

علاقة بعض الصفات البدنية والحركية بالأداء المهاري للاعب الحر في كرة الطائرة

لطلاب المرحلة الثانية

أ.م.د. أوراس نعمة حسن

أ.م.د. وسام شلال محمد

الملخص

علاقة بعض الصفات البدنية والحركية بالأداء المهاري للاعب الحر في كرة الطائرة لطلاب المرحلة الثانية تضمن البحث على المقدمة التي تحدثت عن اللاعب الحر في المهارات الدفاعية والصفات البدنية والحركية وأهميتها للاعب كرة الطائرة بصورة عامة واللاعب الحر بصورة خاصة. لتأثيرها في مستوى أداء المهارات الحركية. أما أهمية البحث التعرف إلى العلاقة أهم بعض الصفات البدنية والحركية بالأداء المهاري للاعب الحر في كرة الطائرة. أما مشكلة البحث أن اللاعب الحر مهم لكرة الطائرة لسهولة حركته وقد لاحظ الباحث التركيز على الأداء المهادي فقط أثناء الدرس والضعف التركيز على الصفات البدنية والحركية. وقد هدف الباحث التعرف على علاقة أهم الصفات البدنية والحركية للاعب الحر وعلاقة الاداء المهاري للاعب الحر وعلاقة أهم الصفات البدنية والحركية بالأداء المهاري للاعب الحر. وقد فرض الباحث على وجود علاقة ارتباط ذات دلالة معنوية بين أهم الصفات البدنية والحركية بالأداء المهاري للاعب الحر. كان المجال البشري ستة لاعبين من طلاب المرحلة الثانية من الفترة ٢٠١٦/١٠/١٥ إلى ٢٠١٦/١٢/٢٠ على قاعة كلية التربية الرياضية جامعة المثنى. وقد تضمنت الدراسات النظرية للعبة كرة الطائرة والصفات البدنية للاعب الحر، استخدم الباحث المنهج الوصفي لملائمة طبيعة البحث وكان مجتمع البحث يشتمل ٥٧ طالباً تم اختيار ٦ لاعبين لعينة البحث بالطريقة العشوائية وقد تم إجراء التجانس لعينة البحث. وقد استخدم الباحث أدوات منها استمارة استطلاع إلى ذوي الاختصاص وقد تم تحديد أهم الاختبارات البدنية والمهارية. وقد استخدم بعض الوسائل الإحصائية الملائمة للبحث كان عرض نتائج البحث يعد أتمام معالجات الإحصائية في جداول، وتحليلها وتمت مناقشة تلك النتائج بأسلوب علمي مع الاعتماد على المصادر العلمية استنتج الباحثان وجود علاقة ارتباط معنوية بين السرعة والأداء المهاري للاعب الحر، ووجود علاقة ارتباط معنوية بين صفة القوة الانفجارية والأداء المهاري للاعب الحر، ووجود علاقة ارتباط معنوية بين صفة المرونة والأداء المهاري وقد أوصى الباحثان التأكيد على تطوير صفاته البدنية والحركية لجميع أفراد الفريق وخاصة اللاعب الحر، الاهتمام بالأعداد البدني الخاص للاعب الحر، على المدربين الاهتمام بالصفات البدنية والحركية للاعبين، للاستفادة من نتائج هذه الدراسة وتدريب اللاعب الحر بديناً.

Summary

Some of the mast and motor skill performance qualities of relationship free player in volleyball for the students of the second phase of the research included provided that talked about player in the free-defense skills and physical characteristics and motor and its importance to the players of volleyball in general and the free player in particular. The impact on motor skills performance.

The importance of research to identify some of the most physical and motor skill performance characteristics of free player in volleyball relationship. The research problem that an important player for free volleyball for ease of movement have noted researcher focusing on thalamo performance only during the lesson and weaknesses to focus on the mast and motor qualities. The researcher has the goal of identifying the most important relationship of the qualities mast and motor free of the player and the relationship of the performance skills of the player the war and the relationship of the main mast and motor skill performance qualities of the free player. The imposition of a researcher on the existence of significant a significant correlation between the most important physical and motor skill performance characteristics of free player. The human field six players from the students of the second phase of the period 15/10/2016 to 12/20/2016 at the College of Physical Education, University of Muthanna Hall. Theoretical studies of the game of volleyball and physical characteristics free the player was involved, the researcher used the descriptive approach to suit the nature of the research, was the research community comprises 57 students were selected six players to sample randomly was conducted homogeneity of the sample.

