



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي  
جامعة دىالى - كلية التربية الرياضية

# تأثير منهج مقترح باستخدام التصور العقلي والإدراك الحس - حركي لذوي السيادة المخية في تعلم واحتفاظ مهارتي الضرب الساحق وحائط الصد بالكرة الطائرة

رسالة مقدمة

الى مجلس كلية التربية الرياضية / جامعة دىالى  
وهي جزء من متطلبات نيل درجة الماجستير في علوم  
التربية الرياضية

من قبل الطالبة

مها احمد عبود الزبيدي

بأشراف

أ.م. د مجاهد حميد رشيد

أ.م. د سها عباس عبود الزهيري

2013 م

1435 هـ

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

﴿يَرْفَعُ اللَّهُ الَّذِينَ آمَنُوا مِنْكُمْ وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ  
وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرٌ﴾

بِسْمِ اللَّهِ  
الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

## إقرار المشرفين

نشهد أن إعداد هذه الرسالة الموسومة بـ ((تأثير منهاج مقترح باستخدام التصور العقلي والادراك الحس - حركي لذوي السيادة المخية في تعلم واحتفاظ مهارتي الضرب الساحق وحائط الصد بالكرة الطائرة )) التي تقدمت بها طالبة الماجستير (مها احمد عبود ) قد تمت تحت إشرافنا في كلية التربية الرياضية/ جامعة ديالى وهي جزء من متطلبات نيل درجة الماجستير في التربية الرياضية .

التوقيع

المشرف

أ.م.د. مجاهد حميد رشيد

التاريخ / / 2013

التوقيع

المشرف

أ.م.د. سها عباس عبود

التاريخ / / 2013

بناءً على التعليمات والتوصيات المتوفرة، نرشح الرسالة للمناقشة.

التوقيع:

أ.م.د. ليث إبراهيم جاسم

معاون العميد للشؤون العلمية والدراسات العليا

التاريخ: / / 2013



## إقرار المقوم اللغوي

اشهد أن هذه الرسالة الموسومة بـ ((تأثير منهج مقترح باستخدام التصور العقلي والادراك الحس - حركي لذوي السيادة المخية في تعلم واحتفاظ مهارتي الضرب الساحق وحائط الصد بالكرة الطائرة)) قد تمت مراجعتها من الناحية اللغوية تحت إشرافي حيث أصبحت بأسلوب علمي خال من الأخطاء والتعبيرات اللغوية غير الصحيحة ولأجله وقعت .

التوقيع:

الاسم:

اللقب العلمي:

التاريخ / / 2013

## إقرار لجنة المناقشة والتقويم

نشهد إننا أعضاء لجنة المناقشة والتقويم، قد أطلعنا على هذه الرسالة الموسومة:-  
 ( تأثير منهاج مقترح باستخدام التصور العقلي والادراك الحس - حركي لذوي  
 السيادة المخية في تعلم والاحتفاظ مهارتي الضرب الساحق وحائط الصد بالكرة  
 الطائرة ) المقدمة من قبل طالبة الماجستير (مها احمد عبود ) في محتوياتها وفيما  
 له علاقة بها وقد وجدنا انها جديرة بالقبول لنيل درجة الماجستير في علوم التربية  
 الرياضية.

  
التوقيع:

نشوان محمود داود

عضواً

2013/ /

التوقيع:

نصير صفاء محمدعلي

عضواً

2013 / /

التوقيع:

طارق حسن رزوقي

رئيس اللجنة

2013 / /

صدقت الرسالة من مجلس كلية التربية الرياضية - جامعة ديالى بجلسته

المنعقدة بتاريخ: / / 2013.

التوقيع:

أ.م.د. ماجدة حميد كمش

عميد كلية التربية الرياضية/ وكالة جامعة ديالى

2013 / /

## الإهداء

بدر التمام

بدر التمام ومصباح الظلام سيد الأنبياء والمرسلين سيدنا مُحَمَّد ﷺ

نور عيني... أبي الحبيب الغالي

ينبوع الحنان... أمي الحبيبة أطل الله في عمرها

عائلتي الحبيبة

إخواني (مانن ومويد).. وأختي (سها)

أساتذتي الأجلاء قناديل المعرفة الذين أناروا طريقي

مها

أهدي ثمرة جهدي

## شكر وثناء

خير ما ابدأ به الكلام ... الحمد لله رب العالمين الذي لا ارجوا إلا فضله, ولا اعتمد إلا قوله, ولا امسك إلا بحبله, وأفضل الصلاة والسلام على اشرف الخلق سيدنا محمد (ﷺ) وعلى آل بيته الطيبين الطاهرين ...

بعد ان من الله وانعم علي اتمام هذا رسالة لا يسعني إلا ان أتقدم بوافر الشكر والامتنان والاحترام الى الاستاذ المساعد الدكتورة سها عباس عبود والاستاذ المساعد الدكتور مجاهد حميد رشيد المشرفين على رسالتي لما ابدياه لي من رعاية كريمة ونصيحتهما ومتابعتهما المستمرة واعطائهما التوجيهات العلمية القيمة والسديدة والتي كان لها الاثر في انجاز هذه الرسالة المتواضعة فجزاهم الله عني خير الجزاء..

ويسرني ان اتقدم بوافر شكري وتقديري الى عمادة كلية التربية الرياضية /جامعة ديالى واساتذتها ولجنة الدراسات العليا لاهتمامهم بشؤون طلبة الدراسات العليا

كما يسرني ويشرفني ان اقدم شكري وتقديري الى اعضاء اللجنة العلمية وهم كل من الاستاذ المساعد الدكتور نصير صفاء محمد علي والاستاذ المساعد الدكتور رافد مهدي قدوري والاستاذ المساعد الدكتور نصير قاسم خلف على ملاحظاتهم القيمة التي ساهمت في تصحيح مسار البحث.

كما اسجل شكري وتقديري الى لجنة المناقشة على ما أبدوه من اراء وملاحظات علمية قيمة التي لها الاثر في تقويم الرسالة واخراجها بالاسلوب العلمي القيم وفقهم الله وجزاهم الله عني كل الخير والاحسان

كما اسجل شكري وامتناني الى الاستاذ الدكتور عبد الستار جاسم فقد منحني من وقته ومن علمه الكثير ولما قدمه لي من نصائح وتوجيهات وتشجيعه ودعمه المتواصل لي مما اعطاني الثقة في عملي ودعائي له بموفور الصحة ودوام السعادة ان اشاء الله جزاه الله عني خير الجزاء

كما احب ان اقدم شكري وتقديري الى الاستاذ المساعد الدكتور بسمة نعيم ولها الفضل الكبير في وضع اللبنة الاولى للرسالة ولها مني كل الخير والنجاح لما قدمته لي من مصادر ومعلومات ووضعتني على الطريق الصحيح واتمنى لها التقدم في خدمة العلم.

