مجلة تطبيقات علوم الرياضة
العدد مائة وثلاثة مارس ٢٠٢٠
تاثير تدريبات مركبه وفق انمات السيادة المخية علي تطوير مستوى الاداء البدني والمهاري للضرب الساحق لدى لاعبات الكرة الطائرة
أ.م.د /ايمان عبدالله زيد
أ.م.د / عزة احمد السعيد

المقدمـة ومشكلة البحث :

إن التقدم الذى حدث فى مجالات الحياة بصورة عامة وفى مجال المنافسات الرياضية بصفة خاصة لم يكن وليد الصدفة وانما كان نتيجة جهود قام بها العلماء والمتخصصون فى المجال الأكاديمى والتطبيقى بأستخدام منهجية علمية تهدف إلى تطوير قدرات ومهارات اللاعبين على كافة المستويات .

وحظى موضوع السياده المخيه خلال السنوات الاخيرة اهتماما متزايدا من قبل المختصين فى المجال الرياضى لما له من دور فعال ومهم فى عملية التعليم والتدريب وأهمية العمل على تطوير مهارات نصفى الدماغ لتحقيق التكامل فيما بينهم ، لأن التعرف على نصفى الدماغوتوضيح الاختلاف بين كل نصف على حدة يمد كلا من اللاعب والمدرب بالمعلومات و الطرق المختلفة التى يؤثر بها الدماغ على الاداء الرياضى (٣٥: ١٥٠) ٠

واشار كلا من **أيهم الفاغوري**(٢٠٠٩م) ، و **صلاح أبو جادو**(٢٠٠٧م) أنه يرجع ظهورمفهوم السيادة المخية الى بداية السبعينات من القرن الماضى إلي عالم المخ والأعصاب **"جون جاكسون"Johen Jackson** بفكرته عن الجانب المسيطر (السائد) في الدماغ، ويعتبر هذا المفهوم الأصل الذي اشتقت منه مفهوم السيادة المخية ، إذ يعبر عن ذلك بقوله إن نصفي الدماغ لا يمكن أن يكونا مجرد تكرار لبعضهما البعض ولابد أن يكون أحد نصفي الدماغ هو النصف المسيطر، وهذا ما أشار إليه عالم المخ والأعصاب **"هيوجولييمان"Hugoliepman** إذ أشار إلي سيطرة النصف الأيسر من الدماغ لدي معظم الأفراد حيث يسيطر علي الحركات الإرادية واللغة والمنطق أما النصف الأيمن من الدماغ هو النصف غير المسيطر ، وقد أكد هذه النتيجة عالم المخ و الأعصاب **"جوزيف بوجون" Joseph B** حيث يري أن الاتجاه الحالي في التعليم يركز علي الجانب الأيسر من الدماغ وهذا يؤدي إلي ضمور نمو الجانب الأيمن من الدماغ (٢: ١٧) (١٧:٢) ٠

فى حين يرى كلا من " **عبيد وعفانة (٢٠٠٣م) ، " سبرنجر" Springer(٢٠٠٣م)**ان هناك العديد من الدراسات الحديثة تؤكد ان الدماغ يعمل بكليته ولا يمكن فصل الجانب الايمن عن الجانب الايسر فى التعامل مع المواقف المختلفة ، فالانسان يمتلك دماغا واحدا ، فنحن لا نفكر بنصف واحد دون الاخر فكلاهما يشترك فى العمليات العقلية العليا (٣٦ : ١١٧) ، (٤٥: ٤٧) ٠

وتعددت مسميات السيادة المخية Hemispherity style بتعدد و إختلاف الزوايا التى تناول منها الباحثون والعلماء الفروق الوظيفية بين نصفى الدماغ ، فقد استخدم " **كولمان Coleman** " مصطلح عمليات الدماغ Processes فى حين استخدم **" زينهو سيرن Zenhau sern " ، " رفيت Rephetti " ، " جيبارت Gebhardt** " تعبير التعلم المعقد Learnining complexityوالذاكرة memory أو نمط معالجة المعلومات Stayle of information processing وأنماط التعلم والتفكير stayle of learning thinking ، السيادة الجانبية والسيطرة الدماغية ومصطلح السيادة النصفية للمخ la dominance cerebrale كمرادفات للسيادة المخية (٣ : ٣٢١) (٥ : ١٠٦) .

ويتفق كلا من **" سبرنجر" Springer و" ديوتش" Deutsch(٢٠٠٣م) وعدنان العتوم على، و عبد الناصر الجراح، و موفق سليم بشارة**(٢٠٠٧م)انه لا يجب النظر إلى السيادة النصفية للمخ على انها ثنائية القطب وأنما تمثل متصلا تتوزع علية أنشطة السيطرة بنسب متفاوتة أى أن معظم الأفراد يستخدمون تلك الانماط لكن الغلبة أو السيطرة فى بعض المواقف تكون لأحدهما على حساب الآخر وهكذا يمكن تدريب الأفراد على أستخدام الأنماط الثلاثة بدلاً من تركيزهم على نمط واحد مبددين بالتالى الطاقة الكامنة الموجودة فى مخهم حيث يبدو ان كل نصفمن نصفى الدماغ قادراً على التعامل مع أنواع مختلفة من المهارات غير أن الامر يختلف فى مدى الفاعلية والكفاءة(٤٥: ١٥) (٢٠: ٣٠-٣٣) .

وهذا ما اكده كلا من**سليمان عبد الواحد"** (٢٠١٠م) ،**غازى بن صلاح المطرفى (٢٠١٤م)**ان جميع أجزاء الدماغ الطبيعى جاهزة للاستخدام فى جميع الأحوال ولكن الأفراد يختلفون فى الطريقة التى تعودوا عليها فى التفكير بسبب خبرتهم الحياتية التى عاشوها و اساليب التعلم والادوات التى اعتادوا عليها ، فنجد أن بعض الافراد يستخدمون مختلف أجزاء الدماغ بوتيرة أكبر وبشكل مكثف أكثر من الأفراد الآخرين (١٦ : ٤٠) (٢١ : ٣٧)

وتعد لعبة الكرة الطائرة من الالعاب التى تطورت تطوراً كبيراً وملحوظاً فى السنوات الاخيرة إذ ادهشت العديد من الفرق العالمية المحللين والمتابعين والنقاد والخبراء فى هذا المجال بالمستويات الرائعة والانجازات العظيمة فضلاً عن التكامل والانسجام والتناغم الهائل بين الجوانب البدنية والمهارية والخططية والوظيفية لتلك الفرق ومما لا شك فية ان هذا الانسجام لم يأت بشكل عفوى أو عشوائى دائما نتيجة المدربين المختصين على التخطيط العلمى المدروس والاستناد على الاسس والمبادىء العلمية فى التدريب الرياضى فضلاً عن الاعتماد على القياسات والاختبارات العلمية الدقيقة التى تخدم المجهود البدنى أثناء المباريات أو فترات التدريب لكى يظهر اللاعب كل ما يملك من قدرات بدنية وفنية وخططية ويظهر فى احسن صورة ويستطيع أن يؤدى كل ما يطلب منه اثناء المباراة (٦ : ٣) .

وتذكر**جيهان فؤاد** (٢٠٠٤م)ان طبيعه اللعب خلال المباريات بمواقفها المتنوعه والمتغيرة تفرض على اللاعبين استخدام اشكال مركبه وكثيره من التدريبات والمهارات المختلفه ، لذا يجب على المدرب اعداد وتجهيز لاعبيه لمواجه تلك المواقف من خلال الارتقاء بمستوى الاداء البدنى والمهارى طبقا لشروط وظروف المباراه (٨: ٢٢) .

فعندما تكون المفردات التدريبية مشابهه لما يحدث فى المباريات فأن اللاعب يتعود على القيام بهذه الحركات ولا يتفاجأ بها أثناء المباراه مما يسبب له راحة نفسية واطمئنان على الرغم من وجود ظروف مختلفة أثناء المباريات وأنها تلعب دوراً رئيسياً فى السلوك الحركى للاعب وفى الانفعالات والاستجابات كما تعد من أهم العوامل المؤثرة فى عملية تعليم وتدريب المهارات الحركية للاعبين (٢٤ : ١٨) .

لذا كان المدربون يفتشون فى كل ما ينمى ويطور هذه الجوانب وقد وجدوا أن التدريبات المركبة من الاساليب التى تساعد على تطوير إمكانيات اللاعبين وتعمل على تطوير القدرات البدنية والمهارية ويعتقد بعض المدربين ان هذه التدريبات ضرورية ويجب أن يعطيها المدرب بعناية إذ لا يمكن الاستغناء عنها لأنها تعمل على البناء المباشر لمستوى الرياضى فضلاً عن تطويرها للفهم الخططى للاعبين (١٢: ١٢٣) .

وتعتبر مهارة الضرب الساحق من المهارات التى تحتاج إلى وقت ومجهود لاتقانها حيث أنها من المهارات ذات فاعلية وتأثير فى تحقيق الفوز والانتصار للفريق فتعتبر من أهم المهارات الهجومية والتى تتعدد بأختلاف طرق وخطط اللعب الهجومية والتى لها دور رئيسى فى انهاء الخطط الهجومية وإحراز النقاط وتعتبر من أكثر المهارات تطوراً (١٣ :٤٥) .

وتؤدى مهارة الضرب الساحق من أماكن مختلفة وأوضاع متغيرة وذلك لما يتطلبة قانون اللعبة من دوران اللاعبين وتغيير المراكز وبالتالى يؤدى إلى تغيير وضع الجسم مما يؤدى إلى وجود الكرة بعيداً عن اليد الضاربة للاعبة الامر الذى يؤدى إلى صعوبة اَداء المهارة بالزراع المسيطر للاعبه ،قد تلجأ اللاعبه إلى الاداء بالزراع الغير مسيطرة مما يؤدى إلى فشل الأداء فى معظم الضربات ، ومن خلال خبرة الباحثتان ومن متابعتهما لبعض الفرق وجدتا أن أغلب المدربين يركزون فى مفردات مناهجهم التدريبية على تطوير الجانب البدنى والمهارى وقلة الاهتمام بتطبيق الأساليب العلمية الحديثه المتضمنه تقسيم اللاعبات فى ضوء السيادة المخية أثناء أداء التدريبات والتى تساعد على تطوير مستوى الاداء البدنى و المهارى والخططى وسرعة اتخاذ القرار والاسناد والتحرك الصحيح والتنظيم فى الاوقات الحرجة من المباراة لذا إرتأت الباحثتان أن دراسة هذه المشكلة من خلال إعداد تدريبات مركبة بأستخدام أجهزة وأدوات سواء كانت تدريبات بدنية أو مهارية وفق أنماط السيادة المخيه تساعد على تطوير مستوى الاداء البدنى والمهارى للضرب الساحق لدى لاعبات الكرة الطائرة ، واستندت الباحثتان على الحقائق الآتية :-

- **ستروبلر :** لاعب كرة اليد الاعسر فى الدورى السويدى (١٥ سنة) الذى بدأ بأستخدام اليد اليمنى ليتماشى مع زملائه ولكنه تقدم وتحسن اذا كان أداؤه على الجانبين متساوياً بالكفاءة وان هذه الحالة اعطته فرصة فى حرية الحركة والرمى على الجانبين ، حتى أصبح أخطر لاعب .
- **داتا:** لاعبة التنس اليابانية التى اضطرت إلى التدريب بأستخدام اليد غير المفضلة .

، وهذا ما دعا الباحثتان إلى استخدام التدريبات المركبه وفق انماط السياده المخيه إسهاماً منهما فى رفع مستوى اللعبة .

هدف البحث :

يهدف البحث إلى التعرف على تاثير التدريبات المركبة وفق انماط السيادة المخيه على تطوير مستوى الاداء البدنى والمهارى للضرب الساحق لدى لاعبات الكرة الطائرة ٠

فروض البحث:

١- توجد فروق دالة إحصائيا بين القياسات القبلية والبعدية للأنماط الثلاثه فى نتائج مقياس السياده المخيه التى تم تصنيفهم للمجموعه التجريبيه لصالح القياسات البعدية.

١- توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسات القبليه والبعديه للمجموعه التجريبيه في المتغيرات البدنيه (قيد البحث) ومستوى الاداء المهارى للضرب الساحق للثلاث انماط لصالح القياسات البعديه.

٢- توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين مستوى الاداء البدنى و المهارى للضرب الساحق وانماط السياده المخية لصالح النمط المتوازن .

المصطلحـــات:

السياده المخيه : Hemisphericity Styles

عرفها تورانس Torrance بانها " استخدام النصفين الكرويين للدماغ الايسر اوالايمن او كليهما معا (المتكامل) فى العمليات العقليه (٢٦: ١١-١٤) .

النصفين الكرويين للدماغ :

هما النصف الأيمن والنصف الأيسر والذي يتكون كل منهما من فصين رئيسيين من فصوص القشرة الدماغية. (٢: ٩)

التدريبات المركبة :

"هى تدريبات مركبه (بدنيه ومهاريه) مدعمه بادوات واجهزه تدريبيه تبنى على تدريبات سبق وأن أتقنتها اللاعبات ومشابهه لواجب اللاعبه فى اللعب الحقيقى وتساهم فى تنمية الجانب الغير مسيطر وتحسين الجانب المسيطر "تعريف اجرائى .

الدراسات السابقه :

اجرت منال محمد احمد منصور (٢٠١٤م)(٣٠) دراسه "تدريبات حركية موجهه للسيطرة الدماغية و تأثيرها علي مستوي الأداء في البالية لطالبات كلية التربية الرياضية بالزقازيق" هدف الدراسه إلى التعرف علي نمط السيطرة الدماغية و تصنيف عينة البحث حسب نوع ونمط السيطرة الدماغية وتصميم برامج لتدريبات حركية موجهة باستخدام قضيب السند لكل نمط والتعرف على تأثير هذه البرامج واستخدمت المنهج التجريبى على ٣٣ طالبه من طالبات الفرقه الأولى و كانت اهم النتائج ان البرنامج التدريبى أدى إلى تنمية عناصر اللياقه البدنيه وتنمية المستوى المهارى فى الباليه وتوجد فروق داله إحصائيا بين عناصر اللياقه البدنيه ومستوى الاداء المهارى فى الباليه ، وظائف نصفى المخ يكمل كلا منهما الاخر، مستوى كفاءه الطالبات فى الباليه يعتمد على نوع التدريبات الموجهه لنوع السيطره الدماغيه .

