

برنامج تدريبي باستخدام الألعاب التنافسية والمباريات التعليمية وتأثيره على التحصيل المعرفي والمهاري لبعض مهارات الكرة الطائرة

د/ ايمان عبد الله زيد(*)

المقدمة و مشكلة البحث:

يعد التدريب الرياضي الحديث عملية تربية مخططة مبنية على أساليب علمية حديثة ، الهدف منها اختيار أفضل طرق التدريب وتطبيقاتها بأنسب الأساليب والوسائل المتناغمة مع خصائص النشاط الرياضي للوصول بالناشئين إلى مراكز متقدمة في الأنشطة المختلفة ، وهذا ما تسعى إليه دول العالم المتقدمة حيث إن ارتفاع مستوى الأداء يعكس حقيقة التدريب المخطط له بشكل سليم.

ولقد تأثرت الكرة الطائرة تأثراً إيجابياً بشكل واضح بتطور العلوم المختلفة المرتبطة بالمجال الرياضي وتطور أساليب تدريب وإعداد اللاعبين ، الأمر الذي أسهم في رفع مستوى اللاعبين بدنياً ومهارياً ، وقد تجلى هذا الإنجاز بمستوى الأداء الذي حققه اللاعبون خلال الدورات الأولمبية والعالمية ، لذا فعلى المدرب أن يراعى الخطوات الأساسية في إكساب اللاعبين المهارات المركبة التي تتطلب التحرك بسرعة لأخذ وضع دفاعي أو هجومي معين في أي لحظة من اللحظات حيث إن حركات اللاعب تتغير وفقاً لمواقف المنافسة.(١٣ : ٢٣٦)

وتمتاز الكرة الطائرة باحتوائها على مهارات أساسية ينبغي على الطالبات تعلمها وإتقانها والإلمام بجوانبها الفنية والمعرفية الخاصة بها ، إذ أن بدون الإتقان الجيد لهذه المهارات سيكون من الصعب تنفيذ متطلبات الأداء سواء كان ذلك بصورة فردية أم جماعية.

ويشير **ذكي محمد حسن (١٩٩٨م)** ان المهارات الأساسية في لعبة الكرة الطائرة تمثل مجموعة من الحركات الهادفة سواء كانت هذه الحركات بسيطة (مفردة) أو مركبة(فريقية) تحتاج إلى أدائها في جميع مواقف اللعب تقريبا والتي تتطلبها اللعبة ، وتمثيل الغرض الأساسي من أداء هذه الحركات في الوصول إلى أفضل النتائج مع الاقتصاد التام في المجهود لذلك يجب أن يجيدها لاعب الكرة الطائرة إجادة تامة ، إذ عن طريقها وبالتعاون مع جميع أفراد الفريق يمكن تنفيذ الخطط الفنية الموضوعية سواء كان للدفاع أو الهجوم والتي تهدف في النهاية إلى تحقيق الفوز ، حيث أن لعبة كرة الطائرة من الألعاب الجماعية التي يتسم أدائها ببعض المظاهر الخاصة ، حيث يجدر الإشارة إلى أن لاعب الكرة الطائرة يشترك في

(*) ايمان عبد الله زيد: أستاذ مساعد بقسم الألعاب- كلية التربية الرياضية للبنات- جامعة الزقازيق.

مراكز الدفاع والهجوم تحت مؤثرات خاصة تتطلب منه استجابات بدنية سريعة ودقيقة، كما يؤدي اللاعب بعض المهارات مثل الضرب الساحق وحائط الصد والارسال من الوثب وتؤدي جميع تلك المهارات على شبكة يعد ارتفاعها عائقا للاعبين ، ولكي ينجح اللاعب في الاداء المهارى لابد ان يتمتع بإمكانية مهارية وجسمية وعقلية خاصة لاداء الواجبات الحركية المطلوبة.(٤ : ٢٣)

وتعد المنافسة الرياضية عامل مهم وضروري لكل نشاط رياضي وينبغي أن لا ينظر إلى المنافسة على إنها نوع من الاختبار فقط وإنما هي نوع هام من العمل التربوي، إذ تسهم بنصيب وافر في التأثير على تنمية وتطوير مهارات الفرد وقدراته، وإن اختيار المنافسة أسلوباً في العملية التعليم والتدريب يؤدي إلى تحقيق التحصيل التربوي من جهة ومن جهة أخرى فأنها تعمل على تحفيز الطالب على مضاعفة جهده من أجل منافسة ذاته أو الآخرين من زملائه.(١١ : ٧١)

ويشير **عبد الفتاح عبدالله (٢٠٠٤)** أن البراعة في تدريب الألعاب الجماعية تتركز في تمكن الفريق من إدراك وحدة الصورة الكلية الجماعية للفريق، ومن خلال الممارسة الفعلية المبسطة للعبة في شكل مباريات تعليمية تعمل على تنمية المهارات الخاصة والصفات البدنية فباتجاه طبيعة العمل أثناء الممارسة ، نظراً لأن اللاعبين أثناء المنافسة يملون بمواقف متنوعة ومتغيرة ومطلوب منهم أن يكيفوا مهاراتهم وقدراتهم لحل هذه المواقف.(٦ : ١١٠، ١٠٨)

كما يضيف **عصام الدين عبد الخالق (١٩٩٢)** أن الماريات التعليمية تعتبر إحدى صور المنافسة ، وفيها يمكن التحكم في بعض الضوابط الفنية والقانونية لتحقيق أغراض معينة كزيادة أو تقليل زمن اللعب وعدد اللاعبين ومساحة الملعب ،حيث أن الممارسة عن طريق المباريات تعمل على تنمية المهارات الخاصة والصفات البدنية فباتجاه طبيعة العمل أثناء الممارسة فهي من الطرق الفعالة والإيجابية فعمليتي التعليم والتدريب.(٧ : ٢٠، ٧٠)

ومن خلال عمل الباحثة في مجال تدريس وتدريب الكرة الطائرة لطالبات تخصص الفرقة الثالثة بكلية التربية الرياضية بنات - جامعة الزقازيق لاحظت قصور في مستوى بعض المهارات الاساسية بالكرة الطائرة، وان مستوى اداء الطالبات يختلف في المباريات عن التدريب الى جانب عدم الالمام بقواعد اللعبة وكيفية تطبيقها بشكل صحيح ، وللوقوف على اسباب هذا القصور اجرت الباحثة دراسة استطلاعية قامت من خلالها باستطلاع راي الطالبات عن اسباب هذا القصور ، وبتحليل الاستبيان توصلت الباحثة الى اهم النقاط التي اشارت اليها الطالبات والتي تمثل نسبة تصل الى (٧٥%) عدم رضا عن الطرق والاساليب المتبعة اثناء تعليم وتدريب المهارات الخاصة بالكرة الطائرة والقواعد الرسمية الخاصة بها ،

والتي تفتقد الى اثاره دافعية الطالبات وتحفيزهم لتطوير الاداء ، و (٢٥%) اشاروا الى المامهم بالقواعد الرسمية للعبة نظريا دون القدرة على تطبيقها عمليا وفي ضوء ذلك قامت الباحثة باجراء الدراسة الحالية.

أهداف البحث:

يهدف هذا البحث التعرف على تأثير استخدام الالعاب التنافسية والمباريات التعليمية على التحصيل المعرفي والمهاري لبعض مهارات الكرة الطائرة من خلال :

- ١- التعرف على مستوى الاداء المهاري والمعرفي لطالبات تخصص الفرقة الثالثة بكلية التربية الرياضية بنات جامعة الزقازيق.
- ٢- تصميم برنامج تدريبي باستخدام الالعاب التنافسية والمباريات التعليمية ومعرفة تأثيره على مستوى الاداء المهاري والمعرفي لطالبات تخصص الفرقة الثالثة بكلية التربية الرياضية بنات جامعة الزقازيق.
- ٣- التعرف على تأثير البرنامج المقترح على تحسين نسب الازخاء القانونية فى المباريات التعليمية بالكرة الطائرة لطالبات تخصص الفرقة الثالثة بكلية التربية الرياضية بنات جامعة الزقازيق.

فروض البحث:

- ١- قد تكون هناك فروق دالة احصائيا بين متوسطات القياسات القبالية والبعدية للمجموعة التجريبية والضابطة في المتغيرات المهارية بالكرة الطائرة ولصالح القياسات البعدية للمجموعة التجريبية.
- ٢- قد يكون هناك فروق دالة احصائيا بين متوسطات القياسات القبالية والبعدية للمجموعة التجريبية والضابطة في التحصيل المعرفي بالكرة الطائرة ولصالح القياسات البعدية للمجموعة التجريبية.
- ٣- هناك فروق دالة احصائيا بين متوسطات القياسات البعدية للمجموعة التجريبية والضابطة فى نسب تحسين الازخاء القانونية فى المباريات التعليمية بالكرة الطائرة ولصالح القياسات البعدية للمجموعة التجريبية.