واسجل شكري للمقوم العلمي الذي قوم الرسالة علميا اذ اصبحت بأسلوب علمي سليم. كما تشكر الباحثة المقوم اللغوي الذي قوم الرسالة بالشكل الذي يجعلها تخلوا من اية شائبة لغوية

ويحملني الاعتراف بالجميل ان اشكر رئيسة قسم العلوم التطبيقية الاستاذ المساعد الدكتورة نبراس كامل هدايت لما قدمت من تسهيل مهمتي لاجراء بحثي فجزائها الله عني خير الجزاء وأتقدم بشكري وتقديري إلى الاستاذ المساعد الدكتور سنان عباس علي لما بذله من جهد كبير في سبيل إخراج الرسالة بأجمل مظهر.

ومن دواعي سروري ان اتقدم بالشكر والاعتراف بالفضل الى الدكتور سعد عباس الجنابي لما قدمه من عون ودعم وملاحظات قيمة فله مني كل المحبة والعرفان.

كما اتقدم بعظيم الشكر والامتنان الى كل من الاستاذ الدكتور فرات جبار والاستاذ الدكتور غازي صالح والاستاذ المساعد الدكتور حسين سبهان والاستاذ المساعد الدكتور عباس فاضل والدكتورة اسيل جليل والدكتورة لمى سمير فكلمات الشكر لا تفيهم حقهم لما ابدوه من توجيهات وارااء علمية وملاحظات دقيقة ساهمت في اغناء البحث .

واتقدم بخالص شكري الى الاستاذ المساعد الدكتور ثائر رشيد والدكتور علاء خلف والدكتور صفاء عبد الوهاب وطالب الدكتوراه احمد مهدي وطالب الدكتوراه عبد الرحمن نبهان وصادم محمد لما قدموه لي من عون وملاحظات فجزاهم الله خير الجزاء.

كما اتقدم بالشكر والتقدير الى الدكتور محمد وليد ومدرس مساعد باسم ابراهيم لما قدماه من نصح وارشاد ومساعدة والاجابة عن اسئلتى فلهم كل المحبة والعرفان.

واتقدم بخالص الشكر والامنتان الى كل من المدرس المساعد رافد حبيب والسيد ماجد حبيب والسيد عمران علي عباس لما بذلوه من جهد كبير ومساعدة وتقديم يد العون لي فلهم مني جزيل الشكر والامنتان.

واتقدم بفائق الشكر والعرفان الى زميلاتي في مكان العمل الاخوت حذام خزعل والاخت اقبال والاخت لمياء جبار لما قدمته لي من حب وعون وتشجيعهم لي دائما فدعائي لهم بالتوفيق.

ويكل الحب اتقدم بباقة ورد معطرة الى فريق العمل المساعد وعينة البحث للجهود المبذولة لاتمام جميع الاختبارات والمنهج التعليمي واخص طلاب الماجستير احمد محمود وغزوان الذي لن انسى مجهودهم معي فلهم مني كل الحب والاحترام.

كما من واجبي ان اشكر الاخوة والاخوات المسؤولين عن مكتبة كلية التربية الرياضية /جامعة ديالى

كما اقدم شكري وعرفاني الى اخوتي وزملائي في الدراسات العليا على ما قدموا من تعاون وهم كل من (هادي وراشد وعمر وقحطان وغسان واحمد وحيدر واوراس وعمر عبد ومحمد ورشا وميسم) على مواقفهم الاخوية فجزاهم الله خير الجزاء.

وفي الختام اسال الله العزيز القدير ان يوفقنا لما يحبه ويرضاه واخر دعونا ان الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على سيدنا وحبينا محمد (ﷺ) وعلى اله وصحبه وسلم اجمعين.

**الباحثة**

## ملخص الرسالة

تأثير منهاج مقترح باستخدام التصور العقلي والادراك الحس - حركي لذوي سيادة المخية في تعلم واحتفاظ مهارتي الضرب الساحق وحائط الصد بالكرة الطائرة

الباحثة

مها احمد عبود

المشرف

أ.م.د. مجاهد حميد رشيد

المشرف

أ.م.د. سها عباس عبود

اشتملت الرسالة على خمسة ابواب هي :-

الباب الأول :-

• التعريف بالبحث :-

أشتمل التعريف بالبحث على مقدمة البحث وأهمية ، اذ يعد التصور العقلي والادراك الحس - حركي من القدرات العقلية المهمة والمسؤولة عن كل الافعال والسلوكيات الحركية وتفسيرها وكيفية تنفيذها من خلال التعرف على كل ما يحيط بالفرد ، اذ نلاحظ اهمية التصور العقلي والادراك الحس - حركي تكون واضحة في كافة الالعاب الرياضية ولا سيما الكرة الطائرة ، من خلال تصور المتعلم للحركة واحساسه باجزاء جسمه عند تاديته للحركة او الواجب الحركي وخاصة لمهارتي الضرب الساحق وحائط الصد اذ تحتاج هذه المهارتين الى قوة معينة للأداء الحركي يختلف عن بقية المهارات واستخدام انقباضات عضلية معينة عند تأدية الواجب الحركي من سرعة وتوافق ، فكلما اهتم المدرسون والمدرّبون لهذه الجوانب العقلية للمتعلّم وخاصة (السيادة المخية) التي تتعلق بالدماغ واقسامه (ايسر - ايمن - متكامل) وكلما ساعد المتعلم من تنمية مهارته وتطوير ادائه .

وتكمن مشكلة البحث من خلال ضعف التقدم الملحوظ في مستوى المتعلم وذلك

لضعف التصور العقلي والادراك الحس - حركي المرتبطة (أيسر وأيمن ومتكامل)

مما يسبب تباينا في مستوى المتعلمين لذا تم التطرق في هذه المشكلة ووضع منهاج للتصور العقلي والادراك الحس - حركي لذوي السيادة المخية في تعلم مهارتي الضرب الساحق وحائط الصد بالكرة الطائرة .

• **هدفا البحث :-**

1- أعداد منهاج باستخدام التصور العقلي والادراك الحس - حركي لذوي السيادة المخية في تعلم واحتفاظ مهارتي الضرب الساحق وحائط الصد بالكرة الطائرة .