اجرت نيفين حسين محمود (٢٠١٢م) (٣٤) دراسه " تأثير برامج تدريبيه بإستخدم الأدوات الغرضيه على السياده الدماغيه والإرتقاء بمستوى أداء مهارات الكاتا لجانبى الجسم فى رياضة الجودو " هدفت الدراسه إلى تقسيم مجتمع البحث حسب السياده الدماغيه وتصميم برامج تدريبيه بإستخدام الادوات الغرضيه والتعرف على تأثيرهذه البرامج واستخدمت المنهج التجريبى على ٣٣ طالبه تخصص جودو وكانت اهم النتائج أنه يمكن تنمية الجانب غير السائد للمخ من خلال الأهتمام بالبرامج التدريبيه المقننه ولايوجد سياده مطلقه ولكن وظائف نصفى المخ مكملين لبعضهم البعض، وتوجد علاقه ارتباطيه داله إحصائيا بين بعض بعض إختبارات القدرات البدنيه ومستوى أداء الكاتا لجانبى الجسم يمين ويسار٠

اجرى"كيوتيو مارليان ورزيون Chua- Tee, Marlyam & Ridzun"(٢٠٠١م) (٣٩) دراسه " السيطرة الدماغية للطلاب فى سنغافورة " وهدفت الى التعرف على السيطرة الدماغية لدى الطلاب فى جامعة سنغافورة واستخدم المنهج الوصفى علي طلاب جامعة سنغافورة وكانت اهم النتائج أن ٥٥% من الطلاب الموهوبين ذو النمط الأيمن وترتفع نسبة التفوق عند استخدام الأنشطة التعليمية التى تنمى النمط المتكامل.

إجراءات البحث:

أولاً: منهج البحث:

استخدمت الباحثتان المنهج التجريبي بإتباع التصميم التجريبى ذو القياسات القبلية والبعدية لمجموعة تجريبية واحدة وذلك لملائمته لطبيعة هذا البحث.

ثانياً: مجتمع وعينة البحث:

تم اختيار مجتمع البحث بالطريقة العمدية من لاعبات الكرة الطائره – جامعة الزقازيق للعام الجامعى (٢٠١٧م - ٢٠١٨م) والبالغ عددهن (٤٢) لاعبه ، تم تطبيق مقياس "تورانس" (إختبار السياده النصفيه للمخ) لتحديد نوع السياده وتقسيمهن حسب نوع السياده لديهن، و تم تصنيف (عينة البحث التجريبة والاستطلاعية) بناء على نتائج المقياس إلى ثلاث تصنيفات (الاولى ذات السياده المخيه اليسرى)، (الثانية ذات السياده المخيه اليمنى)، (الثالثة ذات السياده المخيه المتوازنة)، وتم اختيار العينة الاستطلاعية بطريقة عشوائية عمدية من افراد المجتمع بلغ عددهن(١٢) لاعبه وذلك لإيجاد المعاملات العلمية لتصبح عينه البحث الاساسيه (٣٠) لاعبه .

جدول (١)
تصنيف مجتمع البحث

م	نوع العينة	العدد		النسبة	نوع السيطرة الدماغية
١	العينة الاستطلاعية	١٢		%٢٨,٥٧	ــ
٢	عينة الدراسة الأساسية (المجموعة التجريبية)	٣٠ (%٦٩,٧٧)	١٦	%٣٧,٢١	مجموعه ذات سيطره دماغية يسرى
			٦	%١٣,٩٥	مجموعه ذات سيطره دماغية متوازنه
			٨	%١٨,٦٠	مجموعه ذات سيطره دماغية يمنى
	العينة الكلية للبحث	٤٢		%١٠٠	ــ

إعتدالية توزيع عينة البحث:
تم حساب إعتدالية توزيع أفراد عينة البحث فى معدلات النمو ومقياس السياده المخيه ،و المتغيرات البدنية قيد البحث ومستوى الاداء المهارى للضرب الساحق ،والجداول الاتيه توضح ذلك ٠

جدول (٢)
إعتدالية توزيع عينة البحث فى متغيرات (السن –الطول – الوزن - العمر التدريبى)
ن =٤٢

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط	الوسيط	الانحراف	الالتواء
السن	سنة	٢١,٤٤	٢١,٠٠	٠,٥٠	٢,٦٤
الطول	سم	١٦٥,٥١	١٦٦,٠٠	٥,٤٠	٠,٢٧-
الوزن	كجم	٦٢,٠٠	٦٠,٠٠	٩,٧٨	٠,٦١
العمر التدريبى	سنه	٦.٠٢	٥.٩٥	١.٣٤	١.٣٤

يتضح من جدول (٢) أن معاملات الالتواء انحصرت ما بين (±٣) مما يشير إلى إعتدالية توزيع أفراد عينة البحث فى هذه المتغيرات.

جدول (٣)
إعتدالية توزيع افراد عينة البحث في مقياس السياده المخيه
ن = ٤٢

المتغيرات			وحدة القياس	المتوسط	الوسيط	الانحراف	الالتواء
السيادة المخية	نمط السيادة المخيه الايسر	العبارات يمين	عدد	٦,٨٧	٧,٠٠	١,٠٧	٠,٣٥-
		العبارات يسار	عدد	١٢,٥٨	١٢,٠٠	١,٠٧	١,٦٢
	نمط السيادة المخيه المتوازن	العبارات يمين	عدد	٩,٠٠	٩,٠٠	٠,٠٠	٠,٠٠
		العبارات يسار	عدد	٩,٠٠	٩,٠٠	٠,٠٠	٠,٠٠
	نمط السيادة المخيه الايمن	العبارات يمين	عدد	١١,٧٨	١١,٥٠	١,٠٨	٠,٧٧
		العبارات يسار	عدد	٦,٨٧	٧,٠٠	١,٠٨	٠,٣٥-

يتضح من جدول (٣) أن معاملات الالتواء جميعا تتراوح ما بين (-٠,٣٥: ١,٦٢) أى انها انحصرت ما بين (±٣)، مما يشير الى اعتداليه أفراد عينة البحث البحث فى اختبار السياده المخيه .

جدول (٤)
إعتدالية توزيع افراد عينة البحث (النمط الايسر) فى المتغيرات البدنية المتغيرات البدنية قيد البحث واختبار الضرب الساحق
ن =١٦

المتغيرات البدنية		وحده القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
إدراك عمق الرؤية	عند ١٠سم	سم	٥.٨٣	٠.٢١٢	٥.٨	٠.٤٧١
	عند ٢٠سم	سم	٧.٨٩	٠.١٤٤	٧.٩٨	١.٩٨-
	عند ٣٠سم	سم	٩.٣٣	٠.١٤١٧	٩.٣٤	٠.٢١٢-
إدراك مجال الرؤية	الرأس لاعلي	سم	٦٤.٦٨	٠.٣١٥	٦٤.٨	١.١٣-
	الرأس لاسفل	سم	٦٥.٢٥	٠.٣٨٨	٦٥.٣	٠.٣٥٤-
	الرأس أقصي اليمين	سم	٧١.٦٢	٠.٢٢٢	٧١.٦٥	٠.٣٨٣-
	الرأس أقصي اليسار	سم	٧١.٨٧	٠.٣٦١	٧٢.٠٢	١.٢٣-
سرعة رد الفعل		ث	٢٠.٤٣	٠.١٧٣	٢٠.٤	٠.٥٩٣
التوافق بين العين واليد		عدد	١٥.١٠	٠.٢٣٩	١٥.٠١	١.١٦٣
قوة القبضة لليد اليسري		كجم	١٧.٧٣	٠.٧٢٦	١٨	١.١٠١-
قوة القبضة لليد اليمني		كجم	٢٢.٦٦	١.٣٣	٢٣	٠.٧٤٩-
دقة التصويب للذراع الايسر		درجة	٦.٣١	٠.٠٨٧٨	٦.٣٥	١.٣٦٦-
دقة التصويب للذراع الايمن		درجة	٩.٢٤	٠.١٦٨	٩.٢	٠.٧٤١
دفع كرة طبية	للذراع الايمن	م	٦.٣٦	٠.١٢٩	٧.٤	٠.٩٢٤-
	للذراع الايسر	م	٦.٥١٦	٠.١١	٦.٥	٠.٤٥٣
قدرة عضلية للرجلين		سم	٢٨.٠٩	٠.١٦٨	٢٨.١	٠.١٤٩-
ثني الجذع من الوقوف		سم	٧.٩٤	٠.٣٦١	٨	٠.٤٨٥-
الوثب والتوازن فوق		نقطة	٥٢.٢٣	٠.٧٣٣	٥٢	٠.٩٥١
الجري المكوكي		ث	١١.١٩	٠.١٥٦	١١.٢	٠.١٦٠-
مهارة الضرب	اللاعب الايمن	درجة	٧.٠٤٩	٠.٣٢٢	٧	٠.٤٥٨
	اللاعب الايسر	درجة	٤.٩٨	٠.١٧٢	٥	٠.٢٦٢-

يتضح من الجدول (٤) أن معاملات الالتواء تتراوح ما بين (٠.٩٦٩، -١.٩٨-) اى انحصرت ما بين (+ ٣)مما يشير إلى اعتداليه أفراد عينة البحث(النمط الايسر) فى هذه المتغيرات ٠

جدول (٥)
إعتدالية توزيع افراد عينة البحث (النمط الايمن) فى المتغيرات البدنية فى المتغيرات البدنية قيد البحث واختبار الضرب الساحق
ن =٨

المتغيرات البدنية		وحده القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
إدراك عمق الرؤية	عند ١٠سم	سم	٥.٦٩	٠.١٤٧	٥.٧٥	-١.٠٣٧
	عند ٢٠سم	سم	٧.٩١	٠.٠.٨٨	٧.٩	٠.٥٥٩
	عند ٣٠سم	سم	٩.١٩	٠.١١٢	٩.٢	-٠.٢٦٧
إدراك مجال الرؤية	الرأس لاعلي	سم	٦٤.٠٩	٠.١٨٧	٦٤.١	-٠.١٤٦
	الرأس لاسفل	سم	٦٥.٢٢	٠.٠٨٧	٦٥.٢	٠.٦٢٤
	الرأس أقصي اليمين	سم	٧١.٦٧	٠.٥٨٥	٧١.٩	-١.١٦٦
	الرأس أقصي اليسار	سم	٧١.٩٦	٠.٣٤٥	٧٢.١	-١.٢٠
سرعة رد الفعل		ث	٢٠.٢٧	٠.١١٢	٢٠.٣	-٠.٦٣٥
التوافق بين العين واليد		عدد	١٥.١٧	٠.١٤٢	١٥.٢	-٠.٦١٤
قوة القبضة لليد اليسري		كجم	٢٢.٧	١.١٦٧	٢٣	-٠.٧٧١
قوة القبضة لليد اليمني		كجم	١٦.٦٤	٠.٨٠٩	١٧	-١.٣٤٨
دقة التصويب للذراع الايسر		درجة	٩.٨٩	٠.٢٤٣	١٠	-١.٣٤٨
دقة التصويب للذراع الايمن		درجة	٦.٣٤	٠.٢٨٤	٦.٥	-١.٦٣٢
دفع كرة طبية	للذراع الايمن	م	٥.٥٨	٠.١٢٥	٥.٥٩	-٠.٢٤٠
	للذراع الايسر	م	٨.٥٩١	٠.١٠٤	٨.٦	-٠.٢٦١
قدرة عضلية للرجلين		سم	٢٧.٢١	٠.١٦٢	٢٧.٢	٠.٢٦٩
ثني الجذع من الوقوف		سم	٨.٠١	١.٠٨٤	٨	٠.٠٢
الوثب والتوازن فوق		نقطة	٥٢.٥٧	٠.٩٢٠٢	٥٣	-١.٤١
الجري المكوكي		ث	١١.٠٨	٠.١٠٩	١١.٠	٢.١٩
مهارة الضرب	اللاعب الايمن	درجة	٥.٩٨	٠.١٢٥	٦	-٠.٤٥٨
	اللاعب الايسر	درجة	٨.٩١	٠.٢٣٦	٩	-١.٢٠

يتضح من الجدول (٥) أن معاملات الالتواء تتراوح ما بين (٠.٧٦٨ ، -١.٦٣٢) اى انحصرت ما بين (+ ٣)مما يشير إلى اعتداليه أفراد عينة البحث(النمط الايمن) فى هذه المتغيرات

جدول (٦)
إعتدالية توزيع افراد عينة البحث (النمط المتوازن) فى المتغيرات البدنية قيد البحث واختبار الضرب الساحق
ن =٦

المتغيرات البدنية		وحده القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
إدراك عمق الرؤية	عند ١٠سم	سم	٥.٦٨	٠.١٨٦	٥.٦٥	٠.٤٠٢
	عند ٢٠سم	سم	٧.٧٨	٠.١٤٧	٧.٨	٠.٣٤١-
	عند ٣٠سم	سم	٩.٤٥	٠.٠٦٧	٩.٤٧	١.٠١-
إدراك مجال الرؤية	الرأس لاعلي	سم	٦٢.٥٤	٥.٥٢	٦٤.١٥	٠.٨٧٢-
	الرأس لاسفل	سم	٦٥.٢٦	٠.١٥٦	٦٥.٢٥	٠.٣٢١
	الرأس أقصي اليمين	سم	٧١.٢٩	٠.١٦٧	٧١.٣	٠.١٤٩-
	الرأس أقصي اليسار	سم	٧٢.٠٣	٠.٩٢٩	٧٢.٤	١.٢٠-
سرعة رد الفعل		ث	٢٠.٢٣	٠.٣٧٨	٢٠.٠٤	١.٤٧
التوافق بين العين واليد		عدد	١٥.٣٨	٠.٤٣٣	١٥.٢٥	٠.٨٦٦
قوة القبضة لليد اليسري		كجم	٢٠.١٥	٠.١٣١	٢٠.١	١.١٤١
قوة القبضة لليد اليمني		كجم	١٩.١٨	٠.١٥٩	١٩.٢	٠.٣٧٧-
دقة التصويب للذراع الايسر		كجم	٩.٩٦٧	٠.٣٣٤	١٠	٠.٠٩٩-
دقة التصويب للذراع الايمن		درجة	٩.٠١٦	٠.١٤٧	٩	٠.٣٤١
دفع كرة طبية	للذراع الايمن	م	٧.١٩	٠.٠٩	٧.٢	٠.٢٧٨-
	للذراع الايسر	م	٦.٨٧	٠.١٢٢	٦.٩٥	١.٣٥-
قدرة عضلية للرجلين		سم	٢٦.٧٧	٠.٣٤٥	٢٦.٨٣	٠.٤٠٥-
ثني الجذع من الوقوف		سم	٧.٩٥	٠.٤٥٤	٨.١	٠.٩٦٨-
الوثب والتوازن فوق		نقطة	٥٢.٣٦	٠.٣١١	٥٢.٤	٠.٣٢١-
الجري المكوكي		ث	١١.١٧	٠.١٢٧	١١.٢	٠.٧٠٨-
مهارة الضرب	اللاعب الايمن	درجة	٨.٠٣	٠.١٧٠	٨	٠.٤٧٠
	اللاعب الايسر	درجة	١٢.١٠١	٠.٢٢٧	١٢	١.٣٢٩٧

يتضح من الجدول (٦) أن معاملات الالتواء تتراوح ما بين (١.٣٢٩٧، -١.٣٥) اى انحصرت ما بين (± ٣)مما يشير إلى اعتداليه أفراد عينة البحث(النمط االمتوازن) فى هذه المتغيرات

ثالثا: وسائل وأدوات جمع البيانات:

الأجهزة والأدوات المستخدمة فى البحث.