Researcher used survey tools, including specialists to form has been determined the most important physical and skill tests. The use of some appropriate statistical methods to find the width of the search results is the completion of statistical processors in tables, analyzed and discussed the results in a scientific manner with reliance on scientific sources

Researchers concluded there were no significant correlation between speed and performance skills free of the player, and the existence of a significant correlation between the recipe explosive power and performance skills free player relationship, there were no significant correlation between the recipe flexibility and performance skills relationship has researchers recommended that emphasis on the development of qualities physical and kinetic for all members of the team, especially the player free , interest in physical numbers your free player, the coaches attention to the qualities of the physical and kinetic players, to benefit from the results of this study and exercises the player physically free.□

١. التعريف بالبحث

١.١ المقدمة واهمية البحث:

إن الاداء المتميز في الكرة الطائرة يتطلب صفات بدنية وحركية وفنية وخططية ونفسية من اجل الابقاء بمستلزمات الاداء السريع والدقيق لفعاليات اللعب المختلفة، هذه الصفات مجتمعة تجعل اللاعب بمستوى عال من الكفاءة الادائية للمهارات الاساسية والفرعية في الكرة الطائرة الهجومية منها الدفاعية، والقاعدة الاساسية التي يستند اليها هذا التفاعل هي الصفات البدنية ان يعتمد الجانب الحركي على الكفاءة البدنية ويعتمد الجانب الفني على الكفاءتين البدنية والحركية ويعتمد الجانب والخططي على الكفاءة البدنية والحركية والفنية. فاللاعب الحر هو اللاعب المتخصص في المهارات الدفاعية ومنها استقبال الارسال والدفاع عن الملعب وتغطية الهجوم ونظرا لان هذه المهارات تتطلب صفات مهارية عالية الا أنها تتطلب كذلك صفات بدنية وحركية كالسرعة والقوة والمرونة والرشاقة وذلك للابقاء بمتطلب اللعبة.



الصفات البدنية والحركية ذات أهمية كبيرة للاعب الكرة الطائرة بصورة عامة وللاعب الحر بصورة خاصة وذلك لتأثيرها المباشر في مستوى أداء المهارات الحركية للعبة الكرة الطائرة.

وبناء على ما تقدم ونظرا لأهمية الصفات البدنية والحركية في المستوى الاداء المهاري لمختلف الالعاب الرياضية بصورة عامة واللعبة الكرة الطائرة بصورة خاصة وذلك لصغر الملعب، حيث ان صغر المساحة للعب تتطلب دقة في الاداء ولاهمية كذلك ارتأى الباحث القيام بهذه الدراسة من اجل التعرف على علاقة بعض الصفات البدنية والحركية بالاداء المهاري للاعب الحر في كرة الطائرة هي اهم البحث.

٢.١ مشكلة البحث:

بما أن لعبة الكرة الطائرة من الالعاب الرياضية التي تتطلب مستويات عالية في الأداء بجميع اللاعبين خاصة وإن اللاعب الحر مهم لكرة الطائرة لسهولة حركته وقد لاحظ الباحث التركيز على الأداء المهاري فقط اثناء الدرس وضعف التركيز على القدرة البدنية والحركية وهنا تعد مشكلة ارتأى الباحث حلها بعلاقة بعض الصفات البدنية والحركة بالاداء المهاري للاعب الحر في كرة الطائرة لطلاب المرحلة الثانية.

٣.١ اهداف البحث: يهدف البحث الى ما يلي:

• التعرف على علاقة اهم الصفات البدنية والحركية للاعب الحر.

• التعرف على علاقة الاداء المهاري للاعب الحر.

• التعرف على علاقة الصفات البدنية والحركية بالأداء المهاري للاعب الحر.

