخاصة بالاختبارات وذلك في يوم الاثنين الموافق 2019/12/20 الساعة 3 عصراً .

2-7 الإجراءات الميدانية (التجربة الرئيسة): تم تطبيق مفردات التجربة الرئيسة بعد توزيع الوحدات التعليمية إذ بلغ

3- عرض وتحليل النتائج ومناقشتها:

بعد ان تم اجراء الاختبارات القبلية والبعديّة على العينة قام الباحثان بتحليل النتائج ومناقشتها ومعالجتها احصائياً للتوصل الى تحقيق الهدف من البحث وفرضياته .

3-1 عرض وتحليل نتائج الاختبارات لمهارة الضرب الساحق ومهارة الدفاع عن الملعب القبلية والبعديّة

للمجموعة الضابطة ومناقشتها:

الجدول (3) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحتسبة ونسبة الخطأ والدلالة المعنوية لمتغيرات البحث للمجموعة الضابطة

| المتغير | وحدة القياس | القبلي | | البعدي | | ف | ع ف | قيمة (t) المحسوبة | نسبة الخطأ | الدلالة |
|------------------|-------------|--------|------|--------|------|------|------|-------------------|------------|---------|
| | | ع | س | ع | س | | | | | |
| مهارة الإعداد | درجة | 11.25 | 2.30 | 12.33 | 2.18 | 1.08 | 0.51 | 7.28 | 0.00 | دال |
| الدفاع عن الملعب | درجة | 10.66 | 2.14 | 11.58 | 2.02 | 0.91 | 0.28 | 11.00 | 0.00 | دال |

بمستوى دلالة (0.05) بدرجة حرية ن-1



الشكل (5) يوضح نتائج الاختبارات لمهارة الضرب الساحق ومهارة الدفاع عن الملعب القبلية والبعديّة للمجموعة الضابطة .

من خلال النتائج الإحصائية التي تم التوصل إليها تمت مناقشة النتائج اذ تبين من الجدول (3) وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية لنتائج الاختبارات القبلية والبعديّة بنسبة بسيطة لكل من المهارات المبجوة ومهارة الضرب الساحق ومهارة الدفاع عن الملعب، ويعزو الباحثان السبب في ذلك الى المنهج المتبع من قبل المدرب وان كان هناك وفي فترات متباعدة تمارينات ذات طابع تنافسي في الوحدات التعليمية التي اجريت على المجموعة الضابطة ففقتصر على الاسلوب المعتاد والروتيني للاعبين وايضا ايقاع التمارينات تكون على وتيرة واحدة أدت الى اتخاذ اللاعبين نمطا واحدا أدى الى قلة تطورهم والذي كان واضحا من خلال الاختبارات القبلية والبعديّة وايضا عدم استخدام الوسائل المساعدة والتعليمية إذ يتفق الباحثان مع (افتخار

السامرائي) بأن " الوسائل التعليمية تعمل على نقل المعلومات النظرية والمهارات العملية للمتعم وتوضيحها بغية الوصول الى الهدف باقل جهد واسرع وقت " (1:153).

3-2 عرض وتحليل نتائج الاختبارات لمهارة الضرب الساحق ومهارة الدفاع عن الملعب القبلية والبعديّة للمجموعة التجريبية ومناقشتها:

الجدول (4) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحتسبة ونسبة الخطأ والدلالة المعنوية لمتغيرات البحث للمجموعة التجريبية

| المتغير | وحدة القياس | القبلي | | البعدي | | ف | ع ف | قيمة (t) المحسوبة | نسبة الخطأ | الدلالة |
|------------------|-------------|--------|------|--------|------|------|------|-------------------|------------|---------|
| | | ع | س | ع | س | | | | | |
| ضرب الساحق | درجة | 18.33 | 2.53 | 21.25 | 1.81 | 2.91 | 1.24 | 8.14 | 0.00 | دال |
| الدفاع عن الملعب | درجة | 10.25 | 1.81 | 13.58 | 1.97 | 3.33 | 0.77 | 14.83 | 0.00 | دال |

بمستوى دلالة (0.05) بدرجة حرية ن-1



الشكل (6) يبين نتائج الاختبارات لمهارة الضرب الساحق ومهارة الدفاع عن الملعب القبلية والبعديّة للمجموعة التجريبية .

من خلال الاطلاع على الجدول (4) نلاحظ معنوية الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي لمهارة الضرب الساحق والدفاع عن الملعب ولصالح الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية.