- جهاز تعليم وتدريب الضرب الساحق ملحق (٧)
- جهاز رد الفعل reaction time
- جهاز كريجنسكى لادراك عمق الرؤيه٠
- ميزان طبى ملحق به رستاميتر لقياس أقرب كجم والطول لأقرب سم.
- استمارة لتسجيل بيانات وقياسات عينة البحث.
- كرات طائرة قانونية٠
- سلم الرشاقة .
- الحواجز المنخفضة الارتفاع

- ساعة إيقاف لقياس الزمن مقدرة بالثانية من (١ – ١٠٠ ثانية).
- كرات طبيه ، كرات ملونة و كرات تنس.
- كرات سوسرية.
- مقاعد سويدية.

الاستمارات والمقابلات الشخصيه :

- استمارة باسماء السادة الخبراء فى مجال الكرة الطائرة وعلم النفس الرياضى وفسيولوجيا الرياضة **ملحق** (١)٠
- استمارة إستطلاع رأى الخبراء لتحديد المتغيرات البدنيه الخاصه واهم الإختبارات الخاصه بالمتغيرات البدنيه والمهاريه **ملحق** (٢)٠
- استمارة استطلاع رأى الخبراء حول تقييم جهازتعليم وتدريب مهارة الضربة الساحقه **ملحق** (٧)
- استمارة استطلاع رأى الخبراء لتحديد مدة تطبيق التدريبات المقترحة وعدد الوحدات الأسبوعية وزمن كل وحدة ملحق (٦)٠

الاختبارات البدنية و المهارية المستخدمة فى البحث : ملحق (٣)، (٤)

لتحديد المتغيرات البدنية الخاصة بمهارة الضرب الساحق وأهم الاختبارات التى تقيسها واختبار الضرب الساحق قامت الباحثتان بالاطلاع على المراجع العربية والاجنبية والدراسات السابقة و عرضها على السادة الخبراء لمعرفة مدى مناسبتها وقد أرتضت الباحثتان بنسبة ٨٠% على الاقل من اراء السادة الخبراء٠(٦) (٨) (١٣) (١٤) (١٥) (٢٥) (٤٩) (٣٨)

مقياس السياده المخيه :ملحق (٥)

اعداد تورانس وزملائه Torrance،et al لتحديد نوع السياده المخيه، تم تصميم مقياس سيطرة النصفين الكرويين للدماغ للكشف عن نمط السياده المخيه السائد أو المسيطر لدي الأفراد إذ يمكن من خلال هذا المقياس تحديد نمط السيطرة السائد من حيث كونها يسري أم يمني أم متوازنة والمستخرج من شبكة الإنترنت العالمية وقد تم ترجمتة من قبل باحثين للغة العربية في مركز ترجمة معتمد من الإتحاد الأوربي، وقد اشتمل المقياس علي (٣٦) عباره تجيب عليها اللاعبات بالاختيار من متعدد (ثلاث اختيارات) وتم تصحيح إجابات المقياس واستخراج نتائج الإجابات من حيث كونها يسري أم يمني أم متوازنة

المعاملات العلميه (الصدق –الثبات) :

أولا- الصدق :

أ- **صدق مقياس السياده المخيه :**

١- **صدق المحكمين** :

قامت الباحثتان بعرض عبارات المقياس على الساده الخبراء من أعضاء هيئة التدريس وخبراء في مجال علم النفس وفسيولوجيا الرياضة ورياضة الكرة الطائرة ملحق (١)، واعتبرا نسبه اتفاق الساده الخبراء على عبارات المقياس معيارا لصدقه .

٢- **صدق الاتساق الداخلى** :

قامت الباحثتان بحساب معامل صدق اختبار السياده المخيه وذلك بحساب قيمه معامل الارتباط بين المفردات (العبارات) والدرجة الكلية للمقياس ، كما هو موضح بجدول (٧).

جدول (٧)
معاملات الإرتباط بين العبارة والدرجة الكلية
لمقياس السياده المخيه
ن = ١٢

العبارة	معامل الارتباط مع الدرجة الكلية	العبارة	معامل الارتباط مع الدرجة الكلية
١	٠,٩٦٧	١٩	٠,٩٦٧
٢	٠,٧٤٠	٢٠	٠,٧٤٠
٣	٠,٨٠٧	٢١	٠,٩٦٧
٤	٠,٧٤٣	٢٢	٠,٨٠٧
٥	٠,٦٤٥	٢٣	٠,٨٦٧
٦	٠,٧٦٦	٢٤	٠,٧٤٥
٧	٠٨٦٧	٢٥	٠,٨٩٦
٨	٠,٨٠٧	٢٦	٠,٨٤٥
٩	٠,٧٨٧	٢٧	٠,٨٤٨
١٠	٠,٧٤٠	٢٨	٠,٩٤٨
١١	٠,٨٤٧	٢٩	٠,٧٦٦
١٢	٠,٧٩٠	٣٠	٠,٦٨٩
١٣	٠,٩٤٠	٣١	٠,٧٥٦
١٤	٠,٦٤٩	٣٢	٠,٨٤٠
١٥	٠,٧٨٩	٣٣	٠,٧٧٥
١٦	٠,٧٤٠	٣٤	٠,٨٩٠
١٧	٠,٨٩٦	٣٥	٠,٩٤٨
١٨	٠,٨٤٧	٣٦	٠,٧٦٦

(ر) عند مستوى (٠,٠٥) = ٠,٥٧٦

يتضح من جدول (٧)ان جميع قيم معاملات الارتباط داله عند مستوى (٠.٠٥) مما يدل على صدق عبارات المقياس فيما وضع من اجله .

ب- صدق الاختبارات البدنيه و الاختبار المهارى قيد البحث:

استخدمت الباحثتان صدق المقارنه الطرفيه حيث تم التطبيق على عينه من مجتمع البحث وخارج العينه الاساسيه وعددهن (١٢) لاعبه وتم ايجاد دلاله الفروق بين الارباع الاعلى (٣) لاعبات والارباع الادنى (٣) لاعبات وجدول (٨) يوضح ذلك ٠

جدول(٨)
دلالة الفروق بين بين الارباع الاعلى والارباع الادنى للاختبارات البدنيةوالاختبار المهارى قيد البحث
ن١=ن٢=٣

المتغيرات البدنية		وحدة القياس	الارباع الاعلى		الارباع الادنى		قيمة T
			المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	
ادراك عمق الرؤية	عند ١٠سم	سم	٥.٩	٠.١٨٨	٤.٥	٠.٨٤٩	٥.٠٨٦
	عند ٢٠سم	سم	٧.٨٩	٠.١٣٠٣	٦.٤٤	٠.٨٧٧	٥.١٨
	عند ٣٠سم	سم	٩.٣٤	٠.١٣٤	٨.٦١٤	٠.٥٨٦	٣.٨١٨
ادراك مجال الرؤية	الرأس لاعلي	سم	٦٤.٦٦	٠.٣١٦	٦٣.١٥	١.٥٦٧	٢.٩٨
	الرأس لاسفل	سم	٦٥.٢٧	٠.٤٥٣	٦٠.٥٤	٠.١٢٥	٥.٤٥
	الرأس أقصي اليمين	سم	٧١.٦٥	٠.٢١٨	٦٩.٣	١.٦١٩	٤.٥٤
	الرأس أقصي اليسار	سم	٧١.٨٧	٠.٤٦٦	٦٠.٩	٨.٤٥	٤.١٠
سرعة رد الفعل		ث	٢٠.٤٥	٠.١٦٥	١٧.١	١.٢٩	٥.٦٢
التوافق بين العين واليد		عدد	١٥.١٢	٠.٣١١	١٣.٢	١.٠٣٣	٥.٦٢
قوة القبضة لليد اليسري		كجم	٢٨.٥	٢.٥٩	٢٢.١	١.٣٧	٦.٩
قوة القبضة لليد اليمني		كجم	٢٧	٢.١١	١٧.١	١.٣٧	١٢.٤٥
دقة التصويب للذراع الايسر		درجة	١٠.٠١	٠.٣٩٨	٦.٢٩	٠.٠٩٨	٢٨.٦٥
دقة التصويب للذراع الايمن		درجة	٩.٢١	٠.١٨٥	٦.١٧	٠.٤٩٧	١٨.١٣
دفع كرة طبية	للذراع الايمن	م	٧.٣٦	٠.١٣٣	٥.٤٧	٠.٢٧٨	١٩.٣٩
	للذراع الايسر	م	٦.٥١	٠.١٢	٤.١٩	٠.٧٤٩	٩.٦٧
قدرة عضلية للرجلين		سم	٢٨.٩٨	١.٤٨	٢٦.٥٨	١.٤٤	٣.٦٦
ثني الجذع من الوقوف		سم	٧.٩٢	٠.٤٢٣	٧	١.٠٥	٢.٥٦
الوثب والتوازن فوق		نقطة	٥٢.٣٤	٠.٧٥٤	٥١.٣٦	٢.٢٢	٣.٥
الجري المكوكي		ث	١١.٢١	٠.١٦٦	١٢.٣٣	١.٥٤	٢.٢٨
الضرب الساحق	اللاعب الايمن	درجة	١٦.٩١	٠.٠٩٨	١١.٢٢	٠.٣٠٦	٥٦.٠٠
	اللاعب الايسر	درجة	١٧.٧٢	٠.٢٨٣	١١.٠٢	٠.٠١٥١	٧٤.٧٧

قيمة ت الجدولية عند مستوي معنوية ٠.٠٥ ودرجات حرية ٤ =٢٠٧٧٦
يتضح من الجدول (٨) وجود فروق ذات دلاله إحصائيا عند مستوى ٠.٠٥ بين الارباع الاعلى والارباع الادنى فى الاختبارات البدنيه قيد البحث ومستوى الاداء المهارى للضرب الساحق لصالح الارباع الاعلى وهذا يعطى دلاله مباشرة على صدق تلك الاختبارات ٠

ثانيا : الثبات: أ. ثبات مقياس السياده المخيه :

تم حساب معامل ثبات مقياس السياده المخيه والذى يشتمل على (٣٦) عباره باستخدام : التجزئه النصفية لاجابات عينة الدراسة الاستطلاعية باستخدام معادلة " سبيرمان – براون Spearman Prown "و جتمان Guttman " ومعامل " الفا كرونباخ Alpha" ، وجدول (٩) يوضح ذلك ٠

جدول (٩)
الثبات " بالتجزئة النصفية " و "معامل الفا كرونباخ " لمقياس السياده المخيه ن = ١٢

المقياس	عدد العبارات	التجزئه النصفية		معامل الفا كرونباخ
		" سبيرمان – براون	جتمان	
السياده المخيه	٣٦	٠.٨٩٣	٠.٧٩٣	٠.٨١٥

قيمه ر الجدوليه عند درجات حريه ١٠ ومستوى معنويه = ٠.٥٧٦

يتضح من جدول (٩) ان معاملات الارتباط بطريقة التجزئة النصفية قد تراوحت بين (٠.٧٩٣، ٠.٨٩) وعن طريق الفا كرونباخ (٠.٨١٥) مما يدل على ان المقياس ذو معامل ثبات عالى ٠

ب. **ثبات الاختبارات البدنيه والاختبار المهاري قيد البحث** :

لحساب معامل الثبات قامت الباحثتان باستخدام طريقه تطبيق الاختبار واعاده تطبيقه وذلك بفارق زمنى (٧) ايام بين التطبيقين وجدول (١٠) يوضح ذلك ٠

جدول(١٠)

العلاقة الارتباطية بين التطبيق الاول والتطبيق الثاني في الاختبارات البدنية والاختبار المهارى قيد البحث

