



ISSN: 1658-8452

## تأثير تمرينات خاصة وفق المسار الحركي للذراعين لتطوير الأداء الفني لمهارة الإرسال من الأسفل بالكرة الطائرة للطالبات

م.د سلمان داود طعيمه  $^1$  م.م جمانه غازي سلمان  $^1$  المديرية العامة للتربية في ميسان  $^1$  salmandawd125@gmail.com)

المستخلص: تكمن مشكلة البحث إذ وجد الباحثان ان القائمين على العملية التعليمية والتدريبية يعملون على المحافظة على الأداء والقدرة على استقبال المعلومات بدنيا وان تكرار تمارين المهارات الأساسية يزيد من تعلمها وتطورها في مرحلة اكتساب التعلم لغرض تحسين وتسريع عملية التعلم والوصول الى مرحلة الأداء الناجح، فضلا عن إبقاء الخطط والمناهج التعليمية دون مواكبة التطور وعدم الاهتمام الى تطوير المسار الحركي للأداء الفني دون ان توثر على الإجهاد إثناء التعلم وبنفس الأهمية الى القدرات البدنية بل تعد مساعدة ومسرعة في إثقان التعلم وتحقيق الهدف التعليمي ومن اجل الارتقاء بعملية التعلم وقد هدف البحث الى:

1-إعداد تمرينات خاصة للذراعين وفق المسار الحركي لمهارة الإرسال بالكرة الطائرة. 2-التعرف على تأثير التمرينات الخاصة للذراعين وفق المسار الحركي لمهارة الإرسال بالكرة الطائرة.

إما إجراءات البحث فقد استخدم الباحثان المنهج التجريبي لملائمته لطبيعة المشكلة، فضلا عن تضمن وصفا لعينة البحث إذ قام الباحثان بتقسيم العينة الى مجموعتين تجريبية وضابطة بطريقة عشوائية عن طريق القرعة وتم تطبيق المنهج الذي أعده الباحثان على المجموعة التجريبية وإبقاء المجموعة الضابطة على المنهج المتبع التقليدي من قبل المدرس وفي ضوء النتائج والأهداف توصل الباحثان الى الاستنتاجات التالية: أثرت التمرينات بشكل ايجابي وواضح في تطوير الأداء الفني المهارات الأساسية بالكرة الطائرة لدى المجموعة التجريبية وحققت التمرينات التعليمية المقترحة في المنهج تحسن واضح لدى المجموعة التجريبية.

الكلمات المفتاحية: تمرينات خاصة - الأداء الفني - الكرة الطائرة .

WWW.ISSJKSA.COM ISSN: 1658- 8452 Paper ID: 5

# I.S.S.J

### The International Sports Science Journal vol. 3, issue 3, March 2021

ISSN: 1658-8452

#### 1 -المقدمة:

الفكرة الأساسية في التدريب تعتمد على استعداد الفرد، وتقبله ومقدار الوقت الذي يحتاجه المتعلم لغرض التدريب إذ ان المتعلم هو محور العملية التدريبية وتتمية قدراته وقابليته البدنية والمهارية هي الغاية الأساسية في هذه العملية التي تتطلب اهتمام الشامل والدقيق في توافر مواقف تعليمية وتدريبية متتوعة تخدم عمليه التدريب وتوافر فرصه تحقيق الأداء الأمثل في المهارات الرياضية المختلفة التي تعكس قدره المتعلم على فهم أجزاء المهارة او الحركة ومكوناته وحسب ظروف اللعب وقابليته في تتمية وتعلم مهارات الكرة الطائرة، لذا جاء العلم لتسريع عمليه التعلم وتطوير الأداء من خلال العملية التعليمية التدريبية الحديثة التي لا تقف عند مستوى معين وهنالك طرائق وأساليب لتعلم وتدريب المهارات الحركية يتباين فيها نسب النجاح من مستوى الى أخر لكن ما زالت تستخدم لذلك يسعى الباحثان من فتره الى أخرى أيجاد أساليب وطرق جديدة تقدم تطور الواجب الحركي في جميع الفعاليات الرياضية بما يتناسب مع الفئة العمرية سواء كانت هذه الفعاليات فرقيه او فرديه و نحتاج في هذه الأساليب الجديدة الى الربط بين العمليات البدنية والمهارية للتوظيف في جانب الأداء المهاري بالشكل المطلوب.

ان لعبة الكرة الطائرة انتشرت بشكل واسع في العالم وتطوره بشكل سريع في العقدين الأخيرين وهي في تطور دائم في مستوى الأداء المهاري ومن هنا تكمن أهمية البحث من خلال منهج تمرينات خاصة للذراعين وفق آلية المسار الحركي للاعبات ومعرفة تأثيره في تطوير الأداء الفني لمهارة الإرسال من الأسفل بالكرة الطائرة وبالتالي تصب في مصلحة تحقيق الهدف لتعلم المهارات الأساسية بالكرة الطائرة ضمن درس التربية الرياضية المدرسية.

