

* وزارة التعليم العالي و البحث العلمي *

* المركز الجامعي تيسمسيلت *

* معهد علوم و تقنيات النشاطات التربوية البدنية والرياضية *

* تخصص : تربية و حركة *

* مذكرة تخرج ضمن متطلبات

نيل شهادة ماستر *

*** تحت عنوان ***

*** تحديد معادلات في بعض المسائل التفاضلية و التكاملية في الرياضيات التطبيقية (كرة الطائرة) ***

* دراسة مسحية للاعبين الكرة الطائرة *

* فريق الدحموني تيارت *

* تحت إشراف الدكتور *

* إعداد الطلبة *

* بن نعجة *

* مخفي بن عيسى *

* محمد *

* سعيداني رابح *

* السنة الدراسية 2015-2016 *

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ
الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي
بَدَأَ خَلْقَ الْإِنسَانِ
مِنْ طِينٍ مَسْكُونٍ
إِذْ أَمَرْنَا الْمَلَائِكَةَ
سُجُودًا لِلَّذِي
بَدَأَهُمْ فَقَالَ لَا
يَسْبِقُكَ إِلَّا الْوَجْهُ
الَّذِي يُسَبِّحُكَ
بِحَمْدِكَ وَرَبِّكَ
الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي
بَدَأَ خَلْقَ الْإِنسَانِ
مِنْ طِينٍ مَسْكُونٍ



تَشْكْرَات



بسم الله الرحمن الرحيم

((وقل اعملوا فسيرى الله عملكم ورسوله والمؤمنون))

صدق الله العظيم

يقول الحبيب صلى الله عليه وسلم: ((من لم يشكر الناس لم يشكر الله))

صدق رسولنا الكريم

بفضل الله وعونه تعالى خرج هذا العمل المتواضع للنور فالحمد لله على فضله

أتقدم بالشكر الجزيل إلى المشرف والموجه الدكتور الكريم

" بن نعبة محمد "

على صبره معنا طيلة هذا البحث فكان خير دليل ومنبر لنا في هذا الطريق

والذي لم يبخل علينا بالنصح والإرشاد والتوجيه فما يسعنا إلا أن نتضرع إلى المولى

عزوجل أن يديمه شمعة تحترق لتضيء لنا نحن أبناء الوطن الدرب نحو السمو بأمانا

الجزائر إلى أعلى المراتب و أرقاها

كما أتقدم بالشكر الجزيل

إلى إدارة قسم التربية البدنية و الرياضية دون أن ننسى كل أساتذة التخصص الكرام

كما لا ننسى أصدقاء الدراسة والذين لم يبخلوا علينا بنصائحهم القيمة

وأخيرا نشكر كل من ساهم في هذا العمل من قريب أو بعيد ولو بكلمة طيبة.

شكرا

سعداتي
مطفي





* إهداء *



بسم الله الرحمن الرحيم

قال الله تعالى

[...ربي أوزعني أن أشكر نعمتك التي أنعمت علي

و على والدي و أن أعمل صالحا ترضاه و أدخلني برحمتك في عبادك الصالحين.]

النمل الآية 19

أهدي ثمرة هذا العمل المتواضع :

إلى النفس الهادئة ، إلى من حملتني وهنا ووضعتني وهنا ، إلى من غمرتني بحنانها ، إلى التي كانت

تنتظر بفارغ الصبر هذه اللحظة ، إلى من بكيت عليها عيني و أن أكتب هذا الإهداء ولم يشأ

القدر...إلى " أمي " الطاهرة رحمها الله و أسكنها فسيح جنانه .

اللهم أبني لها بيتا في جنتك.

إلى من كان يحترق كالشمعة ليضيء لي الطريق.

إلى من رباني و منحني الثقة ، إلى قائدي في

درب الحياة " أبي العزيز " حفظه الله و أطال في عمره .

إلى كل أفراد العائلة و الأقارب كل باسمه

إلى كل الأصدقاء من بعيد أو من قريب

إلى من أحبهم قلبي و لم يذكرهم اللسان

إلى طلبة و أساتذة قسم العلوم النشاطات التربوية البدنية والرياضية.

إلى كل من يفتح هذه المذكرة من بعدي.

إلى كل هؤلاء أهدي ثمرة جهدي مع كل الحب والاحترام و التقدير

إليكم جميعا.



* محمي بن عيسى *





* إهداء *



بسم الله الرحمن الرحيم
تم بعون الله إتمام هذا البحث المتواضع الذي أهديه
إلى من قال فيهما علا شأنه " وبالوالدين إحسانا "
أهدي نتائج هذا العمل إلى النبع الحنون: أمي التي احتوت كل أماني
وأحلامي وأرضعتني حنانا
ووسعت كل من حولي.
إلى التي أحرقت سنوات العمر شموعا تضيء دربي وتدفي أيامي من برد
الأحزان و ثقل الهموم، إلى التي ملكتني عرش قلبها فتجلى كياني بوجودها
إلى التي منحتني القوة والإرادة.
إليك يا شمس حياتي *أمي الحبيبة*
إلى من رسم خطواتي، ونمت معه دعائم شخصيتي، إلى أب اجتمعت فيه الشمائل
للتواصل فكان أبا وأخا و صديقا وكان سراجي وشعاع نور يزرع في نفسي الطمأنينة
والثقة في النفس.
إلى الذي صقل في ذاتي ونحت فيها مبادئ وقيما كانت ولا تزال الدرع الواقي الذي
يحميني من مفاسد الدنيا.
إلى مثلي الأعلى رمز القوة والكفاح والعطاء
من دون حساب*أبي العزيز*
إلى أخواتي العزيزات اللواتي تقاسمن معي حب الوالدين وطاعتهم، فكن عوننا صادقا
في الطاعة والاحترام.
إلى من جعلن البيت جنة يهنا في جنباتها من أضناه سهر الليالي، فكن بلسما يدرأ الهم
عني ويغرس في نفسي شعاع أمل تزهو به الحياة من حولي.
إلى من تقاسمت معهن عشرة عمر كامل بطلوها ومرها
أخواتي العزيزات
إلى جميع الأقارب كم أحببتكم من كل قلب
رفقاء دربي وأصدقاء عمري، إلى من حملتهم أذاكرة حياتي ولم يذكرهم القلم
إلى كل هؤلاء أهدي ثمرة جهدي مع كل الحب والاحترام و التقدير
إليكم جميعا.



* سعيدي راجح *



فهرس المحتويات

الصفحة

- كلمة شكر.....أ
- الفهرسب
- المحتويات.....ج
- قائمة الجداول و الأشكال.....د
- مقدمة01

الفصل التمهيدي

- 1- الإشكالية.....04
- 2- التساؤل العام.....05
- 2-1- النساؤلات الفرعية.....05
- 2-2- الفرضية العامة.....05
- 2-3- الفرضيات الجزئية.....05
- 2-4- أسباب اختيار الموضوع06
- 2-5- أهداف الدراسة06
- 6- تحديد المفاهيم و المصطلحات06
- 7- الدراسات السابقة.....08

الباب الأول: الجانب النظري

الفصل الأول : القياسات الأنتروبومترية و الأداء المهاري.

- 12..... تمهيد -
- 13..... دراسة الخصائص المرفولوجية -
- 13..... 1-مدخل
- 13..... 2- أهمية الخصائص المرفولوجية
- 14..... 3- الخصائص المرفولوجية
- 14..... 3-1- النمو الجسمي
- 15..... 4- أهمية بعض القياسات الأنتروبومترية.
- 15..... 4-1-الوزن
- 17..... 4-2- السن
- 17..... 4-3- الطول
- 17..... 4-4- الأعراض
- 18..... 4-5- المحيطات
- 18..... 4-6- الأعماق
- 18..... 4-7- قوة القبضة
- 18..... 4-8- سمك الحيوية
- 19..... 4-9- سمك الدهن
- 19..... 5- طرق و مجالات القياسات الأنتروبومترية
- 19..... 5-1- الأطوال
- 19..... 5-1-1- طول الساق

19.....	5-1-2- طول الطرف السفلي
19.....	5-2- المحيطات
20.....	5-3- العروض
20.....	5-4- الأعماق
21.....	5-5- الوزن
22.....	1- طرق و مراحل تعلم الأداء المهاري
22.....	1-1- مفهوم التعلم
22.....	1-2- طرق تعلم الأداء المهاري
24.....	1-3- تطوير تعلم الأداء المهاري
24.....	أولاً- مفهوم تطوير الأداء المهاري
24.....	ثانياً- أهداف تطوير الأداء المهاري
25.....	ثالثاً- العوامل المؤثرة في الأداء المهاري
25.....	2- عوامل الصفات البدنية
26.....	3-الأداء المهاري
26.....	3-1- مفهوم المهارة
28.....	3-2- أنواع المهارات
28.....	3-3-العوامل المحددة لطبيعة المهارة
28.....	4-الحركة
29.....	4-1- مفهوم المهارة الحركية
29.....	4-2-أنواع المهارة الحركية
29.....	4-3-خصائص المهارة الحركية

- 5- المهارات الحركية في المجال الرياضي 31
- 5-1- خصائص المهارة الحركية الرياضية 31
- 5-2- مراحل نمو المهارة الرياضية 32
- 5-3- علاقة نمو المهارات الرياضية بالمهارات الحركية الأساسية 33
- الخلاصة 33

الفصل الثاني: الكرة الطائرة

- تمهيد 35
- 1- تعريف الكرة الطائرة 36
- 2- لمحة تاريخية عن الكرة الطائرة في العالم 36
- 3- لمحة تاريخية عن الكرة الطائرة في الجزائر 37
- 4- مميزات و خصائص الكرة الطائرة 37
- 5- أهم القوانين الخاصة بالكرة الطائرة 38
- 6- المهارات الأساسية في الكرة الطائرة 39
- 6-1- الإرسال 39
- 6-2- الإستقبال 41
- 6-3- أنواع الإستقبال 42
- 6-4- الأخطاء الشائعة في الإستقبال 42
- 6-5- التمرير 43
- 6-6- الضرب الساحق 45
- 6-7- الصد 46
- 6-8- الإعداد 47

48..... - الخلاصة

الفصل الثالث: الرياضة المدرسية و المراهقة

50..... - تمهيد

51..... 1- مفهوم الرياضة المدرسية و أهدافها في الجزائر

51..... 1-1- المقارنة بين التربية البدنية و الرياضة المدرسية

52..... 1-2- مفهوم الرياضة في الجزائر

52..... 1-3- أهداف الرياضة المدرسية في الجزائر

52..... 2- مميزات و خصائص التلاميذ خلال المراحل المدرسية

52..... 2-1- المرحلة الإبتدائية (6،12) سنة

52..... 2-2- المرحلة المتوسطة (12،15) سنة

53..... 2-3- المرحلة الثانوية (15،18) سنة

54..... 3- المنافسة الرياضية المدرسية

54..... 3-2- تعريف المنافسة

55..... 3-3- نظريات المنافسة

55..... 4- أهداف المنافسات الرياضية المدرسية

57..... 5- مفهوم وتنظيم المنافسات الرياضية المدرسية في الجزائر

57..... 5-1- الفرق الرياضية المدرسية

58..... 6- الإدارة و التسيير للرياضة المدرسية

58..... 6-1- هياكل الدعم و التوجيه و المتابعة

- 59..... 2-6- مهام الهياكل
- 61..... 7- بعض الصعوبات التي تعيق النشاط الرياضي
- 62..... 8- التمويل
- 63..... خلاصة الرياضة المدرسية
- المراقبة
- 64..... تمهيد
- 65..... 1- تعريف المراقبة
- 65..... 2- التمييز بين المراقبة و البلوغ
- 65..... 3- مراحل المراقبة
- 66..... 3-1- المراقبة المبكرة (15،12) سنة
- 68..... 3-2- المراقبة الوسطى (18،16) سنة
- 68..... 3-3- المراقبة المتأخرة (21،19) سنة
- 68..... 4- أنواع المراقبة
- 70..... 5- خصائص النمو في فترة المراقبة
- 73..... 6- الحاجات الأساسية للمراقب
- 76..... 7- مشاكل المراقبة
- 78..... 8- علاقة المراقب بالرياضة
- 80..... -خلاصة

الباب الثاني: الجانب التطبيقي

الفصل الأول : منهج البحث و إجراءاته الميدانية

تمهيد.....	83
1- منهج البحث.....	84
2- عينة البحث.....	84
3- عينة البحث من حيث المواصفات و التجانس	85
4-مجالات البحث.....	87
4-1-المجال البشري.....	87
4-2- المجال المكاني	87
4-3- المجال الزمني	87
4-4- التجربة الإستطلاعية.....	87
5- أدوات البحث.....	87
6- الإختبارات المستعملة.....	87
7-الدراسة الإستطلاعية.....	91
8-الضبط الإجرائي للمتغيرات.....	93
9-تاريخ إختبار المؤسستين.....	94
10-الوسائل الإحصائية.....	94
11-صعوبات البحث.....	96
خاتمة.....	97

الفصل الثاني : عرض و تحليل و مناقشة النتائج

- 5- تحليل و مناقشة النتائج.....99
- 5-1- عرض و مناقشة نتائج الفرضية الأولى99
- 5-2- عرض و مناقشة نتائج الفرضية الثانية.....110
- 5-3- عرض و مناقشة نتائج الفرضية الثالثة.....118
- 5-4- الإستنتاجات175
- 5-5- الإستنتاج العام176
- 5-4- الخلاصة العامة177
- الاقتراحات و التوصيات178
- قائمة المراجع180
- الملاحق

قائمة الجداول و الأشكال

1- قائمة الجداول:

الصفحة	العنوان	الرقم
85	مواصفات عينة البحث لكل من المتوسطتين .	01
92	ثبات الاختبار	02
93	صدق الاختبار	03
94	تاريخ إختبارات عينة البحث.	04
99	قيم F المحسوبة في قياس الطول بين مراكز اللاعبين	05
99	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لمراكز اللاعبين في قياس الطول .	06
100	قيم F المحسوبة في اختبار قياس الوزن بين مراكز اللاعبين	07
101	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لمراكز اللاعبين في اختبار الوزن	08
102	قيم F المحسوبة في اختبار فتح الذراعين: بين مراكز اللاعبين	09
103	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لمراكز اللاعبين في اختبار فتح الذراعين:	10
104	قيم F المحسوبة في قياس الإرتقاء بين مراكز اللاعبين	11
104	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لمراكز اللاعبين في قياس الإرتقاء	12
110	قيم F المحسوبة في اختبار التمرير: بين مراكز اللاعبين	13
110	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لمراكز اللاعبين في اختبار التمرير	14
111	قيم F المحسوبة في اختبار الإرسال: بين مراكز اللاعبين	15
112	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لمراكز اللاعبين في اختبار الإرسال	16

113	قيم المحسوبة في اختبار الضرب الساحق بين مراكز اللاعبين	17
114	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لمراكز اللاعبين في اختبار الضرب الساحق	18
119	المستويات المعيارية في قياس الطول حسب مراكز اللاعبين	19
121	العدد والنسبة المئوية للاعبين في قياس الطول حسب مراكز اللاعبين	20
127	المستويات المعيارية في قياس الوزن حسب مراكز اللاعبين	21
128	العدد والنسبة المئوية للاعبين في قياس الوزن حسب مراكز اللاعبين	22
134	المستويات المعيارية في قياس السن حسب مراكز اللاعبين	23
135	العدد والنسبة المئوية للاعبين في قياس السن حسب مراكز اللاعبين	24
141	المستويات المعيارية في قياس فتح الذراعين حسب مراكز اللاعبين	25
142	العدد والنسبة المئوية للاعبين في قياس فتح الذراعين حسب مراكز اللاعبين	26
148	المستويات المعيارية في قياس الإرتقاء حسب مراكز اللاعبين	27
149	العدد والنسبة المئوية للاعبين في قياس الإرتقاء حسب مراكز اللاعبين	28
154	المستويات المعيارية في اختبار التمير حسب مراكز اللاعبين	29
156	العدد والنسبة المئوية للاعبين في اختبار التمير حسب مراكز اللاعبين	30
161	المستويات المعيارية في اختبار الإرسال حسب مراكز اللاعبين	31
162	العدد والنسبة المئوية للاعبين في اختبار التمير حسب مراكز اللاعبين	32
167	المستويات المعيارية في اختبار الضرب الساحق حسب مراكز اللاعبين	33
169	العدد والنسبة المئوية للاعبين في اختبار الضرب الساحق حسب مراكز اللاعبين	34

2- قائمة الأشكال:

الصفحة	العنوان	الرقم
100	المتوسط الحسابي لمراكز اللاعبين في إختبار قياس الطول.	01
102	المتوسط الحسابي لمراكز اللاعبين في إختبار قياس الوزن.	02
103	المتوسط الحسابي لمراكز اللاعبين في إختبار قياس فتح الذراعين.	03
105	المتوسط الحسابي لمراكز اللاعبين في إختبار قياس الإرتقاء.	04
111	المتوسط الحسابي لمراكز اللاعبين في إختبار قياس التمرير.	05
113	المتوسط الحسابي لمراكز اللاعبين في إختبار قياس الإرسال.	06
114	المتوسط الحسابي لمراكز اللاعبين في إختبار قياس الضرب الساحق.	07
119	النسبة المئوية للحالات الواقعة بين العلامات المعيارية للمنحى الطبيعي.	08
122	المستويات المعيارية للمركز الأول في قياس الطول.	09
123	المستويات المعيارية للمركز الثاني في قياس الطول.	10
124	المستويات المعيارية للمركز الثالث في قياس الطول.	11
125	المستويات المعيارية للمركز الرابع في قياس الطول.	12
126	المستويات المعيارية للمركز الخامس في قياس الطول.	13
127	المستويات المعيارية للمركز السادس في قياس الطول.	14
128	المستويات المعيارية للمركز الأول في قياس الوزن.	15
130	المستويات المعيارية للمركز الثاني في قياس الوزن.	16
131	المستويات المعيارية للمركز الثالث في قياس الوزن.	17
132	المستويات المعيارية للمركز الرابع في قياس الوزن.	18

133	المستويات المعيارية للمركز الخامس في قياس الوزن.	19
134	المستويات المعيارية للمركز السادس في قياس الوزن.	20
136	المستويات المعيارية للمركز الأول في قياس السن.	21
137	المستويات المعيارية للمركز الثاني في قياس السن.	22
138	المستويات المعيارية للمركز الثالث في قياس السن.	23
139	المستويات المعيارية للمركز الرابع في قياس السن.	24
140	المستويات المعيارية للمركز الخامس في قياس السن.	25
141	المستويات المعيارية للمركز السادس في قياس السن.	26
143	المستويات المعيارية للمركز الأول في قياس فتح الذراعين.	27
144	المستويات المعيارية للمركز الثاني في قياس فتح الذراعين.	28
145	المستويات المعيارية للمركز الثالث في قياس فتح الذراعين.	29
146	المستويات المعيارية للمركز الرابع في قياس فتح الذراعين.	30
147	المستويات المعيارية للمركز الخامس في قياس فتح الذراعين.	31
148	المستويات المعيارية للمركز السادس في قياس فتح الذراعين.	32
150	المستويات المعيارية للمركز الأول في قياس الإرتقاء.	33
151	المستويات المعيارية للمركز الثاني في قياس الإرتقاء.	34
152	المستويات المعيارية للمركز الثالث في قياس الإرتقاء.	35
152	المستويات المعيارية للمركز الرابع في قياس الإرتقاء.	36
153	المستويات المعيارية للمركز الخامس في قياس الإرتقاء.	37
154	المستويات المعيارية للمركز السادس في قياس الإرتقاء.	38

157	المستويات المعيارية للمركز الأول في قياس التمرير .	39
157	المستويات المعيارية للمركز الثاني في قياس التمرير .	40
158	المستويات المعيارية للمركز الثالث في قياس التمرير .	41
159	المستويات المعيارية للمركز الرابع في قياس التمرير .	42
160	المستويات المعيارية للمركز الخامس في قياس التمرير .	43
160	المستويات المعيارية للمركز السادس في قياس التمرير .	44
163	المستويات المعيارية للمركز الأول في قياس الإرسال .	45
164	المستويات المعيارية للمركز الثاني في قياس الإرسال .	46
165	المستويات المعيارية للمركز الثالث في قياس الإرسال .	47
165	المستويات المعيارية للمركز الرابع في قياس الإرسال .	48
166	المستويات المعيارية للمركز الخامس في قياس الإرسال .	49
167	المستويات المعيارية للمركز السادس في قياس الإرسال .	50
170	المستويات المعيارية للمركز الأول في قياس الضرب الساحق .	51
170	المستويات المعيارية للمركز الثاني في قياس الضرب الساحق .	52
171	المستويات المعيارية للمركز الثالث في قياس الضرب الساحق .	53
172	المستويات المعيارية للمركز الرابع في قياس الضرب الساحق .	54
99	المستويات المعيارية للمركز الخامس في قياس الضرب الساحق .	55
100	المستويات المعيارية للمركز السادس في قياس الضرب الساحق .	56

1-الإشكالية :

حيث تعتبر المنافسة الرياضية عاملا هاما وضروريا لكل نشاط رياضي، فيرى البعض أن الرياضة لا تخلو من المنافسة، وتعتبر المنافسة في المجال الرياضي وخاصة الكرة الطائرة، نشاط يحاول الفرد من خلاله إحراز الفوز وتحقيق أفضل مستوى ممكن، وذلك من خلال بعض القياسات الأنتروبومترية و الأداء المهاري، وبذلك يجب على المدرب أن يحرص على بناء هذه القياسات من خلال درجات معيارية نحو إنجاز المهام المكلف بها .

تعتبر القياسات الأنتروبومترية متغير فيزيولوجي يؤثر في توجيه وتحديد الموهبة الرياضية الشابة، وهي عملية في غاية الأهمية، والتي تتطلب من ممارسيها استعدادات خاصة من اجل الاستمرار في التفوق، حيث نرى أن أهم وأفضل الأوساط التي يمكن تطبيق عليها هذه العملية بنجاح، هي المؤسسات التربوية، والنادي الرياضية، كون معظم الأطفال يزاولون في هذه المرحلة الدراسية مختلف الرياضات فردية أو جماعية، وكون شريحة ما بين 11سنة حتى 14سنة، هي الشريحة التي تضمن أحسن النتائج لعملية الاختيار والتوجيه الرياضي، لان معظم الممارسين للنشاط الرياضي، في هذه المرحلة لهم الحظ والفرصة الأحسن لممارسة الرياضة ، مما يسمح لهم بتطوير إمكانياتهم وقدراتهم واحتمال توجيههم للتفوق والبروز .

وتعتبر القياسات الأنتروبومترية، حمل أو عبء يمكن أن يؤثر على الأداء المهاري للناشئ الرياضي، بصفة عامة وناشئ الكرة الطائرة بصفة خاصة، ولذلك نحن نحاول في بحثنا هذا تحديد نوع العلاقة بين القياسات الأنتروبومترية و الأداء المهاري . توجد مهارات حركية في الكرة الطائرة و هي ركن أساسي في هذه اللعبة ، و تتميز المهارة بالتنوع والتعدد حسب مساحة اللعب ، حيث تساعد على وضع معايير ومواصفات اللاعب المناسب ، وتسهل عملية انتقاء واختيار اللاعبين وقياس قدراتهم في هذه اللعبة. ويحتاج الأداء الناجح للمهارة في الكرة الطائرة إلى التركيز وسرعة رد الفعل والقدرة على بناء الهجمات واستخدام المهارات في نطاق المواقف المتغيرة والتي تتحكم فيها الساحة وموقع الزميل وضغط المنافسين. ويتضح من ذلك أن أداء المهارات لا بد من أن يقترن بقدرة اللاعب على تحديد مواقع زملاء من مكانه ويستخدم الأسلوب الأمثل لتنفيذ المهارة وفق المواقف وبالسرعة الملائمة .

إذ أن تطور التربية البدنية و الرياضية و انتشار ممارستها في المؤسسات التربوية يعود أساسا إلى الإمكانيات المادية للدولة و مدى تطور علومها، الشيء الذي جعل الدول الكبرى تتنافس فيما بينها مبرزة

تفوقها الحضاري؛ و من المؤكد أن بلدنا يرى مستقبله في الجيل الصاعد من الشباب الذي يكون بدوره مهيباً من جميع الجوانب خاصة منها الجانب البدني و المهاري.

وهذا ما يقودنا إلى طرح التساؤل التالي:

2- التساؤل العام :

_ هل يمكن وضع معايير محددة حسب مراكز اللعب في القياسات الأنتروبومترية و إختبارات الأداء المهاري لدى التلاميذ المشاركين في الرياضة المدرسية تخصص الكرة الطائرة ؟

2-1- التساؤلات الفرعية :

1- هل توجد فروق دالة إحصائية بين مراكز اللاعبين في نتائج القياسات الأنتروبومترية لدى التلاميذ المشاركين في الرياضة المدرسية تخصص الكرة الطائرة؟

2- هل توجد فروق دالة إحصائية بين مراكز اللاعبين في نتائج إختبارات الأداء المهاري لدى التلاميذ المشاركين في الرياضة المدرسية تخصص الكرة الطائرة ؟

3- ما هو مستوى التلاميذ المشاركين في الرياضة المدرسية في نتائج القياسات الأنتروبومترية وإختبارات الأداء المهاري تخصص الكرة الطائرة ؟

2-2- الفرضية العامة :

يمكن وضع معايير محددة حسب مراكز اللعب في القياسات الأنتروبومترية وإختبارات الأداء المهاري لدى التلاميذ المشاركين في الرياضة المدرسية تخصص الكرة الطائرة .

2-3- الفرضيات الجزئية :

1- توجد فروق دالة إحصائية بين مراكز اللاعبين في نتائج القياسات الأنتروبومترية لدى التلاميذ المشاركين في الرياضة المدرسية تخصص الكرة الطائرة.

2- توجد فروق دالة إحصائية بين مراكز اللاعبين في نتائج إختبارات الأداء المهاري لدى التلاميذ المشاركين في الرياضة المدرسية تخصص الكرة الطائرة .

3- يتميز التلاميذ المشاركين في الرياضة المدرسية بمستوى ضعيف في نتائج القياسات الأنتروبومترية وإختبارات الأداء المهاري تخصص الكرة الطائرة .

2-4- أسباب اختيار الموضوع :

يعود اختيارنا لهذا الموضوع إلى عدة أسباب أهمها:

. توضيح مدى أهمية التحكم المهاري في تحسين أداء التلاميذ المشاركين في الرياضة المدرسية تخصص الكرة الطائرة.

. تحفيز المدرسين والمختصين بتفعيل ورفع مستوى الرعاية المهنية بصفة عامة.

- حرص المدرسين على القياسات الأنتروبومترية و الأداء المهاري من خلال درجات معيارية .

-توعية المدرسين على القياسات الأنتروبومترية من أجل تطوير الأداء المهاري .

-تحفيز التلاميذ المشاركين في الرياضة المدرسية على تطوير المهارات في الكرة الطائرة.

2-5-أهداف الدراسة:

من أهم الأهداف المنتظرة من هذه الدراسة ما يلي:

- تحديد درجات معيارية للقياسات الأنتروبومترية لدى التلاميذ المشاركين في الرياضة المدرسية تخصصالكرة الطائرة.

- تحديد درجات معيارية للأداء المهاري لدى التلاميذ المشاركين في الرياضة المدرسية تخصص الكرة الطائرة.

- معرفة نوع العلاقة الارتباطية بين القياسات الأنتروبومترية والأداء لدى التلاميذ المشاركين في الرياضة المدرسية تخصصالكرة الطائرة .

- تشجيع المدرسين والمربين على ضرورة تطوير المهارة للتلميذ الرياضي .

2-6-تحديد المفاهيم و المصطلحات:**1- الدرجات المعيارية :**

إن المعايير هي إحدى الأهداف الأساسية التي ترمى إليها عملية التقنين الإختبارات و أساس الحكم من داخل الظاهرة ، وأن الدرجة المعيارية هي إحدى الوسائل الأساسية لتقييم الأرقام المسجلة من الأفراد في ضوء المتوسط و الإنحراف حتى يمكن عن طريقها وضع المستويات القياسية "الدرجات الخام" الى

درجات معيارية، يسهل منها مقارنة كافة النتائج و جمعها و معاملتها إحصائياً لإستخراج الكثير من الدلالة¹

2-القياسات الأنتروبومترية :

تعتبر هذه الظواهر المورفولوجية الحيوية بمثابة صلاحيات أساسية للوصول إلى المستويات العالية ، حيث يشير ذلك إلى أن العلاقة بين الصلاحيات التي يحتاجها النشاط الرياضي المعين ومستوى الأداء علاقة طردية كل يؤثر ويتأثر بالآخر .(1)

3- الأداء المهاري :

يعرفه محمد حسن علاوي بأنه عملية معقدة و مركبة ولا يكاد يخلو أي نوع من النشاط البشري من التعلم، و التعلم بصفة عامة أساسي في حياة الفرد وفي تطوير الشخصية الإنسانية².

ويضيف احمد زكي صالح في هذا المجال أن التعلم تغيير في الأداء تحت شروط الممارسة وان التعلم تغيير ثابت نسبيا لا يكون ناتج في عملية النمو والتعب لذا فانه يتوقف على نمو الأجهزة الجسمية والوظائف العقلية التي تعتبر مسؤولة عن أداء الفرد في تعلمه ومن هنا يعتبر النضج شرط التعلم كما انه غير كاف وحده بحدوث التعلم بل لابد من توفر شروط الممارسة و الخبرة³.

4-الكرة الطائرة :

لعبة جماعية بسيطة تتكون من فريقين كل فريق يتشكل من 6 لاعبين, ملعبها عبارة عن مربعين متلاصقين ضلع كل منهما 9 م وتفصل بينهما شبكة ارتفاعها 2.43 عند الذكور و 2.24 عند الإناث, وهدف اللعبة هو جعل الكرة تسقط في ملعب الفريق المنافس بطريقة لا تمكنه من إعادتها فوق الشبكة. ويكسب الفريق نقطة عندما يفشل الفريق الخصم من إعادة الكرة بعد أن يكون الإرسال بحوزة الفريق الأول لهذا يتوجب العمل للحصول على الإرسال بسبب خطأ يرتكبه الفريق المضاد.

¹- احمد محمد خاطر، علي فهمي البيك: القياس في المجال الرياضي، سنة 1996، ص77

⁽¹⁾- زكي محمد حسن : الظواهر المورفولوجية في رياضي الألعاب الجماعية ، كلية التربية الرياضية للبنين ، القاهرة، 2004، ص7 .

². محمد حسن علاوي، علم النفس الرياضي، دار المعارف، القاهرة 1992، ص 333.

³. أحمد زكي صالح، التعلم : أسسه مناهجه، نظرياته، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة بدون سنة، ص20-40.

5-الرياضة المدرسية :

سوف نتطرق إلى إجراء مقارنة بسيطة بين التربية البدنية والرياضة المدرسية حتى نضع كل واحدة في معناها المناسب، ثم نوضح مفهوم وأهداف الرياضة المدرسية في الجزائر إلى جانب ذلك مميزات التلاميذ خلال كل المراحل المدرسية.

6-المراهقة:

. حسب قاموس علم النفس فإن المراهقة هي المرحلة التي تتم فيها التغيرات الجسمية و النفسية، وتبدأ تقريبا من سن 12 إلى 18 أو 20 سنة.

. وعلى مستوى التغيير النفسي تظهر إعادة تنشيط الغريزة الجنسية وتأكيد الطموحات و الميول المهنية و الاجتماعية رغبة في التحرر.⁴

وفي هذا المجال أيضا "جوزيف ستون وتشرش" في كتابهما (الطفولة والمراهقة) أن المراهقة تبدأ بمظاهر البلوغ وبداية ليست دائما واضحة، ونهاية المراهقة تأتي مع تمام النضج الاجتماعي دون تحديد⁵ ما قد وصل إليه الفرد من هذا النضج الاجتماعي.

3-الدراسات السابقة :

1_دراسة التي قام بها بن قوة علي تحت عنوان "تحديد المستويات المعيارية لإختبار الموهوبين من الناشئين لممارسة كرة القدم (11،12 سنة)"،و التي إستهدفت هذه الدراسة في إختبار تقييم قدرات الموهوبين من الناشئين في لعبة كرة القدم ووضع معايير محددة يستند عليها في إختيار الناشئين الموهوبين في لعبة كرة القدم ، إستخدم الباحث المنهج المسحي،تكونت عينة المجتمع الأصلي للبحث من 140 لاعب تراوحت أعمارهم ما بين (11،12 سنة)،ثم إختيارهم بطريقة عشوائية من مدارس الفرق الرياضية، وقد إستبعد الباحث نتائج 38 لاعب للأسباب التالية : 18 لاعب تم إنقطاعهم عن بعض الإختبارات لسبب تكرار غيابهم عن التدريب ،كما تعرض البعض منهم للإصابات.

حيث إعتد الباحث على 20 لاعب ، في عينة التجربة الإستطلاعية ، قد تم إجراء الإختبارات البدنية و التقنية في ملاعب كرة القدم،بعد أن تم ضبط المتغيرات الإجرائية للبحث .

⁴- N Silamy, Dictionnaire de Psychologie, Larousse, Paris, 1979, P,13.

أجرى الباحث تجربة إستطلاعية شملت 20 لاعب من مجتمع عينة البحث الكلية التي تم إستبعاد نتائجها عن التجربة الرئيسية، كما تم التأكد من صدق و ثبات و موضوعية الإختبارات المستخدمة، و التي أظهرت درجة عالية من الصدق و الثبات ، عند مستوى الدلالة (0.05).

2_دراسة حسانين (2004)،و التي هدفت مما يتعلق بالمعايير و أهميتها بالنسبة لكل من المدرس و المدرب، فقد أشار كل من علاوي و رضوان (2000) إلى أن المعايير تساهم في التعرف إلى مستويات أداء الأفراد الرياضيين و تصنيفهم إلى مستويات كالمستوى المتوسط أو فوق المتوسط...إلخ.

ويذكر كذلك أن وجود معايير يسمح للمختبر أن يتعرف على مركزه النسبي في المجموعة، وهذا يعتبر جزءا هاما و ضروريا لتحقيق شروط التقويم المثلى، فهي تحدد مركز الفرد، و تساهم في وضع درجة كلية لوحداث مختلفة في وحدات قياسها خاصة في إختبارات الأداء البدني. فبناء المعايير هو عبارة عن قيم تمثل أداء عينة من المجتمع سواء كانت عشوائية أو عمدية لإجراء إختبار معين، فهي تصف أداء تلك المجموعات في إختبار معين، و تدلنا على كيفية الأداء الفعلي لهؤلاء الأفراد، و تتميز لأنها تجعل وحدات القياس موحدة، مما يساعد على إعطاء درجة كلية للمختبرين، تمثل هذه الدرجة مستوى الإنجاز كما أن للدرجة المعيارية القدرة على تحديد مكان الفرد المختبر بين مجموعته التي أشنقت لها المعايير ، إلا أنه و نظرا لعدم إمكانية إصدار هذه الأحكام يكون في عدم وجود محك ، مما يؤدي إلى عدم دقة التقويم، فإننا نلجأ إلى إستخدام الدرجات المعيارية بدلا من الدرجات الخام (رضوان 2006).

تمهيد:

إن الكائن البشري يمر بمراحل مختلفة تتميز بخصائص جسمية وسيكولوجية وفيزيولوجية وعقلية مختلفة ، فالإنسان ينتقل من الطفولة إلى الشباب إلى الكهولة إلى الشيخوخة ، وكل هذه المراحل لها مميزات خاصة بها ، وبما أننا ندرس الخصائص المورفولوجية لمرحلة معينة من المراحل التي يمر بها الإنسان التي تتناسب عينة موضوعنا ألا وهي مرحلة الطفولة المتأخرة " 9 - 12 " فلهذا سوف نتطرق إلى دراسة الخصائص المورفولوجية والسمات التي يمر بها الكائن البشري في هذه السن بالإضافة إلى مميزات مرحلة الطفولة وحاجات الطفل النفسية وبعض المشكلات التي يتعرض لها الطفل في مرحلة الطفولة المتأخرة ، كما سنعرض في هذا الفصل الأسباب التي أدت بالطفل إلى الانطواء والعزلة عن بقية الأطفال الآخرين.

A-دراسة الخصائص المرفولوجية :

مدخل:

لقد نال جسم الإنسان الرياضي من ناحية شكله وحجمه، وكذا اهتمام الكثير من العلماء والمختصين في المجال الرياضي، وذلك منذ أمد بعيد بهدف الوقوف على ما يتصف به هذا الجسم من الخصائص، يطلق عليها الخصائص المرفولوجية، وهي مواصفات معينة ومحددة تجعله مميزا عن الآخرين.

ولقد أعطى المتخصصون في المجال الرياضي خاصة متخصصو القياس والتقييم، أهمية خاصة للمواصفات والظواهر المرفولوجية باعتبارها أحد الخصائص والظواهر الهامة للنجاح في مزاوله الأنشطة المختلفة.

تعتبر هذه الظواهر المرفولوجية الحيوية بمثابة صلاحيات أساسية للوصول إلى المستويات العالية ، حيث يشير ذلك إلى أن العلاقة بين الصلاحيات التي يحتاجها النشاط الرياضي المعين ومستوى الأداء علاقة طردية كل يؤثر ويتأثر بالآخر .⁽¹⁾

2- أهمية الخصائص المرفولوجية:

إن ممارسة أي نشاط رياضي وباستمرار لفترات طويلة يكسب ممارسة خصائص مورفولوجية خاصة تتناسب ونوع النشاط الرياضي الممارس .

ويؤكد عصام حلمي 1987 على أن ممارسة الأنشطة الرياضية ذات الطبيعة الخاصة و بشكل منتظم ولفترات طويلة تحدث تأثيرا مورفولوجيا على جسم الفرد الممارس ، ويمكن التعرف على هذا التأثير بقياس أجزاء الجسم العاملة بصورة فعالة أثناء ممارسة هذا النشاط ، حيث أن لها تأثير ، وإظهار القوة العضلية، السرعة ، التحمل ، المرونة ، كذلك تجاوب جسم اللاعب لمختلف الظروف المحيطة به وأيضا كفاءته البدنية و تحقيق النتائج الرياضية الباهرة⁽²⁾ .

ويذكر دونالد donald 1972 أن المرفولوجي هو علم وصف الشكل الخارجي بجسم الإنسان ، وأن النثروبومتري هو فرع من المورفولوجي .

ويوضح كل من كاربوفيتس وسننج karbovich و sining 1971، سيلز 1974 أن الخصائص المورفولوجية أهمية كبرى للأداء في النشاط الرياضي ، وترجع هذه الأهمية :

(1) - زكي محمد حسن : الظواهر المرفولوجية في رياضي الألعاب الجماعية ، كلية التربية الرياضية للبنين ، القاهرة ، 2004، ص7 .

(2) - محمد حازم محمد أبويوسف: أسس إختيار الناشئين في كرة القدم ، دار الوفاء لدنيا الطباعة و النشر ، ط 1 ، الإسكندرية ، مصر، 2005، ص25- 26 .

قيام اللاعبين بأداء الحركات بأجسامهم التي تختلف بمقاييسها من فرد إلى آخر مما ينتج عنه إختلاف في أداء الحركات الرياضية مما يؤكد ضرورة وملائمة مقاييس اللاعب لمتطلبات النشاط الممارس .

وقد أكد كونسلمان 1973 counsilman على أن توافر المواصفات المرفولوجية دون إعداد يؤدي إلى التقدم المحدود، وبذلك نجد أن الصفات المرفولوجية لازمة للتفوق في النشاط الرياضي الممارس وأن التدريب يكمل هذه الصفات.

ويذكر كل من عصام عبد الخالق 1981 ، محمد حسن علاوي 1982 أن التركيب الجسمي ووزن الجسم وطوله من أهم العوامل التي يتوقف عليها الوصول إلى المستويات العالية.

ويؤكد كمال عبد الحميد، أسامة راتب 1986 نقلا عن كارتر أن العلاقة أكيدة بين البناء الجسمي و الوظيفة ، فالقياسات المرفولوجية تعتبر مطلبا هاما للأداء الحركي للرياضيين حتى يمكن الوصول إلى المستويات الرياضية العالية.(1)

3- الخصائص المورفولوجية:

- يتسم النمو بالبطء عن ذي قبل ، كما يبدو التمايز بين الجنسين بشكل واضح .
- يستمر نوا الجسم وتحدث زيادة في الطول والعرض والوزن .
- تتعدل النسب الجسمية و تصبح قريبة من النسب الجسمية عند الراشد .
- يزداد نمو العضلات الصغيرة و يستمر نمو العضلات الكبيرة.
- لا تتضح الفروق بين الجنسين ، إلا أنها توجد بعض الفروق البدنية القليلة بينها فالبنات في سن بالإضافة إلى وجود فروق في الهيكل العظمي حيث نلاحظ الزيادة في عظام الحوض بالنسبة للإناث مقارنة بالذكور و تستمر هذه الزيادة حتى سن البلوغ.(2)

3-1- النمو الجسمي :

إن النمط الجسمي للاعب كرة القدم هو النمط العضلي ، الذي يتميز بطول الأطراف خاصة الذراعين و الرجلين مع كبر كف اليد وطول سلاميات الأصابع مما يساعد السيطرة على الكرة بالنسبة للحارس وقوة

(1)- محمد حازم محمد أبو يوسف :المرجع السابق ، ص26-27 .

(2)- محمد الحماحي ، أمين الخولي : أسس بناء برامج التربية الرياضية ، دار الفكر العربي ، ط 2، القاهرة، 1990 ، ص 137.

القذف و تنوعه ، ولأن كرة القدم تعتمد على نسبة معتبرة من القوة التي توفرها العضلات فإن النمط العضلي هو الأنسب لمثل هذا النوع من الرياضة .⁽¹⁾

4- أهمية بعض القياسات الأنتروبومترية :

1-4 الوزن weight :

إن الوزن عامل مهم جدا في كرة القدم، ويظهر ذلك في العلاقة بين وزن الجسم والطول من خلال هذا المؤشر (indice) وزن الجسم في 100/ الطول = indice de roburtesse .

وكما كان هذا المؤشر مرتفع كلما كان مستوى اللاعبين كذلك.⁽²⁾

وكذلك يعتبر عنصر هام في الحياة، ويتضح ذلك من نتائج بعض الدراسات الطبية التي تشير لإلى أن أي زيادة في الوزن عن المعدل الطبيعي لمن تجاوز من الأربعين تؤدي إلى قصر العمر ، فقد وجد أن حدوث زيادة في الوزن بمقدار خمسة كيلوغرامات يقلل من العمر بمقدار 8 %، وإذا ارتفعت الزيادة على 15 كيلوغرام يقل العمر نسبة 30% .

وفي دراسة أخرى ثبت أن 80% من المصابين بالنسبة يعانون من ارتفاع في شرايين القلب كما وجد أن كل كيلوجرام واحد زيادة في الوزن عن المعدل الطبيعي يعادل ضرورة الناتج من تدخين 25 سيجارة.

هذا وتمثل أي زيادة في الوزن أعباء إضافية على القلب ، فالشرايين التي يحتويها الجسم يبلغ طولها حوالي 25 كيلومتر ، فإذا زاد الوزن كيلوغرام واحد عن معدله الطبيعي يتحتم على القلب أن يدفع الدم عبر ميلين إضافيين من الشرايين لتغذية هذه الزيادة .⁽³⁾

والوزن عنصر هام في النشاط الرياضي أيضا، إذ يلعب دورا هاما في جميع الأنشطة الرياضية تقريبا ، لدرجة أن بعض الأنشطة تعتمد أساسا على الوزن ، مما دعا القائمين عليها إلى تصنيف متسابقينها تبعا لأوزانهم كالمصارعة والملاكمة و الجودو ورفع الأثقال (ثقيل-خفيف ثقيل - متوسط الخ) وهذا يعطي إنعكاسا واضحا عن مدى تأثير الوزن في نتائج ومستويات الأرقام.

وفي هذا الخصوص يقول مك كيلوي mscloy أن زيادة الوزن بمقدار 25 % عما يجب أن يكون عليه

⁽¹⁾ - منير جرجس إبراهيم : كرة القدم للجميع ، دار الفكر ، ط 4 ، القاهرة ، 1994 ، ص 334 .

⁽²⁾ - claide,handball,la formation du jouer- vigot 1987,p20

⁽³⁾ - محمد صبحي حاسنين: القياس والتقييم في التربية البدنية والرياضية، دار الفكر العربي ، ط 4 ، القاهرة، 2000، ص 44.

اللاعب في بعض الألعاب يمثل عبئا يؤدي إلى سرعة إصابة بالتعب ، كما ثبت من بعض البحوث أن نقص 1 على 30 من وزن اللاعب يعتبر مؤشرا صادقا لبداية الإجهاد.⁽¹⁾

وللوزن أهمية كبيرة في عملية التصنيف classification حيث أشار إلى ذلك مك كلوى msclay ونيلسون neilson وكازنز cozens حيث ظل الوزن قاسما مشتركا أعظم في المعادلات التي وضعها مك كلوى واستخدمت بنجاح في المراحل الدراسية المختلفة (ابتدائي، ثانوي ، جامعي) كما أن الوزن كان ضمن العوامل التي تضمنتها معادلة نيلسون وكازنز لتصنيف التلاميذ في المراحل المختلفة.

هذا وقد ثبت علميا ارتباط الوزن بالنمو والنضج واللياقة الحركية والاستعداد الحركي عموما، وأظهرت البحوث ما يعرف بالوزن النسبي والوزن النوعي، وكلها اصطلاحات فنية جاءت نتيجة دراسات مستيقظة حول أهمية الوزن في مجال التربية البدنية والرياضية.

وهناك فرق بين الوزن المثالي والوزن الطبيعي ، الوزن المثالي هو الوزن الذي يجب أن يكون عليه الفرد تماما، ويكون منسوبا إلى طوله، فإذا أخذنا بالرأي الذي يرى أن الوزن المثالي يساوي الطول-100، فإن أصاب هذا الرأي يرون أن الوزن المثالي للذكور يكون مساويا تقريبا لعدد السنتمرات الزائد عن المتر الأول في الطول مقدرا بالكيلوجرامات.

وبالنسبة للنساء تقل أوزانهن المثالية عن هذا المعدل من 2-5 كيلوجرام ويستثنى من ذلك الرياضيون (ذكورا، إناثا) حيث يكونون أكثر في أوزانهم عن هذه المعدلات نظرا لنمو جهازهم العضلي الذي يمثل حوالي 43 % من وزن الجسم لدى البالغين.⁽²⁾

أما الوزن الطبيعي فهو قيمة محددة لإنحراف الوزن بالنقص أو الزيادة عن الوزن المثالي..، فانحراف الفرد عن الوزن المثالي بالزيادة أو النقصان بما لا يزيد عن حوالي 25% يجعل الفرد مازال داخل في حدود الوزن الطبيعي ، وما يزيد عن ذلك بالنقصان ينتجه الفرد إلى النحافة ثم النحالة ، وإذا كان ذلك بالزيادة فإنه يتجه إلى البدانة ثم السمنة.

والجدير بالذكر أن العلماء قد اختلفوا في تحديد النسبة التي يظل الفرد فيها داخل حدود الوزن الطبيعي نسبة إلى الوزن المثالي ، فحددها البعض من 15-25%، والبعض حددها 10% فقط، والرأي للكاتب هو أن الزيادة أو النقصان عن 10% من الوزن المثالي تجعل الشخص بعدها في نطاق البدانة أو النحافة، وتجاوز ذلك إلى 20% من الوزن المثالي يجعل الشخص بعدها في مستوى السمنة والنحافة⁽³⁾.

(1) - أبو العلا أحمد عبد الفتاح، ومحمد صبحي حسانين : فسيولوجيا الرياضي وطرق القياس للتقويم ، دار الفكر العربي، القاهرة، الفصل السادس، 1996، ص 62.

(2) - محمد صبحي حسانين : الرياضة للجميع، دار الفكر العربي، القاهرة، العدد الأول، 1990، ص 108-111.

(3) - محمد صبحي حسانين: المرجع السابق، ص 46.

4-2- السن .

4-3- الطول: ويتضمن:

* الطول الكلي للجسم.

* طول الذراع.

* طول الساعد، وطول العضد ، وطول الكف.

* طول الطرف السفلي.

* طول الساق ، وطول الفخذ، وإرتفاع القدم ، وطول القدم.

* طول الجذع.(1)

ويعتبر الطول ذا أهمية كبرى في العديد من الأنشطة الرياضية ، سواء كان الطول الكلي للجسم أو بعض أطراف الجسم كما هو الحال في كرة القدم.

كما أن تتناسب طول الأطراف مع بعضها له أهمية بالغة في إكتساب التوافقات العضلية العصبية في معظم الأنشطة الرياضية.

وقد تقل أهمية الطول في بعض الأنشطة الرياضية، حيث يؤدي طول القامة المفرط إلى ضعف القدرة على الاتزان، وذلك لبعدها عن مركز الثقل عن الأرض.

لذلك يعتبر الأفراد قصير والقامة أكثر قدرة على الاتزان في معظم الأحوال من الأفراد طوال القامة، كما أثبتت بعض الدراسات أن الإناث أكثر قدرة على الاتزان من الرجال وذلك لقرب مركز ثقلهن من قاعدة الاتزان.

هذا وقد أثبتت العديد من البحوث إرتباط الطول بكل من السن والوزن والرشاقة والدقة التوازن والذكاء(2)

4-4- الأعراض: وتتضمن:

* عرض المنكبين .

* عرض الصدر.

(1) - محمد صبحي حسنين: المرجع السابق، ص42.

(2) - محمد صبحي حسنين: القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة، ج1، 1995، ص32.

* عرض الحوض.

* عرض الكف و عرض القدم.

* عرض جمجمة الرأس⁽¹⁾.

4-5- المحيطات: وتتضمن:

* محيط الصدر.

* محيط الوسط.

* محيط الحوض.

* محيط المرفق .

* محيط العضد.

* محيط الفخذ.

* محيط سمانة الساق.

* محيط الرقبة.

4-6- الأعماق: وتتضمن:

* عمق الصدر.

* عمق الحوض.

* عمق البطن.

* عمق الرقبة.

4-7- قوة القبضة.

4-8- سمك الحيوية.

⁽¹⁾ - محمد صبحي حسانين: المرجع السابق، ص42.

4-9- سمك الدهن.(2)

5- طرق ومجالات القياس الأنثروبومترية:

5-1 الأطوال:

لضمان أداء القياسات المتعلقة بالأطوال يجب أن يلم المحكمون بالنقاط التشريحية التي يتم عندها القياس بالنسبة للأطوال التالية:(1)

* أعلى نقطة في الجمجمة.

* الحافة الوحشية للنتوء الأخرومي.

* الحافة الوحشية للرأس السفلي لعظم العضد.

* النتوء الغبري لعظم الكعبرة.

* النتوء المرفقي.

5-1-1 طول الساق:

يتم قياس طول الساق بإستخدام شريط القياس من الحافة الوحشية لمنتصف مفصل الركبة حتى البروز الوحشي للكعب ، أو من الحافة الأنسية لمنتصف مفصل الركبة حتى البروز الأنسي للكعب .

5-1-2 طول الطرف السفلي :

يتم قياس طول الطرف السفلي بإستخدام شريط القياس من المدور الكبير للرأس العليا لمفصل الفخذ حتى الأرض .

5-2 المحيطات:

يستخدم شريط القياس في تحديد محيطات أجزاء الجسم المختلفة ، وفيما يلي توضيح لهذه الأماكن وفقا لترتيبها:(2)

* محيط الرقبة neck.

(2)-نفسه،ص43.

(1)-محمد صبحي حسنين: المرجع السابق ، ص50.

(2)-نفسه،ص53.

* محيط الكتفين .shoulers

* محيط العضد .biceps

* محيط الصدر .chest(men)

* محيط الوسط .waist

* محيط الحوض (الهبس) .hips

* محيط الرسغ .wrist

* محيط الفخذ .thigh

* محيط الركبة .knee

* محيط سمانة الساق .celf

* محيط أنكل القدم .ankle

3-5 العروض:

وتتمثل في :

* عرض الكتفين .shoulderwidth

* عرض العظم الحر قفي .iliacwidth

* عرض الوركين .hip width

ويستخدم في القياس جهاز البلفوميتر وهو يشبه البرجل ، بحيث يثبت طرفاه عند نقطتي القياس ، حيث يعبر التدرج الذي فيه عن عرض المنطقة المقاسة .

4-5 الأعماق:

يستخدم جهاز البلفوميتر في قياس الأعماق بنفس الأسلوب السابق ذكره في قياس الأعرض .

هذا ويمكن قياس أعماق عض المناطق من نقاط محددة كما يلي :

* قياس عمق الصدر مكن نقطتين أحدهما في منتصف عظم القص والثانية في نقطة متوسطة بين عظمي اللوح.

* قياس عمق البطن من نقطتين إحدهما على الصرة وثانيهما في أعرق نقطة في التجوف القطني .

* قياس عمق الحوض من نقطتين يمثلان أبرز مكانين من الأمام والخلف على الحوض .

5-5 الوزن:

يتم تقدير الوزن باستخدام الميزان الطبي أو الميزان القباني ، ويجب التأكد من سلامة الميزان قبل استخدامه، وذلك عن طريق تحميله بأثقال معروفة القيمة للتأكد من صدق مؤشراتته في التعبير عن قيمة الأثقال التي وضعت عليه، ويقاس الوزن إما بالرطل أو بالكيلوجرام ويلاحظ ضرورة أن يقف المختبر في منتصف الميزان تماما عند إجراء القياس ، ولتحديد الوزن المثالي (الوزن المثالي هو الوزن الذي يجب أن يكون عليه الفرد تماما ويكون منسوبا إلى طوله).⁽¹⁾

(1) - محمد صبحي حسنين : المرجع السابق، ص 54-56.

B- المهارة في الكرة الطائرة:**1- طرق ومراحل تعلم الأداء المهاري:****1-1- مفهوم التعلم:**

يعتبر التعلم محور الاهتمام الرئيسي في العملية التعليمية حيث يعرفه (جيتكس) بأنه تغيير من السلوك له صفة لاستمرار وصفة بذل الجهد المتكرر حتى يصل الفرد إلى استجابة ترضي دوافعه وتحقق غاياته¹.

ويعرفه محمد حسن علاوي بأنه عملية معقدة و مركبة ولا يكاد يخلو أي نوع من النشاط البشري من التعلم، و التعلم بصفة عامة أساسي في حياة الفرد وفي تطوير الشخصية الإنسانية².

وبضيف احمد زكي صالح في هذا المجال أن التعلم تغيير في الأداء تحت شروط الممارسة وان التعلم تغيير ثابت نسبيا لا يكون ناتج في عملية النمو والتعب لذا فانه يتوقف على نمو الأجهزة الجسمية والوظائف العقلية التي تعتبر مسؤولة عن أداء الفرد في تعلمه ومن هنا يعتبر النضج شرط التعلم كما انه غير كاف وحده بحدوث التعلم بل لابد من توفر شروط الممارسة و الخبرة³.

1-2- طرق تعلم الأداء المهاري:

هناك عدة طرق لتعلم المهارات الحركية المختلفة ولكل واحدة منها الأساليب التي يمكن استخدامها ويحدد مفتي إبراهيم حمادة وبصورة عامة ثلاث طرق رئيسية و هي:

- الطريقة الجزئية لتعلم المهارات.
- الطريقة الكلية لتعلم المهارات.
- الطريقة الكلية الجزئية لتعلم المهارات (الطريقة المختلطة)⁴.

أ. الطريقة الجزئية:

وهي الأكثر شيوعا في تعلم المهارات الصعبة المركبة من بعض الأجزاء المعقدة، وتتاسب المهارات التي يمكن تقسيمها إلى أجزاء وهذا على حسب⁵ ما يضيفه مفتي إبراهيم حمادة بأن في هذه الطريقة تقسم المهارة الحركية المطلوب تعلمها إلى عدة أجزاء حيث يقوم المدرب بتعليم الناشئين بأداء المهارة كوحدة واحدة.

¹. إبراهيم وحيد محمود، تعلم - أسسه نظرياته، و تطبيقاته، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية 1995، ص07.

². محمد حسن علاوي، علم النفس الرياضي، دار المعارف، القاهرة 1992، ص 333.

³. أحمد زكي صالح، التعلم : أسسه مناهجه، نظرياته، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة بدون سنة، ص20-40.

⁴. مفتي إبراهيم حمادة، المهارات الرياضية أسس التعلم و التدريب والدليل المصور، دار الفكر العربي، القاهرة 1994، ص138-139.

⁵. عصام عبد الخالق، التدريب الرياضي، دار المعرفة، الإسكندرية مصر 1992 ص 180.

وان استخراج الطريقة الجزئية في تعلم المهارات الحركية يتم بمراعاة الاشتراطات التالية⁶:

- عندما تكون المهارة طويلة و صعبة الأداء.
- عندما تكون أجزاء المهارة معقدة.
- عندما يكون الوقت كافيا لتجزئة المهارة و السيطرة على تلك الأجزاء ثم المهارة ككل.
- عند توفر وسائل الإيضاح صغار في السن.
- عندما يكون المتعلمون صغار في السن.

ب. الطريقة الكلية:

الطريقة التي تعتمد على تقديم أكبر عدد من المهارات في نفس الوقت ويكون تركيز المتعلم على المهارة ككل دون أن ينبه إلى جزئياتها ومن خلال ذلك يدرك العلاقات بين عناصر المهارة مما يسهم في سرعة تعلمها من خلال الإدراك والتذكر الحركي للمهارة كوحدة واحدة.

وبخصوص المفاضلة بين استخدام طرق المهارة الحركية يوضح مفتي إبراهيم حمادة حيث ذكر:

على المدرس او المدرب أن يقيم اختياره للطرق من جانبين أساسيين:

- درجة تعقيد المهارة الحركية.
 - درجة تكامل وترابط أجزاء المهارة.
- فإذا كانت المهارة الحركية منخفضة في درجة التعقيد ومرتفعة في درجة تكامل وترابط أجزائها فهي في هذه الحالة من الأفضل أن يتدرب المتعلم بطريقة كلية، وإذا كانت درجة تعقيد المهارة مرتفعة ودرجة تكامل وترابط أجزائها منخفضة فإن من الأفضل إن يتدرب على المهارة بالطريقة الجزئية⁷.

إن استخدام هذه الطريقة لا يتم إلا بمراعاة الاشتراطات التالية⁸:

- أن تكون المهارة قصيرة حتى تكون الأخطاء المرتكبة قليلة.
- أن تتوفر وسائل إيضاح مناسبة وذلك لتمكين المتعلمين على إكساب التخيل الحركي.
- أن تكون المهارة سهلة الأداء غير معقدة ومناسبة لإمكانات المتعلمين البدنية و المهارية و العقلية.
- عندما تصعب تجزئة المهارات على أجزاء.