2- التعرف على تأثير المنهاج المستخدم للتصور العقلي والادراك الحس حركي لذوي السيادة المخية في تعلم واحتفاظ مهارتي الضرب الساحق وحائط الصد بالكرة الطائرة.

• **فرضا البحث :-**

1- هناك فروق معنوية ذات دلالة احصائية لتأثير المنهاج المقترح باستخدام التصور العقلي والادراك الحس - حركي والمنهاج المتبع لذوي السيادة المخية بين الاختبارات القبلية والبعديّة في تعلم مهارتي الضرب الساحق وحائط الصد بالكرة الطائرة ولصالح الاختبارات البعديّة.

2- هناك فروق معنوية ذات دلالة احصائية في الاختبار البعدي بين تأثير المنهاج المقترح باستخدام التصور العقلي والادراك الحس - حركي والمنهاج المتبع لذوي السيادة المخية في الاختبارات البعديّة في تعلم واحتفاظ مهارتي الضرب الساحق وحائط الصد بالكرة الطائرة.

**الباب الثاني :- الدراسات النظرية والدراسات المشابهة :-**

احتوى هذا الباب على الدراسات النظرية وتضمنت :-

التصور العقلي مفهومه وانواعه وكيفية حدوثه ، فضلا عن اهميته ، وكذلك التطرق للإدراك الحس- حركي من حيث مفهومه وكيفية حدوثه واهميته في المجال الرياضي، كما تم التطرق الى مفهوم السيادة المخية واهميتها في المجال الرياضي، اما الدراسات المشابهة فتضمنت اربع دراسات عراقية مرتبطة بموضوع البحث.

### الباب الثالث :- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:-

تضمن هذا الباب منهجية البحث إذ استخدمت الباحثة المنهج التجريبي على عينة البحث مكونة من ستة مجاميع ثلاث تجريبية وثلاث ضابطة بواقع (30) طالبا لكل مجموعة مقسمه الى ( ايمن وايسر ومتكامل ) حسب مقياس السيادة المخية الذي تم توزيعه على طلاب المرحلة الثانية في كلية التربية الرياضية جامعة ديالى وهم خمس شعب (أ- ب- ج- د- هـ) وقد حدد المقياس شعبة (أ) لتكون ذات التفضل ( ايمن - ايسر) وشعبة (ج) لتكون ذات التفضل (متكامل) اما شعبة (ب) لتكون المجموعة الضابطة وعلى اساس ان شعبة (أ) تحتوي على طلاب اكثر (ايمن وايسر ) ثم قامت الباحثة باختيار (20) طالبا عن طريق القرعة بواقع (10) طلاب ايمن و(10) طلاب ايسر اما شعبة (ج) فاحتوت على متكامل (10) طلاب وبقيه شعبة (ب) هي المجموعة الضابطة وبذلك اصبح عدد العينة (60) طالبا مقسمين على ثلاث شعب (أ- ب- ج) وقد استخدمت الباحثة الأجهزة والأدوات و الاختبارات المعرفية والمهارية والتجارب الاستطلاعية والأسس العلمية للاختبارات المتمثلة بالصدق والثبات والموضوعية فضلاً عن الوسائل الإحصائية .

### الباب الرابع :- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:-

تم عرض الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة والجدولية لنتائج الاختبارات المهارية القبلية والبعديّة وكذلك نتائج الاختبار المعرفي تفضيل السيادة المخية فضلاً عن مناقشة تلك النتائج للاختبارات المهارية والتي تم التوصل من خلالها إلى تحقيق هدفي البحث .

### الباب الخامس :- الاستنتاجات والتوصيات:-

تضمن هذا الباب الاستنتاجات التي خرجت بها الباحثة من خلال الدراسة ومن أهمها :

- 1- ان المنهاج التعليمي المقترح باستخدام التصور العقلي والادراك الحس - حركي اثبت فاعلية في تعلم مهارة الضرب الساحق بالكرة الطائرة للنمط الايمن وبما يعزز عملية التعلم والاداء

2- ان المنهاج التعليمي المقترح باستخدام التصور العقلي والادراك الحس - حركي اثبت فاعلية في تعلم مهارة حائط الصد بالكرة الطائرة للنمط الايسر وبما يعزز عليه التعلم والاداء

3- إن المنهاج التعليم المقترح باستخدام التصور العقلي والادراك الحس - حركي اثبت فاعليته لمهارة الضرب الساحق بكرة الطائرة للنمط الأيمن، والأيسر، والمتكامل في الاحتفاظ وبما يعزو عليه في الأداء.

4- إن المنهاج التعليم المقترح باستخدام التصور العقلي والادراك الحس - حركي اثبت فاعليته لمهارة حائط الصد بكرة الطائرة للنمط الأيمن، والأيسر، والمتكامل في الاحتفاظ وبما يعزو عليه في الأداء.

5- ان الاحتفاظ المجموعات التجريبية بالتعلم يعد مؤشرا واضحا على نجاح المنهاج التعليمي المعد باستخدام التصور العقلي والادراك الحس - حركي ولمهاتري الضرب الساحق وحائط الصد بالاحتفاظ.

في ضوء استنتاجات الدراسة الحالية توصي الباحثة بالآتي :

1- التركيز على وظائف نصفي الدماغ معًا لما لهما من دور مهم في العمليات العقلية المتعددة.

2- استخدام منهاج التصور العقلي والادراك الحس - حركي في تعلم مهارات اخرى بلعبة الكرة الطائرة .

3- ضرورة المام وتعريف المدرسين في كليات التربية الرياضية بالسيادة المخية أي (ايمن وايسر ومتكامل) لما لها من دور واهمية في تحقيق نتائج افضل في التعلم المهاري للألعاب الرياضية .

4- ضرورة وضع منهاج مقترح بالاستناد لنتائج الدراسة في استخدام التصور العقلي والادراك الحس- حركي الخاص بالكرة الطائرة لما لها من اثر فاعل في الاحتفاظ للمهارات بشكل افضل.

5- اعتماد المنهاج المعد من قبل الباحثة في تعلم مهاتري الضرب الساحق وحائط الصد كونه اثبت فاعلية في احتفاظ المتعلمين بمهاتري الضرب الساحق وحائط الصد بالكرة الطائرة وكون الاحتفاظ هو مرآة التعلم.