#### مشكلة البحث:

الهدف من عملية التعلم الوصول بالمتعلم الى أداء المهارة المراد تعلمها بالشكل المطلوب وان الكثير من القائمين على العملية التعليمية يكون تركيزهم على المحافظة للأداء والقدرة على استقبال المعلومات من خلال الأداء العملي للمهارة وان تكرار تمارين المهارات الأساسية يزيد من تعلمها وتطورها في مرحلة اكتساب التعلم لغرض تحسين وتسريع عملية التعلم والوصول

الى مرحلة الأداء الناجح، وكذلك إبقاء الخطط والمناهج التعليمية دون مواكبة التطور وعدم الاهتمام الى تطوير وتتمية العمليات العقلية دون ان توثر على الإجهاد إثناء التعلم وبنفس الأهمية الى القدرات البدنية بل تعد مساعدة ومسرعة في إتقان التعلم وتحقيق الهدف التعليمي .

لذا ارتأى الباحثان وضع تمرينات خاصة وفق المسار الحركي لتطوير الأداء الفني والتي يشار إليها إحدى عناصر القدرات البدنية ومن خلالها توثر في تتمية تطوير الأداء الفني الذي تخدم تعلم المهارات الأساسية بالكرة الطائرة.

#### أهداف البحث:

1-أعداد تمرينات خاصة للذراعين وفق المسار الحركي لمهارة الإرسال بالكرة الطائرة.

2-التعرف على تأثير التمرينات الخاصة وفق المسار الحركي للذراعين في تطوير الأداء الفني لمهارة الإرسال من الأسفل بالكرة الطائرة.

#### فرو<mark>ض البحث</mark>:

1-توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبارين (القبلي والبعدي) للمجموعتين في مهارة الإرسال من الأسفل لإفراد عينة البحث.

2-توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار (البعدي) لتطوير الأداء الفنى للإرسال من الأسفل بالكرة الطائرة.

#### مجالات البحث:

المجال البشري: طالبات الصف الثاني متوسط في متوسطة الأصالة للطالبات التابعة لتربية الرصافة الثانية للعام الدراسي (2020/2019).

المجال الزماني: 2020/2/19-2019/12/18

المجال المكاني: ملعب متوسطة الأصالة للطالبات التابعة لتربية الرصافة الثانية/محافظة بغداد .

## 2-منهج البحث وإجراءاته الميدانية:

1-2 منهج البحث: ان طبيعة المشكلة تلزم الباحثان اختيار المنهج الملائم لها لتحقيق أهداف البحث، والتحقق من صحة فرضيته، إذ استخدم الباحثان المنهج التجريبي ذا المجموعتين



ISSN: 1658-8452

التجريبية والضابطة ذات الاختبارين القبلي والبعدي وذلك لملاءمته وانسجامه لطبيعة المشكلة المتعلقة بالبحث .

2-2 مجتمع البحث وعينته: اختار الباحثان بطريقة عمدية مجتمع البحث الذي تمثل بطالبات الصف الثاني متوسط في متوسطة الأصالة للطالبات التابعة لتربية الرصافة الثانية للعام الدراسي (2020/2019) لكون لعبة كرة الطائرة من ضمن مقررات المنهج إليهم والبالغ عددهم (60) طالبة لتمثل مجتمع الأصل أما عينة البحث " فهي الجزء الذي يمثل مجتمع الأصل وتمثل دراسة جزء معين أو نسبة معينة من أفراد المجتمع الأصلي للبحث ثم ينتهي ذلك بتعميم النتائج على المجتمع كله "(42:4) فقد تكونت العينة من شعبتي (أ، ب) تم اختيارهم بالطريقة العشوائية عن طريق إجراء القرعة والبالغ عددها (100) طالبة، وتم توزيعهم عن طريق القرعة الى مجموعتين (تجريبية وضابطة)، بعد ان تم استبعاد عدد من الطالبات لعدم ومثلت النسبة (40) طالبات،

1-2-2 تجانس وتكافئ مجاميع البحث: من أجل تجنب العوامل التي ربما تؤثر في نتائج التجربة، ولتحديد خط شروع واحد لعينة البحث، وإرجاع الفروق الى العامل التجريبي، إذ " ينبغي على الباحث تكوين مجموعة متكافئة على الأقل فيما يتعلق في المتغيرات التي لها علاقة بالبحث "(47:3).

# 2- 2-1-1 التجانس في متغيرات (العمر والطول والكتلة):

قام الباحثان بإجراء التجانس لعينة البحث في المتغيرات التي قد يكون لها تأثير في نتائج البحث وهذه المتغيرات تشمل (العمر، الكتلة، الطول) عن طريق استخدام قانون معامل الالتواء، والجدول (1) يبين ذلك:

الجدول (1) يبين تجانس عينة البحث في متغيرات (العمر والكتلة والطول).

معامل	الانحراف	الوسيط	الوسط	وحدة	المتغيرات	
الالتواء	الانكراف	الوسيد	الحسابي	القياس	المتغيرات	
0.719	0.321	15.700	15.623	سنة	العمر	
0.998	5.806	40.500	42.432	كغم	الكتلة	
0.900	6.600	145	143.02	سم	الطول	

يبين الجدول (1) ان قيم معامل الالتواء تتحصر بين (±1) وهذا يدل على تجانس عينة البحث في المتغيرات المشار أليها في الجدول أي اعتدالية التوزيع الطبيعي لهم .