⁶ عباس محمد السامرائي، بسطويسي أحمد، طرق التدريس في مجال التربية البدنية الرياضية، طبعة جامعة بغداد، العراق 1984، ص43.

⁷ مفتي إبراهيم حمادة، التدريب الرياضي للجنسين، دار الفكر العربي، القاهرة 1992، ص139 140.

⁸ عباس محمد السامرائي، بسطويسي أحمد، طرق التدريس في مجال التربية البدنية الرياضية، مطبعة جامعة بغداد العراق، سنة 1984، ص43.

ج. الطريقة الكلية الجزئية (المختلطة):

يقول إبراهيم حمادة: "من الطبيعي أن للطريقتين الجزئية و الكلية مميزاتا و عيوبها، لذلك هناك بعض المهارات التي تفضل استخدام الطريقتين معا، حتى يتمكن الاستفادة من مزايا كل منهما، وفي نفس الوقت تفادي عيوب كل طريقة"⁹.

وبهذا يمكن أن نعتبر الطريقة الكلية الجزئية حلا وسط للطريقتين حيث توضح عفاف عبد الكريم ذلك بقولها " يوصي الكثير من أصحاب الفكر في التعلم بأنه يجب إن يتاح للمتعلم فرصة العمل بالحركة الكلية قبل العمل بالأجزاء ويكون التقدم هنا (كلي - جزئي - كلي)".

وعند استخدام الطريقة الجزئية لتعلم المهارات الحركية لابد من مراعاة الشروط التالية:

- تعلم المهارات الحركية ككل مبسطة في أول الأمر.
- تعليم الأجزاء الصعبة بصورة منفصلة مع ربط ذلك بالأداء الكلي للمهارة الحركية.
- مراعاة تقسيم أجزاء المهارة الحركية إلى وحدات متكاملة ومترابطة عند التدريب عليها كأجزاء¹⁰.

ويلعب المدرس المدرب دورا جوهريا في مختلف مراحل التعلم فهو يعمل على تحليل أداء الناشئين باكتشاف أخطاء الأداء و التعرف على أسبابه وعليه أن يقدم المعلومات الفنية اللازمة من خلال تغذية راجعة و مؤثرة.

1-3- تطوير الأداء المهاري:**أولاً: مفهوم تطوير الأداء المهاري:**

- تنمية الأداء تعني (تحضير اللاعبين) للوصول لأعلى درجة أو رتبة للمهارات الحركية بحيث تؤدي بأعلى درجات الآلية و الدقة والانسيابية والدافعية تسمح بها قدراتهم خلال المنافسة الرياضية بهدف تحقيق أفضل النتائج مع الاقتصاد في الجهد).
- تنمية الأداء المهاري هي المرحلة الثانية بعد أن يكون اللاعبون قد أتقنوا تعلم المهارات الحركية في المرحلة الأولى.

ثانياً: أهداف تطوير الأداء المهاري:

تهدف عملية الأداء المهاري إلى تحقيق ما يلي:

⁹ .مفتي إبراهيم حمادة، نفس المرجع، ص 138-139
¹⁰ . عفاف عبد الكريم، مرجع سابق، ص 182.

- أداء ثابت المستوى وغير متذبذب في محاولات الأداء.
- اعل درجات الدقة.
- بذل اقل جهد يمكن أثناء الأداء.
- اعلي استشارة للدافعية.
- الوصول إلى درجة آلية الأداء من خلال مواصفات الأهداف السابقة مجتمعة.
- درجة مناسبة من المرونة والتكيف مع الظروف المحيطة بالأداء خلال المنافسة (جماهير/ أجهزة/ ميدان تنافس / طقس ... الخ).

ثالثا: العوامل المؤثرة في تطوير الأداء المهاري:

يرتبط تطوير الأداء المهاري ووصوله للآلية بالمواصفات السابق شرحها بعدة عوامل كما يلي:

1. العوامل الوظيفية والتشريحية لجسم اللاعب
2. عوامل الصفات البدنية.
3. العوامل النفسية.
4. الفرق الفردية في الإمكانيات الحركية.
5. مدى توافر خبرات حركية متنوعة.

2-عوامل الصفات البدنية:

- بدون مستويات عالية جدا للصفات البدنية (عناصر اللياقة البدنية) يكون من الصعب تحقيق أهداف تطوير كفاءة الأداء المهاري.
- من الضروري تحقيق توازن امثل بين مستويات الصفات البدنية والضرورية للرياضة التخصصية يسمح بخروج أفضل و أدق مستوى للأداء المهاري.
- درجة الاستجابة الايجابية لتطوير الصفات البدنية تسهم ايجابيا في تطوير مستوى الأداء المهاري
- من المطلوب الوصول لأفضل تناسق للاندفاع و الاسترخاء العضلي خلال الأداء.

3- الأداء المهاري:

3-1- مفهوم المهارة:

أخذت هذه الكلمة من الفعل مَهَرَ أي حذق و أتقن، والماهر هو الحاذق والسابح المجيد¹¹.

(هي الأداء المتقن والتميز في انجاز أي عمل لضمان Skill أما اصطلاحا فالمهارة) النجاح والتفوق، وتشمل جميع مجالات الحياة فالرسم البارع هو الذي يجيد مهارات الفنون التشكيلية، والعامل المتميز هو الذي يتقن مهارات عمله، و الموسيقار الماهر هو الذي يجيد العزف على الأدوات الموسيقية، والكاتب المتفوق هو الذي يتحكم في مهارات الكتابة.

والمهارة مصطلح يصعب تحديد أو إيجاد تعريف مطلق له، ويرجع ذلك (محمد حسني علاوي ومحمد نصر الدين رضوان) إلى كونها تشير إلى مستويات نسبية من الأداء أي على درجة من الجودة منسوبة إلى مستوى الفرد ومستويات الجماعة، ويستدلان على ذلك (الذي يرى انه يمكن التعبير عن مصطلح المهارة وفقا لنوعين من singer (سنجر) المستويات هما: المستوى النسبي والمستوى المطلق فالنسبي حسب هذا العالم هو مدى تحصيل الفرد في نشاط ما بالمقارنة مع مستوى زملائه في نفس النشاط، أما المطلق فهو مقارنة المستوى المهاري للفرد بمحكات تقويم توضع في شكل هرمي تصنف فيه المستويات المطلقة للمهارة في الأنشطة الخاصة بها، وتحدد هذه المستويات مسبقا كمتطلبات رئيسية للأعمال المختلفة حيث يطلق عليها اسم مستويات المهارة القياسية وتستخدم كمحكات لتحديد المستوى المهاري المطلق للفرد مثل محكات القبول بالكليات والمعاهد ونظام التنقيط في الجباز والغطس و غيرها¹².

(: "المهارة هي القدرة على استخدام الفرد Webster Dictionary وحسب قاموس (ويبيستر) لمعلوماته بكفاية واستعداده للانجاز"¹³).

¹¹ المنجد في اللغة العربية و الأعلام : دار المشرق، لبنان: 1987، ص 777.

¹² محمد حسن علاوي، محمد نصر الدين رضوان، الاختيارات المهارية و النفسية في المجال الرياضي، دار الفكر العربي، مصر، 1987، ص 20.

¹³ محمد حسن علاوي، نفس المرجع، ص 20.

("هي قدرة تكتسب بالتعلم Guthrie والمهارة هي نتيجة لعملية التعلم حيث يقول (جيثري حيث يفترض مسبقا الحصول على نتائج محددة لها"¹⁴).

(أنها تعني الكفاية في انجاز واجبات وأعمال خاصة ومحددة. Dwinting ويورى (دوايتنج

(فيقول أنها ترتبط بالإنجاز في عمل أو نشاط معين، وهي تشير إلى singer (سنجر) مجموعة من الاستجابات الخاصة التي تؤدي في موقف محدد، هذا الموقف يشتمل أساسا في مضمونه معايير الكم على مستوى الأداء في المهارة.

(أن المهارة هي استجابات حركية لتوجيهات تصدر عن المخ¹⁵. Knappe كما يرى (كتاب وتشتمل المهارة كافة الأداءات الناجحة للتوصل إلى أهداف سبق تحديدها شريطة أن يتميز هذا بالأداء الإتقان والثقة¹⁶.

وتدل المهارة على مقدرة الفرد على التوصل إلى نتيجة من خلال القيام بأداء واجب حركي بأقصى درجة من الإتقان مع بذل أقل قدرة من الطاقة في اقل وقت ممكن¹⁷.

(فيقول "هي سلوك معين لفرد يحددها عامل السرعة و Thomas Hil أما (هيل توماس الدقة والأداء ويحكمها عامل النجاح والغرض الموجود وهي تعتمد على نوع من الرقابة الذاتية التي تفسر مميزات الاقتصاد الثابت¹⁸.

(فيعرفها بأنها حل لمشكل حركي معين بطريقة عقلانية واقتصادية¹⁹، weinek أما (فييناك ويشاطره وجيه محجوب في اعتبار المهارة حلا لمشكل حركي أو مسار حركي بجميع أجزائه²⁰.

وكخلاصة لجميع هذه التعريفات يمكن القول أن المهارة هي قدرة الفرد على أداء أو انجاز بإتقان وبالاقتصاد في الجهد والوقت.

¹⁴ محمد حسن علاوي، محمد نصر الدين رضوان، مرجع سابق، ص 20.

¹⁵ محمد حسن علاوي، محمد نصر الدين رضوان، نفس المرجع، ص 20.

¹⁶ مفتي إبراهيم حماد، المهارات الرياضية أسس التعلم و التدريب و الدليل المصور، مركز الكتاب للنشر، مصر 2002، ص 13.

¹⁷ مفتي إبراهيم حماد، التدريب الرياضي الحديث، دار الفكر العربي، مصر 2001، ص 02.

¹⁸ Thomas hil : manual de l' direction sportive, Vigot, paris 1987, p 30.

¹⁹ J. weineck : manuel déntrenement, Vigot, paris 1990, p 223.

²⁰ وجيه محجوب، التحليل الحركي، جامعة بغداد، العراق 1987، ص 56.

3-2- أنواع المهارات:

هناك ثلاث أنواع للمهارة

- **مهارات معرفية:** مثل مهارات الحساب والجبر و الهندسة... الخ
- **مهارات إدراكية:** هي قدرة الفرد على إدراك الأشياء مثل مهارات إدراك الأشكال المختلفة.
- **مهارات حركية:** مثل المهارات الرياضية.

3-3- العوامل المحددة لطبيعة المهارة:

(²¹ حول ثلاث عوامل أساسية Kerr تتمحور العوامل المحددة لطبيعة المهارة حسب (كير هي:

- **شكل وطبيعة العمل:** إما أن يكون بسيطاً يتطلب التكرار في شكله البسيط فتكون المهارة بسيطة أو يتطلب تكراراً مستمراً و معقداً فتكون المهارة مركبة أو معقدة.
- **نمطية العمل:** تتحد نمطية العمل بعنصرين رئيسيين هما:
- **توقيت الأداء Timing** أو معدلات الأداء بالنسبة للزمن.
- **التسلسل أو التعاقب Sequencing.**
- **النتائج المفترضة مسبقاً:** يعبر عنها بالسرعة و الدقة والكفاية التي يتم بها انجاز المهارة، و كيفية الأداء أو درجة صعوبته.

4- الحركة:

هو عبارة عن تغيير التسلسل لأوضاع الجسم أو أجزاء منه في الزمان و المكان كنتيجة لعملية التكامل والتوافق بين العوامل العقلية، البنائية والوظيفية لسم الإنسان، حيث تعتبر العوامل البنائية أهم المحددات.

ويرى (محمد يوسف الشيخ) الحركة بأنها انتقال أو دوران ف زمن معين سواء كان له معنى أو لم يكن له غرض²².

²¹ محمد حسن علاوي، محمد نصر الدين رضوان، مرجه سابق، ص25.
²² محمد يوسف الشيخ، الميكانيكا الحيوية و علم الحركة، نبع الفكر، مصر 1975، ص198.

4-1- مفهوم المهارة الحركية:

هي القدرة على اتخاذ سلسلة من الأوضاع التشريحية لأجزاء الجسم مفردة أو جماعية ، بدقة وكفاءة عاليتين وبالاختصار في الوقت و الجهد.

4-2- أنواع المهارة الحركية:

تنقسم المهارة الحركية عند الإنسان إلى نوعين هما:

-**المهارة الحركية الكبيرة:** هي التي تتطلب استخداما للعضلات الكبيرة الأساسية في الجسم، خاصة عضلات الجذع والعضلات التي تربط الأطراف بالجذع، و يظهر هذا النوع في الأعمال اليومية و الأنشطة الرياضية.

-**المهارة الحركية الدقيقة:** تشمل حركات متخصصة، تتميز بأكثر دقة وتفرد لها حجم و مدى صغيرين محدودين تمثل المهارات الحركية التي تنجز عن طريق الأطراف و المجموعات العضلية الصغيرة لأنها لا تتطلب بذل مجهود بدني كبير بل تعتمد على قدرات الإحساس، و تظهر غالبا في أعمال الرسم ، الفنون التشكيلية العزف على الآلات الموسيقية، النقر على آلات الكتابة و العديد من الأعمال والأنشطة المهنية التي تتطلب استخدام آلات والأجهزة والماكينات.

بالرغم من تباين النوعين في جوانب عديدة إلا أنه يجب الفصل بينهما لأن الأداء المهاري عند الإنسان يمتد كشكل متسلسل متصل بين المهارات الكبيرة و المهارات الدقيقة ، إذ تتجه حركة الإنسان في شكل متدرج، تبدأ من النمط المهاري العام الذي يتضمن استخدام الحركة الكلية للجسم لإنجاز العديد من الأعمال التي تتطلبها الحياة اليومية إلى أنماط حركية متخصصة جدا تتطلبها بعض المهن والأعمال و الأنشطة الخاصة²³.

4-3- خصائص المهارة الحركية:

هل الأداء المهاري صفة مكتسبة أم موروثه؟

لقد أعطت الدراسات في المجال الحركي الإجابة على هذا التساؤل حيث أكدت أن الأداء المهاري الحركي يرتبط بكل من العوامل الوراثية التي تتميز بالعمومية و الشمولية بالإضافة

²³. محمد حسن علاوي، محمد نصر الدين رضوان، مرجع سبق، ص15.

إلى العوامل البيئية التي تمثل التعلم و الممارسة و الخبرات الخاصة والتي تتميز بصفة الخصوصية والنوعية.

(أن العوامل العامة في Goodnovghand smart فقد أظهرت دراسة (جودناف وسمارت القدرات تظهر أكثر في الأداء الحركي للأطفال الصغار مما يدل على أنها فطرية وموروثة، (إلى أن الأنشطة الحركية الأساسية عند الأطفال هي نتيجة عوامل Gesil و توصل (جيزال عامة تدل على قدرات فطرية موروثة.

(سنة 1939 على التوافق البدني للتوائم فأظهرت أن الأنماط MCGrau أما دراسة (ماكجرو الحركية في السلوك الأولي مثل الزحف، الحبو ، الجلوس والوصول إلى الأشياء والقبض عليها هي مهارات وراثية وعامة لدى الأطفال تنمو بالتدريب وبدونه في حين أن المهارات النوعية مثل التزحلق ، اللعب على الصناديق الغطس السباحة وغيرها فهي مهارات خاصة بكل طفل على حدا لا تنمو إلا بالتعليم والتدريب و الممارسة.

(خلال دراسة مقارنة بين أداء الآباء والأبناء أن نتائجها متساوية في Cratty ولاحظ (كراتي اختبارات المهارات العامة مثل (العدو، القفز من الثبات ... الخ)، أما اختبارات المهارات الخاصة (النوعية مثل (القفز بالزانة، الوثب الثلاثي، التصويب و التمير في العاب الكرة ... الخ) ، فالنتائج متباينة بينهما، كما لاحظ أنه كلما زاد تعقد المهارة البدنية الكبيرة كلما ظهر (ومعاونون على Smith الاختلاف كبيرا بين الآباء و الأبناء. وأسفرت نتائج دراسة (سميت أن عاملي سرعة و دقة الحركة يظهران كعوامل عامة مشتركة بين الأفراد في الأعمال البدنية البسيطة و أن الحركات المعقدة للأطراف العلوية من الجسم تظهر كعوامل نوعية تعتمد بالدرجة الأولى على خبرة الفرد الحرة الناتجة عن التدريب والممارسة و التعلم²⁴.

²⁴. محمد حسن علاوي، محمد نصر الدين رضوان، مرجع سابق، ص36.

5-المهارات الحركية في المجال الرياضي:

يقتضي هذا النوع استخدام العضلات لتحريك الجسم أو بعض أجزائه من اجل تحقيق انجاز أو أداء بدني خاص²⁵.

ويعرفها (مفتي إبراهيم حماد) بأنها مقدرة الفرد على التوصل إلى نتيجة من خلال القيام بواجب حركي بأقصى درجة من الإلتقان مع بذل اقل قدر من الطاقة في اقل زمن ممكن²⁶.

وتعتبر المهارة الرياضية نتيجة للتفاعل بين العمليات المعرفية والإدراكية و الوجدانية كما أنها عبارة عن اتحاد مجموعة من الوحدات الحركية في شكل نمط حركي خاص، وفقا للأساليب الفنية والقواعد المنظمة لكل لعبة ، بغرض تحقيق نتائج معينة، حيث تضم هذه الوحدات الحركية جملة من الحركات الأساسية.

(أن المهارة الرياضية تعتمد على نظرية الضبط والتحكم الذاتي Keer ويرى (كير) من ثلاث (Feedback) بمعنى استخدام معلومات التغذية الرجعية (Cybernétique) مصادر رئيسية هي:

أ. معلومات عما يجب الوصول إليه أو تحقيقه.

ب.معلومات من العمل أو الأداء نفسه.

ج. معلومات من النتائج التي يحققها الفرد.

5-1-خصائص المهارة الحركية الرياضية:

تتميز المهارة الحركية الرياضية بخمسة خصائص هي:

- المهارة القابلة للتعلم: إن المهارة الحركية الرياضية تتطلب التدريب و تتحسن بالخبرة للوصول بها إلى حالة الإلتقان و النجاح في الأداء.
- المهارة لها نتيجة نهائية: تتمثل هذه الخاصية في النتائج المتوقعة سالفاً و التي تحدد قبل انجازها.
- ثبات النتائج: كل مهارة لها نتائج ثابتة لا تتغير من أداء لآخر.

²⁵ محمد حسن علاوي، محمد نصر الدين رضوان، نفس المرجع، ص29.

²⁶ مفتي إبراهيم حماد، المهارات الرياضية أسس التعلم و التدريب و الدليل المصور، مركز الكتاب للنشر، مصر 2002، ص13.

- **اقتصادية و فعالية الجهد:** هو ذلك التوافق والتجانس والانسائية في الأداء حيث تنفق الطاقة الضرورية فقط لادخار الأداء الصحيح و بفعالية.
- **قابلة لتحليل متطلبات استخدامها:** المهارة ليست مجرد أداء فني جيد للحركات فقط، ولكن هي القدرة على استخدام هذا الأداء بفعالية في وقت مناسب، أثناء مواقف التنافس المختلفة.

5-2-مراحل نمو المهارة الرياضية:

تحتل مرحلة المهارات الرياضية مكانة هامة في عملية النمو الحركي عند الإنسان ، وهو ما يؤكد (أسامة كامل راتب) ، فيصفها بأنها قمة السلم الهرمي لمراحل النمو الحركي، ويرى بأنها تمثل امتدادا طبيعيا لتطور نمو المهارات الحركية الأساسية والقدرات البدنية²⁷.

ويمر نمو المهارات الحركية الرياضية بثلاثة مراحل كما يلي:

- **المرحلة العامة و الانتقالية:** تبدأ هذه المرحلة منذ 7 سنوات وتمتد إلى غاية 12 سنة، يبدأ الطفل فيها بتفقيح وصل المهارات الحركية الأساسية لتطوير أدائها من حيث الشكل الحركي إذ يستطيع أداء أكثر من مهارة أساسية في آن واحد.
- **المرحلة النوعية:** تمتد هذه المرحلة من 12 إلى 14 سنة، ينحاز الطفل فيها لممارسة بعض الأنشطة الرياضية دون غيرها، حسب ميوله واستعداده النفسي لنوع الحركية التي يحتويها هذا النشاط ، ويزيد فيها مزاجية أكثر من مهارة أساسية في آن واحد و يتحسن أدائه من حيث النوعية و الدقة و الإتقان.
- **المرحلة التخصصية:** تبدأ هذه المرحلة من 14 سنة، و تمتد طول فترة الممارسة حتى تحقيق أفضل انجاز يتخصص فيها الرياضي في نوع معين من النشاط، و يصبح أدائه أكثر اتقانا ونوعية بالمقارنة بالمرحلتين السابقتين.

وتجدر الإشارة إلى الترابط والتداخل الموجود بين المراحل الثلاثة بحيث تكمل كل واحدة الأخرى و تشكل مكتسبات كل مرحلة استعدادات و متطلبات ضرورية للمرحلة الموالية سواء من الناحيتين المعرفية و الوجدانية أو من حيث النضج البدني و العصبي.

²⁷. أسامة كامل راتب، النمو الحركي، دار الفكري العربي، مصر 1994، ص 275.

5-3- علاقة نمو المهارات الرياضية بالمهارات الحركية الأساسية:

إن تطور نمو المهارات الرياضية يتأسس إلى حد كبير على مدى تحكم الطفل في الأنماط الحركية الأساسية، إتقانه لحركاتها مثل: حركات التحكم، السيطرة، الحركات الانتقالية وحركات الثبات و اتزان الجسم.

فالطفل الذي لا يصل إلى مرحلة الأداء الناضج للمهارات الحركية الأساسية يواجه مشكلة في اكتسابه للمهارات الرياضية على نمو جيد.

وليس بالضرورة أن يمتلك الطفل كل المهارات الحركية الأساسية كي ينجح في أداء المهارة الرياضية الواحدة، فالطفل الذي يتخصص مبكرا في رياضة الجمباز يكفي أن يمتلك قدرا مميزا من المهارات المرتبطة بهذه الرياضة وليس بالضرورة أن يمتلك المهارات الأساسية الأخرى مثل : الرمي، القذف، الاستلام التي تمثل ضرورة لنشاط رياضي آخر مثل كرة القدم²⁸.

الخلاصة :

ما يمكن استخلاصه من هذا العرض هو أننا المهارة هي ركن أساسي في حياة الفرد إذ تعد الوسيلة الأساسية للممارسة أي نشاط سواء كان يومي أو أداء واجب أو عمل أو نشاط رياضي.

و في الكرة الطائرة تتميز المهارة بالتنوع والتعدد حسب مساحة اللعب ، حيث تساعد على وضع معايير ومواصفات اللاعب المناسب ، وتسهل عملية انتقاء واختيار اللاعبين وقياس قدراتهم في هذه اللعبة .

ويحتاج الأداء الناجح للمهارة في الكرة الطائرة إلى التركيز وسرعة رد الفعل والقدرة على بناء الهجمات واستخدام المهارات في نطاق المواقف المتغيرة والتي تتحكم فيها الساحة وموقع الزميل وضغط المنافسين .

ويتضح من ذلك أن أداء المهارات لا بد من أن يقترن بقدرة اللاعب على تحديد مواقع زملاء من مكانه ويستخدم الأسلوب الأمثل لتنفيذ المهارة وفق المواقف وبالسرعة الملائمة .

²⁸ . أسامة كامل راتب، مرجع سابق، ص 276.

ترقيم المراجع كل صفحة تبدأ من

تمهيد

تعتبر الكرة الطائرة من بين الرياضيات الجماعية الأكثر شعبية في العالم و ذلك للدور الذي تلعبه في التخفيف من الضغوطات النفسية و اليومية، و قد مرت بعدة مراحل تطورت فيها من جوانب عدة، فلقد تحولت هذه اللعبة من لعبة ترويحوية إلى لعبة أولمبية ذات متطلبات و تتضمن الكرة الطائرة مجموعة من المهارات الحركية التي تتباين في نوعها و أهدافها و درجة تعقيدها و تنقسم إلى مهارات هجومية تتضمن الإرسال و الإعداد و الضربات الساحقة، و مهارات دفاعية تتضمن الدفاع عن الإرسال و الصد و الدفاع عن الملعب.

فمن أجل ازدهار و نجاح الكرة الطائرة مستقبلا كان لزاما وضع برامج لجذب عدد هائل من الأطفال قصد جعلها الرياضة العالمية رقم واحد، و تعتبر الكرة الطائرة المصغرة من الألعاب المحببة لدى الناشئين لأنها تحتوي على ألعاب مصغرة في مساحات صغيرة و هذا ما يضيف عليها من الحماس، تسمح لنا أثناء التدريب بالعمل على هدف محدد حيث يمكن قياس أهدافها بتوظيف قدرات اللاعب و الحاجيات المسطرة كأهداف في تدريب اللاعب الناشئ.

فمن الواجب معرفة كل الجوانب العلمية و التدريبية لهذه الطريقة الحديثة حتى تتم بالشكل الصحيح و الفعال و تحقق الأهداف المرجوة.

الكرة الطائرة

1-تعريف الكرة الطائرة

الكرة الطائرة رياضة جماعية يتقابل فيها فريقان فوق الميدان الذي يبلغ طوله 18م و عرضه 09م و تقسمه شبكة إلى جزئين متساويين و ارتفاع الشبكة هو 2.43م للذكور و 2.33م للإناث، و الهدف من هذه اللعبة هو محاولة إسقاط الكرة من جهة الخصم و تفادي سقوطها في الجزء الخاص به، و تتحرك الكرة فوق الشبكة، يبدأ اللعب عن طريق اللاعب الخلفي الأيمن حيث يبدأ بضرب الكرة، و ذلك بإرسالها فوق الشبكة إلى منطقة الفريق الخصم و هو ما يسمّى بالإرسال، و لكل فريق الحق في لمس الكرة ثلاث مرّات دون حساب لمسة الصّد إن وجدت، و لا يمكن للاعب واحد لمس الكرة مرّتين متتاليتين و يستمر اللعب حتّى تلامس الكرة الأرض أو عدم تحقيق إرسال صحيح... (1)

2-لمحة تاريخية عن كرة الطائرة في العالم :

يرجع منشأ الكرة الطائرة إلى "وليام مورغان" مدرّس التربية البدنية و المدير السّابق لجمعية الشّباب المسيحية و قد أطلق عليها إسم "مانتونات" و قد شاهد هذه اللعبة "هالستد"، حيث اقترح تغيير اسمها إلى الكرة الطائرة، نظراً لأنّ الفكرة الأساسية للعب هي طيران الكرة عالياً، و خلفاً و أماماً لعبور الشبكة و كان هذا عام 1895... (2)

وقد عملت جمعية الشّباب المسيحية على التّعريف بهذه اللعبة عبر كافة أنحاء العالم لتنتشر بذلك بشكل كبير و سريع حيث احتضنتها كندا سنة 1900، لتظهر بكوبا سنة 1905م ثمّ في المشرق و الإتحاد السوفيتي، و الصّين، و اليابان سنة 1913م... (3)

وفي سنة 1923 وصلت الكرة الطائرة إلى إفريقيا عن طريق مصر و تونس و المغرب وفي سنة 1929 اللّجنة الأولمبية الوطنية لأمريكا الوسطى تدخل الكرة الطائرة للرجال في الألعاب الأولمبية في كوبا... (4)

في 20 أبريل 1947م عقد مؤتمر باريس الذي تمّ فيه تأسيس الفيدرالية الدّولية للكرة الطائرة (FIVB) وتمّ توحيد القواعد وظهر القانون الدّولي الحالي وذلك عقب مؤتمر "بودابست" سنة 1946م الذي أظهر خلافات بين الدّول وشدّة الحاجة إلى التّوحيد... (1)

- سنة 1948م : تنظيم أوّل بطولة أوروبية للذكور .

- سنة 1949م: تنظيم أوّل بطولة عالمية للذكور و أوّل بطولة عالمية للإناث.

(1) منشورات الخارجية للكرة الطائرة، القانون الرّسمي للكرة الطائرة المعتمد من طرف الاتحادية الدولية للكرة الطائرة.

(2) علي مصطفى طه: الكرة الطائرة- تاريخ، تعليم، تدريب، تحليل، قانون، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر، 1999، ص(11).

(3) حسان بوجليدة: دروس نظرية في الكرة الطائرة، قسم الإدارة و التسيير الرياضي، السنة الرابعة، نوفمبر 2006 .

(4) عصام الوشاحي: الكرة الطائرة الحديثة مفتاح الوصول إلى المستوى العالمي، دط، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر، 1994، ص(66-67).

(5) عصام الوشاحي: الكرة الطائرة المصغرة، دط، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر، بدون سنة نشر، ص(8).

- سنة 1952م : إجراء ثاني بطولة عالمية للذكور و أول بطولة عالمية للإناث.
- سنة 1960م : الكنفدرالية الأوروبية للكرة الطائرة تؤسس الكأس الأوروبية لنادي الأبطال.
- سنة 1990م : الفيدرالية الدولية للكرة الطائرة تؤسس الرابطة العالمية للكرة الطائرة.
- سبتمبر 1993م : الكرة الطائرة الشاطئية Beach-Volley (2×2) يعترف بها كرياضة أولمبية.
- سنة 1996م : ظهور رياضة الكرة الطائرة الشاطئية (2×2)، و لأول مرة في برنامج الألعاب الأولمبية بأطلنطا (ذكور / إناث)...⁽²⁾

3- لمحة تاريخية عن الكرة الطائرة في الجزائر

قبل الاستقلال كانت الكرة الطائرة تمارس من طرف المستوطنين، و نادرا ما تمارس من طرف الجزائريين، و في سنة 1962م تم إنشاء الفيدرالية الجزائرية للكرة الطائرة على يد الدكتور "بوركايب"، وفي السنة نفسها تم إنشاء المنتخب الوطني للذكور وستين بعد ذلك إنشاء المنتخب الوطني للإناث، أما في السنوات الأخيرة فقد أصبحت تمارس في أغلبية التراب الوطني وهذه بعض نتائج المشاركات للفريق الوطني في المحافل الدولية :

1. سنة 1991م: أول مشاركة للفريق الوطني ذكور في كأس العالم و احتل المركز التاسع وفي السنة نفسها أول مشاركة للفريق الوطني للنشئات في بطولة العالم واحتل المركز الثاني عشر...⁽³⁾

سنة 1992م: أول مشاركة للفريق الوطني ذكور في الألعاب الأولمبية واحتل المركز الثاني عشر
أما بالنسبة للمحافل القارية :

- سنة 1989م: إحتلال الجزائر المركز الثاني (البلد المنظم كوت ديفوار).
- سنة 1991م: الجزائر تحتل المرتبة الأولى (البلد المنظم مصر).
- سنة 1993م: الجزائر تحتل المرتبة الأولى على التوالي (البلد المنظم الجزائر).
- سنة 1997م: الجزائر تحتل المركز الثالث (البلد المنظم نيجيريا).
- سنة 1988م: مولودية الجزائر تفوز بالبطولة الإفريقية للأندية.

4- مميزات و خصائص الكرة الطائرة

ما يميز الكرة الطائرة عن باقي الألعاب المشابهة أنها تعتمد على القدرات العقلية بقدر ما تعتمد على التكوين البدني، ففي كل حركات الكرة الطائرة نجد أن اللاعب يفكر ويوافق بين جهازيه العصبي والعضلي ويعرف كيف يحل مواقف اللعب، متى يسرع ومتى يبطئ وأين يتم تغيير اللاعبين لمراكزهم

(2) حسان بوجليدة: دروس نظرية في الكرة الطائرة، مرجع سابق، ص(8).

(1) عصام الشاحي: الكرة الطائرة الحديثة مفتاح الوصول إلى المستوى العالمي، مرجع سابق، ص(58).

ومتى وكيف يتمكّن من لعب الكرة المرتدّة من الشبّكة في الوقت المناسب، وهل يتم الدفاع المنخفض من الوقوف في وضع نصف القرفصاء أم من الطّيران أماما حسب متطلّبات الموقف... (1)

- تعتبر الكرة الطّائرة شعبية جدا و تلعب في الكثير من الأماكن مثل المنتزهات أو على الشواطئ أو الأماكن الأخرى.

- الكرة الطّائرة لها جاذبية شعبية عظيمة وتعتبر شيقة و مثيرة للمتفرّجين.

- تتضمن انسجام أو استرخاء كامل بدون أي خطر من الإصابات... (2)

- تعتبر لعبة من الألعاب الجماعية التي تناسب جميع الأعمار وتصلح مزاولتها لكلا الجنسين كما يمكن ممارستها بطرق مختلفة من الجنسين لقضاء وقت الفراغ بالإضافة إلى أنّها لعبة أولمبية لها متطلّبات البدنية العالمية... (3)

- يعتبر ملعب الكرة الطّائرة أصغر ملعب في الألعاب الجماعية.

- تعتبر اللعبة الجماعية الوحيدة التي تلعب ولا تلمس الكرة الأرض.

- يمكن إعادة الكرة و لعبها حتّى ولو كانت خارج الملعب... (4)

- يعتبر ملعب الكرة الطّائرة أكبر هدف في الألعاب الجماعية يمكن التّصويب عليه.

- يمكن للاعب أن يلعب في جميع المراكز الأمامية و الخلفية ماعدا اللّعب الحر "Libiro" في المراكز الخلفية فقط.

- حتمية أداء ضربة الإرسال لجميع أفراد الفريق.

- يعدّ الشّوط وحدة مستقلة بذاتها... (1)

- سهلة التّكاليف.

- لا بدّ أن تنتهي المباراة بفوز أحد الفريقين.

- لعبة الكرة الطّائرة ليس لها وقت محدّد.

5- أهمّ القوانين الخاصّة بالكرة الطّائرة

ملعب الكرة الطّائرة هو عبارة عن مستطيل مقاساته 18م×09م، يجب أن يكون مسطّحا وبلون فاتح خاصّة في الملاعب المغطّاة، يقسم محور خط المنتصف أرض الملعب إلى جزئين متساويين، يمتدّ هذا الخط تحت الشبّكة حتى الخطوط الجانبية وتقسّم كل جزء إلى منطقتين المنطقة الأمامية وتسمى منطقة الهجوم طولها 09م وعرضها 03م والمنطقة الخلفية طولها 09م وعرضها 06م، وتوضع شبكة عموديا فوق خط المنتصف وتكون حافّتها العليا بارتفاع 2.43م للرجال و 2.24م للسيدات ويكون

(1) حمد سعد زغلول، محمد لطفي السيد: الأسس الفنية لمهارات الكرة الطائرة، ط1، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 2001، ص(17،18).

(2) عصام الوشاحي : المبادئ التعليمية في الكرة الطائرة، دط، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر، 1991، ص(37).

(3) أكرم زاكي خطابية: موسوعة الكرة الطائرة الحديثة، ط1، دار الفكر للطباعة و النشر و التوزيع، عمان، الأردن، 1996، ص(47).

(4) علي مصطفى طه: الكرة الطائرة- تاريخ، تعليم، تدريب، تحليل، قانون، مرجع سابق، ص(15).

(1) علي مصطفى طه: الكرة الطائرة- تاريخ، تعليم، تدريب، تحليل، قانون، مرجع سابق، ص(16).

عرضها 01م وطولها من 9.50م إلى 10م، ويثبت على الشبكة شريطين باللون الأبيض...⁽¹⁾ عموديا هما بعرض 5سم وبطول 01م، ويعتبران جزءا من الشبكة، وهي مصنوعة بعيون مرتعة سوداء بقياس 10سم، ويثبت في كل شريط من الأشرطة الجانبية للشبكة عشان هوائيتان بطول 1.80م ويقطر 10ملم مصنوعتان من الألياف الزجاجية أو بأي مادة مماثلة...⁽²⁾، القائمان المثبتان للشبكة يوضعان على مسافة تتراوح ما بين 0.5م إلى 01م خارج الخطين الجانبيين وهما بارتفاع 2.55م ويفضل أن يكون القائمان قابلان للتعديل ويكونان مستديران وأملسان، أما الكرات فتكون مستديرة مصنوعة من جلد مرن أو جلد اصطناعي ويكون محيطها من 65 إلى 67 سم، ووزنها من 260 إلى 280غ، و يجب أن تكون مطابقة لمقاييس الإتحاد الدولي للكرة الطائرة (FIBV)...⁽²⁾

يجب أن يتكوّن الفريق من 12 لاعبا كحد أقصى ومدرب ومساعد وممرض وطبيب، 06 لاعبين أساسيين و06 احتياطيين ولا يجوز أن تبدأ المباراة أو تنتهي بأقل من هذا العدد القانوني (06 لاعبين)، تظم المباراة 05 أشواط يفوز فيها من يحرز 03 أشواط قبل الآخر ولا يجوز أن تنتهي المباراة بالتعادل، بل يفوز أحد الفريقين بإحدى النتائج التالية: (0-3)، (1-3)، (2-3)، 25 نقطة لكل شوط وبفارق نقطتين...⁽¹⁾

يدير المباراة حكم أساسي يساعده قاضي ومسجل رسمي ومراقبان للخطوط في كل جهة يتخلل اللعب أوقات للاستراحة مدتها 02 دقيقة في الأشواط الثلاثة الأولى و05 دقائق في الشواطين الرابع و الخامس، يحق لكل فريق طلب وقت مستقطع مرتين في كل شوط بمدة 30 ثانية و له الحق في وقتان مستقطعان فنيان في كل شوط في النقطة 08 والنقطة 16...⁽²⁾

6- المهارات الأساسية في الكرة الطائرة

6-1- الإرسال : في رياضة الكرة الطائرة الحديثة يمثل الإرسال أحد المهارات على الأقل التي يجب أن توضع في الاعتبار وتكون محور اهتمام لكثير من المدربين ومساعديهم وكذا اللاعبين، ويقول البعض أنّ الإرسال أحد الأسلحة المؤثرة والفعالة الذي إذا ما استخدم بطريقة ملائمة أو مناسبة، تستطيع أن تشق طريقك من خلاله في المباراة.

وهو حركة وضع الكرة في اللعب بواسطة اللاعب الخلفي الأيمن (رقم 01) المتواجد في منطقة الإرسال حيث يجب أن يضرب الكرة بيد واحدة، أو بأي جزء من الذراع و يسمح بقذف الكرة مرة واحدة، ويجب على المرسل عند لحظة الإرسال أو الإرتقاء للإرسال بالقفز، وعدم لمس الملعب (خط العمق)...³

(1) WWW.BADANIA-NET : 23/04/2009 h 18:30

(2) WWW.BADANIA-NET : 23/04/2009 h 18:40

(2) حسان بوجليدة:دروس نظرية في الكرة الطائرة، مرجع سابق، ص(9).

(1) إبراهيم مرزوق: الموسوعة الرياضية، ط 1، الدار الثقافية للنشر، القاهرة، مصر، 2002، ص(40).

(2) إبراهيم مرزوق: الموسوعة الرياضية، ط 1، الدار الثقافية للنشر، لقاهرة، مصر، 2002، ص(40).

ومن الطبيعي أن يختار المرسل بين أسلوبين لأداء الإرسال إما من الثبات أو الوثب و سرعة الكرة المرسله وقوتها من العوامل الهامة لأداء إرسال مؤثر...⁴ الإرسال هو الأداء أو التصرف الذي يبدأ به اللعب في لعبة الكرة الطائرة، و فرصة الفريق الأولى ليسجل نقطة...⁵

6-1-1-أنواع الإرسال

نستطيع من خلال التكتيك الصحيح لأداء ضربات الإرسال من حيث الطريقة أن نقسم الإرسال إلى نوعين :

6-1-1-1-الإرسال من الأعلى

الإرسال من الأعلى يتم بواسطة ضرب الكرة باليد المفتوحة بعد قذفها إلى الأعلى، بحيث تقابل اليد الكرة و هي أعلى من مستوى الكتف و تكون رجل متقدمة على الأخرى حسب المنفذ باليمنى أو باليسرى ، ويشبه عملية الإرسال في لعبة التنس الذي يسمى بإرسال التنس.

6-1-1-2-الإرسال من الأسفل

والإرسال العادي البسيط ويعتبر من أسهل أنواع الإرسال ويتم بواسطة ضرب الكرة باليد المفتوحة أو المقبوضة بعد تركها من اليد الأخرى، بحيث أن اليد الضاربة تتجه من الأسفل إلى الأعلى، يستعمله المبتدئين لسهولة أدائه وعدم حاجته إلى قوة كبيرة فهو في أغلب الأحيان مضمون النجاح إلا أن من السهل على الفريق المنافس استقباله والدفاع عنه. وهذه نقطة ضعف فيه إلا أن اللاعب يستطيع توجيه هذا النوع من الإرسال بسهولة إلى أماكن اللعب الخالية في ملعب الفريق الخصم، ويتم فيه قذف الكرة باليد بارتفاع مستوى الكتف...¹

6-1-2-تدريب الإرسال

الإرسال هي لعبة البداية أو وضع الكرة في اللعب، كما هو مفتاح النجاح في الكرة الطائرة وكلما نجح اللاعبون في تأدية هذه المهارة أصبح للفريق المرسل صفة المبادرة وتسيير الملعب وبالتالي ربح المباراة.

لابد من أن يأخذ كل لاعب من الفريق دوره في ضربات الإرسال والتأكيد على كل مرسل أن يؤدي إرسالا جيدا ومؤثرا من بداية المباراة إلى نهايتها، ويتضح لنا من العامل الأول وجوب ممارسة الإرسال بانتظام لكل لاعب في الفريق، أما العامل الثاني فيشير إلى أن التدريب على الإرسال يجب أن يتم في بداية وأثناء ونهاية التدريب، فعند بداية اللعب لابد أن يتعامل اللاعب المرسل مع الشد العصبي وقبل المنتصف يكون الاعتماد على شدة اللعب والتي تؤدي إلى زيادة التوتر...²

(4) محمد سعد زغلول/محمد لطفي السيد: الأسس الفنية لمهارات الكرة الطائرة، مرجع سابق، ص(59).

(5) عصام الشواحي: المبادئ التعليمية في الكرة الطائرة، مرجع سابق، ص(141).

(1) علي مصطفى طه: الكرة الطائرة- تاريخ، تعليم، تدريب، تحليل، قانون، مرجع سابق، ص(61،60).

(2) محمد سعد زغلول، محمد لطفي السيد: الأسس الفنية لمهارات الكرة الطائرة، مرجع سابق، ص(60،59).

يمثل الغرض من هذا التدريب تحسين مهارة الإرسال، وذلك من خلال تصحيح المدرب لأي خطأ يحدث في الأداء المهاري للإرسال، خاصة عندما ترسل الكرة أكبر عدد من المرات وتكون إرسالات فاشلة أو خارج الملعب، ويتضمن الغرض تركيز المدرب على تصحيح أخطاء الإرسال والتي يمتاز بها كل لاعب بهدف منع اللاعبين من ارتكاب أو تكرير أي خطأ...³

6-1-3- أهمية و مميزات الإرسال

ترجع أهمية الإرسال إلى أنه أحد المهارات الأساسية ذات الطابع الهجومي، حيث أن الفريق لا يستطيع تحقيق النقاط بدون الاحتفاظ به، فيجب على لاعبي الكرة الطائرة أن يدركوا أن الإرسال ليس مجرد عبور الكرة فوق الشبكة ولكن يجب على لاعبي الفريق أن يجيدوا أداء الإرسال بطريقة جيدة و دقيقة، ويستطيع الفريق إحراز النقاط من خلال الإرسال، ولاعب الإرسال يكون أداؤه مستقلا و بدون التأثير من زملائه و لاعبي الخصم...¹

6-1-4- الأخطاء الشائعة في الإرسال

- ✓ ضرب الكرة بأصابع اليد.
- ✓ عدم ضرب الكرة بالقوة اللازمة مما يؤدي إلى عدم عبورها الشبكة.
- ✓ قذف الكرة بعيدا إلى الأمام حيث لا يستطيع اللاعب ضربها باليد كاملة.
- ✓ عدم نقل الجسم أثناء الأرجحة للخلف على القدم الخلفية، وأثناء الضرب على القدم الأمامية.
- ✓ القذف المبكر قبل أرجحة الذراع خلفا...²
- ✓ قذف الكرة بعيدا عن الجسم أو خلفه أو بجانبه مما يؤدي بالمرسل إلى تغيير وضع الإمتداد والسيطرة عليها.
- ✓ عدم امتداد الجسم والذراع أثناء الضرب.
- ✓ عدم القدرة على التوقيت بين سرعة الكرة وحركة الضرب.
- ✓ أرجحة الذراع بقوة كبيرة لضرب الكرة مما يؤدي إلى خروج الكرة خارج الملعب.
- ✓ عدم الدخول إلى الملعب بعد القيام بالإرسال مباشرة، وعدم متابعة الجسم لاستمرارية الحركة.

6-2- الاستقبال

واستقبال الكرة المرسله من اللاعب المرسل من الفريق المنافس لتهيئتها إلى اللاعب المعد أو الزميل في الملعب، وذلك لامتناس سرعة وقوتها وتميرها من الأسفل إلى الأعلى بالساعدين، أو من الأسفل بالتمرير إلى أعلى حسب قوة الكرة وسرعتها ووضع اللاعب المستقبل...³

(3) زكي محمد محمد حسن: الكرة الطائرة إستراتيجيات الدفاع و الهجوم، منشأة المعارف، الإسكندرية، مصر، 1998، ص(125).

(1) أحمد عبد الدائم الوزير، علي مصطفى طه: دليل المدرب في الكرة الطائرة، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر، 1999، ص(35).

(2) زكي محمد حسن: الكرة الطائرة أسس ومواهب وأداء، دط، الجزء الأول، منشأة المعارف، الإسكندرية، مصر، 1977، ص(45).

(3) علي مصطفى طه: الكرة الطائرة- تاريخ، تعليم، تدريب، تحليل، قانون، مرجع سابق، ص(71).

6-2-1- أهمية الاستقبال

يعتبر الدفاع عن الإرسال من المهارات الدفاعية ذات الأهمية الكبيرة في الكرة الطائرة فمنذ نشأتها وحتى وقتنا الحاضر، تنوّعت وتتابع طرق استقبال الكرة سواء بالكتفين أو الذراعين، بعد أن كانت تؤدي من الأعلى أصبحت طريقة متبعة بالذراعين من الأسفل وتؤدي باستخدام السطح الداخلي للساعدين، وذلك لضمان استلام الكرة بطريقة جيدة وتوصيلها لزميل وبدون حدوث أخطاء...⁽¹⁾

6-2-2- طريقة استقبال الإرسال

يتخذ اللاعب الوقوف الصحيح لاستقبال الكرة مع مواجهة الكرة تماما، ثم يبدأ في ميل الجذع قليلا إلى الأمام بسرعة مساوية لسرعة اندفاع الكرة، حيث يقف اللاعب والقدمان متباعدين أوسع من الحوض والركبتان منتشيتان قليلا، وتشكلان زاوية قائمة تقريبا مع الحوض، الرأس يكون عموديا على مستوى الكتفين وتوجيه النظر إلى المنافس والذراعين متباعدين عن بعضهما بمسافة حوالي اتساع الكتفين وممدودتان للأمام ومائلتان إلى الأسفل...⁽²⁾

6-3- أنواع الاستقبال

6-3-1- الاستقبال من الأسفل

هو الأكثر استعمالا وتكون مساحة الاستعمال أو الإرجاع بمقدّمة اليدين، ويكون اللاعب مقابلا للكرة من توجيهها مع ضرورة استقامة اليدين.

6-3-2- الاستقبال من الأعلى

هو استقبال الكرة القادمة من الخصم بمقدّمة اليدين، وهذا من وضعية عالية "فوق الرأس".

6-3-3- الاستقبال الجانبي

يكون بيد واحدة أو بكلتا اليدين، وهذا عندما يكون اتجاه الكرة على جانب الجسم.

6-3-4- الاستقبال مع الانبطاح

كون بيد واحدة أو بكلتا اليدين وهذا عند محاولة إنقاذ الكرة من زاوية ممتدة، ويكون استقبال الكرة بعد القيام بانبطاح أو ارتقاء نحو الأرض.

6-4- الأخطاء الشائعة في الإستقبال

✓ الأرجحة الزائدة للذراعين أماما، وللأعلى للعب الكرة مما يؤدي إلى زيادة قوة وسرعة طيران الكرة خارج حدود الملعب.

✓ عدم تساوي السطح الداخلي للساعدين عند ضرب الكرة، مما يؤدي إلى طيرانها جانبا.

(1) مختار سالم: حول الكرة الطائرة، دط، منشورات مؤسسة المعارف، بيروت، لبنان، 1996، ص(121).

(2) علي مصطفى طه: الكرة الطائرة- تاريخ، تعليم، تدريب، تحليل، قانون، مرجع سابق، ص(3).

- ✓ وضع الذراعين بمستوى عال جداً، مما يجعل طيران الكرة عمودياً وقصير المسافة.
- ✓ ثني اللاعب للمرفقين أثناء ضرب الكرة مما يؤدي إلى طيرانها خلفاً.
- ✓ عدم المحافظة على استقامة الظهر (بمعنى وضع منخفض على الركبتين لثني منطقة فوق الوسط)...¹⁾

- ✓ ضرب الكرة باليد على سطح الساعدين، مما يؤدي إلى طيرانها لأحد الجانبين.
- ✓ عملية امتصاص قوة الكرة على الساعدين كبيرة، مما يؤدي إلى طيرانها لمسافة قصيرة...²⁾

6-5- التمرير

يعتبر التمرير من أهم العناصر الأساسية والرئيسية لتكتيك رياضة الكرة الطائرة، فبدون إتقان هذا العنصر لا يستطيع اللاعب أن يوجه الكرة إلى زميله بطريقة صحيحة، كما لا يستطيع الإعداد للهجوم بالسحق، نستطيع أن نقول أن التمرير هو قاعدة اللاعب بحيث يتطلب تنقل سريع وتمركز جيد بدون كرة وتحريك كبير للذراعين خاصة تحرك جيد للأصابع، فبدونها لا يمكن أن يكون هناك لعب.

6-5-1- أهمية التمرير

التمرير هو الأساس في لعب الكرة الطائرة، حيث يتوقف نجاح الفريق على مدى قدرة لاعبيه في السيطرة والتحكم وتوجيه الكرة في كل الإتجاهات وبطريقة صحيحة وقانونية خاصة تلك التي تمرر نحو المعد وهو المهارة الأهم بالنسبة لخطط الدفاع والهجوم التي يستخدمها فريق اللعب، يستخدم في مهارة التمرير أطراف الأصابع والأيدي والأذرع على الأغلب أكثر من أي جزء من الجسم ويمكن أن نعتبر الإعداد تمييزاً، ولكن بأكثر دقة نظراً لضرورة سير الكرة في طريق محدودة في الهواء ومرتبطة بالضربة الهجومية...¹⁾

والتمرير من الأعلى بالأصابع، هو اللّمس الهامة التي يجب أن تتقن إتقاناً تاماً، الأمر الذي يؤدي لوصول الكرة إلى الزميل بطريقة تمكّنه من إحراز نقطة أو كسب إرسال...²⁾

6-5-2- أنواع التمرير

لقد تنوع وتعدد التمرير في الكرة الطائرة، حيث يمكن أن نقسم التمرير من حيث طريقة أدائه إلى تمرير من الثبات وتمرير من الحركة، ونقسمه من حيث المستوى الذي تصل فيه الكرة إلى تمرير من الأعلى وتمرير من الأسفل، كما يمكن تقسيمه من حيث استخدام اليد أو اليدين إلى تمرير باليدين أو تمرير باليد الواحدة، وعموماً يمكننا أن نقسم التمرير إلى نوعين هما...³⁾:

⁽¹⁾ ككي محمد محمد حسن: التدريبات للموقفية (العلاجية) في الكرة الطائرة، مرجع سابق، ص(316).

⁽²⁾ علي مصطفى طه: الكرة الطائرة - تاريخ، تعليم، تدريب، تحليل، قانون، مرجع سابق، ص(71).

⁽¹⁾ زينب فهمي و آخرون: الكرة الطائرة، ط1، لجزء2، دار المعارف، مصر، 1994، ص(84).

⁽²⁾ محمد سعد زغلول، محمد لطفي السيد: الأسس الفنية لمهارات الكرة الطائرة، مرجع سابق، ص(69).

⁽³⁾ علي مصطفى طه: الكرة الطائرة - تاريخ، تعليم، تدريب، تحليل، قانون، مرجع سابق، ص(71).

6-5-2-1- التميرير العالى : ويشتمل على :**6-5-2-1-1- التميرير إلى الأمام : (التميرير الصدريّة)**

التميرير الصدريّة هي الأكثر استعمالاً في اللعب للمسافات القصيرة والطويلة، فإنقائها هو الخطوة الأولى نحو التّقدم والاندماج وذلك برفع اللاعب لذراعيه أمام الوجه في وضع التّكور، وعند وصول الكرة إلى ارتفاع 15 إلى 20 سم تقريباً على مستوى الرّأس، تتحرّك اليدين إلى الأعلى لاستقبال الكرة وعندما تلامسها الأصابع تقوم الذّراعان بحركة رجوعية خفيفة تمهيداً لدفعها إلى الاتجاه المرغوب فيه.

▪ التميرير إلى الأمام بعد الدّوران :

وفيه يدور اللاعب على مشط القدم الأمامية لوجه اللاعب الذي سيعود له الكرة على أن يعود الجسم إلى وضع الاتزان.

▪ التميرير إلى الأمام من وضع الطعن :

فيه تمتد الرجل الخلفية إلى أقصى مداها بينما تكون الساق مع الفخذ في الرجل الأمامية بزواوية قائمة، على اللاعب العودة بأقصى سرعة إلى وضع الاستقبال الأصلي...⁽⁴⁾

▪ التميرير للجانبين :

يقف اللاعب وظهره للشبكة، ويرفع الكرة بعد ثني اليد في الإتجاه المعاكس لاتّجاه الكرة وهي تمريرة صعبة تحتاج إلى تدريب مكثّف.

▪ التميرير مع الدّرجة :

يستخدم هذا النوع عند استقبال كرة قوية وسريعة نتيجة ضربة هجومية والمقصود امتصاص قوتها، ويلزم اللاعب مرونة بحيث يؤدّيها دون أن يصاب بأذى، ويمكنه العودة إلى الوضع الأصلي بأقصى سرعة...⁽¹⁾

▪ التميرير مع الوثب :

عبارة عن عملية خداع لمواجهة عملية الصّد التي يقوم بها الفريق المضاد بشكل يظهر وثبة اللاعب لأداء التميرير، كأن ينوي أداء ضربة هجومية فيقوم بإعدادها للزّميل الآخر...⁽²⁾

6-5-2-1-2- التميرير من الأسفل :

يمكن أن نطلق على مهارة التّمرير من الأسفل بالسّاعدين بأنّها حركة إيجابية للرّجلين باتجاه الهدف، وذلك بمواجهة اللاعب للكرة متحرّكاً إليها بالسرّعة المناسبة التي تتفق مع مسافة أو بعد الكرة، وكذلك في الإتّجاه الذي ستلعب إليه الكرة دافعا إياها بيديه بالقدر المناسب ويتوقّف نجاح

⁽⁴⁾ الموسوعة الرياضية: كرة السلة-الكرة الطائرة، ط1، دار الشمال للنشر و الطباعة، 1996، ص(40-28).

⁽¹⁾ علي مصطفى طه: الكرة الطائرة- تاريخ، تعليم، تدريب، تحليل، قانون، مرجع سابق، ص(72،73).

⁽²⁾ الموسوعة الرياضية: كرة السلة-الكرة الطائرة، مرجع سابق، ص(40).

الفريق أو فشله إلى حد كبير على مهارته في تمرير الكرة من الأسفل بالسّاعدين حيث أنّها آمن الطّرق في جميع حالات ومواقف اللعب ويجب أن نميز بين ثلاثة أنواع من التمرير من الأسفل...⁽³⁾

■ التمرير باليدين (يتم التنفيذ بطرق مختلفة):

- يجرى بتلاصق الكفين جنباً إلى جنب، يتجهان إلى أعلى امتداد الأصابع فتلامس الكرة الجزء العرضي من مؤخّرة اليدين قرب الرّسغ.
- يتلاصق الكفان جنباً إلى جنب ويتجهان إلى الأسفل مع امتداد الأصابع فتلامس الكرة ظهر الكفّين.
- يتلاصق الكفّان وجها لوجه مع إثناء أصابع إحدى اليدين حول أصابع اليد الأخرى، فتلامس سطح الإبهامين و السّبّابتين.

■ التمرير باليد الواحدة :

تستعمل عادة للتخلّص من موقف حرج، خاصة في الظروف التي لا تسمح باستخدام اليدين معا.

■ التمرير مع الانبطاح :

يتم ذلك عند وصول الكرة إلى مكان قريب من اللعب بحيث يمرّها اللّاعب بالطريقة العادية فيندفع لإنقاذها من السّقوط على الأرض، فيلامس الكرة قبل وصولها إلى الأرض فيرفعها قليلاً...⁽¹⁾

6-6- السّحق :

- يعتبر السّحق روح الكرة الطّائرة ورونقها، والغرض منه هو ضرب الكرة أو إرسالها إلى ملعب الفريق المنافس بطريقة قانونية بحيث يفشل هذا الأخير في إعادتها...⁽²⁾
- السّحق هو توجيه قوي للكرة يؤدّيهِ اللّاعب وهو في الهواء بعد ارتقاء عمودي بمحاذاة الشّبّكة وتكون حركاته منسجمة...⁽³⁾
- إن الضّربات السّاحقة هي إحدى الوسائل الرّئيسية الهامة في إحراز النّقاط و استخدامها غالباً ما يكون من اللّمسة التّالّثة ويؤثّر فيها عاملان هما: القوة والتّوجيه...⁽⁴⁾
- أو هو عبارة عن ضرب الكرة بإحدى اليدين بقوة لتعديتها بالكامل فوق الشّبّكة، إلى ملعب الفريق المنافس بطريقة قانونية.

6-6-1- أهمية السّحق :

(3) محمد سعد زغلول، محمد لطفي السيد: الأسس الفنية لمهارات الكرة الطائرة، مرجع سابق، ص(64).

(1، 2) الموسوعة الرياضية: كرة السلة-الكرة الطائرة، مرجع سابق، ص(41،40).

(3) حسن عبدالجواد: المبادئ للألعاب الإعدادية- القانون الدولي، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر، 1999، ص(20).

(4) محمد سعد زغلول، محمد لطفي السيد: الأسس الفنية لمهارات الكرة الطائرة، مرجع سابق، ص(74).