المصطلحات المستخدمة:

المباريات التعليمية: (اجرائى)

هى مباريات يتم فيها ممارسة العمل التدريبي للأداء المهاري فى اتجاه وطبيعة العمل، وفى صورة تنافسية يتم تنفيذها من خلال التحكم فى بعض الضوابط الفنية والقانونية بهدف تحسين المستوى المهاري وتعزيز العملية المعرفية لدى المتدرب.

الدراسات المشابهة والمرتبطة:

١- قام كلاً من كاتيس وكيلس **Kattes&Kellas** ٢٠٠٩م (٢٠) بدراسة عنوانها "تأثير المباريات المصغرة على الأداء البدني والفني لناشئي كرة القدم" وهدفت الدراسة إلى التعرف على تأثير المباريات المصغرة على الأداء البدني والفني لناشئي كرة القدم، على عينة قوامها (٣٤) من ناشئي كرة القدم تحت (١٣) سنه من مدرسة بناتنياكوس (نادي يوناني) ، وإستخدم الباحثان المنهج التجريبي لثلاث مجموعات (٢ تجريبية - ١ ضابطة) المجموعة التجريبية الأولى وتلعب مباريات (٣ ضد ٣) فقط ، والمجموعة التجريبية الثانية وتلعب مباريات (٥ ضد ٥) والمجموعة الثالثة ضابطة ، وقام الباحثان بوضع برنامج لمدته (١٠) أسابيع وبواقع (٤) وحدات إسبوعياً وزمن الوحدة الواحدة (٩٠ق)، وتم تصوير وتسجيل المباريات على شرائط فيديو لتحليل الأداء الفني ، وكانت أهم النتائج أن البرنامج التدريبي للمجموعتين قد أثر بشكل واضح على المستوى البدني والفني ولكن التأثير البدني كان أفضل للمجموعة الثانية عن الأولى والثالثة ، أما المستوى المهاري كان أفضل للمجموعة الأولى عن الثانية والثالثة.

٢- قام كلاً من موريس وجونسون **Morries&Ghonsson** ٢٠٠٦م (٢١) بدراسة عنوانها "تأثير برنامج بالألعاب الصغيرة والترويحية على مستوى اللياقة البدنية وبعض المهارات الأساسية لبراعم كرة القدم تحت (٩) سنوات"، وهدفت الدراسة إلى معرفة تأثير برنامج بالألعاب الصغيرة والترويحية على مستوى اللياقة البدنية وبعض المهارات الأساسية لبراعم كرة القدم تحت (٩) سنوات، على عينة قوامها (٢٢) ناشئي كرة قدم من لاعبي أكاديمية نادي كورك سيتي - أيرلندا ، وإستخدم الباحثان المنهج التجريبي (مجموعة واحدة) بإستخدام القياس القبلي البعدي ، وقام الباحثان بوضع برنامج لمدته (١٠) أسابيع وبواقع (٣) وحدات إسبوعياً وزمن الوحدة الواحدة (٧٥ق) ، وتم الإستعانة ببعض الألعاب المبسطة التي يغلب عليها طابع المرح والسرور وكذلك تنمي الصفات البدنية وتركز على مهارات التمرير والتصويب والجرى بالكرة كمهارات أولية لبراعم كرة القدم ، وكانت أهم النتائج حدوث تحسن في مستوى القدرات البدنية في والمهارية.

٣- قام عطية حسام الدين ٢٠١٦م (٨) بدراسة عنوانها "اثر برنامج تدريبي مصغر من الألعاب شبيه رياضية في تطوير بعض الصفات البدنية لدى لاعبي الكرة الطائرة" وهدفت الدراسة إلى معرفة تأثير الألعاب الشبيه رياضية على تطوير بعض الصفات البدنية لدى لاعبي الكرة الطائرة وتكونت عينة البحث من ١٣ لاعب، تم اختيارهم بالطريقة العمدية من النادي الرياضي لهواة المدارس

الرياضية (٤ سنة) ، مستخدما المنهج التجريبي لمجموعتين احدهما تجريبية والاخرى ضابطة ، والأدوات المستخدمة في البحث بطاريات الاختبارات وكذا برنامج من الألعاب شبه رياضية وأسفرت النتائج على ان الألعاب شبه الرياضية لها دور في تطوير الصفات البدنية لدى لاعبي كرة الطائرة .

إجراءات البحث

منهج البحث:

استخدمت الباحثة المنهج التجريبي وذلك لمناسبته لطبيعة هذا البحث من خلال التصميم التجريبي لمجموعتين إحداها تجريبية والاخرى ضابطة باستخدام القياسين القبلي والبعدي .

مجتمع البحث:

اشتمل مجتمع البحث على طالبات تخصص الفرقة الثالثة للكرة الطائرة بكلية التربية الرياضية بنات - جامعة الزقازيق بالفصل الدراسي الاول للعام الجامعي (٢٠١٧/٢٠١٨) وبلغ عددهن (٣٢) طالبة.

أ- عينة البحث:

تم اختيار عينة البحث الاساسية بالطريقة العمدية من طالبات تخصص الفرقة الثالثة للكرة الطائرة والبالغ عددهن (٢٤) طالبة يشكلون نسبة (٥٨.٥٣٦) من مجتمع البحث الاصلى ، وقسمت الى مجموعتين احدهما تجريبية وقوامها (١٢) طالبة واتبع معها التدريب باستخدام برنامج الألعاب التنافسية والمباريات التعليمية والاخرى ضابطة بلغ قوامها (١٢) طالبة واتبع معها الاسلوب التقليدي (الشرح واداء النموذج).

ب - عينة البحث الاستطلاعية:

تم اختيار (٨) طالبات كعينة استطلاعية من مجتمع البحث وخارج عينة الدراسة الأساسية، بهدف اجراء المعاملات العلمية للإختبارات قيد البحث، وتجربة محتوى البرنامج، والجدول (١) يبين حجم العينات المستخدمة في البحث.

جدول (١)

يبين حجم العينات المستخدمة في البحث

العدد	الأساليب	المجموعة
١٢ طالبة	الأسلوب التقليدي (الشرح واداء النموذج)	الأولى - الضابطة
١٢ طالبة	تتدرب بأسلوب التدريب برنامج الألعاب التنافسية والمباريات التعليمية	الثانية - التجريبية
٨ طالبات	اجراء المعاملات العلمية وتجربة محتوى البرنامج	العينة الاستطلاعية
٣٢ طالبة	أفراد المجتمع الكلي	المجموع الكلي

تجانس عينة البحث :

قامت الباحثة بحساب معامل الإلتواء لافراد عينة البحث في متغيرات النمو (العمر الزمني - الطول (الوزن) والمتغيرات الخاصة بالمتغيرات البدنية والمهارية والاختبار المعرفي (قيد البحث)، ويوضح جدول رقم (٢) ، (٣) تجانس عينة البحث في هذه المتغيرات.

جدول (٢)

تجانس افراد عينة البحث في متغيرات النمو والمتغيرات البدنية قيد البحث

ن = ٣٢

م	المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الإلتواء
١	العمر الزمني	سنة	٢٠.٤٠	٠.٦٣	٠.٩٥
٢	الطول	سم	١٦٦.٥٠	٥.٣٩	٠.٨٣
٣	الوزن	كجم	٦٤.٠٠	٥.٧١	٠.٩٢
٤	الذكاء	درجة	٣٠.٤١	٦.١٤	٠.٦٩
٥	القدرة العضلية للذراعين	متر	٤.٢٠	٠.٦٣	٠.٧١
٦	القدرة العضلية للرجلين	سم	٣٠.٥٠	٥.٤١	٠.٨٣
٧	السرعة	ث	٨.٩٢	٠.١٣	٠.١٩
٨	التوافق	درجة	١٥.٢٢	٣.٢٩	٠.٦٦
٩	الدقة	عدد	٥.٨٢	٠.٨٦	٠.٥١

يتضح من الجدول رقم (٢) أن قيمة معامل الإلتواء تتراوح بين (٠.١٩ : ٠.٩٥)، أى إنحصرت بين ± ٣ مما يدل على أن افراد عينة البحث متجانسة في متغيرات النمو والمتغيرات البدنية والنتائج ممثلة للمجتمع تمثيلاً اعتدالياً.