# 2-2-1 التكافؤ في المهارة الإرسال من الأسفل بالكرة الطائرة:

بعد أن تم تحديد الاختبارات المهارية للمهارات بالكرة الطائرة من وجهة نظر المختصين، أجرى الباحثان تكافؤ أفراد عينة البحث من خلال استخدام بعض العمليات الإحصائية. يوم وحسب الترتيب الذي تم التوصل إليه بعد إجراء التجربة الاستطلاعية، وقد تم اعتماد هذا الاختبار كاختبارٍ قبلي لعينة البحث. والجدول يبين ذلك.

جدول (2) يبين نتائج تكافؤ المجموعتين التجريبية الضابطة في اختبار مهارة الإرسال من الأسفل بالكرة الطائرة .

الدلالة	eia	قيمة (t)	الضابطة	المجموعة ا	التجريبية	المجموعة	وحدة	المعالم الإحصائية
47,377)	sig	المحسوبة	±ع	س –	±ع	س -	القياس	المهارات الأساسية
غير معنوي	0.108	0.253	1.78	6.53	1.75	6.65	درجة	إرسال من أسقل

\* ان الدلالة تكون معنوية عندما تكون (sig) < اصغر من (0.05)، درجة الحرية (0.1+2-2)=40=38 مستوى الدلالة (0.05)، وتكون غير معنوية عندما تكون (0.05)> اكبر من (0.05)

من الجدول (2) أظهرت النتائج إنه لا توجد فروق ذات دلاله معنوية بين مجموعتي البحث في كافة اختبار المهارة الإرسال من الأسفل بالكرة الطائرة مما يدل على تكافؤ مجموعتي البحث.

## 2-3 الأدوات والأجهزة و وسائل جمع المعلومات:

1-3-2 الأدوات والأجهزة المستعملة بالبحث: (آلة تصوير فيديو نوع (SONY)، ميزان طبي لقياس الكتلة عدد (1)، جهاز لابتوب نوع (Enovo Eg530، جهاز داتا شو (عارضة)، أقراص ليزرية (DVD)، شريط لاصق ملون عدد 2، ملعب الكرة الطائرة + شبكة الكرة الطائرة، كرات طائرة نوع (MIKASA) عدد (20)، ساعة توقيت عدد (2)، صافرات عدد (3)).

2-3-2 وسائل جمع المعلومات: استخدم الباحثان الوسائل الآتية في جمع البيانات الخاصة بالبحث وهي: (المصادر العربية والأجنبية، المقابلات الشخصية، الملاحظة، التجريب، استمارة استطلاع آراء الخبراء والمختصون، استمارة لتسجيل البيانات، شبكة المعلومات الدولية (Internet)، فريق العمل المساعد، الاختبارات والقياسات).



ISSN: 1658- 8452

#### 2-4 الاختبارات الميدانية:

2-4-1 اختبار مهارة الإرسال من الأسفل:

اختبار الإرسال من أسفل (224:4).

الغرض من الاختبار: قياس دقة الإرسال من الأسفل.

الأدوات: تقسيم الملعب، (10) كرات طائرة ،ملعب كرة طائرة قانوني (يعدل ارتفاع الشبكة للناشئين والسيدات)، شريط قياس. تحدد النقاط الممنوحة على المناطق المستهدفة وتكتب على الأرض.

مواصفات الأداع: يقوم المختبر بأداء عشرة أرسالات متتالية من أسفل، محاولا توجيه الكرة الى المنطقة التي كتب بداخلها اعلى درجة.

#### الشروط:

1-لكل مختبر عشر محاولات (عشرة يستخدم فيها الإرسال من أسفل) تحسب النقاط بموجب سقوط الكرة في المنطقة المحددة بالملعب، بحيث يحصل المختبر على الدرجة التي بداخل المنطقة التي سقطت فيها الكرة.

2-إذا لمست الكرة الشبكة أو خرجت خارج الملعب يحصل المختبر على (صفر).

3-إذا سقطت الكرة على الخط تحسب وكأنها سقطت في المنطقة التي يحددها هذا الخط، وإذا سقطت على خط مشترك بين منطقتين يمنح المختبر الدرجة التي تتضمنها المنطقة الأعلى في الدرجات.

التسجيل: يسجل للمختبر الدرجات التي حصل عليها في المحاولات العشر التي قام بها، علماً بأن الدرجة النهائية هي 10 درجة.

# 2-4-2 اختبار الأداء الفني لمهارة الإرسال من الأسفل بالكرة الطائرة (2:101):

يتمثل اختبار الأداء الفني للمهارات الأساسية بالكرة الطائرة بأداء المهارة، وبحسب الشروط القانونية للعبة، إذ اعتمد الباحثان في منح الدرجة على استمارة تقويم الأداء الفني، بعد الأخذ بآراء السادة الخبراء والمختصين فيما يخص تقديراتهم للدرجات النهائية لكل قسم من أقسام البناء الظاهري لمهارة الإرسال من الأسفل،

إذ تم تحديد الدرجة الكلية للمهارة بـ (10) درجات وحسب كل قسم من أقسام المهارة (التحضيري والرئيس والختامي).

-الهدف من الاختبار: تقويم الأداء الفني للمهارة الإرسال من الأسفل بالكرة الطائرة من خلال الشكل الظاهري لها وبأقسامها الثلاثة (التحضيري، الرئيس، الختامي).