٤.١ فروض البحث: لتحقيق اهداف البحث فرض الباحث الفرضية الآتية:

توجد علاقة ارتباط ذات دلالة معنوية بين أهم الصفات البدنية والحركية بالاداء المهاري للاعب الحر.

٥.١ مجالات البحث:

١.٥.١ مجال بشري: ست لاعبين يمثلون للاعب الحر في المرحلة الثالثة كلية التربية الرياضية.

٢.٥.١ المجال الزمني: ٢٠١٦/١٠/٥ ولغاية ٢٠١٦/١٢/٢٠

٣.٥.١ المجال المكاني: قاعة التربية الرياضية جامعة المثنى.

٣. منهج البحث وإجراءاته الميدانية:

١.٣ منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب المسح بالعينات وذلك لملائمته لطبيعة البحث ويعرف (المنهج الوصفي يستخدم هذا النوع بتجميع المعلومات والبيئات لتكوين فكرة واضحة وصورة كاملة عن مشكلة تعليمية أو تربوية).

٢-٣ مجتمع وعينة البحث:

تم تحديد موضوع البحث وهم طلاب المرحلة الثانية البالغ عددهم ٥٧ طالبا وبعد اطلاع الباحث على درس كرة الطائرة واتصاله بمدرس المادة كرة الطائرة وتقسيم الطلاب فرق تتسابق فيما بينهم اثناء الدرس تم اختيار اللاعب الحر من هذه الفرق وبلغ عدد عينة البحث (٦ لاعبين) وبمعدل لاعب واحد من كل فريق اذ تم اختياره بالطريقة العشوائية البسيطة.

الجدول (١)

يوضح مواصفات عينة البحث

المعالجات الاحصائية	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
الطول	سم	١٧٨	١,٢	١٨٠	٠,٩٦٨
الوزن	كغم	3٦٩,	٢,٢	٧١	٠,٤٠٢
العمر	سنة	٢٠,٢١	١,٩٢	٢٢	١,٩٢

٣.٣ أدوات البحث:

١.٣.٣ استمارة استطلاع رأي ذوي الاختصاص في صفات البدنية والحركية .

من اجل تحديد اهم الصفات البدنية والحركية ذات التأثير في مستوى اداء لاعبي الكرة الطائرة بصورة عامة واللاعب الحر بصورة خاصة، ثم عرض استمارة استبيان على مجموعة من ذوي الخبرة والاختصاص (ملحق ١) تتضمن صفات بدنية وحركية، وقد طلب من السادة ذوي الخبرة والاختصاص تحديد اهم صفات البدنية والصفات الحركية التي تحتاج اليها لعبة الكرة الطائرة، وبعد تفريغ الاستمارة واستبعاد الصفات التي لم تحصل على اكثر من (٨٠٪) من نسبة الاتفاق، استخلص الباحث الى السادة ذوي الخبرة والاختصاص قد حددوا (السرعة، القوة الانفجارية، المرونة، الرشاقة) كأهم الصفات البدنية والحركية التي يحتاجها اللاعب الحر.

٢.٣.٣ تحديد الاختبارات البدنية والحركية:

بعد تحديد (السرعة، القوة الانفجارية، الرشاقة، المرونة) من قبل ذوي الخبرة والاختصاص كأهم صفات البدنية التي يحتاجها اللاعب الحر، قام الباحث باختيار الاختبارات البدنية الملائمة لتلك العناصر التي تم تحديدها من قبل ذوي الخبرة والاختصاص وذلك استناداً على المراجع العلمية المتخصصة وذات الارتباط بالكرة الطائرة، وقد تم اختيار:

• اختبار نيلسون للاستجابة الحركية والانتقالية (قياس السرعة).

• اختبار الوثب العمودي (القياس والقوة).

• اختبار الجري المتموج (لقياس الرشاقة).

• اختبار ثني الجذع للامام نحو الاسفل من الوقوف (لقياس المرونة).