جدول (٣)

تجانس افراد عينة البحث في المتغيرات المهنية والتحصيل المعرفي قيد البحث

ن = ٣٢

م	المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
٢	الإرسال	درجة	١.٩١٦	١.٢٤	٠.٩٤
٣	الضرب الساحق المستقيم	درجة	١.٦٧٢	١.٢٠	٠.٥٨
٤	حائط الصد	درجة	١.٥٨٣	١.١٨	٠.٩٣
٥	التحصيل المعرفي	درجة	١٥.٤١٦	٣.٢٩	٠.٦٦

يتضح من الجدول رقم (٣) أن قيمة معامل الالتواء تتراوح بين (٠.٥٨ : ٠.٩٤)، أي إنحصرت بين ± ٣ مما يدل على أن افراد عينة البحث متجانسة في متغيرات النمو والمتغيرات البدنية والنتائج ممثلة للمجتمع تمثيلاً اعتدالياً.

تكافؤ مجموعتي البحث:

قامت الباحثة بإجراء التكافؤ بين مجموعتي البحث التجريبية والضابطة، وقد تم استعمال اختبار (ت) للعينات وأظهرت النتائج عدم وجود فروق معنوية بين المجموعتين مما يؤكد التكافؤ بينهما كما مبين في الجدول رقم (٤).

جدول (٤)

دلالة الفروق بين مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في التحصيل المعرفي والمتغيرات المهنية قيد البحث

ن = ١٢ = ٢ + ١

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعات				قيمة (ت) المحسوبة	قيمة (ت) الجدولية (*)	الدلالة الإحصائية
		الضابطة		التجريبية				
		ع	س	ع	س			
التحصيل المعرفي	درجة	١٥.٤١٦	٧.٠٧٦	١٥.٩١٦	٧.٦٥٦	٠.١٥٩	٢.٠٧	غير معنوي
الإرسال	درجة	١.٩١٦	٠.٩٠٠	٢	٠.٩٥٣	٠.٢١٣		غير معنوي
الضرب الساحق المستقيم	درجة	١.٤١٦	٠.٩٩٩	١.٣٣٣	٠.٩٨٤	٠.١٩٧		غير معنوي
حائط الصد	درجة	١.٥٨٣	١.٠٨٣	١.٩١٦	٠.٩٠٠	٠.٧٨٥		غير معنوي

(*) تحت مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٢٢).

يتضح من الجدول رقم (٤) عدم وجود فروق معنوية بين المجموعتين التجريبيّة والضابطة في المتغيرات المهاريّة والتحصيّل المعرفي مما يؤكّد التكافؤ بينهما.

وسائل وادوات البحث:

١- الأجهزة والادوات

٢- ملعب كرة طائرة قانوني.

٣- الاختبارات:

أ- اختبار القدرات العقلية : مرفق (٢)

قامت الباحثة باختبار الذكاء العالي للسيد خيري (٢٠٠٧م) حيث يتكون هذا الاختبار من ٤٢ سؤالاً متدرجاً في الصعوبة ويتضمن عينات مختلفة من الوظائف الفعلية أهمها القدرة على التركيز والانتباه والقدرة على ادراك العلامات بين الاشكال ، والاستدلال اللفظي والعددي.

ب - اختبار التحصيل المعرفي: مرفق (٣)

قامت الباحثة (باستخدام اختبار معرفي في الكرة الطائرة من اعداد محمود الحليق وآخرون ٢٠٠٨ الاختبار مكون من "٦٠" سؤال اختيار من متعدد موزعة على سبعة مجالات هي (البدني، القانون، المهارات الأساسية، خطط اللعب، قيادة الفريق، التاريخ، الإصابات الرياضية).

وكان معامل ثبات الاختبار (٠.٨١٤) ومعامل صدقه (٠.٩٠٢). والجدول التالي يوضح توزيع الأسئلة على المجالات المختلفة:

جدول (٥)

توزيع الأسئلة على المجالات المختلفة

المجموع	الإصابات الرياضية	التاريخ	قيادة الفريق	خطط اللعب	المهارات الأساسية	القانون	البدني	المجالات الأساسية
٦٠	٣	٣	٦	١٢	١٢	١٥	٩	عدد الاسئلة

ج- الإختبارات البدنية والمهارية للعينة (قيد البحث) :

بعد الرجوع للمراجع العلمية فى مجال الإختبارات والمقاييس مثل ليلى السيد فرحات (٢٠٠١م) (١٢)، ومحمد حسن علاوى ومحمد نصرالدين رضوان (٢٠٠١م) (١٤) ، وماكينزى Mackenzie (٢٠٠٥) (٢١) ، بالإضافة إلى المراجع المتخصصة فى قياس الصفات البدنية فى الكرة الطائرة مثل سكاتيس وآخرون Scates, A. E. (٢٠٠٣م) (١٩) ، محمد صبحى حسنين وحمدى عبدالمنعم (١٩٩٧م) (١٨) تم تحديد مجموعة من الإختبارات البدنية والمهارية وهى:

• الإختبارات البدنية : مرفق (٤)

- القدرة العضلية للذراعين
- القدرة العضلية للرجلين
- السرعة
- التوافق
- الدقة

• الإختبارات المهارية : (مرفق ٥)

- الارسال
- الضرب الساحق المستقيم
- حائط الصد

٤- الإستبيان:

فى ضوء ما أسفرت عنه نتائج تحليل المراجع العلمية والدراسات السابقة تم إستطلاع آراء الخبراء فى الاستمارات الخاصة بمتغيرات البحث من حيث:

- تحديد مجموعة الألعاب التنافسية فى الكرة الطائرة والملائمة لعينة البحث. مرفق (٦)
- تحديد مجموعة الضوابط الفنية والقانونية للمباريات التعليمية (قيد البحث). مرفق (٧)

وقد تم استطلاع آراء الخبراء مرفق (١) عن طريق المقابلة الشخصية للحصول على آرائهم فيما يختص محتوى استمارات الاستبيان ، على ان يكون الخبير لديه خبرة فى مجال التدريس والتدريب فى مجال الكرة الطائرة.

المعاملات العلمية (الصدق – الثبات) للاختبارات قيد البحث:

أولاً: الصدق:

لإيجاد معامل الصدق للاختبارات المستخدمة قيد البحث، قامت الباحثة بتطبيق الاختبارات البدنية والمهارية قيد البحث على عينة الدراسة الاستطلاعية البالغ عددهم (٨) من طالبات تخصص الفرقة الثالثة للكرة الطائرة (المجموعة المميزة)، والآخرى (مجموعة غير المميزة) وعددها (٨) من طالبات الفرقة الثانية حيث تم بتطبيق نفس الاختبارات وبنفس الظروف على المجموعتين، ثم بعد ذلك تم حساب صدق الاختبارات باستخدام طريقة التمايز عن طريق إيجاد معنوية الفروق بين المجموعتين (المميزة – غير المميزة) وهذا ما يوضحه جدول رقم (٦).

جدول (٦)

حساب دلالة الفروق بين متوسط درجات المجموعتين (المميزة - غير المميزة) في متغيرات البحث قيد البحث

$$n = 2 = 1 = 8$$

م	المتغيرات	الاختبارات	وحدة القياس	المجموعة المميزة		قيمة "ت"
				ع	س	
١	متغيرات النمو	الذكاء	درجة	٣٠.٥٠	٥.٩١	*٠.٩٧٦
٢	متغيرات معرفية	الاختبار المعرفي	درجة	١٦.٤٣١	٥.١٤	*٠.٩٢٣
٣	المتغيرات البدنية	القدرة العضلية للذراعين	متر	١١.٣٠٤	٠.٢٢٩	*٣.٨٣١
		القدرة العضلية للرجلين	سم	٢٢.٩٦٨	٠.٩٨٢	*٣.٨٧٧
		السرعة	ث	٥.٤٨	٠.١٢	*٣.٨٣
		التوافق	درجة	٢.٤٢٠	٠.٠٨٧	*٩.٠٩٠
		الدقة	عدد	١٤.٧٤٥	٠.١٠٨	*٧.٤٩٤
٤	المتغيرات المهارية	الإرسال	درجة	٤.٨٠٠	١.٩١٢	*٢.٩٨٤
		الضرب الساحق المستقيم	درجة	٣.٦٠٣	٠.١٩٦	*١٠.٧٩٥
		حائط الصد	درجة	٥.٥٥٩	٠.٢١٣	*١٠.١٥١

* قيمة "ت" الجدولية عند (٨، ٠.٠١) = ٢.٨٧٨

يتضح من الجدول رقم (٦) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى معنوية (٠.٠١) بين متوسطي المجموعة المميزة والمجموعة غير المميزة في جميع المتغيرات قيد البحث وذلك لصالح المجموعة المميزة، مما يدل على تمتع هذه الاختبارات بدرجة عالية من الصدق.