-الأدوات المستخدمة: ملعب كرة طائرة قانوني، كرة طائرة قانونية عدد (3)، استمارة تقويم، آلة تصوير فيدوية.

وصف الأداء: يقوم مدرس المادة بأداء محاولة واحدة أمام الطالبات لمهارة الإرسال من الأسفل بالكرة الطائرة لتكوين فكرة عن كيفية إجراء الاختبار ثم يقوم الطالبات بأداء ثلاث محاولات لمهارة الإرسال من الأسفل بالكرة الطائرة (كمحاولة تجريبية للطالبات)، ثم تثبت آلة تصوير فيدوية واحدة من نوع (Sony) على بعد (4) متر من مكان الأداء وبارتفاع عدستها (140) سم في الساحة الرياضية للمدرسة. يتم إعطاء كل طالبة ثلاث محاولات لمهارة الإرسال من الأسفل بالكرة الطائرة .

التسجيل: من خلال عرض النصوير الفيديوي على الحاسبة الإلكترونية بواسطة قرص مضغوط (DVD) يقوم ثلاث مقومين بتقويم المحاولات الثلاث لكل طالبة مختبر، ويمنح عنها ثلاث درجات عن كل خبير، علما أن الدرجة التقويمية النهائية لكل محاولة هي (10) درجات، موزعة على أقسام المهارة الثلاثة، وهي (3) درجات للقسم التحضيري، و (5) درجات للقسم الرئيس، و (2) درجة للقسم الختامي، وبعدها اختار أفضل درجة عن كل مقوم ومن خلال استخراج الوسط الحسابي لأفضل ثلاث درجات تحتسب الدرجة النهائية لكل مختبر.

2-5 التجربة الاستطلاعية: قام الباحثان بإجراء التجربة الاستطلاعية على طالبات من خارج عينة البحث وعددهم (5) طالبات وذلك للوصول إلى نتائج دقيقة قبل تتفيذ المنهج التعليمي وكانت التجربة على المراحل التالية:

المرحلة الأولى: يوم الأربعاء الموافق 2019/12/18 قام الباحثان بإجراء الاختبار لمهارة الإرسال من الأسفل بالكرة الطائرة .

المرحلة الثانية: يوم الخميس الموافق 2019/12/19 تم إجراء اختبارات الأداء الفني للمهارة الإرسال من الأسفل بالكرة الطائرة



ISSN: 1658-8452

من خلال الشكل الظاهري لها وبأقسامها الثلاثة (التحضيري، الرئيس، الختامي) مع فريق العمل المساعد.

#### وكان الهدف من التجربة الاستطلاعية الأولى هو:

1-التأكد من مدى ملاءمة ووضوح تعليمات اختبارات عينة البحث.

2-التأكد من قدرة وإمكانية فريق العمل المساعد لتتفيذ القياسات والاختبارات.

3-مدى صلاحية الأجهزة والأدوات المستخدمة في الاختبارات.

4-حساب الوقت اللازم لتنفيذ الاختبارات.

5-التجارب الميدانية.

#### 2-6-1 الاختبار القبلى:

اختبار المهارة الإرسال من الأسفل بالكرة الطائرة: تم أجراء اختبار المهارة الإرسال من الأسفل بالكرة الطائرة القبلية لمجموعتي البحث الموافق 2019/12/22 من قبل الفريق المساعد وتحت إشراف الباحثان على وفق الشروط والتعليمات لكل اختبار.

اختبار تقويم الأداء الفني: تم أجراء اختبار تقويم الأداء الفني للمهارة الإرسال من الأسفل بالكرة الطائرة لمجموعتي البحث في يوم الموافق 2019/12/22 وقبل القيام بأداء الاختبار القبلي من قبل الطالبات قام مدرس المادة بأداء محاولة واحدة أمام الطالبات لتكوين فكرة عن كيفية إجراء الاختبار، ثم قام الطالبات بأداء (3) محاولات كمحاولة تجريبية للطالبات، بعدها تم الاختبار القبلي بإعطاء كل طالبة (3) محاولات ولكل مهارة على وفق الأداء الفني الخاص بها، وصاحب أداء كل مهارة لكل طالبة التصوير المتفق عليه بآلة تصوير فيدوية وتحويله الى قرص (CD) وتم عرضه بعد ذلك على الخبراء والمقومين، وتم تسجيل النتائج في استمارات خاصة أعدت لهذا الغرض ولكل مجموعة على حده، وبهدف التأكد من موضوعية التقويم بين المقومين الثلاث إذ تم اختيار إحدى المهارات الأساسية بالكرة الطائرة بطريقة عشوائية فكانت مهارة الإرسال من الأسفل، وتم حساب معامل الارتباط المتعدد بين درجات المقيمين الثلاث فكانت (0.87) وهو معامل ارتباط عالِ في تقويم المهارات الحركية وهذا يدل على أن عملية التقويم كانت موضوعية.