٣.٣.٣ تحديد الاختبارات المهارية:

لتحديد الاختبارات المهارية الملائمة للمهارات التي تم اختيارها لجأ الباحث على تحليل محتوى المصادر العلمية والدراسات السابقة، وقد وجد أن الاختبارات المستخدمة من قبل ماثية عثمان ٢٠٠٢، وحسين سبهان العلي ٢٠٠٠، وعامر جبار ١٩٩٨ (اختبار مهارة استقبال الارسال، اختبار مهارة الدفاع عن الملعب، اختبار مهارة الاعداد من الخلف) هي انسب الاختبارات لقياس المهارات الاساسية للاعب الحر وبما يتلائم مع اهداف البحث لاحظ الملحق (٣) حيث ان لكل اختبار وفق الشروط الموضوع له (٣درجات) تمنح وفق معيار معين تم تحديده ضمن شروط إجراء الاختبار.

٤.٣.٣ التجارب الاستطلاعية :

تم تحديد التجربة الاستطلاعية على عينة من طلاب المرحلة الثانية البالغ عددهم ثلاث لاعبين يمثلون اللاعب الحر من خارج عينة البحث بتاريخ ٢٨/١٠/٢٠١٦ المصادف الاثنين وقد تم تطبيق الاختبارات والقياسات عليها وذلك من أجل:

• معرفة الصعوبات التي تواجه الباحث والتوصل الى افضل الطرق لاجراء الاختبارات.

• التأكد من فريق العمل المساعد لدوارهم في كيفية جمع النتائج وإدارة الاختبارات.

• التأكد من الزمن الذي يستغرقه المختبر.

• التأكد من صلاحية الاجهزة والأدوات المستخدمة.

٥.٣.٣ تقييم مستوى الأداء للاعب الحر بصورة دقيقة

لجأ الباحث الى الاستعانة بثلاث من ذوي الخبرة والاختصاص، في الكرة الطائرة لتقويم مستوى الاداء وفق استمارة خاصة لتقويم المهارات الدفاعية والاعداد في الكرة الطائرة(ملحق ٤) وهذه الاستمارة معدة من قبل الاتحاد الدولي للكرة الطائرة ومستخدمه من قبل العديد من الباحثين.

٣. ٤ المعالجات الاحصائية :

بعد تطبيق الاختبارات والحصول على البيانات تم معالجتها احصائياً باستخدام المعالجات الاحصائية الآتية:

١. الوسط الحسابي والوسط الحسابي المرجح. $S = \text{_____}$

٢. الانحراف المعياري. $E = \text{_____}$

٣. الوسيط $= \text{_____}$

٤. معامل الالتواء $= \text{_____}$

الباب الرابع

٤. عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

٤. ١ عرض النتائج: بعد تطبيق الاختبارات البدنية والمهارية على عينة البحث، تم معالجتها احصائياً

للحصول على نتائج البحث وكما هو موضح في الجداول الآتية:

الجدول (٢)

يوضح الوسط الحسابي والانحراف المعياري للاختبارات البدنية

الاختبار	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري
اختبار السرعة	٨,٩٤	٠,١٣
اختبار القوة الانفجارية	٢٥,٣٨	٣,٧٣
اختبار الرشاقة	٩,٩٨	٠,٨٨
اختبار المرونة	٥,٨٨	٢,١٣



الجدول (٣)

يوضح الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبارات المهارية

الاختبارات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري
اختبار مهارة استقبال الارسال	١,٩١	٠,٣٥
اختبار مهارة الدفاع عن الملعب	٢,٣٨	٠,١١
اختبار مهارة الاعداد من الخلف	١,٤٥	٠,٣٣
اختبار الاداء المهاري	٥,٧٤	٠,٣٩

الجدول (٤)

يوضح صف الارتباط بين صفات اللياقة البدنية وعناصر الاداء المهاري للاعب الحر في الكرة الطائرة

المتغيرات	استقبال الارسال	الدفاع عن الملعب	الاعداد من الخلف	مستوى الاداء المهاري
السرعة	٠,٩١	٠,٨٨	٠,٨٤	٠,٨٩
القوة الانفجارية	٠,٨٣	٠,٨٢	٠,٨٧	٠,٨٤
الرشاقة	٠,٨٢	٠,٨٧	٠,٨٣	٠,٨٦
المرونة	٠,٨٣	٠,٧٩	٠,٨٢	٠,٨١٣

٢.٤ تحليل ومناقشة النتائج:

بعد معالجة البيانات الخاصة بصفات البدنية والحركية (قيد البحث والاداء المهاري للاعب الحر باستخدام معامل الارتباط البسيط (بيرسون) وكما هو مبين في الجدول (٤) اتضح ان هناك علاقة ارتباط معنوية بين كلا من (السرعة، القوة الانفجارية، المرونة، الرشاقة) والاداء المهاري للاعب الحر في الكرة الطائرة حيث كانت قيمة (ر) المحسوبة (٠,٨٩ . ٠,٨٤ . ٠,٨٦ . ٠,٨١٣) وعلى التوالي بين الصفات البدنية والحركية والاداء المهاري وهي اكبر من قيمة (ر) الجدولية والبالغة (٠,٨١١) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٤) ويعزو الباحث سبب ذلك بالنسبة للسرعة الى أن لعب الكرة الطائرة يكون فيها لمس الكرة لفترة زمنية قصيرة على وفق متطلبات اللعبة يزيد من صعوبة الحركة وتطلب رد فعل فائق السرعة كما يتطلب الامر توافق المكون نفسه (السرعة) لضمان استمرار الكرة في الهواء وعدم سقوطها على الارض، وهذا يتفق مع ما اكده وديع ياسين في ان السرعة الانتقالية تعتمد الايعازات القصيرة الواردة في الجهاز العصبي المركزي والتكيف بما سيقوم الخصم وتوقع

حركته التي تنتج عنها إصدار اوامر للعمل المضاد لهذه الحركة وتعلب صفة السرعة الانتقالية دوراً مهماً في الوصول الى المكان المتوقع لسقوط الكرة خلال الدفاع عن الكرات البعيدة في اداء مهارتي الدفاع عن الملعب واستقبال الارسال.

في حين يعزو الباحث سبب العلاقة الايجابية المعنوية بالنسبة للقوة الانفجارية الى أن مستوى حركة ومسار تخصص اللاعب الحر تتطور من قوته الانفجارية، وهذا يتفق مع ما أكدته حسانين في أن اداءه يتمثل في القيام خلال الرد على هجوم المنافس في مهارتي الارسال والضرب الساحق والتي تتطلق التحرك الى المكان المتوقع لسقوط الكرة فيه وتتم من خلال القيام بوثبة الى ذلك المكان واستقبال الكرة فيه فضلاً عن ذلك فإن مهارات الكرة الطائرة تتماز بحركات الارتقاء التي تتطلب انقباض العضلة وانبساطها في وقت قصير. أما فيما يتعلق بالعلاقة المعنوية بين الاداء المهاري والرشاقة، فيعزو الباحث سبب ذلك الى ان اغلب المهارات الكرة الطائرة السرعة والدقة والاداء اي بمعنى آخر تحتاج الى الرشاقة وتعني الرشاقة (المقدرة على تغيير وضع الجسم او سرعته او اتجاهاته على الارض او في الهواء بدقة وانسيابية وتوقيت صحيح) لان يعمل على اضاءة الفرصة لانقاذ الكرات في الدفاع عن الملعب.

فضلا عن ذلك فان صغر حجم الملعب نسبياً وسرعة سير الكرة وتغيير المراكز يستلزم الاهتمام الشديد بالرشاقة اللاعب الحر وفيما يتعلق بالعلاقة المعنوية بين الاداء المهاري والمرونة فيعزو الباحث سبب ذلك الى ان الدفاع عن الملعب واستقبال الكرات من الخلف لا يمكن ان يؤديه اللاعب الحر بمستوى أداء جيد وهو لا يتمتع بمرونة جيدة وخاصة بالجزع، لان الحركات المختلفة وخاصة المركبة تتم بالنقل الحركي ويعد الجزع حلقة الوصل بين الطرف السفلي والعلوي لذلك اي حركة في الطرف العلوي لا تتم على اكمل وجه اذ لم تبدأ من الطرف السفلي وتنتقل بواسطة الجزع الى الطرف العلوي (النقل الحركي) لذا لا يتمتع الفرد بمرونة جيدة في منطقة الجزع تمكنه من اداء الحركات المختلفة بصورة جيدة، وبهذا الخصوص يشير وجيه محجوب (١٩٨٥) الى أن الجزع هو القوة الفاعلة في حركة الجسم فهو الوزن الاكبر الذي يكون القوة الفيزيائية والذي يحتوي على اكبر العضلات وهو الذي يتمركز حوله الاجزاء.