الهدف من الضرب السّاحق في لعبة الكرة الطّائرة هو الحصول على نقاط المباراة أو الحصول على الإرسال وتتطلب هذه المهارة نوعية معينة من اللاعبين يتميّزون بالسرعة وحسن التصرف والثقة بالنفس، وارتفاع القامة، وقوة عضلات الرجلين والسرعة الحركية الفائقة والرّشاقة والتّوافق العصبي العضلي، والقوة الانفجارية العالية في الوثب والضرب والدقة في الأداء الحركي وتوجيه ضربات إلى نقطة معينة بالإضافة إلى الهبوط الصحيح. ولهذا لا يستطيع جميع اللاعبين أن يقوموا بأداء مثل هذه المهارات نظرا لاختلاف تكوينهم الجسمي وقدراتهم الحركية، فيفضل تدريب جميع أفراد الفريق لأداء هذه المهارة ثم اختيار أفضل اللاعبين للقيام بمهام أدائها أثناء المباريات...⁽¹⁾

6-6-2- أنواع السّحق : هناك أنواع عدّة :

أ- السّحق الأمامي :

هو أسهل أنواع السّحق وأهمّها، لذلك تجد المدربين يعطونه اهتماما كبيرا خاصّة عند المبتدئين، ويكون توجيه الكرة عند أدائها في خط مستقيم مع خط جري اللاعب الضارب...⁽²⁾

ب- السّحق الجانبي :

يؤدّى هذا النوع من السّحق عندما يكون اللاعب بين الشبّكة والكرة ويكون الإقتراب يأخذ الخطوة والوثبة بالموازاة مع الشبّكة ويتم الإرتقاء في الضرب الأمامي ويطلق عليه بعض المدربين "الضرب الخطافي" أو "الضرب بدوران الذراع".

ج- السّحق الخلفي :

يؤدّى عندما يكون الظّهر موجّها للشبّكة فيوثب اللاعب ويدور في الهواء حتى يواجه الشبّكة ثم يقوم بضرب الكرة بقوة وبسرعة في أعلى أجزائها، ويعتبر من أصعب أنواع السّحق من حيث الأداء...⁽³⁾

6-7- الصد :

يعتبر الصد النّواة الأساسية لمجموع التّصرّفات التي يقوم بها الفريق للدّفاع عن الملعب طريق الوثب إلى أقصى إرتقاء مع مد الذّراعين عاليا إلى الأمام قليلا حيث يقابل الحائط اتّجاه الكرة عند أداء السّحق من قبل الخصم بمواجهة الشبّكة أو قريب منها، وقد يقوم بعملية الصد لاعب أو لاعبين أو ثلاث لاعبين شرط أن يكون في المنطقة الأمامية...⁽⁴⁾

- أو هو الإعتراض للكرة المضروبة سحقا من ملعب الفريق المنافس فوق الحافة العليا للشبّكة.

(1) علي مصطفى طه: الكرة الطائرة- تاريخ، تعليم، تدريب، تحليل، قانون، مرجع سابق، ص(101).

(2) حسن عبد الجواد: المبادئ للألعاب الإعدادية- القانون الدولي، مرجع سابق، ص(20).

(3) عقيل عبد الله: الكرة الطائرة التكتيك و التكتيك الفردي، كلية التربية البدنية و الرياضية، جامعة بغداد، 1987، ص(93).

(4) حسن عبد الجواد: المبادئ للألعاب الإعدادية- القانون الدولي، مرجع سابق، ص(94).

6-7-1- أهمية الصّد : يعتبر الصّد من المهارات الأساسية و الهامة في عملية الدفاع عن الملعب أمام الضربات الهجومية المختلفة على الشبكة وهو وسيلة لإحباط عزم الفريق المنافس من خلال منع مهاجميه من ضرب الكرة السّاحقة فوق الشبكة...⁽¹⁾

6-7-2- أنواع الصّد :

❖ الصّد الهجومي.

❖ الصّد الدفاعي.

6-7-3- أشكال الصّد :

❖ الصّد بلاعب واحد.

❖ الصّد بلاعبين.

❖ الصّد بثلاثة لاعبين...⁽²⁾

6-8- الإعداد :

ونعني به إعداد أو تجهيز أو تحضير الكرة للاعب المهاجم، بطريقة ملائمة أو مناسبة مستخدمين في ذلك المهارة الملائمة أو المناسبة أيضا لتنفيذ هذا العمل. وفي الحقيقة فإن معظم أنواع الإعداد التي تنفذ نجد أنها عادة ما تستخدم التمرير من أعلى فوق الرأس أو من الأعلى للخلف. ولكن هذا لا يمنع أنه في أحيان أخرى قد نلجأ إلى استخدام الإعداد من الأسفل (بالسّاعدين) وذلك كله بهدف إعداد الكرة...⁽³⁾

6-8-1- أهمية الإعداد :

مهارة الإعداد من المهارات الضّرورية الهامة في الكرة الطّائرة، وهي الخطوة التي يركز عليها المهاجم للحصول على نقاط في المباراة، ويعتمد الإعداد كلياً على التمرير من الأعلى فإجادة التمريرات العلوية يساعد على أداء الإعداد الجيد. ويعتبر الإعداد من أكثر مواقف اللعب الحساسة والمهمة حيث يتوقف عليه هجوم الفريق وطريقة أدائه، ولذا يجب على المدربين تهيئة لاعبيهم على إجادة أنواع الإعداد في جميع مواقف اللعب المختلفة...⁽¹⁾

6-8-2- أنواع الإعداد :

أ- الإعداد الأمامي : هو أكثر الإعدادات استعمالاً لسهولة أدائه، وهو أساس لجميع أنواع الإعداد الأخرى، ويؤدّى من وقفة الاستعداد مع ملاحظة عملية امتداد الذراعين والرّجلين، مع المحافظة على توازن الجسم في نهاية الحركة.

^(1,2) علي مصطفى طه: الكرة الطائرة- تاريخ، تعليم، تدريب، تحليل، قانون، مرجع سابق، ص(136،137).

⁽³⁾ زكي محمد حسن: صانع الألعاب في الكرة الطائرة- العقل المفكر للفريق، المكتبة المصرية للطباعة والنشر والتوزيع، الإسكندرية، 2004، ص(3).

⁽¹⁾ علي مصطفى طه: الكرة الطائرة- تاريخ، تعليم، تدريب، تحليل، قانون، مرجع سابق، ص(139).

ب-الإعداد الخلفي من فوق الرأس : يستعمل في الأغراض الخطئية ويتطلب درجة عالية من الإحساس بالحركة، حيث أنّ اللاعب لا يرى الهدف المراد التّوجيه إليه لحظة أداء الإعداد وهو يشبه الإعداد الأمامي في طريقة الأداء.

ج-الإعداد الجانبي : يستخدم عندما يكون اللاعب قريبا من الشّبكة، ولا يوجد مكان ووقت كاف للدوران يستعمل للخداع حيث يقف اللاعب وقفة الإستعداد جانبا لاتّجاه الإعداد.

د-الإعداد بالوثب : يستعمل هذا الإعداد للكرات العالية في عملية الخدع الهجومية، ويعتمد على استعمال الذّراعين والأصابع، ويستخدم فيه الوثب بالرجلين، وعلى اللاعب ملاقة الكرة في الوقت المناسب...²⁾

خلاصة :

إنّ الإنتشار المستمر للعبة الكرة الطّائرة والذي شمل جميع أنحاء العالم ليس من قبيل المصادفة وليس أيضا من خلال المنافسات البرّاقة، وليس من خلال الترويج المقنع به، فهذا أمر وارد إلا أنّ اللّعبة من بداية نشأتها وتطوّرها لازالت تحتفظ بخصائصها التي ميزتها كلعبة أولمبية نظرا لما تتمتع به من خصائص ميّزتها عن مختلف الألعاب الجماعية الأخرى.

ومن خلال استعراضنا لأهم المهارات الأساسية في الكرة الطّائرة، اتضح لنا المكانة التي تحتلها هذه الرياضة حيث لا يمكن فصل أية مهارة عن أخرى، بل يجب الإلمام بجميع هذه المهارات.

⁽²⁾ الموسوعة الرياضية: كرة السلة-الكرة الطائرة، مرجع سابق، ص(46).

تمهيد:

إن الرياضة المدرسية في أي بلد من العالم تعتبر المحرك الرئيسي لمعرفة مدى تقدم في الميدان الرياضي ولعلها من أهم الدعائم للحركة الرياضية، وهذه الرياضة المدرسية تتجه أساسا نحو تلاميذ المدارس والثانويات حيث تعمل على وضع الخطوات الأولى للطفل على الطريق الذي يمكنه من أن يصبح رياضيا في المستقبل بارزا قد يساهم في بناء المنتخبات المدرسية الوطنية ويمثل بلاده في المحافل الدولية والقارية والعربية.

1- مفهوم الرياضة المدرسية وأهدافها في الجزائر:

سوف نتطرق إلى إجراء مقارنة بسيطة بين التربية البدنية والرياضة المدرسية حتى نضع كل واحدة في معناها المناسب، ثم نوضح مفهوم وأهداف الرياضة المدرسية في الجزائر إلى جانب ذلك مميزات التلاميذ خلال كل المراحل المدرسية.

1-1- المقارنة بين التربية البدنية والرياضة المدرسية:

إن الرياضة المدرسية تعتبر حديثة النشأة في العالم عموماً أو في الجزائر خصوصاً، حيث أنها لم تظهر سوى في أواخر هذا القرن وهي تختلف عن التربية البدنية من حيث المضمون والأهداف التي تسعى إليها كل واحدة وهذا الاختلاف ليس تعارضاً وإنما هو تكامل بين المفهومين وفيما يلي نعرف كلا المصطلحين:

يعرف شارل: "التربية البدنية أنها ذلك الجزء من التربية الذي يتم عن طريق النشاط المستخدم بواسطة الجهاز الحركي لجسم والذي ينتج عنه اكتساب بعض السلوكيات التي تنمي فيها بعض قدراته".
أما بيوتشر فيري: "إن التربية البدنية هي ذلك الجزء المتكامل من التربية العامة حيث يكون الهدف هو تكوين مواطن متكامل من الناحية البدنية والعقلية والانفعالية والاجتماعية وذلك عن طريق ممارسة مختلف النشاطات البدنية واختياره لتحقيق غرضه.¹

أما فوتر فيري: "إنها ذلك الجزء الكامل من التربية العامة التي تهدف إلى تقوية الجهاز البدني والجهاز العقلي حيث لو نظرنا من الباب الواسع لتربية نرى أنها تعطي عناية كبيرة للمحافظة على صحة الجسم.²

أما بالنسبة للرياضة المدرسية فلا يوجد هناك تعريف واضح يفسر مدى أهميتها والهدف من ممارستها فهناك تضارب لتعريف هذه الأخيرة، فمنهم من يرى أنها مادة تعليمية أو حصة تدريبية رياضية أو حاجز واق لانحراف التلاميذ.

ومن أجل توضيح أكثر من الضروري إدماج الرياضة المدرسية في صف النشاطات الكبرى للتكوين وفي بحثنا هذا أردنا توضيح الرؤية بالنسبة لمصطلح الرياضة المدرسية ومدى أهميتها حتى لا تبقى محصورة وفي حصة التربية البدنية وإنما تأخذ طابع المنافسة وإثبات الذات والكشف عن المواهب قصد تكوين المستقبل ورفع مستوى الرياضة.

¹ - عبد الوهاب عمراني، التربية البدنية والرياضية ومشاكلها في المدرسة الجزائرية، مذكرة لنيل شهادة ليسانس في التربية البدنية والرياضية، (مذكرة غير منشورة)، 1996، ص 11-12.

² محمد عوض بسيوني، فيصل الشاطي، نظريات وطرق التربية البدنية، ط2، 1986، ص 22.

1-2- مفهوم الرياضة المدرسية في الجزائر:

إن الرياضة المدرسية في الجزائر هي إحدى الركائز الأساسية التي يعتمد عليها من أجل تحقيق أهداف تربوية وهي عبارة عن أنشطة منظمة ومختلفة في شكل منافسات فردية أو جماعية وعلى كل المستويات.

وتسهر على تنظيمها وإنجاحها كل من الإتحادية الجزائرية للرياضة المدرسية، مع وضع في الحسبان أن ذلك يتم بالتنسيق مع الرابطة الولائية للرياضة المدرسية في القطاع المدرسي ولتغطية بعض النقائص ظهرت الجمعيات الخاصة بالرياضة المدرسية في المؤسسات التربوية وهذا للحرص والمراقبة على النشاطات وإعادة الاعتبار للرياضة المدرسية.

1

¹ Samir B, Pour un champion not du monde en Algérie, Enterions avec M tazi, presient (ANDSS)- Journal quotidien d'Algérie liberté de 08 Avril 1997, P 19.

إن الرياضة المدرسية في المنظومة التربوية مكانة هامة وبعد تربوي معترف به، وتسعى على ذلك كل من وزارتي التربية الوطنية والشبيبة الرياضية إلى ترفيه كل المستويات، وإلى تسخير كل الوسائل الضرورية لتوسيع الممارسة الرياضية إلى ترفيه كل المستويات، وإلى تسخير كل الوسائل الضرورية لتوسيع الممارسة الرياضية والمنافسات في أوساط التلاميذ.

إن هذه العملية يمكنها أن تساهم بقسط وافر في تحقيق هذه الغاية، وهذا المطلوب من كل المسؤولين المعنيين في اتخاذ الإجراءات اللازمة التي من أجلها يمكن تجسيد الأهداف المتوخاة من هذه العملية المشتركة مبدئياً، ومما أعطى نفساً جديداً للممارسة الرياضية في الأوساط المدرسية وهو ما قرره وزارة التربية الوطنية في نقالها حول إجبارية ممارسة الرياضة في المدرسية، حسب التعليم رقم 09-95 بتاريخ: 25 فيفري 1995 من خلال المادتين 5 و6 وهو ما أكدته وزارة التربية في جريدة الخبر تحت عنوان **إجبارية ممارسة الرياضة المدرسية**.¹

قررت وزارة التربية الوطنية جعل ممارسة التربية البدنية والرياضية إلزامية أو إجبارية لكل التلاميذ، مع إعفاء كل الذين يعانون من المشاكل الصحية، وجاء هذا القرار بعد التوقيع على اتفاقية مشتركة بين كل من وزارتي التربية الوطنية والشباب والرياضة مع وزارة الصحة والسكان بشأن ممارسة التربية البدنية في الوسط المدرسي في 25 أكتوبر 1997، ويهدف هذا القرار إلى ترفيه الممارسة الرياضية في المدارس كما وجهت الوزارة تعليمة تتضمن كيفية الإعفاء من ممارسة التربية البدنية والرياضية في الوسط المدرسي تحت فيها المعنيين الإداريين والمربين على تطبيق مضمون القرار الوزاري المشترك بين الوزارات الثلاثة. ونص القرار على استفادة الأطفال الذين لا يستطيعون ممارسة بعض الأنشطة البدنية والرياضية من الإعفاء، حيث يتم الإعفاء بتسليم طبيب الصحة المدرسية شهادة طبية بعد إجراء فحص طبي للتلاميذ ودراسة ملفهم الصحي المعد من طرف طبيب أخصائي.²

1-3- أهداف الرياضة المدرسية في الجزائر:

إن ممارسة الرياضة المدرسية في المؤسسات التربوية الجزائرية لها أهداف أساسية منها نمو جسمي نفسي حركي، إجتماعي وكما لا يخفى ذكر الهدف الاقتصادي، وهذا برفع المردود الصحي للطفل ثقافية التي تسمح للفرد من معرفة ذاته مع تطوير كل من حب النظام روح التعاون، روح المسؤولية تهذيب السلوك، تنمية صفات الشجاعة والطاعة واتخاذ القرارات الجماعية بالإضافة إلى التوافق الحسي الحركي العصبي والعضلي وبهذا يمكننا القول أن ممارسة التربية البدنية تساهم في إعداد رجل الغد من كل الجوانب.

¹ S. M. Spour solaire des lobbies récitent toujours, Journal quotidien d'Algérie et elwatan du 21 juin 2000, P 31.

² جريدة الخبر، تاريخ 26 نوفمبر 1996، إجبارية ممارسة الرياضة المدرسية، ص 04.

فالميزانية المخصصة من طرف الدولة للرياضة المدرسية لا تعتبر فقط استثمار في صالح الجانب المادي، كتحقيق النتائج وإنما هو استثمار أيضا في صالح الجانب المعنوي للفرد وبالتالي إصلاح الفرد يعني بالضرورة إصلاح المجتمع.¹

2- مميزات وخصائص التلاميذ خلال المراحل المدرسية:

لما أن بحثنا يتعلق بالرياضة المدرسية من الواجب دراسة مميزات وخصائص التلميذ في كل مرحلة من المراحل الدراسية.

2-1- المرحلة الابتدائية (6 - 12 سنة):

تنقسم إلى قسمين:

أ- الفترة من (6 - 9 سنوات):

من مميزات التلاميذ في هذه الفترة مايلي:

- سرعة الإستجابة للمهارات العلمية.
- كثرة الحركة مع انخفاض التركيز وقلة التوافق.
- ليس هناك هدف محدد للنشاط مع وجود فروق كثيرة بين التلاميذ.
- نمو الحركات بالإيقاع السريع.
- الاقتراب في مستوى درجة القوة بين الذكور والإناث.
- القدرة على أداء الحركات بصورتها المبسطة.
- بدفع خيال الطفل للحركة ويجعله لا يملها بل يساعده على اختراع ألعاب جديدة.
- يحب الطفل اللعب في جماعات صغيرة ولو أن أغلب مظاهر نشاطه تتميز بالفردية.
- يميل الطفل إلى احترام الكبار، ويهمه تقديرهم أكثر من تقدير رفقاءه مع أنه يحتاج إلى الشعور بأنه مقبول من الجماعة التي هو فيها.
- الميل إلى ممارسة بعض ألعاب الكبار، مثل كرة القدم، كرة السلة، ولو أن الميل إلى اللعب الجماعي ضعيف.

- القدرة على التركيز والانتباه لا تزال ضعيفة والطفل لا يستطيع تركيز انتباهه لمدة طويلة.²

ب- الفترة الممتدة من (9 - 12 سنة):

من مميزات التلاميذ في هذه الفترة مايلي:

- قيادة البطولة ومحاولة تقليد الأبطال.
- يزداد التوافق العضلي.

¹ لكحل حبيب الله وآخرون، مكانة الرياضة المدرسية ودورها في انتقاء المواهب، مذكرة لنيل شهادة ليسانس قسم التربية البدنية والرياضية، الجزائر، ص 46.

² د. حسن معوض، طرق تدريس التربية البدنية والرياضية، الجهاز المركزي للكتب الجامعية والوسائل التعليمية، مصر، ط1، 1963، ص 141.

- تقوي روح الجماعة وتزداد الرغبة في المنافسة بين الجماعات ويشتد التنافس.
- نشاط الأطفال في هذا السن كبير وزائد.
- الأطفال كثيرون الملل ولا يثابرون على عمل إلا إذا كانوا يميلون إليه.
- ينمو الإعتماد على النفس والرغبة في الاستقلال، كما يزداد الميل إلى المغامرة.
- تظهر الفروق الفردية بين الأفراد من الجنس الواحد بصورة جلية في الحجم والقدرات والميول والرغبات.
- من المشاكل التي تواجه الأطفال في هذه المرحلة التكيف الاجتماعي والتوفيق بين رغبات وميول وقدرات الطفل ومطالب المجتمع.
- الأطفال في هذا السن قابلون للإيحاء.
- في نهاية المرحلة يبدأ الاختلاف بين البنين والبنات خاصة في سن 12 سنة.
- يؤثر الأطفال بعضهم على بعض تأثيرا واضحا، ولذلك كان من الواجب تكوين الجماعات المتجانسة وتنظيم الفرق الرياضية.
- في نهاية هذه المرحلة يذكر ما بين أن الطفل يستطيع تثبيت الكثير من المهارات الحركية الأساسية كالمشي والوثب والقفز والرمي.
- في نهاية المرحلة أيضا يميل الطفل إلى تعلم المهارات الحركية ويتحسن لديه التوافق العضلي والعصبي نسبيا بين اليدين والعينين وكذلك الإحساس بالإتزان.
- عموما فإن المرحلة الابتدائية، تعتبر مرحلة بنائية أي أن التمرينات المقترحة يجب أن تهدف إلى اكتساب اللياقة البدنية وفي نهاية المرحلة فإن فترة (9- 12 سنة) تعتبر الفترة التي لا تماثلها مرحلة نسبية أخرى للتخصص الرياضي المبكر وهذا بإقحام الطفل في النشاط الرياضي الذي يكون أكثر مناسب له.¹

2-2- المرحلة المتوسطة (12 - 15 سنة):

- تسمى مرحلة المراهقة وهي التي تتأثر فيها حياة الناشئ بعوامل فيزيولوجية تختلف مميزات مرحلة المراهقة باختلاف الأجناس، وبيئاتهم كما يتأثر بعوامل كثيرة منها:
- الوراثة.
 - المناخ وطبيعة الغدد النفسية.
- من مميزات التلاميذ في هذه المرحلة مايلي:

تصل البنات إلى المراهقة قبل البنين عادة، وتتميز هذه المرحلة بتغيرات عقلية وأخرى جسمانية لها أثرها وأهميتها في تربية النشأ، فهي تتميز بالنمو السريع غير المنظم، وقلة التوافق العضلي العصبي،

¹ محمد عوض بسيوني، فيصل الشاطي، نظريات وطرق التربية البدنية، مرجع سابق، ص 141.

ونقل الحركات وعدم اتزانها ويقل كذلك عنصر الرشاقة لدى التلاميذ وتظهر عليهم علامات التعب بسرعة.¹

- عدم الدقة في الحركة.
- الحاجة إلى البحث عن الحقيقة وكذلك المعرفة.
- البحث عن صورته في المجتمع.
- حيرة المراهق لعلاقاته مع الآخرين أو التوقع حول نفسه.
- البحث عن الحوار مع الكبار والمجموعة التي تعتبر ركيزة أساسية لإبراز نفسه.
- تجاوز المصالح العائلية والمدرسية والتفتح على الحياة الاجتماعية.
- ظهور النضج الجنسي ويقظة العواطف يجعل التلميذ سريع التأثر والانفعال.
- تكون القدرة على العمل المتزن ضئيلة، لأن نمو العظام في الطول والسمك والكثافة بغير النظام الميكانيكي للجسم كله.²

تعتبر المرحلة المتوسطة أحسن مرحلة فيما يخص الاعتناء باعتدال القامة وتقوية العضلات الجذع، خاصة عند ممارسة العدو، ولكن ليس لمسافات طويلة، كذلك في الرياضات الجماعية مثل كرة القدم وكرة السلة، الطفل يميل إلى العمل من أجل الفريق ويبتعد عن الأنانية والفردية وهو ما يسمح بتشكيل فرق في مختلف النشاطات حسب اختصاصات وقدرات التلاميذ وعامل المنافسة هنا أهميته تبقى غير بارزة.³

2-3- المرحلة الثانوية (15 - 18 سنة):

- تتميز هذه المرحلة بمايلي:
- يستعيد الفتى والفتاة تناسق الجسم.
- يزداد نمو عضلات الجذع والصدر والرجلين بدرجة الأكبر من نمو العظام حتى يستعيد التلميذ إترانه الجسمي.
- يكون الفتيان أطول من الفتيات.
- تعتبر هذه المرحلة دورة جديدة من النمو الحركي حيث يستطيع فيها الفتى والفتاة بسرعة اكتساب وتعلم مختلف الحركات إتقانها.
- تساهم عملية التدريب المنظمة في الدخول إلى المستويات الرياضية العالية.
- تلعب عملية التركيز العالية والإرادة القوية دورا هاما في نجاح التعليم والتدريب وبلوغ درجة التفوق.
- بإمكان الفتى أن يصل إلى مستويات الرياضة في بعض الأنشطة كالسباحة وألعاب القوى والجمباز.

¹ محمد عوض بسيوني، فيصل الشاطن، مرجع سابق، ص 144.

² محمد عوض بسيوني، فيصل الشاطن، المرجع نفسه، ص 141.

³ حسن معوض، طرق تدريس التربية البدنية والرياضية، مرجع سابق، ص 62.

- زيادة الميل لإكتشاف البيئة والمغامرة والتجوال.
 - القدرة على الميل إلى الحفلات الجماعية والألعاب المشتركة خاصة الذي يشترك فيها الجنسان والحاجة إلى اللعب والراحة والاسترخاء.¹

يمكننا القول أن هذه المرحلة هي فترة جيدة وحساسة جدا للطفل وذلك من أجل الوصول إلى النتائج العالية أو الأغراض الموجودة ولن يتأتى ذلك إلا عن طريق التدريب المنتظم مروراً بالمنافسات التي تعتبر الحافز القوي من أجل الوصول إلى المستويات العالية.

3- المنافسة الرياضية المدرسية:

إن الرياضة المدرسية هي الأخرى تحتوي على منافسات سواء جماعية أو فردية هناك منافسات أو تصفيات تقوم بها الفيدرالية الجزائرية للرياضة المدرسية والتي تسعى من خلالها اختيار أبطال في الفردي أو الفرق وذلك من أجل تنظيم بطولة وطنية مصغرة والتي معظمها تجرى في العطل الشتوية أو العطل الربيعية ثم يليها البطولة ولذلك الرياضة المدرسية كغيرها من الرياضات تنظم منافسات لترفيه المواهب الشابة وإعطاء نفساً جديداً للحركة الرياضية وقبل أن نعطي مفهوم المنافسات الرياضية المدرسية في الجزائر وكيفية تنظيمها سنعطي مفهوم المنافسات ونظرياتها بصفة عامة.

3-1- المنافسة:

إن المنافسة موجود في الحياة اليومية وهي متواجدة أساساً في الحياة الاقتصادية الاجتماعية الفنية والسياسية وبصفة عامة المنافسة هي صراع بين أشخاص أو بين مجموعة كمنى الأشخاص للوصول إلى الهدف المنتشود إليه لإيجاد نتيجة ما والرياضة هي الميدان الوحيد الذي سترى أكثر معلوماتنا حول المنافسة.

3-2- تعريف المنافسة:

كلمة المنافسة هي كلمة لاتينية وتعني البحث المتواصل من طرف عدة أشخاص لنفس المنصب ونفس الصفة، وحسب كتاب رويار الرياضة الذي يعرف المنافسة على أنها كل شكل مزاحمة تهدف للبحث عن النصر في مقابلة رياضية، ويأتي ما اتفق ليكمل هذا التعريف بقوله: "هو النشاط الذي يحصل داخل إطار مسابقة مثقفة في إطار أو نمط استعدادات معروفة وثانية بالمقارنة مع الثقة القصوى".²
 وحسب ردا لدرمان المنافسة هي صراع بين عدة أشخاص للوصول إلى هدف منشود أو نتيجة ما وحسب فير نوندر فيعرف المنافسة بقوله المنافسة هي كل حالة يتواجد فيها إثنان أو عدد كبير من الأشخاص من صراع للأخذ بالجزء الهام أو النصيب الأكبر.³

¹ محمد عوض بسيوني، فيصل الشاطن، نظريات وطرق التربية البدنية، مرجع سابق، ص 147-148..

² Matiev (T.P), aspects fondamentaux de l'entraînement, Edition Vigo, Paris, 1983, P 13.

³ ALDERAM (R.D), manuel de la psychologie du sport, Edition Vigo, Paris, 1990, P 95.

وحتى في علم النفس اهتم بدوره بالمنافسة ويعطي لها التعريف التالي: "تفهم المنافسة كمجابهة للغير أو عند المحيط الطبيعي، الهدف نصر الأشخاص أو جماعات لكن كلمة المزاحمة هي اقرب معنى لمنافسة في ميدان الرياضة لأن هذه الأخيرة تخص مجابهة بين أشخاص من أجل أحسن لمحة ولأحسن مستوى.¹

3-3- نظريات المنافسة:

للمنافسة نظريات منها مايلي:

3-3-1- المنافسة كشرط إيجابي:

حسب رد اردمان المنافسة هي حافز يسمح للشخص بالتطور وحسب برنيس دورسن المنحة هي دائما التي تدفع أو تعقد من حد المنافسة، إذن المنافسة هي إحدى الدوافع التي تسمح للشخص أن يصل إلى نتيجة مشرفة بذلك.²

3-3-2- المنافسة كوسيلة للمقاربة:

حالة الشخص في المنافسة يمكنها أن تكون متعلقة لما يحيط به إذن سلوكات ومعاملات الفرد يمكن أن تتغير حسب معاملات رفاقه، مدربيه، منافسيه، ومتفرجيه...الخ.

3-3-3- المنافسة كمهمة متبادلة:

بين الرغبة في تحسين القدرات والرغبة في تقييمها، الدرمان يعيد قوله النفساني فيذكر أن التصرفات في المنافسة هي نتيجة للراغبين في المنافسة للأشخاص، والرغبة في تحسين قدراتهم والرغبة في تقسيمها وبهذا نصل لقولنا أن كلما كانت الرغبة في تحسين القدرات كبيرة، كلما كانت الرغبة في تقييمها أكبر، وكلما كان الشخص في احتياج التقدير والتقييم لقدراته بالمنافسة.³

4- أهداف المنافسات الرياضية المدرسية:

إن المنافسات الرياضية المدرسية من أهم الوسائل المساعدة على اتزان العدد نفسيا واجتماعيا فهي لكسب الجسم الحيوية والرشاقة والقوام اعتدالا وجمالا، مما تجنب الفرد الممارس لكل والخمول كما تمنحه نموا صحيا جيدا، حيث تجعله أقل عرضة لأمراض التي تصيبه، لأنه يصبح عال على مجتمعه، ويعتقد البعض أنها تختص بتكوين الفرد في وحدة متكاملة بين جميع النواحي يؤثر ويتأثر بسائر النواحي الباقية، فالعقل مثلا يؤثر على مجهود الجسم ومن هنا يتضح لنا علاقة العقل بالجسم إذن فلا يقتصر دور الممارسة على تنمية الجسم فقط أي القوة البدنية كما يعتقد البعض وفيمايلي سوف نوضح ذلك بأهم ما تهدف إليه المنافسات الرياضية المدرسية.⁴

¹ محمد عادل خطاب، التربية البدنية للخدمة الاجتماعية، دار النهضة العربية، القاهرة، 1965، ص 67.

² لكحل حبيب وآخرون، مرجع سابق، ص 53.

³ لكحل حبيب وآخرون، نفس المرجع، ص 54.

⁴ محمد عادل خطاب، التربية البدنية للخدمة الاجتماعية، مرجع سابق، ص 67.

4-1- هدف النمو البدني:

من أهداف المنافسات الرياضية المدرسية على هذا الجانب مايلي:

- تنمية القدرات البدنية للرياضيين المتنافسين.
- تقوية العضلات والأجهزة العضوية المختلفة للجسم.
- تحقيق تحمل الأداء الخاص لكل المهارات كالسرعة، والرشاقة، القوة، المقاومة.
- الصحة البدنية.

4-2- هدف النمو الاجتماعي:

إن للمنافسات هدف اجتماعي يتمثل في خلق جو التعاون لكل فرد يقوم بدوره عن طريق مساهمته بما عنده بالتنازل عن بعض الحقوق في سبيل القدرة والمثل من أجل تحقيق هدف اجتماعي يعود بالفائدة على المجتمع مثلا أن يتنازل اللاعب عن حقه في تسديد ضربة جزاء أو تسديد مخالفة كي يتجنب التخاصم مع أعضاء فريقه الخصم وهذا التعاون لا يتحقق إلا عن طريق الجماعة والتنافس.

4-3- هدف النمو العقلي:

إن المنافسات الرياضية المدرسية تلمس كل الجوانب حتى الجانب العقلي فهي تقيّد الناحية البدنية والعقلية وحتى يتحقق تفكير واكتساب المعارف المختلفة ذات طبيعة المنافسة الرياضية كتاريخ اللغة التي تمارس فوائدها وطرق التدريب لها، بالإضافة إلى ما تتيحه من فرص لأسباب خيرات ومعلومات تتعلق بالبيئة المحلية والخارجية للفرد، فيجب التذكر أن العقل والجسم مرتبطان إذ أنه ليس الغرض من الجسم أن يحمل العقل ولكنه يؤدي استعمال العقل استخداما فعلا مؤثرا.

4-4- هدف النمو النفسي:

إن المنافسات الرياضية كغيرها من المنافسات الرياضية نحقق اللذة والإنتاج فيتحرر من كل ما هو مكبوت ويغمره السرور والابتهاج وعندما يسيطر على حركته، أضف إلى هذا أنها تهدف إلى إشباع الميول العدوانية العنيفة لدى بعض المراهقين عن طريق الألعاب التنافسية العنيفة كالملاكمة مثلا، هذا إن شدد الملاكم ضربات للخصم فإنه في هذه الحالة يعبر عن دوافعه المكبوتة بطريقة مقبولة ومفيدة بوجه عام، ويحرز إلى إعادة التوازن بسبب نجاحه في نشاطه الرياضي، إذ أن الحل السليم للتخلص من العبرات والاندفاعات غير المناسبة هو كبتها في اللاشعور ووضعها في السلوك المقبول اجتماعيا وشخصيا.¹

4-5- هدف النمو الخلقى:

إن المنافسات الرياضية في إطار الرياضة المدرسية عملية تربية خلقية، نظرا لما يوفره النشاط التنافسي من سلوك أخلاقي وهذا بالنظر إلى حماسة المنافسة ومما يجري بها من اصطدام وهجوم

¹محمد عادل خطاب، المرجع نفسه، ص 68.

والخوف من الهزيمة وفي كل هذه المنافسات تهتم بالتهدئة وذلك بتوضيح ما يجب وما لا يجب القيام به من المنافسة وهذا ما يساعد الفرد على العمل الصالح والثقة في النفس والإخاء والصدقة وروح التعاون والمسؤولية.

5- مفهوم وتنظيم المنافسات الرياضية المدرسية في الجزائر:

إن المنافسات الرياضية المدرسية كغيرها من المنافسات تمر عبر مراحل من التصنيفات مات بين الأقسام الولائية، الجهوية ثم الوطنية وأخيرا الدولية وفي كل مستوى هناك هيئات تعمل لهذه المنافسات وبدورها هذه الأخيرة تنقسم إلى نوعين من المنافسات الفردية والجماعية ولكلا الجنسين وفي كل الأصناف.¹

5-1- الفرق الرياضية المدرسية:

5-1-1- الغرض من إنشاء وإعداد الفرق المدرسية:

كل مؤسسة تربوية يجب أن تنشئ جمعية رياضية تتكفل بإعداد الطلاب الرياضيين وكذلك التفوق للمنافسات مع المؤسسات التربوية الأخرى.

وقد أقرت النصوص إجبارية إنشاء الجمعيات الرياضية على مستوى المؤسسات التربوية حيث نصت المادة 05 أنه يتم إنشاء الجمعية الثقافية والرياضية المدرسية بالضرورة على مستوى كل مؤسسة تعليمية في قطاع التربية الوطنية.

وسيكون الإنضمام إلى الاتحادية الجزائرية للرياضة المدرسية على النحو التالي: تكون الجمعية المنشأة على مستوى الثانوية ملف اعتماد وتضعه لدى الرابطة الولائية للرياضة المدرسية حيث يتكون ملف الإعتدال من:

- طلب الإنضمام.
- قائمة اللجنة المديرة بأسماء وعناوين ومناصب الأعضاء.
- ثلاث نسخ من اعتماد الجمعية ومحضر الجمعية العامة.
- اللجنة المديرة هي المسؤولة أمام الرابطة والاتحادية الجزائرية للرياضة المدرسية.
- الرابطة الولائية الرياضية المدرسية ترد على الانضمام أي جمعية في كل 15 يوم التي تلي والاتحادية تحدد كل موسم مصاريف الإنضمام، البطاقات، التأمينات، تصب كل النفقات إلى الرابطة.²

5-1-2- طرق اختيار الفرق المدرسية:

توكل مهمة الاختيار إلى الجمعية الرياضية على مستوى كل مؤسسة تربوية ومن بين أعضاء هذه الجمعية أسانذة التربية البدنية والرياضية في الثانوية الذين تستند إليهم مهمة اختيار الفرق الرياضية

¹ وثيقة من الاتحادية الجزائرية للرياضة المدرسية، ص 05.
² القانون العام للاتحادية الجزائرية للرياضة المدرسية، الانضمام والتأهيل، المادة 02.

وتشكيلها، وفي الغالب يقع الاختيار على الطلاب الرياضيين المتفوقين في دروس التربية البدنية والرياضية المنهجية المقررة والإجبارية.

ويرى الدكتور قاسم المندلوي وآخرون أن طريقة اختيار وانتقاء الفرق الرياضية المدرسية تكون

كمايلي:

يقوم مدرس التربية الرياضية باختيار أعضاء الفريق من الطلاب ذوي الاستعدادات الخاصة وكذلك الممتازين منهم وذلك من واقع الأنشطة الرياضية المختلفة لدرس التربية البدنية والرياضية والنشاط الداخلي، يتم تنفيذ ما سبق بإعلان عن موعد تصفية الراغبين في الإنضمام لكل فريق ثم يقوم بإجراء بعض الاختيارات لقياس مستوى اللاعبين وقدراتهم، وينجر لكل طالب استمارة أحوال شخصية ومستواه ومدى استعداده ومواضبه وبعد الانتهاء من اختيار الفرق الرياضية المدرسية وقبل الشروع التدريبيه يجب على كل طالب إحضار رسالة من ولي أمره بالموافقة على الاشتراك في الفريق الرياضي لمدرسة، وبعد هذه الخطوة يتقدم الطالب للكشف الطبي لإثبات لياقته الصحية حيث يوقع ويختتم الطبيب على ظهر الرخصة لمشاركة الطالب في الفريق المدرسي.¹

وبالنسبة لهذا النوع الأخير من الممارسة، ثمة نظام انتقاء يسمح لأحسن الفرق المشاركة في البطولات الوطنية بعد تأهيلها خلال المراحل التصفوية المختلفة التي تتم على مستوى الدائرة، الولاية، المنطقة والجهة.

6- الإدارة والتسيير للرياضة المدرسية:

يتولى إدارة وتسيير النشاط الرياضي المدرسي والإشراف عليه نوعان من الهياكل.

6-1-1- هياكل الدعم والتوجيه والمتابعة:

ويتمثل في:

6-1-1-1- الهياكل الإدارية التابعة لوزارة التربية الوطنية:

مديرية الأنشطة الثقافية والرياضية، المديرية الفرعية للنشاط الرياضي والصحة المدرسية، مكتب النشاط الرياضي بمديريات التربية بالولايات، إدارة المؤسسات التعليمية (مدير المؤسسة). هياكل التنسيق المشتركة بين وزارتي التربية والرياضة.

لجنة التنسيق الوطنية المشتركة.

لجنة التنسيق الولاية المشتركة.

6-1-2- هياكل التنظيم والتسيير:

¹ قاسم المندلوي وآخرون، دليل الطالب في التطبيقات الميدانية في التربية الرياضية، مذكرة لنيل شهادة ليسانس في الت ب ر (مذكرة غير منشورة)، الجزائر، ص 56.

تنظيمات جمعوية تتمثل في: الاتحاديات الجزائرية للرياضة المدرسية، الرابطات الولائية للرياضة المدرسية، الجمعيات الثقافية والرياضية المدرسية.

6-2- مهام الهياكل:

6-2-1- مكتب النشاط الرياضي بالوزارة:

انطلاقا من المهام المنوطة بوزارة التربية الوطنية في مجال تنمية الرياضة التربوية ومن توجيهات لجنة التنسيق الوطنية المشتركة بتكفل المكتب.

العمل على تنمية وتعميم النشاط الرياضي المدرسي وتوجيهه من خلال رسم الخطوط الكبرى وتحديد المبادئ الأساسية بوضع المخططات والبرامج الولائية والتمثلة في:

- تنشيط أكبر عدد ممكن من التلاميذ لأطول فترة ممكنة خلال الموسم الدراسي.
- تلاؤم نوع النشاط مع خصوصيات الولايات (الرفعة، المسافات بين المؤسسات، المنشآت الرياضية والوسائل المالية المتوفرة).
- حسن استعمال الموارد البشرية لا سيما إطارات الشبيبة والرياضة المعنيين بقطاع التربية.
- الحرص على أن تتوفر لكل مؤسسة تعليمية منشآتها الرياضية عن طريق:
- احترام برامج إنجاز المؤسسات الجديدة (تسليم المؤسسات بجميع المنشآت والمرافق الرياضية المدرجة في مخطط الإنجاز).
- تنفيذ برامج تهيئة ملاعب داخل المؤسسات عند توفر المساحات الكافية.
- التدخل لدى الجماعات المحلية بمصالح الشبيبة والرياضة لاستغلال المنشآت التابعة لها طبقا لتوصيات لجنة التنسيق المشتركة.
- متابعة عمليات تزويد المؤسسات التعليمية بالتجهيزات والعتاد الرياضي بالتنسيق مع مديرية التخطيط ومركز التموين بالتجهيزات والوسائل التعليمية وصيانتها.
- البحث عن طرق تمويل النشاط الرياضي وترشيد استعماله.
- إيجاد مصادر تمويل النشاط الرياضي المدرسي (الدولة، الجماعات المحلية، الممارسون، الرعاية... الخ).

• مراقبة المداخيل والإيرادات المالية وطرق إنفاقها:

- على مستوى الرابطات.
- على مستوى الجمعيات.
- السهر على تعيين النصوص القانونية والتنظيمية المتعلقة بتسيير النشاط الرياضي المدرسي وتنظيمه.
- حث مديريات التربية على وضع وتنفيذ برامج تكوين معلمي المدارس الابتدائية في مجال التنشيط الرياضي.

- متابعة سير الرياضي المدرسي في مختلف جوانبه وإعداد حصائل وتقديمها للجهات المعنية.
- السهر بالتنسيق مع الهياكل المسؤولة على الصحة المدرسية على ضرورة إجراء الفحوص الطبية للتأهيل لممارسة الرياضة والتربية البدنية والرياضية.¹

6-2-2- مكتب النشاط الثقافي والرياضي بمديرية التربية:

- إن الدور الأساسي لهذا المكتب هو مساعدة الرابطة الولائية للرياضة المدرسية في تحقيق أهداف هذا النشاط لذلك فهو مطالب بـ:
- القيام بالتنسيق مع الرابطة، بوضع مخطط لتنمية وتعميم النشاط الرياضي المدرسي على مستوى الولاية طبقا لتوجيهات الوزارة ولخصوصيات الولاية.
 - تنفيذ برامج بناء المؤسسات الجديدة والحرص على وجود المنشآت الرياضية والقيام بالتنسيق مع مصلحة البرمجة والمتابعة بإعداد برنامج ولائي خاص لإنجاز منشآت رياضية وملاعب في المؤسسات التي تفتقر لها وذلك حسب نوع المؤسسة والمساحة المتوفرة.
 - وضع وبالتنسيق مع مصلحة البرمجة والمتابعة، برامج تزويد المؤسسات بالتجهيزات والعتاد الرياضي طبقا للإحتياجات ونوع المنشآت الموجودة بالمؤسسات.
 - التدخل لدى الجماعات المحلية والصندوق الولائي لترفيه مبادرات الشباب لتدعيم من أجل الحصول على الدعم المالي لرابطة والجمعيات المدرسية.
 - السهر على تنفيذ المنشور المتعلق بنفقات التمدريس ومتابعة صب المبالغ المستحقة الرابطة في الوقت المناسب.
 - مراقبة مداخل الرابطة والجمعيات أي كان مصدرها (وزارة التربية، وزارة الشبيبة والرياضة، الجماعات المحلية وغيرها) طبقا لقانون الجمعيات.
 - السهر على التزود بالنصوص القانونية والتنظيمية الخاصة بتسيير النشاط الرياضي واستنتاجها وتوزيعها.
 - وضع بالتنسيق مع مصلحة التكوين، برنامج تكوين معلمي المدارس الابتدائية في مجال التنشيط الرياضي ومتابعة تنفيذه مع المفتشين.
 - إعداد الحصائل الخاصة بتنمية النشاط الرياضي وتسيير ومتابعته.
 - السهر على إلزامية وجود الحجم الساعي الخاص بالنشاط الرياضي في التوقيت الأسبوعي لأساتذة التربية البدنية ومعلمي المدارس الابتدائية.
- ويمكن لرئيس مكتب النشاط الرياضي المشاركة في أشغال المكتب التنفيذي للرابطة.²

¹ وزارة التربية الوطنية، لمحة عامة عن النشاط المدرسي، ص 1-2.

² وزارة التربية الوطنية، لمحة عامة عن النشاط المدرسي، ص 3-4.

6-2-3- مدير المؤسسة التعليمية:

يقوم مدير المؤسسة التعليمية بصفته رئيسا للجمعية الثقافية والرياضية المدرسية والمحرك الأساسي لها بالسهر على تطبيق القوانين الأساسية والتعليمات الصادرة على الوزارة في مجال النشاطات الثقافية والرياضية والعمل على تدعيم هذه النشاطات بالمؤسسة وتجنيد الأساتذة والأعوان لتأطير مختلف الفروع والنادي التي تقام في إطار الجمعية وبأمر بكل المصاريف التي يقرها مكتب الجمعية في حدود الصلاحيات المحولة له في هذا الإطار.¹

6-2-4- لجنة التنسيق الوطنية المشتركة:

وتتمثل في:

- تحديد إستراتيجية مشتركة قصد إعادة المحتويات والمناهج والبرامج المرتبطة بتطوير وترفيه الممارسات البدنية والرياضية وبالنشاطات الثقافية والعلمية والترفيهية في الوسط المدرسي.
- إعداد برامج التكوين والبحث في ميدان الأنشطة الشبانية والرياضية.
- دراسة واقتراح كل الأعمال المرتبطة بتمويل أنشطة الشبيبة والرياضة في الوسط التربوي.
- دراسة وضبط التخصصات والشروط الخاصة بإنجاز واستعمال المنشآت والتجهيزات والعتاد الضروري لترفيه أنشطة الشبيبة والرياضة في الوسط المدرسي.²

7- بعض الصعوبات التي تعيق النشاط الرياضي:**7-1- على صعيد الوسائل البشرية:**

يتمثل المشكل المطروح في نقص التأطير على مستوى المرحلة الابتدائية بسبب عدم حصول المعلمين على أي تكوين في التربية البدنية والنشاط الرياضي المدرسي، كما أن محاولة سد هذا النقص باستعمال إطارات الشبيبة والرياضة لم تحقق النمو المطلوب نتيجة لإنعدام وسائل العمل بصفة خاصة (المنشآت والتجهيز) وبعض المشاكل الأخرى التي طرحها في الميدان واستعمال هؤلاء الإطارات والتي سنبنينا لاحقا.

7-2- على صعيد الوسائل المادية (الهيكل الأساسية والتجهيز):

إن المنشآت الموجودة قليلة جدا وغير خاصة في المرحلة الابتدائية حيث أن الساحات لا تصلح في غالب المجالات لممارسة الرياضة بل أن استعمالها يشكل خطرا على التلاميذ. أما بالنسبة للمنشآت التابعة للدولة والبلديات فإن استعمالها من طرف النوادي المدرسية، محدود جدا بسبب الصعوبات المختلفة (قله هذه المنشآت، استعمالها من طرف النوادي مبدئيا في الأوقات المخصصة للرياضة المدرسية، مطالبة بعض البلديات بدفع مبالغ مالية مقابل الاستعمال).

¹وزارة التربية الوطنية، لمحة عامة عن النشاط المدرسي، ص 5.
²وزارة التربية الوطنية، لمحة عامة عن النشاط المدرسي، ص 6.

وبالنسبة لتجهيز الرياضي ثقيلًا كان أم خفيفًا، هو الآخر وعلى غرار المنشآت الرياضية التي هو مرتبط بها، يعد منعدها على مستوى العديد من المؤسسات.
على صعيد الوسائل المالية:

نقص الموارد المالية هو الآخر من أهم المشاكل التي يواجهها النشاط الرياضي المدرسي وقد تم التأكيد بشدة في التقارير على ضعف المبالغ المخصصة من ميزانية الدولة وعدم قدرة الرابطات على مواجهة الارتفاع المتزايد، النقل والإطعام ومصاريف التنظيم المختلفة.

7-3- على صعيد الوسائل القانونية والتنظيمية في مجال التأطير الفني:

المشكل المطروح في هذا الصدد يتمثل في عدم وجود نصوص تسمح بإدراج حجم ساعي ضمن النصاب الأسبوعي لبعض معلمي التعليم الأساسي الذين يتولون مهمة تأطير الفرق التابعة لمؤسساتهم كما هو الشأن بالنسبة لأساتذة التربية البدنية والرياضية.

7-4- في مجال تأطير التنظيم الإداري والتقني:

وضعية الموظفين والإداريين والتقنيين الموضوعين تحت تصرف الرابطات وعدم وجود نصوص واضحة تستند إليها أيضا من بين المشاكل التي أكدت عدة الرابطات على ضرورة إيجاد حل لها.

8- التمويل:

يستفيد النشاط الرياضي المدرسي من موارد مالية مختلفة المصادر (وزارة الشبيبة والرياضة، الجماعات المحلية ومشاركة التلاميذ)، لكنه يسير أساسا بفضل الإعانات الآتية من ميزانية وزارة التربية ومن مشاركة التلاميذ.

غير أن الإعتمادات التي ترصد حاليا للنشاط الرياضي المدرسي ضمن ميزانية الوزارة هي في الواقع بالقيمة المطلقة، أدنى بثلاث مرات عما كانت عليه في السنوات السابقة نتيجة الارتفاع المتزايد لأسعار النقل والإطعام والإيواء وبذلك فهي غير متلائمة ومع إرادة تطوير ودعم وتوسيع النشاط الرياضي المدرسي.

خلاصة الرياضة المدرسية:

من خلال تطرقنا إلى الرياضة المدرسية في الجزائر وإلى المفهوم والأهداف وكذا مميزات وخصائص التلاميذ في مختلف المراحل المدرسية كذلك بالنظر إلى تعريفنا للمنافسة وتطبيقاتها والأهداف المرجوة من المنافسات الرياضية المدرسية وإلى كيفية إنشاء الفرق الرياضية وتكلمنا في الأخير عن التنظيم والتسيير للرياضة المدرسية لمختلف الهياكل ثم تكلمنا عن معوقات الرياضة المدرسية. نستخلص أن السلطات الجزائرية حاولت بقدر الإمكان الاعتناء بالرياضة المدرسية وأرادت أن تعطي لها مكانتها المرموقة وذلك حتى تكون وسيلة من الوسائل التي ستساهم في تطوير وإزدهار الرياضة الوطنية بصفة عامة.

تمهيد او مدخل للمراهقة:

تعتبر فترة المراهقة فترة حاسمة و دقيقة في حياة الشخص، ولها انعكاس واضح على النمو شخصية الفرد و نضجها، وقد عبر " ستانلي هول" مؤسس سيكولوجية المراهقة أصدق تعبير عن أهمية هذه المرحلة في قوله: " إنَّ المراهقة فترة تستحق بحق أن تكون موضوع اهتمام علم النفس بأكمله" كما أن فترة المراهقة و الشباب لا تعتبر فترة بالغة الأهمية في حياة الأفراد فحسب، وإنما لديها أهمية كبيرة في حياة الشعوب و الأمم، فالشباب هو روح أي أمة و قلبها النابض بالحياة و الحركة و التغيير و السعي نحو الأفضل، فهو يشكل القوة التي تنطلق من الواقع ومن الممكن إلى المثال إلى الأفضل، ومن الحاضر إلى المستقبل.

وبما أن النمو في مرحلة المراهقة يعرف تغييرات جذرية لا تقتصر على الجانب العضوي و الفسيولوجي، وإنما تشمل مختلف جوانب الشخصية، كالجانب العقلي و النفسي و الاجتماعي، فإنه يجب الاهتمام الجيد بهذه المرحلة الحاسمة في حياة الفرد وهذا الاهتمام لا يجب أن يقتصر على الأسرة فقط، بل يجب أن يشمل أيضا المؤسسات التربوية و التعليمية و الرياضية التي تعتبر أفضل مجال يمكن أن يساعد المراهق و يأخذ بيده لتسهيل عملية دمج في المجتمع على نحو يحقق ذاته و يشعر بوجوده

1. تعريف المراهقة:

. حسب قاموس علم النفس فإن المراهقة هي المرحلة التي تتم فيها التغيرات الجسمية و النفسية، وتبدأ تقريبا من سن 12 إلى 18 أو 20 سنة.

. وعلى مستوى التغيير النفسي تظهر إعادة تنشيط الغريزة الجنسية وتأكيد الطموحات و الميول المهنية و الاجتماعية رغبة في التحرر.¹

ويعرفها "جيزل" كما يلي:

" هي قبل كل شيء مرحلة من النمو الجسيمي السريع و القوي، تترافق مع تغيرات عميقة تتناول معظم أجزاء الجسم."²

. نلاحظ أنّ جيزل قد وضع قاعدة لتعريفه التغيرات الجسمية الملحوظة خلال هذه المرحلة، في حين أهمل باقي الجوانب التي تتفاعل بصورة حتمية لتحقيق هذه النتيجة المسماة مرحلة المراهقة.

ويرى " ستانلي هول": " أنّ المراهقة هي الفترة الزمنية التي تستمر حتى سن الخامسة و العشرين في حياة الطفل، وتقوده إلى مرحلة الرشد بما تحمله من متطلبات و مسؤوليات."³

2. التمييز بين المراهقة و البلوغ:

ينبغي التمييز بين البلوغ "Puberty" و المراهقة "Adolescence" لما يحدث عادة من الخلط بينهما في استعمال احدهما موضع آخر، والحقيقة أنّ البلوغ و النضج شيئان مختلفان لفظا ومعنا، ففي الإنجليزية Puberty اشتقاق من اللفظ Pubes بمعنى الشعر، إشارة لأول ظهور شعر الجسم فوق العانة بالمنطقة التناسلية من الجسم، ودليل على بداية النضج الجنسي، أما المراهقة فهي الفترة التي تمتد ما بين البلوغ و تحقيق النضج التناسلي الكامل، فإنها اشتقاق من الفعل اللاتيني Adolescence بمعنى ينمو، يكبر، أي ينمو إلى تمام النضج و إلى أن يبلغ سن الرشد Adule

وعلى ضوء ما سبق ينظر إلى البلوغ كجزء من المراهقة وليس مرادفا لها، أو بمعنى آخر فإن البلوغ هو بمثابة الخطوة الأولى من جملة مراحل النضج و ليس مجرد نضج الجسم فحسب.⁴

3. مراحل المراهقة:

إنّ عدم القدرة على تعميم معايير النمو ومعدلاته التي تسود في مجتمع من المجتمعات أو بيئة من البيئات يجعل من الصعب تحديد بداية المراهقة و نهايتها، فهي تختلف من فرد لآخر ومن مجتمع لآخر فالسلالة والجنس و النوع، والبيئة لها آثار كبيرة في تحديد مرحلة المراهقة، ولهذا يختلف العلماء في تحديدها لعدم وجود مقياس موضوعي خارجي، وإنما أخضعها لمجال دراستهم و تسهيلا لها فهناك من

¹- N Silamy, Dictionnaire de Psychologie, Larousse, Paris, 1979, P,13.

²- غسان يعقوب وآخرون، سيكولوجية النمو عند المراهق، دار النهار للنشر، لبنان، ج1، ص، 23.

³- عبد المنعم المليجي وآخرون، النمو النفسي، ط1، دار النهضة العربية بيروت، 1973، ص، 301.

⁴- أوسامة كامل راتب، مدخل لنمو المتكامل للطفل والمراهق، دار الفكر العربي، 1999، ص، 131.

اتخذ أساس النمو الجسمي كميّار، وهناك من اتخذ النمو العقلي كنمو آخر، ولكن اتفقوا مبدئياً على أن فترة المراهقة هي الفترة التي تبدأ بأول بلوغ جنسي و تنتهي باكمال النمو الجسمي للراشد. ويذهب الباحثون و العلماء الأمريكيون إلى تقسيم مرحلة المراهقة إلى ثلاثة أقسام لتسهيل مجال الدراسة ولضبط كل التغيرات و المفاهيم النفسية و السلوكية التي تحدث في هذه الفترة و فيما يلي أقسامها:

1.3. المراهقة المبكرة: (15.12 سنة):

تتميز بالتسارع في النمو عند الطفل و بمختلف مظاهره و أبعاده الجسمي و العاطفيو المعرفي و الروحي، و الصفة المطلوبة الغالبة في هذه المرحلة هي التكيف مع هذه المتغيرات و في هذه المرحلة يستمر الآباء في إعداد الأبناء بما عندهم من طاقات و قدرات من خلال ممارستهم للأنشطة المتنوعة التي تتلاءم مع أنواع نموه و أهدافها و مرحلة نموهم التي بلغوها، و من ثم تحديد الأوقات اللازمة للقيام بهذه الأنشطة، و قد يستجيب المراهقين في بداية هذه المرحلة إلى ما يفرض عليهم آباءهم باعتبار ذلك ما يخدم مصلحتهم و أهدافهم.

و في هذه المرحلة من العمر لم تتعزز لدينا الثقة بهم لدرجة تحملنا إلى أن نمنحهم المزيد من الحرية في التصرف و السلوك، إذ نجعل لهم الخبرة في التصرف و السلوك حسب المبادئ التي يؤمنون بها، ولكن في فترة لاحقة تأخذ في توسيع مجال ما نمنحه لهم من حرية و ما نفوض لهم من صلاحيات ليتصرفوا باستقلالية و ذاتية و دون التدخل منا أو من غيرنا، و ذلك في حقول و ميادين معينة من شأنها أن تنمي قدراتهم و طاقاتهم و تبعاً لقدراتهم على اتخاذ القرار لنبني عندهم الثقة بأنفسهم و الاعتماد عليها في تصرفاتهم و اتخاذ قراراتهم¹

1.1.3. مظاهر النمو في مرحلة المراهقة المبكرة:

1.1.1.3. مظاهر النمو البدني:

- تكتمل طفرة النمو عند البنات، أما بالنسبة للبانون فلا تكتمل عادة قبل سنة 16 أو 17.
- يلاحظ زيادة الطول و الحجم بالنسبة للبنات و البانون على حد سواء.
- يصل معظم البنات إلى مرحلة البلوغ.
- يتميز النمو في هذه المرحلة بالهدوء النسبي نظراً لطفرة النمو في المرحلة السابقة.
- تتمو العضلات الصغيرة و يقرب نمو القلب و الرئتين من حجمها الطبيعي.