## قائمة المحتويات

رقم الصفحة	الموضوع	ت
1	العنوان	
2	الآية القرآنية	
3	أقرار المشرفين وترشيح لجنة الدراسات العليا	
4	أقرار المقوم اللغوي	
5	أقرار لجنة المناقشة والتقييم	
6	الإهداء	
7	شكر وتقدير	
10	ملخص الرسالة لعربية	
14	قائمة المحتويات	
20	قائمة الجداول	
22	قائمة الأشكال	
23	قائمة الملاحق	
	الباب الأول	
25	التعريف بالبحث	1
25	مقدمة البحث وأهميته	1-1
26	مشكلة البحث	2-1
27	هدفا البحث	3-1
27	فرضا البحث	4-1
28	مجالات البحث	5-1
28	المجال البشري	1-5-1
28	المجال الزماني	2-5-1
28	المجال المكاني	3-5-1
28	تحديد المصطلحات	6-1

رقم الصفحة	الموضوع	ت
	الباب الثاني	
31	الدراسات النظرية والدراسات المشابهة	2
31	الدراسات النظرية	1-2
31	مفهوم التصور العقلي	1-1-2
33	النظريات المستخدمة للتدريب العقلي	1-1-1-2
34	أنماط التصور العقلي	2-1-1-2
35	نماذج التصور العقلي	3-1-1-2
36	مبادئ التصور العقلي	4-1-1-2
38	الوقت الملائم للتصور العقلي	5-1-1-2
38	اهمية التصور العقلي	6-1-1-2
39	الفرق بين التدريب العقلي والتصور العقلي	7-1-1-2
39	الاحساس	2-1-2
41	انواع الاحساسات المرتبطة بالنشاط الرياضي	1-2-1-2
41	مفهوم الادراك	2-2-1-2
43	المدركات الخاصة بالكرة الطائرة	3-2-1-2
44	الادراك (الحس - حركي)	4-2-1-2
45	علاقة الاحساس والادراك	5-2-1-2
46	كيف يحدث الادراك الحس - حركي	6-2-1-2
48	اهمية الادراك الحس - حركي في لعبة الكرة الطائرة	7-2-1-2
49	السيادة المخية النصفية	3-1-2
49	الدماغ ونصفية	1-3-1-2
52	وظائف نصفي المخ	2-3-1-2
54	وظائف نصفي الدماغ في المجال الرياضي	3-3-1-2
56	المهارات الفنية في لعبة الكرة الطائرة	4-1-2

رقم الصفحة	الموضوع	ت
56	مهارة الضرب الساحق بالكرة الطائرة	1-4-1-2
59	مهارة حائط الصد بالكرة الطائرة	2-4-1-2
61	الاحتفاظ	5-1-2
61	مفهوم الاحتفاظ	1-5-1-2
61	طرق قياس الاحتفاظ	2-5-1-2
63	الدراسات المشابهة	2-2
63	دراسة نجلاء عباس نصيف وآخرون (2011)	1-2-2
64	دراسة بسمة نعيم (2011)	2-2-2
65	دراسة طارق ضايح (2008)	3-2-2
66	دراسة نعيمة زيدان (2003)	4-2-2
66	أوجه التشابه والاختلاف مع الدراسات المشابهة	3-2
	الباب الثالث	
70	منهجية البحث وإجراءاته الميدانية	-3
70	منهج البحث	1-3
70	مجتمع البحث وعينته	2-3
73	التصميم التجريبي	2-2-3
73	تكافؤ مجموعات البحث في مستوى الأداء المهاري	3-2-3
74	الأجهزة والادوات ووسائل جمع المعلومات	3-3
74	الأجهزة المستخدمة في البحث	1-3-3
75	الادوات المستخدمة في البحث	2-3-3
75	وسائل جمع المعلومات	3-3-3
76	الاختبارات المستخدمة في البحث	4-3
76	الاختبارات المعرفية	1-4-3
76	مقياس توارنس للسيادة المخية النصفية	1-1-4-3

رقم الصفحة	الموضوع	ت
77	الاختبارات المهارية	2-4-3
78	اختبار مستوى الأداء (الفني) المهاري لمهارة الضرب الساحق القطري أو الخطي	1-2-4-3
79	اختبار مستوى الأداء (الفني) المهاري لمهارة حائط الصد	2-2-4-3
81	التجارب الاستطلاعية	5-3
81	التجربة الاستطلاعية الاولى	1-5-3
81	التجربة الاستطلاعية الثانية	2-5-3
82	التجربة الاستطلاعية الثالثة	3-5-3
82	الاسس العلمية للاختبارات	6-3
82	الاسس العلمية للاختبارات المهارية	1-6-3
83	ثبات الاختبار	1-1-6-3
84	صدق الاختبار	2-1-6-3
85	موضوعية الاختبارات	3-1-6-3
86	الاختبارات القبليّة	7-3
86	تنفيذ اختبار توارنس القبلي	1-7-3
88	تنفيذ الاختبارات المهارية القبليّة	2-7-3
88	المنهج التعليمي باستخدام التصور العقلي والادراك الحس - حركي لذوي السيادة المخية	8-3
93	تنفيذ المنهج التعليمي	9-3
95	الاختبارات المهارية البعدية	10-3
95	اختبارات الاحتفاظ	11-3
97	الوسائل الاحصائية	12-3

رقم الصفحة	الموضوع	ت
	الباب الرابع	
100	عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها	-4
100	عرض نتائج الاختبارات المهارية القبلية والبعديّة وتحليلها ومناقشتها	1-4
100	عرض نتائج الاختبارات المهارية القبلية والبعديّة لاختبار مهارة الضرب الساحق بالكرة الطائرة وتحليلها	1-1-4
103	عرض نتائج (T) ودلالة الفروق بين نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة للمجموعات التجريبية والضابطة لمهارة الضرب الساحق وتحليلها	2-1-4
105	عرض نتائج الاختبارات المهارية القبلية والبعديّة لاختبار مهارة حائط الصد بالكرة الطائرة وتحليلها	3-1-4
108	عرض نتائج (T) ودلالة الفروق بين نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة للمجموعات التجريبية والضابطة لمهارة حائط الصد	4-1-4
109	عرض نتائج الاختبارات المهارية البعديّة لمجموعات البحث التجريبية والضابطة في اختبار مهارة الضرب الساحق وتحليلها	5-1-4
111	عرض نتائج اختبار ( F ) و ( L. S. D ). بين الأنماط لمهارة الضرب الساحق ولمجموعتي البحث التجريبية والضابطة وتحليلها	6-1-4
114	عرض نتائج الاختبارات البعديّة لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة في الاختبارات البعديّة لمهارة حائط الصد وتحليلها	7-1-4
116	عرض نتائج اختبار ( F ) و ( L. S. D ). بين الأنماط لمهارة حائط الصد ولمجموعات البحث التجريبية والضابطة وتحليلها	8-1-4
119	عرض نتائج الاختبارات البعديّة والاحتفاظ لمجموعات البحث التجريبية والضابطة لمهارة الضرب الساحق وتحليلها	9-1-4