ثانياً: معامل الثبات:

تم إيجاد ثبات الاختبارات قيد البحث باستخدام طريقة تطبيق الاختبار ثم إعادة تطبيقه بفواصل زمنية قدره (٥) ايام بين التطبيقين، حيث تم تطبيق القياس الأول ١٠/٤ / ٢٠١٧م، والقياس الثاني يوم ١٠/٨ / ٢٠١٧م، وذلك على عينة الدراسة الاستطلاعية البالغ عددها (٨) طالبات، حيث تم حساب معامل الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني باستخدام معامل الارتباط البسيط لـ "بيرسون"، وهو ما يتضح في الجدول رقم (٧).

جدول (٧)

معامل الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني في المتغيرات قيد البحث

ن = ٨

م	المتغيرات	الاختبارات	وحدة القياس	التطبيق الأول		التطبيق الثاني		معامل الارتباط
				ع	س	ع	س	
١	متغيرات النمو	الذكاء	درجة	٦.١٠	٢٧.٢	٦.١٢	٢٧.٤	**٠.٨٠١
٢	متغيرات معرفية	الاختبار المعرفي	درجة	٠.١٩١	٢١.٧٤١	٠.٢٠٠	٢١.٧٧٨	**٠.٩٥٠
٣	المتغيرات البدنية	القدرة العضلية للذراعين	متر	٠.١٩٧	٢.٨١٢	٠.١٩٦	٢.٨١٧	**٠.٩٩٨
		القدرة العضلية للرجلين	سم	٠.٠٨٧	٢.٤٢٠	٠.٠٩٠	٢.٤٣٣	**٠.٩٣٦
		السرعة	ث	٠.١٣	٨.٩٧	٠.١١	٨.٩٦	**٠.٨٤٣
		التوافق	درجة	٠.١٥٩	٦.٩٠٦	٠.١٨٠	٦.٩٢٨	**٠.٩٣٩
		الدقة	عدد	٢.٠٧٥	٢٣.٦١	٢.١٠٢	٢٣.٥٦	**٠.٧٢٣
٤	المتغيرات المهارية	الإرسال	درجة	٠.٦٣٢	٤.٨٠٠	٠.٧١٦	٥.٠١٠	**٠.٨٦٤
		الضرب الساحق المستقيم	درجة	٠.١٩٦	٣.٦٠٣	٠.٢٣٠	٣.٦٢٨	**٠.٩٤٣
		حائط الصد	درجة	٠.١٧٧	٥.٦٧٠	٠.٢١٣	٥.٧١٠	**٠.٩٢٣

** قيمة "ر" الجدولية عند (٣، ٠.٠١) = ٠.٧٦٥

يتضح من الجدول رقم (٧) وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (٠.٠١) بين التطبيقين الأول والثاني في جميع المتغيرات البدنية والمهارية قيد البحث وأن قيم معاملات الارتباط تراوحت ما بين (٠.٧٢٣، ٠.٩٩٨) مما يدل على تمتع هذه الاختبارات بدرجة عالية من الثبات.

إجراءات تخطيط البرنامج المقترح:

١- تحديد هدف البرنامج:

يهدف البرنامج إلى الإرتقاء بمستوى الأداء المهاري في الكرة الطائرة باستخدام الألعاب التنافسية والمباريات التعليمية للعينة قيد البحث.

٢- تحديد محتوى البرنامج :

بعد الرجوع للمراجع العلمية مثل **ذكى محمد حسن ٢٠٠٧ (٥)** والدراسات السابقة فى مجال الكرة الطائرة ومواقع شبكة المعلومات الدولية (٢٥) (٢٦) ، أسفرت نتائج التحليل عن الآتى:

أ - **تحديد مجموعة من الألعاب التنافسية فى الكرة الطائرة** ، وعددهم (١٢) لعبة تم وضعها فى إستمارة لإستطلاع آراء السادة الخبراء عن مدى ملائمتها للطالبات عينة البحث ، وتحقيقها لأهداف البرنامج، وبناء على نتائج تحليل آراء الخبراء تم تقسيم الألعاب إلى:

- ألعاب تهدف لتطوير الارسال وعددهم (٤).
- ألعاب تهدف لتطوير مهارة الضرب الساحق وعددهم (٤).
- ألعاب تهدف لتطوير مهارة حائط الصد وعددهم (٤).

ب - تحديد مجموعة من الضوابط الفنية والقانونية للمباريات التعليمية قيد البحث :

تم وضعها فى إستمارة لإستطلاع آراء السادة الخبراء عن مدى ملائمتها للطالبات عينة البحث، وتحقيقها لأهداف البرنامج، وبناء على نتائج تحليل آراء الخبراء تم إضافة بعض الضوابط الفنية ، وبعض الضوابط القانونية (للارسال ، الضرب الساحق ، أخطاء حائط الصد) كما تم تقسيم المباريات تبعاً لعدد أفراد الفريق، والهدف منها، أسلوب التنفيذ، ومساحة الملعب، وبذلك تم التوصل للشكل النهائى للضوابط الفنية والقانونية للمباريات التعليمية مرفق (٩).

خطوات إعداد استمارة تقييم وملاحظة وتسجيل الأخطاء والعقوبات القانونية:

١. تحديد الهدف من الاستمارة :

تستخدم الإستمارة لتقييم وملاحظة وتسجيل عدد الأخطاء والعقوبات القانونية لمجموعة البحث فى كل من القياس القبلى والبعدى للمباريات التعليمية المصغرة (قيد البحث).

٢. تحليل مواد القانون الدولى للكرة الطائرة :

تم الرجوع للقانون الدولى للكرة الطائرة والقواعد الرسمية لاستخلاص الأخطاء القانونية التى تحدث فى المباريات، كما تم تحليل (٢) مباراة تعليمية للطالبات عينة الدراسة الاستطلاعية وذلك بهدف إضافة الأخطاء التى لم ترد فى الاستمارة، وحذف الأخطاء القانونية التى لم تحدث فى المباريات التعليمية

٣. تصميم الاستمارة :

بعد حصر الأخطاء القانونية من المراجع وتحليل المباريات، تم تسجيلها داخل استمارة أعدت لذلك (مرفق ٨)، كما تم تدوين تكرار حدوث الأخطاء أثناء المباريات التعليمية، ثم عرض الاستمارة على عدد (١٢) من الخبراء والمتخصصين مرفق (١) للتعرف على آرائهم فى مدى ملائمة الاستمارة للهدف

الذي وضعت من أجله، وتحليل آراء الخبراء تم الموافقة على جميع بنود الإستمارة، عن طريق إقامة عدد (٢) مباراة تعليمية مدة كل منها (٢٠) دقيقة موزعة على شوطين، وملاحظة وتسجيل الأخطاء في الاستمارة (قيد البحث) بهدف التعرف على :

- مدى سهولة استخدام الاستمارة.

- إيجاد المعاملات العلمية للاستمارة.

وبعد إجراء التعديلات اللازمة أصبحت الاستمارة في صورتها النهائية.

المعاملات العلمية للاستمارة (قيد البحث) :

الصدق : تم حساب الصدق بطريقة لوش Lawshe ويوضحها جدول (٨).

جدول (٨)

معاملات الصدق لاستمارة تقييم وملاحظة الأخطاء القانونية بطريقة لوش

(ن = ١٢)

م	الأخطاء القانونية	عدد مرات الاتفاق	معامل الصدق
١	تاخير لعب الارسال لاكثر من ٦ ثواني	١٢	١.٠
٢	خطأ قذف الكرة لاكثر من مرة قبل لعب الارسال.	١٢	١.٠
٣	خطأ في ترتيب الدوران اثناء اداء الارسال.	١٢	١.٠
٤	الارسال لم يكتمل ويرتطم بالشباك.	١٢	١.٠
٥	خطأ لعب الارسال قبل صفارة الحكم .	١٢	١.٠
٦	خطأ محاولة اخفاء الفريق المرسل ضربة الارسال .	١٢	١.٠
٧	قيام اللاعب الحر بالارسال او الصد.	١٢	١.٠
٨	لمس خط النهائي قبل لعب الارسال.	١٢	١.٠
٩	ضرب الكرة واخراجها خارج أرضية الملعب دون لمس الفريق الاخر للكرة .	١٢	١.٠
١٠	اخطاء مسك الكرة.	١٢	١.٠
١١	اخذ المساعدة من زميل بغرض ضرب الكرة (الضربة المساعدة).	١٢	١.٠
١٢	اخطاء ترتيب الدوران اثناء اللعب.	١٢	١.٠
١٣	تاخير اللعب.	١٢	١.٠
١٤	التبديل الخاطيء.	١٢	١.٠
١٥	تغيرات اللاعب الحر.	١٢	١.٠
١٦	قيام اللاعب الخلفي باداء الضرب بالوثب من المنطقة الامامية.	١٢	١.٠
١٧	اختراق اللاعب ملعب المنافس.	١٢	١.٠
١٨	حمل الكرة باليد.	١٠	٠.٧٣
١٩	لمس الكرة او تمريرها بالارجل.	١٠	٠.٧٣
٢٠	لمس الكرة اكثر من ثلاث مرات للفريق في الهجمة الواحدة.	١٠	٠.٧٣
٢١	لعب الكرة مرتين متتاليتين من نفس اللاعب باستثناء الصد (اللمسة المزدوجة)	١١	٠.٨٧
٢٢	اخطاء لمس اللاعب للشبكة.	١٠	٠.٧٣
٢٣	لمس الكرة للعصا الهوائية.	١٢	١.٠
٢٤	لمس الشبكة عند القيام بحائط الصد او الضرب الساق.	١٢	١.٠
٢٥	قيام اللاعب الخلفي بالاشترك في حائط الصد.	١٢	١.٠

يتضح من الجدول رقم (٨) أن معاملات الصدق لمتغيرات الاستمارة قيد البحث قد تراوحت ما بين (٠.٧٣ - ١.٠) مما يدل على صدق الاستمارة.