ن= ١٢

المتغيرات البدنية		وحدة القياس	التطبيق الاول		التطبيق الثاني		معامل الارتباط(ر)
			المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	
ادراك عمق الرؤية	عند ١٠سم	سم	٥.٩	٠.١٨٨	٥.٥	٠.٨٤٩	٠.٩٨٧
	عند ٢٠سم	سم	٧.٨٩	٠.١٣٠٣	٧.٨٤	٠.٨٧٧	٠.٨٩٧
	عند ٣٠سم	سم	٩.٣٤	٠.١٣٤	٩.٣٤	٠.٥٨٦	٠.٩٦٥
ادراك مجال الرؤية	الرأس لاعلي	سم	٦٤.٦٦	٠.٣١٦	٦٤.٦٥	٠.٥٦٧	٠.٩٤٥
	الرأس لاسفل	سم	٦٥.٢٧	٠.٤٥٣	٦٥.٥٤	٠.١٢٥	٠.٩٤١
	الرأس أقصي اليمين	سم	٧١.٦٥	٠.٢١٨	٧٠.٨٣	٠.٦١٩	٠.٩١٢
	الرأس أقصي اليسار	سم	٧١.٨٧	٠.٤٦٦	٧١.٩	٠.٤٥	٠.٩٣٢
سرعة رد الفعل		ثانية	٢٠.٤٥	٠.١٦٥	٢٠.١	٠.٢٩	٠.٩١٧
التوافق بين العين واليد		عدد	١٥.١٢	٠.٣١١	١٥.٢	٠.٠٣٣	٠.٩٥١
قوة القبضة لليد اليسري		كجم	٢٨.٥	٢.٥٩	٢٨.١	٠.٣٧	٠.٩٣٧
قوة القبضة لليد اليمني		كجم	٢٧	٢.١١	٢٧.١	٠.٣٧	٠.٩١٣
دقة التصويب للذراع الايسر		درجة	١٠.٠١	٠.٣٩٨	١٠.٢٩	٠.٠٩٨	٠.٩٧٨
دقة التصويب للذراع الايمن		درجة	٩.٢١	٠.١٨٥	٩.١٧	٠.٤٩٧	٠.٩١٠
دفع كرة طبية	للذراع الايمن	م	٧.٣٦	٠.١٣٣	٧.٤٧	٠.٢٧٨	٠.٩٢٧
	للذراع الايسر	م	٦.٥١	٠.١٢	٦.١٩	٠.٧٤٩	٠.٩٦٢
قدرة عضلية للرجلين		سم	٢٨.٩٨	١.٤٨	٢٨.٥٨	١.٤٤	٠.٩٣٤
ثني الجذع من الوقوف		سم	٧.٩٢	٠.٤٢٣	٨	١.٠٥	٠.٩٩
الوثب والتوازن فوق		نقطة	٥٢.٣٤	٠.٧٥٤	٥٢.٣٦	٠.٢٢	٠.٩٥٧
الجري المكوكي		ثانية	١١.٢١	٠.١٦٦	١١.٣٣	٠.٥٤	٠.٩٣١
الضرب الساحق الاعب الايمن		درجة	١٦.٩١	٠.٠٩٨	١٦.٨٧	٠.٦٠٦	٠.٩٣٥
الاعب الايسر		درجة	١٧.٧٢	٠.٢٨٣	١٧.٠٢	٠.٧٥٠	٠.٩٤٨

قيمة ت الجدولية عند مستوي معنوية ٠.٠٥ ودرجات حرية ١٠ =٠٥٧٦

يتضح من الجدول (١٠) أن جميع قيم معامل الارتباط ذات دلالة معنوية عند مستوى معنوية (٠.٠٥) للمتغيرات البدنية والاختبار المهارى قيد البحث، مما يشير إلى ثبات تلك المتغيرات٠

أسس وضع التدريبات المركبه:

١- أن تكون التدريبات تتوافق مع نوع ونمط السياده المخيه .

٢- مراعاة مبدأ التدرج بحمل التدريب من خلال الشدة عن طريق التغير فى سرعة الاداء وزيادة صعوبته والحجم عن طريق زمن الاداء وعدد مرات التكرار وتغيير فترات الراحة بحيث يساعد الطالبة على أكتساب القدرة على التكييف مع المتطلبات المختلفة للتطبيق العملى للاداء.

٣- أستخدام أسلوب التحميل الفردى لكل لاعبه حسب قدرتها لمختلف التدريبات.
٥- ان يتم التدريب تحت نفس الظروف المشابهه لظروف المنافسات .
٣- مراعاة مبدأ التموج خلال مراحل الوحدات التدريبيه.
٤ - تطبيق مبدأ الإستمرارية فى التدريب.
٦- أن تسهم كافة محتويات وحدة التدريب على تحقيق أهدافها بما فى ذلك الإحماء والختام.
٧- مناسبة دورة الحمل المستخدمة لقدرات الاعبات.
٨- توفر عامل الأمن والسلامة مع إمكانية إستخدام طرق التدريب المختلفة والوسائل التى تساعد على تحسين القدرات البدنية ومستوى الاداء المهارى للضرب الساحق .

التوزيع الزمنى للتدريبات :

بعد أن قامت الباحثتان بتحديد الأسس العامة للتدريبات تم استطلاع رأى الخبراء لتحديد الفترة الكلية لتطبيق التدريبات وعدد الوحدات التدريبية فى الأسبوع، و زمن كل وحدة تدريبية يومية، الجدول (١١) التالى يوضح ذلك٠

جدول (١١)

النسبة المئوية لاراء الخبراء فى محتوى الزمني للتدريبات المقترحة

محتوى التدريبات المقترح	راى الخبراء	النسبة المئوية
الفترة الزمنية الكلية	٨ أسابيع	١٠٠ %
عدد الوحدات التدريبية خلال الأسبوع	٣ وحدات	١٠٠ %
زمن الوحدة التدريبية الواحدة	٩٠ دقيقة	١٠٠ %

يتضح من جدول(١١) اتفاق السادة الخبراء على التوزيع الزمنى التدريبات المقترحة والنسبة المئوية

التقسيم الزمنى للتدريبات المقترحة: ملحق (٨)

إستغرق تطبيق التدريبات المقترحة (٨) أسابيع، إحتوت كل وحدة تدريبيات حركية اسبوعية على (٣) وحدات يومية بفارق يوم بين كل وحدة وأخري بناءاً على ما إستقر عليه رأى الخبراء، إستغرقت الوحدة التدريبية اليومية (٩٠ ق) قسمت إلى جزء تمهيدى (١٥ق) اشتمل على الإحماء(٥ق) واعداد بدنى عام (١٠ق) و(٧٠ق) جزء رئيسى ويشمل على (٣٠ق) الإعداد البدنى الخاص و(٤٠ق) تدريبات مركبه خاصة بمهارة الضرب الساحق لمحاولة الارتقاء بمستوى الاداء المهارى للجانب الغير مسيطر للجسم (الذراع الضاربة – قدم الاقتراب) فى محاولة تطوير مهارة الضرب الساحق للاعبه والجزء الختامى (٥ق) اشتمل على حركات تهدئة.

وقد راعت الباحثتان عند تطبيق التدريبات علي المجموعه أن يتم التدريب للجانب غير المسيطر للجسم بزمن وعدد مرات تكرار أكبر نسبياً من الجانب المسيطر أثناء الأداء حتي يتم التوازن بين جانبي الجسم في مجموعتي (السيطرة الدماغية اليمني و اليسري) أما المجموعة المتوازنة فكان زمن الأداء وعدد مرات التكرار بالجانب الأيمن مساوي لزمن وعدد مرات تكرار الأداء بالجانب الأيسر٠

تجربة البحث :

القياس القبلى:

قامت الباحثتان بإجراء القياسات القبلية لعينة البحث لجميع المتغيرات قيد البحث فى يومى الخميس والسبت الموافق ٢٢، ٢٤ /٢/٢٠١٨م: (القياسات الانثروبومترية - المتغيرات البدنية - مقياس النصفيين الكرويين للدماغ - المستوى المهارى والفنى لمهارة الضرب الساحق).

تطبيق البرنامج:

قامت الباحثتان بتطبيق برنامج التدريبات المقترحه على المجموعه التجريبيه للبحث فى الفترة من يوم الاحد الموافق ٢٠١٨/٢/٢٥م إلى يوم الخميس الموافق ٢٠١٨/٤/١٩م بواقع ثلاث وحدات اسبوعيا ٠

القياس البعدى:

تم إجراء القياسات البعدية بعد الإنتهاء من التطبيق على المجموعه التجريبية للبحث فى يومي السبت والاحد والموافق ٢١، ٢٠١٨/٤/٢٢م، بنفس الطريقة التى تم بها تطبيق القياسات القبلية ٠

المعالجات الإحصائيه المستخدمه:

بعد جمع البيانات فى هذا البحث تم اجراء المعالجات الاحصائيه المناسبه باستخدام برنامج SPSS

المتوسط الحسابى -الوسيط - الإنحراف المعيارى - معامل الإرتباط ودلالة الفروق F test – دلالة الفروق Ttest - معامل الإلتواء – أقل فرق معنوى LSD.

عرض ومناقشه النتائج :

أولا: عرض النتائج :

جدول (١٢)
الفروق بين القياس القبلى والقياس البعدى في نتائج مقياس السياده المخيه للمجموعه التجريبيه (للانماط الثلاثه)
ن = ٣٠

المجموعات	المتغيرات	القياس القبلي		القياس البعدي		الفرق
مجموعه ذات سيطره يسرى	العدد	١٦		١١		٥
	النسبة	٥٣,٣٣		٣٦.٦٦		١٦.٦٦
	نوع العبارة	المتوسط (سَ)	الانحراف (± ع)	المتوسط (سَ)	الانحراف (± ع)	-
	يمين	٧.٤٤	١.٤٤	٥.٥٤	٠.٥٤	١.٩
	يسار	١٩.٣٢	١.٤٥	١٣.١	٠.٤٤	٦.٢٢
	متكامل	٦.٢٤	٠.٠٠	١٢.٣٦	٠.٠٠	٦.١٢
مجموعه ذات سيطره يمنى	العدد	٨		٥		٣
	النسبة	٢٦.٦٦		١٦.٦٦		١٠
	نوع العبارة	المتوسط (سَ)	الانحراف (± ع)	المتوسط (سَ)	الانحراف (± ع)	-
	يمين	٢٠.٢٢	١.٥٣	١٧.٢٢	٠.٧٦	٣
	يسار	٦٠٩٨	١.٤٤	٧.٦٣	٠.٨٧	٠.٧٤
	متكامل	٥.٨	٠.٠٠	٨.١٥	٠.٠٠	٢.٣٥
مجموعه ذات سيطره متوازنه	العدد	٦		١٤		٨
	النسبة	٢٠.٠٠		٤٦.٦٦		٢٦.٦٦
	نوع العبارة	المتوسط (سَ)	الانحراف (± ع)	المتوسط (سَ)	الانحراف (± ع)	-
	يمين	٥.٧٨	١.٤٦	٤.٤٥	٠.٦٧	١.٣٣
	يسار	٥.٥٧	١.٦٧	٦.٤٣	٠.٧٨	٠.٨٦
	متكامل	٢١.٦٥	٠.٠٠	٢٢.١٢	٠.٠٠	٠.٤٧

يتضح من جدول (١٢) وجود فروق دالة احصائياً فى القياسات القبلية للانماط الثلاثة لصالح نمط السيطرة الدماغية اليسري، فكانت بين نمطى السيطرة الدماغية اليمنى واليسرى لصالح نمط (السيطرة الدماغية اليسرى) وكذا بين نمطى السيطرة الدماغية اليسرى والمتوازنة لصالح نمط (السيطرة الدماغية اليسرى) بينما توجد فروق ولكنها غير دالة احصائياً بين نمطى السيطرة الدماغية اليمنى والمتوازنة، وكذلك إلي وجود فروق عددية دالة احصائياً فى القياسات البعدية بين نمطى السيطرة الدماغية اليسرى والمتوازنة لصالح نمط السيطرة الدماغية المتوازنة.

جدول (١٣)
دلالة فروق القياس القبلي للمتغيرات البدنية (قيد البحث) للانماط الثلاثة ن = ٣٠