2.1.1.3. مظاهر النمو الاجتماعي:

- الاحتياج إلى جماعة الاقتراب في هذه المرحلة أكثر من غيرها من المراحل.
- تتمثل جماعة الاقتراب مصدر من مصادر القاعدة العامة للسلوك.

¹ - محمد عبد الرحمن عدس، تربية المراهقين، دار الفكر للطباعة و النشر و التوزيع، ط1، عمان، 2000، ص، 58.

. يحتاج المراهق في هذه المرحلة أن يشعر بمن حوله يتقبلونه سواء في محيط الأسرة أو المدرسة أو المجتمع.

. الاهتمام برأي الآخرين فيهم.

. زيادة الاحتكاك بجماعات الكبار.

. لا يهتم البعض بمظهره الشخصي وخاصة الأولاد.

. زيادة الميل للمرح و الفكاهة.

. التخلص من الأنا و البعد عن الأناثية الفردية التي كان عليها من ذي قبل.

. يحتاج إلى الاشتراك في جماعات منظمة.

. محاولة التقريب لكل من الجنسين بعضهما البعض مع التعرف على أيسر الطرق في ذلك.¹

3.1.1.3. مظاهر النمو الانفعالي:

. زيادة الاضطراب.

. الحساسية الشديدة للنقد.

. يزداد الصراع في نفسية المراهق بين مجموعة الدوافع التي يتعرض لها.

. فقد الاتزان الانفعالي.

4.1.1.3. مظاهر النمو العقلي:

. يتميز المراهق في هذه المرحلة بالنضج في القدرات العقلية.

. النمو العقلي من سمات هذه المرحلة.

. تزداد سرعة التحصيل الدراسي.

. يلاحظ نمو الانتباه و الإدراك.

. زيادة اكتساب المهارات و المعلومات و القدرة على التفكير والاستنتاج.

5.1.1.3. مظاهر النمو الحركي:

. الاضطراب و الارتباك² العام في الحركة على عكس الفترة السابقة التي كانت تتميز فيها الحركات

بالانسجام والتناسق.

. تنمو القدرة و القوة الحركية بصفة عامة.

. الميل نحو الخمول والكسل و الترافى.

. تتميز حركات المراهق في هذه المرحلة في الزيادة المفرطة في الحركات.

2.1.3. ما يستفاد من دراسة مرحلة نمو المراهقة المبكرة:

¹- مصطفى حسين باهي، علم النفس التربوي في المجال الرياضي، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة، 2002، ص، 98 99.

²- مصطفى حسين باهي، المرجع في علم النفس التربوي في المجال الرياضي، مكتبة الأنجلو المصرية، 2002، ص104.

- . الاهتمام بالتغذية السليمة و المتوازنة.
- . إعطاء المزيد من المعلومات الصحية عن فترة النمو الجنسي.
- . تجنب المقارنة بين الأفراد نظرا لأن الفروق الفردية تلعب دورا هاما في معدلات النمو.
- . الاهتمام بالتربية الصحية.
- . الاهتمام بالإرشاد و التوجيه النفسي.
- . الاهتمام بالتربية الاجتماعية.
- . الاهتمام بالقيم التربوية.

2.3 المراهقة الوسطى (16-18 سنة) :

و تسمى أيضا بالمرحلة الثانوية ، و ما يتميز هذه المرحلة سرعة النمو الجنسي وازدياد التغيرات الجسمية والفسيولوجية من زيادة في الطول و الوزن و اهتمام المراهق بمظهر جسمه و صحته و قوة جسده ويزداد المراهق بالشعور بذاته¹

تبدأ من أين تنتهي المرحلة المبكرة وتنتهي في 18-19 سنة. في هذه المرحلة نميل إلى تقدير جهود المراهق و إلى حد كبير، وخاصة إلى ما أحسنوا التصرف وقاموا بالواجبات المطلوبة منهم من أخطاء ومن سوء التصرف، كما يحاولون التوفيق بين احتياجاتهم ومتطلباتهم وبين احتياجات غيرهم ومتطلباتهم²

3.3 المراهقة المتأخرة (19-21 سنة):

يطلق عليها أيضا اسم مرحلة الشباب، حيث أنها تعتبر مرحلة اتخاذ القرارات التي تتخذ فيها اختيار مهنة المستقبل وكذا اختيار الزواج أو العزوبة، وفيها يصل النمو مرحلة النضج الجسمي، ويتجه نحو الشباب الانفعالي وتتبلور بعض العواطف الشخصية مثل: الاعتناء بالمظهر الخارجي وطريقة الكلام، الاعتماد على النفس، البحث على المكانة الاجتماعية، وتكون لديه عواطف نحو الجماليات، ثم الطبيعة و الجنس الآخر³

4. أنواع المراهقة:

يرى الدكتور "صمويل ميغاريوس" : أن هنالك أربعة أنماط للمراهقة يمكن تلخيصها فيمايلي:

1.4 المراهقة المتكيفة: وهي المراهقة الهادئة نسبيا والتي تميل للاستقرار العاطفي، وتكاد تخلو من التوترات الانفعالية الحادة، وغالبا ما تكون علاقة المراهق بالمحيط به علاقة طيبة، كما يشعر المراهق بتقدير المجتمع له وتوافقه معه، ولا يسرف في هذا الشكل في أحلام اليقظة أو الاتجاهات السلبية أي أن المراهقة هنا تميل إلى الاعتدال⁴.

¹-محمد عماد الدين إسماعيل، النمو مرحلة المراهقة، ط1، دار الفكر، 1982، ص،39.

²محمد عبد الرحمن عدس، مرجع سابق، ص، 59

³- عبد الرحمن عيساوي، معلم علم النفس، دار النهضة العربية، بيروت، 1984، ص،87.

⁴- محمد مصطفى زيدان وآخرون، علم النفس التربوي، دار الشرق للنشر والتوزيع و الطباعة، ط2، 1985، ص،154.

هذه المراهقة تتميز بالاستقرار العاطفي و تكامل لاتجاهات و التوافق مع الذات ومع الآخرين، الرضا عن الذات و الاعتدال و القدرة و القدرة على تحمل الإحباط و تجاوز القلق، هذه المراهقة هي التي توفرت على لها المعاملة الأسرية السمحة التي تتسم بالحرية و الفهم و احترام رغبات المراهق، و توفير جو الاختلاط السليم بالجنس الآخر و إشباع الهوايات و التعويد على الثقة بالنفس و شعور المراهق بقيمة إضافية إلى وضع الأسرة الجيد من الناحية الاقتصادية، و تدني في عدد المواليد و الجو الديمقراطي السائد فيها¹.

2.4. المراهقة الانسحابية المنطوية:

و هي صورة مكتئبة تميل إلى الانطواء و العزلة السلبية، و الشعور بالنقص و عدم التوافق الاجتماعي و مجالات المراهق و هذا النمط الخارجية الاجتماعية محدودة و ينصرف جانب من تفكيره إلى نفسه و حل مشكلات حياته، و إلى التفكير الديني و التأمل في القيم الروحية و الأخلاقية، كما يصرف في الاستغراق و الهواجس و أحلام اليقظة في بعض الحالات حد الأوهام و الخيالات المرضية و إلى مطابقة المراهق بين نفسه و بين أشخاص الروايات التي يقرأها²

3.4. المراهقة المنحرفة:

و تتمثل سمات هذه المراهقة في الانحلال الخلقي و الجنوح المضاد للمجتمع، أما الأسباب تعود إلى مرور الفرد بخبرات شاذة و صدمات عاطفية من طرف الوالدين أو قصور الرقابة الأسرية أو تخاذلها تجاهل رغبات الوالد و حاجاته، النقص الجسمي و الضعف العقلي و سوء الحالة الاقتصادية للأسرة³. فالمراهقة المنحرفة هي صورة من دوافع الرغبة في الهلاك، و تبدو على شكل أعمال تهدف إلى الأضرار بالنفس أو المجتمع ويمكن النظر إلى الانحراف من وجهتي نظرهما وجهة النظر

4.4. المراهقة المتمردة العدوانية:

تتميز بالتمرد والثورة ضد الأسرة والمدرسة و السلطة عموما و الانحرافات الجنسية و العدوان على الإخوة و الزملاء و العناد يقصد الانتقام خاصة من الوالدين، و تحطيم أدوات المنزل و الإسراف في الإنفاق و التعلق بالروايات و المغامرات و الشعور بالظلم و عدم التقدير و التأخر الدراسي⁴ يقتزن سلوك المراهق بشعوره بأنه مظلوم، وان الآخرين لا يقدرين موهبته وقدراته وامكانياته، وتلعب أساليب المعاملة الوالدية الخاطئة دورا رئيسيا في ظهور هذا المشكل من أشكال المراهقة، فأساليب التربية التي تتسم بالقسوة و الصرامة و التزمين و التساهل و التسامح في كل شيء تساعد على ظهور شخصية منكشمة انطوائية، أو شخصية تائرة عدوانية متمردة.

¹ - عبد الغني الديدي، ظواهر المراهقة، مشاكلها و خفاياها، دار الفكر اللبناني، بيروت، ط1، 1995، ص، 90. -
² محمد مصطفى زيدان، الطفل و المراهقة ونظريات الشخصية، دار الشروق، جدة، المملكة السعودية، د س، ص، 26.
³ محمد زيدان و آخرون، مرجع سابق، ص، 91.
⁴ - حامد عبد السلام زهران، علم النفس النمو الطفولة والمراهقة، ط4، ص، 404.

وتتفق العوامل المسؤولة عن حدوث المراهقة الانسحابية المنطوية، مع العوامل المسؤولة على حدوث المراهقة العدوانية المتمردة.¹

5. خصائص النمو في فترة المراهقة:

النمو ظاهرة طبيعية لدى جميع الكائنات الحية، وهو كل ما يطرأ عليها تغير، وله قوانينه الخاصة التي تحكمها مجموعة من الظروف الداخلية، التي يقصد بها عوامل النضج و الوراثة، وهب عوامل يولد بها الإنسان، أما الظروف الخارجية فيقصد بها التدريب و الاكتساب التي تتعلق بالبيئة الطبيعية ، والاجتماعية، و الاقتصادية و الثقافية، والتربوية وغيرها مما يحيط بالفرد ويتعامل معه.

و المراهقة مرحلة طبيعية يمر بها كل فرد من الطفولة نحو النضج الجنسي، الجسدي، العقلي، الانفعالي و الاجتماعي ويتم هذا الانتقال بفضل تدخل عوامل داخلية وخارجية تتضح من خلال ذكر أهم خصائص النمو في هذه المرحلة²

1.5. خصائص النمو الجسمية:

إن النمو الجسدي في هذه المرحلة تطراً عليه كثير من التغيرات و التطورات العامة، التي تتأثر بكثير من العوامل الوراثية التي تنتقل إلى الفرد من والديه وسلالته، والبيئة الجغرافية و الثقافية التي يعيش فيها³ ففي هذه المرحلة تنمو الغدد الجنسية وتصبح قادرة على أداء وظائفها في التناسل وهذه الغدد هي المبيضين عند الأنثى ويقومان بإفراز البويضات، أما الغدد التناسلية عند الذكر فهي الخصيتان وتقوم بإفراز الحيوانات المنوية و الهرمونات الجنسية، ويصاحب النضج الجنسي ظهور مميزات أخرى يطلق عليها اصطلاحاً " الصفات الجنسية الثانوية" فعند البنات تنمو عظام الحوض بحيث تتخذ شكل حوض الأنثى، واختزان الأرداف ونمو الشعر فوق العانة وتحت الإبطن وكذلك نمو أعضاء أخرى كالرحم و المهبل و الثديين وتبدأ دورة الخيط⁴

أما عند الذكور فأبرز التغيرات في هذا الصدد، تغييرات الصوت نتيجة للنمو السريع للحنجرة واستطالة الاحبال الصوتية المشدودة عليها، كذلك تبدأ بالظهور بعض الشعيرات على جانبي الذقن وعلى الجانب العلوي من الصدعين أمام الأذنين مباشرة، كما يصبح الشعر الثابت على الشفة العليا أكثر خشونة.⁵ يقول محي الدين مختار: " كثيرا ما يشار إلى بدأ هذه المرحلة بظهور معالم جسمية وفيزيولوجية معينة، حيث يزداد الطول و الوزن، وتتغير العلاقات ونسبتها بين الأجزاء المختلفة للجسم سواء عند البنين أو البنات فتسبق البنات البنين في بدأ مرحلة البلوغ بنسبة واحدة على الأقل كما سبقتهم في كبر حجم القلب واكتمال النضج ولذي فالبنات أكثر إحساسا من البنين.⁶

¹- مجدي محمد الدسوقي، سيكولوجية النمو من الميلاد إلى المراهقة، مكتبة الأنجلو المصرية، 2002، ص، 149.

²- حامد عبد السلام زهران، علم النفس الطفولة و المراهقة، عالم الكتب، 1981، ص، 07.

³- محمد التومي الشيباني، الأسس النفسية والتربوية لرعاية الشباب، الدار العربية للكتاب، ليبيا، 1973، ص، 45.

⁴- عيساوي عبد الرحمان، سيكولوجية النمو دراسة في نمو الطفل المراهق، دار النهضة العربية، بيروت، 1987، ص، 36، 37.

⁵- ميخائيل إبراهيم أسعد، مشكلات الطفولة و المراهقة، ط2، دار الأفق الجديدة، بيروت، 1991، ص، 230.

⁶- دروس في التربية و علم النفس، مدرسة التربية و التكوين خارج المدرسة، الجزائر، 1994، ص، 223، 224.

ويمتاز النمو الجسمي بنوع من عدم التوازن، فالجهاز العضلي يكون أسرع نمواً من الجهاز العظمي وربما كان هذا سبباً في ما يبدو على المراهق من القابلية للتعب و العجز عن القيام بالمجهودات¹ وفيما يتعلق بالنشاط العضلي عموماً فإن البنات تزيد قواهن العضلية زيادة مطردة حتى سن السادس عشر، بينما تظهر القوة العضلية بأجلى معانيها عند الأولاد في حوالي الخامس عشر وتستمر هذه الزيادة حتى بين الثامنة عشر، حيث تكون الفروق بين الأولاد و البنات في منتهى الوضوح فيما يتعلق بالقوة العضلية.²

2.5. خصائص النمو العقلية:

تتميز فترة المراهقة بنمو القدرات العقلية و نضجها، حيث يسير النمو العقلي من العام إلى الخاص، و تسير الحياة العقلية من البسيط إلى المعقد، أي من مجرد الإدراك الحسي و الحركي إلى إدراك العلاقات المعقدة و المعاني المجردة. ففي مرحلة المراهقة ينمو الذكاء العام و يسمى القدرة العقلية العامة، وكذلك تنتضح الاستعدادات و القدرات الخاصة و تزداد قدرة المراهق على القيام بكثير من العمليات العقلية العليا، كالتركيز و التخيل.³

حين يستعمل منطقه يستعين في ذلك بالأشياء المحسوسة، بينما المراهق يتعدى هذا المستوى من التفكير باعتباره يصبح يستعمل المنطق حتى في الأمور التي ليس لها علاقة بالمحسوس و بالخاص، بمعنى أنه يفهم و يدرك ما هو مجرد.⁴

فالقدرة على التفكير التجريدي ترتبط ارتباطاً وثيقاً بفهم العلاقات الكيفية للأشياء وتشكل الجانب العام و الضروري من النضج الذهني و العاطفي و الخلق.⁵ ففترة المراهقة هي الفترة التي يتجه فيها النشاط العقلي نحو التركيز و البلورة نحو مظهر معين من مظاهر النشاط، الأمر الذي جعل فترة المراهقة مرحلة التوجيه التعليمي و التوجيه المهني.⁶

3.5. خصائص النمو الانفعالي:

إن المراهقة مرحلة غنية في الناحية الانفعالية، حيث تختلج نفس المراهق توترات تمتاز بالعنف و الاندفاع، كما تساوره من وقت لآخر أحاسيس بالضيق و التبرم و الزهد، وقد اختلف العلماء في تقسيم بواعث هذه الاضطرابات الانفعالية، فهناك من يربدها إلى ما يطرأ من تغيرات على إفرازات الغدد وهناك

¹- عمر محمد الشباني، الأسس النفسية و التربوية لرعاية الشباب، دار الثقافة، بيروت، 1977، ص، 48.

²- أحمد زكي صالح، علم النفس التربوي، ط14، مكتبة النهضة المصرية، 1992، ص، 208.

³- عيساوي عبد الرحمن، سيكولوجية النمو دراسة في نمو الطفل و المراهق، دار النهضة العربية، بيروت، 1987، ص ص، 38-39.

⁴- Daniel Gessas, L'échec Scolaire, 2eme éd, E P S, Paris, 1982, P, 105.

⁵- كمال الدسوقي، النمو التربوي للطفل و المراهق، دار النهضة العربية، بيروت، 1979، ص، 241.

⁶- أحمد زكي صالح، مرجع سابق، ص، 233.

من يردّها إلى العوامل البيئية التي تحيط بالمراهق مثل التقلب و عدم الثبات، الغضب، و العدوان، اليأس، القلق ، الخوف.¹

فالتغيرات السريعة التي تفاجئ الطفل تشدّ انتباهه إلى جسمه وتسبب له الكثير من القلقو الاضطرابات النفسية.²

ويشعر المراهق بكثرة من مشاعر الإحباط، حيث يعاق إشباع حاجاته، وخاصة الحاجة إلى الاستقلال، كما توجد مصادر أخرى كثيرة تساعده على توتره بعضها ينشأ عن سلوك الآخرين تجاهه وبعضها عن الأشياء التي توجد في بيئته و لا يحبها، والبعض الآخر ينشأ عن سلوكه هو، وغالبا ما يستخدم المراهق في هذه المرحلة استجابات الصريحة المعلنة للتعبير عن العدوان، حيث يلجأ الذكور إلى العنف البدني، أما الإناث فيلجأن إلى الصراخ و البكاء، وبالتدريج تقل هذه الاستجاباتو يتعلم المراهق كيف يتحكم فيه، ويحل محلها و سائل التعبير اللفظي، ومع استمرار النمو، نجد أن تحكم المراهق في استجابات الغضب قد وصل إلى درجة جيدة من النمو، بحيث لا تظهر علامات التعبير المباشر عن العدوان إلا في قليل من الأحيان.³

4.5. خصائص النمو الاجتماعي:

يقصد به نمو الفرد في السمات التي تسهل التفاعل الاجتماعي، أي أخذ العطاء والتأثير و التأثير بالجماعة، ولا يتم هذا إلا بعملية التنشئة الاجتماعية التي يكسب الطفل بموجبها الحساسية للمثيرات الاجتماعية كالضغوط الناتجة من حياة الجماعة و إلزاماتها وتعلم الطفل كيفية التعامل و التفاهم مع الآخرين، وكسب صدقتهم وأن يسلك مثلهم فهي العملية التي يصبح الطفل بموجبها كائنا اجتماعيا وتتضمن هذه العملية تعليم العادات الاجتماعية و الاستجابة للمثيرات الرمزية، كما تعرف بأنها العملية التي تساعد الفرد على التكيف و التلاؤم مع بيئته الاجتماعية، ويتم اعتراف الجماعة به ويصبح متعاوناً معها وعضواً كفوفاً فيها⁴

وفي ذلك يقول (محي الدين مختار): " تختفي تدريجيا جماعة الأطفال التي كانت من قبل، ويحل محلها بعض الأصدقاء من نفس الجنس، حيث يستطيع المراهق أن يبوح بأسراره، ويطلعهم على ما يعانیه ويطمئن على نفسه إذا ما كانوا يمرون بنفس التجربة التي يمر بها"⁵

كما تتسع دائرة نشاطه الاجتماعي ويدرك حقوقه وواجباته، ويخفف من أنانيته ويقترّب سلوكه من معايير الناس، ويتعاون معهم في نشاطه، كما يظهر التألق عنده من خلال ميله إلى الجنس الآخر، ويتميز

¹- محي الدين مختار، محاضرات في علم النفس الاجتماعي، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 1982، ص، 162.

²- مجدي محمد السوقي، سيكولوجية النمو من الميلاد إلى المراهقة، مكتبة الأنجلو المصرية، 2002، ص، 166.

³- مجد محمد الدسوقي، مرجع سابق، ص، 166.

⁴- عبد الرحمان عيساوي، سيكولوجية النمو دراسة في نمو الطفل و المراهق، دار النهضة العربية، ص، 192.

⁵- محي الدين مختار، مرجع سابق، ص، 123.

المراهق في هذه المرحلة بالتعصب لأرائه و معايير جماعة الأقران، وقد يتخذ تعصبه سلوكا عدوانيا، كالنقد اللاذع، وتأكيد المراهق لمكانته عن طريق المنافسة مع زملائه في ميدان الدراسة و اللعب¹

5.5. خصائص النمو الأخلاقي:

يستطيع المراهق أن يحكم على سلوك ما و يقيمه، من حيث كونه صوابا أو خطأ أو بين، في ضوء المقاصد الكامنة وراء هذا السلوك و الموقف الذي يحدث فيه، وذلك بسبب ما لديه من مرونة في التفكير، كما أن قدرته على ضبط تفكيره وتنظيمه تمكنه من أن يحيط بمختلف الجوانب المتضمنة في الموقف.²

ومنه يتبين لنا أنه بوصول المراهق إلى المراهقة الوسطى يكون قد تعلم المشاركة الوجدانية و التسامح، و الأخلاقيات العامة المتعلقة بالصدق و العدالة، والتعاون، و الولاء، و المودة، والمرونة، الطموح، وتحمل المسؤولية... الخ، وتزداد هذه المفاهيم عمقا مع النمو وبلوغ سن الرشد ومنه فإننا نستعرض لبعض أنماط السلوك الخارجية عن المعايير الأخلاقية في هذه المرحلة، فنجد من بينها: مضايقة المدرسين، ومشغبة زملاء، و التخريب و الغش و الخروج بدون استئذان الكبار و ارتياد الأماكن الغير مرغوبة، والتأخر خارج المنزل، والعدوان، الهروب من المنزل و معاكسة أفراد الجنس الآخر، و الانحلال، وتقليد بعض أنماط السلوك المستوردة من ثقافات أخرى لا تتفق مع ثقافتنا وقيمنا الأخلاقية³

6.5. خصائص النمو الحركي:

تتميز هذه المرحلة بإتقان المهارات الحركية، حيث تصبح حركات المراهق أكثر توافقا و انسجاما، ويزداد نشاطه و قوته وتزداد سرعة زمان الرجوع، أي الزمن الذي يمضي بين المثير و الاستجابة له. كما يتأثر النمو الحركي للمراهق تأثيرا سينا في حالة وجود إعاقة حسية أو جسمية و يلاحظ نقص الرغبة و نقص القدرة على المشاركة في حسه أو جسمه و يلاحظ نقص الرغبة و نقص القدرة على المشاركة في برامج التربية البدنية و الرياضية، وذلك بالارتباط بالسمات التالية: الخجل، الأنانية، الحساسية، الإحباط.

كما يتفق النمو الحركي إلى حد كبير مع المعنى العام للنمو من حيث كونه مجموعة من المتابعة التي تسير حسب أسلوب و نظام مترابط متكامل خلال حياة الإنسان.

وقد جاء تعريف " أكاديمية النمو الحركي " المنبثقة عن الجمعية الأمريكية للصحة و التربية البدنية و الترويج عام 1980، بما يفيد النمو الحركي عبارة عن التغيرات في السلوك الحركي خلال حياة الإنسان و العمليات المسؤولة عن هذه التغيرات.⁴

6. الحاجات الأساسية للمراهق:

¹ - مالك سليمان مخول، علم النفس الطفولة و المراهقة، علم الكتاب، القاهرة، 1972، ص، 115.
² - مجدي محمد الدسوقي، سيكولوجية النمو من الميلاد إلى المراهقة، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة، 2002، ص، 187.
³ - حامد عبد السلام زهران، علم النفس النمو، ط5، عالم الكتب المصري، القاهرة، 1999، ص، 398، 399.
⁴ - أسامة كامل راتب، النمو الحركي، دار الفكر العربي، القاهرة، 1990، ص، 33.

تعتبر مرحلة المراهقة مرحلة حد حساسة وحاسمة وذات أهمية كبيرة في حياة الفرد، إذا علمنا أن أسس الشخصية ودعائمها توضع في سن الطفولة فإن هذه الأسس و الدعائم لا تتبلور وتأخذ أبعادها الصحيحة إلا بعد في مرحلة المراهقة، لهذا يجب على الآباء و المدرسين مساعدة المراهقين بقدر الإمكان على تجاوز صعوبات و معانات هذه المرحلة و تحقيق توافقهم، وهذا لا يتم إلا إذا توفرت بعض الحاجيات الأساسية وهي كالاتي:

1.6. الحاجة إلى الحب:

إن الحاجة إلى الحب في المراهقة سيئ أساسيا بالنسبة لصحة المراهق النفسية فهي السبيل إلى أن يشعر بالتقدير و القبول الاجتماعي وأول حب يهتم به المراهق هو حب والديه و المهتمين به داخل نطاق الأسرة، فالمراهق المحروم من حب الوالدين سواء كان فاقدا لأحد الولدين أو لكلاهما إمّا بالموت أو الطلاق أو سن الأب، يكون سلوكه مختلف عن سلوك الطفل العادي، ومن البحوث التي تؤدي أثر هذه العوامل تلك التي قام بها بعض الباحثين ومنهم " جون يولبي " أثبتت فيه أن اضطراب كثير من الجانحين يرجع في أساسه إلى العلاقات المضطربة التي تكونت بسبب انفصال الأطفال في سن حياتهم المبكرة عن الأم وهناك بحث آخر قام به " كامب " كوينهاغن على 350 فتات من يحترفن الدعارة... ولقد اتضح للباحث أن ثلثهن نشأنا بعيدا عن المنزل وفي ظروف يسودها الاضطراب، وبحث ثالث قام به الدكتور " لورسي " الأخصائي النفساني الأمريكي الذي أجرى هذا البحث على مجموعة من الأطفال في إحدى المؤسسات بلغت 22 طفل ألحقوا بها عندما كان عمره أقل من عام، وعندما بلغن أعمارهم 05 سنوات أجريت عليهم مجموعة من الفحوصات النفسية فتبين بأنه مصابين باضطرابات نفسية، أخذت المظاهر المرضية التالية عدوان، أنانية، سلبية، تبول ليلي، صعوبات في الأكل و الكلام...الخ، وهذا كله لا يعد إلى أسلوبا للتعويض عما افتقدوه من حنان في طفولتهم.¹

2.6. الحاجة إلى مكانة الذات:

إن المراهق يريد أن يكون شخصا مهما وان تكون له مكانة في جماعته وأن يتعرف به شخص ذو قيمة، فالمكانة التي يطلبها المراهق بين رفاقه أهم لديه من مكانته عند أبويه أو معلمه، فالمراهق حساس وحريص على أن لا يعامل معاملة الصغار²

3.6. الحاجة إلى الاستقلال:

إن المراهق يحس بأنه قادر على تحمل المسؤولية دون اللجوء إلى الآخرين لإعانتته فهو يريد أن يتحرر من قيود الأبوين ليثبت نفسه، بالإضافة إلى رغبته الشديدة في الانعزال ليتأمل في ذاته ويخلد لتفكيره،

¹-مصطفى غالب، سيكولوجية الطفولة و المراهقة، دار مكتبة الهلال ، ص ص، 38، 49، 50.
²-فاخر عاقل، علم النفس التربوي، دار العلم للملايين، بيروت، 1972، ص، 118.

وإلى تخطيط نشاطاته الخاصة كما نجده في الثانوية يرفض سلطة المعلم وهذا قصد أن تكون له فلسفة مقبولة في الحياة تزوده بالطمأنينة النفسية¹

4.6, الحاجات الفيزيولوجية:

وهي كل الحاجات التي تكون من طبيعة عضوية جسمية لدى الفرد، يشترك في غالبها مع الحيوان وهي غير متغيرة، كما أنها سهلة التحقيق، لكنها قوية التأثير في حالة تأخر تحقيقها، لأنها عامل أساسي لنمو الجسم ونضجه وتحقيق التوازن الوظيفي. وقد ذكر "كمال الدسوقي" الحاجات الجسمية: وهي تلك المطالب التي تلزم لبقاء الجسم وراحته، ورفاهيته و التي ترتبط ارتباطا وثيقا بالظروف الجسمية ووظائف الأعضاء المختلفة كالحاجة إلى الطعام، الماء، التخلص من الفضلات، الدفاء، العناية الطبية، النمو، الحاجة إلى النشاط و الحركة واللعب، الحاجة إلى الراحة بعد اللعب، وحاجات الدافع الجنسي التي تصبح ملحوظة عند البلوغ وطوال فترة المراهقة² وتتضمن الدافع الجنسي الحاجة إلى التربية الجنسية، واهتمام الجنس الآخر به، الحاجة إلى التخلص من التوتر و الحاجة إلى التوافق الجنسي.³

5.6. الحاجة إلى الأمن:

وتتضمن الحاجة إلى الأمن الجسمي و الصحة الجسمية، الحاجة إلى تجنب الخطر و الألم، الحاجة إلى الشعور بالأمن الداخلي و الحاجة إلى البقاء حيا، الحاجة إلى الاسترخاء و الراحة، الحاجة إلى الشفاء عند المرض أو الجرح، كما تتضمن أيضا الحاجة إلى الحياة الأسرية الآمنة المستمرة السعيدة، والحاجة إلى الحماية ضد الحرمان من إشباع الدوافع، والحاجة إلى المساعدة في حل المشكلات الشخصية.⁴

6.6. الحاجة إلى النجاح و التقدم الدراسي:

الحاجة إلى النجاح أمل المراهق في يومه وغده، وهي حلح الوردي الذي يفتاء أن ينتهي منه حتى يعاوده من جديد في أثوابه الفضفاضة و مباحجة العريضة، ويجد المراهق في القرآن الكريم ما يقوي دافع التعلم في نفسه كي يصبح حلمه حقيقة وأمله واقعا.⁵

7.6. الحاجة إلى تحقيق الذات:

بعدما تتحقق للمراهق الحاجات السابقة تبقى عنده رغبات أخرى غير مشبعة، عدم تحقيقها يسبب نوعا من الاضطراب والحيرة، مما يدل على وجود حاجة جديدة عنده، تتمثل في الحاجة إلى الضغط و التحكم في النفس وإدراك القدرات الشخصية الجديدة وتطويرها، والرغبة في الجديد و الصعب، فههدف هذه الحاجة هو

¹- محمود محمد إقبال، المراهقة، مكتبة المجتمع الغربي، ط1، الأردن عمان، 2006، ص، 65.

²- كمال الدسوقي، النمو التربوي للطفل و المراهق، دار النهضة العربية، بيروت، 1979، ص ص، 134، 133.

³- حامد عبد السلام زهران، علم النفس النمو الطفولة و المراهقة، عالم الكتاب، القاهرة، ص، 402.

⁴- المرجع نفسه، ص، 401.

التكيف مع نمو الشخصية ورغباته لدى فالمرض أو الضعف الجسدي يكون في الكثير من الحالات سببا في التكيف السيئ للمراهق.¹

هذه مجمل الحاجات التي يتطلب توفيرها للمراهقين خلال مرحلة نموهم، لذلك ينبغي اشتراك الأسرة، المدرسة، و المجتمع، في تحقيقها، و الملاحظ أن هذه الحاجات لها أهميتها البالغة في النمو المتوازن و السليم للمراهق من جميع النواحي وحرمان المراهق من هذه الحاجات يؤدي إلى ظهور مشاكل قد يعاني منها المراهق ومنتظر إلى أهم هذه المشاكل.

7. مشاكل المراهقة:

تعتبر مرحلة المراهقة منعطف خطير في حياة الإنسان وهي التي تأثر على سلوكه الاجتماعي و الخلفي و النفسي، كما تعتبر أيضا مرحلة المشاكل و الصراعات النفسية لما تتميز من مختلف التغيرات النفسية، الجنسية، الانفعالية، العضلية، و الجسمية و الفيزيولوجية و الاجتماعية التي تؤثر مباشرة على سلوكه و تسبب له اضطراب في نموه بالإضافة إلى القلق الشديد و الانفعالات الحادة. ومن أهم المشكلات التي يتعرض لها المراهق نجد:

1.7. المشاكل الجسمية:

إن التغيرات التي تطرأ على المراهق لها تأثير على شخصيته فهو يضيف بهذه التغيرات التي تسبب له الإحراج أمام أفراد الأسرة أو المحيطين به عموما مما يجعله في كثير من الأحيان يضطرب و يفقد التوازن أثناء القيام ببعض الأعمال لحضورهم كما أن تدخلاتهم وتعليقاتهم على سلوكه تزيد في إثارة حساسيته الانفعالية.²

2.7. المشاكل الجنسية:

إن تكوين اتجاهات سوية نحو الجنس الآخر نحو الأمور الجنسية بوجه عام يعتبر من بين أهم المشكلات التي تواجه المراهق في هذه المرحلة من النمو، فالمراهق يشعر بأنه كبر و اكتمل نضجه وأنه يريد أن يعبر عن دوافعه الجنسية الجامحة في نفسه بالزواج إلا أنه يصطدم بالواقع فالقصور في الموارد يقف بينه و بين حاجته³، وللتقافة التقليدية موقف محدد من هذه الأمور وهنا تحدث المواجهة ويقع المراهق في أزمنة تختلف حدة أو خفة تبعاً للتقافة الفرعية التي ينتمي إليها.⁴

3.7. مشاكل انفعالية:

إن العامل الانفعالي في حياة المراهق يبدا واضحا في عنف انفعالاته وحدثها وانفعالها، وهذا الاندفاع الانفعالي ليست أسبابه نفسية خاصة بل يرجع ذلك للتغيرات الجسمية، ويتجلى بوضوح خوف المراهق

¹- محمد السيد محمد الزعبلاوي، المراهق المسلم، حاجات المراهق ومشكلات التي تنشأ عنه، مؤسسة الكتب الثقافية مكتبة التوبة، ج6، السعودية، 1998، ص، 153.

²- أحمد أوزي، المراهقة و العلاقات الوظيفية، منشورة مجلة علوم التربية، ط2، ص، 22.

³- مصطفى غالب، في سبيل موسوعة نفسية سيكولوجية، منشورات الهلال، بيروت، 1986، ص، 33.

⁴- عماد الدين محمد إسماعيل، النمو في مرحلة المراهقة، دار القلم، الكويت، 1982، ص، 26.

نتيجة انفعاله، وهي مرحلة مطلوبة فيها التفكير من كونه طفلا غير مسؤول في تصرفاته إلى رجل مسؤول عنها، ولا شك أن توتر الآباء و الأمهات قد يترك أثرا في نفس المراهق و يترتب على هذا أن نظراتهم للحياة تصبح كئيبة مليئة بالحقد، غامرة بالقلق و الاضطراب بدلا من أن تكون نظرة تفاؤل وحب و سعادة¹

4.7. المشاكل الصحية:

المشاكل المرضية التي يعاني منها المراهق هي البدانة (السمنة) إذ يصاب المراهق بسمنة بسيطة مؤقتة لكن إذا كانت هذه السمنة كبيرة يجب العمل على تنظيم الأكل و ممارسة الرياضة و التعرض على الطبيب المختص لمعرفة متاعبهم لأن لدى المراهق إحساس خانق بما أن أهله لا يهتمونه.²

5.7. مشاكل تتعلق بالمستقبل التعليمي والمهني:

يندفع الشباب نحو بعض الميادين و المهن الإغرائية سواء توفرت فيهم القدرات المؤهلة لذلك التي مازالت مسيطرة على العقول بأن السبيل الوحيد إلى النجاح هو الشهادة الجامعية و احتقار العمل اليدوي الفني و الافتقار إلى روح المغامرة في ميادين الأعمال الحرة، ومن مما يزيد من مشاكل المراهقين في المدرسة وميدان العمل، الرّج بهم غير إيمان و لا من أوليائهم في المدارس التي تخطارهم، والميادين التي ترغمهم على التخصص فيها.³

6.7. العلاقة الاجتماعية مع الآخرين:

علاقة المراهق بأصدقائه وجماعة الرفاق أو غيرهم من من يتصل بهم في حياته بشكل عام تلعب دورها في أزمات المراهق فمثلا ما يقول بينه و بين جماعته من خلاف على التعاون أو الانقياد أو الزعامة أو غير ذلك من أشكال العلاقات قد لا ترضي ذاته ورغبته في الشعور بالتفرد، فقد يواجه مواقف تجعله يختار في كيفية تمكنهم من المحافظة على علاقته بهم، دون تصور وكذلك كيفية التخلص من الاعتماد العلي أو الحضور التام لفكرة الجماعة عنه، حيث أنه لم يعد ذلك الطفل الصغير، فهذه المواقف قد يترتب عليه من الأزمات النفسية و الاضطراب في علاقاته و سلوكه الاجتماعي.⁴

7.7. الحساسية نحو الذات:

تتميز مرحلة المراهقة بتكوين عواطف نحو الذات وتأخذ المظاهر التالية: اعتداء بالنفس وبطريقة الجلوس و الكلام⁵ وأهم ما يشغل بال المراهق هو مظهره و سلوكه، فهو يخشى على ما سيكون عليه تكوينه الجسمي ومستقبله ومركزه الاجتماعي و كفاءته وجاذبيته بالنسبة للجنس الآخر، لذلك يتوقع المراهق

¹- ميخائيل خليل معوض، مشكلات المراهقين في المدن، دار المعارف، القاهرة، 1971، ص، 72.

²- المرجع السابق، ص، 76.

³- سعد جلال، الطفولة و المراهقة، دار الفكر العربي، ص، 250.

⁴- عماد الدين محمد إسماعيل، النمو في مرحلة المراهقة، دار القلم، الكويت، 1982، ص، 72.

⁵- مصطفى غالب، في سبيل موسوعة نفسية سيكولوجية، منشورات الميلاد، بيروت، 1986، ص، 03.

باستمرار رد فعل الآخرين نحو هذه الأشياء ويعني هذا أنه يكون حساسا بشكل واضح لفكرة الآخرين عنه فيما يشغل باله هو¹

8. علاقة المراهق بالرياضة:

يتفق " ريتشرد أدرمان" فغي سنة 1983 مع " فريد" في اعتبار اللعب و النشاط الرياضي كمحص للقلق الذي هو وليد الإحباط من شأنه أن يعرقل الطاقة الغريزية للنمو فهو طريقة اللعب يمكن للطاقة الغريزية أن تحرر بصفة اجتماعية مقبولة إن يستطيع المراهق حل أو على الأقل التحكم في صراعاته اللاشعورية المرتبطة بمرحلة الطفولة بالتالي التحكم في ذاته و في الواقع.

وبفضل اللعب و النشاط الرياضي يتمكن المراهق من تقييم وتقويم إمكاناته الفكرية و العاطفية و البدنية ومحاولة تطويرها باستمرار كما تسمح له بالانفصال المؤقت على الواقع بحثا عن مكان واقعي لهوياته غفي عالم الأشياء وعالم الأشخاص كما يرى Menninger في سنة 1942 أن اللعب و الرياضة أنماط الصراع الرمزي الذي تولده النزوات الجنسية والعوانية يمكن التحكم فيها وتوجيهها بفضل ممارسة الرياضة باعتبارها الوسيلة الوحيدة التي تمكن المراهق من إثبات ذاته وتكوين هويته و التحكم في انفعالاته و بالتالي الاندماج قصد التكيف الاجتماعي.

إن من ظواهر الشباب المعاصر كما قال " إريك أريكسون" تتمحور أزمة تكوين الهوية فيتوقف نجاح الشباب في تخطي هذه الأزمة على كيفية مواجهتهم لمشاكلهم، و المشكلة الأساسية في هذه المرحلة من تحقيق السيطرة الذاتية على الدوافع الجنسية و العدوانية حتى يتم التحكم فيها دون كبتها.² وكذلك بتحقيق الاستقلالية عن الأسرة، بفعل الحاجة إلى الظهور و التفوق، فالرياضة يمكنها تلك الحاجات كما أن من أهم مميزات المراهق هو الغضب من العدالة و الخطأ سيئ وعدم التفاهم، وغضب ضد الذات والذي يتميز بالعمق و الاستمرارية ويتغذى من مصادر غريزية.

ففي عصرنا الحالي أصبح الغضب منشرا في كل أنحاء العالم فيجعل المؤسسات الاجتماعية في اضطراب كما يزرع راحة الفرد وسلامة المجتمع، فالرياضة هي النمط الوحيد للقضاء على الغضب.³ فبفضل الرياضة يتحرر المراهق من الضغوطات الداخلية ذات المنشأ الفيزيولوجي كما يحرر طاقته و يعبر عن مشاكله و مطامحه، كما يجعله يعطي صورة حسنة بمكوناته الشخصية وحضوره الجسدي بعد كشف فريسته وتجاوزها إلى غاية تحقيق رغبة التفوق المهنية، وذلك بغرض ظهوره أنه المثالية على الآخرين.

فالرياضة تمكن المراهق من تجاوز الحوار اللغوي إلى اللغة الجسدية التي تسهل له التعبير المطلق عن مكوناته البسيكولوجيا، حيث أن جزء كبير منها همشته مادية الحضارة، فمن طريقة الحركة يتجاوز

¹- المطلي أحمد، لماذا يكره المراهق جسده، في مجلة العربي تصدر عن وزارة الإعلام، الكويت، عدد 757، 1996، ص، 151

²- محمد الفندي، علم النفس الرياضي و الأسس النفسية للتربية البدنية، عالم الكتاب، القاهرة، 1965، ص، 444، 445.

³ - Pierre de Cubertin, Psychologie de Sport, Librairie, J Yrim, 1972, P P, 133,134.

المراهق جميع القوانين و التقنيات و المحرمات التقليدية المفروضة وبذلك يتجاوز الواقع، وبمعنى آخر يحدث قطيعة إيجابية مع الحياة اليومية الروتينية، حيث يتجه نحو الرياضة و السلبي حيث يتجه نحو المخدرات و الإباحة و الإجرامية¹

¹ - Bernard Ceugiole, **Psychopédagogie de sport**, Libraire de philosophie J Yrim, 1967,P, 91.

خلاصة:

من خلال ما سبق يمكن القول أن مرحلة المراهقة هي أهم مرحلة من حياة الإنسان، وهي مكملة لمرحلة الطفولة، كما أنها أساس لتكوين مرحلة الرشد ففي هذه المرحلة يتم بناء الشخصية، وتحديد المفاهيم التي يعيشها الفرد ووضع خطط المستقبل.

كما أنها تعتبر من أخطر المراحل لأن الإنسان في هذه المرحلة يبين مساره نحو الإيجابي أو السلبي، أي الانخراط أو الانحراف مع رفاقه السوء كما ذكر كل من " رين هارد" و " فودلير" أن العقاب الغير العادل يعتبر كعامل مهم في انحراف المراهقين، وكل ذلك ناتج عن كثرة المشكلات التي تعاني منها المراهقة، لأن الطفل في هذه المرحلة يشهد تغيرات عديدة مما يضطره إلى الاضطراب وظهور الغضب عليه وفي حياته ككل، لذلك يحتاج المراهق من الأهل كذلك الطاقم المدرسي ككل تقديم توجيهات له و مساعدته لكي يجتاز هذه المرحلة بسهولة ولا يؤثر على تحصيله الدراسي وحياته النفسية خاصة، ولكي يكون راشداً سوياً لا مضطرباً، فبذلك هو بحاجة إلى مساعدته وتفهمه وتقديم نصائح له في هذه المرحلة حتى يستطيع التكيف مع حياته الجديدة.

تمهيد:

إن البحوث مهما كانت صعوبتها و مضمونها فهي تحتاج إلى منهجية علمية للوصول إلى أهم نتائج البحث و الدراسة المطلوبة تزويدها معرفيا و فكريا و بنتائج جديدة، إن طبيعة مشكلة البحث هي التي تحدد لنا المنهجية العلمية التي تساعدنا في معالجتها، وموضوع البحث الذي نحن بصدد معالجته يحتاج إلى كثير من الدقة والوضوح وإعداد خطوات إجرائية ميدانية للخوض في تجربة البحث وبالتالي إستغلال على أهم الخطوات التي تساعدنا في التقليل من الأخطاء واستغلال أكثر للوقت والجهد انطلاقا من اختيار المنهج الملائم لمشكلة البحث وطرق اختيار عينة البحث إلى تحديد الوسائل والأدوات المتصلة بتجربة البحث.

وبعد إتمام الجوانب النظرية للبحث سنحاول في هذا الفصل أن نحيط بالموضوع من الجانب التطبيقي وذلك عن طريق دراسة ميدانية من خلال تطبيق اختبارات على التلاميذ المشاركين في الرياضة المدرسية (الكرة الطائرة) (12-14) لفريق متوسطتي رحماني امحمد و الإخوة واصل (الدحموني).

وبعد تطبيق البرنامج على هذه الفئة وحسب النتائج التطبيقية المتحصل عليها لمعرفة تحسن في مستوى السرعة لدى المراهقين وكل المناهج أشارت نتائجها التطبيقية إلى أهمية القدرات البدنية و المهارية للتلاميذ المشاركين في الرياضة المدرسية (الكرة الطائرة).

1- منهج البحث :

نظرا لطبيعة الموضوع ومشكلة البحث الذي نحن بصدده فإننا اعتمدنا المنهج التجريبي ويعرف هذا المنهج على أنه من أفضل وأدق المناهج في التدريب الرياضي نظرا لأنه أقرب إلى الموضوعية ويستطيع فيه الباحث السيطرة على العوامل المختلفة التي تؤثر على ظاهرة مدروسة.

حيث يؤكد عمار بوحوش ومحمد ذنبيات أن: " المنهج التجريبي هو أقرب مناهج البحوث لحل المشاكل بالطريقة العلمية والتجربة سواء تم في المعمل أو في القاعة أو مجال آخر هو لمحاولة التحكم في جميع المتغيرات والعوامل الأساسية باستثناء متغير واحد يتناوله الباحث بالدراسة ". (11)

كما هو عبارة عن دراسة مجموعتين (مجموعة تجريبية ومجموعة ضابطة) مع قياس قبلي وبعدي واستخدام هذا المنهج لمناسبته وطبيعة الدراسة ولتحقيق الأهداف من البحث والتحقق من فروضه بإتباع خطوات منهجية علمية.

وتأثيره الإيجابي على المتغير التابع حيث طبقنا على المختبرين مجموعة من الاختبارات البدنية و المهارية (قياس قبلي وبعدي) والدرجات الخام المتحصل عليها تم معالجتها إحصائيا باستخدام بعض الوسائل الإحصائية المناسبة.

2- عينة البحث :

شملت عينة البحث 60 تلميذ للكرة الطائرة (12-14) من التلاميذ المشاركين في الرياضة المدرسية من متوسطة رحماني امحمد و متوسطة الإخوة واصل (الدحموني).

وتم اختبارهم بطريقة عمدية من التلاميذ (12-14) من التلاميذ المشاركين في الرياضة المدرسية لمتوسطة رحماني امحمد و متوسطة الإخوة واصل (الدحموني).

2-1- عينة المتوسطة 01:

مكونة من 10 تلاميذ والتي تم تطبيق القياسات المقترحة.

2-2- عينة المتوسطة 02 :

مكونة من 10 تلاميذ وفق البرنامج العادي المطبق من طرف الاستاذ او المعلم.

¹ محمد محمود الذنبيات عمار بوحوش. (1995). مناهج البحث العلمي وطرق إعداد البحوث الجزائرية : ديوان المطبوعات الجامعية ص 107

3- العينة من حيث المواصفات والتجانس:

وقد عمل الطالب الباحث على دراسة مواصفات العينة وتجانسها لكل من المتوسطتين من حيث متغيرات السن، الطول، الوزن، الإرتقاء، فتح الذراعين، التمرير، الإرسال، الضرب الساحق، عدد سنوات الممارسة وهو ما تعرضه في الجدول رقم (01) الموالي:

معامل الإلتواء	الانحراف المعياري ع	المتوسط الحسابي س	العينة	المعاملات الإحصائية للمتغيرات
0.05	1.67	13.1	متوسط رحماني	السن
-0.22	1.31	12.7	متوسطة الإخوة واصل	
-0.11	1.66	149.8	متوسط رحماني	الطول
0.91	0.76	151.2	متوسطة الإخوة واصل	
0.13	7.49	38.5	متوسط رحماني	الوزن
-0.04	8.49	41.1	متوسطة الإخوة واصل	
-0.03	12.60	149.5	متوسط رحماني	فتح الذراعين
-0.03	21.43	150.2	متوسطة الإخوة واصل	
-0.09	16.01	164.1	متوسط رحماني	الإرتقاء

			أحمد	
-0.14	16.05	169.6	متوسطة الإخوة واصل	
0.03	2.87	3.1	متوسط رحماني أحمد	التمرير
0.03	2.87	3.1	متوسطة الإخوة واصل	
0.04	2.23	4.1	متوسط رحماني أحمد	الإرسال
0.04	2.23	4.1	متوسطة الإخوة واصل	
0.12	2.34	1.3	متوسط رحماني أحمد	الضرب الساحق
-0.09	2.17	1.3	متوسطة الإخوة واصل	
-0.28	0.96	0.8	متوسط رحماني أحمد	سنوات الممارسة
-0.06	1.64	0.9	متوسطة الإخوة واصل	

جدول رقم (01): يوضح مواصفات عينة البحث لكل من المتوسطتين .

يتضح من خلال الجدول رقم (01) أن المتوسطات الحسابية لمتغيرات السن، الطول، بالنسبة لتلاميذ متوسطة رحماني أحمد بلغت على التوالي 13.1، 149.8، بانحرافات معيارية قدرت بـ 1.67، 1.66، في حين جاءت المتوسطات الحسابية بالنسبة لتلاميذ متوسطة الإخوة واصل 12.7، 151.2، بانحراف معياري مقدر على التوالي 1.31، 0.76.

فيما جاءت قيم معامل الإلتواء بالنسبة لمتغيرات السن، الطول، بالنسبة لعينتي المتوسطتين وكذا العينة ككل محصورة بين +3 و -3 ما يشير إلى تجانس العينة من حيث هذه المتغيرات.

4- مجالات البحث :

4-1- المجال البشري:

تمثلت عينة المختبرين الذين استهدفهم البحث للتلاميذ المشاركين في الرياضة المدرسية (الكرة الطائرة) (12-14). حيث بلغ عددهم 30 تلميذ من متوسطة رحماني امحمد و 30 تلميذ من متوسطة الإخوة واصل.

4-2- المجال المكاني:

_متوسطة رحماني امحمد ومتوسطة الإخوة واصل (الدحموني).

4-3- المجال الزمني:

كانت الانطلاقة في هذا البحث ابتداء من يوم الالتقاء بالمشرف والذي كان في يوم: 2016/01/03 استغرقت الفترة الزمنية لتنفيذ الاختبارات من:

4-4- التجربة الاستطلاعية: 2016/01/03 إلى 2016/01/17.

5- أدوات البحث:

الاستعانة والاعتماد على الدراسات السابقة والمرتبطة ببعض القدرات البدنية و المهارية كما إعتدنا على المصادر والمراجع العربية والأجنبية و الإلمام النظري حول موضوع البحث من خلال الدراسة في كل من المصادر والمراجع العربية والأجنبية
-كرات (الكرة الطائرة).

-استمارات لتسجيل نتائج الاختبارات.

-القياس الرأسي و شريط متري.

-صفارة و ميقانية و أقماع.

6- الاختبارات المستعملة :

6-1- الاختبار الأول:

_إسم الإختبار : قياس الطول .

الهدف منه: يهدف هذا الإختبار الى قياس طول اللاعب .

مواصفات الأداء : يقف اللاعب أمام الجدار المثبت عليه الشريط المتري ثم نقوم بقياس طوله .

طريقة التسجيل : نقوم بتسجيل اللاعب على الإستمارة.



6-2- الاختبار الثاني:

اسم الاختبار: قياس الوزن .

الهدف منه: يهدف هذا الإختبار الى قياس وزن اللاعب .

الأدوات المستعملة: ميزان طبي .

مواصفات الأداء: يصعد اللاعب فوق الميزان ويقف في منتصفه تماما و نلاحظ كم وزنه .

طريقة التسجيل : نقوم تسجيل وزن اللاعب على الإستمارة .



6-3- الاختبار الثالث:

اسم الاختبار: اختبار القوة (الإرتقاء) وقياس فتح الذراعين.

الهدف منه: يهدف هذا الاختبار لقياس القوة الانفجارية للاعب و فتح الذراعين.

الأدوات المستعملة: جهاز القياس الرأسي المثبت على الجدار و شريط متري مثبت عرضيا على الجدار.

مواصفات الأداء: يقف الرياضي بجانب الجدار و يقوم بمد اليد للأعلى للقياس الأول ثم يعيد الاختبار مع الوثب من الثبات و مد اليد الأعلى للحصول على نتيجة جديدة ثم يقوم اللاعب بفتح الذراعين و يحصل على نتيجة جديدة.
طريقة التسجيل: نقوم بطرح النتيجة الأولى من النتيجة الثانية تعطينا نتيجة الاختبار.

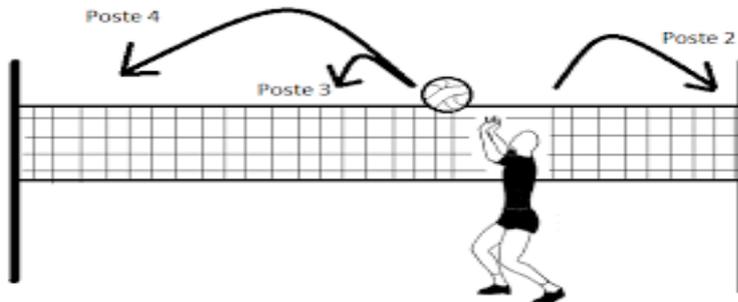


6-4- الاختبار الرابع:

اسم الاختبار: اختبار دقة التمرير.

الهدف منه: يهدف هذا الاختبار لقياس دقة التمرير للاعب.
الأدوات المستعملة: كرات ، أقماع.

مواصفات الأداء: يقوم الاستاذ برمي الكرة من المنصب (06) للأعلى الى التلميذ في المنصب (03) وبعد ذلك يقوم التلميذ بتمرير الكرة الى المنصب (04).
طريقة التسجيل: نقوم بتسجيل عدد التمريرات الصحيحة .



6-5- الاختبار الخامس:

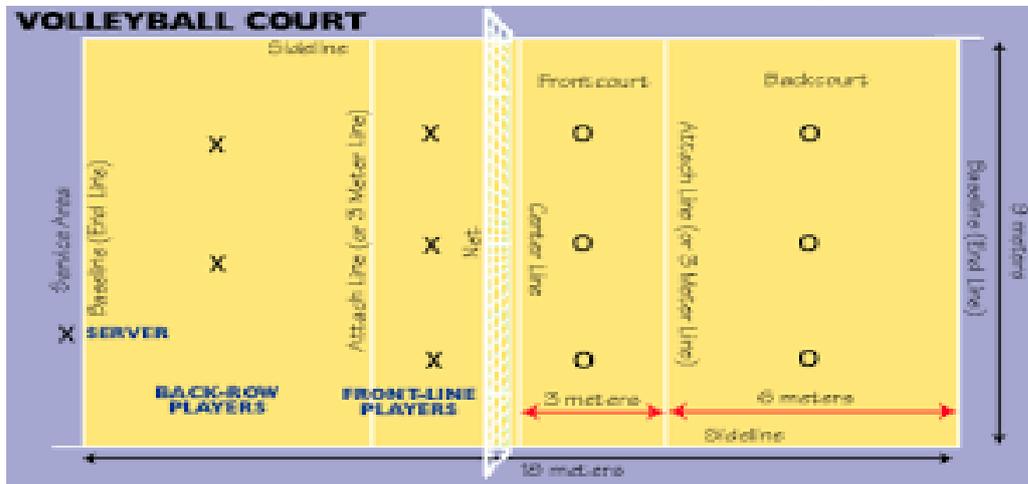
اسم الاختبار :اختبار دقة الارسال.

الهدف منه:يهدف هذا الاختبار لقياس دقة الارسال للتلميذ.

الأدوات المستعملة :كرات ، اقماع، شبكة تقسم الملعب الى قسمين القسم الثاني مقسم الى 06مناطق.

مواصفات الأداء:يقوم التلميذ بارسال الكرة من خط الارسال الى القسم الثاني من الملعبويجب على التلميذ ان كل كرة تسقط في منطقة من المناطق المحددة بواسطة الاقماع

طريقة التسجيل :يعطي اللاعب نقطة لكل كرة تصل إلى المنطقة المطلوبة.



6-6- الاختبار السادس:

اسم الاختبار :اختبار الضرب الساحق.

الهدف منه:يهدف هذا الاختبار لقياس الأداء المهاري للضرب الساحق.

الأدوات المستعملة :أقماع ، حلقات و كرات.

مواصفات الأداء:يقوم الأستاذ بتمرير الكرة من المنصب (03) للأعلى الى التلميذ في

المنصب (04) و يقوم التلميذ بالضرب الساحق مع تقنية السحق.

طريقة التسجيل :نقوم بتسجيل عدد الضربات الساحقة الصحيحة.



7- الدراسة الاستطلاعية :

7-1- الغرض من الدراسة :

من أجل الوصول لأفضل طريق لإجراء الاختبار الذي يؤدي بدوره إلى الحصول على نتائج صحيحة ومضبوطة وكذلك تطبيقا للطرق العلمية المتبعة كان لابد على علينا من تنفيذ المقياس وهذا لغرض مايلي :

1- التوصل إلى أفضل طريق لإجراء البحث.

2- معرفة مدى وضوح الاختبارات وفهمها من العينة المختبرة .

3- معرفة الوقت الكافي لإجراء الاختبار .

7-2- عينة الدراسة الاستطلاعية :

تم تطبيق المقياس أو الاختبارات على عينة قوامها 10 تلاميذ مشاركين في الرياضة المدرسية (الكرة الطائرة) بالطريقة العشوائية من أجل حساب المعاملات العلمية للاختبارات، حيث أخذت هذه العينة من التلاميذ المشاركين في الرياضة المدرسية (الكرة الطائرة) متوسطة رحمانى امحمد و متوسطة الإخوة واصل (الدحموني). وهذه العينة استبعدت من عينة الدراسة الأساسية .