2-6-2 التجربة الرئيسة: تم تنفيذ منهج البحث على المجموعة التجريبية وإبقاء المجموعة الضابطة على المنهج التقليدي من قبل مدرس المادة وبإشراف الباحثان وعلى الشكل التالي:

زمن بداء التجربة الرئيسية: بدأت التجربة يوم الثلاثاء الموافق رمن بداء التجربة (18) وحدة 2019/12/24 واستغرقت (6) أسابيع بواقع (18) وحدة تعليمية، 3 وحدات تعليمية تدريبية في الأسبوع بزمن (45) دقيقة لكل مجموعة وعلى وفق الجدول الأسبوعي للمدرسة في الفصل الأول ولغاية يوم الأحد الموافق 2020/2/2 .

مكان التجرية: تم تطبيق الوحدات التدريبية لمجموعتي البحث في ساحة المدرسة (متوسطة الأصالة للطالبات) في ملعب الكرة الطائرة.

تطبيق المنهج المعرفي التعليمي المعد من قبل الباحثان: من خلال اطلاع الباحثان على المصادر العلمية والدراسات السابقة في مجال بحثه، فضلا عن خبرة الباحثان كونهم مدرسان تربية رياضية المرحلة المتوسطة، تم وضع تمرينات وفق المسار الحركي تهدف من خلاله تتمية الأداء الفني لمهارة الإرسال من الأسفل والتي تحتوي على طريقة عرض المهارة على الشاشة وتفاصيلها في القاعة الدراسية (مكتبة المدرسة او المختبر) ثم الانتقال الى الجانب التطبيقي التعليمي الى الساحة المدرسية ولمدة (6) أسابيع بواقع (18) وحدة تعليمية، 3 وحدات كل أسبوع حسب ما موجود بالجدول المدرسي وبزمن (45) دقيقة اللوحدة كما موضح بالشكل أدناه:

شكل (1) يوضح توزيع توقيتات الوحدة التعليمية للمجموعة التجريبية

		القسم التحضيري
داخل القاعة	1 دقیقة	المقدمة
	15-12 د	الجانب المعرفي (الجزء النظري)
	1 د	التحية والتهيئة
ti titanti	8 د	الإحماء عام/خاص
الانتقال الى الساحة		القسم الرئيسي
4300	15-13 د	الجانب التطبيقي
	5 د	الختامي

يبين توزيع توقيتات الوحدة التعليمية للمجموعة التجريبية من قبل الباحثان وحسب الوحدة التعليمية، والتي تحتوي على مجموعة من التمارين المقترحة في المنهج وطريقة توزيعها وتكراراتها وفترات الراحة بينها في الجزء التطبيقي .

ISSN: 1658-8452

#### 3-6-2 الإختبارات البعدية:

اختبار مهارة الإرسال من الأسفل بالكرة الطائرة: تم إجراء اختبار مهارة الإرسال من الأسفل بالكرة الطائرة البعدية لمجموعتي البحث يوم الثلاثاء الموافق 2020/2/4 من قبل الفريق المساعد وتحت أشراف الباحثان على وفق الشروط والتعليمات لكل اختبار وبنفس الظروف.

اختبار تقويم الأداء الفني: قام الباحثان بإجراء اختبار تقويم الأداء الفني للمهارة الإرسال من الأسفل بالكرة الطائرة لمجموعتي البحث يوم الثلاثاء 2020/2/4 وذلك بإعطاء ثلاث محاولات لكل طالبة ولكل مهارة وقد صاحب الأداء عملية التصوير الفيديوي لكل طالبة، وتم ذلك في نفس ظروف الاختبار القبلي وشروطه.

2-7الوسائل الإحصائية: استخدمت الباحثان الحقيبة الإحصائية (SPSS) في معالجة نتائج البحث والوسائل الإحصائية : (الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، الوسيط، معامل الالتواء، اختبار (T) للعينات المستقلة، اختبار (T) للعينات المترابطة).

### 3-عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

1-3 عرض النتائج وتحليلها: بعد ان تم تفريغ البيانات للاختبارات القبلية والبعدية لمجموعتي البحث وللتحقق من صحة فروض البحث تم تحليل البيانات إحصائيا وعلى النحو التالي:

# 1-1-3 عرض نتائج الفروق بين اختبار الإرسال من الأسفل (القبلية والبعدية) للمجموعتين وتحليلها:

جدول (3) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة ونسبة الخطأ والدلالة لاختبار مهارة الإرسال القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية والضابطة

الدلالة Sig		قيمة T المحسوبة	ف ھ	<b>ن</b>	البدي	الاغتيار	القبلي	الاختبار	i	وحدة	الاختبار
AJZII SIG	3		,	± ع	س	± ع	3	المجموعة	القياس	المحليان	
معنوي	0.02	3.442	3.89	2.52	1.52	9.17	1.75	6.65	تجريبية	درجة	الإرسال
معنوي	0.04	2.374	2.33	1.32	1.55	7.85	1.78	6.53	ضابطة	درجة	من الأسقل

معنوية عندما تكون (Sig) > (50)، درجة الحرية (ن - 1) = 1-20 ، مستوى الدلالة (0.05)

# 2-1-3 عرض نتائج الفروق لاختبارات الأداء الفني (الشكل الظاهري) القبلية والبعدية للمجموعتين وتحليلها:

جدول (4) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة ونسبة الخطاء والدلالة لاختبارات الأداء الفني (الشكل الظاهري) القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية والضابطة