إذ يعزو الباحثان هذا الفرق الى التنوع في التمارينات في الوحدة التعليمية وتأثير الوسائل المساعدة الشباك المتعددة التي استعملت لهذا الغرض وهذا ما أكده (خليل ابراهيم، 2013)، إذ ان ما " يستخدمه المتعلم من أجهزة ومواد لتسهيل وإكمال إجراءات التعلم يجعله أكثر تشويقاً وإثارة وتحويل الخبرات التي يمر بها المتعلم إلى خبرات حية وهادفة وباقتصاد في الوقت والجهد والكلفة وصولاً الى مستوى تعلم أفضل " (4:184)، ويرى (ضياء الخياط ونوفل محمد، 2001) " أن المبادئ الاساسية المهمة والواجب مراعاتها خلال العملية التعليمية هي توافر الادوات ووسائل المساعدة التي تعمل على سرعة التعلم من خلال الشعور بالقدرة والثقة بالنفس وفي تنمية وتطوير الأداء من

اللاعبين واتسمت التمرينات بزياده في التكرار حتى تزيد قدرته على اتقانه للمهارة وهذا ما أكده (قاسم لزام وآخرون، 2005) إن الغاية من التعليم هي إحداث تغيرات وتطوير في كيان المتعلم، والتعلم يتضمن نشاطاً من المعلم الذي يعمل على استثارة دوافع المتعلم للتعلم وتكوين الميول والرغبات من خلال استعمال بعض الوسائل المساعدة التي تقوده إلى التطور الصحيح للمهارة امكانية أدائها " (36:6). وأيضاً باستخدام الوسائل المساعدة مع المجموعة التجريبية زاد من عنصر التشويق والحماس وقللت من الملل وزادت من استثارة وتشويق وانتباه افراد المجموعة وهذا ما أشار اليه (خطاييه) " ان الوسائل التعليمية تعمل على زيادة فاعلية التعلم لدى المتعلم وتكسبه الكثير من المعرفة والمهارات وخصوصاً في التمرينات التنافسية مما أدى الى التطور الحاصل للمجموعة التجريبية لمهارة الضرب الساحق ومهارة الدفاع عن الملعب " (97:2).

4-الخاتمة:

من خلال النتائج التي توصل اليها الباحثان من خلال التجربة الميدانية على افراد العينة (المجموعة التجريبية) ومن خلال استخدام الوسائل الاحصائية وعرضها وتحليل النتائج توصل الباحث الى الاستنتاجات الآتية:

1-التمرينات المستخدمة للمجموعة التجريبية ساعدت في تطوير مهارة الضرب الساحق ومهارة الدفاع عن الملعب لدى اللاعبين .

2-من خلال نتائج الاختبارات البعدية للمجموعة التجريبية في متغيرات البحث تبين أن التعلم وتكرار التمرينات التنافسية أفضل من التمرينات ذات الاسلوب التقليدي في تطوير مهارة الضرب الساحق ومهارة الدفاع عن الملعب بالكرة الطائرة .

3-التدرج في استخدام التمرينات على وفق صعوبتها من السهل الى الصعب ساهم في تطوير المهارات المبحوثة .

التوصيات

1-يوصي الباحثان المدرسين باستخدام الاساليب التعليمية المتنوعة والمختلفة لما لها من تأثير ايجابي على سرعة التعلم واتقان المهارات .

2-يوصي الباحثان باستخدام التمرينات التنافسية لما لها من

الناحية الحركية والمهارية، فضلاً عن التشويق المصاحب من خلال الأداء مع وجود أداة مساعدة لها تأثيرها الايجابي والفعال لتطوير هذه المهارات الاساسية " (436:5)، إذ تعمل وسائل المساعدة على تطوير قدرات اللاعبين سواء البدنية أو الحركية أو المهارية حيث توسع من أدراكهم الحسي والحركي والمعرفي وزيادة تركيز انتباههم وهذا ما أكده (بلال خلف 2011) " أن وسائل المساعدة تعمل على تنمية مهارات المتدربين وتتبع مصادر المعرفة لديهم وتساهم وسائل المساعدة في زيادة المعرفة الإدراكية عند اللاعب وتزيد من انتباهه وتصوره الذهني كما وتساهم في زيادة قدرة اللاعب على اخذ ردود افعال ايجابية (194:3).