للمتغيرات البدنية		وحدة القياس	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	الدلالة
إدراك عمق الرؤية	عند ١٠سم	سم	بين القياسات	٠.١٠٨	٢	٠.٠٥٤	١.٣٢	غير دال
		سم	داخل القياسات	١.١٠٤	٢٧	٠.٠٤١		
	عند ٢٠سم	سم	بين القياسات	٠.٠٥١	٢	٠.٠٢٦	١.٤٨	غير دال
		سم	داخل القياسات	٠.٤٦٧	٢٧	٠.٠١٧		
	عند ٣٠سم	سم	بين القياسات	٥٩٢.١٩٥	٢	٢٩٦.٠٩٨	١.٣٧	غير دال
		سم	داخل القياسات	٥٨٥٤.٣٥٢	٢٧	٢١٦.٨٢٨		
إدراك مجال الرؤية	الرأس لاعلي	سم	بين القياسات	٣٤.٤٦٢	٢	١٧.٢٣١	١.٤١	غير دال
		سم	داخل القياسات	٣٣١.٠٥٩	٢٧	١٢.٢٦١		
	الرأس لاسفل	سم	بين القياسات	٠.٠١٢	٢	٠.٠٠٦	٠.٠٧	غير دال
		سم	داخل القياسات	٢.١٩٠	٢٧	٠.٠٨١		
	الرأس أقصي اليمين	سم	بين القياسات	٠.٥٣٢	٢	٠.٢٦٦	١.٩	غير دال
		سم	داخل القياسات	٣.٧٨٤	٢٧	٠.١٤٠		
	الرأس أقصي اليسار	سم	بين القياسات	٠.٠٠٣	٢	٠.٠٠١	٠.٠٠٣	غير دال
		سم	داخل القياسات	١١.٢٧٥	٢٧	٠.٤١٨		
سرعة رد الفعل		ث	بين القياسات	٠.٢٠١	٢	٠.١٠	١.٤٤	غير دال
		ث	داخل القياسات	١.٨٨	٢٧	٠.٠٧		
التوافق بين العين واليد		عدد	بين القياسات	٠.١٧٢	٢	٠.٠٨٦	٠.٩٢	غير دال
		عدد	داخل القياسات	٢.٥٣٥	٢٧	٠.٠٩٤		
قوة القبضة لليد اليسري		كجم	بين القياسات	١١٠.٩٣٤	٢	٥٥.٤٦٧	٨٥.٠٥	
		كجم	داخل القياسات	١٧.٦٠٨	٢٧	٠.٦٥٢		
قوة القبضة لليد اليمني		كجم	بين القياسات	١٨٢.٧٩٨	٢	٩١.٣٩٩	٨٠.٢١	
		كجم	داخل القياسات	٣٠.٧٦٦	٢٧	١.١٣٩		
دقة التصويب للذراع الايسر		درجه	بين القياسات	٩٣.٦٧٠	٢	٤٦.٨٣٥	٧٩.٠٨٦	
		درجه	داخل القياسات	١.٥٩٩	٢٧	٠.٠٥٩		
دقة التصويب للذراع الايمن		درجة	بين القياسات	٤٥.٥٣٩	٢	٢٢.٧٦٩	٥٧٢.٠٢	
		درجه	داخل القياسات	١.٠٧٥	٢٧	٠.٠٤٠		
دفع كرة طبية	للذراع الايمن	م	بين القياسات	٢٢.٠٩٥	٢	١١.٠٤٧	٨١٩.٦٥	
		م	داخل القياسات	٠.٣٦٤	٢٧	٠.٠١٣		
	للذراع الايسر	م	بين القياسات	١٦.٩٧١	٢	٨.٤٨٥	٥٣٤.٣١	دال
		م	داخل القياسات	٠.٤٢٩	٢٧	٠.٠١٦		
قدرة عضلية للرجلين		سم	بين القياسات	١٠.٧٠٩	٢	٥.٣٥٤	٩٨.٦٥	
		سم	داخل القياسات	١.٤٦٥	٢٧	٠.٠٥٤		
ثني الجذع من الوقوف		سم	بين القياسات	٠.٠٨٠	٢	٠.٠٤٠	٠.١	غير دال
		سم	داخل القياسات	١٠.٩٨٢	٢٧	٠.٤٠٧		
الوثب والتوازن فوق		نقطه	بين القياسات	٠.١٠٩	٢	٠.٠٥٥	٠.١١	غير دال
		نقطه	داخل القياسات	١٣.٥٦١	٢٧	٠.٥٠٢		
الجري المكوكي		ث	بين القياسات	٠.٠٤٣	٢	٠.٠٢٢	١.١٣	غير دال
		ث	داخل القياسات	٠.٥١٨	٢٧	٠.٠١٩		

قيمة ف الجدولية عند مستوي معنوية ٠.٠٥ = ٣.٣٥

يتضح من جدول (١٣) وجود فروق ذات دلاله إحصائيه عند مستوى معنويه ٠.٠٥بين متوسطات القياسات (القبليه– البعديه) فى المتغيرات البدنيه (قيد البحث).

جدول (١٤)
أقل فرق معنوي القياس القبلي للمتغيرات البدنية (قيد البحث) للانماط الثلاثة
ن١ = ١٦ ن٢ = ٨ ن٣ = ٦

المتغيرات البدنية	وحدة القياس	النمط	المتوسط الحسابي	النمط الايسر	النمط الايمن	النمط المتوازن
قوة القبضة لليد اليسري	كجم	الايسر	١٧.٧٣٣		LSD 0.923	LSD 1.072
	كجم	الايمن	٢٢.٥٠٠	٤.٧٦٧		LSD 0.634
	كجم	المتوازن	٢٠.١٧٠	٢.٤٣٧	٢.٣٣٠	
قوة القبضة لليد اليمني	كجم	الايسر	٢٢.٦٦٧		LSD 1.066	LSD 1.00
	كجم	الايمن	١٦.٦٢٥	٦.٠٤٢		LSD 1.11
	كجم	المتوازن	١٩.١٨٣	٣.٤٨٤	٢.٥٥٨-	
دقة التصويب للذراع الايسر	درجة	الايسر	٦.٣١٠		LSD 0.055	LSD 0.052
	درجة	الايمن	٩.٨٨٨	٣.٥٧٨		LSD 0.0576
	درجة	المتوازن	٩.٩٤٠	٣.٦٣٠	٠.٠٥٣	
دقة التصويب للذراع الايمن	درجة	الايسر	٩.٢٠٠		LSD 0.037	LSD 0.0349
	درجة	الايمن	٦.٣٣٨	٢.٨٦٣		LSD 0.0387
	درجة	المتوازن	٩.٠٢٠	٠.١٨٠	٢.٦٨٣	
دفع كرة طبية للذراع الايمن	م	الايسر	٦.٥١٧		LSD 0.013	LSD 0.0118
	م	الايمن	٨.٥٨٨	٢.٠٧١		LSD 0.013
	م	المتوازن	٦.٨٦٩	٠.٣٥٢	١.٧١٩	
دفع كرة طبية للذراع الايسر	م	الايسر	٧.٣٦٠		LSD 0.149	LSD 0.0139
	م	الايمن	٥.٥٨٦	١.٧٧٤		LSD 0.0154
	م	المتوازن	٧.١٨٠	٠.١٨٠	١.٥٩٤	
قدرة عضلية للرجلين	سم	الايسر	٢٨.٠٩٢		LSD 0.051	LSD 0.0476
	سم	الايمن	٢٧.٢٢٩	٠.٨٦٣		LSD 0.0528
	سم	المتوازن	٢٦.٧١٢	١.٣٨٠	٠.٥١٧	

جدول (١٥)
دلالة فروق القياس القبلي للمتغيرات المهارية (قيد البحث) للانماط الثلاثة
ن = ٣٠

للمتغيرات المهارية		مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	الدلالة
الضرب الساحق	للاعب الايمن	بين القياسات	٢٠٢.٦٣٦	٢	١٠١.٣١٨	٦٦١٦.٣٤	دال
		داخل القياسات	٠.٤١٣	٢٧	٠.٠١٥		
	للاعب الايسر	بين القياسات	٢٩٥.٧٩٦	٢	١٤٧.٨٩٨	٢٠٨٨٨.١٨	دال
		داخل القياسات	٠.١٩١	٢٧	٠.٠٠٧		

قيمة ف الجدولية عند مستوي معنوية ٠.٠٥ = ٣.٣٥
يتضح من جدول (١٥) وجود فروق ذات دلاله إحصائيه عند مستوى معنويه ٠.٠٥ بين متوسطات القياسات (القبليه – البعديه)فى مستوى الاداء المهارى للضرب الساحق لدى لاعبات الكرة الطائرة .

جدول (١٦)
أقل فرق معنوي للقياس القبلي لاختبار الضرب الساحق للانماط الثلاثة
ن١ = ١٦ ن٢ = ٨ ن٣ = ٦

المتغيرات المهارية		وحدة القياس	النمط	المتوسط الحسابي	النمط الايسر	النمط الايمن	النمط المتوازن
الضرب الساحق	لاعب ايمن	درجة	الايسر	١٦.٩٠٥		LSD 0.0161	LSD 0.012
		درجة	الايمن	١١.١٤٥	٥.٧٦٠		LSD 0.0164
		درجة	المتوازن	١٧.١٥٢	٠.٢٤٧	٦.٠٠٧	
	لاعب ايسر	درجة	الايسر	١١.٠٢٨		LSD 0.007	LSD 0.053
		درجة	الايمن	١٧.٧٧٤	٦.٧٤٦		LSD 0.007
		درجة	المتوازن	١٧.١٣٢	٦.١٠٥	٠.٦٤٢	

يتضح من جدول (١٦) إلى وجود فروق ذات دلاله إحصائيه عند مستوى معنوي ٠.٠٥ لصالح القياس البعدى فى القدرات البدنيه ومستوى الاداء المهاري للضرب الساحق.

جدول (١٧)
دلالة فروق القياس البعدي للمتغيرات البدنية (قيد البحث) للانماط الثلاثةن = ٣٠

للمتغيرات البدنية		مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	الدلالة
إدراك عمق الرؤية	عند ١٠سم	بين القياسات	٣.٣٩٠	٢	١.٦٩٥	٢٦.١٦	دال
		داخل القياسات	١.٧٤٩	٢٧	٠.٠٦٥		
	عند ٢٠سم	بين القياسات	١.٨١٨	٢	٠.٩٠٩	٤٧.٩٨	دال
		داخل القياسات	٠.٥١٢	٢٧	٠.٠١٩		
	عند ٣٠سم	بين القياسات	١.٠٦٧	٢	٠.٥٣٤	٣٠.٨٤	دال
		داخل القياسات	٠.٤٦٧	٢٧	٠.٠١٧		
إدراك مجال الرؤية	الرأس لاعلي	بين القياسات	٤.٥٩٣	٢	٢.٢٩٦	٣.٢٥	دال
		داخل القياسات	١٩.٠٦٥	٢٧	٠.٧٠٦		
	الرأس لاسفل	بين القياسات	١٨.٨٤٩	٢	٩.٤٢٥	١٢.٤٥	دال
		داخل القياسات	٢٠.٤٤١	٢٧	٠.٧٥٧		
	الرأسأقصي اليمين	بين القياسات	١.٧٠٩	٢	٠.٨٥٤	٩.٣٥	دال
		داخل القياسات	٢.٤٦٦	٢٧	٠.٠٩١		
	الرأس أقصي اليسار	بين القياسات	١.٠٧٤	٢	٠.٥٣٧	٨.٠٢	دال
		داخل القياسات	١.٨٠٩	٢٧	٠.٠٦٧		
سرعة رد الفعل		بين القياسات	٢.٩٧٢	٢	١.٤٨٦	٤١.٧٨	دال
		داخل القياسات	٠.٩٦٠	٢٧	٠.٠٣٦		
التوافق بين العين واليد		بين القياسات	٥.٠٠٨	٢	٢.٥٠٤	٧٤.٤٤	دال
		داخل القياسات	٠.٩٠٨	٢٧	٠.٠٣٤		
قوة القبضة لليد اليسري		بين القياسات	٨٨.٥٩٦	٢	٤٤.٢٩٨	١٠٠.٢	دال
		داخل القياسات	١١.٩٣٥	٢٧	٠.٤٤٢		
قوة القبضة لليد اليمني		بين القياسات	٢٠٨.٥٦٤	٢	١٠٤.٢٨٢	١٣٥٧.٥	دال
		داخل القياسات	٢.٠٧٤	٢٧	٠.٠٧٧		
دقة التصويب للذراع الايسر		بين القياسات	٨٧.٣٦٤	٢	٤٣.٦٨٢	٣٤٦٩.٤	دال
		داخل القياسات	٠.٣٤٠	٢٧	٠.٠١٣		
دقة التصويب للذراع الايمن		بين القياسات	٧٥.٥٨٨	٢	٣٧.٧٩٤	١٠٧٥.٥	دال
		داخل القياسات	٠.٩٤٩	٢٧	٠.٠٣٥		
رفع كرة طبية	للذراع الايمن	بين القياسات	٢٣.٦٥٢	٢	١١.٨٢٦	٢٨٦١.٢	دال
		داخل القياسات	٠.١١٢	٢٧	٠.٠٠٤		
	للذراع الايسر	بين القياسات	٧.٧٦٢	٢	٣.٨٨١	١٢.٠٣	دال
		داخل القياسات	٨.٧١٠	٢٧	٠.٣٢٣		
قدرة عضلية للرجلين		بين القياسات	٠.٠٥٣	٢	٠.٠٢٦	١.٢١	غير دال
		داخل القياسات	٠.٥٨٥	٢٧	٠.٠٢٢		
ثني الجذع من الوقوف		بين القياسات	٠.٣٤٨	٢	٠.١٧٤	٣.٤٤	دال
		داخل القياسات	١.٣٦٥	٢٧	٠.٠٥١		
الوثب والتوازن فوق		بين القياسات	١٣.٨٨١	٢	٦.٩٤١	٨.٦٥	دال
		داخل القياسات	٢١.٦٦٢	٢٧	٠.٨٠٢		
الجري المكوكي		بين القياسات	٢.٤٧١	٢	١.٢٣٥	٨.٥٩	دال
		داخل القياسات	٣.٨٨٣	٢٧	٠.١٤٤		

قيمة ف الجدولية عند مستوي معنوية ٠.٠٥ = ٣.٠٠

يتضح من جدول (١٧) إلى وجود فروق ذات دلاله إحصائيه عند مستوى معنويه ٠.٠٥بين متوسطات القياسات (القبليه– البعديه) فى المتغيرات البدنيه (قيد البحث)

جدول (١٨)