الدلالة	قيمة ف ند		ن	البعدي	الاغتبار	القبلي	الاختبار	المجموعة	وحدة	الاختبار			
-0121 Sig	olg	T	Т	Т	,	J	± ع	3	± ع	س	المجموحة	, 119	المعتبار
معنوي	0.00	3.10	1.41	2.22	1.25	7.47	1.75	5.25	تجريبية	درجة	الشكل		
معنوي	0.03	2.90	0.69	1.14	0.77	5.97	0.89	4.83	ضابطة	درجة	الظاهري		

معنوية عندما تكون (Sig) > (0.05)، درجة الحرية (ن -1) = 0-1= 10، مستوى الدلالة (0.05)

# 1-3 عرض نتائج الفروق في الاختبار مهارة الإرسال من الأسفل (البعدية) بين المجموعتين التجريبية والضابطة وتحليلها:

جدول (5) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة ونسبة الخطاء والدلالة للاختبارات البعدية مهارة الإرسال من الأسفل للمجموعتين التجريبية والضابطة

		قيمة (t)			ضابطة	المجموعة ال	التجريبية	المجموعة	وحدة	المعالجات
الدلالة	sig	المصوبة	ذفع	آف	± 3	٠,3	± 3	,3	القياس	الإحصائية المتغيرات
معثوي	0.02	2.583	3.80	1.32	1.45	7.85	1.52	9.17	درجة	إرسال من أسطّ

معنوية عندما تكون (Sig) > (5.00)، درجة الحرية (ن 1+ ن 2-2-3=8، مستوى الدلالة (0.05)

# 1-3 عرض نتائج الفروق لاختبارات الأداء الفني (الشكل الظاهري) البعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية وتحليلها:

جدول (6) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (1) المحسوبة ونسبة الخطاء والدلالة لاختبارات الأداء الفني (الشكل الظاهري) البعدية للمجموعة التجريبية والضابطة

		قيمة (t)			الضابطة	المجموعة	التجريبية	المجموعة	وحدة	المعالم
الدلالة	Sig	المحسوبة	آفع	ف	± ع	س-	± 3	س-	و <u>۔</u> القیاس	الإحك <i>ا</i> لنية المتغيرات
معنوي	0.005	4.347	1.48	1.5	0.77	5.97	1.25	7.47	درچة	الشكل الظاهري

معنوية عندما تكون (Sig) > (5.05)، درجة الحرية (ن1+ن2-2)=20=38، مستوى الدلالة (0.05)



ISSN: 1658-8452

#### 2-3 مناقشة النتائج:

# 1-2-3 مناقشة نتائج الفروق بين الاختبارات المهارية (القبلية والبعدية) للمجموعتين:

يتبين من الجدول (3-5)، وجود فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في تعلم مهارة (الإرسال من الأسفل) ولمصلحة الاختبار البعدي ويعزو الباحثان الى ان استخدام أجهزة عرض فيديوية الى المتعلمين وأدوات في التعلم والممارسة المتواصلة أدت الى إمكانيه تنفيذ المهارة المتعلمة بأداء جيد ومؤثر من خلال جعل صور لحركة معينة وتوفير طلاقة تصورية للمهارة وجعلها على شكل معلومات برنامجيه حركية مخزونة بالدماغ تتبلور لتخرج بحركات مشابه لما يجب ان يتم عند الأداء وكذلك تم تطوير زمن تنفيذ مهارة الإرسال من خلال التكرار المنفذ في الوحدات التعليمية ضمن المنهج المقترح وهذا ما يشير أليه (يعرب) " يأتي التعلم عن طريق التكرار و<mark>التصح</mark>يح، وهذا التكرار يعطى الدماغ فرصة خزن ما ت<mark>علم</mark>ناه وامكانية إظهاره في المستقبل" (15:8). ومن خلال الرؤية الى المهارة بأجزائها الدقيقة بوسائل حديثة ومشوقة خلال الوحدات التعليمية تكون مؤثر جيد مع التركيز والانتباه وا<mark>بعا</mark>د مشتتات الساحة وبالتالي يتحسن الأداء المهاري وهذا يؤكد ان " الرياضي يتفاعل مع مجموعة من المحفزات عند الأداء باستمرار وسوف يؤدي ذلك إلى زيادة مستواه ولا سيما في الألعاب التتافسية "(60:9) ويضيف الباحثان ان مجموعة التمرينات المقترحة التي تم توظيفها أثرت وبشكل ايجابي في اكتساب مهارات البحث التي تميز بها أفراد المجموعة التجريبية عند الأداء " يجب ان يكون اكتساب واتقان المهارة الحركية في بداية الجزء الرئيس من الوحدة التدريبية إذ يكون الرياضي في حالة بدنية ونفسية جيدة وغير متعب لكي يستطيع ان يركز انتباهه وقدراته لتحسين الأداء" (234:1)، وإن التفاعل مع أجواء الدرس بروح من الجد والتشويق بدون حصول الملل في أثناء الأداء فضلا عن ان البرنامج المعرفي التعليمي المنفذ كان جديد على المتعلمين أدى الى بث روح المشاركة الفعلية هذا وان "الحركة تتطور بالتدريب الرياضى المنتظم نتيجة لتطور المستوى الذهنى والفكر وتطور

الصفات البدنية والحركية فظلا عن زيادة ما خزن في الدماغ من تجارب حركية "(162:7)، وان التنوع والتكرارات في أداء المهارة يلعب دورا فعالا في اكتسابها لأنه يعطي للمتعلم التدرج والإتقان في اكتساب التوافق العضلي والعصبي خلال عدد من المحاولات التكرارية.