رقم الصفحة	الموضوع	ت
121	عرض نتائج الاختبارات البعدية والاحتفاظ لمجموعات البحث التجريبية والضابطة لمهارة حائط الصد وتحليلها	10-1-4
123	مناقشة النتائج	2-4
123	مناقشة نتائج الاختبارات المهارية القبلية والبعدية لمهاتري الضرب الساحق وحائط الصد بالكرة الطائرة وللمجموعة التجريبية لذوي السيادة المخية ( ايمن ، ايسر، متكامل ).	1-2-4
124	مناقشة نتائج الاختبارات المهارية القبلية والبعدية لمهاتري الضرب الساحق وحائط الصد بالكرة الطائرة وللمجموعة الضابطة لذوي السيادة المخية ( ايمن ، ايسر، متكامل ).	2-2-4
126	مناقشة نتائج الاختبارات المهارية البعدية وتحليل التباين ( f-test ) لمهاتري الضرب الساحق وحائط الصد بالكرة الطائرة وللمجموعات التجريبية والضابطة لذوي السيادة المخية ( ايمن ، ايسر، متكامل ).	3-2-4
129	مناقشة نتائج الاحتفاظ بالتعلم وللمجموعات التجريبية والضابطة	4-2-4
	الباب الخامس	
131	الاستنتاجات والتوصيات	-5
131	الاستنتاجات	1-5
132	التوصيات	2-5
134	المصادر العربية والاجنبية	
141	الملاحق	
b-e	ملخص الرسالة باللغة الانكليزية	

## قائمة الجداول

رقم الصفحة	العنوان	التسلسل
72	يبين العدد الكلي للمجتمع والمستبعدون والعدد الكلي للعينة والنسبة المئوية للمجموعات الثلاث من العينة ومجتمع البحث	1
74	يبين التكافؤ لمجموعات البحث في الاختبارات المهارية	2
77	يبين الاختبارات المهارية المعتمدة من قبل الخبراء والمختصين ونسبتها المئوية	3
79	يبين درجات تقويم مستوى الأداء الفني لمهارة الضرب الساحق	4
83	يبين صدق الاختبارات المهارية	5
85	يبين ثبات الاختبارات المهارية	6
86	يبين موضوعية الاختبارات	7
92	يبين المجموع الكلي لازمنة اقسام الوحدات التعليمية خلال (16) وحدة تعليمية	8
94	يبين العدد النهائي لمجاميع البحث الثلاث والأسلوب التعليمي والمعرفي لكل مجموعة والنسبة المئوية	9
100	عرض نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة لمهارة الضرب الساحق بالكرة الطائرة للمجموعات التجريبية (ايمن, ايسر, متكامل)	10
102	عرض نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة لمهارة الضرب الساحق بالكرة الطائرة للمجموعات الضابطة (ايمن, ايسر, متكامل)	11
103	يبين قيم فرق الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للفروق وقيمة (T) المحسوبة ودلالة الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي لمهارة الضرب الساحق للمجموعات التجريبية	12
104	يبين قيم فرق الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للفروق وقيمة (T) المحسوبة ودلالة الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي لمهارة الضرب الساحق للمجموعات الضابطة	13
105	عرض نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة لمهارة حائط الصد بالكرة الطائرة للمجموعات التجريبية (ايمن, ايسر, متكامل)	14

رقم الصفحة	العنوان	التسلسل
106	عرض نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية لمهارة حائط الصد بالكرة الطائرة للمجموعات الضابطة (ايمن, ايسر, متكامل)	15
108	يبين قيم فرق الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للفروق وقيمة (T) المحسوبة ودلالة الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدى لمهارة حائط الصد للمجموعات التجريبية	16
109	يبين قيم فرق الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للفروق وقيمة (T) المحسوبة ودلالة الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدى لمهارة حائط الصد للمجموعات الضابطة	17
110	عرض نتائج اختبار ( F ) في مجموعات البحث التجريبية والضابطة في الاختبارات البعدية لمهارة الضرب الساحق	18
111	يبين نتائج اختبار (L.S.D) لمعرفة قيمة أقل فرق معنوي بين الأنماط في مجموعات البحث التجريبية والضابطة في مهارة الضرب الساحق	19
115	عرض نتائج اختبار ( F ) في مجموعات البحث التجريبية والضابطة في الاختبارات البعدية لمهارة حائط الصد	20
116	يبين نتائج اختبار (L.S.D) لمعرفة قيمة أقل فرق معنوي بين الأنماط في مجموعات البحث التجريبية والضابطة في مهارة حائط الصد	21
119	عرض نتائج الاختبارات البعدية والاحتفاظ لمهارة الضرب الساحق بالكرة الطائرة للمجموعات التجريبية (ايمن, ايسر, متكامل)	22
120	عرض نتائج الاختبارات البعدية والاحتفاظ لمهارة الضرب الساحق بالكرة الطائرة للمجموعات الضابطة (ايمن, ايسر, متكامل)	23
121	عرض نتائج الاختبارات البعدية والاحتفاظ لمهارة حائط الصد بالكرة الطائرة للمجموعات التجريبية (ايمن, ايسر, متكامل)	24
122	عرض نتائج الاختبارات البعدية والاحتفاظ لمهارة حائط الصد بالكرة الطائرة للمجموعات الضابطة (ايمن, ايسر, متكامل)	25

## قائمة الأشكال

رقم الصفحة	العنوان	التسلسل
46	يوضح اليه عملية الادراك الحس – حركي	1
47	فكرة القوس المنعكس البسيط	2
49	يوضح مكونات الجهاز العصبي	3
50	يوضح الدماغ الداخلي	4
51	يوضح الدماغ الخارجي	5
54	شكل يبين نصفي المخ في المجال الرياضي نقلًا عن (Martens)	6
57	مراحل الاداء الفني لمهارة الضرب الساحق	7
79	يبين تفاصيل اختبار مستوى الأداء (الفني) المهاري لمهارة الضرب الساحق	8
81	يبين تفاصيل اختبار مستوى الأداء (الفني) المهاري لمهارة حائط الصد	9
101	يوضح نسب التطور للمجموعات التجريبية في مهارة الضرب الساحق	10
103	يوضح نسب التطور للمجموعات الضابطة في مهارة الضرب الساحق	11
106	يوضح نسب التطور للمجموعات التجريبية في مهارة حائط الصد	12
107	يوضح نسب تطور الاختبارات القبليّة والبعديّة لمهارة حائط الصد بالكرة الطائرة للمجموعات الضابطة (ايمن, ايسر, متكامل)	13