أقل فرق معنوي القياس البعدي للمتغيرات البدنية (قيد البحث) للانماط الثلاثة

ن١ = ١١ ن٢ = ٥ ن٣ = ١٤

المتغيرات البدنية	النمط	المتوسط الحسابي	النمط الايسر	النمط الايمن	النمط المتوازن
إدراك عمق الرؤية ١٠سم	الايسر	٥.٢٥٧		LSD 0.071	LSD 0.054
	الايمن	٥.١٦٠	٠.٠٩٧		LSD 0.069
	المتوازن	٤.٥٣٣	٠.٧٢٤	٠.٦٢٧	
إدراك عمق الرؤية ٢٠سم	الايسر	٧.٤١٩		LSD 0.021	LSD 0.0156
	الايمن	٦.٦٤٠	٠.٧٧٩		LSD 0.020
	المتوازن	٧.١٧٨	٠.٢٤١	٠.٥٣٨-	
إدراك عمق الرؤية ٣٠سم	الايسر	٧.٦٧١		LSD 0.019	LSD 0.0143
	الايمن	٧.١٢٠	٠.٥٥١		LSD 0.0185
	المتوازن	٧.٢٨٣	٠.٣٨٨	٠.١٦٣-	
إدراك مجال الرؤية الرأس لاعلي	الايسر	٦٧.٢٢٦		LSD 0.781	LSD 0.583
	الايمن	٦٦.٨٤٠	٠.٣٨٦		LSD 0.754
	المتوازن	٦٧.٨٢٥	٠.٥٩٩-	٠.٩٨٥-	
إدراك مجال الرؤية الرأس لاسفل	الايسر	٦٧.٣٠٧		LSD 0.837	LSD 0.625
	الايمن	٦٧.٨٨٠	٠.٥٧٣-		LSD 0.809
	المتوازن	٦٩.١٢٢	١.٨١٥-	١.٢٤٢-	
إدراك مجال الرؤية الرأس أقصي اليمين	الايسر	٧٥.٤٦٩		LSD 0.10	LSD 0.075
	الايمن	٧٥.٥٤٠	٠.٠٧١-		LSD 0.0976
	المتوازن	٧٥.٩٨٣	٠.٥١٥-	٠.٤٤٣-	
إدراك مجال الرؤية الرأس أقصي اليسار	الايسر	٧٥.٤٦٩		LSD 0.074	LSD 0.055
	الايمن	٧٥.٣٠٠	٠.١٦٩		LSD 0.072
	المتوازن	٧٥.٧٦٩	٠.٣٠١-	٠.٤٦٩-	
سرعة رد الفعل	الايسر	١٩.٤٩٧		LSD 0.039	LSD 0.0294
	الايمن	١٩.٠٤٠	٠.٤٥٧		LSD 0.0379
	المتوازن	١٨.٧٣٤	٠.٧٦٣	٠.٣٠٦	
التوافق بين العين واليد	الايسر	١٥.٣١١		LSD 0.037	LSD 0.0278
	الايمن	١٥.٧٨٠	٠.٤٦٩-		LSD 0.0359
	المتوازن	١٦.٢٨٦	٠.٩٧٤-	٠.٥٠٦-	
قوة القبضة لليد اليسري	الايسر	٢٤.٠٠١		LSD 0.488	LSD 0.365
	الايمن	٢٧.٨١٠	٣.٨٠٩-		LSD 0.472
	المتوازن	٢٨.١٢٤	٤.١٢٢-	٠.٣١٤-	
قوة القبضة لليد اليمني	الايسر	٢٨.٥٧٦		LSD 0.085	LSD 0.0635
	الايمن	٢١.٦١٨	٦.٩٥٨		LSD 0.082
	المتوازن	٢٨.٧٣٦	٠.١٦٠-	٧.١١٨-	

تابع جدول (١٨)
أقل فرق معنوي القياس البعدي للمتغيرات البدنية (قيد البحث) للانماط الثلاثة
ن١ = ١١ ن٢ = ٥ ن٣ = ١٤

المتغيرات البدنية	النمط	المتوسط الحسابي	النمط الايسر	النمط الايمن	النمط المتوازن
دقة التصويب للذراع الايسر	الايسر	٩.٩٢٦		٠.٠١٤LSD	٠.٠١١٢LSD
	الايمن	١٣.٣٦٠	٣.٤٣٤-		٠.١٣١LSD
	المتوازن	١٤.٠٦٩	٤.١٤٣-	٠.٧٠٩-	
دقة التصويب للذراع الايمن	الايسر	١٣.٦٩٠		٠.٠٤٢LSD	٠.٠١٠LSD
	الايمن	٩.٤١٨	٤.٢٧٢		٠.٠١٣LSD
	المتوازن	١٣.٦٧٢	٠.٠١٨	٤.٢٥٤-	
دفع كرة طبية للذراع الايمن	الايسر	١٠.١٣١		٠.٠٣٨LSD	٠.٠٢٩LSD
	الايمن	٨.٦٢٠	١.٥١١		٠.٠٣٧LSD
	المتوازن	١١.٠٣٨	٠.٩٠٦-	٢.٤١٨-	
دفع كرة طبية للذراع الايسر	الايسر	٩.٨٩١		٠.٠٠٥LSD	٠.٠٠٣LSD
	الايمن	١١.٥٠٠	١.٦٠٩-		٠.٠٠٤LSD
	المتوازن	١٠.٣٨٩	٠.٤٩٧-	١.١١١	
ثني الجذع من الوقوف	الايسر	١٢.١٢٩		٠.٠٢٦LSD	٠.٠١٩٨LSD
	الايمن	١٢.٤٠٠	٠.٢٧١-		٠.٠٢٢LSD
	المتوازن	١٢.٣٧٨	٠.٢٤٩-	٠.٠٢٢	
الوثب والتوازن فوق	الايسر	٥٢.٤٤٣		٠.٨٨٧LSD	٠.٦٦٣LSD
	الايمن	٥٤.٥٢٠	٢.٠٧٧-		٠.٨٥٧LSD
	المتوازن	٥٣.٧٣٣	١.٢٩٠-	٠.٧٨٧	
الجري المكوكي	الايسر	١٠.١٥٦		٠.١٥٦LSD	٠.١١٩LSD
	الايمن	٩.٢٨٠	٠.٨٧٦		٠.١٤٥LSD
	المتوازن	٩.٩٧١	٠.١٨٥	٠.٦٩١-	

جدول (١٩)
دلالة فروق القياس البعدي لاختبار الضرب الساحق للانماط الثلاثة
ن = ٣٠

للمتغيرات المهارية		مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	الدلالة
الضرب الساحق	للاعب الايمن	بين القياسات	٥٩.٩٩٧	٢	٢٩.٩٩٩	١٨.٣٢	دال
		داخل القياسات	٤٤.٢١٦	٢٧	١.٦٣٨		
	للاعب الايسر	بين القياسات	٢٥.٨٢٧	٢	١٢.٩١٤	٥.٣١	دال
		داخل القياسات	٦٥.٦٧٥	٢٧	٢.٤٣٢		

قيمة ف الجدولية عند مستوي معنوية ٠.٠٥ = ٣.٠٠

يتضح من جدول (١٩) إلى وجود فروق ذات دلاله إحصائيه عند مستوى معنويه ٠.٠٥ بين متوسطات القياسات (القبليه – البعديه)فى مستوى الاداء المهارى للضرب الساحق لدى لاعبات الكرة الطائرة .

جدول (٢٠)
أقل فرق معنوي للقياس البعدي لاختبار الضرب الساحق للانماط الثلاثة
ن١ = ١١ ن٢ = ٥ ن٣ = ١٤

المتغيرات المهارية		النمط	المتوسط الحسابي	النمط الايسر	النمط الايمن	النمط المتوازن
الضرب الساحق	لاعب ايمن	الايسر	٢٢.٨١٧		LSD ١.٨١١	LSD ١.٣٥
		الايمن	١٦.٨٩٨	٥.٩١٩		LSD ١.٧٥
		المتوازن	٢١.٣٩٢	١.٤٢٥	٤.٤٩٤-	
	لاعب ايسر	الايسر	١٧.٤٧١		LSD ٢.٦٨٩	LSD ٢.٠٠٩
		الايمن	٢٣.٧٧٨	٦.٣٠٧-		LSD ٢.٥٩٨
		المتوازن	٢١.٢٦٧	٣.٧٩٦-	٢.٥١١	

يتضح من جدول (٢٠) إلى وجود فروق ذات دلاله إحصائيه عند مستوى معنوي ٠.٠٥ لصالح القياس البعدى فى القدرات البدنيه ومستوى الاداء المهاري للضرب الساحق

جدول (٢١)

العلاقة الارتباطية بين المتغيرات البدنية ومستوى الاداء المهارى للضرب الساحق والنمط المتوازن ن= ١٤

المتغيرات المختارة قيد البحث	ادراك عمق الرؤية ١٠سم	ادراك عمق الرؤية ٢٠سم	ادراك عمق الرؤية ٣٠سم	ادراك مجال الرؤية الرأس لاعلي	ادراك مجال الرؤية الرأس لاسفل	ادراك مجال الرؤية الرأس اقصي يمين	ادراك مجال الرؤية الرأس اقصي يسار	سرعة رد الفع	التوافق بين العين واليد	قوة القبضة لليد اليسري	قوة القبضة لليد اليمني	دقة التصويب علي المستطيلات للذراع الايسر	دقة التصويب علي المستطيلات للذراع الايمن	دفع كرة طبية الايمن	دفع كرة طبية الايسر	قدرة عضلية للرجلين	ثني الجذع من الوقوف	الوثب والتوازن فوق	الجري المكوكي	الضرب الساحق للاعب اليمن	الضرب الساحق للاعب الايسر
ادراك عمق الرؤية ١٠سم																					
ادراك عمق الرؤية ٢٠سم	٠.٤٣٣																				
ادراك عمق الرؤية ٣٠سم	٠.٣٤٠	٠.٣٠٨																			
ادراك مجال الرؤية الرأس لاعلي	٠.٢٦٧	٠.٥٢٦	٠.١٣٢																		
ادراك مجال الرؤية الرأس لاسفل	٠.٤٠١	٠.٢٤٦	٠.٣٤٨	٠.١٨٦																	
ادراك مجال الرؤية الرأس اقصي يمين	-٠.٣٥	٠.٦٩٠	-٠.٣٩	٠.٥٨٨	-٠.٢٦																
ادراك مجال الرؤية الرأس اقصي يسار	٠.١٦٣	٠.٣٢٧	-٠.١٩	٠.٦٤٧	-٠.٣٢	٠.٤٤٣															
سرعة رد الفع	٠.٠٧٥	٠.١٣٧	-٠.٣٢	٠.١٩٦	-٠.٣٢	٠.١٩٢	-٠.٠٦														
التوافق بين العين واليد	-٠.٨٦	٠.٤٣٧	-٠.٣٧	٠.٢٢١	٠.٥٥٥	٠.٢٩٨	-٠.٠٩	-٠.١٧													
قوة القبضة لليد اليسري	-٠.٣٦	٠.١٦٠	-٠.٠٨	-٠.٠٢	٠.٥٢٤	٠.١٣٤	-٠.٢٩	-٠.١٩	٠.٣٨٧												
قوة القبضة لليد اليمني	-٠.٣٩	٠.١٧٩	-٠.٣٤	٠.٣٥٥	٠.٥٧١	-٠.٠٤	٠.١٢١	-٠.١٦	٠.٤٩١	٠.٢٥٣											
دقة التصويب علي المستطيلات للذراع الايسر	-٠.٠٩	٠.١٤٠	-٠.٢٩	-٠.١٧	٠.٤٦٠	-٠.٣٣	-٠.٢٩	-٠.١٦	٠.٠٩٧	٠.٢٢٧	٠.١٤١										
دقة التصويب علي المستطيلات للذراع الايمن	-٠.٤٤	٠.١٦٠	-٠.١٦	٠.١٢٤	٠.٥٣٣	-٠.٠٩	٠.١٧٥	-٠.٣٧	٠.٤١٩	٠.٤٩١	٠.٤١١	٠.٢٩٨									
دفع كرة طبية الايمن	-٠.٣٥	٠.٦٧٦	-٠.٣٩	٠.٥٧٢	-٠.٠٨	٠.٤٤٨	٠.٤٢٣	٠.٢٦٢	٠.٣٠٦	٠.٠٤٩	٠.٤٩٣	-٠.٢٣٦	٠.١٣٧								
دفع كرة طبية الايسر	-٠.٣٨٧	٠.٠٤٠	-٠.١٩١	-٠.٢٥٠	-٠.١٧٠	-٠.١١٠	-٠.٠٩٠	-٠.١٧٠	-٠.٢٩٠	٠.٠٨٤	٠.٠٠٤	٠.١٢٨	-٠.٠٠٦	-٠.١٧٠							
قدرة عضلية للرجلين	-٠.٢٣٩	٠.٢٢٩	-٠.٠٥٠	-٠.٠٦٠	-٠.٤٣٠	٠.٢٥٦	٠.٠٨٨	٠.٢١٣	-٠.٤٦٠	-٠.٤٦٠	-٠.٤٧٠	-٠.٣٣٨	٠.٥٠٢٠	٠.٠١٦٠	-٠.١٩٠						
ثني الجذع من الوقوف	-٠.٢٤٠	٠.٢٥٠	-٠.٢١٢	-٠.٢٩٠	٠.٢٢٤	-٠.٢٦٠	-٠.٥٧٠	-٠.٠٧٠	٠.٣٢٢	٠.٠٩٥٠	٠.٠٩٢٠	-٠.٠٢٥٠	-٠.١٤٠	-٠.٤٠٠	-٠.٠٠٥	-٠.٤٧٠					
الوثب والتوازن فوق	-٠.٤٤٠	٠.٣٩٣	-٠.٤٤٠	٠.٥٨٥	٠.٢٢٧	٠.٣٢٢	٠.٠٥٦	٠.٢٨٥	٠.٤٤٨	٠.٢٥٩	٠.٦٤٨	-٠.٠١٢٠	-٠.٠٣٢٠	٠.٥٩٤	-٠.١٦٠	-٠.١٤٠	٠.٠٠١				
الجري المكوكي	-٠.٠٩٠	٠.٥٨٠	-٠.٠٨٠	-٠.٥٨٠	٠.٤٦١	-٠.٤٦٠	-٠.٤٨٠	-٠.٥٤٠	-٠.٠٥٠	٠.١٥١	٠.٠٣٥٠	٠.٤٣٩	٠.٠٢٧٠	-٠.٦٨٠	٠.٢٤٠	-٠.٢٥٠	٠.٤٦٧٠	-٠.٢٦٠			
الضرب الساحق للاعب اليمن	٠.١٨١	٠.٦٩٠	-٠.١٨٨	-٠.٧٨٠	٠.٣٥٨	-٠.٦٤٠	-٠.٥٩٠	-٠.٤٩٠	-٠.١٦٠	٠.٠٤٦٠	-٠.٠٦٠	٠.٣٠١	-٠.٠٦٥٠	-٠.٧١٠	٠.٢٧٥	-٠.١٥٠	٠.٤٦٧٠	-٠.٣٤٠	٠.٩٤٨		
الضرب الساحق للاعب الايسر	-٠.٣٧	٠.٣٨١	-٠.٥٧	٠.٦١٥	٠.٢٢٤	-٠.٢٧٣	٠.١٥٣	-٠.٣٤٦	-٠.٣٤٧	٠.١٧٥	٠.٦٠٤	-٠.٠٩٥	-٠.٠١١٠	٠.٦٥٢	-٠.٢٧٠	-٠.٠٨٠	-٠.١٦٠	٠.٩٥١	-٠.٣٣٠	-٠.٤٢٠	

قيمة ر الجدولية عند درجات حرية ١٢ و مستوي معنوية ٠.٠٥= ٠

ثانيا: مناقشة النتائج :

تشير نتائج جدول (١٢) وجود فروق دالة احصائياً فى القياسات القبلية للانماط الثلاثة لصالح نمط السيطرة الدماغية اليسري، فكانت بين نمطى السيطرة الدماغية اليمنى واليسرى لصالح نمط (السيطرة الدماغية اليسرى) وكذا بين نمطى السيطرة الدماغية اليسرى والمتوازنة لصالح نمط (السيطرة الدماغية اليسرى) بينما توجد فروق ولكنها غير دالة احصائياً بين نمطى السيطرة الدماغية اليمنى والمتوازنة، وكذلك إلي وجود فروق عددية دالة احصائياً فى القياسات البعدية بين نمطى السيطرة الدماغية اليسرى والمتوازنة لصالح نمط السيطرة الدماغية المتوازنة.