# 2-2-3 مناقشة نتائج الفروق بين اختبارات الأداء الفني (الشكل الظاهري) القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية:

في ضوء النتائج التي تم الحصول عليها وكما مبينة في الجدول (4-4)، وجود فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في اختبارات الأداء الفني الشكل الظاهري ولمصلحة الاختبار البعدي ويعزو الباحثان من خلال مشاهدته الحركة وبتركيز وكيفية أدائها وبعدت جوانب أدت الى ترسيخ الصور الفكرية ذات الطلاقة الصورية الواسعة في الدماغ إضافة الى أعادت ما تم مشاهدته أثناء تطبيق المهارة من تغذية راجعة فقد أدى الى أداء الحركة بشكل واضح لأنه استوعبها وهذا ما يجعلها معدة للتثبيت، وأشار الى ان " من أساليب<mark> إثار</mark>ة دوافع المتعلم تتمثل في تسهيل فرص التعلم الحركي، ووضوح الهدف المناسب، والتوازن في إشباع حاجات المتعلم، والتوازن بين الأهداف والرغبات، والتعزيز وأجراء الاختبارات وتقويمها "(30:6)، وإن التمارين التي تم تطبيقها كان لها الدور في تتمية العمليات العقلية التي أدت الى التوقيت الصحيح والانتقال بالحركة والإحساس العالي بالأداء وكان واضح من خلال تحليل الحركة من قبل الخبراء وتقيمها وما أظهرته من النتائج الايجابية ودور المنهج في ذلك .

#### 1 - الخاتمة:

#### ولقد توصل الباحثان الى التالي:

1 التمرينات تأثير ايجابي وواضح في تطوير مهارة الإرسال
 من الأسفل بالكرة الطائرة لدى المجموعة التجريبية .

2-ان المنهج التعليمي التقليدي وما يحتويه من خطط المتبعة حاليا بينت وجود تحسن طغيف نسبي على المجموعة الضابطة من التلاميذ إذا ما قورن بالتحسن الذي طرأ على تلاميذ المجموعة التجريبية التي نفذت المنهج المقترح.



280 ٿ / 4,40 د

#### The International Sports Science Journal vol. 3, issue 3, March 2021

ISSN: 1658-8452

#### الملاحق:

#### ملحق (1) يوضح انموذج من الوحدة التعليمية التدريبية

/ /	الأسبوع الأول			الطائرة	مم الفعالية : الكرة	الوحدة التعليمية التاسعة			
	الأهداف التطيمية	/			وية: 1- تعويده		إع	بسطة مريم العذرا	
	(مهارة الإرسال				2- تعويدهم على				المرحلة: الثان
	بالكرة الد			التفس	3- الاعتماد على	3		قيقة	الوقت: 45 د
الملاحظات	التنظيم			مهاري	النشاط البدني وال		الوقت	النشاط	أقسام
			_			-	-		الوحدة
التأكيد على النظام	كل منتظم	بث			القاعة واخذ الغياب	الدخول الى	1 دقيقة	المقدمة	
	ــوس أمـــــام	الحل	-	ر أحيزة العرض	بارة المطلوبة عب	عرض الم	-7-	الجانب	
	ـــة بشــكل				ر مع الصور الك			المعرفي	
الالنزام بالهدوء والانتباه	ـوح الرؤيــــة				بل المدرس ومشارة		-12	(النظري)	
		للجميع		احة)	(الانتقال الى الس	بعد الانتهاء	15د	داخل	
								القاعة	
	*******							التهيئة	
رياضة نشاط		•••			بتحية الرياضية	بدء الدرس ب	1 د	والتحية	
	•								211
	××××××	××××		51 -11 N	. 50 1 3				القسم التحضيري
الضبط اثناء الهرولة	× ×	×			<ul> <li>أ، لمس الأرض البيدين، هرولة</li> </ul>		3 د	الإحماء	التخصيري
التنبيد الله يا الهروك	×	×		اهودوا، سورا،	، بسین، سروت	فقض.		العام	
	××××××					55			
			_	الذراعين جانباً) تُ	عين: (الوقوف وا	تمرين الذرا			
تأكيد دوران الذراعين	x x	xxx	ľ		ر ، ين الى الأمام والخ				
ممدودة	x x	xxx			ذع: (الوقوف فدّ			clasVI	
	x x x	xxx		ل والرابعة للأعلى	سفل 3عدات للأسف	النراعين للأ	5 د	الإحماء الخاص	
		xxx		,				معاسل	
	x x	xxx	(		لين: الوقوف حنى				
				راعين.	بن من الأسفل بالذر	لمسك القدمي			
		-							
	A			الطالبات من قبل	ذج المهارة أمام	تطبيق نموه			
1114 110	4		ć	يع لأداء التماريز	فسيمهم الى مجاه	المدرس وتا			
111111111111111111111111111111111111111	1				نلية	المهارية العق			
1111/	yet.	nii i			ت في منطقتي اا				
1	7				وببين ووضع طالب				
	1 /	14			دائري قطره (75م				
	_ /				لم ينتقل الى نهاية رعة الطالبة المر،				
	<u> </u>				رعه الطالبه المر. ي ينتهي أسرع هو				
	Λ				ي پښهي اسرع مو (X 2 2) .				
11111				سفين في منطقت	ات على شكل م				
	1				وجد طالبة بيده				
	The same	1,,		البة المرسل بإرسال	ب الشبكة تقوم الط	الأمامية قري	-18	الجانب	القسم
1 2 1 3	1 7		2	لة للأمام ليستعد	الأسفل ثم بالهرو	الكرة من	15د	التطبيقي	الربيسي
	W.	11			مرمية من اللاء				
	1	1			بة ويحل محله ور. 				
	~				الصف وهكذا بالدّ ة ا ترارة ان				
		┑	1	فاليه مع بمير	ة استجابة انت (X32).	الفاتر ، (سرع الاثنباه)، (0)		ALC: U	
				محاميع في كل	22.^). س الطالبات الي				
11 '	1				ى -ــــبــــــــــــــــــــــــــــــــ			10	
	-				وعلى بعد (2) م :				
A 1	1	, L			ة (أ) من الأعلى				
	1		ć	ثم يمرر (ج) مز	لأسفل الى (ج)	(ب) من ا		No.	
17	1			الدوران والنبادل	, (أ) وهكذا مع				
	7					(× 1 عر)			
			L						
1N1	(10)	1.			,	5) 5.5.1	. 2	لعبة	
الالتزام	حق (10)		L		(	لعبة رقم (5	3 د	ترويحية	القسم
انصراف بهدوء	XXXXXXXXXXX	oxxx		دها الوقوف لأداء	ها الاسترخاء ويع		2 د	تمارين	الختامي
J –J=	Х				سراف	النحية والانم	-	تهدئة	
	الراحة بين			الراحة بين		243	I		1
الزمن الكلي للتمرين	الراحة بين التمرين	لكلي	11	الراحة بين التكرارات	الكلي	زمن التمرين	ين	تكرار التمري	تمرين
				-35-			, k	X 2 15	
260 ئے / 4,20 د	50 ث	9 ث	0	30 ث	120 ث	30 ث	-	مجموعة	7
290 ٿ / 4,50 د	50 ث	6 ث	0	ئے 30	180 ث	60 ٿ	+	X 3 10	8
	_		_					_	