## قائمة الملاحق

رقم الصفحة	العنوان	التسلسل
141	يبين فقرات مقياس تورانس للسيادة المخية النصفية الذي تم توزيعه	1
145	استمارة استبانة آراء السادة المختصين في مجال الكرة الطائرة الذين استعان بهم الباحث لتحديد الاختبارات لمستوى الأداء المهاري	2
147	أسماء السادة المختصين الذين استعان بهم الباحث لتحديد اوقات التصور العقلي	3
148	أسماء الخبراء والمختصين الذين استعانت بهم الباحثة	4
150	أسماء السادة المقومين الذين قاموا بتقييم الاداء الفني لمهاتري الضرب الساحق وحائط الصد	5
151	أسماء فريق العمل المساعد	6
152	استمارة تقويم الاداء الفني لمهارة الضرب الساحق	7
154	استمارة استبانة آراء الخبراء على صلاحية الوحدات التعليمية لمهارة الضرب الساحق بالكرة الطائرة	8
156	استمارة استبانة آراء الخبراء على صلاحية الوحدات التعليمية لمهارة حائط الصد بالكرة الطائرة	9
158	يبين تمارين الوحدات التعليمية	10
178	الوحدات التعليمية لمهارة لضرب الساحق	11
190	الوحدات التعليمية لمهارة حائط الصد	12

# الباب الأول

- 1- التعريف بالبحث
- 1-1 المقدمة وأهمية البحث.
- 2-1 مشكلة البحث.
- 3-1 هدفا البحث.
- 4-1 فرضا البحث.
- 5-1 مجالات البحث.
- 1-5-1 المجال البشري.
- 2-5-1 المجال الزمني.
- 3-5-1 المجال المكاني.
- 6-1 تعريف المصطلحات.

## الباب الثاني

الدراسات النظرية والدراسات المشابهة	2
الدراسات النظرية	1-2
مفهوم التصور العقلي	1-1-2
النظريات المستخدمة للتدريب العقلي	1-1-1-2
أنماط (اقسام) التصور العقلي	2-1-1-2
نماذج التصور العقلي	3-1-1-2
مبادئ التصور العقلي	4-1-1-2
الوقت الملائم للتصور العقلي	5-1-1-2
اهمية التصور العقلي	6-1-1-2
الفرق بين التدريب العقلي والتصور العقلي	7-1-1-2
الاحساس	2-1-2
انواع الاحساسات المرتبطة بالنشاط الرياضي	1-2-1-2
مفهوم الادراك	2-2-1-2
المدركات الخاصة بالكرة الطائرة	3-2-1-2
الادراك (الحس - حركي)	4-2-1-2
علاقة الاحساس والادراك	5-2-1-2
كيف يحدث الادراك الحس - حركي	6-2-1-2
اهمية الادراك الحس - حركي في لعبة الكرة الطائرة	7-2-1-2
السيادة المخية النصفية	3-1-2

الدماغ ونصفية	1-3-1-2
وظائف نصفي المخ	2-3-1-2
وظائف نصفي الدماغ في المجال الرياضي	3-3-1-2
المهارات الفنية في لعبة الكرة الطائرة	4-1-2
مهارة الضرب الساحق بالكرة الطائرة	1-4-1-2
مهارة حائط الصد بالكرة الطائرة	2-4-1-2
الاحتفاظ	5-1-2
مفهوم الاحتفاظ	1-5-1-2
طرق قياس الاحتفاظ	2-5-1-2
الدراسات المشابهة	2-2
دراسة نجلاء عباس نصيف وآخرون	1-2-2
دراسة بسمة نعيم	2-2-2
دراسة طارق ضايح	3-2-2
دراسة نعيمة زيدان	4-2-2
أوجه التشابه والاختلاف مع الدراسات المشابهة	3-2

## الباب الثالث

منهجية البحث وإجراءاته الميدانية	3-
منهج البحث	1-3
مجتمع البحث وعينته	2-3
التصميم التجريبي	2-2-3
تكافؤ مجموعات البحث في مستوى الأداء المهاري	3-2-3
الأجهزة والادوات ووسائل جمع المعلومات	3-3
الأجهزة المستخدمة في البحث	1-3-3
الادوات المستخدمة في البحث	2-3-3
وسائل جمع المعلومات	3-3-3
الاختبارات المستخدمة في البحث	4-3
الاختبارات المعرفية	1-4-3
مقياس توارنس للسيادة المخية النصفية	1-1-4-3
الاختبارات المهارية	2-4-3
اختبار مستوى الأداء الفني (المهاري) لمهارة الضرب الساحق القطري أو الخطي	1-2-4-3
اختبار مستوى الأداء (الفني) المهاري لمهارة حائط الصدد	2-2-4-3
التجارب الاستطلاعية	5-3
التجربة الاستطلاعية الاولى	1-5-3
التجربة الاستطلاعية الثانية	2-5-3
التجربة الاستطلاعية الثالثة	3-5-3
الاسس العلمية للاختبارات	6-3

الاسس العلمية للاختبارات المهارية	1-6-3
ثبات الاختبار	1-3-6-3
صدق الاختبار	2-3-6-3
موضوعية الاختبارات	3-3-6-3
الاختبارات القبليية	7-3
تنفيذ اختبار توارنس القبلي	1-7-3
تنفيذ الاختبارات المهارية القبليية	8-3
المنهج التعلبيي باستخدام التصور العقلي والادراك الحس - حركي لذوي السيادة المخية	9-3
تنفيذ المنهج التعلبيي	10-3
الاختبارات المهارية البعديية	11-3
اختبارات الاحتفاظ	12-3
الوسائل الإحصائية	13-3