١.٥ الاستنتاجات والتوصيات

١.٥ الاستنتاجات:

١. وجود علاقة ارتباط معنوية موجبة بين القدرة السرعة والأداء المهاري للاعب الحرفي الكرة الطائرة.
٢. وجود علاقة ارتباط معنوية موجبة بين صفة القوة الانفجارية والأداء المهاري للاعب الحرفي الكرة الطائرة.
٣. وجود علاقة ارتباط معنوية موجبة بين صفة الرشاقة والأداء المهاري للاعب الحر في الكرة الطائرة.
٤. وجود علاقة ارتباط معنوية موجبة بين صفة المرونة والأداء المهاري للاعب الحر في الكرة الطائرة.

٢.٥ التوصيات:

١. التأكيد على تطوير صفات البدنية والحركية لجميع افراد الفريق وخاصة اللاعب الحر لاهيمنتها في الأداء المهاري والتخطيطي.
 ٢. الاهتمام بالاعداد البدني الخاص للاعب الحر وذلك لخصوصية ودور هذا اللاعب في الملعب.
 - ٣- التأكيد على المدربين للاهتمام بالصفات البدنية والحركية للاعبين لارتباطها الوثيق بالأداء المهاري.
- الاستفادة من نتائج هذه الدراسة في تدريبات اللاعب الحر بدنياً.

المصادر

- معد سلمان ابراهيم، لؤي ساطع محمد جواد، مصطفى حسن عبد الكريم، المدخل الى نظريات التدريب الرياضي، مكتبة الرياض للطباعة والنشر بغداد سنة ٢٠١٠، ص ٨٥، ص ٧٩.
- حسين سبهان العلي، اللاعب الحر وأثره في مستوى الانجاز الدفاعي بلعبة الكرة الطائرة، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة بغداد، ٢٠٠٠ ص ٤٣.
- محمد صبحي حسانين، حمدي عبد المنعم، الاسس العلمية للكرة الطائرة وطرق قياس التقويم، مركز الكتاب للنشر، القاهرة سنة ١٩٩٧.
- آمال صحيح سلمان: القوة العضلية وبعض الصفات الوظيفية، اللاوكسجينية، وعلاقتها بدقة اداء المهارات الهجومية بالكرة الطائرة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة ديالى، ٢٠٠٤.
- شيماء أحمد: بعض الصفات البدنية الخاصة وعلاقتها بدقة اداء المهارات الهجومية للاعبين الكرة الطائرة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنات جامعة بغداد سنة ٢٠٠٢.
- عبد الرحمن بن عبد الله الواصل . البحث العلمي، السعودية، وزارة المعارف سنة ١٩٩٩.
- عامر جبار، مهارة استقبال الارسال واثرها في النهج الهجومي بالكرة الطائرة، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة بغداد، سنة ١٩٨٨.
- آلاء جهاد: تقويم مهارة الدفاع عن الملعب وعلاقتها بنتائج المباريات في الكرة الطائرة، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة بغداد سنة ١٩٩٤.
- محمد صبحي حسانين: التقويم والقياس في التربية الرياضية، ط ١، دار الفكر العربي، القاهرة، سنة ١٩٨٧.

• مثيرة عثمان حسن: بعض الصفات العقلية وعلاقتها بمستوى الإنجاز المهاري للاعب الحر في الكرة الطائرة، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة صلاح الدين سنة ٢٠٠٢.

• ليلي سيد فرحات، القياس والاختبار في التربية الرياضية، ط١، مركز الكتاب والنشر، القاهرة، ٢٠٠١.

• محمد حسن علاوي: محمد نصر الدين رضوان: اختبارات الاداء الحركي دار الفكر العربي، القاهرة، ٢٠٠١، ص ١٤٥.

• عامر جبار : مهارة استقبال الارسال واثرها في النهج الهجومي بالكرة الطائرة، رسالة ماجستير غير منشورة جامعة بغداد، سنة ١٩٨٨.