وترجع الباحثتان هذه الفروق العددية إلي أن تطبيق إختبار النصفين الكرويين للدماغ يؤدي إلي تصنيف اللاعبات بناءاً علي إجاباتهن إلي مجموعات حسب النصف المسيطر من المخ لديهن، كما ترى الباحثتان ان ظهور مفهوم السيطرة الدماغية ترتب عليه افتراض أن سيطرة أحد جانبي الدماغ لدى الأفراد يمكن أن يعبر عن أسلوب معين يتبناه الفرد في عملية التعلم والتفكير أو قد يكون ناتج عن تكوين انعكاسات وعي تكتسب بالممارسة ، ومن هنا وجب الاهتمام بهذه الظاهرة المهمة في محاولة لفهم الأسلوب المفضل لدى اللاعبات في عملية التعلم والتفكير والعمل على تحقيق التكافؤ بين استخدام جانبي الجسم والتدريب علي ذلك ،وذلك لتحقيق مستوى عال فى مهاره الضرب الساحق٠

وتشير نتائج جدول (١٢) إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطي القياسات القبلية والبعدية للانماط الثلاثه لصالح نمط السياده المخيه المتوازن ، حيث كان عدد اللاعبات ذات السياده المخيه اليسري في القياس القبلي (١٦لاعبه) وأصبح العدد فى القياس البعدى (١١لاعبه)، وكان عدد الاعبات ذات السياده المخيه اليمنى في القياس القبلي (٨لاعبات) وأصبح العدد فى القياس البعدى (٥لاعبات)، أما عدد االلاعبات (الثالثة) ذات السياده المخيه المتوازنة في القياس القبلي كان (٦ لاعبات) وأصبح العدد فى القياس البعدى (١٤لاعبه).

وتري الباحثتان أن نتائج جدول (١٢) تؤكد علي أهمية تحديد الجانب المسيطر من المخ في العملية التعليميةوالتدريبيه حيث أنه يؤثر في مستوي الأداء لمهاره الضرب الساحق، وحيث أن تعليم وتدريب اللاعبات يتم بتحديد اليد الضاربه للاعبه بصرف النظر عن تحديد نوع السياده المخيه لهن الأمر الذي جعلهن يخفقن في اداء بعض الضربات الهجوميه وفقاً لتطابق نمط السيطرة مع مستوي الأداء بالذراع اليمنى او اليسرى .

ويتفق ذلك مع **"ريم مصطفى** "(٢٠١٢م)(١١) حيث توصلت دراستها إلى أن نمط السيطره الدماغيه السائد والذى يحقق الإيجابيه لدى لاعبى كرة الطائره هو النمط المتكامل (المتوزان) بنسبه مئويه ٦٧.٣% ويليه النمط الأيسر بنسبه ١٧.٧% وأخيرا الأيمن بنسبه ١٥ %.

واتفق ايضا مع دراسة **"فرهلش واخرون et alFroehlich"** (٢٠٠٣م) (٤١) حيث توصلت الدراسة الى ان ٢٨% يستخدمون الجانب الايمن و٣٢% يستخدمون الجانب الأيسر و٤٠% يستخدمون كلا الجانبين.

واتفق ذلك مع **"نيكولا "Nicola**(١٩٩٤م)(٤٦) حيث توصلت دراسته إلى أن ٥٦% يستخدمون الجانب الأيمن للدماغ و١٣% يستخدمون الجانب الأيسر للدماغ فى حين ٣١% يميلون لتوظيف النمط المتوازن لجانب الدماغ فى حل المشكلات إبداعيا والذى يتضمن كلا من التعلم ومعالجة المعلومات.

وتري الباحثتان أن هذه النتائج ترجع إلي أن مستوي الأداء بكفاءة بالذراع الايمن مرتبط بنوع السيطرة اليسري للمخ والعكس بالنسبة للقدم اليسرى و الذي يرتبط بنوع السيطرة اليمني للمخ ، فاللاعبه التي تقوم بالضرب بالذراع اليمنى اليمنى تتحكم فى الأداء االفضل من إستخدامها للذراع اليسرى وفي هذه الحالة يكون الجانب المسيطر للاعبه هو الجانب الأيسر من المخ ، واللاعبه التي تقوم بالضرب بالذراع اليسرى تتحكم في أدائها بشكل أفضل من الذراع اليمنى وفي هذه الحالة يكون الجانب المسيطرللاعبه هو الجانب الأيمن من المخ.

وهذه النتائج تحقق الفرض الأول والذي ينص علي " **توجد فروق دالة إحصائيا بين القياسات القبلية والبعدية لأعداد الأنماط الثلاثة االتي تم تصنيفهم حسب تطبيق مقياس السياده المخيه لصالح القياسات البعدية**

تشير نتائج جدول (١٣) ، (١٧) إلى وجود فروق ذات دلاله إحصائيه عند مستوى معنويه ٠.٠٥بين متوسطات القياسات (القبليه– البعديه) فى المتغيرات البدنيه (قيد البحث) وتشير نتائج جدول (١٥) ، (١٩) إلى وجود فروق ذات دلاله إحصائيه عند مستوى معنويه ٠.٠٥ بين متوسطات القياسات (القبليه –البعديه)فى مستوى الاداء المهارى للضرب الساحق لدى لاعبات الكرة الطائرة .

وترجع الباحثتان هذه الفروق الى التدريبات المركبه التى تم تطبيقها على عينة البحث و قامت الباحثتان بإستخدام إختبار أقل فرق معنوى L.S.D لتوضيح إتجاه الفروق بين متوسطات تللك القياسات .ويشير نتائج جدول (١٦) ، (٢٠) إلى وجود فروق ذات دلاله إحصائيه عند مستوى معنوي ٠.٠٥ لصالح القياس البعدى فى القدرات البدنيه ومستوى الاداء المهاري للضرب الساحق

كما ترجع الباحثتان التقدم فى المتغيرات البدنية (قيد البحث) للمجموعه التجريبية الى التدريبات المركبه واشتمالها على تدريبات متنوعة بإستخدام الادوات والاجهزه والتي ساعدت فى عملية التهيئة البدنية والنفسية لتقبل المزيد من الجهد وعملت على زيادة الحماس والإقبال علي الممارسة والأداء والتى كان لها تأثير فعال فى تطوير الاداء المهارى كما ان هذه التدريبات تتكون من اكثر من مهاره اساسيه ومن خلال عمليه التدريب المستمر والمتواصل ادى الى زياده قدرة اللاعبات على اداء ما يطلب منها من مهارات خاصه او نواحي خططيه والتى هى ثمرة خبره اللاعبه فى تنفيذ هذه المتطلبات ، ونتيجه ممارسه التدريب المهاري وعمليه التكرار من خلال التدريبات المركبه المتنوعه اثناء الوحدات التدريبيه وتحت ظروف مشابهه للعب ادى ذلك كله الى تطوير مهاره الضرب الساحق التى تعتمد على القدرات البدنيه والتى تطورت من خلال مواصله التدريب المستمر والناجح ٠

ويذكر **"عادل عبد البصير"** (١٩٩٤م)على أن الصفات البدنيه الأساسيه هى التى تمكن الفرد الرياضى من القدره على الأداء لمختلف المهارات الحركيه لاى نشاط رياضى وتعد حجر الاساس لوصول الفرد إلى أعلى مستوى ممكن (٤٩٧:١٨) .

- كما يضيف كلا من **"محمد كشك"** (٢٠٠٩م) (٢٤) **"عبد العزيز النمر" و"ناريمان الخطيب"** (٢٠٠٠ م) (١٩) ان البرامج التدريبية لابد ان تكون شاملة ومتكاملة لتطوير الجوانب البدنية اللازمة لنوع التخصص الممارس وان تنمية عناصر اللياقة البدنية يساعد على إيجاد التناسق والتناسب بين المجموعات العضلية وبين اجزاء الجسم لما له من تاثير واضح على تطوير المهارات المتنوعة مع زيادة قدرة اللاعب علي إتخاذه للوضع الصحيح والمناسب للأداء المهاري .

- وتتفق هذه النتائج مع كلا من **"توبليكو ستوجانوفى"** (٢٠٠٢م) (٥٤) **ايناس محمد"** (٢٠٠٩م) (١)، **هند محمد"** (٢٠١١م) (٣٧) و **"منال محمد"** (٢٠١٤م)(٣٠) **"سارة درويش"** (٢٠١٥م) (١٥) **مهاب محمد"** (٢٠١٦م) (٣١) ، **مريم ثروت (** ٢٠١٦) (٢٨) حيث توصلت هذه الدراسات الى اهميه استخدام الادوات والاجهزه داخل البرنامج التدريبىلانها ساعدت علي تنمية عناصر اللياقه البدنيه والذى بدوره ادى الي تطوير مستوى الاداء المهارى.

إذ يعتبر مستوى الاداء هو محصلة الحالة التدريبية من جميع النواحى البدنية والمهارية والنفسية والخططية ويعمل على التنظيم الفعلى للتأثيرات المتبادلة للقوى الداخلية المؤثرة على اللاعبه بهدف إستغلالها بفاعلية لتحقيق أفضل النتائج .

- وبذلك تحقق الفرض الثاني والذي ينص علي **" توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسات القبليه والبعديه لمجموعة البحث التجريبيه في المتغيرات البدنيه (قيد البحث) ومهاره الضرب الساحق للثلاث انماط لصالح القياس البعدى ٠**

- تشير نتائج جدول رقم (٢١) وجود علاقة ارتباطية بين تغير نمط السيطرة الدماغية (أيسر – متوازن - أيمن) وبين نتائج الاختبارات؛ أي أنه كلما تغير نمط المجموعة تغيرت معها نتائج الاختبارات البدنيه والمهارية ولصالح النمط المتوازن.

- وتتفق هذه النتائج مع دراسات كلا من **مى محسن"** (٢٠١٦م) (٢٨) **"مريم ثروت"** (٢٠١٦م) (٢٨)، **"منال منصور"** (٢٠١٥م) (٣٠)، **"نفين حسين"** (٢٠١٥م) (٣٤)، **"ريم مصطفى"** (٢٠١٢م) (١١) ، **ثائره عبد الجبار"** (٢٠١٠م)(٤) الى وجود علاقة إرتباطية دالة إحصائياً بين انماط السيطرة الدماغية ونتائج الاختبارات البدنيه و المهارية.

ويشير **"زكى محمد"** (٢٠١٢م) انه من خلال التدريب على المواقف اللعبية المختلفة، يجب علي المدرب، أن يكون حريصا فيما يختص بالوقت الذى يستغرقه لاعبيه عند التدريب على الضرب الهجومى باليد البعيدة هذا بالإضافة أنه يجب على المدرب أن يدرك ضرورة الاهتمام بالعمل فى التدريب بالضرب باستخدام كلا اليدين (اليمنى واليسرى) خاصة إذا ما كان معظم هؤلاء يضربون بطريقة on hand، وذلك بسبب أن معظم اللاعبين عادة ما يكون متميزون بأنهم يمناء، ولكن هذا لا يمنع أن عددا قليلا منهم سوف يضطر الى استخدام اليد اليسرى وخاصة اثناء المباراه . (١٢: ٥٣٠-٥٣٢)

وهذا يتفق مع **سليمان عبد الواحد"** (٢٠١٠م) إلا أنه لايصح أن نفصل بين الوظيفه التكامليه لعمل كل من النصفيين الكرويين للمخ حيث أن المخ يعمل بشكل كلى وأحيانا يعمل بنمط أيمن أو بنمط أيسر ولكن المخ يكون في أحسن حالاته عندما يعمل بالنمط المتكامل. (١٦:٣٧)

- وهذه النتائج تحقق الفرض الثالث والذي ينص علي**"توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين مستوى الاداء البدني و المهارى للضرب الساحق والسياده النصفيه للمخ لصالح النمط المتوازن ٠"**

الاستخلاصات والتوصيات

اولاً: الاستخلاصات:

١. التدريبات المركبة المقترحة ادت الى تحسين مهارة الضرب الساحق فى الكرة الطائرة .
٢. وظائف نصفى المخ يكمل كل منهما الاخر عند أداء مهارة الضرب الساحق فى الكرة الطائرة .
٣. التدريبات المركبة المقترحة أدت الى تنمية مكونات اللياقة البدنية وتحسين مستوى الأداء المهارى للضربة الساحقة.
٤. توجد علاقة ارتباطية دالة احصائياً بين انماط السيادة المخية الثلاثة التى تم تصنيفها ونتائج الاختبارات المهارية فى القياس البعدى لصالح النمط المتوازى.

ثانياً: التوصيات :

١. اجراء دراسات حول السيادة المخية وعلاقتها ببعض الالعاب الاخرى
٢. عقد دورات تدريبية للقائمين بعملية التعليم لفهم الاسلوب المفضل لدى الطالبة فى عملية التعلم والتفكير ، والعمل على تحقيق التكافؤ بين استخدام كلتا اليدين والتدريب على ذلك .
٣. ضرورة التنوع فى استخدام نصفى المخ لما له من تأثير ايجابى على المستوى المهارى.