الثبات :

تم حساب ثبات استمارة الملاحظة بطريقة ملاحظة (٢) من المحكمين للمباراة المسجلة على الاسطوانة المدمجة وإيجاد متوسط عدد الأخطاء للفريق بواسطة كل محكم على حدة وإيجاد معامل الارتباط وتطبيق معادلة سبيرمان براون لإيجاد معامل الثبات، ويوضحه جدول (٩).

جدول (٩)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة معامل الارتباط ومعامل الثبات لاستمارة الملاحظة (قيد البحث)

(ن=٨)

معامل الثبات	معامل الارتباط	المحكم الثاني		المحكم الأول	
		الانحراف المعياري	متوسط عدد الأخطاء	الانحراف المعياري	متوسط عدد الأخطاء
٠.٩٥٧	٠.٩١٨**	١.٣٥	٨.٣٥	١.٤٨	٨.٩٩

* قيمة معامل الارتباط الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠١) = ٠.٦٦١.

يتضح من الجدول رقم (٩) أن قيمة معامل الارتباط المحسوبة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠١) كما يتضح أن معامل الثبات قد بلغ (٠.٩٥٧) وهو معامل ثبات مرتفع .

٣- التخطيط الزمني لمحتوى البرنامج :

- تم تحديد زمن البرنامج لطالبات تخصص الكرة الطائرة للعام الدراسي ٢٠١٧ / ٢٠١٨ ولمدة (١٠ أسابيع) في الفترة الزمنية من ٢٠١٧/١٠/١٥ إلى ٢٠١٧/١٢/٢٤.

- تحديد عدد مرات التدريب الاسبوعية بواقع (٤) مرات في الأسبوع أيام (الاحد – الاثنين- الاربعاء- الخميس).

- تحديد مدة التدريب ٩٠ دقيقة بواقع ٣٦٠ دقيقة اسبوعياً.

- تحديد الزمن الكلي للبرنامج ٣٦٠٠ دقيقة.

تم تقسيم زمن التدريب اليومي إلى :

• الاحماء ١٥ دقيقة.

• الجزء الرئيسي ٧٠ دقيقة: مقسمة إلى ألعاب تنافسية ، مباريات تعليمية.

• الختام ٥ دقائق.

وبذلك اشتمل زمن الجزء الرئيسي الكلى على (٢٨٠٠ دقيقة) تم تقسيمهم إلى:

• ألعاب تنافسية (١٥٦٠ دقيقة)

• مباريات تعليمية (١٢٤٠ دقيقة)

وجداول (١٠) يوضح خطة توزيع (الألعاب التنافسية والمباريات التعليمية) على أسابيع البرنامج .

جدول (١٠)

التوزيع الزمني للألعاب التنافسية والمباريات التعليمية على أسابيع البرنامج

الأسابيع	الأول	الثاني	الثالث	الرابع	الخامس	السادس	السابع	الثامن	التاسع	العاشر	المجموع
زمن الألعاب التنافسية (دقيقة)	٢٠٠	٢٠٠	١٨٠	١٨٠	١٨٠	١٤٠	١٤٠	١٤٠	١٠٠	١٠٠	١٥٦٠
زمن المباريات التعليمية (دقيقة)	٨٠	٨٠	١٠٠	١٠٠	١٠٠	١٤٠	١٤٠	١٤٠	١٨٠	١٨٠	١٢٤٠

تنظيم محتوى البرنامج واختيار التدريبات:

تم تنظيم محتوى البرنامج وتوزيعه على أجزاء الوحدة (الإحماء-الجزء الرئيسي- الختام)، مع مراعاة التالي :

- اختيار الألعاب التنافسية التي تحقق أهداف الجزء الرئيسي للوحدة.
- اختيار الألعاب التنافسية المتنوعة والمتدرجة من السهل إلى الصعب بناء على الترتيب المنطقي لتعلم المهارات.
- تحديد الضوابط الفنية والقانونية للمباريات التعليمية التي تحقق أهداف الجزء الرئيسي للوحدة.
- تحديد مجموعة الأخطاء القانونية المستخدمة كمعايير لتقييم وملاحظة المباريات التعليمية ، وفيما يلي مضمون محتوى أجزاء البرنامج.

محتوى أجزاء البرنامج: مرفق (٩)

الإحماء: ويهدف إلى تنشيط الدورة الدموية وإكساب العضلات المطاطية المطلوبة لأداء الواجبات الحركية ويشتمل على مجموعة من تدريبات إطالة وألعاب صغيرة بالكرة أو بدونها.

الجزء الرئيسي: استخدام الألعاب التنافسية والمباريات التعليمية في جميع الوحدات كالتالي:

- **تطبيق الألعاب التنافسية من (٢-٣)** لعبة في كل وحدة مع التغيير داخل الألعاب لتطوير مهارات الارسال والضرب الساحق وحائط الصد ، تم تنفيذ الألعاب باستخدام الأسلوب التنافسي لزيادة الدافعية للممارسة وإدخال عامل التشويق، كما تم تحديد الفئات بطرق متنوعة وهي (عدد التكرارات ، المجموعة التي تنتهي من الأداء أولاً، المجموعة التي تحصل على أكبر عدد من الأهداف، المجموعة التي تحقق الأداء في أقل زمن)، وذلك بما يتفق مع أهداف البرنامج .

- وتم التنوع في أساليب تنمية وتطوير الألعاب من خلال :

١. التدرج في الألعاب من الثبات - الجرى - التحرك في مختلف الإتجاهات .
 ٢. تغيير خط سير الكرة مع الصفارة يتم تغيير الاتجاه.
 ٣. تغيير إتجاه جرى اللاعب ، تخفيض عدد اللاعبين ، زيادة سرعة الأداء (الكرة - اللاعب).
- تم تطبيق المباريات التعليمية بتقسيم الطالبات إلى عدد من الفرق ، وطبقا للهدف من المباراة وأسلوب تنفيذ الضوابط الفنية والقانونية يتم تحديد عدد الطالبات فى الفريق ، زمن المباراة ، مساحة الملعب ، وعدد المباريات لكل وحدة ، مع مراعاة وضع الشروط المناسبة لكل لعبة بما يحقق الضوابط الفنية والقانونية أثناء تنفيذ الألعاب .

الختام: ويشتمل على تدريبات للتهدئة والاسترخاء والعودة بالجسم للحالة الطبيعية بقدر الامكان.

الدراسة الاساسية:

القياس القبلى:

في يوم الخميس الموافق ٢٠١٧/١٠/١١ تم اجراء القياس القبلى للمجموعتين الضابطة والتجريبية اختباراً قبلياً للوقوف على مستوى الطالبات المهارية ، ومستوى التحصيل المعرفى ، بالاضافة الى ملاحظة وتسجيل الاخطاء الفنية القانونية وذلك من خلال تقسيم الطالبات الى اربعة فرق (ا، ب، ج، د) واقامة دورى من (٦) مباريات موزعة على شوطين ، وذلك فى الفترة من (٢٠١٧ / ١٠ / ١١) الى (٢٠١٧ / ١٠ / ١٤) وتسجيل الاخطاء فى المباريات التعليمية باستخدام الاستمارة قيد البحث ويوضح ذلك جدول (١١).

جدول (١١)

دورى المباريات التعليمية للعيينة قيد البحث

المباريات	المجموعة
الاولى	المجموعة التجريبية
الثانية	ا × ب
الثالثة	ب × ج
الرابعة	ج × د
الخامسة	أ × ج
السادسة	ب × د
	أ × د

تنفيذ البرنامج:

استغرق تنفيذ البرنامج ١٠ أسابيع فى الفترة من ٢٠١٧ / ١٠ / ١٥ الى ٢٠١٧ / ١٢ / ٢٤ على عينة الدراسة الاساسية بواقع ٤ وحدات فى الاسبوع وزمن الوحدة ٩٠ دقيقة.