• ود بن ياسين، خالد عبد المجيد، دراسة مقارنة الاثر استخدام ملاعب مختلفة الابعاد في الكرة الطائرة على الصفات البدنية الخاصة، مجلة الرافيدين لعلوم الرياضة، المجلد الثامن العدد ٣١، جامعة الموصل، سنة ٢٠٠٢.

• وجيه محجوب: علم الحركة (التعلم الحركي) دار الكتب للطباعة والنشر جامعة الموصل، سنة ١٩٨٥.

الملحق (1)

الاستاذ الفاضل.....المحترم

تحية طيبة...

في النية اجراء البحث الموسوم(علاقة اهم الصفات البدنية والحركية بالاداء المهاري للاعب الحر في كرة الطائرة) ونظرا لما تتمعون به من خبرة ودراية في مجال الكرة الطائرة والاختبارات والقياس والتدريب الرياضي يرجى تحديد اهم الصفات البدنية والحركية ذات التأثير بمستوى أداء لاعب كرة الطائرة بصورة عامة واللاعب الحر بصورة خاصة(يرجى اختيار العنصر)...

مع التقدير.

الصفات

• السرعة.

• القوة.

• المطاولة.

• الرشاقة.

• المرونة.

• الدقة.

• التوازن.



الملحق(2)

الاستاذ الفاضل.....المحترم

تحية طيبة...

في النية اجراء البحث الموسوم(علاقة اهم الصفات البدنية والحركية بالاداء المهاري للاعب الحر في كرة الطائرة) ونظرا لما تتمعون به من خبرة ودراية في مجال الكرة الطائرة، يرجى بيان رأيكم في المهارات الآتية كونها اهم المهارات الاساسية للاعب الحر في الكرة الطائرة.

مع التقدير...

المهارات

• مهارة استقبال الارسال.

• مهارة الدفاع عن الملعب.

• مهارة الاعداد من المنطقة الخلفية.

الملحق(3)

تقييم الاختبارات مهارية

١. التقييم الخاص بمهارة استقبال الارسال كما مبين في أدناه:

• استقبال الارسال الذي من جرائه تصل الكرة مباشرة ومتقنة الى اللاعب المعد يعطي (٣) من الدرجات.

• استقبال الارسال الذي من جرائه لا تصل الكرة مباشرة ومتقنة الى اللاعب المعد انما يتحرك الى الوصول اليها يعطي(٢) من الدرجات.

• استقبال الارسال الذي من جرائه لا تصل الكرة مباشرة وانما تصل الى لاعب آخر داخل الملعب يعطي (١) درجة.

• استقبال الارسال الفاشل الذي تسجل فيه نقطة مباشرة على الفريق المستقبل يعطي(صفر) من الدرجات.

٢. التقييم الخاص بمهارة الدفاع عن الملعب:

• الدفاع عن الملعب الذي يؤدي الى مركبات هجومية مثالية يعطي (٣) درجات.

• الدفاع عن الملعب الذي يجعل الكرة حرة ويمكن الاستفادة منها بلاعب مهاجم واحد يعطي(٢) من الدرجات.

•الدفاع عن الملعب الذي من جرائه تعبر الكرة الى ملعب الفريق المنافس يعطى(١) من الدرجات.

•الدفاع عن الملعب الفاضل الذي فيه يخسر الفريق نقطة مباشرة يعطى(صفر درجات).

٣. التقييم الخاص بمهارة الاعداد من المنطقة الخلفية:

•الاعداد من الخلف الذي يؤدي الى مركبات هجوم مثالي يعطى(٣) من الدرجات.

•الاعداد من الخلف الذي يجعل الكرة لا تصل الى اللاعب المهاجم وإنما يتحرك عليها الوصول اليها

يعطى (٢) من الدرجات.

•الاعداد من الخلف الذي من جرائه لا تصل الكرة الى اللاعب المهاجم وإنما تصل الى لاعب آخر داخل

الملعب يعطى(١) من الدرجات.

•الاعداد من الخلف الفاضل الذي تسجل فيه نقطة مباشرة على طريق المستقبل يعطى(صفر) من

الدرجات.