7-3- ثبات الاختبار:

معامل الارتباط بيرسون الجدولية	معامل الثبات	الدلالة الإحصائية	درجة الحرية	حجم العينة	الدراسة الاستطلاعية للاختبارات
01	0.97	0.05	ن - 1 09	10	اختبار الإرتقاء
	-0.02				اختبار التمرير
	-0.004				اختبار الإرسال
	-0.07				اختبار الضرب الساحق

الجدول رقم (02) يبين ثبات الاختبار

هو أن يعطي نفس النتائج إذا ما أعيد هذا الاختبار على نفس الأفراد وتحت نفس الظروف، وقد قمنا بتطبيق الاختبارات على العينة المذكورة سابقا، وهذا بعد مرور شهرين من تطبيق الاختبارات أعيد تطبيقها على نفس العينة. بعد تحصلنا على النتائج قمنا باستخدام معامل الارتباط البسيط الذي يعرف وبعد الإطلاع على جدول الدلالة لمعامل الثبات ا عند مستوى الدلالة 00.05 ودرجة الحرية 09 وجد أن القيمة المحسوبة للاختبار اكبر من القيمة الجدولية مما يدل على أن الاختبارات المستعملة تتميز بثبات عالي.

7-4- الصدق الذاتي:

من أجل التأكد من صدق الاختبار استعمل الباحث معامل الصدق الذاتي والذي يقاس بحساب الجذر التربيعي لمعامل ثبات الاختبار: الصدق الذاتي = معامل الثبات. (2)

² مقدم عبد الحفيظ. (1993). الاحصاء والقياس النفسي والتربوي. الجزائر: ديوان المطبوعات الجزائرية ص 146

معامل الارتباط بيرسون الجدولية	معامل الصدق الذاتي	الدلالة الإحصائية	درجة الحرية	حجم العينة	الدراسة الاستطلاعية للاختبارات
01	0.97	0.05	ن - 1 09	10	اختبار القوة
	-0.02				اختبار السرعة
	-0.004				اختبار دقة التمرير
	-0.07				اختبار دقة الارسال

الجدول رقم(03): يبين صدق الاختبار

لغرض التأكد من صدق الاختبارات استخدمنا معامل الصدق الذاتي والذي يقاس بحساب الجذر التربيعي لمعامل ثبات الاختبارات ، و عند الكشف عن النتائج وكما هو موضح في الجدول رقم "3" عند مستوى الدلالة 00.05 ودرجة حرية 09 تبين ان القيمة المحسوبة اكبر من القيمة الجدولية ، و ذلك يكشف لنا أن الاختبارات تميزت بصدق عالي.

7-5- موضوعية الاختبار

يعرف " بارورمك جي " الموضوعية بكونها درجة الاتساق بين أفراد مختلفين لنفس العينة ويعبر عنه بمعامل الارتباط. (3)

ومن هنا استخدمنا مجموعة من الاختبارات السهلة والواضحة مع شرحها الجيد ومتطلبات كل الاختبارات ومعرفة كيفية قياس وتبويب النتائج واستخدامنا الوسائل والطرق اللازمة مع مراعاة التوقيت وحالة الجو بناء على هذا فإن الاختبارات المتخذة تتمثل بموضوعية عالية.

8- الضبط الإجرائي للمتغيرات:

يذكر محمد حسين علاوي وأسامة كامل راتب " يصعب على الباحث أن يعترف على المسببات الحقيقية للنتائج بدون ممارسة الباحث لإجراءات الضبط الصحيح " (4)

³ محمد صبحي حسين. (1987). طربنا وتقنينا لاختبارات . القاهرة : ط2 , دار الفكر العربي ص 45

⁴ محمد حسن علاوي وأسامة كامل راتب. (1987). البحث العلمي في المجال الرياضي . القاهرة : دار الفكر العربي ص 243

- وانطلاقاً من هذا عملنا على:
- تتجانس أفراد العينتين في القامة والسن.
 - تميز أفراد العينتين بالجدية في العمل.
 - عينة المتوسطين من نفس الخبرة الرياضية.
 - استعمالنا لنفس وسائل القياس على ممر الاختبارات .

9- تاريخ إختبار المؤسستين:

عند بلوغ الشروط العلمية للاختبارات وهذا من حيث صدقها و موضوعيتها طبقت هذه الأخيرة على تلاميذ المؤسستين من خلال التجربة الأساسية كما هو موضح في الجدول رقم (03) التالي:

الاختبار التاريخ	الاختبار العينة	الاختبار الأول	الاختبار الثاني	الاختبار الثالث	الاختبار الرابع
القبيلة	متوسطة رحماني	اختبار الإرتقاء	اختبار التمرير	اختبار الإرسال	اختبار الضرب الساحق
	متوسطة واصل				

الجدول رقم (04) تاريخ إختبارات عينة البحث.

10- الوسائل الإحصائية:

10-1- المتوسط الحسابي:

وهو من أشهر مقاييس النزعة المركزية التي سيخرج بجميع قيم كل عناصر المجموع ثم قسمة النتيجة على العناصر ويحسب من خلال القانون التالي: (5)

س': المتوسط الحسابي للقيم .

ن: عدد مجموع القيم.

3 س: مجموع القيم .

$$س' = \frac{\sum سس}{ن}$$

⁵ عبد المنعم الدريد . (2006). الإحصاء البارامترى واللابارمترى . القاهرة : ط1, عالم الكتاب ص 86

10-2- الانحراف المعياري:

وهو من أهم مقاييس التشتت وأدقها ويستخدم لمعرفة مدى تشتت القيم عن المتوسط الحسابي. (6)

$$ع = \sqrt{\frac{3(s - s')^2}{n}}$$

ع : الانحراف المعياري .
س': المتوسط الحسابي.
ن: عدد العينة .

10-3- معامل الارتباط البسيط لكارل بيرسون:

وهو يسمى بمقياس العلاقة بين درجات المتغيرات المختلفة ويرمز له بالرمز " ر " ويشير هذا العامل على مقدار العلاقة الموجودة بين المتغيرين والتي تنحصر في المجال (1- ، 1+) . فإذا كان الارتباط سالبا دل ذلك أن العلاقة بين المتغيرين عكسية بينما يدل معامل الارتباط الموجب على وجود علاقة طردية بين المتغيرين وتظهر درجة العلاقة بين المتغيرين من مقدار الارتباط بحيث:

- ✓ إذا بلغت " ر " قيمة (1+) أو (1-) فإن هذا يعني وجود ارتباط تام.
- ✓ وإذا بلغت " ر " قيمة (0.95+) أو (0.88) فإن هذا يعني وجود ارتباط عالي.
- ✓ وإذا بلغت " ر " قيمة (0) فهذا يعني عدم وجود ارتباط أو علاقة.

ويحسب معامل الارتباط وفق المعادلة الإحصائية التالية:

$$ر = \frac{3(s - s')(v - v')}{\sqrt{3(s - s')^2 + 3(v - v')^2}}$$

حيث:

- ر: قيمة معامل الارتباط البسيط.س': المتوسط الحسابي للمتغير س .
- ص': المتوسط الحسابي للمتغير ص.

⁶ عبد القادر حلبي : مدخل الإحصاء ، ديوان المطبوعات الجامعية ، الجزائر ، 1992 ، ص 45

3 (س - ص') . (ص - ص'): مجموع الحاصل ضرب الانحرافات.

3 (س - ص') 2 : مجموع انحرافات قيم س عن متوسطها الحسابي.

3 (ص - ص') 2 : مجموع انحرافات قيم ص عن متوسطها الحسابي.

10-4- اختبار الدلالة النسب المئوية "%:

يستعمل اختبار النسب المئوية لقياس المستويات المعيارية للتلاميذ المشاركين في الرياضة المدرسية .، وفي هذا الصدد أستخدم الباحث المعادلة التالية:

$$\left\{ \begin{array}{l} \text{س} \leftarrow 100\% \\ \text{ن} = \frac{\text{س} \times 100}{\text{س: العينة}} \end{array} \right.$$

$$\left\{ \begin{array}{l} \text{س} \leftarrow ? \\ \text{ن: المستوى المعياري.} \end{array} \right.$$

س: عدد العينة.

ن: المستوى المعياري.

11- صعوبات البحث:

عند القيام بأي بحث علمي يلجا الباحث إلى إنشاء خطة عمل يسير وفقها ليجعل منها طريقا إلى نتائج يريد معرفتها إلا أن هناك عراقيل و صعوبات قد تعبت مساره و نحن في بحثنا هذا واجهتنا بعض الصعوبات نذكر منها:

- نقص الحجم الساعي للحصص.

- عدم وجود دراسات مشابهة لبحثنا.

- صعوبة التعامل مع اللاعبين.

الخاتمة :

ولقد حاولنا من خلال هذا الفصل وضع الأهداف والغايات في هذا الاتجاه وذلك بتحديد كل المتغيرات التي يمكن أن تساعدنا في البحث وبالفعل تم ذلك وهذا بتحديد المنهج الملائم لطبيعة البحث ويخدم مشكلة البحث كما تم تحديد عينة البحث والتي تمثل لمجتمع الأصل ثم دراسة الاستطلاعية تماشياً مع طبيعة البحث العلمي ومتطلباته العلمية واختبار الأدوات اللازمة وتحديد طرق القياس المستخدمة، وضبط المتغيرات التي من شأنها إعاقة السير الحسن لتجربة البحث الرئيسية واختبار الطرق والوسائل الإحصائية الملائمة التي تساعدنا في عملية عرض وتحليل ومناقشة النتائج.

- عرض ومناقشة نتائج التساؤل الأول: هل توجد فروق دالة احصائيا بين مراكز اللاعبين في نتائج القياسات الانتروبوومترية لدى التلاميذ المشاركين في الرياضة المدرسية تخصص كرة الطائرة؟
نتائج اللاعبين في قياس الطول

الجدول رقم (05) يبين قيم F المحسوبة في قياس الطول بين مراكز اللاعبين

المتغير	مصادر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	F المحسوبة	مستوى الدلالة	قيمة F الجدولية
اختبار الطول	بين المجموعات	97	5	19.4	0.56	0.05	2.38
	داخل المجموعات	1883.6	54	34.04			
	المجموع	1935.6	59				

من خلال الجدول أعلاه يتبين أن مجموع المربعات بين المجموعات بلغ 97 وداخل المجموعات بلغ 1883.6، أما متوسط المربعات بين المجموعات 19.4 وداخل المجموعات بلغ 34.04 عند درجة الحرية (59) فكانت قيمة F المحسوبة 0.56 وهي أصغر من قيمة F الجدولية المقدر بـ 2.38 عند مستوى الدلالة 0.05 مما يعني وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعات وداخلها.
جدول رقم (06) يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لمراكز اللاعبين في قياس الطول .

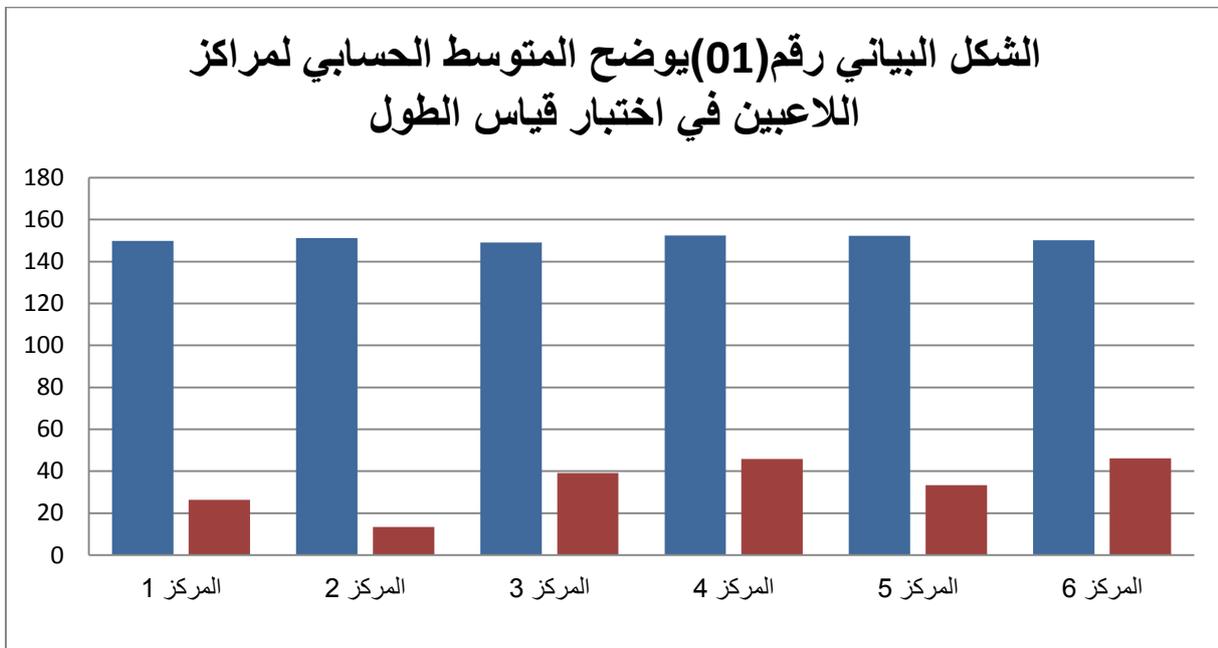
المراكز	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
المركز 1	149.8	26.04
المركز 2	151.2	13.51
المركز 3	149	39.11
المركز 4	152.4	45.82

33.34	152.3	المركز 5
46.1	150.1	المركز 6

-بالنسبة للنتائج:

-تحصل لاعبا المركز 04 على أعلى متوسط حسابي مقدر ب 45.82 ± 152.4 في قياس الطول وهذا يعني أن مركز 04 يتطلب إقامة طويلة .

-في حين تحصل لاعبا المركز 03 على أدنى متوسط حسابي مقدر ب 39.11 ± 149 في قياس الطول وهذا يدل على أن لاعب المركز 03 لا يكتسب هذه القدرة بدرجة مرتفعة عكس لاعبي المراكز الأخرى.



نتائج اللاعبين في قياس الوزن

الجدول رقم (07) يبين قيم F المحسوبة في اختبار قياس الوزن بين مراكز اللاعبين

المتغير	مصادر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	F المحسوبة	مستوى الدلالة	قيمة F الجدولية
اختبار	بين المجموعات	41.08	5	8.21	0.62	0.05	2.38
	داخل المجموعات	715.1	54	13.24			

			00	59	756.18	المجموع	الوزن
--	--	--	----	----	--------	---------	-------

من خلال الجدول أعلاه يتبين أن مجموع المربعات بين المجموعات بلغ 41.08 وداخل المجموعات بلغ 715.1، أما متوسط المربعات بين المجموعات 8.21 وداخل المجموعات بلغ 13.24 عند درجة الحرية (59) فكانت قيمة F المحسوبة 0.62 وهي أصغر من قيمة F الجدولية المقدر بـ 2.38 عند مستوى الدلالة 0.05 مما يعني وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعات وداخلها.

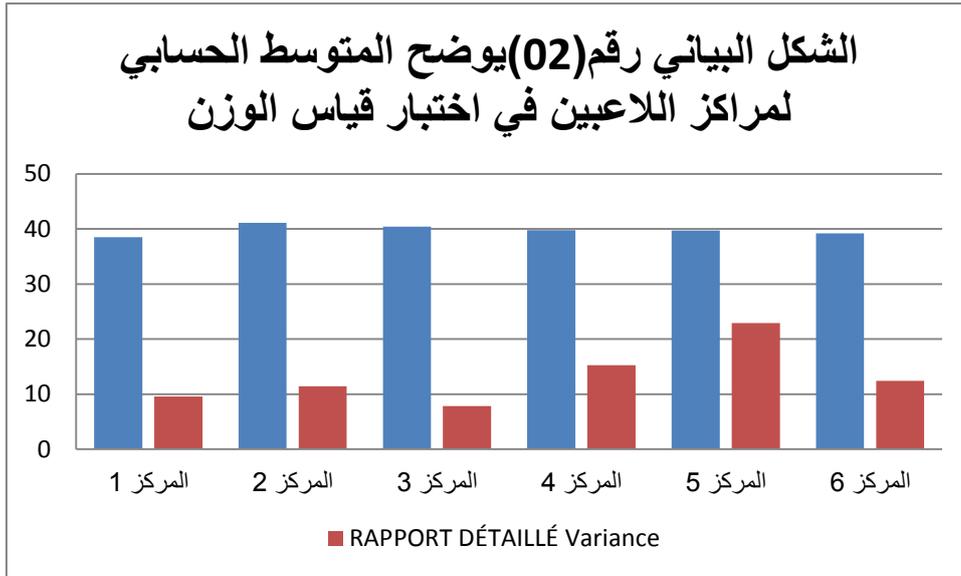
جدول رقم (08) يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لمراكز اللاعبين في اختبار الوزن

المراكز	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
المركز 1	38.5	9.61
المركز 2	41.1	11.43
المركز 3	10.4	7.82
المركز 4	39.8	15.28
المركز 5	39.7	22.9
المركز 6	39.2	12.4

من خلال الجدول الأول أعلاه :

بالنسبة للنتائج:-تحصل لاعب المركز 02 على أعلى متوسط حسابي مقدر بـ 11.43 ± 41.1 في قياس الوزن وهذا يعني أن مركز 02 يتطلب رشاقة و مرونة عالية .

-في حين تحصل لاعب المركز 03 على أدنى متوسط حسابي مقدر بـ 7.82 ± 10.4 في قياس الوزن وهذا يدل على أن لاعب المركز 03 لا يكتسب هذه القدرة بدرجة مرتفعة عكس لاعبي المراكز الأخرى.



نتائج اللاعبين في قياس فتح الذراعين :

الجدول رقم (09) يبين قيم F المحسوبة في اختبار فتح الذراعين: بين مراكز اللاعبين

المتغير	مصادر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	F المحسوبة	مستوى الدلالة	قيمة F الجدولية
اختبار فتح الذراعين	بين المجموعات	1413.08	5	282.61	7.49	0.05	2.38
	داخل المجموعات	2037.1	54	37.72			
	المجموع	3450.18	59	00			

من خلال الجدول أعلاه يتبين أن مجموع المربعات بين المجموعات بلغ 1413.08 وداخل المجموعات بلغ 2037.1، أما متوسط المربعات بين المجموعات 282.61 وداخل المجموعات بلغ 37.72 عند درجة الحرية (59) فكانت قيمة F المحسوبة 7.49 وهي أكبر من قيمة F الجدولية المقدر بـ 2.38 عند مستوى الدلالة 0.05 مما يعني وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعات وداخلها.

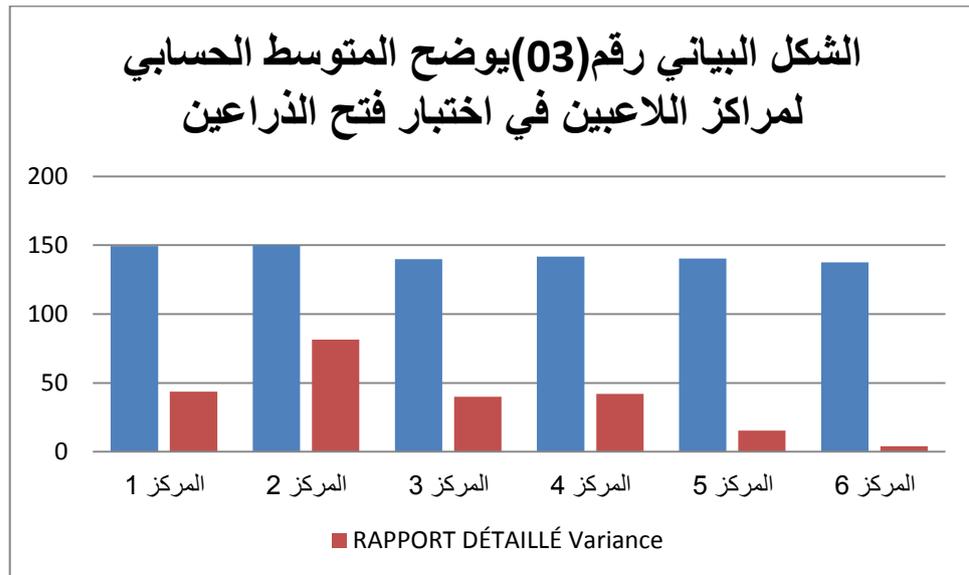
جدول رقم (10) يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لمراكز اللاعبين في اختبار فتح الذراعين:

المراكز	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
المركز 1	149.5	43.61
المركز 2	150.2	81.51
المركز 3	139.9	39.87
المركز 4	141.8	41.95
المركز 5	140.3	15.34
المركز 6	137.6	4.04

من خلال الجدول الأول أعلاه :

بالنسبة للنتائج:-تحصل لاعب المركز 02 على أعلى متوسط حسابي مقدر ب 81.51 ± 150.2 في قياس فتح الذراعين وهذا يعني أن مركز 02 يتطلب رشاقة و مرونة عالية لتساعده في الضرب الساحق.

-في حين تحصل لاعب المركز 06 على أدنى متوسط حسابي مقدر ب 4.04 ± 137.6 في قياس فتح الذراعين وهذا يدل على أن لاعب المركز 06 لا يكتسب هذه القدرة بدرجة مرتفعة عكس لاعبي المراكز الأخرى.



نتائج اللاعبين في قياس الإرتقاء:

الجدول رقم (11) يبين قيم F المحسوبة في قياس الإرتقاء بين مراكز اللاعبين

المتغير	منصادر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	F المحسوبة	مستوى الدلالة	قيمة F الجدولية
اختبار الإرتقاء	بين المجموعات	454.88	5	90.97	2.34	0.05	2.38
	داخل المجموعات	2093.7	54	38.77			
	المجموع	2548.58	59	00			

من خلال الجدول أعلاه يتبين أن مجموع المربعات بين المجموعات بلغ 454.88 وداخل المجموعات بلغ 2093.7، أما متوسط المربعات بين المجموعات 90.97 وداخل المجموعات بلغ 38.77 عند درجة الحرية (59) فكانت قيمة F المحسوبة 2.34 وهي أصغر من قيمة F الجدولية المقدر بـ 2.38 عند مستوى الدلالة 0.05 مما يعني وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعات وداخلها.

جدول رقم (12) يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لمراكز اللاعبين في قياس الإرتقاء:

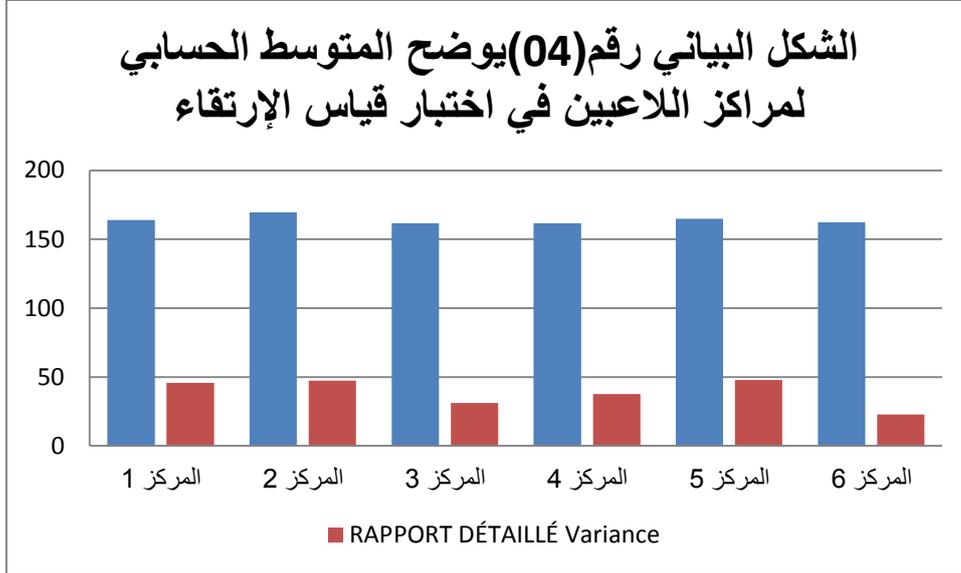
المراكز	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
المركز 1	164.1	45.87
المركز 2	169.6	47.37
المركز 3	161.8	31.06
المركز 4	161.6	37.6
المركز 5	165	47.77
المركز 6	162.4	22.93

من خلال الجدول الأول أعلاه :

-بالنسبة للنتائج:

-تحصل لاعب المركز 02 على أعلى متوسط حسابي مقدر بـ 47.37 ± 169.6 في قياس الإرتقاء وهذا يعني أن مركز 02 يتطلب إرتقاء جيد يحتاجه في الضرب الساحق و الصد .

-في حين تحصل لاعب المركز 04 على أدنى متوسط حسابي مقدر ب 37.6 ± 161.6 في قياس الإرتقاء وهذا يدل على أن لاعب المركز 04 لا يكتسب هذه القدرة بدرجة مرتفعة عكس لاعبي المراكز الأخرى.



مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الأولى :

من خلال النتائج المتحصل عليها في الجداول 11,09,07,05, وجدنا في قياس الطول:

-المركز الأول : أن المتوسط الحسابي 149.8, و إنحراف معياري 26.04, عند مستوى الدلالة 0.05, و درجة حرية 59, وجدنا F الجدولية 2.38 و F المحسوبة 0.56 .
كما يمكن القول انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية .

-المركز الثاني : أن المتوسط الحسابي 151.2, و إنحراف معياري 13.51, عند مستوى الدلالة 0.05, و درجة حرية

59, وجدنا F الجدولية 2.38 و F المحسوبة 0.56.

كما يمكن القول انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية .

-المركز الثالث : أن المتوسط الحسابي 149, و إنحراف معياري 39.11, عند مستوى الدلالة 0.05, و درجة حرية

59, وجدنا F الجدولية 2.38 و F المحسوبة 0.56.

كما يمكن القول انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية .

-المركز الرابع : أن المتوسط الحسابي 152.4, و إنحراف معياري 45.82, عند مستوى الدلالة 0.05, و درجة حرية

59, وجدنا F الجدولية 2.38 و F المحسوبة 0.56.

- كما يمكن القول انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية .
- المركز الخامس : أن المتوسط الحسابي 152.3, و إنحراف معياري 33.34, عند مستوى الدلالة 0.05, و درجة حرية 59, وجدنا F الجدولية 2.38 و F المحسوبة 0.56.
- كما يمكن القول انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية .
- المركز السادس : أن المتوسط الحسابي 150.1, و إنحراف معياري 46.1, عند مستوى الدلالة 0.05, و درجة حرية 59, وجدنا F الجدولية 2.38 و F المحسوبة 0.56.
- كما يمكن القول انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية .
- إذا يمكن القول أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين مراكز اللاعبين في قياس الطول , لأن F المحسوبة أصغر من F الجدولية.
- و وجدنا في قياس الوزن:
- المركز الأول : أن المتوسط الحسابي 38.5, و إنحراف معياري 9.61, عند مستوى الدلالة 0.05, و درجة حرية 59, وجدنا F الجدولية 2.38 و F المحسوبة 0.62.
- كما يمكن القول انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية .
- المركز الثاني : أن المتوسط الحسابي 41.1, و إنحراف معياري 11.43, عند مستوى الدلالة 0.05, و درجة حرية 59, وجدنا F الجدولية 2.38 و F المحسوبة 0.62.
- كما يمكن القول انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية .
- المركز الثالث : أن المتوسط الحسابي 10.4, و إنحراف معياري 7.82, عند مستوى الدلالة 0.05, و درجة حرية 59, وجدنا F الجدولية 2.38 و F المحسوبة 0.62.
- كما يمكن القول انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية .
- المركز الرابع : أن المتوسط الحسابي 39.8, و إنحراف معياري 15.28, عند مستوى الدلالة 0.05, و درجة حرية 59, وجدنا F الجدولية 2.38 و F المحسوبة 0.62.
- كما يمكن القول انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية .

-**المركز الخامس**: أن المتوسط الحسابي 39.7, و إنحراف معياري 22.9, عند مستوى الدلالة 0.05, و درجة حرية

59, وجدنا F الجدولية 2.38 و F المحسوبة 0.62.

كما يمكن القول انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية .

-**المركز السادس**: أن المتوسط الحسابي 39.2, و إنحراف معياري 12.4, عند مستوى الدلالة

0.05, و درجة حرية

59, وجدنا F الجدولية 2.38 و F المحسوبة 0.62.

كما يمكن القول انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية .

إذا يمكن القول أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين مراكز اللاعبين في قياس الوزن , لأن F المحسوبة أصغر من F الجدولية.

و وجدنا في قياس فتح الذراعين:

-**المركز الأول**: أن المتوسط الحسابي 149.5, و إنحراف معياري 43.61, عند مستوى الدلالة

0.05, و درجة حرية 59, وجدنا F الجدولية 2.38 و F المحسوبة 7.49.

كما يمكن القول انه توجد فروق ذات دلالة إحصائية .

-**المركز الثاني**: أن المتوسط الحسابي 150.2, و إنحراف معياري 81.51, عند مستوى الدلالة

0.05, و درجة حرية

59, وجدنا F الجدولية 2.38 و F المحسوبة 7.49.

كما يمكن القول انه توجد فروق ذات دلالة إحصائية .

-**المركز الثالث**: أن المتوسط الحسابي 139.9, و إنحراف معياري 39.87, عند مستوى الدلالة

0.05, و درجة حرية

59, وجدنا F الجدولية 2.38 و F المحسوبة 7.49.

كما يمكن القول انه توجد فروق ذات دلالة إحصائية .

-**المركز الرابع**: أن المتوسط الحسابي 151.8, و إنحراف معياري 41.95, عند مستوى الدلالة

0.05, و درجة حرية

59, وجدنا F الجدولية 2.38 و F المحسوبة 7.49.

كما يمكن القول انه توجد فروق ذات دلالة إحصائية .

-**المركز الخامس**: أن المتوسط الحسابي 140.3, و إنحراف معياري 15.34, عند مستوى

الدلالة 0.05, و درجة حرية

59, وجدنا F الجدولية 2.38 و F المحسوبة 7.49.

كما يمكن القول انه توجد فروق ذات دلالة إحصائية .

-المركز السادس : أن المتوسط الحسابي 137.6, و إنحراف معياري 4.04, عند مستوى الدلالة

0.05, و درجة حرية

59, وجدنا F الجدولية 2.38 و F المحسوبة 7.49.

كما يمكن القول انه توجد فروق ذات دلالة إحصائية .

إذا يمكن القول أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين مراكز اللاعبين في قياس فتح الذراعين , لأن

F المحسوبة أكبر من F الجدولية.

و وجدنا في قياس الإرتقاء :

-المركز الأول : أن المتوسط الحسابي 164.1, و إنحراف معياري 45.87, عند مستوى الدلالة

0.05, و درجة حرية 59, وجدنا F الجدولية 2.38 و F المحسوبة 2.34.

كما يمكن القول انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية .

-المركز الثاني : أن المتوسط الحسابي 169.6, و إنحراف معياري 47.37, عند مستوى الدلالة

0.05, و درجة حرية

59, وجدنا F الجدولية 2.38 و F المحسوبة 2.34.

كما يمكن القول انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية .

-المركز الثالث : أن المتوسط الحسابي 161.8, و إنحراف معياري 31.06, عند مستوى الدلالة

0.05, و درجة حرية

59, وجدنا F الجدولية 2.38 و F المحسوبة 2.34.

كما يمكن القول انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية .

-المركز الرابع : أن المتوسط الحسابي 161.6, و إنحراف معياري 37.6, عند مستوى الدلالة

0.05, و درجة حرية

59, وجدنا F الجدولية 2.38 و F المحسوبة 2.34.

كما يمكن القول انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية .

-المركز الخامس : أن المتوسط الحسابي 165, و إنحراف معياري 47.77, عند مستوى الدلالة

0.05, و درجة حرية

59, وجدنا F الجدولية 2.38 و F المحسوبة 2.34.

كما يمكن القول انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية .

-المركز السادس : أن المتوسط الحسابي 162.4, و إنحراف معياري 22.93, عند مستوى

الدلالة 0.05, و درجة حرية

59, وجدنا F الجدولية 2.38 و F المحسوبة 2.34.

كما يمكن القول انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية .

إذا يمكن القول أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين مراكز اللاعبين في قياس الإرتقاء , لأن F المحسوبة أصغر من F الجدولية.

ومنه يتميز اللاعبون بنفس المستوى في قياس الطول و قياس الوزن و قياس الإرتقاء في مراكز اللعب ولا يتميزون بنفس المستوى في قياس فتح الذراعين في مراكز اللعب .

ويعتبر الطول ذا أهمية كبرى في العديد من الأنشطة الرياضية ، سواء كان الطول الكلي للجسم أو بعض أطراف الجسم .

الوزن المثالي هو الوزن الذي يجب أن يكون عليه الفرد تماما ويكون منسوبا إلى طوله .

- يرى الطالبان الباحثان أن صفة فتح الذراعين تعتبر صفة محددة للإنجاز الرياضي ، حيث تعتبر مؤشر انثروبومتري مهم .

- كما يرى الباحثين في المجال الرياضي من بينهم بلاتونوف، 1994، و شيفرد ، 1999 ، على أن اللياقة البدنية بعناصرها الرئيسية أهمية أساسية عند ممارسة أي نشاط بدني ، حيث تعتبر حجر الأساس لممارسة جميع الأنشطة البدنية بإعتبارها إحدى أوجه اللياقة الشاملة .

- وكما يشير علاوي و رضوان ، 2000، الى أن اللياقة البدنية كانت و مازالت إحدى الأهداف الهامة للتربية البدنية ، كما أن قياسها و تميمتها هي الموضوعات التي شغلت إهتمامات المجتمعات المختلفة ، وكما أشاروا العالمان المذكورين أعلاه أن المعايير تساهم في التعرف إلى مستويات أداء الأفراد الرياضيين و تصنيفهم إلى مستويات كالمستوى المتوسط أو فوق المتوسط .

- ويذكر أرمورو و جاكسون ، 2002، أن إختبارات اللياقة البدنية عنصر مهم في معظم برامج التربية البدنية ، لأنه يوفر معلومات كافية نستطيع من خلالها تفسير نتائج الإختبارات . حيث وجد أن هناك فروق في القياسات الانثروبومترية حسب مراكز اللاعبين في إختبار فتح الذراعين .

ومن خلال كل هذا نستطيع القول أن الفرضية الأولى القائلة "توجد فروق دالة إحصائية بين مراكز اللاعبين في نتائج القياسات الأنتروبومترية لدى التلاميذ المشاركين في الرياضة المدرسية تخصص الكرة الطائرة" قد تحققت جزئياً.

- عرض ومناقشة نتائج التساؤل الثاني: هل توجد فروق دالة إحصائية بين مراكز اللاعبين في نتائج اختبارات الأداء المهاري لدى التلاميذ المشاركين في الرياضة المدرسية تخصص الكرة الطائرة ؟
نتائج اللاعبين في قياس التمرير :

الجدول رقم (13) يبين قيم F المحسوبة في اختبار التمرير: بين مراكز اللاعبين

المتغير	منصادر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	F المحسوبة	مستوى الدلالة	قيمة F الجدولية
اختبار التمرير	بين المجموعات	7.8	5	1.56	1.08	0.05	2.38
	داخل المجموعات	77.6	54	1.43			
	المجموع	85.4	59	00			

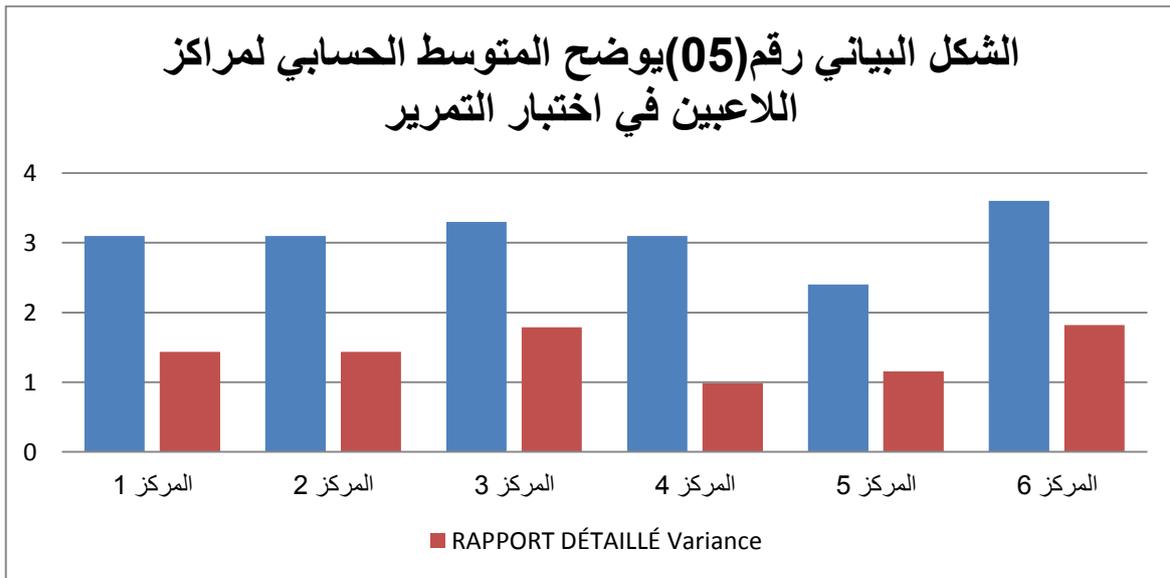
من خلال الجدول أعلاه يتبين أن مجموع المربعات بين المجموعات بلغ 7.8 وداخل المجموعات بلغ 77.6، أما متوسط المربعات بين المجموعات 1.56 وداخل المجموعات بلغ 1.43 عند درجة الحرية (59) فكانت قيمة F المحسوبة 1.08 وهي أصغر من قيمة F الجدولية المقدر بـ 2.38 عند مستوى الدلالة 0.05 مما يعني وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعات وداخلها.
جدول رقم (14) يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لمراكز اللاعبين في اختبار التمرير :

المراكز	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
المركز 1	3.1	1.43
المركز 2	3.1	1.43

المركز 3	3.3	1.78
المركز 4	3.1	0.98
المركز 5	2.4	1.15
المركز 6	3.6	1.82

من خلال الجدول الأول أعلاه : بالنسبة للنتائج:-تحصل لاعب المركز 06 على أعلى متوسط حسابي مقدر ب 1.82 ± 3.6 في قياس التمرير وهذا يعني أن مركز 06 يتطلب التمرير الجيد لتساعده في كيفية التمرير الجيد للمراكز الأخرى.

-في حين تحصل لاعب المركز 05 على أدنى متوسط حسابي مقدر ب 1.15 ± 2.4 في قياس التمرير وهذا يدل على أن لاعب المركز 05 لا يكتسب هذه القدرة بدرجة مرتفعة عكس لاعبي المراكز الأخرى.



نتائج اللاعبين في قياس الإرسال :

الجدول رقم (15) يبين قيم F المحسوبة في اختبار الإرسال: بين مراكز اللاعبين

المتغير	منصادر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	F المحسوبة	مستوى الدلالة	قيمة F الجدولية
اختبار الإرسال	بين المجموعات	4.53	5	0.90	0.88	0.05	2.38
	داخل المجموعات	55.2	54	1.02			

			00	59	59.73	المجموع	
--	--	--	----	----	-------	---------	--

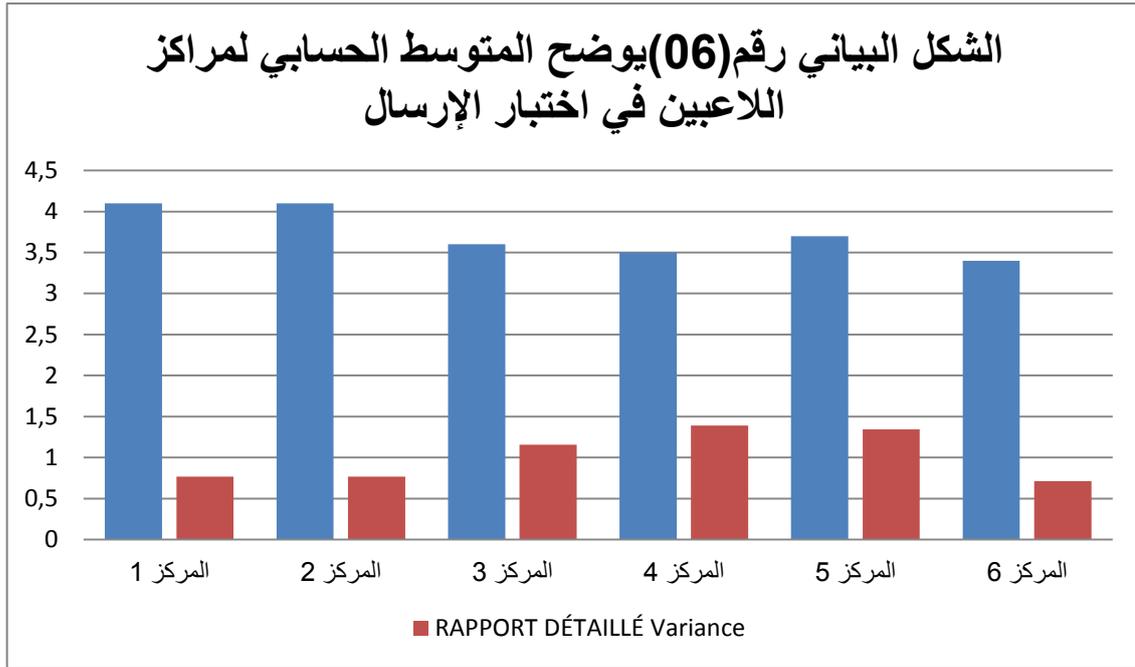
من خلال الجدول أعلاه يتبين أن مجموع المربعات بين المجموعات بلغ 4.53 وداخل المجموعات بلغ 55.2، أما متوسط المربعات بين المجموعات 0.90 وداخل المجموعات بلغ 1.02 عند درجة الحرية (59) فكانت قيمة F المحسوبة 0.88 وهي أصغر من قيمة F الجدولية المقدر بـ 2.38 عند مستوى الدلالة 0.05 مما يعني وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعات وداخلها.

جدول رقم (16) يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لمراكز اللاعبين في اختبار الإرسال:

المراكز	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
المركز 1	4.1	0.76
المركز 2	4.1	0.76
المركز 3	3.6	1.15
المركز 4	3.5	1.38
المركز 5	3.7	1.34
المركز 6	3.4	0.71

من خلال الجدول الأول أعلاه : بالنسبة للنتائج:-تحصل لاعب المركز 01 و 02 على أعلى متوسط حسابي مقدر بـ 4.1 ± 0.76 في قياس الإرسال وهذا يعني أن مركز 01 يتطلب الإرسال الجيد لتساعده في تمرير الكرة الى الجزء الثاني من الملعب اي جهة الخصم.

-في حين تحصل لاعب المركز 06 على أدنى متوسط حسابي مقدر بـ 3.4 ± 0.71 في قياس الإرسال وهذا يدل على أن لاعب المركز 06 لا يكتسب هذه القدرة بدرجة مرتفعة عكس لاعبي المركز 01.



نتائج اللاعبين في اختبار الضرب الساحق:

الجدول رقم (17) يبين قيم F المحسوبة في اختبار الضرب الساحق بين مراكز اللاعبين

المتغير	منصادر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	F المحسوبة	مستوى الدلالة	قيمة F الجدولية
اختبار الضرب الساحق	بين المجموعات	2.73	5	0.54	0.64	0.05	2.38
	داخل المجموعات	46	54	0.85			
	المجموع	48.73	59	00			

من خلال الجدول أعلاه يتبين أن مجموع المربعات بين المجموعات بلغ 2.73 وداخل المجموعات بلغ 46، أما متوسط المربعات بين المجموعات بلغ 0.54 وداخل المجموعات بلغ 0.85 عند درجة الحرية (59) فكانت قيمة F المحسوبة 0.64 وهي أصغر من قيمة F الجدولية المقدر بـ 2.38 عند مستوى الدلالة 0.05 مما يعني وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعات وداخلها.

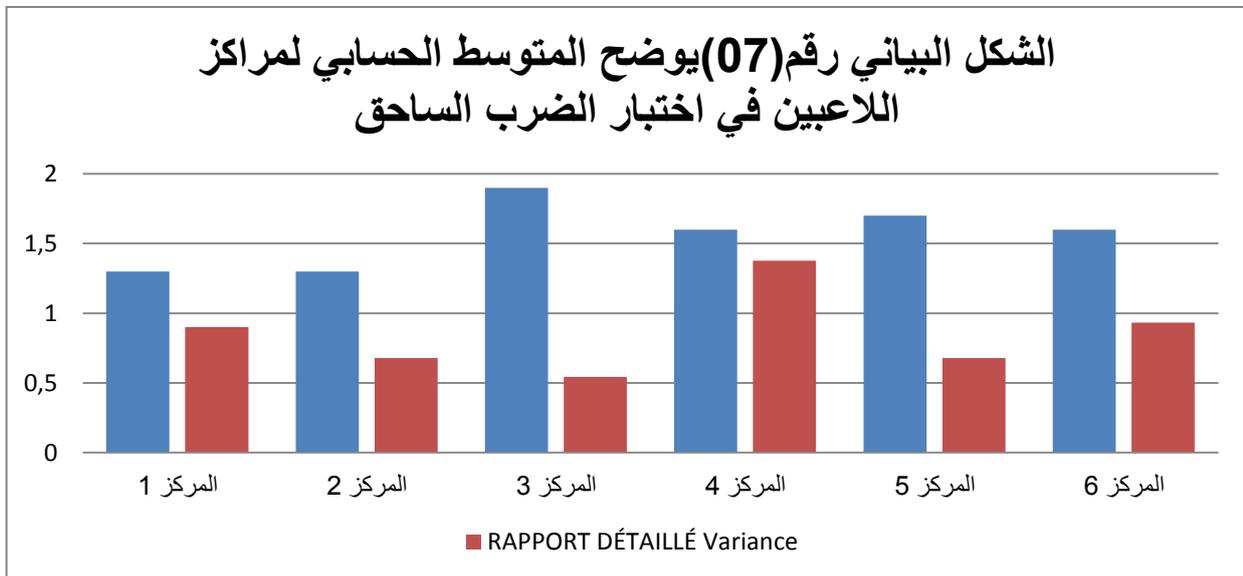
جدول رقم (18) يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لمراكز اللاعبين في اختبار الضرب الساحق:

المراكز	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
---------	-----------------	-------------------

0.9	1.3	المركز 1
0.67	1.3	المركز 2
0.54	1.9	المركز 3
1.37	1.6	المركز 4
0.67	1.7	المركز 5
0.93	1.6	المركز 6

من خلال الجدول الأول أعلاه : بالنسبة للنتائج:-تحصل لاعب المركز 03 على أعلى متوسط حسابي مقدر ب 0.54 ± 1.9 في قياس الضرب الساحق وهذا يعني أن مركز 03 يتطلب الضرب الساحق الجيد لتساعده في كسب نقطة لفريقه ضد الخصم.

-في حين تحصل لاعب المركز 01 و 02 على أدنى متوسط حسابي مقدر ب 0.9 ± 1.3 و 0.67 ± 1.3 في قياس الضرب الساحق وهذا يدل على أن لاعب المركز 01 و 02 يكتسبان هذه القدرة بدرجة مرتفعة عكس لاعبي المركز 03 و 06.



مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية:

من خلال النتائج المتحصل عليها في الجداول 13, 15, 17, وجدنا :

-فيقياس التمرير:

-المركز الأول : أن المتوسط الحسابي 3.1, و إنحراف معياري 1.43, عند مستوى الدلالة 0.05, و

درجة حرية 59, وجدنا F الجدولية 2.38 و F المحسوبة 1.08.

كما يمكن القول انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية .

-المركز الثاني: أن المتوسط الحسابي 3.1, و إنحراف معياري 1.43, عند مستوى الدلالة

0.05, و درجة حرية

59, وجدنا F الجدولية 2.38 و F المحسوبة 1.08.

كما يمكن القول انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية .

-المركز الثالث: أن المتوسط الحسابي 3.3, و إنحراف معياري 1.78, عند مستوى الدلالة

0.05, و درجة حرية

59, وجدنا F الجدولية 2.38 و F المحسوبة 1.08.

كما يمكن القول انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية .

-المركز الرابع: أن المتوسط الحسابي 3.1, و إنحراف معياري 0.98, عند مستوى الدلالة

0.05, و درجة حرية

59, وجدنا F الجدولية 2.38 و F المحسوبة 1.08.

كما يمكن القول انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية .

-المركز الخامس: أن المتوسط الحسابي 2.4, و إنحراف معياري 1.15, عند مستوى الدلالة

0.05, و درجة حرية

59, وجدنا F الجدولية 2.38 و F المحسوبة 1.08.

كما يمكن القول انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية .

-المركز السادس: أن المتوسط الحسابي 3.6, و إنحراف معياري 1.82, عند مستوى الدلالة

0.05, و درجة حرية

59, وجدنا F الجدولية 2.38 و F المحسوبة 1.08.

كما يمكن القول انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية .

إذا يمكن القول أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين مراكز اللاعبين في قياس التمرير , لأن F

المحسوبة أصغر من F الجدولية.

و وجدنا في قياس الإرسال:

-المركز الأول: أن المتوسط الحسابي 4.1, و إنحراف معياري 0.76, عند مستوى الدلالة

0.05, و درجة حرية 59, وجدنا F الجدولية 2.38 و F المحسوبة 0.88.

كما يمكن القول انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية .

-**المركز الثاني**: أن المتوسط الحسابي 4.1, و إنحراف معياري 0.76, عند مستوى الدلالة 0.05, و درجة حرية

59, وجدنا F الجدولية 2.38 و F المحسوبة 0.88.

كما يمكن القول انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية .

-**المركز الثالث**: أن المتوسط الحسابي 3.6, و إنحراف معياري 1.15, عند مستوى الدلالة

0.05, و درجة حرية

59, وجدنا F الجدولية 2.38 و F المحسوبة 0.88.

كما يمكن القول انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية .

-**المركز الرابع**: أن المتوسط الحسابي 3.5, و إنحراف معياري 1.38, عند مستوى الدلالة

0.05, و درجة حرية

59, وجدنا F الجدولية 2.38 و F المحسوبة 0.88.

كما يمكن القول انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية .

-**المركز الخامس**: أن المتوسط الحسابي 3.7, و إنحراف معياري 1.34, عند مستوى الدلالة

0.05, و درجة حرية

59, وجدنا F الجدولية 2.38 و F المحسوبة 0.88.

كما يمكن القول انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية .

-**المركز السادس**: أن المتوسط الحسابي 3.4, و إنحراف معياري 0.71, عند مستوى الدلالة

0.05, و درجة حرية

59, وجدنا F الجدولية 2.38 و F المحسوبة 0.88.

كما يمكن القول انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية .

إذا يمكن القول أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين مراكز اللاعبين في قياس الإرسال , لأن F المحسوبة أصغر من F الجدولية.

وقياس الضرب الساحق :

-**المركز الأول** : أن المتوسط الحسابي 1.3, و إنحراف معياري 0.9, عند مستوى الدلالة 0.05, و

درجة حرية 59, وجدنا F الجدولية 2.38 و F المحسوبة 0.64.

كما يمكن القول انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية .

-**المركز الثاني**: أن المتوسط الحسابي 1.3, و إنحراف معياري 0.67, عند مستوى الدلالة

0.05, و درجة حرية

59, وجدنا F الجدولية 2.38 و F المحسوبة 0.64.

كما يمكن القول انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية .

-المركز الثالث : أن المتوسط الحسابي 1.9, و إنحراف معياري 0.54, عند مستوى الدلالة

0.05, و درجة حرية

59, وجدنا F الجدولية 2.38 و F المحسوبة 0.64.

كما يمكن القول انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية .

-المركز الرابع : أن المتوسط الحسابي 1.6, و إنحراف معياري 1.37, عند مستوى الدلالة 0.05, و

درجة حرية

59, وجدنا F الجدولية 2.38 و F المحسوبة 0.64.

كما يمكن القول انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية .

-المركز الخامس : أن المتوسط الحسابي 1.7, و إنحراف معياري 0.67, عند مستوى الدلالة

0.05, و درجة حرية

59, وجدنا F الجدولية 2.38 و F المحسوبة 0.64.

كما يمكن القول انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية .

-المركز السادس : أن المتوسط الحسابي 1.6, و إنحراف معياري 0.93, عند مستوى الدلالة

0.05, و درجة حرية

59, وجدنا F الجدولية 2.38 و F المحسوبة 0.64.

كما يمكن القول انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية .

إذا يمكن القول أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين مراكز اللاعبين في قياس الإرسال , لأن F المحسوبة أصغر من F الجدولية.

يتميز اللاعبين بنفس المستوى في الأداء المهاري من حيث التمرير , الإرسال, الضرب الساحق

. - يعتبر التمرير كما قال زينب فهمي و آخرون ، 1994

، من أهم العناصر الأساسية والرئيسية لتكتيك رياضة الكرة الطائرة، فبدون إتقان هذا العنصر لا يستطيع اللاعب أن يوجه الكرة إلى زميله بطريقة صحيحة، كما لا يستطيع الإعداد للهجوم بالسحق، نستطيع أن نقول أن التمرير هو قاعدة اللاعب بحيث يتطلّب تنقل سريع وتمركز جيد بدون كرة وتحريك كبير للذراعين خاصة تحرك جيد للأصابع، فبدونها لا يمكن أن يكون هناك لعب.

- كما قال محمد سعد زغلول و محمد لطفي السيد ، 2001 أن الإرسال في رياضة الكرة الطائرة الحديثة يمثل الإرسال أحد المهارات على الأقل التي يجب أن توضع في الاعتبار وتكون محور

اهتمام لكثير من المدربين ومساعدتهم وكذا اللاعبين، ويقول البعض أنّ الإرسال أحد الأسلحة المؤثرة والفعّالة الذي إذا ما استخدم بطريقة ملائمة أو مناسبة، تستطيع أن تشق طريقك من خلاله في المباراة.

- و كما قال حسان بوجليدة، نوفمبر 2006 ، إن الضربات السّاحقة هي إحدى الوسائل الرئيسيّة الهامة في إحراز النقاط و استخدامها غالبا ما يكون من اللّمسة الثالثة ويؤثر فيها عاملان هما: القوة والتّوجيه.

- يرى الطالبان الباحثان أن صفة التمرير و الإرسال و الضرب السّاحق تعتبر صفات محددة للأداء المهاري في الكرة الطائرة، حيث تعتبر مؤشر مهاري مهم حيث يعرفها زينب فهمي و آخرون ، 1994 ، محمد سعد زغلول و محمد لطفي السيد ، 2001 و حسان بوجليدة، نوفمبر 2006 أنها خاضية تتميز بها لعبة الكرة الطائرة .

- ولم تتفق دراستنا مع ما أكدته دراسة حسان بوجليدة، نوفمبر 2006 بعنوان " دروس نظرية في الكرة الطائرة."

حيث وجد أنه لا توجد فروق حسب مراكز اللاعبين في نتائج إختبارات الأداء المهاري لدى التلاميذ المشاركين في الرياضة المدرسية تخصص الكرة الطائرة.

ومن خلال كل هذا نستطيع القول أن الفرضية الثانية القائلة "توجد فروق دالة إحصائيا بين مراكز اللاعبين في نتائج إختبارات الأداء المهاري لدى التلاميذ المشاركين في الرياضة المدرسية تخصص الكرة الطائرة" لم تتحقق .

3- عرض ومناقشة نتائج التساؤل الثالث: ماهو مستوى التلاميذ المشاركين في الرياضة المدرسية في نتائج القياسات الانتروبومترية واختبارات الأداء المهاري تخصص كرة الطائرة ؟

لأجل تقويم حالة التلاميذ من ناحية القياسات الأنتروبومترية واختبارات الأداء التي خضع لها لجأ الباحثان إلى طريقة تقنين الاختبارات أي تحويل الدرجات الخام إلى مستويات معيارية مباشرة، وعليه تم استخدام المعالم الاحصائية التي تبنى عليها الجداول المعيارية، إذ يكون بناؤها على اساس الإنجاز، وعلى اساس ان النتائج تتوزع توزيعا طبيعيا.