القياس البعدى:

تم اجراء القياس البعدى للاختبارات المهارية والاختبار المعرفى قيد البحث على عينة الدراسة الاساسية فى الفترة من ٢٠١٧ / ١٢ / ٢٥ الى ٢٠١٧ / ١٢ / ٢٦ م بالإضافة للقياس البعدى للمباريات التعليمية فى الفترة من ٢٧، ٢٨ / ١٢ / ٢٠١٧.

المعالجات الاحصائية :

تم استخدام المعالجات الإحصائية المناسبة لطبيعة البحث وذلك باستخدام برنامج الحزم الإحصائية (Spss) لإجراء العمليات الحسابية والإحصائية للبحث:

- المتوسط Mean
- الإنحراف المعياري Standard Deviation
- معامل الإلتواء Skewness
- معامل الارتباط البسيط Correlation Cofficients
- إختبار "ت" T.Test
- نسب التحسن Progress Ratios

عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

١- عرض نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعة التجريبية في التحصيل المعرفي ومهارات الإرسال والضرب الساحق وحائط الصد بالكرة الطائرة وتحليلها :

الجدول (١٢)

الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمتي (ت) المحسوبة والجدولية ودلالاتهما الإحصائية للاختبارات قيد البحث القبليّة والبعدية للمجموعة التجريبية

الدلالة الإحصائية	قيمة (ت) المحسوبة	التجريبية				وحدة القياس	المعالجات الإحصائية الاختبارات
		البعدي		القبلي			
		ع	س	ع	س		
معنوي	٢٠.٨٩١	٥.٨٥٩	٥٨.١٦٦	٧.٠٧٦	١٥.٤١٦	درجة	التحصيل المعرفي
معنوي	١٤.١٩٢	٠.٧٩٢	٧.٠٨٣	٠.٩٠٠	١.٩١٦	درجة	الإرسال
معنوي	١٢.٥٧٢	٠.٦٥١	٦.٣٣٣	٠.٩٩٩	١.٤١٦	درجة	الضرب الساحق
معنوي	١٣.٥٧١	٠.٦٥١	٦.٣٣٣	١.٠٨٣	١.٥٨٣	درجة	حائطالصد

(* قيمة (ت) الجدولية تحت درجة حرية (١١) واحتمال خطأ (٠.٠٥) = (٢.٢٠).

يتبين من الجدول رقم (١٢) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي للاختبارات قيد البحث ولصالح الاختبار البعدي ، ففي اختبار التحصيل المعرفي بلغت قيمة الوسط الحسابي في الاختبار القبلي (١٥.٤١٦) بانحراف معياري قدره (٧.٠٧٦) بينما بلغت قيمة الوسط الحسابي في الاختبار البعدي (٥٨.١٦٦) بانحراف معياري (٥.٨٥٩) ، أما في مهارة الإرسال فقد بلغت قيمة الوسط الحسابي (١.٩١٦) بانحراف معياري (٠.٩٠٠) و بلغت قيمة الوسط الحسابي في الاختبار البعدي (٧.٠٨٣) بانحراف معياري (٠.٧٩٢) ، أما فيما يتعلق بالاختبار القبلي في اختبار الضرب الساحق المستقيم بلغت قيمة الوسط الحسابي (١.٤١٦) بانحراف معياري قدره (٠.٩٩٩) في حين بلغت قيمة الوسط الحسابي للاختبار البعدي (٦.٣٣٣) بانحراف معياري (٠.٦٥١) ، وبلغت قيمة الوسط الحسابي بالاختبار القبلي في مهارة حائط الصد (١.٥٨٣) بانحراف معياري قدره (١.٠٨٣) وبلغت قيمة الوسط الحسابي في الاختبار البعدي (٦.٣٣٣) بانحراف معياري قدره (٠.٦٥١) .

٢- عرض نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعة الضابطة في التحصيل المعرفي ومهارات الإرسال ولضرب الساحق وحائط الصد بالكرة الطائرة وتحليلها :

الجدول (١٣)

الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمتي (ت) المحسوبة والجدولية ودالتهما الإحصائية للاختبارات قيد البحث القبليّة والبعدية للمجموعة الضابطة

الدلالة الإحصائية	قيمة (ت) المحسوبة	الضابطة				المعالجات الإحصائية الاختبارات
		البعدي		القبلي		
		ع	س	ع	س	
معنوي	٧.٦٨٠	٥.٦٧٠	٣٩.٨٣٣	٧.٦٥٦	١٥.٩١٦	التحصيل المعرفي
معنوي	١١.٧٢٥	٠.٧١٧	٥.١٦٦	٠.٩٥٣	٢	الإرسال
معنوي	١١.٩٠٢	٠.٦٠٣	٥	٠.٩٨٤	١.٣٣٣	الضرب الساحق المستقيم
معنوي	١٢.٢٩٥	٠.٦٦٨	٤.٩١٦	٠.٩٠٠	١.٩١٦	حائط لصد الفردي

(* قيمة (ت) الجدولية تحت درجة حرية (١١) واحتمال خطأ (٠,٠٥) = (٢,٢٠) .

يتبين من الجدول رقم (١٣) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي للاختبارات قيد البحث ولمصلحة الاختبار البعدي ، ففي اختبار التحصيل المعرفي بلغت قيمة الوسط الحسابي في الاختبار القبلي (١٥.٩١٦) بانحراف معياري (٧.٦٥٦) وفي الاختبار البعدي (٣٩.٨٣٣) بانحراف معياري قدره (٥.٦٧٠) وفي مهارة الإرسال بلغت قيمة الوسط الحسابي لها في الاختبار القبلي (٢) بانحراف معياري (٠.٩٥٣) في حين بلغت قيمة الوسط الحسابي للاختبار البعدي (٥.١٦٦) بانحراف معياري (٠.٧١٧) ، وفي مهارة الضرب الساحق بلغت قيمة الوسط الحسابي في الاختبار القبلي (١.٣٣٣) بانحراف معياري قدره (٠.٩٨٤) بينما بلغت قيمة الوسط الحسابي في الاختبار البعدي (٥) بانحراف معياري قدره (٠.٦٠٣) ، وفي مهارة حائط الصد بلغت قيمة الوسط الحسابي في الاختبار القبلي (١.٩١٦) بانحراف معياري قدره (٠.٩٠٠) في حين بلغت قيمة الوسط الحسابي في الاختبار البعدي (٤.٩١٦) بانحراف معياري قدره (٠.٦٦٨) .

٣- عرض نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في التحصيل المعرفي ومهارات الإرسال ولضرب الساحق وحائط الصد وتحليلها:

الجدول (١٤)

الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمتي (ت) المحسوبة والجدولية ودالاتهما الإحصائية للاختبارات قيد البحث البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة

الدلالة الإحصائية	قيمة (ت) الجدولية (*)	قيمة (ت) المحسوبة	المجموعات				المعالجات الإحصائية الاختبارات
			الضابطة		التجريبية		
			ع	س	ع	س	
معنوي	٢.٠٧	٨.٢٧٢	٥.٦٧٠	٣٩.٨٣٣	٥.٨٥٩	٥٨.١٦٦	التحصيل المعرفي
معنوي		٥.٩٩٠	٠.٧١٧	٥.١٦٦	٠.٧٩٢	٧.٠٨٣	الإرسال
معنوي		٥.٠١١	٠.٦٠٣	٥	٠.٦٥١	٦.٣٣٣	الضرب الساحق المستقيم
معنوي		٥.٠٤٢	٠.٦٦٨	٤.٩١٦	٠.٦٥١	٦.٣٣٣	حائط الصد الفردي

(*) تحت مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٢٢).

يتبين من نتائج الجدول رقم (١٤) الخاص بالاختبارات البعدية للمهارات قيد البحث وجود فروق ذات دلالة إحصائية معنوية بين نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية ، ففي اختبار التحصيل المعرفي بلغت قيمة الوسط الحسابي للمجموعة التجريبية (٥٨.١٦٦) بانحراف معياري (٥.٨٥٩) في حين بلغت قيمة الوسط الحسابي للمجموعة الضابطة (٣٩.٨٣٣) بانحراف معياري قدره (٥.٦٧٠) ، أما في اختبار مهارة الإرسال فقد بلغت قيمة الوسط الحسابي للمجموعة التجريبية (٧.٠٨٣) بانحراف معياري قدره (٠.٧٩٢) وبلغت قيمة الوسط الحسابي للمجموعة الضابطة (٥.١٦٦) بانحراف معياري قدره (٥.٩٩٠) ، وفي مهارة الضرب الساحق بلغت قيمة الوسط الحسابي للمجموعة التجريبية (٦.٣٣٣) بانحراف معياري (٠.٦٥١) في حين بلغت قيمة الوسط الحسابي للمجموعة الضابطة (٥) بانحراف معياري قدره (٠.٦٠٣) ، وفي اختبار مهارة حائط الصد بلغت قيمة الوسط الحسابي للمجموعة التجريبية (٦.٣٣٣) بانحراف معياري قدره (٠.٦٥١) بينما بلغت قيمة الوسط الحسابي للمجموعة الضابطة (٤.٩١٦) بانحراف معياري قدره (٠.٦٦٨).