## الباب الرابع

- 4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها
- 1-4 عرض نتائج الاختبارات المهارية القبلية والبعديّة وتحليلها ومناقشتها
- 1-1-4 عرض نتائج الاختبارات المهارية القبلية والبعديّة لاختبار مهارة الضرب الساحق بالكرة الطائرة وتحليلها
- 2-1-4 عرض نتائج (T) ودلالة الفروق بين نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة للمجموعات التجريبية والضابطة لمهارة الضرب الساحق وتحليلها
- 3-1-4 عرض نتائج الاختبارات المهارية القبلية والبعديّة لاختبار مهارة حائط الصد بالكرة الطائرة وتحليلها
- 4-1-4 عرض نتائج (T) ودلالة الفروق بين نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة للمجموعات التجريبية والضابطة لمهارة حائط الصد
- 5-1-4 عرض نتائج الاختبارات المهارية البعديّة لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة في اختبار مهارة الضرب الساحق وتحليلها
- 6-1-4 عرض نتائج اختبار ( F ) و ( .L. S. D ) بين الأنماط لمهارة الضرب الساحق ولمجموعتي البحث التجريبية والضابطة وتحليلها
- 7-1-4 عرض نتائج الاختبارات البعديّة لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة في الاختبارات البعديّة لمهارة حائط الصد وتحليلها
- 8-1-4 عرض نتائج اختبار ( F ) و ( .L. S. D ) بين الأنماط لمهارة حائط الصد ولمجموعتي البحث التجريبية والضابطة وتحليلها

9-1-4 عرض نتائج الاختبارات البعدية والاحتفاظ لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة لمهارة الضرب الساحق وتحليلها

10-1-4 عرض نتائج الاختبارات البعدية والاحتفاظ لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة لمهارة حائط الصد وتحليلها

2-4 مناقشة النتائج

1-2-4 مناقشة نتائج الاختبارات المهارية القبليّة والبعدية لمهاتري الضرب الساحق وحائط الصد بالكرة الطائرة وللمجموعة التجريبية لذوي السيادة المخية ( ايمن ، ايسر، متكامل).

2-2-4 مناقشة نتائج الاختبارات المهارية القبليّة والبعدية لمهاتري الضرب الساحق وحائط الصد بالكرة الطائرة وللمجموعة الضابطة لذوي السيادة المخية ( ايمن ، ايسر، متكامل).

3-2-4 مناقشة نتائج الاختبارات المهارية البعدية وتحليل التباين ( t-test ) لمهاتري الضرب الساحق وحائط الصد بالكرة الطائرة وللمجموعات التجريبية والضابطة لذوي السيادة المخية ( ايمن ، ايسر، متكامل).

4-2-4 مناقشة نتائج الاحتفاظ بالتعلم وللمجموعات التجريبية والضابطة

## الباب الخامس

الاستنتاجات والتوصيات -5

الاستنتاجات 1-5

التوصيات 2-5

# المصادر العربية والأجنبية

# الملاحق



## 1- التعريف بالبحث:

## 1-1 مقدمة البحث وأهميته :

ان التخطيط السليم المبني على أسس ومبادئ علمية رصينة في مجال التعليم والتدريب يؤدي الى التطور السريع في مختلف الألعاب والفعاليات الرياضية سواء الفردية او الجماعية لذا فقد اهتم المختصون في مجالي تعليم وتدريب الالعب الرياضية بالقدرات المهارية والبدنية والخططية ولاسيما القدرات العقلية والتركيز على مناهج خاصة تسعى لتطويرها, فالقدرات العقلية " هي التي تساعد على تعبئة قدراتهم وطاقاتهم لتحقيق اقصى وافضل اداء رياضي"(1)

دعت فلسفة التربية الرياضية الحديثة الى الاهتمام بالقدرات العقلية لدى الافراد وذلك من خلال المدارس الفلسفية والتربوية التي دعت الى تنمية الفكر والتصور لكي يصبح الفرد اكثر قدرة على مواجهة الصعوبات والمشكلات التي تعترض سبيلة اذ يعد التصور العقلي من المتغيرات المهمة التي تؤثر في الاداء اذ استخدام لغرض تجسيد الاداء عن طريق مراجعة المهارة عقليا فضلاً عن ذلك التقليل من الاخطاء بتصوير الاسلوب الصحيح للاداء الفني، وبعد الادراك الحس - حركي من اولى القدرات العقلية التي تسهم مساهمة جادة في تصور وادراك الافعال الحركية وتفسيرها وتنفيذها من خلال المحيط والبيئة التي يتم فعل الحركة من خلالها فالإدراك الحس - حركي له مكانة في تنفيذ الاداء المهاري للمهارات الاساسية بالكرة الطائرة من الاحساس بالمسافة وزمن الاداء والاحساس بالكرة ويعد من الحاجات الملحة لإتقان المهارات الاساسية ورفع المستوى ، والمعرفة السابقة جدير بالاهتمام لان تعامله مع المعلومات ومعالجتها يعد مؤشراً لبناء التراكيب المعرفية لديه فان معالجة المعلومات تحدث عبر سلسلة من المعلومات الموجودة في الدماغ بعد دخول هذه المعلومات الى الدماغ وتحويلها الى مخرجات وتختلف هذه المعالجات حسب نوع السيادة المخية في نصفي الدماغ لدى الافراد سواء كان لديهم سيادة

(1) محمد العربي شمعون ؛ التدريب العقلي في المجال الرياضي . القاهرة : دار الفكر العربي ، 1996، ص5

مخية في النصف الايمن ام الايسر او متكامل بين وظائف النصفين معا .وهذين النصفين يحددان العديد من الامور التي ترتبط بالسلوك الانساني ولقد دعا الكثير من الباحثين الى ان يكون نمط التفكير مرتبط بنصفي الدماغ الايمن او الايسر لدى الافراد وفي المجال الرياضي فان التعرف على وظائف الدماغ يعد عاملاً مهماً لأنه يمد المتعلم والمدرّب بالمعلومات النافعة عن الطرق المختلفة التي يؤثر بها العقل على الاداء الرياضي.

وتعد لعبة الكرة الطائرة من الالعاب الجماعية التي تتميز بالمواقف والحالات الكثيرة والمتغيرة فالانتقال من الهجوم الى الدفاع بشكل سريع يتطلب اعداداً بدنياً ومهارياً وخطياً ونفسياً لانها تتميز بالايقاع السريع ومهارتها تكون متتالية ومتسلسلة فتتطلب مستوى عالٍ من الدقة في الاداء ولا سيما مهارتي الضرب الساحق وحائط الصد اللتان تعدان من المهارات الفنية الصعبة ويتطلب لهما اعداداً جيداً فضلا عن كونهما مهارتين لهن الحسم دائماً حسب الاحصائيات، ويلعب التصور والادراك الحس - حركي دوراً رئيساً في الاداء الفني للمهارات الاساسية في الكرة الطائرة اذ ان المتعلم كلما كانت قدراته العقلية عالية كلما زادت الاساليب والطرق التكنيكية التي يستخدمها في التعلم واللعب ويتم اتخاذ القرار المناسب والوصول الى الغرض بسرعة ومن دون تباطؤ بالتنفيذ في تعلم المهارات الحركية.