وفي التوزيع الطبيعي تكون النسبة المئوية للحالات الواقعة بين العلامات المعيارية للمنحى الطبيعي والبالغة (99.73%) تتحصر ضمن (3) انحرافات معيارية عن الوسط الحسابي، وهذا ما أتاح للباحث تقسيم المدى إلى (6) وحدات وعلى ثلاث مستويات اختارها الباحث، حيث جعل المستوى الواحد بمدى

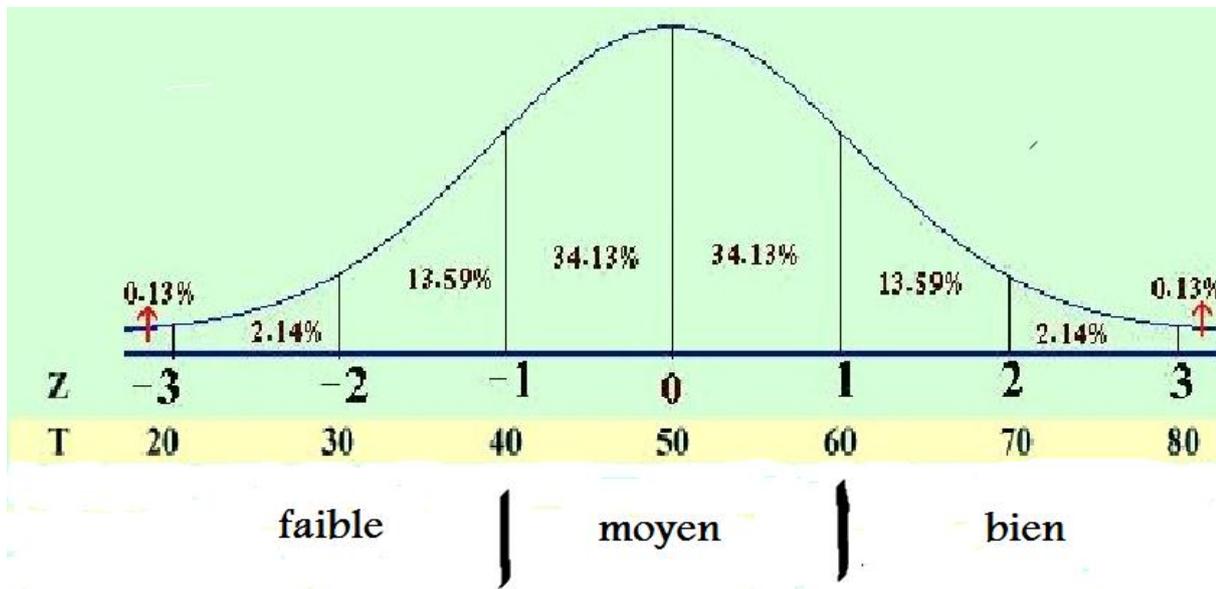
(2) وحدة من وحدات العلامات المعيارية والتي تقابل (33.3) درجة في التقسيم المئوية لدرجات المعيارية المعدلة وكما هو موضح في الشكل رقم (08)

المستويات المعيارية :

المستوى الأول :ضعيف

المستوى الثاني :متوسط

المستوى الثالث:جيد



بالنسبة للقياسات الأنتروبوومترية :

1-المستويات المعيارية في قياس الطول :

الجدول رقم (19) يوضح المستويات المعيارية في قياس الطول حسب مراكز اللاعبين :

جيد	متوسط	ضعيف	المراكز	
205.3--- 183.6	183.5--- 161.8	161.7--- 140	الدرجة المعيارية	المركز الأول
158.02—152.02	152.01—146.01	146-----140	الدرجة الخام	

212.8---190.6	190.5---168.3	168.2----146	الدرجة المعيارية	المركز الثاني
160----155.34	155.33-150.67	150.66----146	الدرجة الخام	
204.7---183.2	183.1---161.6	161.5----140	الدرجة المعيارية	المركز الثالث
160----152.34	152.33--146.67	146.66----140	الدرجة الخام	
206.1---184.8	184.7---163.4	163.3----142	الدرجة المعيارية	المركز الرابع
160----154.01	154----148.02	148.01----142	الدرجة الخام	
207.9----186	185.9----164	163.9----142	الدرجة المعيارية	المركز الخامس
160----154.02	---148.01 154.01	148----142	الدرجة الخام	
----184.14 206.2	---162.07 184.13	162.06----140	الدرجة المعيارية	المركز السادس
160----153.33	---146.67 153.32	146.66----140	الدرجة الخام	

الجدول رقم (20) يوضح العدد والنسبة المئوية للاعبين في قياس الطول حسب مراكز اللاعبين :

المراكز						المستويات المعيارية حسب المنحنى الطبيعي	
ضعيف		متوسط		جيد			
العدد	%	العدد	%	العدد	%		
3	30	4	40	3	30	المركز 1	
5	50	4	40	1	10	المركز 2	
3	30	4	40	3	30	المركز 3	
4	40	2	20	4	40	المركز 4	
2	20	5	50	3	30	المركز 5	
3	30	4	40	3	30	المركز 6	

من خلال الجدول أعلاه وجدنا :

بالنسبة للمركز 1:

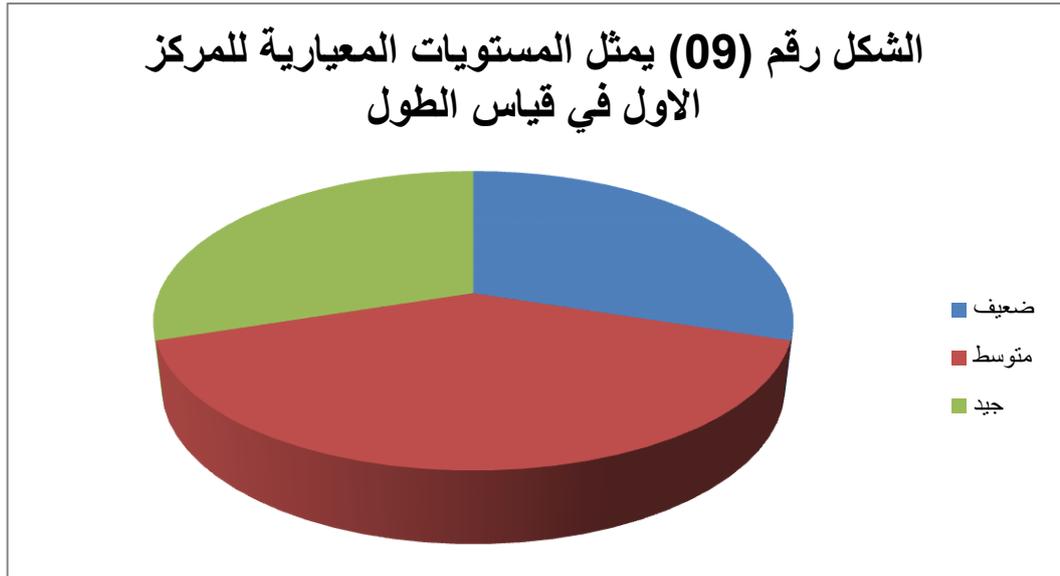
المستوى الجيد: بلغ عدد المركز الأول بنسبة مئوية مقدرة بـ 30

المستوى المتوسط: بلغ عدد المركز الأول نسبة مئوية مقدرة بـ 40

المستوى الضعيف: بلغ المركز الأول بنسبة مئوية مقدرة بـ 30

ومنه تحصل أغلب تلاميذ المركز الأول على مستوى متوسط في قياس الطول.

ويرى الطالب الباحث أو يستنتج من خلال الجدول أعلاه أن المستوى المتوسط أخذ أكبر نسبة مئوية المقدرة بـ 40% فيما تساوى المستويين الجيد و الضعيف بنسبة مقدرة 30% وهذا يعني أن المركز الأول تميز بمستوى متوسط في قياس الطول.



بالنسبة للمركز 2:

المستوى الجيد: بلغ عدد المركز الثانيسبة مئوية مقدرة ب10

المستوى المتوسط: بلغ عدد المركز الثاني نسبة مئوية مقدرة ب40

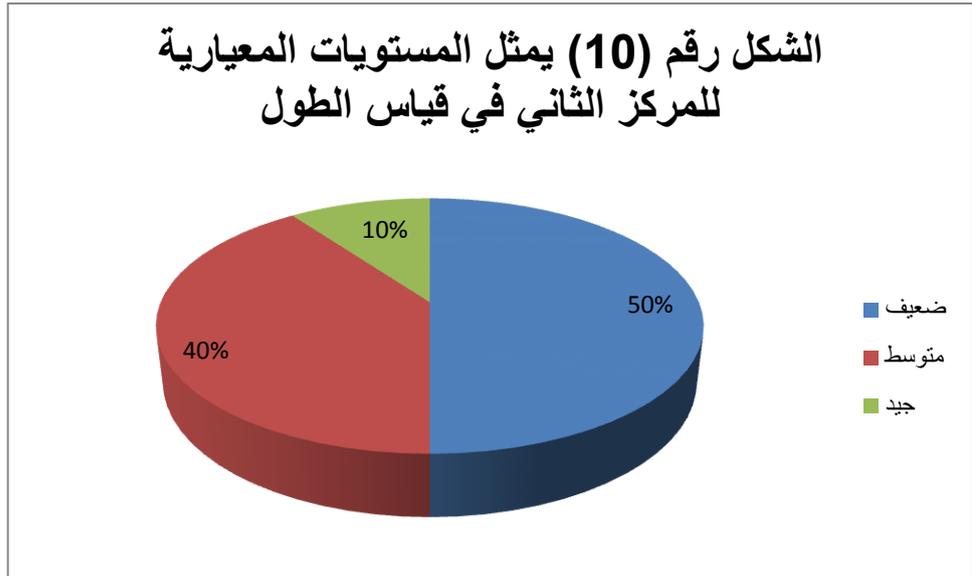
المستوى الضعيف: بلغ المركز الثانيسبة مئوية مقدرة ب50

ومنه تحصل أغلب تلاميذ المركز الثاني على مستوى ضعيف في قياس الطول.

ويرى الطالب الباحث أو يستنتج من خلال الجدول أعلاه أن المستوى الضعيف أخذ أكبر نسبة مئوية

المقدرة ب 50% فيما تحصل المستوى المتوسط بنسبة مقدرة 40% فيما تحصل المستوى الجيد

بنسبة مقدرة 10% وهذا يعني أن المركز الثاني تميز بمستوى ضعيف في قياس الطول.



بالنسبة للمركز 3:

المستوى الجيد: بلغ عدد المركز الثالث نسبة مئوية مقدرة بـ 30

المستوى المتوسط: بلغ عدد المركز الثالث نسبة مئوية مقدرة بـ 40

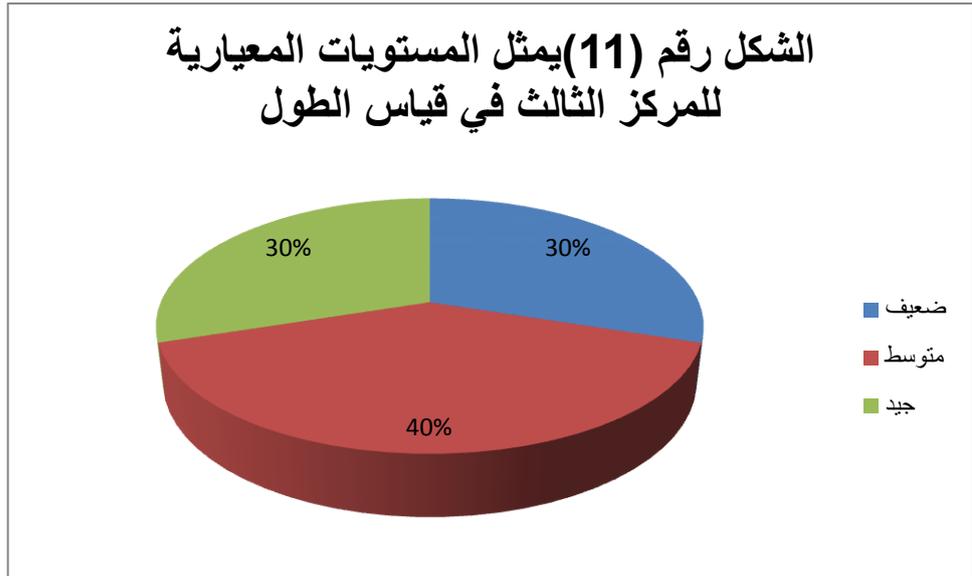
المستوى الضعيف: بلغ المركز الثالث بنسبة مئوية مقدرة بـ 30

ومنه تحصل أغلب تلاميذ المركز الثالث على مستوى متوسط في قياس الطول.

ويرى الطالب الباحث أو يستنتج من خلال الجدول أعلاه أن المستوى المتوسط أخذ أكبر نسبة مئوية

المقدرة بـ 40% فيما تساوى المستويين الجيد و الضعيف بنسبة مقدرة 30% وهذا يعني أن المركز

الثالث تميز بمستوى متوسط في قياس الطول.



بالنسبة للمركز 4:

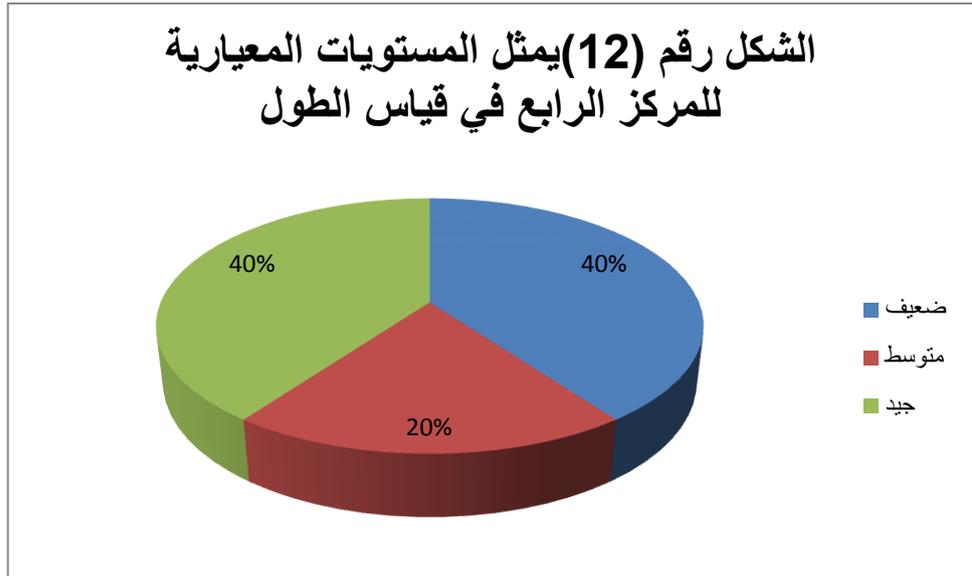
المستوى الجيد: بلغ عدد المركز الرابع نسبة مئوية مقدرة بـ 40

المستوى المتوسط: بلغ عدد المركز الرابع نسبة مئوية مقدرة بـ 20

المستوى الضعيف: بلغ المركز الرابع بنسبة مئوية مقدرة بـ 40

ومنه تحصل أغلب تلاميذ المركز الرابع على مستوى جيد و ضعيف في قياس الطول.

ويرى الطالب الباحث أو يستنتج من خلال الجدول أعلاه أن المستوى المتوسط أخذ أصغر نسبة مئوية المقدرة بـ 20% فيما تساوى المستويين الجيد و الضعيف بنسبة مقدرة 40% وهذا يعني أن المركز الرابع تميز بمستوى جيد و ضعيف في قياس الطول.



بالنسبة للمركز 5:

المستوى الجيد: بلغ عدد المركز الخامس نسبة مئوية مقدرة بـ 30

المستوى المتوسط: بلغ عدد المركز الخامس نسبة مئوية مقدرة بـ 50

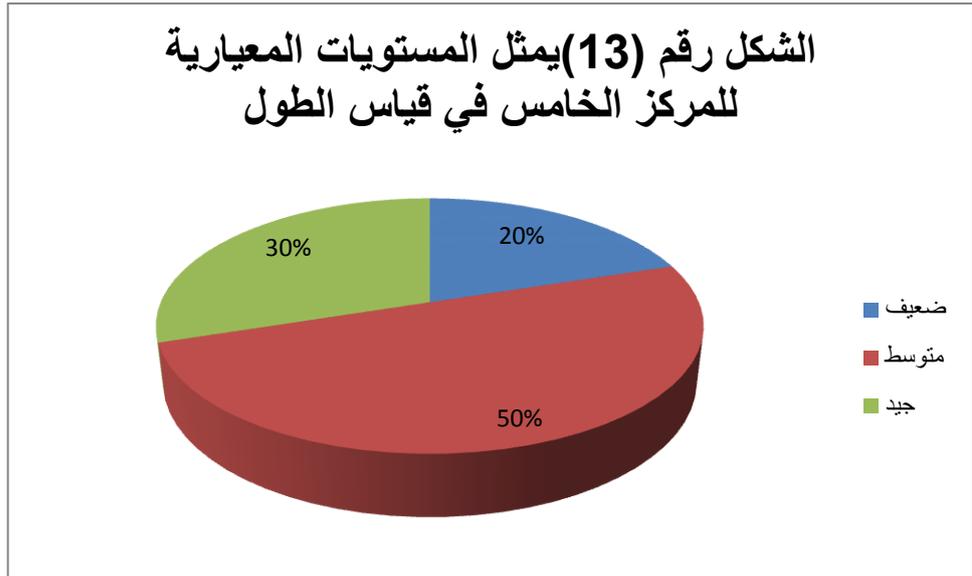
المستوى الضعيف: بلغ المركز الخامس بنسبة مئوية مقدرة بـ 20

ومنه تحصل أغلب تلاميذ المركز الخامس على مستوى متوسط في قياس الطول.

ويرى الطالب الباحث أو يستنتج من خلال الجدول أعلاه أن المستوى المتوسط أخذ أكبر نسبة مئوية

المقدرة بـ 50% فيما تحصل المستوى الجيد بنسبة مقدرة 30% فيما تحصل المستوى الضعيف

بنسبة مقدرة 20% وهذا يعني أن المركز الخامس تميز بمستوى متوسط في قياس الطول.



بالنسبة للمركز 6:

المستوى الجيد: بلغ عدد المركز السادس نسبة مئوية مقدرة بـ 30

المستوى المتوسط: بلغ عدد المركز السادس نسبة مئوية مقدرة بـ 40

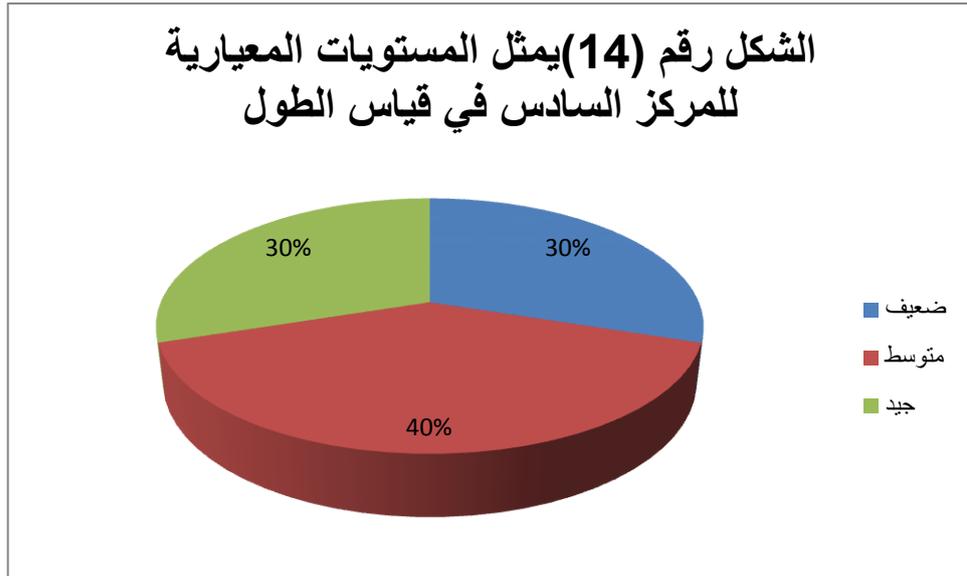
المستوى الضعيف: بلغ المركز السادس بنسبة مئوية مقدرة بـ 30

ومنه تحصل أغلب تلاميذ المركز السادس على مستوى متوسط في قياس الطول.

ويرى الطالب الباحث أو يستنتج من خلال الجدول أعلاه أن المستوى المتوسط أخذ أكبر نسبة مئوية

المقدرة بـ 40% فيما تساوى المستويين الجيد و الضعيف بنسبة مقدرة 30% وهذا يعني أن المركز

السادس تميز بمستوى متوسط في قياس الطول.



-المستويات المعيارية في قياس الوزن:

الجدول رقم (21) يوضح المستويات المعيارية في قياس الوزن حسب مراكز اللاعبين :

المراكز	ضعيف	متوسط	جيد
المركز الأول	الدرجة المعيارية	79.5---57.3	101.8----79.6
الدرجة الخام	38.33----35	41.97----38.34	45----41.98
المركز الثاني	الدرجة المعيارية	78.5----56.8	100.3----78.6
الدرجة الخام	38.33----35	41.97----38.34	45----41.98
المركز الثالث	الدرجة المعيارية	78.5----57.3	99.8----78.6
الدرجة الخام	39----36	42.01----39.01	45----42.02

100.6-----78.8	78.7-----56.9	56.8-----35	الدرجة المعيارية	المركز الرابع
45-----41.68	41.67-----38.34	38.33-----35	الدرجة الخام	
98.3-----76.6	76.5-----54.8	54.7-----33	الدرجة المعيارية	المركز الخامس
45-----41.02	41.01-----37.01	37-----33	الدرجة الخام	
100.6-----78.8	78.7-----56.9	56.8-----35	الدرجة المعيارية	المركز السادس
45-----41.67	41.66-----38.34	38.33-----35	الدرجة الخام	

الجدول رقم(22)يوضح العدد والنسبة المئوية للاعبين في قياس الوزن حسب مراكز اللاعبين :

المستويات المعيارية حسب المنحنى الطبيعي						المراكز
جيد		متوسط		ضعيف		
العدد	%	العدد	%	العدد	%	
2	20	2	20	6	60	المركز 1
5	50	3	30	2	20	المركز 2
2	20	4	40	4	40	المركز 3
3	30	3	30	4	40	المركز 4
4	40	3	30	3	30	المركز 5

30	3	20	2	50	5	المركز 6
----	---	----	---	----	---	----------

من خلال الجدول أعلاه وجدنا :

بالنسبة للمركز 1:

المستوى الجيد: بلغ عدد المركز الأول بنسبة مئوية مقدرة بـ 20

المستوى المتوسط: بلغ عدد المركز الأول بنسبة مئوية مقدرة بـ 20

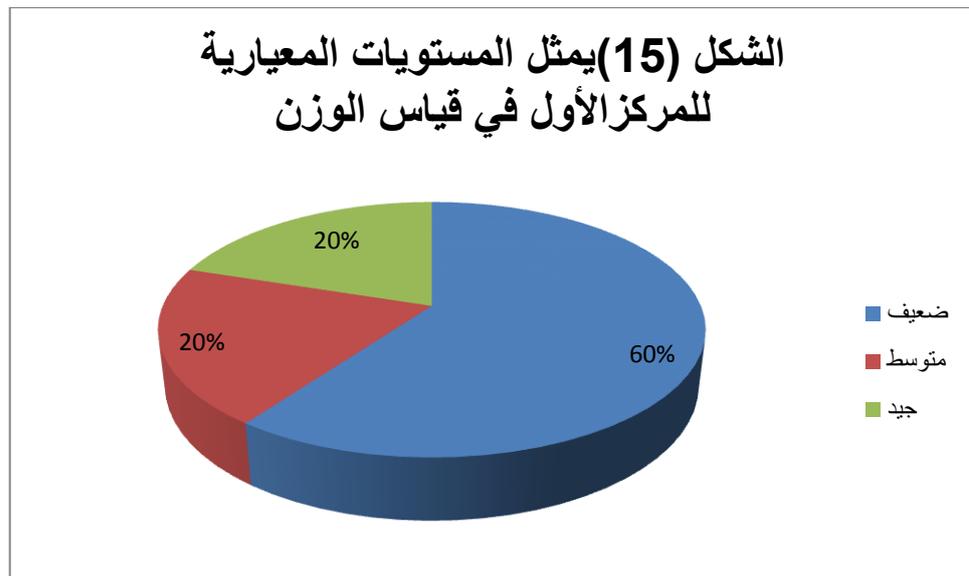
المستوى الضعيف: بلغ المركز الأول بنسبة مئوية مقدرة بـ 60

ومنه تحصل أغلب تلاميذ المركز الأول على مستوى ضعيف في قياس الوزن.

ويرى الطالب الباحث أو يستنتج من خلال الجدول أعلاه أن المستوى الضعيف أخذ أكبر نسبة مئوية

المقدرة بـ 60% فيما تساوى المستويين الجيد و المتوسط بنسبة مقدرة 20% وهذا يعني أن المركز

الأول تميز بمستوى ضعيف في قياس الوزن.



بالنسبة للمركز 2:

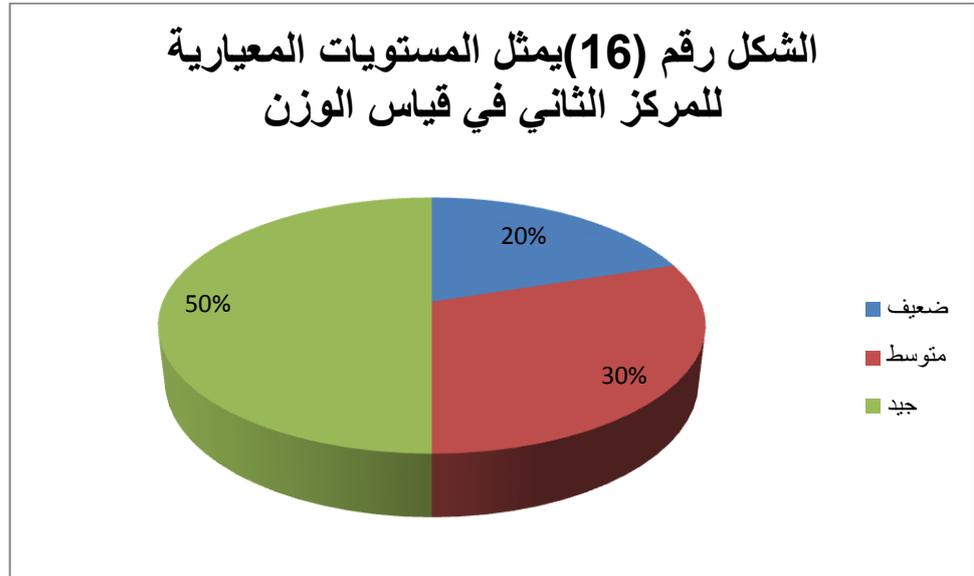
المستوى الجيد: بلغ عدد المركز الثاني بنسبة مئوية مقدرة بـ 50

المستوى المتوسط: بلغ عدد المركز الثاني بنسبة مئوية مقدرة بـ 30

المستوى الضعيف: بلغ المركز الثاني بنسبة مئوية مقدرة بـ 20

ومنه تحصل أغلب تلاميذ المركز الثاني على مستوى جيد في قياس الوزن.

ويرى الطالب الباحث أو يستنتج من خلال الجدول أعلاه أن المستوى الجيد أخذ أكبر نسبة مئوية المقدره ب 50% فيما تحصل المستوى المتوسط بنسبة مقدره 30% فيما تحصل المستوى الضعيف بنسبة مقدره 20% وهذا يعني أن المركز الثاني تميز بمستوى جيد في قياس الوزن.



بالنسبة للمركز 3:

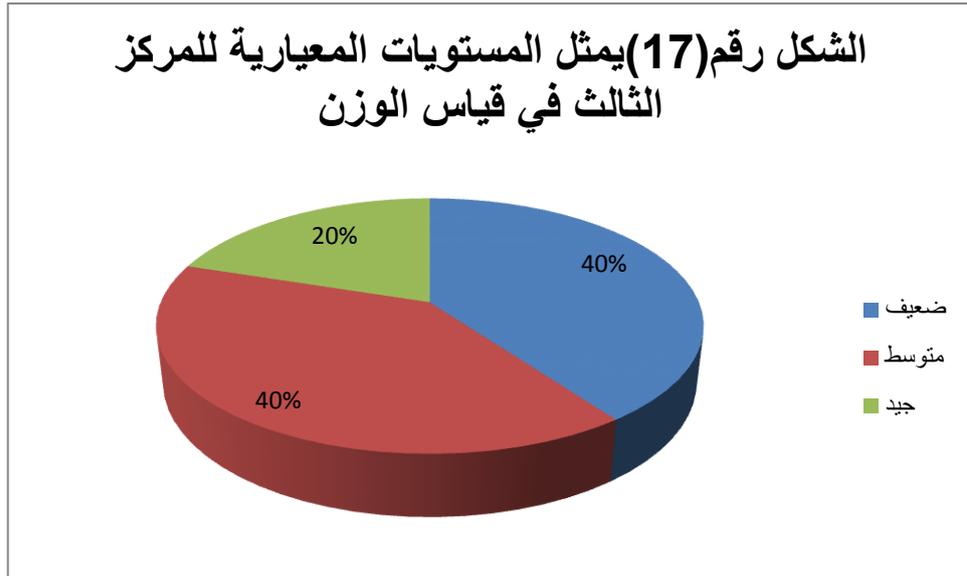
المستوى الجيد: بلغ عدد المركز الثالث نسبة مئوية مقدره ب 20

المستوى المتوسط: بلغ عدد المركز الثالث نسبة مئوية مقدره ب 40

المستوى الضعيف: بلغ المركز الثالث بنسبة مئوية مقدره ب 40

ومنه تحصل أغلب تلاميذ المركز الثالث على مستوى متوسط و ضعيف في قياس الوزن.

ويرى الطالب الباحث أو يستنتج من خلال الجدول أعلاه أن المستويين المتوسط و الضعيف أخذ أكبر نسبة مئوية المقدره ب 40% فيما اخذ المستوى الجيد أقل نسبة مقدره 20% وهذا يعني أن المركز الثالث تميز بمستوى متوسط و ضعيف في قياس الوزن.



بالنسبة للمركز 4:

المستوى الجيد: بلغ عدد المركز الرابع نسبة مئوية مقدرة بـ 30

المستوى المتوسط: بلغ عدد المركز الرابع بنسبة مئوية مقدرة بـ 30

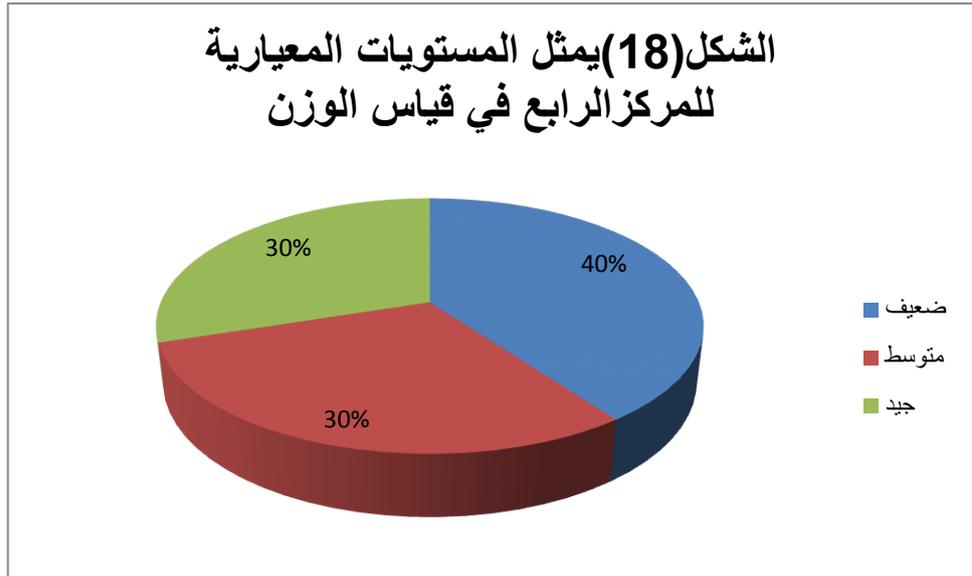
المستوى الضعيف: بلغ المركز الرابع بنسبة مئوية مقدرة بـ 40

ومنه تحصل أغلب تلاميذ المركز الرابع على مستوى ضعيف في قياس الوزن.

ويرى الطالب الباحث أو يستنتج من خلال الجدول أعلاه أن المستوى الضعيف أخذ أكبر نسبة مئوية

المقدرة بـ 40% فيما تساوى المستويين الجيد و المتوسط بنسبة مقدرة 30% وهذا يعني أن المركز

الرابع تميز بمستوى ضعيف في قياس الوزن.



بالنسبة للمركز 5:

المستوى الجيد: بلغ عدد المركز الخامس نسبة مئوية مقدرة بـ 40

المستوى المتوسط: بلغ عدد المركز الخامس نسبة مئوية مقدرة بـ 30

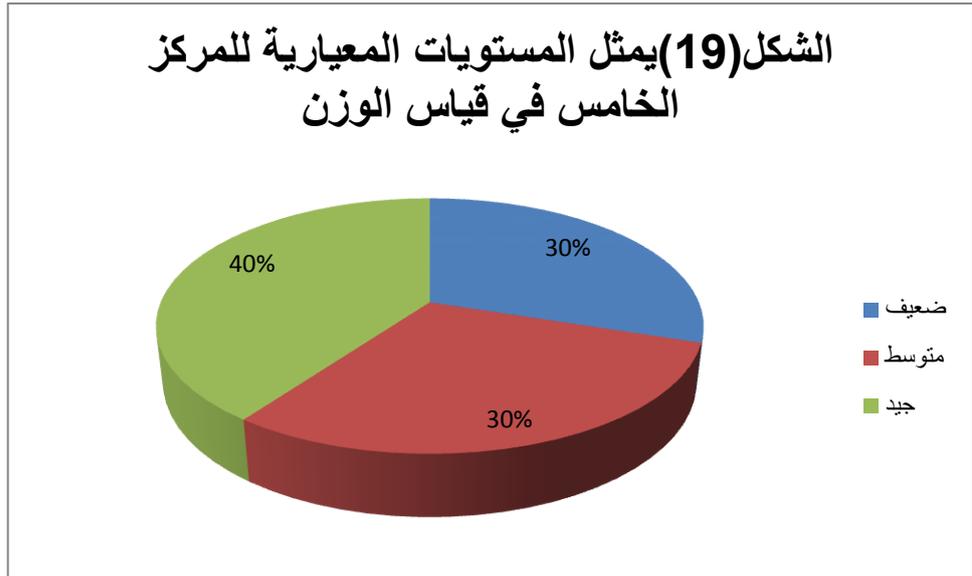
المستوى الضعيف: بلغ المركز الخامس بنسبة مئوية مقدرة بـ 30

ومنه تحصل أغلب تلاميذ المركز الخامس على مستوى جيد في قياس الوزن.

ويرى الطالب الباحث أو يستنتج من خلال الجدول أعلاه أن المستوى الجيد أخذ أكبر نسبة مئوية

المقدرة بـ 40% فيما تساوى المستويين المتوسط و الضعيف بنسبة مقدرة 30% وهذا يعني أن

المركز الخامس تميز بمستوى جيد في قياس الوزن.



بالنسبة للمركز 6:

المستوى الجيد: بلغ عدد المركز السادس نسبة مئوية مقدرة بـ 30

المستوى المتوسط: بلغ عدد المركز السادس نسبة مئوية مقدرة بـ 20

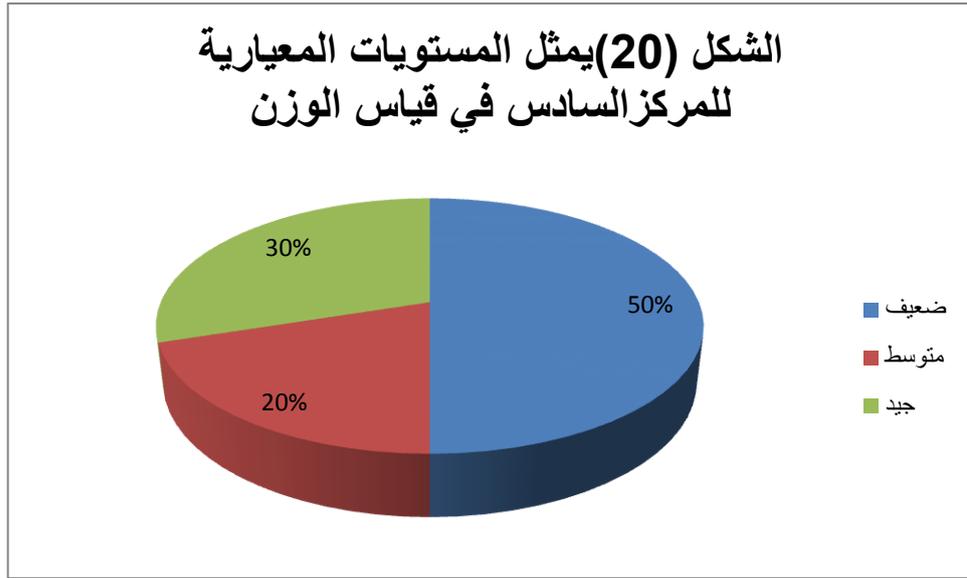
المستوى الضعيف: بلغ المركز السادس بنسبة مئوية مقدرة بـ 50

ومنه تحصل أغلب تلاميذ المركز السادس على مستوى ضعيف في قياس الوزن.

ويرى الطالب الباحث أو يستنتج من خلال الجدول أعلاه أن المستوى الضعيف أخذ أكبر نسبة مئوية

المقدرة بـ 50% فيما تحصل المستوى المتوسط بنسبة مقدرة 20% فيما تحصل المستوى الجيد

بنسبة مقدرة 30% وهذا يعني أن المركز السادس تميز بمستوى ضعيف في قياس الوزن.



-المستويات المعيارية في قياس السن:

الجدول رقم (23) يوضح المستويات المعيارية في قياس السن حسب مراكز اللاعبين :

جيد	متوسط	ضعيف	المراكز	
77.6----55.8	55.7----33.9	33.8----12	الدرجة المعيارية	المركز الأول
14----13.34	13.33----12.67	12.66----12	الدرجة الخام	
80.3----57.6	57.5----34.8	34.7----12	الدرجة المعيارية	المركز الثاني
13----12.68	12.67----12.34	12.33----12	الدرجة الخام	
76.6----54.8	54.7----32.9	32.8----11	الدرجة المعيارية	المركز الثالث
14----13.02	13.01----12.01	12----11	الدرجة الخام	

77.8----55.6	55.5----33.3	33.2----11	الدرجة المعيارية	المركز الرابع
14----13.02	13.01----12.01	12----11	الدرجة الخام	
77.8----55.6	55.5----33.3	33.2----11	الدرجة المعيارية	المركز الخامس
14----13.02	13.01----12.01	12----11	الدرجة الخام	
77.6----55.8	55.7----33.9	33.8----12	الدرجة المعيارية	المركز السادس
14----13.33	13.32----12.67	12.66----12	الدرجة الخام	

الجدول رقم(24) يوضح العدد والنسبة المئوية للاعبين في قياس السن حسب مراكز اللاعبين

المستويات المعيارية حسب المنحنى الطبيعي						المراكز
جيد		متوسط		ضعيف		
%	العدد	%	العدد	%	العدد	
30	3	50	5	20	2	المركز 1
70	7	00	0	30	3	المركز 2
20	2	40	4	40	4	المركز 3
20	2	30	3	50	5	المركز 4
20	2	20	2	60	6	المركز 5

30	3	30	3	40	4	المركز 6
----	---	----	---	----	---	----------

من خلال الجدول أعلاه وجدنا :

بالنسبة للمركز 1:

المستوى الجيد: بلغ عدد المركز الأول بنسبة مئوية مقدرة بـ 30

المستوى المتوسط: بلغ عدد المركز الأول بنسبة مئوية مقدرة بـ 50

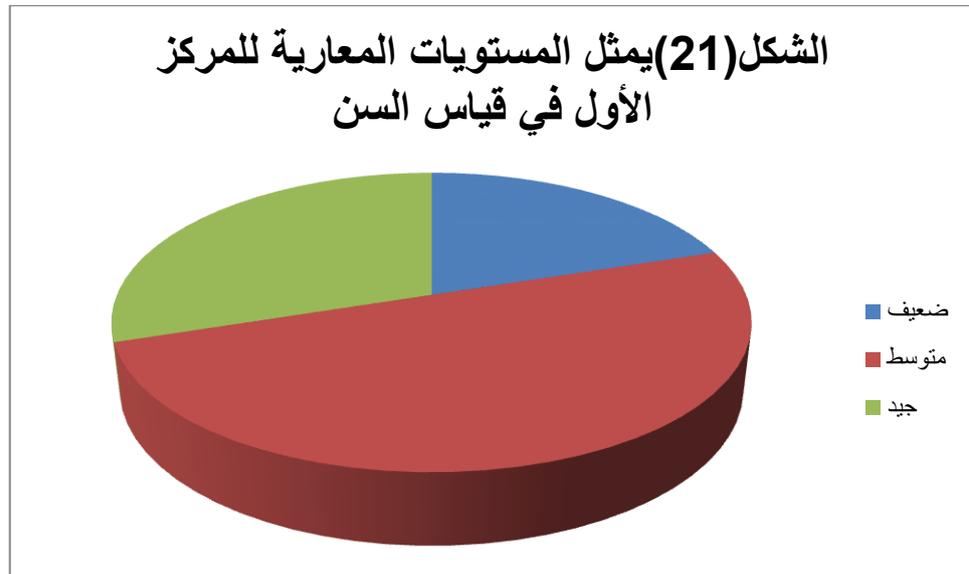
المستوى الضعيف: بلغ المركز الأول بنسبة مئوية مقدرة بـ 20

ومنه تحصل أغلب تلاميذ المركز الأول على مستوى متوسط في قياس السن.

ويرى الطالب الباحث أو يستنتج من خلال الجدول أعلاه أن المستوى المتوسط أخذ أكبر نسبة مئوية

المقدرة بـ 50% فيما تحصل المستوى الجيد بنسبة مقدرة بـ 30% فيما تحصل المستوى الضعيف

بنسبة مقدرة بـ 20% وهذا يعني أن المركز الأول تميز بمستوى متوسط في قياس السن.



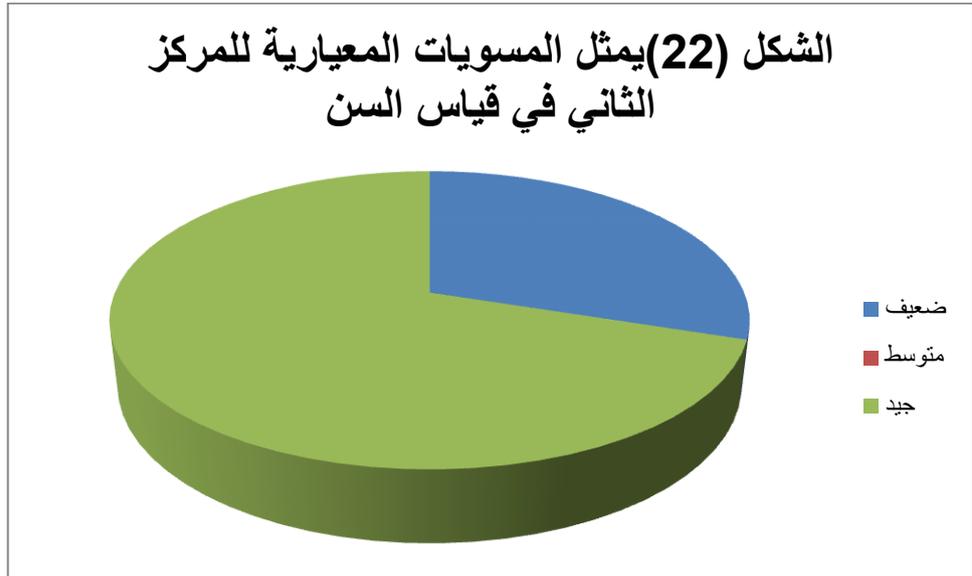
بالنسبة للمركز 2:

المستوى الجيد: بلغ عدد المركز الثاني بنسبة مئوية مقدرة بـ 70

المستوى المتوسط: بلغ عدد المركز الثاني بنسبة مئوية مقدرة بـ 00

المستوى الضعيف: بلغ المركز الثاني بنسبة مئوية مقدرة بـ 30

ومنه تحصل أغلب تلاميذ المركز الثاني على مستوى جيد في قياس السن.
ويرى الطالب الباحث أو يستنتج من خلال الجدول أعلاه أن المستوى الجيد أخذ أكبر نسبة مئوية المقدره ب 70% فيما تحصل المستوى المتوسط بنسبة مقدره 00% فيما تحصل المستوى الضعيف بنسبة مقدره 30% وهذا يعني أن المركز الثاني تميز بمستوى جيد في قياس السن.



بالنسبة للمركز 3:

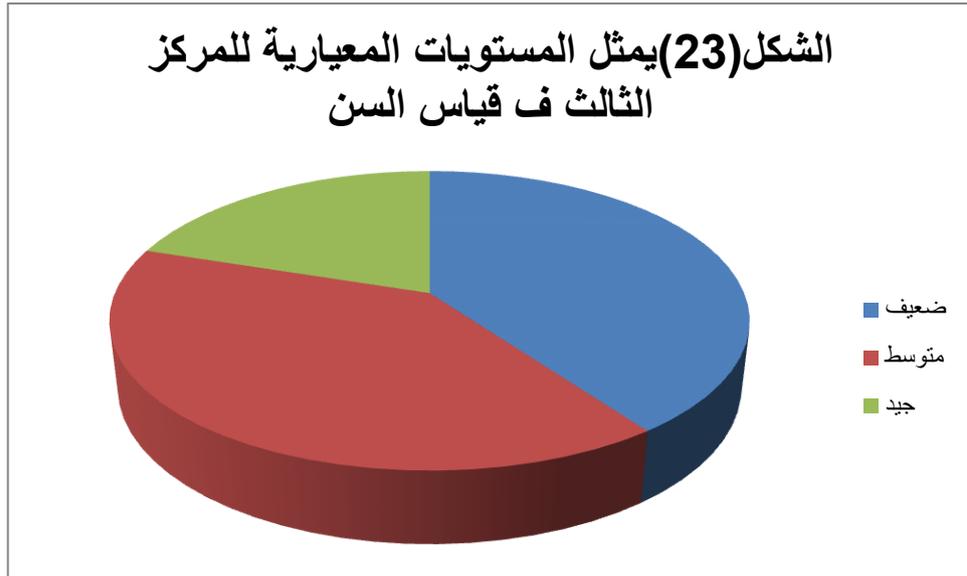
المستوى الجيد: بلغ عدد المركز الثالث نسبة مئوية مقدره ب 20

المستوى المتوسط: بلغ عدد المركز الثالث نسبة مئوية مقدره ب 40

المستوى الضعيف: بلغ المركز الثالث بنسبة مئوية مقدره ب 40

ومنه تحصل أغلب تلاميذ المركز الثالث على مستوى متوسط و ضعيف في قياس السن.

ويرى الطالب الباحث أو يستنتج من خلال الجدول أعلاه أن المستويين المتوسط و الضعيف أخذ أكبر نسبة مئوية المقدره ب 40% فيما تحصل المستوى الجيد بنسبة مقدره 20% وهذا يعني أن المركز الثالث تميز بمستوى متوسط و ضعيف في قياس السن.



بالنسبة للمركز 4:

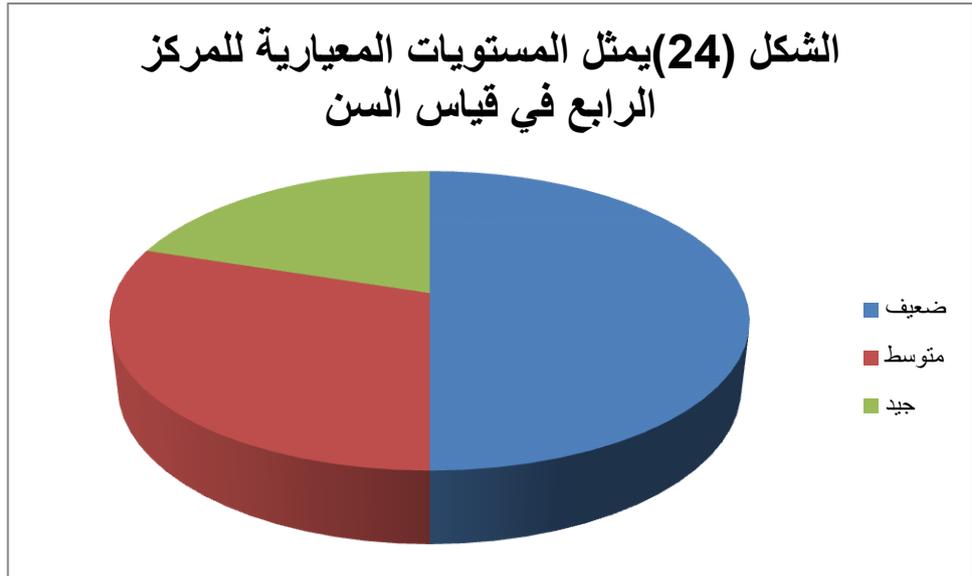
المستوى الجيد: بلغ عدد المركز الرابع نسبة مئوية مقدرة بـ 20

المستوى المتوسط: بلغ عدد المركز الرابع بنسبة مئوية مقدرة بـ 30

المستوى الضعيف: بلغ المركز الرابع بنسبة مئوية مقدرة بـ 50

ومنه تحصل أغلب تلاميذ المركز الرابع على مستوى ضعيف في قياس السن.

ويرى الطالب الباحث أو يستنتج من خلال الجدول أعلاه أن المستوى الضعيف أخذ أكبر نسبة مئوية المقدرة بـ 50% فيما تحصل المستوى الجيد بنسبة مقدرة بـ 20% فيما تحصل المستوى المتوسط بنسبة مقدرة بـ 30% وهذا يعني أن المركز الرابع تميز بمستوى ضعيف في قياس السن.



بالنسبة للمركز 5:

المستوى الجيد: بلغ عدد المركز الخامس نسبة مئوية مقدرة بـ 20

المستوى المتوسط: بلغ عدد المركز الخامس نسبة مئوية مقدرة بـ 20

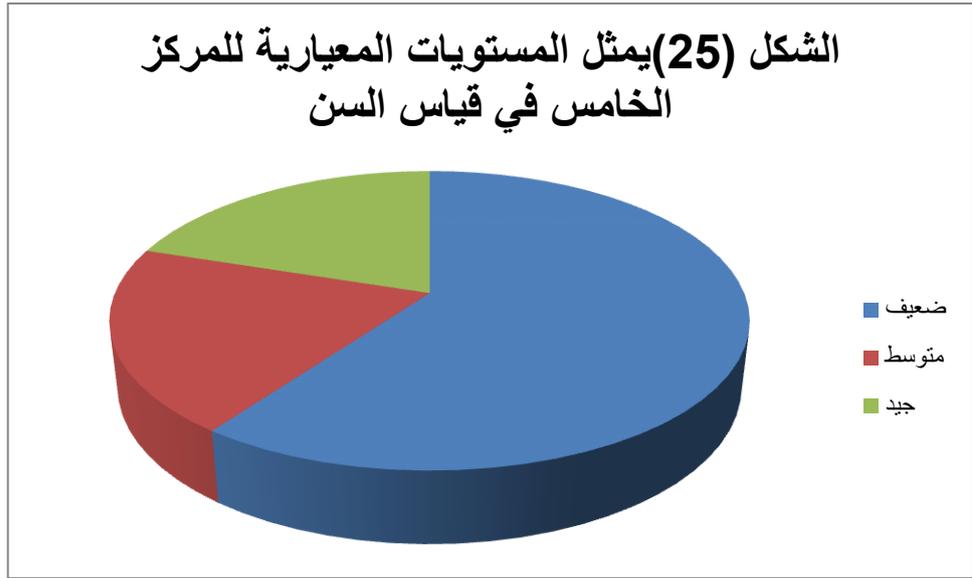
المستوى الضعيف: بلغ المركز الخامس بنسبة مئوية مقدرة بـ 60

ومنه تحصل أغلب تلاميذ المركز الخامس على مستوى ضعيف في قياس السن.

ويرى الطالب الباحث أو يستنتج من خلال الجدول أعلاه أن المستوى الضعيف أخذ أكبر نسبة مئوية

المقدرة بـ 60% فيما تساوى المستويين الجيد و المتوسط بنسبة مقدرة بـ 20% وهذا يعني أن المركز

الخامس تميز بمستوى ضعيف في قياس السن.



بالنسبة للمركز 6:

المستوى الجيد: بلغ عدد المركز السادس نسبة مئوية مقدرة بـ 30

المستوى المتوسط: بلغ عدد المركز السادس نسبة مئوية مقدرة بـ 30

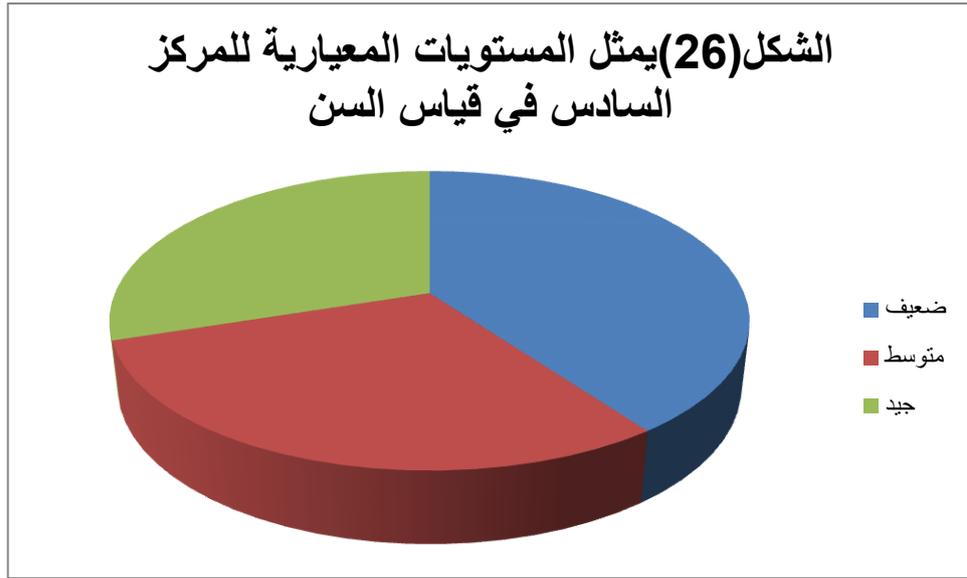
المستوى الضعيف: بلغ المركز السادس بنسبة مئوية مقدرة بـ 40

ومنه تحصل أغلب تلاميذ المركز السادس على مستوى ضعيف في قياس السن.

ويرى الطالب الباحث أو يستنتج من خلال الجدول أعلاه أن المستوى الضعيف أخذ أكبر نسبة مئوية

المقدرة بـ 40% فيما تساوى المستويين الجيد و المتوسط بنسبة مقدرة 30% وهذا يعني أن المركز

السادس تميز بمستوى ضعيف في قياس السن.



-المستويات المعيارية في قياس فتح الذراعين:

الجدول رقم (25) يوضح المستويات المعيارية في قياس فتح الذراعين حسب مراكز اللاعبين

جيد	متوسط	ضعيف	المراكز	
200.8-----178.6	178.5-----156.3	156.2-----134	الدرجة المعيارية	المركز الأول
160-----151.34	----142.67 151.33	142.66-----134	الدرجة الخام	
200.6-----177.8	177.7-----154.9	154.8-----132	الدرجة المعيارية	المركز الثاني
160-----150.68	----11.34 150.67	141.33-----132	الدرجة الخام	
197.9-----176	175.9-----154	153.9-----132	الدرجة المعيارية	المركز الثالث
150-----144.02	----138.01 144.01	138-----132	الدرجة الخام	

197.1-----175.8	175.7-----154.4	154.3-----133	الدرجة المعيارية	المركز الرابع
150-----144.34	---138.67 144.33	138.66-----133	الدرجة الخام	
199.3-----177.6	177.5-----155.8	155.7-----134	الدرجة المعيارية	المركز الخامس
47-----42.68	42.67-----38.34	38.33-----134	الدرجة الخام	
200.6-----178.8	178.7-----156.9	156.8-----135	الدرجة المعيارية	المركز السادس
141-----139.02	---137.01 139.01	137-----135	الدرجة الخام	

الجدول رقم(26)يوضح العدد والنسبة المئوية للاعبين في قياس فتح الذراعين حسب مراكز اللاعبين :

المستويات المعيارية حسب المنحنى الطبيعي						المراكز
جيد		متوسط		ضعيف		
%	العدد	%	العدد	%	العدد	
20	2	70	7	10	1	المركز 1
50	5	30	3	20	2	المركز 2
30	3	30	3	40	4	المركز 3
40	4	30	3	30	3	المركز 4
30	3	40	4	30	3	المركز 5

20	2	20	2	60	6	المركز 6
----	---	----	---	----	---	----------

من خلال الجدول أعلاه وجدنا :

بالنسبة للمركز 1:

المستوى الجيد: بلغ عدد المركز الأول بنسبة مئوية مقدرة بـ 20

المستوى المتوسط: بلغ عدد المركز الأول بنسبة مئوية مقدرة بـ 70

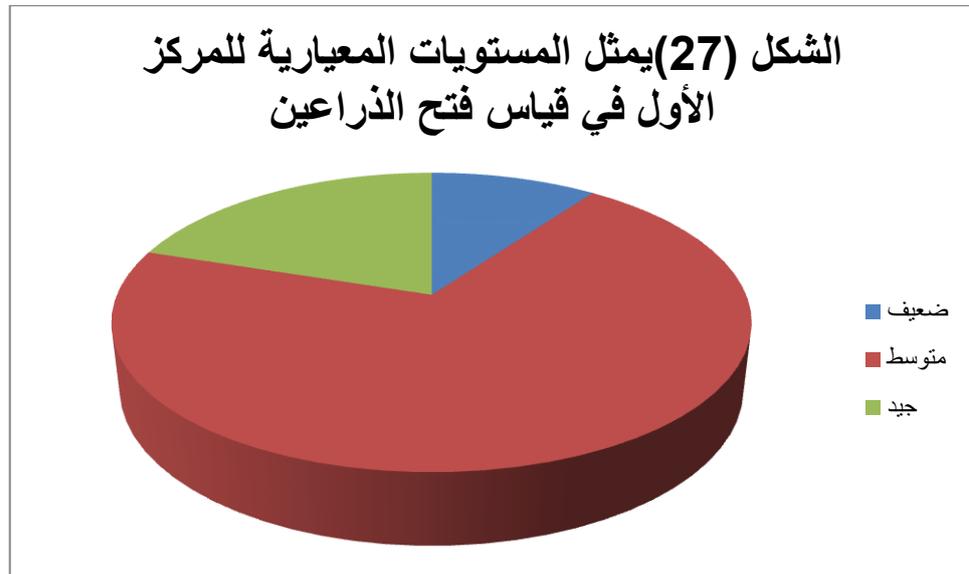
المستوى الضعيف: بلغ المركز الأول بنسبة مئوية مقدرة بـ 10

ومنه تحصل أغلب تلاميذ المركز الأول على مستوى متوسط في قياس فتح الذراعين.

ويرى الطالب الباحث أو يستنتج من خلال الجدول أعلاه أن المستوى المتوسط أخذ أكبر نسبة مئوية

المقدرة بـ 70% فيما تحصل المستوى الجيد بنسبة مقدرة بـ 20% فيما تحصل المستوى الضعيف

بنسبة مقدرة بـ 10% وهذا يعني أن المركز الأول تميز بمستوى متوسط في قياس فتح الذراعين.



بالنسبة للمركز 2:

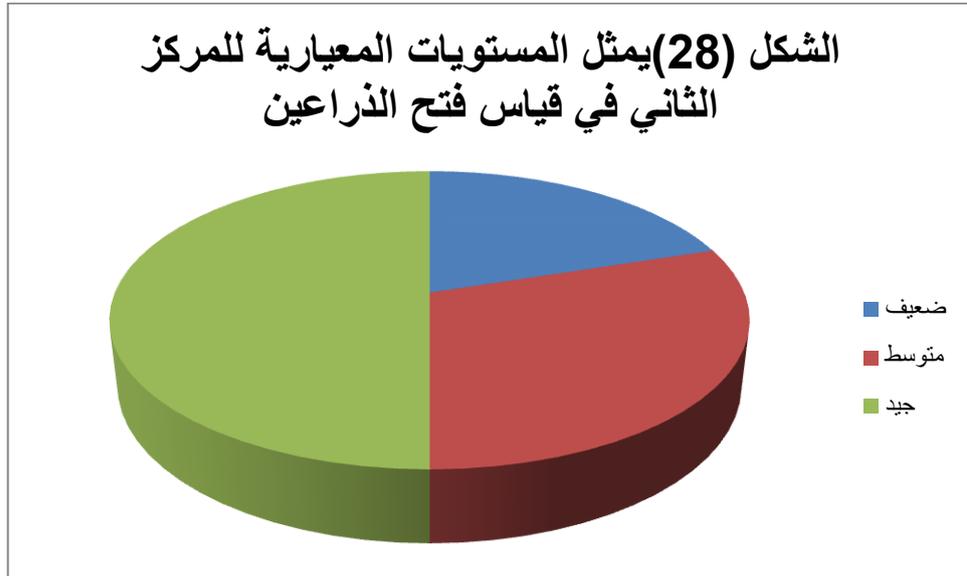
المستوى الجيد: بلغ عدد المركز الثاني بنسبة مئوية مقدرة بـ 50

المستوى المتوسط: بلغ عدد المركز الثاني بنسبة مئوية مقدرة بـ 30

المستوى الضعيف: بلغ المركز الثاني بنسبة مئوية مقدرة بـ 20

ومنه تحصل أغلب تلاميذ المركز الثاني على مستوى جيد في قياس فتح الذراعين.