٤- عرض نسب التحسن لمتوسط عدد الأخطاء القانونية بين القياسات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة وتحليلها:

الجدول (١٥)

نسب التحسن لمتوسط عدد الأخطاء القانونية بين القياسين البعديين
لعينتي البحث التجريبية والضابطة

م	الأخطاء القانونية	متوسط عدد الأخطاء القانونية للمجموعة الضابطة	متوسط عدد الأخطاء القانونية للمجموعة التجريبية	نسبة التحسن %
١	تاخير لعب الإرسال لأكثر من ٦ ثواني	٢١.٢٥	٩.٥٠	٥٥.٢٩
٢	خطأ قذف الكرة لأكثر من مرة قبل لعب الإرسال.	٢٥.٠٠	١١.٢٥	٥٥.٢٩
٣	خطأ فى ترتيب الدوران اثناء اداء الإرسال.	١٥.٧٥	٧.٥٠	٥٥.٠٠
٤	الإرسال لم يكتمل ويرتطم بالشباك.	١٤.٢٥	٤.٠٠	٥٢.٣٨
٥	خطأ لعب الإرسال قبل صفارة الحكم .	١٣.٢٥	٥.٢٨	٧١.٩٣
٦	خطأ محاولة اخفاء الفريق المرسل ضربة الإرسال .	١٨.٢٥	٤.٥٠	٦٠.١٥
٧	قيام اللاعب الحر بالإرسال او الصد.	١٧.٧٥	٧.٧٥	٧٥.٣٤
٨	لمس خط النهائى قبل لعب الإرسال.	١٥.٠٠	٣.٧٥	٥٦.٣٤
٩	ضرب الكرة وخروجها خارج أرضية الملعب دون لمس الفريق الآخر	٨.٥٠	٢.٥٠	٧٥.٠٠
١٠	اخطاء مسك الكرة.	٦.٧٥	١.٥٠	٧٠.٥٩
١١	اخذ المساعدة من زميل بغرض ضرب الكرة (الضربة المساعدة).	٥.٠٠	١.٢٥	٧٧.٧٨
١٢	اخطاء ترتيب الدوران اثناء اللعب.	٨.٧٥	٣.٥٠	٧٥.٠٠
١٣	تاخير اللعب.	٢١.٥٠	٩.٧٥	٦٠.٠٠
١٤	التبديل الخاطيء.	٢١.٢٥	٨.٢٥	٥٤.٦٥
١٥	تغيرات اللاعب الحر.	٤.٠٠	٠.٧٥	٦١.١٨
١٦	قيام اللاعب الخلفى باداء الضرب بالوثب من المنطقة الامامية.	٥.٠٠	١.٢٥	٨١.٢٥
١٧	اختراق اللاعب ملعب المنافس.	٨.٥٠	٢.٢٥	٧٥.٠٠
١٨	حمل الكرة باليد.	١٢.٠٠	٣.٢٥	٧٣.٥٣
١٩	لمس الكرة او تمريرها بالارجل.	٧.٥٠	٢.٥٠	٧٢.٩٢
٢٠	لمس الكرة اكثر من ثلاث مرات للفريق فى الهجمة الواحدة.	٥.٧٥	٢.٠٠	٦٦.٦٧
٢١	لعب الكرة مرتين متتاليتين من نفس اللاعب (اللمسة المزدوجة)	٥.٢٥	١.٢٥	٦٥.٢٢
٢٢	اخطاء لمس اللاعب للشبكة.	٥.٥٠	١.٥٠	٧٦.١٩
٢٣	لمس الكرة للعصا الهوائية.	١٢.٧٥	٦.٥٠	٧٢.٧٣
٢٤	لمس الشبكة عند القيام بحائط الصد او الضرب الساحق.	١٣.٧٥	٤.٢٥	٤٩.٠٢
٢٥	قيام اللاعب الخلفى بالاشتراك فى حائط الصد.	٦.٥٠	٢.٠٠	٦٩.٠٩

يتضح من جدول (١٥) ارتفاع نسب التحسن في عدد الأخطاء القانونية بين القياسات البعدية لعينتي البحث ولصالح البعدي للمجموعة التجريبية وتراوحت ما بين (٤٩.٠٢% - ٨١.٢٥%) .

٥- مناقشة نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعتين التجريبيّة والضابطة و نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبيّة والضابطة في التحصيل المعرفي والمهارات قيد البحث (الإرسال ولضرب الساحق وحائط الصد) بالكرة الطائرة :

بعد تصحيح استمارات الاختبار التحصيلي القبلي والبعدى للمجموعتين التجريبيّة والضابطة، وبعد معالجة تلك الدرجات إحصائياً باستعمال اختبار (ت) (T test) يتبين من نتائج الجداول (١٢ و ١٣) إن قيمة (ت) المحسوبة بين الاختبارين القبلي والبعدى للمجموعة التجريبيّة والضابطة لصالح القياس البعدى للمجموعة التجريبيّة ، أما بالنسبة للاختبارات المهاريّة (الإرسال والضرب الساحق و حائط الصد) للمجموعتين الضابطة والتجريبيّة وبعد تقييم الأداء الفني لكل أفراد المجموعتين وبعد معالجتها إحصائياً يتضح ان قيم (ت) المحسوبة للمتغيرات المهاريّة قيد البحث بين الاختبارين القبلي والبعدى للمجموعة التجريبيّة والضابطة اكبر من القيم الجدولية ولصالح القياس البعدى للمجموعة التجريبيّة في اختبار مهارة الإرسال ، و اختبار مهارة الضرب الساحق ، و اختبار مهارة حائط الصد ، كما يتبين من جدول رقم (١٤) وبعد معالجة نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبيّة والضابطة إن قيمة (ت) المحسوبة في اختبار التحصيل المعرفي ، والاختبارات المهاريّة قيد البحث (الإرسال و الضرب الساحق و حائط الصد الفردي) أكبر من القيمة الجدولية البالغة ولصالح القياسات البعدية للمجموعة التجريبيّة وتعزو الباحثة سبب تفوق المجموعة التجريبيّة إلى فعالية محتوى البرنامج المقترح وما اشتمل عليه من مجموعة للألعاب والتي تم تنفيذها في جو من التنافس مع التنوع والتدرج من البسيط إلى المركب ومن السهل للصعب ، ومن خلال مراعاة الترتيب المنطقي لتعليم وتدريب المهارات قيد البحث بالكرة الطائرة مما أدى إلى بناء التصور المهاري الذي يسهم بقدر كبير وإيجابي في إستيعاب الطالبات للمهارات ، كما أن المباريات التعليمية أتاحت الفرصة لعينة البحث لتنفيذ كل المهارات في مختلف الإتجاهات ومن مختلف المسافات والأبعاد والتدريب على التحرك داخل الملعب لإتخاذ المكان المناسب في مواقف اللعب الفعلية التي تحدث أثناء المباريات.

وهذا يتفق مع ما أشار إليه محمد حسن علاوى (١٩٩٧) ان إستخدام الألعاب يساهم بشكل واضح وفعال في تعلم وإتقان المهارات الأساسية ، وبعض القواعد والقوانين ، كما تعمل على إضافة عاملى التشويق والتنافس عند تعلم المهارات . (١٥ : ٢٤٢)

كما اتفقت هذه النتائج مع ما توصل اليه كل من فاليديس واخرون al Valades, et (٢٠١٦م) (٢٢)، شارما واخرون Sharma,S.G (٢٠١٢م) (١٩) ، حسام عز الرجال ابراهيم (٢٠١٢م) (٣) ، والتي اشارت نتائج دراساتهم الى فعالية البرامج التدريبيّة المقننة في التأثير ايجابيا على مستوى الاداء المهاري.