3-حققت التمرينات التعليمية المقترحة في المنهج تحسن واضح المجموعة التجريبية، مما أدى الى ظهور فروق ذات دلالة احصائية معنوية بين الطريقة التقليدية المتبعة والتمرينات المقترحة ولصالح التجريبية في تطوير الأداء الفني بالكرة الطائرة.

#### فيما يوصى الباحثان بالاتى:

- 1-أمكانية تعميم المنهج المقترح من ضمن مناهج وزارة التربية ومديرية التدريب والنشاط البدني.
- 2-أمكانية استخدام التمارين المتبعة في منهج البحث ضمن المنهج التقليدي وما لها من تأثير ايجابي في تعلم المهارات الأساسية بالكرة الطائرة
- 3-ضرورة توافر والاستعانة بأجهزة العرض الحديثة والأدوات المساعدة في عملية التعلم التي تبعث التشويق وروح المنافسة من قبل مدرسي التربية الرياضية
- 4-أجراء بحوث ودراسات مشابهة على وفق المنهج المقترح في مختلف الفعاليات والألعاب الرياضية ضمن المناهج الوزارية لمعرفة فائدتها في عملية الاكتساب والتعلم.

#### المصادر:

- [1] عصام عبد الخالق؛ التدريب الرياضي (نظريات وتطبيقات)، ط2، بغداد، منشأة المعارف، 2003.
- [2] على فتاح رشيد العبيدي؛ فاعلية برنامج تعليمي مصحوب بتمارين الرؤية البصرية في تنمية بعض القدرات البصرية والادراكية الحس-حركية وتعلم عدد من المهارات الإساسية الفنية بالكرة الطائرة ، اطروحة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة الموصل، 2015.
- [3] فان دالين؛ منهاج البحث في التربية وعلم النفس، ترجمة محمد نبيل نوفل و اخرون، ط4،
   القاهرة، مكتبة الانجلو المصرية للطباعة والنشر، 1985.
- [4] محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان؛ القياس في التربية وعلم النفس الرياضي، القاهرة، دار الفكر العربي، 2000.
- [5] محمد صبحي حسانين، حمدي عبد المنعم؛ الاسس العلمية للكرة الطائرة وطرق القياس والتقويم: ،القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 1997.
- [6] ناهدة عبد زيد الدليمي: مختارات في التعلم، ط1، النجف، دار الضياء للطباعة والتصميم، 2011.
  - [7] وجيه محجوب: التعلم الحركي، ج1، الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل، 1989.
  - [8] يعرب خيون؛ التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق، ط2، بغداد، دار الكتب والوثائق، 2010.
  - [9] Williams, MA. & Others: Visual perception action in sport, ,Routledge, London ,1999 •

240ث

240 ث

X 1 5