3-3 عرض وتحليل نتائج الاختبارات لمهارة الضرب

الساحق ومهارة الدفاع عن الملعب البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة ومناقشتها:

الجدول (5) يبين الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة

| المتغير | وحدة القياس | الضابطة | | التجريبية | | قيمة (t) | نسبة الخطأ | الدلالة |
|------------------|-------------|---------|------|-----------|------|----------|------------|---------|
| | | س | ع± | س | ع± | | | |
| الضرب الساحق | درجة | 19.08 | 2.67 | 21.25 | 1.81 | 2.32 | 0.03 | دال |
| الدفاع عن الملعب | درجة | 11.58 | 2.02 | 13.58 | 1.97 | 2.45 | 0.02 | دال |

بمستوى دلالة (0.05) بدرجة حرية ن-2

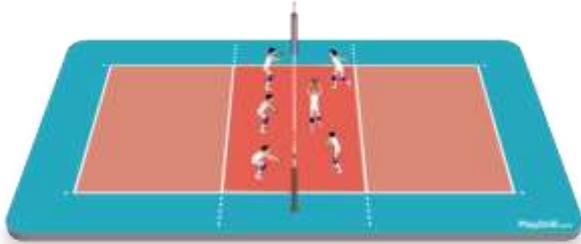


الشكل (7) يوضح نتائج الاختبارات لمهارة الضرب الساحق ومهارة الدفاع عن الملعب البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة .

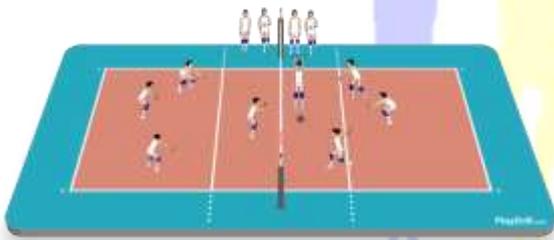
يتبين من النتائج المعروضة في الجدول (5) ان هناك تأثيراً معنوياً في الاختبارات البعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح المجموعة التجريبية، ويعزو الباحثان سبب تفوق المجموعة التجريبية الى التمرينات المستخدمة والتي اثبتت فاعليتها في تطوير مهارة الضرب الساحق ومهارة الدفاع عن الملعب كما ان التمرينات ركزت على التنوع والتكرار وتطبيقها على وسائل المساعدة (الشباك المتعددة) انعكست على أداء

ملحق (2) يوضح التمرينات التنافسية

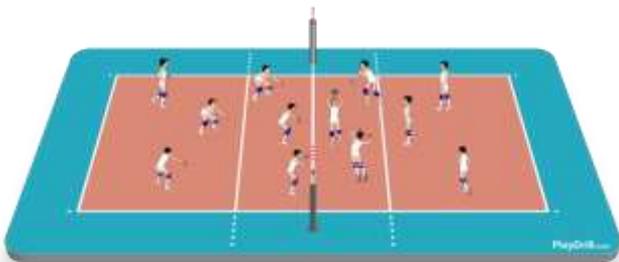
1-تمرين تنافسي ب(6) لاعبين مقسمين الى فريقين كل فريق مكون من لاعبين ومعد يبدأ التمرين بلعب الكرة من احد الفريقين والتنافس على اسقاط الكرة في المنطقة الامامية .



2-تمرين تنافسي ب (12) لاعب مقسمين الى فريقين كل فريق مكون من ست لاعبين يبدأ التمرين بلعب الكرة من احد الفريقين والتنافس على اسقاط الكرة في المنطقة الامامية او الخلفية حسب الفراغ في الملعب .



3-تمرين تنافسي يقسم (12) لاعب الى ثلاث فرق من ثلاث لاعبين ورافع يتنافسون في ما بينهم على اخذ ثلاث نقاط متتاليه يلعب فريقان منهم الفريق الفائز يبقى في الملعب الخاسر يخرج من الملعب وينتظر دوره .



4-تمرين تنافسي بالشباك المتعددة يقسم الملعب الى نصفين إذ يتوسط الملعب شبكة طائره تقسمه الى نصفين ليصبح بشكل علامة (+) ب (4) لاعبين مقسمين كل لاعب في ملعب محدد

اهمية في تشويق وتحفيز اللاعب على الاداء بأقصى جهده واطهار إمكانياته وبالتالي تطوير المهارات الاساسية للعبة.
3-اجراء دراسات وبحوث اخرى عن استخدام التمرينات التنافسي على فئات عمرية اخرى ولمهارات الكره الطائره الاخرى والالعب الجماعية الاخرى .