ويتفق مع ما اشار اليه عبد الفتاح عبد الله (٢٠٠٤) بأن التعليم والتدريب للمبتدئين في الألعاب الجماعية يتطلب منا تزويدهم بمجموعات من الألعاب تساعد على تهيئة جسم المبتدئ للتعامل مع الكرة والزميل بسلاسة لتنمية التوافق بين المبتدئ والأداة والفراغ المحيط به، أن البراعة في تعليم وتدريب الألعاب الجماعية تتركز في تمكن الفريق من إدراك وحدة الصورة الكلية الجماعية للفريق ، ومن خلال الممارسة الفعلية المبسطة للعبة في شكل مباريات تعليمية تعمل على تنمية المهارات الخاصة في إتجاه

طبيعة العمل أثناء الممارسة ، نظراً لأن المتعلم أثناء المنافسة يمر بمواقف متنوعة ومتغيرة ومطلوب منه أن يكتيف مهاراته وقدراته لحل هذه المواقف (٦ : ١٠٨، ١١٠).

وقد يرجع ذلك التحسن في القياسات البعدية للمجموعة التجريبية إلى استخدام الألعاب التنافسية والضوابط الفنية والقانونية في المباريات التعليمية وتطبيقها من خلال التغيير في (عدد اللاعبين، زمن المباراة ، مساحة الملعب في صورة مواقف تنافسية، بما يتشابه مع سرعة ودقة الأداء للمواقف المتغيرة أثناء المنافسة. بالإضافة إلى أن المباريات التعليمية قدمت مناخاً ملائماً لتطبيق المهارات في المواقف الفعلية مما ساعد على إكتساب الطالبات العديد من الخبرات أدت إلى تنفيذ المهارات بصورة جيدة تحت ظروف متغيرة مع تقليل عدد الأخطاء الفنية والقانونية.

وهذا ما أكده كل من السيد محمد سليمان (١٩٨١) أن تعليم وتدريب المبتدئ في جو من التنافس يعمل على تنمية المهارات في اتجاه طبيعة العمل أثناء المنافسة لأنه يعتبر من الطرق الفعالة والإيجابية في عملية التعليم والتدريب، كما يتميز أسلوب التنافس بإضافة عامل التشويق والإثارة عن طريق تدريبات تتسم بالحوية والتغير في طابعها. (٢ : ٤٧-٤٩).

وبهذا يتحقق صحة فروض البحث التي تنص على وجود فروق دالة احصائياً بين متوسطات القياسات القبليّة والبعدية للمجموعة التجريبية والضابطة في المتغيرات المهارية والتحصيل المعرفي بالكرة الطائرة ولصالح القياسات البعدية للمجموعة التجريبية ، وان هناك نسب تحسن في عدد الأخطاء القانونية بين القياسات البعدية لعينتي البحث ولصالح البعدي للمجموعة التجريبية وتعزى الباحثة تحقق فروض البحث الى وجود عنصر المنافسة والتشويق في الألعاب والمباريات وتحسن نسبة الأخطاء القانونية للطالبات بالمجموعة التجريبية.

الاستخلاصات:

توصلت الباحثة الى مجموعة من الاستخلاصات هي على النحو التالي :

- ضرورة الاهتمام بالجانب المعرفي والمهاري في الكرة الطائرة للطالبات عينة البحث.
- تحسين نسبة الأخطاء القانونية في المباريات التعليمية في الكرة الطائرة للطالبات عينة البحث.

التوصيات:

في ضوء ما أسفرت عنه نتائج هذا البحث توصي الباحثة بالآتي:

- تطبيق البرنامج المقترح لتطوير الأداء المهاري في الكرة الطائرة لطالبات الفرق الدراسية الأخرى .
- الإهتمام بتطبيق المهارات في مواقف اللعب الفعلية من خلال المباريات التعليمية .
- الأهتمام بتحسين المعارف والمعلومات من خلال المباريات .
- تعليم وتدريب المبتدئين في جو من التنافس والعمل على تنمية المهارات في اتجاه طبيعة العمل أثناء المنافسة لأنه يعتبر من الطرق الفعالة والإيجابية في عملية التعليم والتدريب .
- إجراء دراسات مشابهة أخرى على فئات عمرية وكلا الجنسين في الكرة الطائرة وبقية الألعاب الرياضية الجماعية.

المراجع

أولاً: المراجع العربية :

١. السيد محمد خيرى (١٩٨٩): اختبار الذكاء العالى (تعليمات وتطبيقات)، دار النهضة العربية، القاهرة.
٢. السيد محمد سليمان (١٩٨١): أثر تعليم المبتدئين فى كرة اليد باستخدام طريقة المنافسات الجماعية، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية بالإسكندرية، جامعة حلوان.
٣. حسام عزالرجال إبراهيم (٢٠١٢): تأثير التدريب البالسيتى لتنمية القدرة العضلية القصى على سرعة ودقة توجيه الكرة فى الإرسال الساحق للاعبى الكرة الطائرة، مجلة علوم وفنون، المجلد ٤١، جامعة حلون.
٤. نكى محمد حسن (١٩٩٨): الكرة الطائرة (بناء المهارات الفنية والخطوية)، دار المعارف، الاسكندرية.
٥. نكى محمد حسن (٢٠١٢): الكرة الطائرة تنمية وتطوير المهارات الحركية الفنية مجموعة من التدريبات المهارية والخطوية المركبة، دار الكتاب الحديث، الاسكندرية.
٦. عبد الفتاح عبد الله (٢٠٠٤): المنظومة المتكاملة لإعداد فريق الالعب الجماعية لتحقيق نتائج، المكتبة المصرية للطباعة، الإسكندرية.
٧. عصام الدين عبد الخالق (١٩٩٢) : التدريب الرياضى نظريات وتطبيقات ، دار المعارف.
٨. عطية حسام الدين (٢٠١٦): أثر برنامج تدريبي مصغر من الألعاب شبه رياضية فى تطوير بعض الصفات البدنية لدى لاعبي الكرة الطائرة " ،رسالة ماجستير ، الجزائر.
٩. على فهمى البيك، عماد الدين عباس ابو زيد (٢٠٠٤): المدرب الرياضى فى الالعب الجماعية، منشأة المعارف ، ط١، الاسكندرية.
١٠. عويس على الجبالى (٢٠٠٠): التدريب الرياضى بين النظرية والتطبيق ، القاهرة.
١١. فاضل محسن الأزيرجاوي (١٩٩١): أسس علم النفس التربوي، دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل.
١٢. ليلي السيد فرحات (٢٠٠١): القياس والاختبار فى التربية الرياضية، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
١٣. محمد احمد الحفناوى (٢٠٠٠): التفكير الخطى وعلاقته بفاعلية الاداء المهارى للاعبى الكرة الطائرة وفقا لبعض تخصصات اللاعبين ، مجلة كلية التربية الرياضية للبنين ببور سعيد ، جامعة قناة السويس.
١٤. محمد حسن علاوى، محمد نصرالدين رضوان (٢٠٠١): اختبارات الاداء الحركى، دار الفكر العربى، القاهرة .

١٥. محمد حسن علاوى (١٩٩٧) : علم نفس المدرب والتدريب الرياضي، دار المعارف، القاهرة.
١٦. محمد صبحي حسنين (٢٠٠١): التقييم والقياس فى التربية البدنية، ج ١، ط ٤، دار الفكر العربى ، القاهرة.
١٧. محمد صبحي حسنين وحمدى عبدالمنعم : الأسس العلمية للكرة الطائرة وطرق القياس والتقييم، القاهرة، مركز الكتاب للنشر، ١٩٩٧م.
١٨. محمود الحليق واخرون (٢٠٠٨) : بناء اختبار معرفي لطلبة الكرة الطائرة، كلية التربية الرياضية بجامعة اليرموك.

ثانياً: المراجع الاجنبية :

19. Sharma, A., Geovinson, S. G., & Singh, J. S. (2012). Effects of a nine-week core strengthening exercise program on vertical jump performances and static balance in volleyball players with trunk instability. The Journal of sports medicine and physical fitness
20. Kellas, E. (2009): **Effects of Small-Sided Games on Physical and Performance in Young Soccer Players** , Journal of Sports Science and Medicine.
21. Morris , K. & Ghonsson , N. (2006) : The Impact Of Small & Recreational Games Program On The Physical Fitness And Some Basic Skill For Football Juniors U 9 Years , Br Sports Journal.
22. Valadés, D., Palao, J. M., Aúnsolo, Á., & Ureña, A. (2016). Correlation between ball speed of the spike and the strength condition of a professional women's volleyball team during the season. Kinesiology: International journal of fundamental and applied kinesiology.
23. Gary Rosenthal, (1983) : Volleyball the game how To play, Library of congress, United states of America.
24. Glen H. Egstrom, Frances Schaafsma(1984): Volley ball, Library of congress, United states of America.
25. <http://www.sportplan.com>
26. <https://sites.com/site/lubnatabieb/5/alakhtaalshayte>