المراجع

اولا: المراجع العربية:

١- **إيناس محمد عبد المنعم هاشم** (٢٠٠٩م): برنامج تدريبى باستخدام جهاز قاذف للكرات لتحسين التوقع الحركى وتأثيره على بعض المهارات الدفاعية لناشئى الكرة الطائرة، رسالة دكتوراه، بحث غير منشور، كلية التربية الرياضية، جامعة طنطا.

٢- **أيهم أبو مجاهد الفاغورى (٢٠٠٩م):** علم النفس العصبى وصعوبات التعلم، البرامكة، منتدى، جامعة دمشق، من الموقع الالكترونى /www.jamaa.net.

٣- **بيان على عبد الحاقانى، ظافر ناموس خلف (٢٠١٤م):** تأثير المنهج المتبع وفق السيطرة الدماغية فى تعلم مهارات الهجوم البسيط لدى الطالبات بالمبارزة، بحث منشور، مجلة كلية التربية الأساسى، جامعة بابل، العدد ١٧.

٤- **ثائره عبد الجبار(٢٠١٠م):**علاقة أنماط التعلم والتفكير بإنجاز فعاليه ١٠٠م حواجزلطالبات كليه التربيه الرياضيه،جامعة كربلاء.

٥- **جابر عبد الحميد جابر ، كفانى علاء الدين (1991)**: معجم علم النفس والطب النفسى، ج٣، دار النهضة العربية – مصر.

٦- **جميل عبد الحميد على الديب (٢٠٠٥م):** بعض المتغيرات الجسمية والقدرات البدنية كدلالة للتنبؤ بمستوى الأداء الضرب الساحق لدى ناشئى الكرة الطائرة، نظريات وتطبيقات، مجلة علمية منخفضة فى علوم التربية البدنية والرياضية، العدد ٥٤، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الاسكندرية.

٧- **جهاد سليمان القرعان وخالد عبد الله الحموري (٢٠١٣م):** أنماط السيطرة الدماغية الشائع لدى الطلبة المتفوقين تحصيليا والعاديين فى السنة التحضيرية فى جامعة القصيم، بحث منشور، مجلة مؤته للبحوث والدراسات، سلسلة العلوم الإنسانية والإجتماعية، المجلد الثامن والعشرون، العدد الثانى، الكرك، المملكة الاردنية الهاشمية.
https://www.mutah.edu.jo/dar/ar/xxdata/abstrach/13_28_2_.pdf

٨- **جيهان محمد فؤاد (2004م):**تاثير التدريبات المركبة باستخدام الاسلوب التبادلى على ايض البروتين والقدرة العضلية ومستوى اداء الضرب الساحق للاعبات الكرة الطائرة ، بحث منشور ، مجلة العلوم الطبية ، جامعة الزقازيق ٠

٩- **جيهان محمد فؤاد، عزة احمد السعيد (٢٠١٣ م)** : فاعلية تدريبات القوة الوظيفية على كثافة معادن ومحتوى العظام وبعض القدرات البدنية الخاصة ومستوى اداء حائط الصد لدى ناشئات الكرة الطائرة، بحث منشور ، مجلة بحوث التربية الشاملة ، كلية التربية الرياضية بنات ، جامعة الزقازيق ٠

١٠- حسان المالح (١٩٩٦م): السيطرة الدماغية عند الأيسر، مجلة العربى، عدد ٤٥٠، وزارة الإعلام الكويتية، الكويت.

١١- **ريم مصطفى محمد عزريل (٢٠١٢م):** العلاقة بين السيطرة الدماغية ومستوى الايجابية لدى لاعبي الكرة الطائرة في فلسطين، رسالة ماجستير، فلسطين
٨%٩D%٩B%٨D%٨٤%٩D%٧A%٨https://scholar.najah.edu/ar/content%D

١٢- **زكى محمد محمد حسن (٢٠١٢م):** الموسوعة العلمية للكرة الطائرة الاستراتيجيات الحديثة فى تدريس وتدريب المهارات الاساسية، ، دار الكتاب الحديث، القاهرة.

١٣- **زكى محمد محمد حسن (٢٠٠٢م):** طرق تدريس الكرة الطائرة (تعليم – تدريس – تطبيق – تقويم)، ، مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية، الاسكندرية.

١٤- **زكى محمد محمد حسن** (٢٠٠٠م): الكرة الطائرة تقنيات حديثة فى التعلم والتدريس، ملتقى الفكر، الاسكندرية.

١٥- **سارة السيد درويش السيد (٢٠١٥م):** تأثير إستخدام أنشطة الذكاءات المتعددة على مهارتى الضرب الساحق والتمرير من أسفل وبعض المهارات النفسية لدى طالبات كلية التربية الرياضية، رسالة ماجستير، بحث غير منشور، كلية التربية الرياضية بنات، جامعة الزقازيق

١٦- **سليمان عبد الواحد يوسف إبراهيم(٢٠١٠م)**علم النفس العصبى المعرفى ،إيتراك للطباعه والنشر،القاهره .

١٧- **صالح محمد على ومحمد بكر نوفل (٢٠٠٧م):** تعليم التفكير – النظرية والتطبيق، دار المسيرة، الطبعة الأولى، عمان، الاردن

١٨- **عادل عبد البصير على (١٩٩٤م)** :التدريب الرياضى والتكامل بين النظريه والتطبيق،المكتبه المتحده ،بور فؤاد،جامعة قناة السويس،.

١٩- **عبد العزيز النمر ونياريمان الخطيب (٢٠٠٠م)** : الإعداد البدني والتدريب بالأثقال للناشئين، الأساتذة للكتاب الرياضي ، القاهرة،.

٢٠- **عدنان العتوم على، و عبد الناصر الجراح، و موفق سليم بشارة (٢٠٠٧م)** :تنمية مهارات التفكير – نماذج نظرية وتطبيقات عملية ، عمان ، دار المسيرة للنشر والتوزيع،.

٢١- **غازى بن صلاح بن هليل المطرفى (٢٠١٤م):** فاعلية استراتيجية التعلم المستند للدماغ ونمط السيطرة الدماغية فى تنمية التفكير الناقد والاتجاه نحو مادة العلوم بجامعة أم القرى بالمملكة

٢٢- **محمد السيد عبد الجواد (٢٠٠٩م)**: برنامج تدريبى باستخدام جهاز قاذف الكرات لتنمية سرعة الأداء وتأثيره على مهارة الهجوم المضاد للاعبى تنس الطاولة، رسالة ماجستير، بحث غير منشور، كلية التربية الرياضية، جامعة طنطا.

٢٣- **محمد بكر نوفل (٢٠٠٧م):** علاقة السيطرة الدماغية بالتخصص الأكاديمى لدى طلبة المدارس والجامعات الاردنية، بحث منشور، مجلة جامعة النجاح للابحاث (العلوم الانسانية)، المجلد (٢١) (١-٢٦)، العدد الاول، عمان، الاردن.

٢٤- **محمد شوقى كشك (٢٠٠٩م) :** مقدمة فى التدريب الرياضى ،ط٢،دار النشر المكتبيه العصريه للنشر والتوزيع،

٢٥- **محمد صبحى حسانين وحمدى عبد المنعم (١٩٩٧م)**: الأسس العلمية للكرة الطائرة وطرق القياس والتقويم، مركز الكتاب للنشر.

٢٦- **مراد صلاح احمد ، احمد محمد عامر (٢٠٠١ م)** : انماط التعلم و التفكير وعلاقتهما بالتفاؤل والتشاؤم لطلبه التخصصات التكنولوجيه ، المجله المصريه للدراسات النفسيه ، مكتبه الانجلو المصريه ، القاهرو ، م (٣٢)

٢٧- **مرفت محمد السليمانة (٢٠١٢م):** أنماط معالجة المعلومات فى النصفين الكرويين للمخ وأساليب التعلم لدى عينة من طالبات الصف الثالث الثانوى بمكة المكرمة، رسالة ماجستير، بحث غير منشور، كلية مكة المكرمة.

٢٨- **مريم ثروت محمد مصطفى (٢٠١٦م):** تدريبات حركيه موجهه للسيطره الدماغيه وتأثيرها على تحسين المستوى الرقمى لناشئات ١٠٠م حواجز، رسالة ماجستير، بحث غير منشور، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الزقازيق.

٢٩- **مسعد ربيع أبو العلا (٢٠١١م):** دراسة الفروق الوظيفية بين النصفين الكرويين للمخ فى تفعيل أساليب التفكير لدى طلاب المرحلة الثانية فى كلية من كليات سلطنة عمان، انتاج علمى، سلطنة عمان.

٣٠- **منال محمد سيد منصور (٢٠١٥م)**: تدريبات حركية موجهة للسيطرة الدماغية وتأثيرها على مستوى الاداء فى البالية لطالبات كلية التربية الرياضية بالزقازيق، بحث منشور، المجلة العلمية ـ لعلوم وفنون الرياضة، العدد (يونية) رقم البحث (١٠٤)، كلية التربية الرياضية بنات – جامعة حلوان.

٣١- **مهاب محمد رضا موسى (٢٠١٦م):** جهاز تدريبى الكترونى مبتكر وأثره فى تنمية بعض القدرات التوافقية للاعبى الاسكواش، رسالة دكتوراه، بحث غير منشور، كلية التربية الرياضية (قسم التدريب الرياضى)، جامعة بنى سويف.

٣٢- **موفق سليم بشارة وأحمد العلوان على (٢٠١٠م)**: العلاقة بين السيطرة الدماغية والتحصيل الدراسى لدى عينة من الطلبة الجامعيين، بحث منشور، مجلة جامعة الشارقة، الامارات.

٣٣- **مى محسن على على أبو النور (٢٠١٦م)**: تأثير تدريبات حلقة السرعة على السيادة الدماغية والمستوى المهارى فى رياضة المبارزة، رسالة دكتوراه، بحث غير منشور، كلية التربية الرياضية، جامعة الزقازيق.

٣٤- **نفين حسين محمود خليل (٢٠١٥م)**: تأثير برامج تدريبية باستخدام الأدوات الغرضية على السيادة الدماغية والارتقاء بمستوى أداء مهارات الكاتا لجانبى الجسم فى رياضة الجودو، بحث منشور ضمن متطلبات الترقى لوظيفة استاذ، مجلة الهرم.

٣٥- **وسام صلاح عبد المحسن ، سامر يوسف متعب (٢٠٠٤م)** : التعلم الحركى وتطبيقاته فى التربية البدنية والرياضية – دار الكتب العلمية ٠

٣٦- **وليم عبيد، عزو عفانة (٢٠٠٣م):** التفكير والمنهاج المدرسى، الطبعة الاولى، دار الفلاح للنشر والتوزيع، الكويت.

٣٧- **هند محمد نجيب (٢٠١١م):** برنامج تدريبى بالأثقال لتحقيق التوازن العضلى للذراعين وتأثيره فى مستوى أداء مهارة الضرب الساحق للاعبى الكرة الطائرة، رسالة ماجستير، بحث غير منشور، كلية التربية الرياضية، جامعة طنطا.

ثانياً: المراجع الأجنبية:

٣٨- Barbara L Viera,Bonnie Jill Ferguson (1996): Volleyball, steps to success, human kinetics, Gv1015,V54

٣٩- Chua T.,Marilyn, M., Ridzuan B. and Rasanayagam (2001): Sefxnowledge education: Education gifted children in Singapore on their heminis pheric functioning AARE. conference, Fremantle, AUS Tralia 2-6 December.

٤٠- Darlene A. Kluka & Peter J. Dunn (1996): Volley ball, 3Ed., Brown & Benchmark, U.S.A.

٤١- Froehlich, L., Ranson, J Leary, P. (2003): Leader training. Retrieved November 9.

٤٢- Guerette, P.J.(1990):Hemispheric Effects of response hand and concurrent auditory and visual information processing on task performance, Dissertation Abstracts, International, Vol (51), No (1), P. 459.

٤٣- Hooper, Don W. (1992): Success Depends on Leaders "Whole-Brain thinking", http://eric.ed.gov.

٤٤- Loken Newtonc (2007): The complete book gymnastics, International, Inc, London, Third edition.

٤٥- Ned Herrman (2002) : The creative brain, www.hbid.com.

٤٦- Nicola, Gr (1994) :Intuitive and formal elements in problem solving, EBSCO.

٤٧- Sally Springer and George Deutsch (2003): Left brain- right brain, 5th edition W.H.Freeman and company, New York.

٤٨- Sousa, D. (2001): How the brain learns, Reaton, VA, nationalassociation of secondary school principals.

٤٩- William, J. Neville (1990): Coaching Vollyball successfully, united. States Vollyball nssn: American coaching effectiveness program level 1 vollyball book.

ثالثا: شبكة المعلومات الدولية:

50.https://www.google.com.eg/search?q=%D8%B5%D9%88%D8%B1+%D9%84%D9%84%D8%B3%D9%8A%D8%B7%D8%B1%D8%A9+%D8%A7%D9%84%D8%AF%D9%85%D8%A7%D8%BA%D9%8A%D8%A9&biw=662&site=webhp&source=lnms&tbm=isch&sa=X&ved=0ahUKEwjclcG55bfSAhXBaRQKHQ50BqMQ_AUIBygC

51.https://www.google.com.eg/search?q=%D8%B5%D9%88%D8%B1+%D8%A7%D9%84%D8%B6%D8%B1%D8%A8+%D8%A7%D9%84%D8%B3%D8%A7%D8%AD%D9%82&biw=1366&bih=662&site=webhp&source=lnms&tbm=isch&sa=X&ved=0ahUKEwjzj8Hp_LzSAhUEtBoKHZcyAo8Q_AUIBigB&dpr=1

52. http://www.physicaltherapyinsport.com/article/s1466-853x(08)00099-0/abstract

53. http://www.facta.junis.ni.ac.yu/facta/pe/pe2002

54. http://www.alnawafeth.com/vb/showthread.php?t=22208