المصادر :

- [1] افتخار احمد السامرائي؛ تطور مستوى الاداء الحركي اثناء عملية تعاليم سباحة الصدر للبنات؛ (اطروحة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، 1984).
- [2] اكرم زكي خطايه؛ المناهج المعاصرة في التربية الرياضية، ط1: (القاهرة، دار الفكر العربي للنشر والتوزيع، 1997).
- [3] بلال خلف السكرانة؛ اتجاهات حديثة في التدريب؛ (عمان، دار الميسرة للنشر والتوزيع، 2011).
- [4] خليل ابراهيم سليمان الحديثي؛ التعلم الحركي؛ بغداد، دار الكتب والوثائق، 2013 .
- [5] ضياء الخياط ونوفل محمد الحياي؛ كرة اليد، ط1: (الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر، 2001).
- [6] قاسم لزام وآخرون؛ أسس التعلم والتعلم وتطبيقاته في كرة القدم؛ (بغداد، 2005).
- [7] علي سلمان الطرفي؛ الاختبارات التطبيقية في التربية الرياضية، ط1: (بغداد، مكتب النور، 2013).
- [8] علي سلمان الطرفي؛ الاختبارات المهارية لألعاب الكرة الفرعية، ط1: (بغداد، مكتب النبراس، 2016).

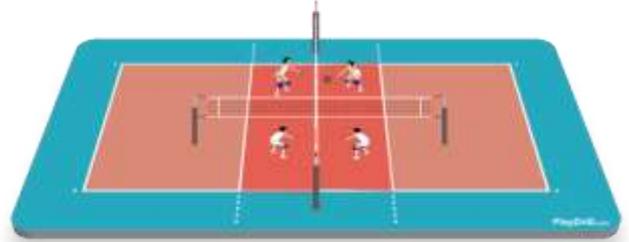
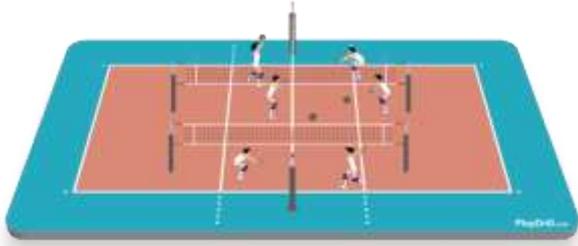
الملاحق

الملحق (1) يوضح الشباك المتعددة



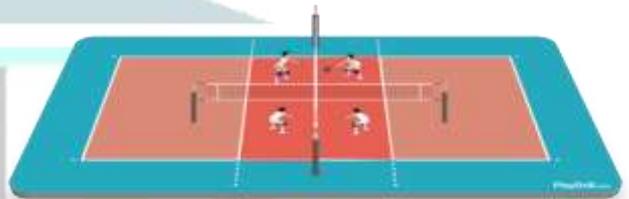
في ملعب الخصم .

ويبدأ اللعب بتمرير الكرة ويتنافس اللاعبون فيما بينهم لأسقاط الكرة في المنطقة الامامية .



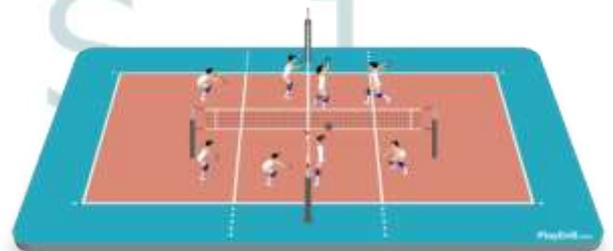
8-تمرين تنافسي بتقسيم الملعب الى ثلاث اقسام يقسم الملعب بشبكتي طائرة ليصبح بشكل علامة (#) بـ (6) لاعبين كل لاعب في ملعبه المحدد وبكرة واحدة يبدأ التمرين التنافسي بأعداد الكرة من احد اللاعبين ويتنافس اللاعبون جميعا على ابعاد الكرة من ملعبه بالإسقاط في اي ملعب سواء مقابل له او مجاور .

5-نفس التمرين السابق ولكن يحق للاعب قبل إرسال الكرة لملاعب الخصم لمس الكرة ثلاث لمسات متتالية قبل التداول .



6-تمرين تنافسي بتقسيم الملعب الى نصفين ليصبح على شكل علامة (+) بـ (8) لاعبين مقسمين الى اربع فرق كل فريق مكون من لاعبين اثنين يتنافس كل فريق مع الفريق المقابل له بأسقاط الكرة في المنطقة الامامية او الخلفية حسب الفراغ في الملعب ويبدأ التمرين بأعداد الكرة للزميل .

I . S . S . J



7-تمرين تنافسي بتقسيم الملعب الى ثلاث اقسام يقسم الملعب بشبكتي طائره ليصبح بشكل علامة (#) بـ (6) لاعبين كل لاعب في ملعبه المحدد بثلاث كرات يتم لعب الكرة والتنافس بين كل لاعب مقابل لاعب في الشبكة الاساسية للملعب ويكون التداول بعد ثلاث لمسات لكل لاعب والتنافس على اسقاط الكرة