ويرى الطالب الباحث أو يستنتج من خلال الجدول أعلاه أن المستوى الجيد أخذ أكبر نسبة مئوية المقدره ب 50% فيما تحصل المستوى المتوسط بنسبة مقدرة 30% فيما تحصل المستوى الضعيف بنسبة مقدرة 20% وهذا يعني أن المركز الثاني تميز بمستوى جيد في قياس فتح الذراعين.



بالنسبة للمركز 3:

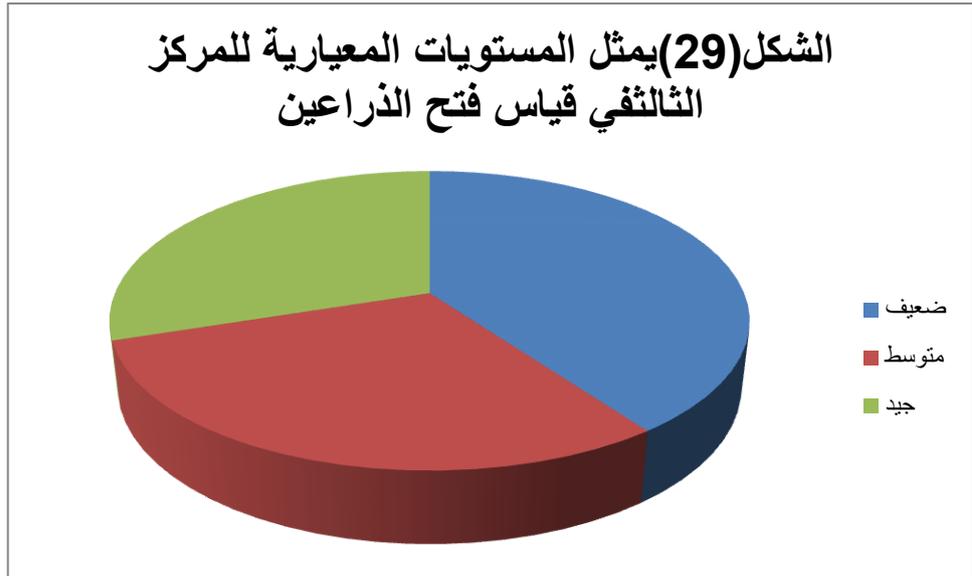
المستوى الجيد: بلغ عدد المركز الثالث نسبة مئوية مقدرة ب30

المستوى المتوسط: بلغ عدد المركز الثالث نسبة مئوية مقدرة ب30

المستوى الضعيف: بلغ المركز الثالث بنسبة مئوية مقدرة ب40

ومنه تحصل أغلب تلاميذ المركز الثالث على مستوى متوسط و ضعيف في قياس فتح الذراعين.

ويرى الطالب الباحث أو يستنتج من خلال الجدول أعلاه أن المستوى الضعيف أخذ أكبر نسبة مئوية المقدره ب 40% فيما تساوى المستويين الجيد و المتوسط بنسبة مقدرة 30% وهذا يعني أن المركز الثالث تميز بمستوى ضعيف في قياس فتح الذراعين.



بالنسبة للمركز 4:

المستوى الجيد: بلغ عدد المركز الرابع نسبة مئوية مقدرة بـ 40

المستوى المتوسط: بلغ عدد المركز الرابع بنسبة مئوية مقدرة بـ 30

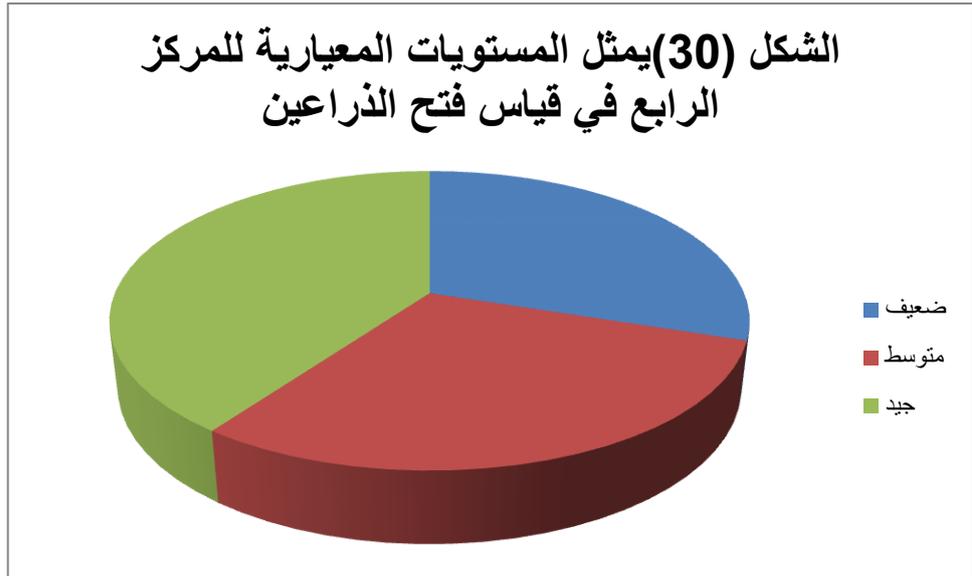
المستوى الضعيف: بلغ المركز الرابع بنسبة مئوية مقدرة بـ 30

ومنه تحصل أغلب تلاميذ المركز الرابع على مستوى جيد في قياس فتح الذراعين.

ويرى الطالب الباحث أو يستنتج من خلال الجدول أعلاه أن المستوى الجيد أخذ أكبر نسبة مئوية

المقدرة بـ 40% فيما تساوى المستويين المتوسط و الضعيف بنسبة مقدرة 30% وهذا يعني أن

المركز الرابع تميز بمستوى جيد في قياس فتح الذراعين.



بالنسبة للمركز 5:

المستوى الجيد: بلغ عدد المركز الخامس نسبة مئوية مقدرة بـ 30

المستوى المتوسط: بلغ عدد المركز الخامس نسبة مئوية مقدرة بـ 40

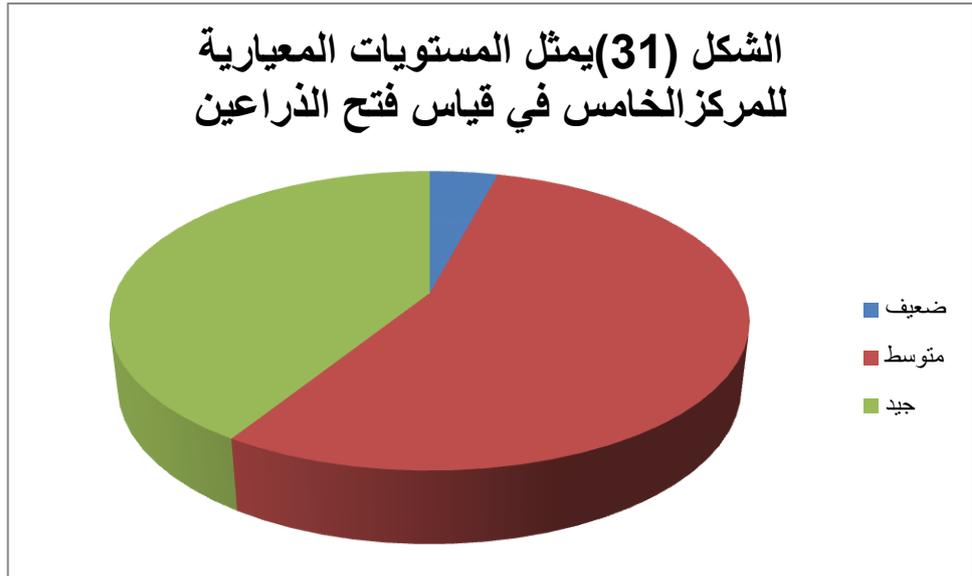
المستوى الضعيف: بلغ المركز الخامس بنسبة مئوية مقدرة بـ 30

ومنه تحصل أغلب تلاميذ المركز الخامس على مستوى متوسط في قياس فتح الذراعين.

ويرى الطالب الباحث أو يستنتج من خلال الجدول أعلاه أن المستوى المتوسط أخذ أكبر نسبة مئوية

المقدرة بـ 40% فيما تساوى المستويين الجيد و الضعيف بنسبة مقدرة 30% وهذا يعني أن المركز

الخامس تميز بمستوى متوسط في قياس فتح الذراعين.



بالنسبة للمركز 6:

المستوى الجيد: بلغ عدد المركز السادس نسبة مئوية مقدرة بـ 20

المستوى المتوسط: بلغ عدد المركز السادس نسبة مئوية مقدرة بـ 20

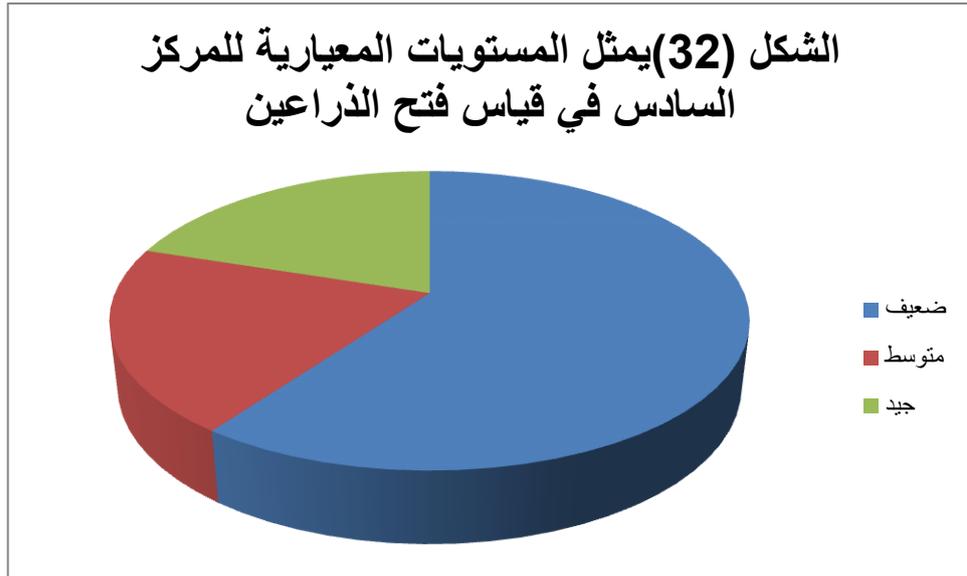
المستوى الضعيف: بلغ المركز السادس بنسبة مئوية مقدرة بـ 60

ومنه تحصل أغلب تلاميذ المركز السادس على مستوى ضعيف في قياس فتح الذراعين.

ويرى الطالب الباحث أو يستنتج من خلال الجدول أعلاه أن المستوى الضعيف أخذ أكبر نسبة مئوية

المقدرة بـ 60% فيما تساوى المستويين الجيد و المتوسط بنسبة مقدرة بـ 20% وهذا يعني أن المركز

السادس تميز بمستوى ضعيف في قياس فتح الذراعين.



-المستويات المعيارية في قياس الإرتقاء:

الجدول رقم (27) يوضح المستويات المعيارية في قياس الإرتقاء حسب مراكز اللاعبين :

المراكز	ضعيف	متوسط	جيد
المركز الأول	الدرجة المعيارية	172.3----151	193.7----172.4
	الدرجة الخام	159----151	175----167.02
المركز الثاني	الدرجة المعيارية	181.8----160	203.7----181.9
	الدرجة الخام	166.66----160	180----173.34
المركز الثالث	الدرجة المعيارية	176.7----155	198.5----176.8
	الدرجة الخام	160.66----155	172----166.34

217.6----195.8	195.7----173.9	173.8----152	الدرجة المعيارية	المركز الرابع
170----164.02	---158.01 164.01	158----152	الدرجة الخام	
220.4----199	198.9----177.5	177.4----156	الدرجة المعيارية	المركز الخامس
175----168.68	---162.34 168.67	162.33----156	الدرجة الخام	
221.8----199.6	199.5----177.3	177.2----155	الدرجة المعيارية	المركز السادس
170----165.02	---160.01 165.01	160----155	الدرجة الخام	

الجدول رقم (28) يوضح العدد والنسبة المئوية للاعبين في قياس الإرتقاء حسب مراكز اللاعبين :

المستويات المعيارية حسب المنحنى الطبيعي						المراكز	
جيد		متوسط		ضعيف			
%	العدد	%	العدد	%	العدد		
30	3	60	6	10	1	المركز 1	
40	4	30	3	30	3	المركز 2	
20	2	40	4	40	4	المركز 3	
30	3	50	5	20	2	المركز 4	
30	3	20	2	50	5	المركز 5	
20	2	40	4	40	4	المركز 6	

من خلال الجدول أعلاه وجدنا :

بالنسبة للمركز 1:

المستوى الجيد: بلغ عدد المركز الأول بنسبة مئوية مقدرة بـ 30

المستوى المتوسط: بلغ عدد المركز الأول نسبة مئوية مقدرة بـ 60

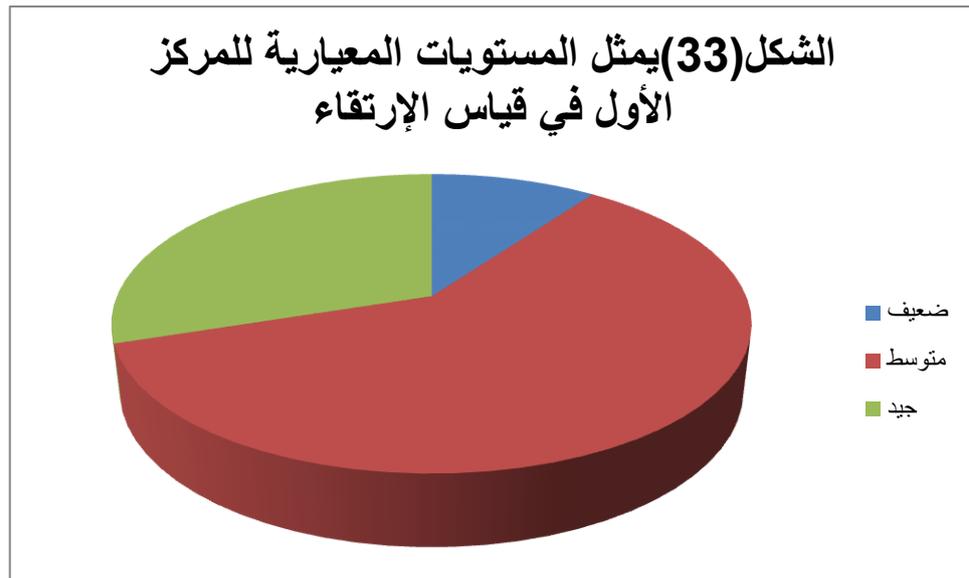
المستوى الضعيف: بلغ المركز الأول بنسبة مئوية مقدرة بـ 10

ومنه تحصل أغلب تلاميذ المركز الأول على مستوى متوسط في قياس الإرتقاء.

ويرى الطالب الباحث أو يستنتج من خلال الجدول أعلاه أن المستوى المتوسط أخذ أكبر نسبة مئوية المقدرة

بـ 60% فيما تحصل المستوى الجيد بنسبة مقدرة 30% فيما تحصل المستوى الضعيف بنسبة مقدرة 10%

وهذا يعني أن المركز الأول تميز بمستوى متوسط في قياس الإرتقاء.



بالنسبة للمركز 2:

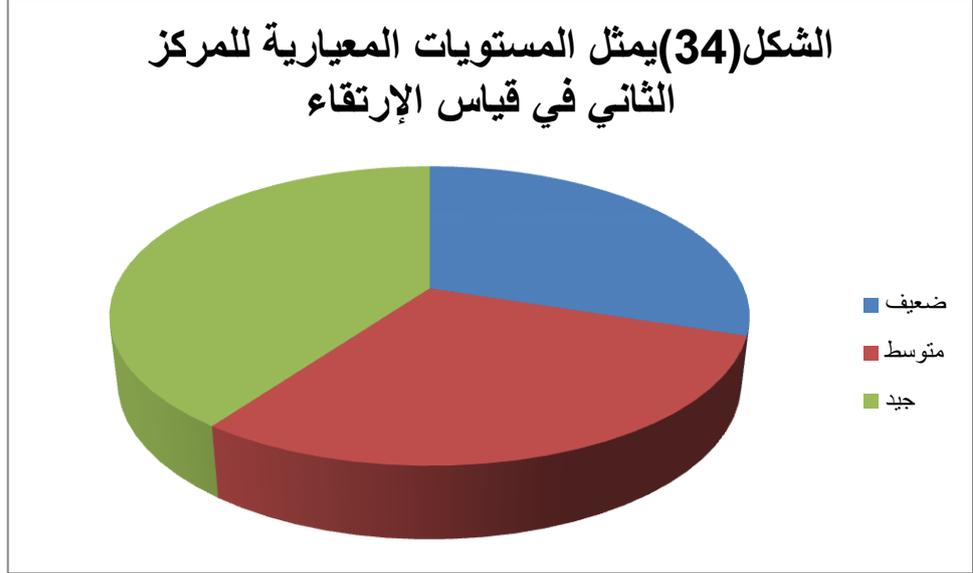
المستوى الجيد: بلغ عدد المركز الثاني نسبة مئوية مقدرة بـ 40

المستوى المتوسط: بلغ عدد المركز الثاني نسبة مئوية مقدرة بـ 30

المستوى الضعيف: بلغ المركز الثاني بنسبة مئوية مقدرة بـ 30

ومنه تحصل أغلب تلاميذ المركز الثاني على مستوى جيد في قياس الإرتقاء.

ويرى الطالب الباحث أو يستنتج من خلال الجدول أعلاه أن المستوى الجيد أخذ أكبر نسبة مئوية المقدره ب 40% فيما تساوى المستويين المتوسط و الضعيف بنسبة مقدرة 30% وهذا يعني أن المركز الثاني تميز بمستوى جيد في قياس الإرتقاء.



بالنسبة للمركز 3:

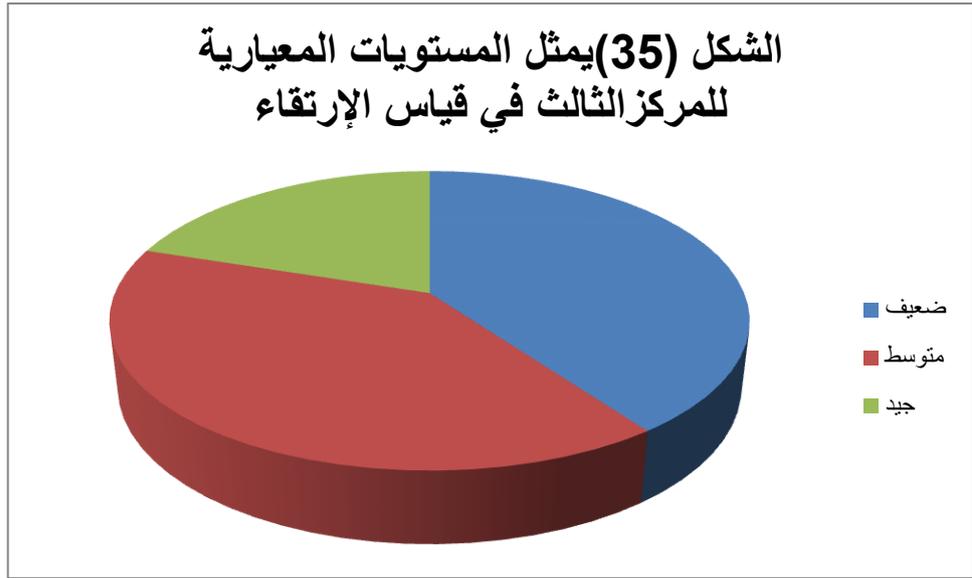
المستوى الجيد: بلغ عدد المركز الثالث نسبة مئوية مقدرة ب 20

المستوى المتوسط: بلغ عدد المركز الثالث نسبة مئوية مقدرة ب 40

المستوى بالضعيف: بلغ المركز الثالث بنسبة مئوية مقدرة ب 40

ومنه تحصل أغلب تلاميذ المركز الثالث على مستوى متوسط و ضعيف في قياس الإرتقاء.

ويرى الطالب الباحث أو يستنتج من خلال الجدول أعلاه أن المستوى الجيد أخذ أصغر نسبة مئوية المقدره ب 20% فيما تساوى المستويين المتوسط و الضعيف بنسبة مقدرة 40% وهذا يعني أن المركز الثالث تميز بمستوى متوسط و ضعيف في قياس الإرتقاء.



بالنسبة للمركز 4:

المستوى الجيد: بلغ عدد المركز الرابع بنسبة مئوية مقدرة بـ 30

المستوى المتوسط: بلغ عدد المركز الرابع بنسبة مئوية مقدرة بـ 50

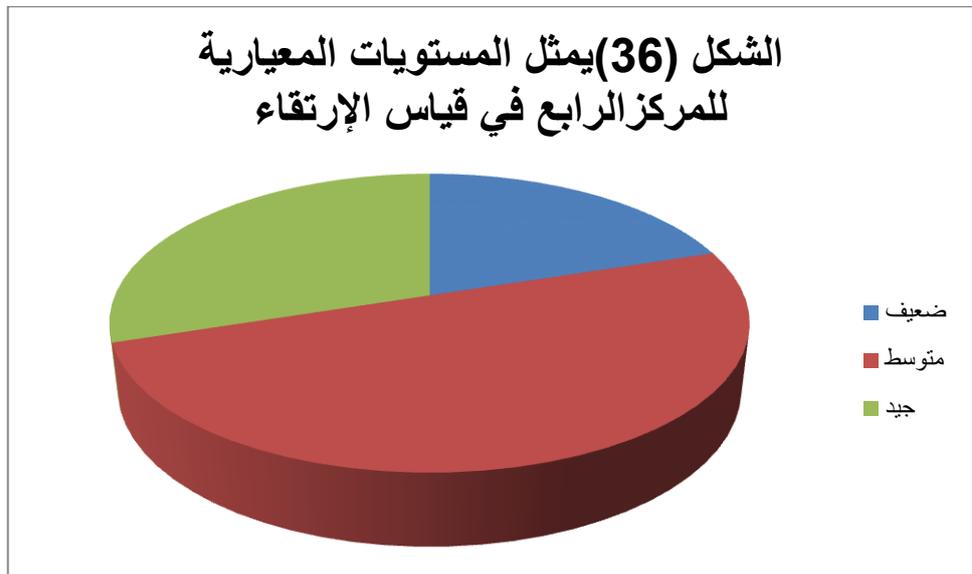
المستوى الضعيف: بلغ المركز الرابع بنسبة مئوية مقدرة بـ 20

ومنه تحصل أغلب تلاميذ المركز الرابع على مستوى متوسط في قياس الإرتقاء.

ويرى الطالب الباحث أو يستنتج من خلال الجدول أعلاه أن المستوى المتوسط أخذ أكبر نسبة مئوية المقدرة

بـ 50% فيما تحصل المستوى الجيد بنسبة مقدرة 30% فيما تحصل المستوى الضعيف بنسبة مقدرة 20%

وهذا يعني أن المركز الرابع تميز بمستوى متوسط في قياس الإرتقاء.



بالنسبة للمركز 5:

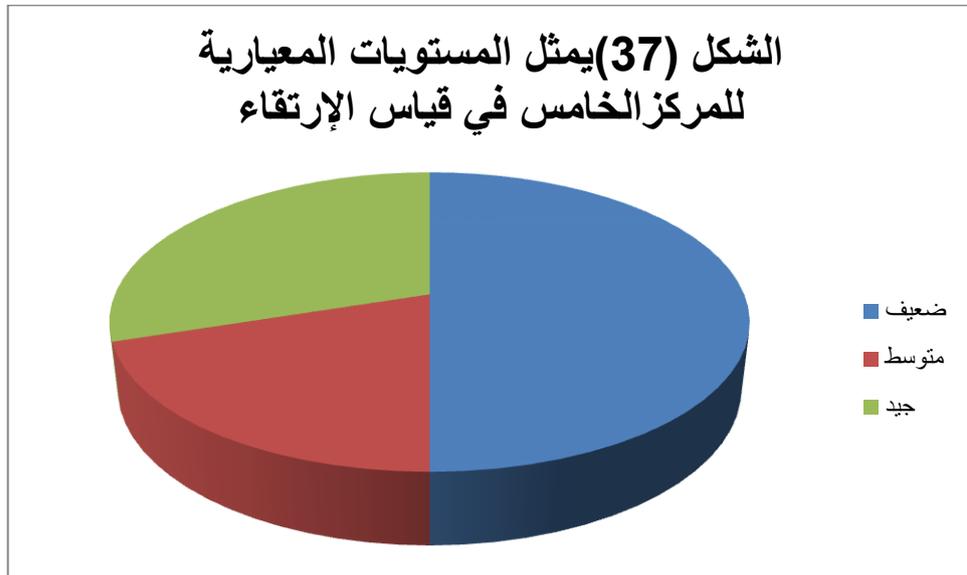
المستوى الجيد: بلغ عدد المركز الخامس نسبة مئوية مقدرة بـ 30

المستوى المتوسط: بلغ عدد المركز الخامس نسبة مئوية مقدرة بـ 20

المستوى الضعيف: بلغ المركز الخامس نسبة مئوية مقدرة بـ 50

ومنه تحصل أغلب تلاميذ المركز الخامس على مستوى ضعيف في قياس الإرتقاء.

ويرى الطالب الباحث أو يستنتج من خلال الجدول أعلاه أن المستوى الضعيف أخذ أكبر نسبة مئوية المقدرة بـ 50% فيما تحصل المستوى الجيد بنسبة مقدرة 30% فيما تحصل المستوى المتوسط بنسبة مقدرة 20% وهذا يعني أن المركز الخامس تميز بمستوى ضعيف في قياس الإرتقاء.



بالنسبة للمركز 6:

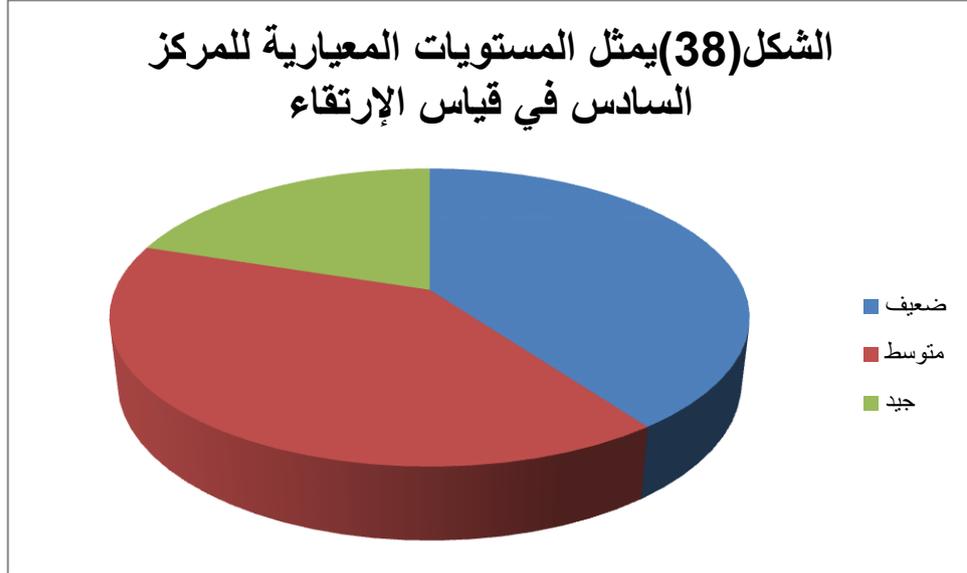
المستوى الجيد: بلغ عدد المركز السادس نسبة مئوية مقدرة بـ 20

المستوى المتوسط: بلغ عدد المركز السادس نسبة مئوية مقدرة بـ 40

المستوى الضعيف: بلغ المركز السادس نسبة مئوية مقدرة بـ 40

ومنه تحصل أغلب تلاميذ المركز السادس على مستوى متوسط و ضعيف في قياس الإرتقاء.

ويرى الطالب الباحث أو يستنتج من خلال الجدول أعلاه أن المستوى الجيد أخذ اصغر نسبة مئوية المقدره ب 20% فيما تساوى المستويين المتوسط و الضعيف بنسبة مقدرة 40% وهذا يعني أن المركز السادس تميز بمستوى متوسط و ضعيف في قياس الإرتقاء.



بالنسبة لاختبارات الأداء المهاري
-المستويات المعيارية في قياس التمرير:

الجدول رقم (29) يوضح المستويات المعيارية في اختبار التمرير حسب مراكز اللاعبين :

المراكز	الدرجة المعيارية	ضعيف	متوسط	جيد
المركز 1	الدرجة المعيارية	1-----22.8	-----22.9	----44.8
			44.7	66.6
المركز 2	الدرجة المعيارية	1-----22.8	-----22.9	----44.8
			44.7	66.6
المركز 1	الدرجة المعيارية	1-----22.8	-----22.9	----44.8
			44.7	66.6
المركز 2	الدرجة المعيارية	1-----22.8	-----22.9	----44.8
			44.7	66.6
المركز 1	الدرجة المعيارية	1-----22.8	-----22.9	----44.8
			44.7	66.6
المركز 2	الدرجة المعيارية	1-----22.8	-----22.9	----44.8
			44.7	66.6

-----44.8 66.6	-----22.9 44.7	22.8-----1	الدرجة المعيارية	المركز 3
5-----3.68	-----2.34 3.67	2.33-----1	الدرجة الخام	
-----44.8 66.6	-----22.9 44.7	22.8-----1	الدرجة المعيارية	المركز 4
-----3.02 4	-----2.01 3.01	2-----1	الدرجة الخام	
-----45.6 67.8	-----23.3 45.5	23.2-----1	الدرجة المعيارية	المركز 5
-----3.02 4	-----2.01 3.01	2-----1	الدرجة الخام	
-----45.6 67.8	-----23.3 45.5	23.2-----1	الدرجة المعيارية	المركز 6
5-----3.68	-----2.34 3.67	2.33-----1	الدرجة الخام	

الجدول رقم(30)يوضح العدد والنسبة المئوية للاعبين في اختبار التمرير حسب مراكز اللاعبين :

المستويات المعيارية حسب المنحنى الطبيعي						المراكز
جيد		متوسط		ضعيف		
%	العدد	%	العدد	%	العدد	
40	04	30	03	30	03	المركز 1
40	04	30	03	30	03	المركز 2
50	05	20	02	30	03	المركز 3
40	04	40	04	20	02	المركز 4
20	02	20	02	60	06	المركز 5
60	06	20	02	20	02	المركز 6

من خلال الجدول أعلاه وجدنا :

بالنسبة للمركز 1:

المستوى الجيد:بلغ عدد المركز الأول بنسبة مئوية مقدرة ب40

المستوى المتوسط:بلغعدد المركز الأول نسبة مئوية مقدرة ب30

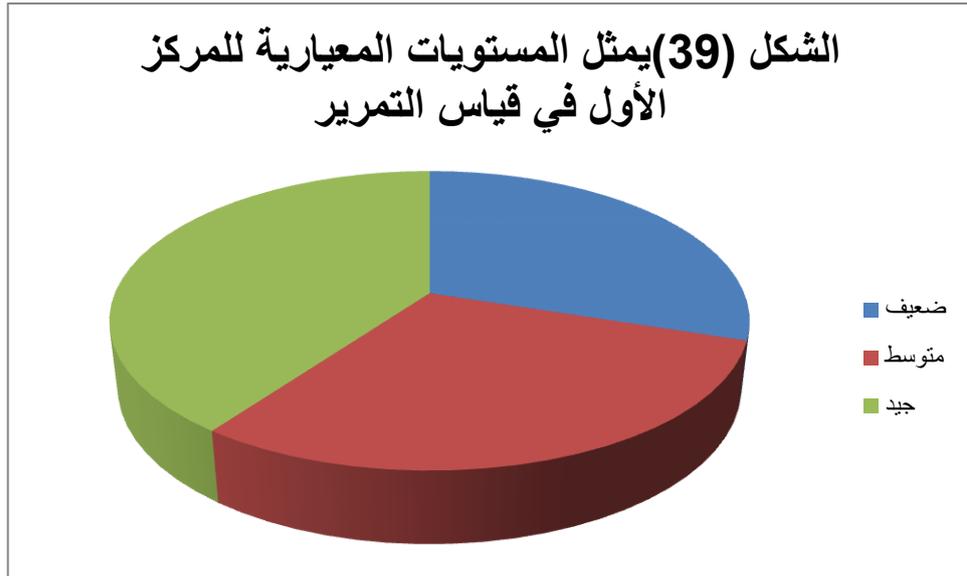
المستوى الضعيف:بلغ المركز الاول بنسبة مئوية مقدرة ب30

ومنه تحصل أغلب تلاميذ المركز الأول على مستوى جيد في اختبار التمرير .

ويرى الطالب الباحث أو يستنتج من خلال الجدول أعلاه أن المستوى الجيد أخذ أكبر نسبة مئوية المقدرة ب

40% فيما تساوى المستويين المتوسط و الضعيف بنسبة مقدرة 30% وهذا يعني أن المركز الأول تميز

بمستوى جيد في قياس التمرير .



بالنسبة للمركز 2:

المستوى الجيد: بلغ عدد المركز الثاني نسبة مئوية مقدرة بـ 40

المستوى المتوسط: بلغ عدد المركز الثاني نسبة مئوية مقدرة بـ 30

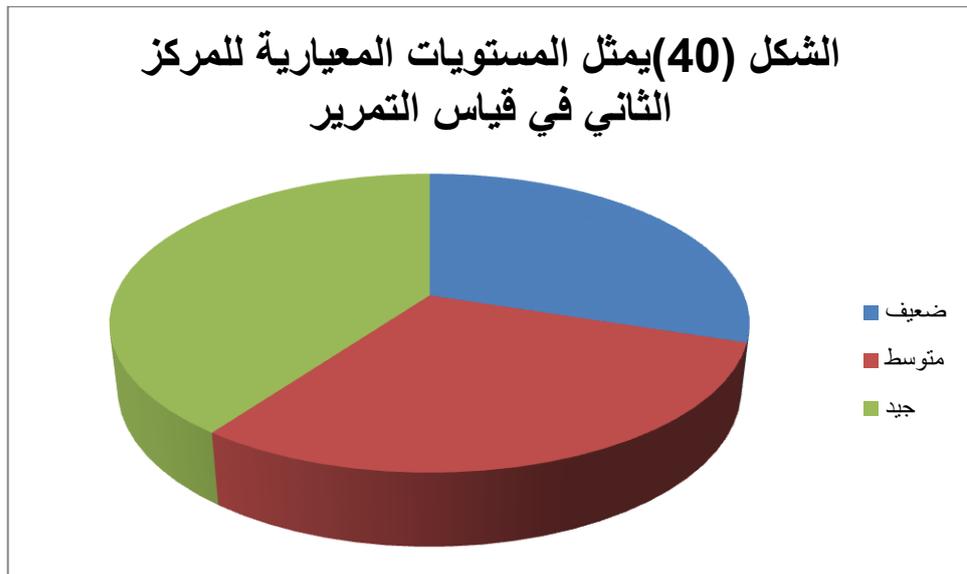
المستوى الضعيف: بلغ المركز الثاني بنسبة مئوية مقدرة بـ 30

ومنه تحصل أغلب تلاميذ المركز الثاني على مستوى جيد في اختبار التمرير.

ويرى الطالب الباحث أو يستنتج من خلال الجدول أعلاه أن المستوى الجيد أخذ أكبر نسبة مئوية المقدرة بـ

40% فيما تساوى المستويين المتوسط و الضعيف بنسبة مقدرة 30% وهذا يعني أن المركز الثاني تميز

بمستوى جيد في قياس التمرير.



بالنسبة للمركز 3:

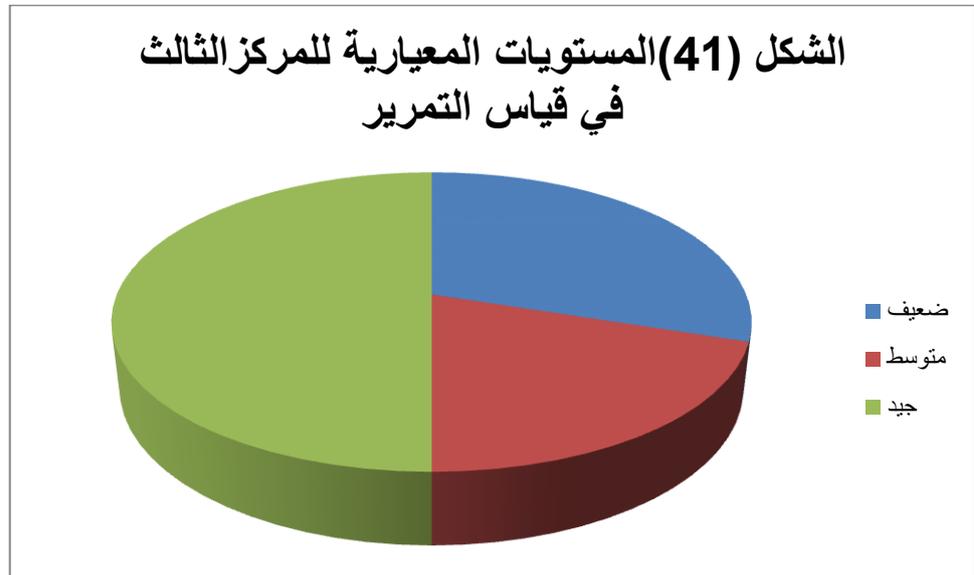
المستوى الجيد: بلغ عدد المركز الثالث نسبة مئوية مقدرة بـ 50

المستوى المتوسط: بلغ عدد المركز الثالث نسبة مئوية مقدرة بـ 20

المستوى الضعيف: بلغ المركز الثالث بنسبة مئوية مقدرة بـ 30

ومنه تحصل أغلب تلاميذ المركز الثالث على مستوى جيد في قياس التمرير.

ويرى الطالب الباحث أو يستنتج من خلال الجدول أعلاه أن المستوى الجيد أخذ أكبر نسبة مئوية المقدرة بـ 50% فيما تحصل المستوى المتوسط بنسبة مقدرة 20% فيما تحصل المستوى الضعيف بنسبة مقدرة 30% وهذا يعني أن المركز الثالث تميز بمستوى جيد في قياس التمرير.



بالنسبة للمركز 4:

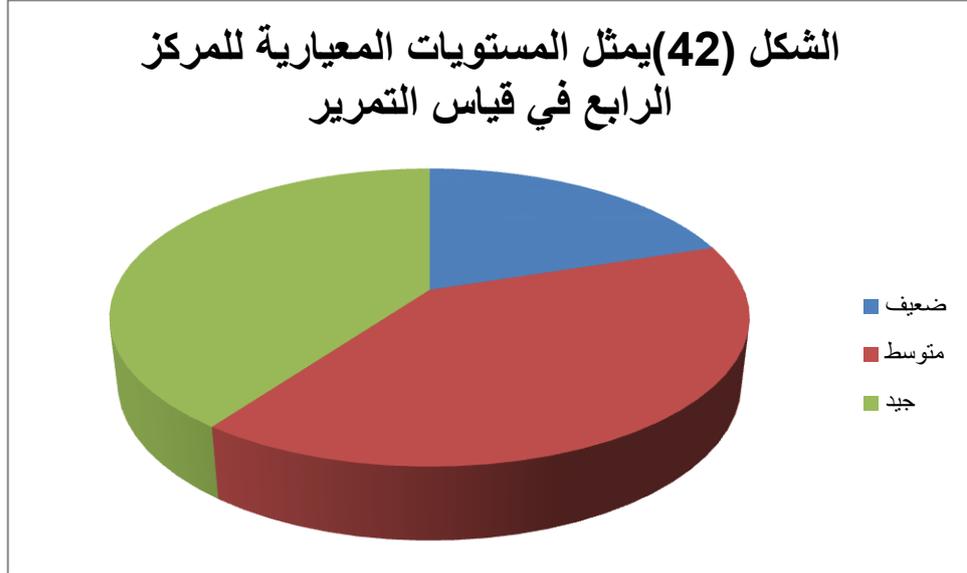
المستوى الجيد: بلغ عدد المركز الرابع نسبة مئوية مقدرة بـ 40

المستوى المتوسط: بلغ عدد المركز الرابع بنسبة مئوية مقدرة بـ 40

المستوى الضعيف: بلغ المركز الرابع بنسبة مئوية مقدرة بـ 20

ومنه تحصل أغلب تلاميذ المركز الرابع على مستوى جيد و متوسط في قياس التمرير.

ويرى الطالب الباحث أو يستنتج من خلال الجدول أعلاه أن المستوى الضعيف أخذ أصغر نسبة مئوية المقدره ب 20% فيما تساوى المستويين الجيد و المتوسط بنسبة مقدرة 40% وهذا يعني أن المركز الرابع تميز بمستوى جيد و متوسط في قياس التمير.



بالنسبة للمركز 5:

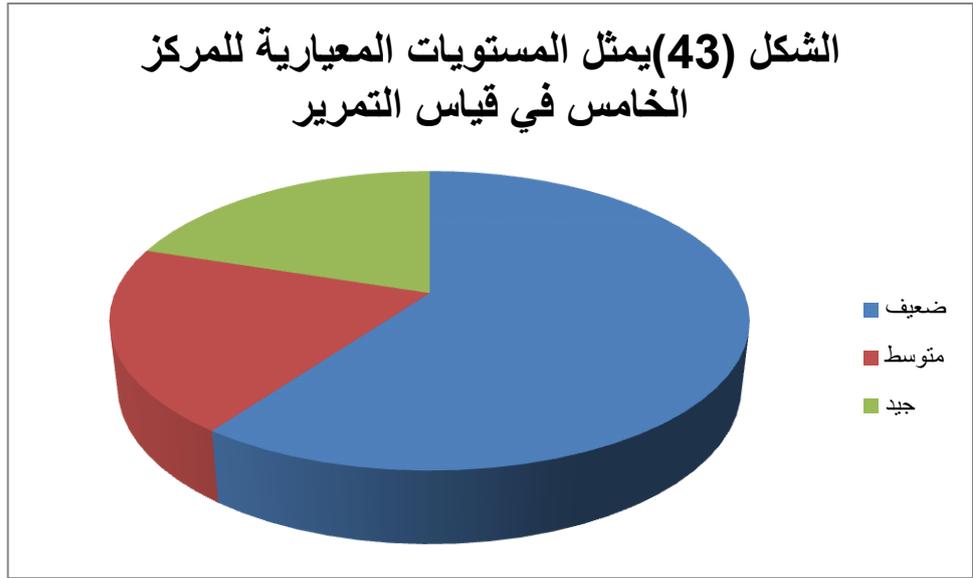
المستوى الجيد: بلغ عدد المركز الخامس نسبة مئوية مقدرة ب 20

المستوى المتوسط: بلغ عدد المركز الخامس نسبة مئوية مقدرة ب 20

المستوى الضعيف: بلغ المركز الخامس بنسبة مئوية مقدرة ب 60

ومنه تحصل أغلب تلاميذ المركز الخامس على مستوى ضعيف في قياس التمير.

ويرى الطالب الباحث أو يستنتج من خلال الجدول أعلاه أن المستوى الضعيف أخذ أكبر نسبة مئوية المقدرة ب 60% فيما تساوى المستويين الجيد و المتوسط بنسبة مقدرة 20% وهذا يعني أن المركز الخامس تميز بمستوى ضعيف في قياس التمير.



بالنسبة للمركز 6:

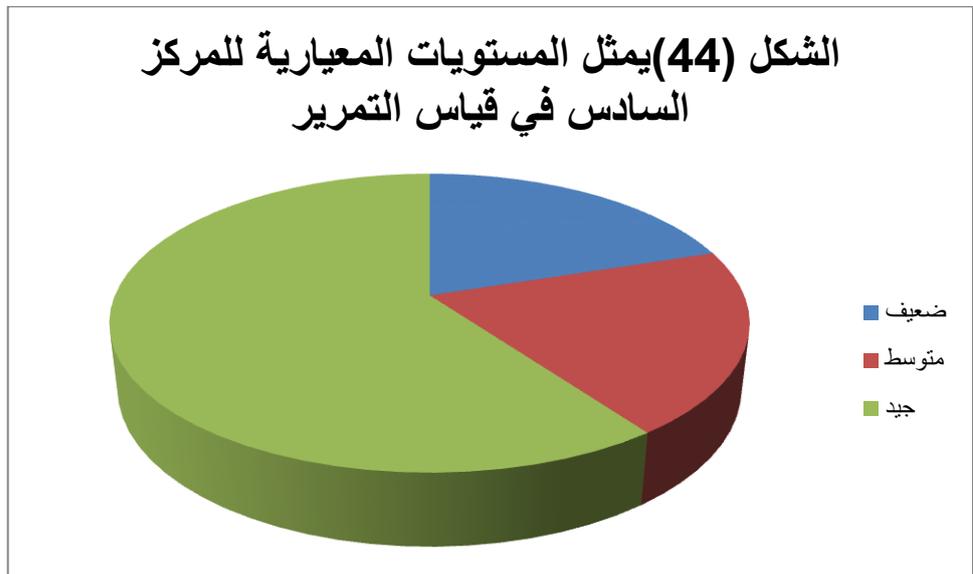
المستوى الجيد: بلغ عدد المركز السادس نسبة مئوية مقدرة بـ 60

المستوى المتوسط: بلغ عدد المركز السادس نسبة مئوية مقدرة بـ 20

المستوى الضعيف: بلغ المركز السادس بنسبة مئوية مقدرة بـ 20

ومنه تحصل أغلب تلاميذ المركز السادس على مستوى جيد في قياس التمرير.

ويرى الطالب الباحث أو يستنتج من خلال الجدول أعلاه أن المستوى الجيد أخذ أكبر نسبة مئوية المقدرة بـ 60% فيما تساوى المستويين المتوسط و الضعيف بنسبة مقدرة 20% وهذا يعني أن المركز السادس تميز بمستوى جيد في قياس التمرير.



-المستويات المعيارية في اختبار الإرسال:

الجدول رقم (31) يوضح المستويات المعيارية في اختبار الإرسال حسب مراكز اللاعبين :

المراكز	الدرجة المعيارية	ضعيف	متوسط	جيد
المركز 1	الدرجة المعيارية	3-----24.8	----24.9	----46.8
			46.7	68.6
	الدرجة الخام	3-----3.66	----3.67	5-----4.34
			4.33	
المركز 2	الدرجة المعيارية	3-----24.8	----24.9	----46.8
			46.7	68.6
	الدرجة الخام	3-----3.66	----3.67	5-----4.34
			4.33	
المركز 3	الدرجة المعيارية	2-----24.2	----24.3	----46.6
			46.5	68.8
	الدرجة الخام	2-----3	----3.01	5-----4.02
			4.01	
المركز 4	الدرجة المعيارية	2-----24.2	----24.3	----46.6
			46.5	68.8
	الدرجة الخام	2-----3	----3.01	5-----4.02
			4.01	
المركز 5	الدرجة المعيارية	2-----23.8	----23.9	----45.8
			45.7	67.6

5-----4.02	-----3.01 4.01	3-----2	الدرجة الخام	
----46.6 68.8	----24.3 46.5	24.2----2	الدرجة المعيارية	المركز 6
5-----4.02	-----3.01 4.01	3-----2	الدرجة الخام	

الجدول رقم (32) يوضح العدد والنسبة المئوية للاعبين في اختبار التمرير حسب مراكز اللاعبين :

المستويات المعيارية حسب المنحنى الطبيعي						المراكز
جيد		متوسط		ضعيف		
%	العدد	%	العدد	%	العدد	
40	04	30	03	30	03	المركز 1
40	04	30	03	30	03	المركز 2
20	02	40	04	40	04	المركز 3
20	02	40	04	40	04	المركز 4
30	03	30	03	40	04	المركز 5
10	01	30	03	60	06	المركز 6

من خلال الجدول أعلاه وجدنا:

بالنسبة للمركز 1:

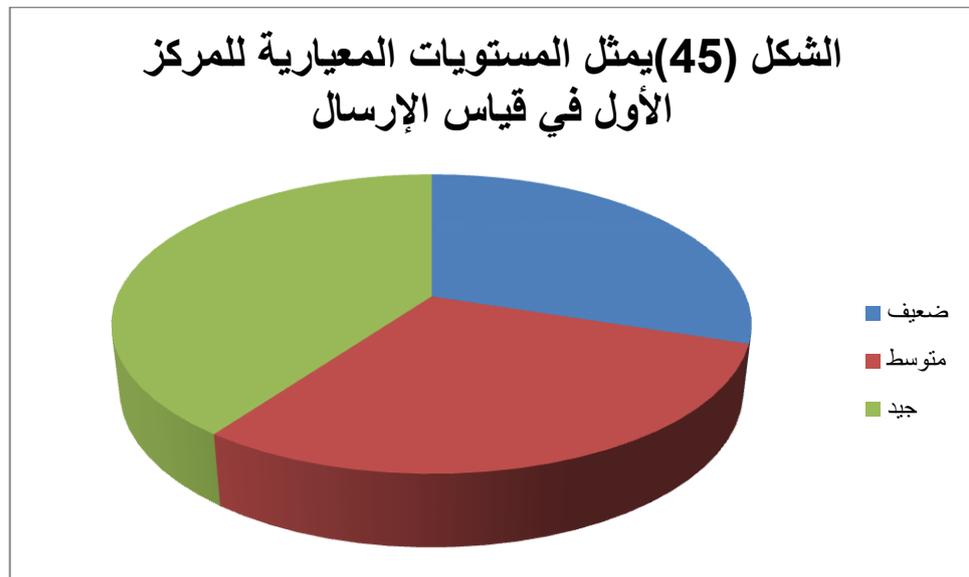
المستوى الجيد: بلغ عدد المركز الأول بنسبة مئوية مقدرة بـ 40

المستوى المتوسط: بلغ عدد المركز الأول بنسبة مئوية مقدرة بـ 30

المستوى الضعيف: بلغ المركز الأول بنسبة مئوية مقدرة بـ 30

ومنه تحصل أغلب تلاميذ المركز الأول على مستوى جيد في اختبار الإرسال.

ويرى الطالب الباحث أو يستنتج من خلال الجدول أعلاه أن المستوى الجيد أخذ أكبر نسبة مئوية المقدرة بـ 40% فيما تساوى المستويين المتوسط و الضعيف بنسبة مقدرة 30% وهذا يعني أن المركز الأول تميز بمستوى جيد في قياس الإرسال.



بالنسبة للمركز 2:

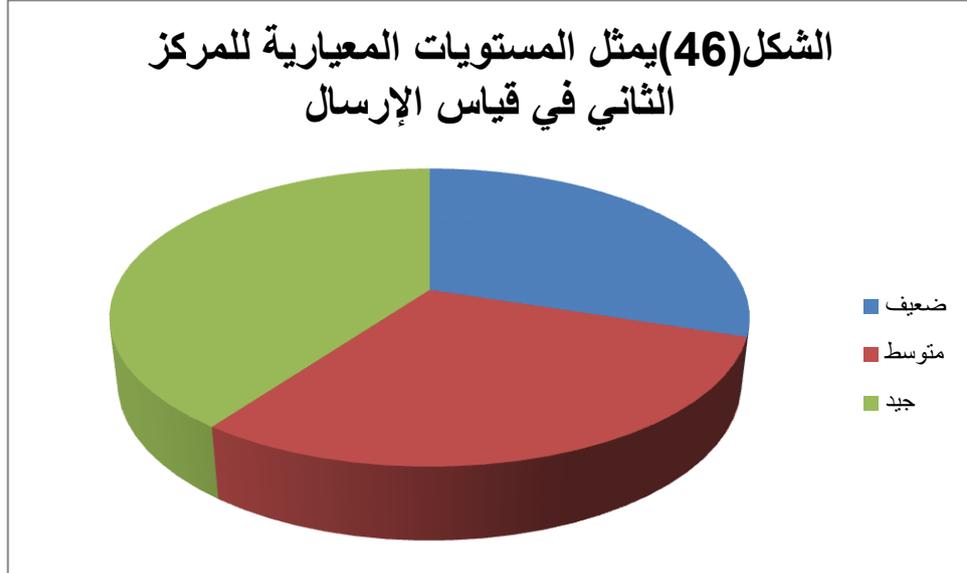
المستوى الجيد: بلغ عدد المركز الثاني بنسبة مئوية مقدرة بـ 40

المستوى المتوسط: بلغ عدد المركز الثاني بنسبة مئوية مقدرة بـ 30

المستوى الضعيف: بلغ المركز الثاني بنسبة مئوية مقدرة بـ 30

ومنه تحصل أغلب تلاميذ المركز الثاني على مستوى جيد في اختبار الإرسال.

ويرى الطالب الباحث أو يستنتج من خلال الجدول أعلاه أن المستوى الجيد أخذ أكبر نسبة مئوية المقدره ب 40% فيما تساوى المستويين المتوسط و الضعيف بنسبة مقدرة 30% وهذا يعني أن المركز الثاني تميز بمستوى جيد في قياس الإرسال.



بالنسبة للمركز 3:

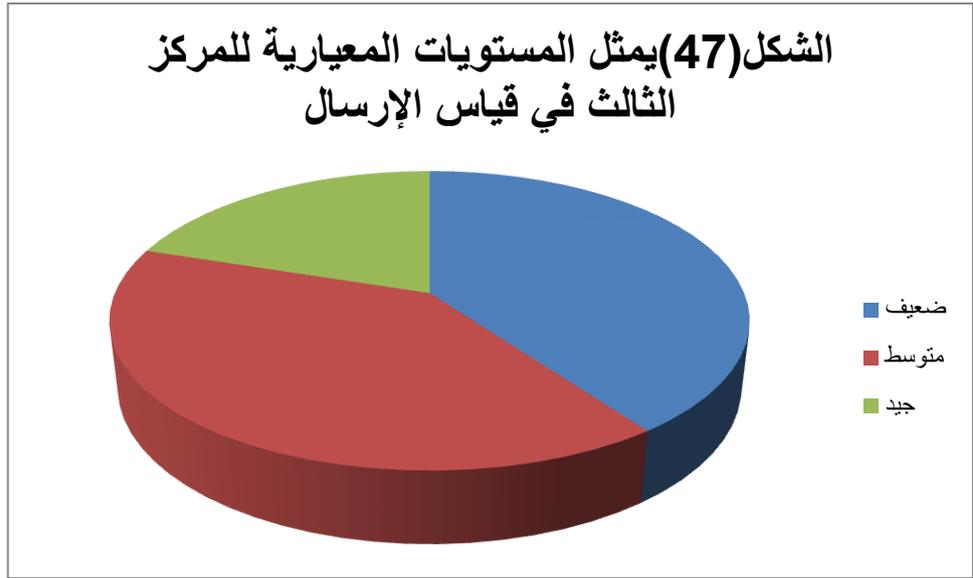
المستوى الجيد: بلغ عدد المركز الثالث نسبة مئوية مقدرة ب 20

المستوى المتوسط: بلغ عدد المركز الثالث نسبة مئوية مقدرة ب 40

المستوى الضعيف: بلغ المركز الثالث بنسبة مئوية مقدرة ب 40

ومنه تحصل أغلب تلاميذ المركز الثالث على مستوى متوسط و ضعيف في قياس الإرسال.

ويرى الطالب الباحث أو يستنتج من خلال الجدول أعلاه أن المستوى الجيد أخذ اصغر نسبة مئوية المقدره ب 20% فيما تساوى المستويين المتوسط و الضعيف بنسبة مقدرة 40% وهذا يعني أن المركز الثالث تميز بمستوى متوسط و ضعيف في قياس الإرسال.



بالنسبة للمركز 4:

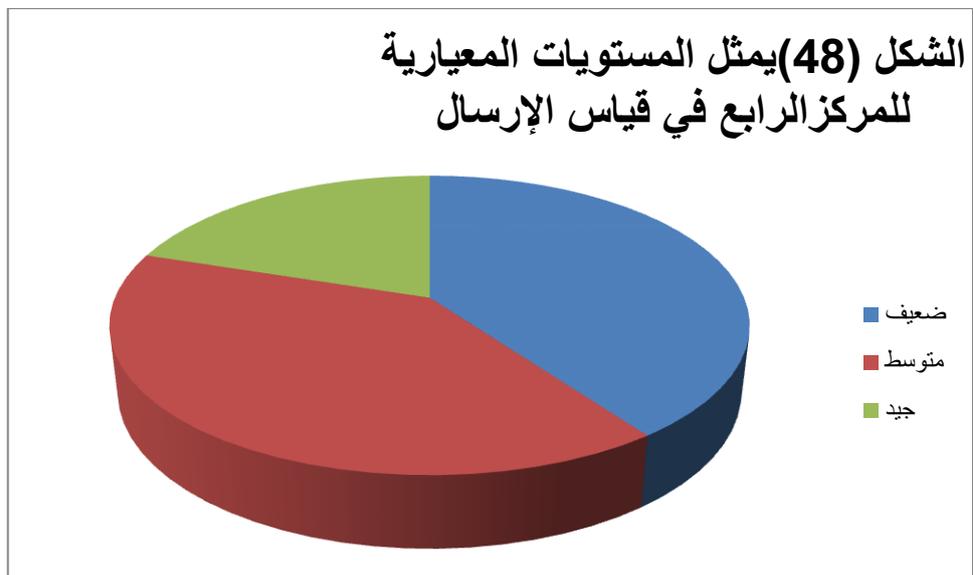
المستوى الجيد: بلغ عدد المركز الرابع نسبة مئوية مقدرة بـ 20

المستوى المتوسط: بلغ عدد المركز الرابع بنسبة مئوية مقدرة بـ 40

المستوى الضعيف: بلغ المركز الرابع بنسبة مئوية مقدرة بـ 40

ومنه تحصل أغلب تلاميذ المركز الرابع على مستوى متوسط و ضعيف في قياس الإرسال.

ويرى الطالب الباحث أو يستنتج من خلال الجدول أعلاه أن المستوى الجيد أخذ أصغر نسبة مئوية المقدرة بـ 20% فيما تساوى المستويين المتوسط والضعيف بنسبة مقدرة 40% وهذا يعني أن المركز الرابع تميز بمستوى متوسط و جيد في قياس الإرسال.



بالنسبة للمركز 5:

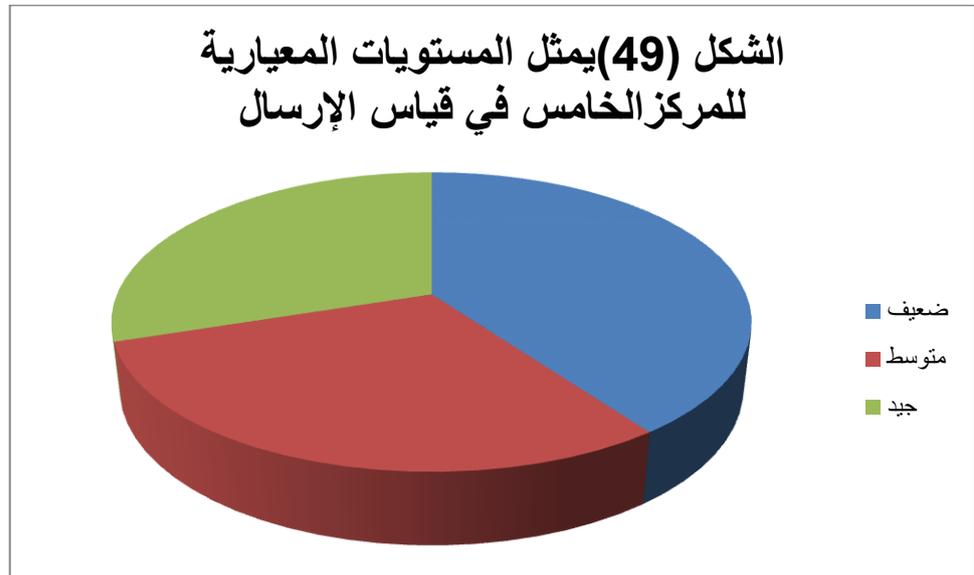
المستوى الجيد: بلغ عدد المركز الخامس نسبة مئوية مقدرة بـ 30

المستوى المتوسط: بلغ عدد المركز الخامس نسبة مئوية مقدرة بـ 30

المستوى الضعيف: بلغ المركز الخامس نسبة مئوية مقدرة بـ 40

ومنه تحصل أغلب تلاميذ المركز الخامس على مستوى ضعيف في قياس الإرسال.

ويرى الطالب الباحث أو يستنتج من خلال الجدول أعلاه أن المستوى الضعيف أخذ أكبر نسبة مئوية المقدره بـ 40% فيما تساوى المستويين الجيد و المتوسط بنسبة مقدرة 30% وهذا يعني أن المركز الخامس تميز بمستوى ضعيف في قياس الإرسال.



بالنسبة للمركز 6:

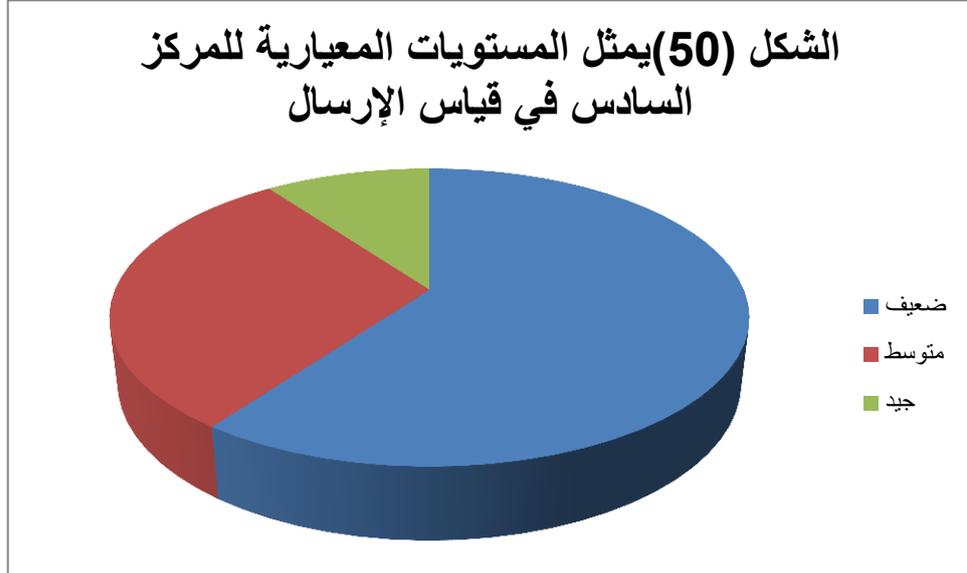
المستوى الجيد: بلغ عدد المركز السادس نسبة مئوية مقدرة بـ 10

المستوى المتوسط: بلغ عدد المركز السادس نسبة مئوية مقدرة بـ 30

المستوى الضعيف: بلغ المركز السادس نسبة مئوية مقدرة بـ 60

ومنه تحصل أغلب تلاميذ المركز السادس على مستوى ضعيف في قياس الإرسال.

ويرى الطالب الباحث أو يستنتج من خلال الجدول أعلاه أن المستوى الضعيف أخذ أكبر نسبة مئوية المقدره ب 60% فيما تحصل المستوى الجيد بنسبة مقدره 10% فيما تحصل المستوى المتوسط بنسبة مقدره 30% وهذا يعني أن المركز السادس تميز بمستوى ضعيف في قياس الإرسال.



-المستويات المعيارية في اختبار الضرب الساحق:

الجدول رقم (33) يوضح المستويات المعيارية في اختبار الضرب الساحق حسب مراكز اللاعبين :

المراكز	الدرجة المعيارية	ضعيف	متوسط	جيد
المركز 1	الدرجة المعيارية	0-----	22.01-----	44.02-----
		22	44.01	66.02
المركز 2	الدرجة المعيارية	0-----	21.8-----	43.7-----
		0.66	1.33	1.34
المركز 3	الدرجة المعيارية	0-----	1.01-----	2.02-----
		0.66	1.33	1.34

-----45.8 67.6	-----22.9 45.7	22.8-----1	الدرجة المعيارية	المركز 3
3-----2.34	-----1.67 2.33	1.66-----1	الدرجة الخام	
-----44.6 66.8	-----22.3 44.5	22.2-----0	الدرجة المعيارية	المركز 4
3-----2.02	-----1.01 2.01	1-----0	الدرجة الخام	
----43.8 65.6	-----21.9 43.7	21.8-----0	الدرجة المعيارية	المركز 5
3-----2.02	-----1.01 2.01	1-----0	الدرجة الخام	
-----44.6 66.8	-----22.3 44.5	22.2-----0	الدرجة المعيارية	المركز 6
3-----2.02	-----1.01 2.01	1-----0	الدرجة الخام	

الجدول رقم(34)يوضح العدد والنسبة المئوية للاعبين في اختبار الضرب الساحق حسب مراكز اللاعبين:

المستويات المعيارية حسب المنحنى الطبيعي						المراكز
جيد		متوسط		ضعيف		
%	العدد	%	العدد	%	العدد	
10	01	30	03	60	06	المركز 1
50	05	30	03	20	02	المركز 2
20	02	50	05	30	03	المركز 3
30	03	20	02	50	05	المركز 4
10	01	60	06	30	03	المركز 5
20	02	30	03	50	05	المركز 6

من خلال الجدول أعلاه وجدنا:

بالنسبة للمركز 1:

المستوى الجيد: بلغ عدد المركز الأول بنسبة مئوية مقدرة بـ 10

المستوى المتوسط: بلغ عدد المركز الأول بنسبة مئوية مقدرة بـ 30

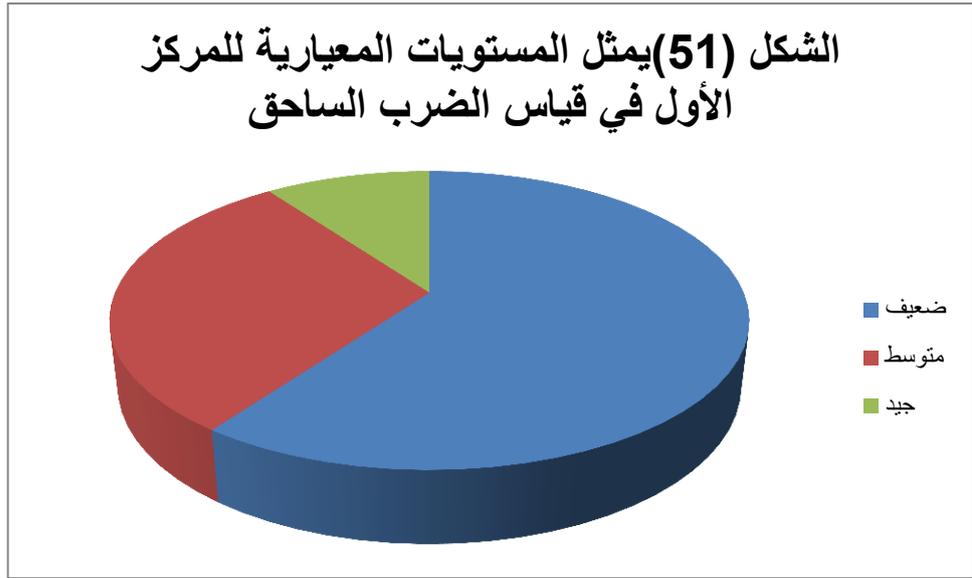
المستوى الضعيف: بلغ المركز الأول بنسبة مئوية مقدرة بـ 60

ومنه تحصل أغلب تلاميذ المركز الأول على مستوى ضعيف في اختبار الضرب الساحق.

ويرى الطالب الباحث أو يستنتج من خلال الجدول أعلاه أن المستوى الضعيف أخذ أكبر نسبة مئوية المقدرة

بـ 60% فيما تحصل المستوى الجيد بنسبة مقدرة 10% فيما تحصل المستوى المتوسط بنسبة مقدرة 30%

وهذا يعني أن المركز الأول تميز بمستوى ضعيف في قياس الضرب الساحق.



بالنسبة للمركز 2:

المستوى الجيد: بلغ عدد المركز الثاني نسبة مئوية مقدرة بـ 50

المستوى المتوسط: بلغ عدد المركز الثاني نسبة مئوية مقدرة بـ 30

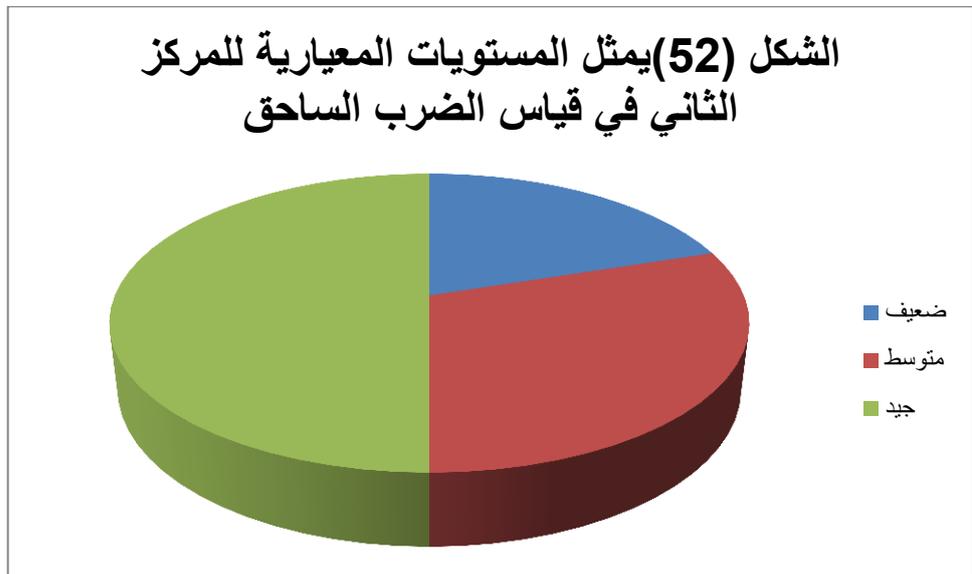
المستوى الضعيف: بلغ المركز الثاني بنسبة مئوية مقدرة بـ 20

ومنه تحصل أغلب تلاميذ المركز الثاني على مستوى جيد في اختبار الضرب الساحق.

ويرى الطالب الباحث أو يستنتج من خلال الجدول أعلاه أن المستوى الجيد أخذ أكبر نسبة مئوية المقدرة بـ

50% فيما تحصل المستوى المتوسط بنسبة مقدرة 30% فيما تحصل المستوى الضعيف بنسبة مقدرة 20%

وهذا يعني أن المركز الثاني تميز بمستوى جيد في قياس الضرب الساحق.



بالنسبة للمركز 3:

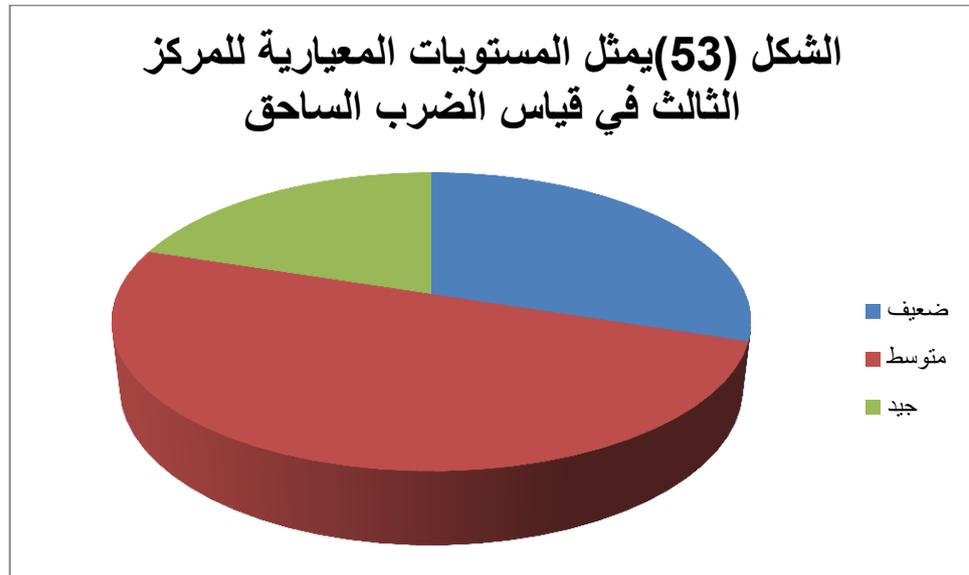
المستوى الجيد: بلغ عدد المركز الثالث نسبة مئوية مقدرة بـ 20

المستوى المتوسط: بلغ عدد المركز الثالث نسبة مئوية مقدرة بـ 50

المستوى الضعيف: بلغ المركز الثالث نسبة مئوية مقدرة بـ 30

ومنه تحصل أغلب تلاميذ المركز الثالث على مستوى متوسط في قياس الضرب الساقق.

ويرى الطالب الباحث أو يستنتج من خلال الجدول أعلاه أن المستوى المتوسط أخذ أكبر نسبة مئوية المقدرة بـ 50% فيما تحصل المستوى الجيد بنسبة مقدرة 20% فيما تحصل المستوى الضعيف بنسبة مقدرة 30% وهذا يعني أن المركز الثالث تميز بمستوى متوسط في قياس الضرب الساقق.



بالنسبة للمركز 4:

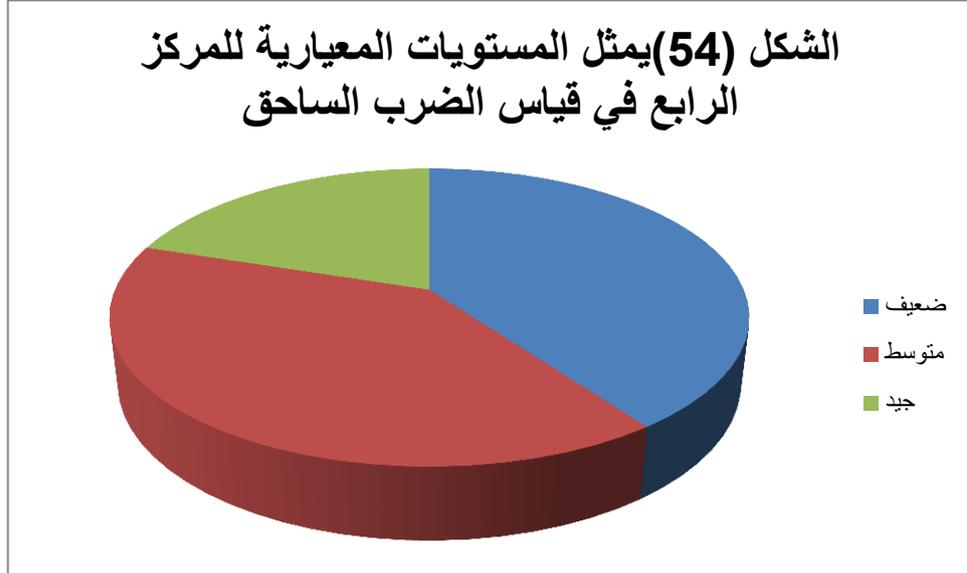
المستوى الجيد: بلغ عدد المركز الرابع نسبة مئوية مقدرة بـ 30

المستوى المتوسط: بلغ عدد المركز الرابع بنسبة مئوية مقدرة بـ 20

المستوى الضعيف: بلغ المركز الرابع بنسبة مئوية مقدرة بـ 50

ومنه تحصل أغلب تلاميذ المركز الرابع على مستوى ضعيف في قياس الضرب الساقق.

ويرى الطالب الباحث أو يستنتج من خلال الجدول أعلاه أن المستوى الضعيف أخذ أكبر نسبة مئوية المقدره ب 50% فيما تحصل المستوى الجيد بنسبة مقدره 30% فيما تحصل المستوى المتوسط بنسبة مقدره 20% وهذا يعني أن المركز الرابع تميز بمستوى ضعيف في قياس الضرب الساحق.



بالنسبة للمركز 5:

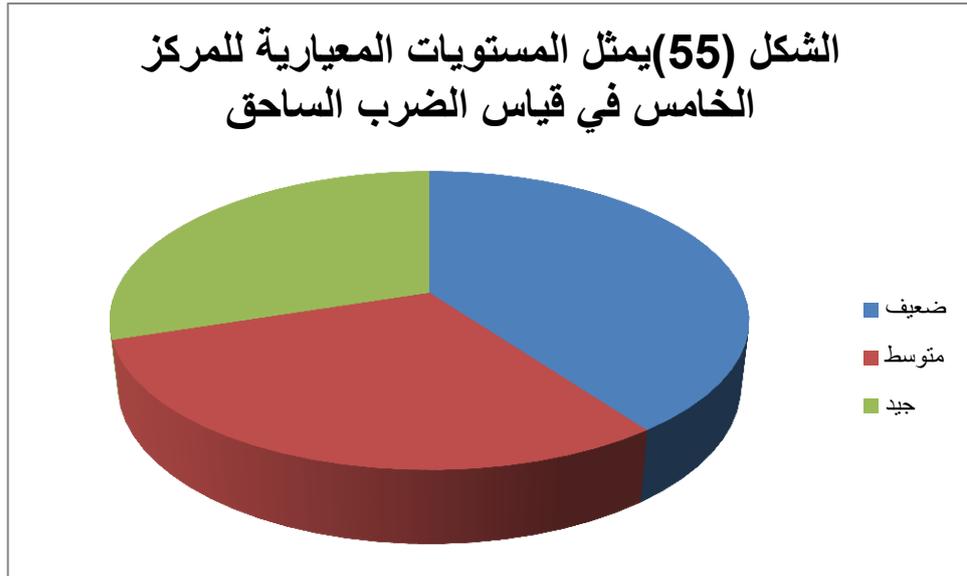
المستوى الجيد: بلغ عدد المركز الخامس نسبة مئوية مقدره ب 10

المستوى المتوسط: بلغ عدد المركز الخامس نسبة مئوية مقدره ب 60

المستوى الضعيف: بلغ المركز الخامس بنسبة مئوية مقدره ب 30

ومنه تحصل أغلب تلاميذ المركز الخامس على مستوى متوسط في قياس الضرب الساحق.

ويرى الطالب الباحث أو يستنتج من خلال الجدول أعلاه أن المستوى المتوسط أخذ أكبر نسبة مئوية المقدره ب 60% فيما تحصل المستوى الجيد بنسبة مقدره 10% فيما تحصل المستوى الضعيف بنسبة مقدره 30% وهذا يعني أن المركز الخامس تميز بمستوى متوسط في قياس الضرب الساحق.



بالنسبة للمركز 6:

المستوى الجيد: بلغ عدد المركز السادس نسبة مئوية مقدرة بـ 20

المستوى المتوسط: بلغ عدد المركز السادس نسبة مئوية مقدرة بـ 30

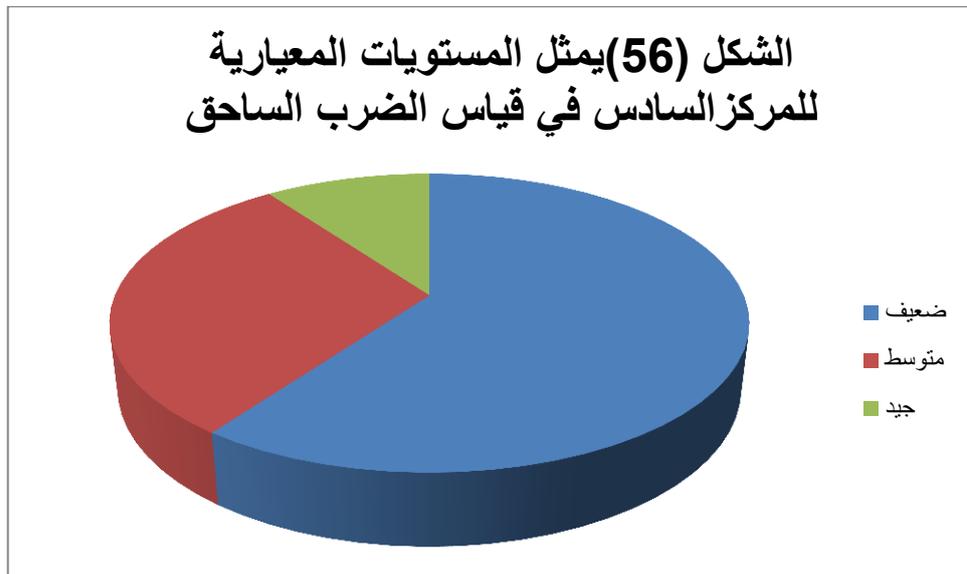
المستوى الضعيف: بلغ المركز السادس بنسبة مئوية مقدرة بـ 50

ومنه تحصل أغلب تلاميذ المركز السادس على مستوى ضعيف في قياس الضرب الساحق.

ويرى الطالب الباحث أو يستنتج من خلال الجدول أعلاه أن المستوى الضعيف أخذ أكبر نسبة مئوية المقدرة

بـ 50% فيما تحصل المستوى الجيد بنسبة مقدرة 20% فيما تحصل المستوى المتوسط بنسبة مقدرة 30%

وهذا يعني أن المركز السادس تميز بمستوى ضعيف في قياس الضرب الساحق.



مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الثالثة :

من خلال النتائج المتحصل عليها في الجداول 20,22,26,28، وجدنا أن أغلب التلاميذ المشاركين في الرياضة المدرسية تخصص الكرة الطائرة في القياسات الأنتروبومترية لديهم مستوى متوسط في قياس الطول و فتح الذراعين و مستوى ضعيف في قياس الوزن و الإرتقاء
وجدنا في الجداول 30,32,34، أن أغلب التلاميذ المشاركين في الرياضة المدرسية تخصص كرة الطائرة في اختبارات الأداء المهاري يتميزون بمستوى جيد في اختبار التمرير و بمستوى متوسط في اختبار الإرسال و بمستوى ضعيف في الضرب الساحق .

حيث ان اللعب في المركز الأول يتميز بمستوى متوسط من حيث القياسات الأنتروبومترية و بمستوى جيد في الأداء المهاري و بالنسبة للمركز الثاني تميز بالمستوى الجيد في القياسات الأنتروبومترية و الأداء المهاري، و بالنسبة للمركز الثالث تميز بمستوى ضعيف في القياسات الأنتروبومترية و بمستوى متوسط في الأداء المهاري، و المركز الرابع يتميز بمستوى ضعيف في القياسات الأنتروبومترية و بمستوى متوسط في الأداء المهاري، و المركز الخامس يتميز بمستوى متوسط في القياسات الأنتروبومترية و بمستوى ضعيف في الأداء المهاري، و المركز السادس تميز بالمستوى الضعيف في كل من القياسات الأنتروبومترية و الأداء المهاري .
-ومنه يرى الطالبان الباحثان أن المستويات المعيارية تعتبر صفة محددة للإنجاز الرياضي في الكرة الطائرة حيث تعتبر مؤشرا معياريا مهما حيث يعرفها بلاتونوف، 1994، و شيفرد ، 1999، على أن اللياقة البدنية بعناصرها الرئيسية أهمية أساسية عند ممارسة أي نشاط بدني ،حيث تعتبر حجر الأساس لممارسة جميع الأنشطة البدنية باعتبارها إحدى أوجه اللياقة الشاملة .

وكما يشير علاوي و رضوان ، 2000، الى أن اللياقة البدنية كانت و مازالت إحدى الأهداف الهامة للتربية البدنية ،كما أن قياسها و تنميتها هي الموضوعات التي شغلت إهتمامات المجتمعات المختلفة ،وكما أشاروا العالمان المذكورين أعلاه أن المعايير تساهم في التعرف إلى مستويات أداء الأفراد الرياضيين و تصنيفهم إلى مستويات كالمستوى المتوسط أو فوق المتوسط .

-ويذكر أرمورو و جاكسون ، 2002، أن إختبارات اللياقة البدنية عنصر مهم في معظم برامج التربية البدنية ، لأنه يوفر معلومات كافية نستطيع من خلالها تفسير نتائج الإختبارات .

ومن خلال كل هذا نستطيع القول أن الفرضية الثالثة القائلة "يتميز التلاميذ المشاركين الرياضة المدرسية بمستوى ضعيف في نتائج القياسات الأنتروبومترية وإختبارات الأداء المهاري تخصص الكرة الطائرة"، قد تحققت .

الإستنتاجات :

بالنسبة للفرضية الأولى :

1- نستنتج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية لمراكز اللعب في قياس الطول لدى التلاميذ المشاركين في الرياضة المدرسية تخصص الكرة الطائرة .

2- نستنتج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية لمراكز اللعب في قياس الوزن لدى التلاميذ المشاركين في الرياضة المدرسية تخصص الكرة الطائرة .

ويعتبر الطول ذا أهمية كبرى في العديد من الأنشطة الرياضية ، سواء كان الطول الكلي للجسم أو بعض أطراف الجسم .

الوزن المثالي هو الوزن الذي يجب أن يكون عليه الفرد تماما ويكون منسوبا إلى طوله . كما قال محمد

صبحي حسانين، 1995

3- نستنتج أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية لمراكز اللعب في قياس فتح الذراعين لدى التلاميذ المشاركين في الرياضة المدرسية تخصص الكرة الطائرة .

4- نستنتج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية لمراكز اللعب في قياس الإرتقاء لدى التلاميذ المشاركين في الرياضة المدرسية تخصص الكرة الطائرة .

بالنسبة للفرضية الثانية :

1- نستنتج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية لمراكز اللعب في قياس التمرير لدى التلاميذ المشاركين في الرياضة المدرسية تخصص الكرة الطائرة .

2- نستنتج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية لمراكز اللعب في قياس الإرسال لدى التلاميذ المشاركين في الرياضة المدرسية تخصص الكرة الطائرة .

3- نستنتج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية لمراكز اللعب في قياس الضرب الساحق لدى التلاميذ المشاركين في الرياضة المدرسية تخصص الكرة الطائرة .

- إن الضربات السّاققة هي إحدى الوسائل الرّئيسية الهامة في إحراز النقاط و استخدامها غالبا ما يكون من اللّمسة الثّالثة ويؤثّر فيها

عاملان هما: القوة والتّوجيه. كما قال: حسان بوجليدة: نوفمبر 2006 ، محمد سعد زغلول، محمد لطفي السيد

، 2001، و زينب فهمي و آخرون ، 1994.

بالنسبة للفرضية الثالثة :

نستنتج في القياسات الأنتروبيومترية :

- تميز التلاميذ المشاركين في الرياضة المدرسية تخصص الكرة الطائرة بمستوى متوسط بالنسبة لمراكز اللعب في قياس الطول.
 - تميز التلاميذ المشاركين في الرياضة المدرسية تخصص الكرة الطائرة بمستوى ضعيف بالنسبة لمراكز اللعب في قياس الوزن.
- ويعتبر الطول ذا أهمية كبرى في العديد من الأنشطة الرياضية ، سواء كان الطول الكلي للجسم أو بعض أطراف الجسم .
- الوزن المثالي هو الوزن الذي يجب أن يكون عليه الفرد تماما ويكون منسوبا إلى طوله ، كما قال محمد صبحي حساين، 1995.
- تميز التلاميذ المشاركين في الرياضة المدرسية تخصص الكرة الطائرة بمستوى متوسط بالنسبة لمراكز اللعب في قياس فتح الذراعين.
 - تميز التلاميذ المشاركين في الرياضة المدرسية تخصص الكرة الطائرة بمستوى متوسط بالنسبة لمراكز اللعب في قياس الإرتقاء.
 - تميز التلاميذ المشاركين في الرياضة المدرسية تخصص الكرة الطائرة بمستوى جيد بالنسبة لمراكز اللعب في قياس التمرير.
 - تميز التلاميذ المشاركين في الرياضة المدرسية تخصص الكرة الطائرة بمستوى ضعيف بالنسبة لمراكز اللعب في قياس الإرسال.
 - تميز التلاميذ المشاركين في الرياضة المدرسية تخصص الكرة الطائرة بمستوى ضعيف بالنسبة لمراكز اللعب في قياس الضرب الساحق.

الإستنتاج العام :

بعد دراسة مختلف الجداول التي جاءت في الجانب التطبيقي و التي تحتوي على مختلف المعلومات الإحصائية الخاصة بمتغيرات فرضيات دراستنا و التي دارت حول الإشكالية "هل يمكن وضع معايير محددة حسب مراكز اللعب في القياسات الأنتروبومترية و إختبارات الأداء المهاري لدى التلاميذ المشاركين في الرياضة المدرسية تخصص الكرة الطائرة " ، و من خلال الإستنتاجات التي توصلنا إليها في الأسئلة السابقة والتي تشمل الفرضيات الثلاثة يمكن استنتاج ما يلي :

1- يوجد فروق دالة إحصائية بين مراكز اللاعبين في نتائج القياسات الأنتروبومترية لدى التلاميذ المشاركين في الرياضة المدرسية تخصص الكرة الطائرة .

2-توجد فروق دالة إحصائية بين مراكز اللاعبين في نتائج إختبارات الأداء المهاري لدى التلاميذ المشاركين في الرياضة المدرسية تخصص الكرة الطائرة .

3-يتميز التلاميذ المشاركين في الرياضة المدرسية بمستوى ضعيف في نتائج القياسات الأنتروبومترية و إختبارات الأداء المهاري تخصص الكرة الطائرة .

و بذلك فالفرضيات الثلاثة تحقق الفرضية العامة "يمكن وضع معايير محددة حسب مراكز اللعب في القياسات الأنتروبومترية و إختبارات الأداء المهاري تخصص الكرة الطائرة".

الخلاصة العامة :

لقد تطرقنا في دراستنا هذه إلى معاناة التلاميذ المشاركين في الرياضة المدرسية تخصص الكرة الطائرة من مشكل في القياسات الأنتروبومترية و نقص في الأداء المهاري ،وبالأحرى إلى إيجاد معنى لهذين المصطلحين وتحديد أهميتهما،ومعرفة هذه الألفاظ بالنسبة لبعض الباحثين في هذا المجال، والذين يرون وجود صعوبات في تحديد هذه المشكلات المطروحة، فدراستنا في هذا الفصل تدعمت بأراء بعض الباحثين، وكان الهدف منها إبراز مفهوم لفظ القياسات الأنتروبومترية مع الأداء المهاري لدى التلاميذ المشاركين في الرياضة المدرسية تخصص الكرة الطائرة ،ومراحل ظهورهم وتطورهم،وكيفية حدوثهم مع الإشارة إلى آثارهم،ومدى العلاقة بينهما.

وقد قسمنا بحثنا إلى بابين الأول "الدراسة النظرية" و تحتوي على ثلاثة فصول منها الفصل الأول "القياسات الأنتروبومترية"، الفصل الثاني "الأداء المهاري في الكرة الطائرة" و الفصل الثالث "التلاميذ المشاركين في الرياضة المدرسية و المرحلة العمرية" ، و اعتمدنا على المنهج المسحي الوصفي و على عينة قوامها "60" تلميذا من المشاركين في الرياضة المدرسية تخصص الكرة الطائرة،وقد تم استعمال استمارة صدق المحكمين للقياسات المستعملة و أهم النتائج التي توصلنا إلى أن التلاميذ يتميزون بأداء مهاري متوسط .

وأن هناك علاقة طردية دالة إحصائية بين القياسات الأنتروبومترية والأداء المهاري.

التوصيات والاقتراحات :

باعتبار الرياضة مهمة في حياة الفرد و الرياضي بالخصوص و بعد دراسة ميدانية التي قمنا بها في فرق المؤسسات المشاركة في الرياضة المدرسية تخصص الكرة الطائرة (الدحموني) و من خلال استمارات التحكيم المقدمة للأساتذة تبين أن اللاعبين لهم مشاكل متقاربة في تطوير أدائهم المهاري و محرومين من أبسط الأمور و هي حقوقهم و خاصة من جانب كيفية تطوير الأداء المهاري في الكرة الطائرة و من خلال النتائج إرتيائاً أن نخرج ببعض الإقتراحات التي نتمني أن تأخذ بعين الإعتبار و خاصة لاعبي الكرة الطائرة بالإضافة إلى القائمين عليها , هذه الإقتراحات نأمل أن تكون بداية الأصل من الخروج من الظروف التي تعاني منها الفئات المختصة و نذكر منها :

- 1_ توفير الوسائل الرياضية اللازمة للممارسة الفعلية للكرة الطائرة .
- 2_ تطبيق دروس نظرية توعي الرياضيين في مجال الكرة الطائرة .
- 3_ توفير الأمن للرياضيين و ذلك في المرافق الرياضية .
- 4_ توفير الأمن للرياضيين و تجهيزهم بالأدوات و وسائل الوقاية و كذا الإسعافات الرياضية الأولية.
- 5_ ترميم المنشآت الرياضية و جعلها تتناسب في قواعد الأمن.
- 6_ وضع قانون يفرض إجبارية المتابعة الطبية الدورية.
- 7_ توفير طاقم طبي متخصص للتدخل في أي نوع من الإصابات .
- 8_ تنظيم ندوات خاصة بالتوعية باسس و قواعد الوقاية من الإصابات الرياضية و التي تخص اللاعبين.
- 9_ توعية اللاعبين بالممارسة الصحيحة في رياضة الكرة الطائرة .
- 10_ الإبتعاد عن العنف و الحركات التي تؤدي إلى الإصابات .
- 11_ معرفة اللاعب باهمية ممارسة الرياضة بطريقة واضحة مع الخصم .

الإمضاء	الملاحظة	الدرجة العلمية	الأستاذ المحكم	الرقم
				01
				02
				03
				04
				05

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

المركز الجامعي * تيسمسيلت *

احمد بن يحيى الونشريسي

علوم و تقنيات النشاطات التربوية البدنية والرياضية

استمارة خاصة بصدق المحكمين تحت عنوان:

تحديد درجات معيارية في بعض القياسات الانتوبومترية و الاداء المهاري لدى التلاميذ
المشاركين في الرياضة المدرسية (الكرة الطائرة).

استمارة تحكيم موجه إلى الاساتذة.

في إطار انجازنا لبحث علمي مسحي نرجو منكم مساعدتنا وذلك بتحكيم هذه الاستمارة
بهدف إثراء بحثنا والوصول إلى نتائج دقيقة تفيد الدراسات .

لذلك نرجو من الاساتذة الكرام تحكيم هذه الاستمارة بكل موضوعية ،الغرض
منها بحث علمي .

تحت إشراف الأستاذ

*- بن نعجة محمد *

من إعداد الطلبة:

*- مخفي بن عيسى

*سعيداني راجح

1_مهارة التمرير من أعلى: وتم قياسها باختبار دقة التمرير من أعلى .

1_1_وصف اختبار دقة التمرير من أعلى:

1-2-الغرض من الاختبار :

قياس دقة التمرير من أعلى .

1-3-الأدوات :

حائط يرسم عليه مربع $1.5 / 1.5$ م على أن تكون حافته السفلى على بعد 2.20 م من الأرض،

يرسم خط للبداية على بعد 2 م من الحائط ، كرة طائرة .

1-4-مواصفات الأداء :

يقف الطالب مواجهاً للحائط ومعه الكرة يقوم بالتمرير من أعلى بأصابع اليدين نحو المربع المرسوم

وعندما ترتد إليه الكرة يقوم بإرجاعها إلى المربع من خلال تمريرها من أعلى بطريقة قانونية في الكرة الطائرة وذلك قبل أن تسقط على الأرض ، يقوم الطالب بتمرير الكرة على المربع أكبر عدد من التمريرات خلال (30) ثانية ، إذا فقد الطالب الكرة أثناء التمرير فإنه يستعيدتها ثم يستأنف التمرير .

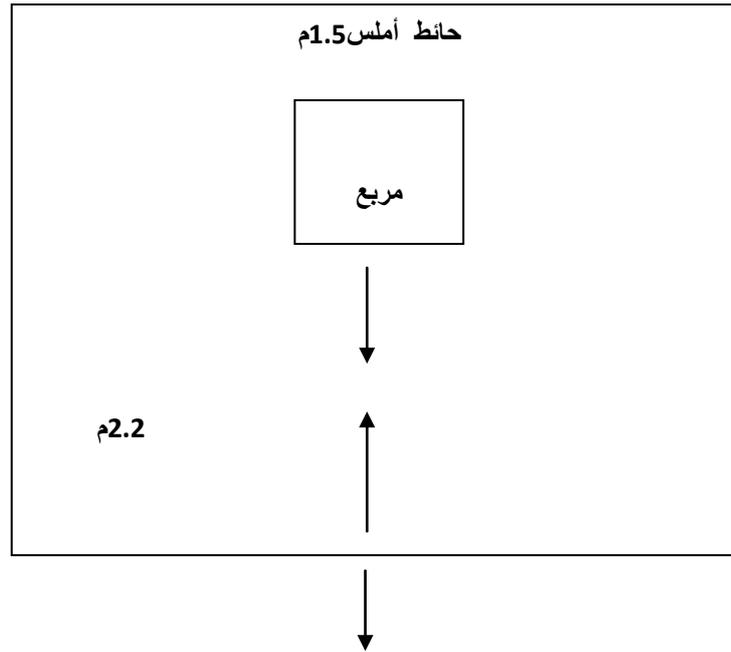
1-5-التسجيل :

- أربع نقاط لكل تمريرة صحيحة داخل المربع .

- نقطة لكل تمريرة صحيحة خارج المربع .

شكل (1)

اختبار مهارة التمرير من أعلى



خط البداية على بعد 2 متر من الحائط

2_ مهارة الضرب الساحق الخطي: وتم قياسه باختبار دقة الضرب الساحق في الاتجاه والاتجاه المستقيم.

2-1- الغرض من الاختبار:

قياس دقة الضرب الساحق في الاتجاه المستقيم .

2-2- الأدوات :

10 كرة طائرة ، ملعب كرة طائرة ارتفاع الشبكة 224سم، يرسم مربعين (3/3 م) في مركز (1)

وتوضع مرتبة كما في الشكل (2) .

2-3- مواصفات الأداء :

الضرب من مركز (4) الإعداد من المدرب من مركز (3) وعلى المختبر أداء (5) ضربات ساحقة

نحو الاتجاه المستقيم (المرتبة موجودة في مركز 1) .

2-4- التسجيل :

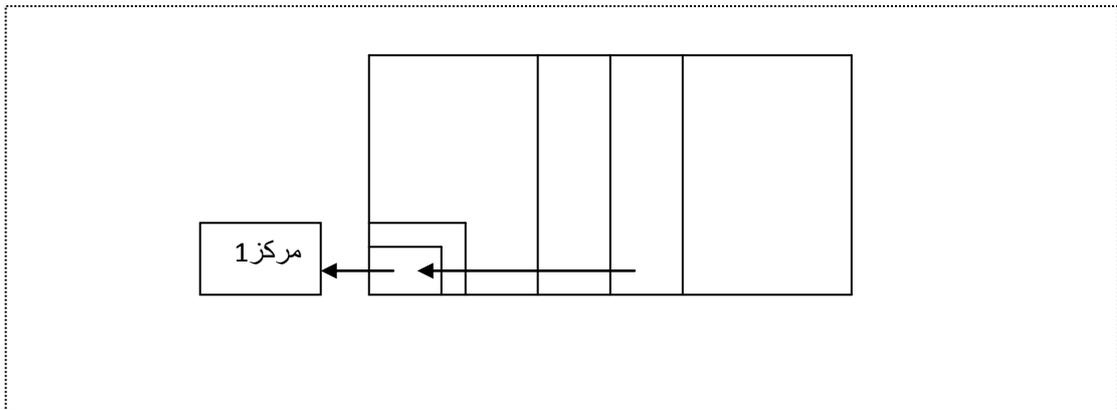
- أربع نقاط لكل ضربة ساحقة صحيحة تسقط فيها الكرة على المرتبة .

- ثلاث نقاط لكل ضربة ساحقة صحيحة تسقط فيها الكرة في المنطقة المخططة.

- نقطتان لكل ضربة ساحقة صحيحة تسقط فيها الكرة في المنطقة (ا).

شكل(2)

اختبار مهارة الضربة الساحقة



3-مهارة الإرسال من أسفل : وتم قياسه باختبار دقة الإرسال من أسفل .

3_1_الغرض من الاختبار : قياس دقة الإرسال من اسفل .

3_2_الأدوات:

ملعب كرة الطائرة قانوني يقسم كما في الشكل (3) ، عشر كرات طائرة ارتفاع الشبكة (224) شريط قياس ، تحدد النقاط الممنوحة على المناطق المستهدفة وتكتب على الأرض وفقا للشكل(3) .

3_3_مواصفات الأداء :

يقوم المختبر بأداء عشر إرسالات متتالية من اسفل من المنطقة المحددة لهذا الاختبار على بعد 7 متر من الشبكة محاولا توجيه الكرة إلى المناطق التي كتب بداخلها أعلى درجة .

3_4-الشروط :

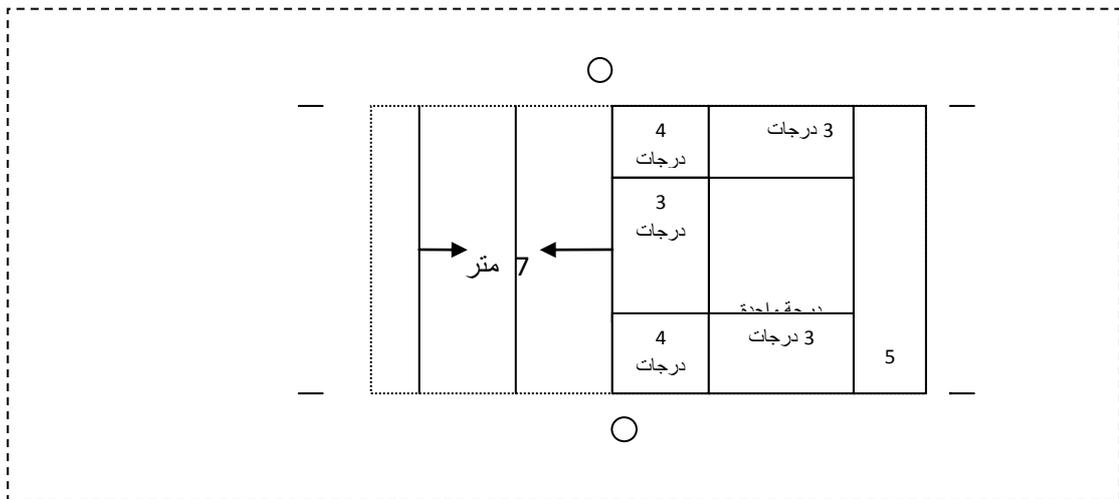
لكل مختبر (10) محاولات، تحسب النقاط بمجرد سقوط الكرة في المنطقة المحددة في الملعب، إذا ارتكب اللاعب أي مخالفة قانونية أثناء الإرسال فلا يعطي أي علامة ، إذا سقطت الكرة على خط مشترك بين منطقتين يمنح المختبر الدرجة الأعلى .

3_5_التسجيل:

يسجل للمختبر الدرجات التي حصل عليها في المحاولات العشر التي قام بها علما بأن الدرجة النهائية (50) درجة .

شكل (3)

اختبار مهارة الإرسال من اسفل



المراجع بالعربية:

1. إبراهيم مرزوق: الموسوعة الرياضية، ط1، الدار الثقافية للنشر، القاهرة، مصر، 2002.
2. إبراهيم وحيد محمود، تعلم - أسسه نظرياته، و تطبيقاته، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية 1995.
3. أبو العلا أحمد عبد الفتاح، ومحمد صبحي حسانين : فسيولوجيا الرياضي وطرق القياس للتقويم ، دار الفكر العربي، القاهرة، الفصل السادس.
4. أحمد أوزي، المراهقة و العلاقات الوظيفية، منشورة مجلة علوم التربية، ط2 .
5. أحمد زكي صالح، التعلم : أسسه مناهجه، نظرياته، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة بدون سنة.
6. أحمد زكي صالح، علم النفس التربوي، ط14، مكتبة النهضة المصرية، 1992.
7. أحمد عبد الدائم الوزير، علي مصطفى طه: دليل المدرب في الكرة الطائرة، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر، 1999.
8. أسامة كامل راتب، النمو الحركي، دار الفكر العربي، القاهرة، 1990.
9. أسامة كامل راتب، النمو الحركي، دار الفكري العربي، مصر 1994.
10. أكرم زاكي خطابية: موسوعة الكرة الطائرة الحديثة، ط1، دار الفكر للطباعة و النشر و التوزيع، عمان، الأردن، 1996.
11. أسامة كامل راتب، مدخل لنمو المتكامل للطفل والمراهق، دار الفكر العربي، 1999.
12. جريدة الخبر، تاريخ 26 نوفمبر 1996، إجبارية ممارسة الرياضة المدرسية.
13. حامد عبد السلام زهران، علم النفس النمو، ط5، عالم الكتب المصري، القاهرة، 1999.
14. حسان بوجليدة: دروس نظرية في الكرة الطائرة، قسم الإدارة و التسيير الرياضي، السنة الرابعة، نوفمبر 2006.
15. حسن عبدالجواد: المبادئ للألعاب الإعدادية- القانون الدولي، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر، 1999.

16. حمد سعد زغلول، محمد لطفي السيد: الأسس الفنية لمهارات الكرة الطائرة، ط1، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 2001.
17. ختار سالم: حول الكرة الطائرة، دط، منشورات مؤسسة المعارف، بيروت، لبنان، 1996.
18. د. حسن معوض، طرق تدريس التربية البدنية والرياضية، الجهاز المركزي للكتب الجامعية والوسائل التعليمية، مصر، ط1، 1963.
19. دروس في التربية و علم النفس، مدرسة التربية و التكوين خارج المدرسة، الجزائر، 1994.
20. زكي محمد حسن : الظواهر المرفولوجية في رياضي الألعاب الجماعية ، كلية التربية الرياضية للبنين ، القاهرة ، 2004.
21. زكي محمد حسن: الكرة الطائرة أسس ومواهب وأداء، دط، الجزء الأول، منشأة المعارف، الإسكندرية، مصر، 1977.
22. زكي محمد حسن: صانع الألعاب في الكرة الطائرة-العقل المفكر للفريق، المكتبة المصرية للطباعة والنشر والتوزيع، الإسكندرية، 2004.
23. زكي محمد محمد حسن: الكرة الطائرة إستراتيجيات الدفاع و الهجوم، منشأة المعارف، الإسكندرية، مصر، 1998.
24. زينب فهمي و آخرون: الكرة الطائرة، ط1، لجزء2، دار المعارف، مصر، 1994.
25. عباس محمد السامرائي، بسطويسي أحمد، طرق التدريس في مجال التربية البدنية الرياضية، طبعة جامعة بغداد، العراق 1984.
26. عبد الرحمان عيساوي، سيكولوجية النمو دراسة في نمو الطفل و المراهق، دار النهضة العربية.
27. عبد الغني الديدي، ظواهر المراهقة، مشاكلها و خفاياها، دار الفكر اللبناني، بيروت، ط1، 1995.
28. عبد القادر حلومي : مدخل الإحصاء ، ديوان المطبوعات الجامعية ، الجزائر ، 1992 .

29. عبد المنعم الدريد. (2006). الاحصاء البارامترى واللابارامترى . القاهرة : ط1, عالم الكتاب.
30. عبد المنعم المليجي وآخرون، النمو النفسي، ط1، دار النهضة العربية بيروت، 1973.
31. عبد الوهاب عمرانى، التربية البدنية والرياضية ومشاكلها في المدرسة الجزائرية، مذكرة لنيل شهادة ليسانس في التربية البدنية والرياضية.
32. عصام الوشاحي : المبادئ التعليمية في الكرة الطائرة، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر، 1991.
33. عصام الوشاحي: الكرة الطائرة الحديثة مفتاح الوصول إلى المستوى العالمي، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر، 1994.
34. عصام الوشاحي: الكرة الطائرة المصغرة، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر، بدون سنة نشر.
35. عصام عبد الخالق، التدريب الرياضي، دار المعرفة، الإسكندرية مصر 1992 .
36. عقيل عبد الله: الكرة الطائرة التكتيك و التكنيك الفردي، كلية التربية البدنية و الرياضية، جامعة بغداد، 1987.
37. علي مصطفى طه: الكرة الطائرة- تاريخ، تعليم، تدريب، تحليل، قانون، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر، 1999.
38. عماد الدين محمد إسماعيل، النمو في مرحلة المراهقة، دار القلم، الكويت، 1982.
39. عمر محمد الشباني، الأسس النفسية و التربوية لرعاية الشباب، دار الثقافة، بيروت، 1977.
40. عيساوي عبد الرحمان، سيكولوجية النمو دراسة في نمو الطفل و المراهق، دار النهضة العربية، بيروت، 1987.
41. عيساوي عبد الرحمان، سيكولوجية النمو دراسة في نمو الطفل المراهق، دار النهضة العربية، بيروت، 1987.
42. غسان يعقوب وآخرون، سيكولوجية النمو عند المراهق، دار النهار للنشر، لبنان، ج1.

43. فاخر عاقل، علم النفس التربوي، دار العلم للملايين، بيروت، 1972.
44. قاسم المندلاوي وآخرون، دليل الطالب في التطبيقات الميدانية في التربية الرياضية، مذكرة لنيل شهادة ليسانس في الت ب ر (مذكرة غير
45. القانون العام للاتحادية الجزائرية للرياضة المدرسية، الانضمام والتأهيل، المادة 02.
46. كمال الدسوقي، النمو التربوي للطفل و المراهق، دار النهضة العربية، بيروت، 1979.
47. لكحل حبيب الله وآخرون، مكانة الرياضة المدرسية ودورها في انتقاء المواهب، مذكرة لنيل شهادة ليسانس قسم التربية البدنية والرياضية،
48. لموسوعة الرياضية:كرة السلة-الكرة الطائرة، ط1، دار الشمال للنشر و الطباعة، 1996.
49. مالك سليمان مخول، علم النفس الطفولة والمراهقة، علم الكتاب، القاهرة، 1972.
50. مجد محمد الدسوقي، مرجع سابق، ص، 166.
51. مجدي محمد الدسوقي، سيكولوجية النمو من الميلاد إلى المراهقة، مكتبة الأنجلو المصرية، 2002.
52. مجدي محمد الدسوقي، سيكولوجية النمو من الميلاد إلى المراهقة، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة، 2002.
53. مجدي محمد السوقي، سيكولوجية النمو من الميلاد إلى المراهقة، مكتبة الأنجلو المصرية، 2002.
54. محمد التومي الشيباني، الأسس النفسية والتربوية لرعاية الشباب، الدار العربية للكتاب، ليبيا، 1973.
55. محمد الحماحي ، أمين الخولي : أسس بناء برامج التربية الرياضية ، دار الفكر العربي ، ط 2، القاهرة ، 1990
56. محمد السيد محمد الزعبلوي، المراهق المسلم، حاجات المراهق و مشكلات التي تنشأ عنه، مؤسسة الكتب الثقافية مكتبة التوبة، ج6، السعودية، 1998.

57. محمد الفندي، علم النفس الرياضي و الأسس النفسية للتربية البدنية، عالم الكتاب، القاهرة، 1965.
58. محمد حازم محمد أبويوسف: أسس إختيار الناشئين في كرة القدم ، دار الوفاء لدنيا الطباعة و النشر ، ط 1 ، الإسكندرية ، مصر، 2005 .
59. محمد حسن علاوي، علم النفس الرياضي، دار المعارف، القاهرة 1992.
60. محمد حسن علاوي، محمد نصر الدين رضوان، الاختيارات المهارية و النفسية في المجال الرياضي، دار الفكر العربي، مصر، 1987.
61. محمد سعد زغلول/محمد لطفي السيد: الأسس الفنية لمهارات الكرة الطائرة، مرجع سابق، ص(59). (4)
62. محمد صبحي حاسنين: القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية، دار الفكر العربي ، ط 4، لقاهرة، 2000.
63. محمد صبحي حسانين : الرياضة للجميع، دار الفكر العربي، القاهرة، العدد الأول، 1990،
64. محمد صبحي حسانين.. طرق بناء وتقنين الاختبارات . القاهرة : ط 2 , دار الفكر العربي (1987).
65. محمد عادل خطاب، التربية البدنية للخدمة الاجتماعية، دار النهضة العربية، القاهرة، 1965.
66. محمد عبد الرحمان عدس، تربية المراهقين ، دار الفكر للطباعة والنشر و التوزيع، ط1، عمان، 2000.
67. محمد عماد الدين إسماعيل، النمو مرحلة المراهقة، ط1، دار الفكر، 1982.
68. محمد عوض بسيوني، فيصل الشاطي، نظريات وطرق التربية البدنية، ط2، 1986.
69. محمد محمود الذنبيات عماد ربحوش. (1995). مناهاج البحث العلمي وطرق اعداد البحوث الجزائر : ديوان المطبوعات الجامعية.
70. محمد مصطفى زيدان وآخرون، علم النفس التربوي، دار الشرق للنشر والتوزيع و الطباعة، ط2، 1985.

71. محمد مصطفى زيدان، الطفل و المراهقة ونظريات الشخصية، دار الشروق، جدّة، المملكة السعودية، د س،
72. محمد يوسف الشيخ، الميكانيكا الحيوية و علم الحركة، نبع الفكر، مصر 1975.
73. محي الدين مختار، محاضرات في علم النفس الاجتماعي، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 1982.
74. مصطفى حسين باهي، المرجع في علم النفس التربوي في المجال الرياضي، مكتبة الأنجلو المصرية، 2002.
75. مصطفى حسين باهي، علم النفس التربوي في المجال الرياضي، مكتبة الأنجلو مصرية، القاهرة، 2002.
76. مصطفى غالب، في سبيل موسوعة نفسية سيكولوجية، منشورات الميلاد، بيروت، 1986.
77. المطلي أحمد، لماذا يكره المراهق جسده، في مجلة العربي تصدر عن وزارة الإعلام، الكويت، عدد 757، 1996.
78. مفتي إبراهيم حماد، التدريب الرياضي الحديث، دار الفكر العربي، مصر 2001.
79. مفتي إبراهيم حماد، المهارات الرياضية أسس التعلم و التدريب و الدليل المصور، مركز الكتاب للنشر، مصر 2002.
80. مفتي إبراهيم حماد، المهارات الرياضية أسس التعلم و التدريب و الدليل المصور، مركز الكتاب للنشر، مصر 2002.
81. مفتي إبراهيم حمادة، التدريب الرياضي للجنسين، دار الفكر العربي، القاهرة 1992.
82. مفتي إبراهيم حمادة، المهارات الرياضية أسس التعلم و التدريب و الدليل المصور، دار الفكر العربي، القاهرة 1994.
83. مقدم عبد الحفيظ. (1993). الاحصاء والقياس النفسى والتربوي . الجزائر :
- ديوان المطبوعات الجزائرية
84. المنجد في اللغة العربية و الأعلام : دار المشرق، لبنان: 1987.
85. منشورات الخارجية للكرة الطائرة، القانون الرسمي للكرة الطائرة المعتمد من طرف الاتحادية الدولية للكرة الطائرة.

86. منير جرجس إبراهيم : كرة القدم للجميع ، دار الفكر ، ط 4 ، القاهرة ، 1994
87. ميخائيل إبراهيم أسعد، مشكلات الطفولة و المراهقة، ط2، دار الأفاق الجديدة، بيروت، 1991.
88. ميخائيل خليل معوض، مشكلات المراهقين في المدن، دار المعارف، القاهرة، 1971.
89. وجيه محجوب، التحليل الحركي، جامعة بغداد، العراق 1987.

المراجع بالفرنسية :

1. Pierre de Cubertin, Psychologie de Sport, Librairie, J Yrim, 1972, P P, 133,134.
2. Bernard Ceugiole, Psychopédagogie de sport, Libraire de philosophie J Yrim, 1967,P, 91.
3. Daniel Gessas, L'échec Scolaire, 2eme éd, E P S, Paris, 1982, P, 105.
4. N Silamy, Dictionnaire de Psychologie, Larousse, Paris, 1979, P,13.
5. S. M. Spour solaire des lobbies récitent toujours, Journal quotidien d'Algérie et elwatan du 21 juin 2000,
6. Samir B, Pour un champion not du monde en Algérie, Enterions avec M tazi, presient (ANDSS)– Journal
7. J. weineck : manuel déentraînement, Vigot, paris 1990, p 223
8. Thomas hil : manual de l'direction sportive, Vigot, paris 1987, p 30.
9. ALDERAM (R.D), manuel de la psychologie du sport, Edition Vigo, Paris, 1990, P 95.
10. claide,handball,la formation du jouer– vigot 1987,p20

11. Matviev (T.P), aspects fondamentaux de l'entraînement,
Edition Vigo, Paris, 1983, P 13.
12. P 31.
.quotidien d'Algérie liberté de 08 Avril 1997, P 19 .13
14. WWW.BADANIA-NET : 23/04/2009 h 18:30