تكمن في مساعدة مدرس ومدربي الكرة الطائرة في تعلم مهارات الفنية بالكرة الطائرة للمتعلمين باستخدام تمارين مستنده على التصور العقلي والادراك الحس - حركي لذوي السيادة المخية النصفية .

## 1-2 مشكلة البحث :-

تتنوع مهارات الكرة الطائرة اذ تختلف من مهارة الى اخرى ولذا يستوجب من المتعلمين زيادة في الممارسة والتكرار لأجل الوصول الى تعلم واتقان هذه المهارات وفي وقتنا الحاضر هناك افكار جديدة وطرق واساليب حديثة ومن خلالها يمكن تحقيق شيء من الممكن ان يخدم العملية التعليمية، وهذه الطرق الحديثة التي تزيد من سرعة عملية

التعلم لهذه المهارات فيلعب الجانب العقلي دورا أساسيا في التأثير على الاداء الحركي فهذا يساعد المتعلم في التركيز والتصور والادراك اللذان يؤديان الى اداء جيد وبمئنان من حدوث تصور سلبي للأداء المهاري اذ ان الاستجابة الصحيحة تؤدي الى اداء جيد من خلال قيام المتعلم بتصور وادراك للمعلومات التي تخص المهارات وامكانيات المتعلم وقدراته العقلية المرتبطة بالسيادة المخية .

ومن خلال اطلاع الباحثة ومساعدة الخبراء وجدت ان هناك تباينا في تعلم مهارتي الضرب الساحق وحائط الصد من قبل الطلاب ويرجع السبب في ذلك الى ما يمتلكه الطلاب من تصور عقلي وادراك حس - حركي متعلق بقدرتهم المتمثلة بالسيادة المخية النصفية ( ايمن - ايسر - متكامل ) والتي ترتبط بالعمليات العقلية وترى الباحثة ان الادراك والتصور العقلي والمهاري يعمل على تعزيز العمل العقلي والعضلي من اخذ تصور صحيح للمهارة وادراك صحيح تكون الاستجابة العملية صحيحة ومناسبة وهذا يرتبط مع اتجاهات اخرى منها السيادة المخية ومما يسبب تباينا في مستوى التعلم بين الطلاب لذا ارتأت الباحثة تسليط الضوء على هذه المشكلة .

### 1-3 هدفا البحث :-

يهدف البحث الى :

- 1- اعداد منهاج مقترح باستخدام التصور العقلي والادراك الحس - حركي لذوي السيادة المخية في تعلم واحتفاظ مهارتي الضرب الساحق وحائط الصد بالكرة الطائرة.
- 2- التعرف على تأثير المنهاج المقترح المستخدم للتصور العقلي والادراك الحس - حركي لذوي السيادة المخية في تعلم واحتفاظ مهارتي الضرب الساحق وحائط الصد بالكرة الطائرة.

### 1-4 فرضا البحث :

- 1- هناك فروق معنوية ذات دلالة احصائية لتأثير المنهاج المقترح باستخدام التصور العقلي والادراك الحس - حركي والمنهاج المتبع لذوي السيادة المخية بين الاختبارات

القبليّة والبعديّة في تعلم مهارتي الضرب الساحق وحائط الصد بالكرة الطائرة ولصالح الاختبارات البعديّة.

2- هناك فروق معنوية ذات دلالة إحصائية في تأثير المنهاج المقترح باستخدام التصور العقلي والادراك الحس - حركي والمنهاج المتبع لذوي السيادة المخية في الاختبارات البعديّة لتعلم واحتفاظ مهارتي الضرب الساحق وحائط الصد بالكرة الطائرة.

### 1-5 مجالات البحث :

1-5-1 المجال البشري : عينة من طلاب السنة الدراسية الثانية في كلية التربية الرياضية جامعة ديالى للعام الدراسي (2012 - 2013)

1-5-2 المجال الزمني : للمدة من 21 / 1 / 2013 ولغاية 1 / 9 / 2013

1-5-3 المجال المكاني: القاعة الداخلية للكرة الطائرة كلية التربية الرياضية/ جامعة ديالى

### 1-6 تحديد المصطلحات :

\* **التصور العقلي** : "محاولة استرجاع الاحداث او الخبرات الحسية السابقة او بناء صورة جديدة لحدث جديد وتكرارها اكثر من مرة".<sup>(1)</sup>

\* **الادراك الحس - حركي** : "الاساس الذي يبنى عليه اكتساب واتقان الاداء من خلال تقدير وتوقع المعلومات الحركية والقدرات البدنية بناء على الخبرات السابقة".<sup>(2)</sup>

\* **السيادة المخية النصفية** : "النشاط الذي يعتمد على استخدام النصف الايمن او الايسر او كليهما معا اذ ان كل نصف يقوم بوظائف معينة".<sup>(3)</sup>

\* **الاحتفاظ**: "القدرة على التذكر واسترجاع المعلومات".<sup>(4)</sup>

(1) فرات جبار؛ تأثير استخدام اساليب متنوعة للتدريب العقلي في النواحي المعرفية والمهارية والخطية بكرة القدم، (اطروحة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد 2001) ص40

(2) انتصار يونس؛ السلوك الانساني : ( القاهرة :دار المعارف ، 1978 ) ص25

(3) Torrance . P.E & Rockentein , 2.L : Some Evidence Regarding Development Off Certral Laterailzation – percetual And Motor Skill .1987.pp.261 – 262

(4) يعرب خيون؛ التعلم الحركي بين المبداء والتطبيق : ( العراق : بغداد ، دار الكتب والوثائق ، 2010 ) ص53.

## 2-الدراسات النظرية والدراسات المشابهة:-

## 2-1 الدراسات النظرية:-

## 2-1-1 مفهوم التصور العقلي:-

بعد التدريب على الاسترخاء العضلي والعقلي يأتي التصور العقلي او المراجعة العقلية ويستخدم التصور لغرض تحسين الاداء عن طريق مراجعة المهارة عقليا ويتضمن ذلك التخلص من الازخاء بتصوير الاسلوب الصحيح للأداء الفني، وهي محاولة " استرجاع الاحداث او الخبرات السابقة او بناء صورة جديدة لحدث جديد "(1) وكما عرفه (محمد العربي 2001) " هو عبارة عن انعكاس المظاهر التي سبق الفرد ادراكها وبيداء بالأجزاء ثم بالكليات. " (2)

كما ذكر ( اسامة كامل راتب 1991) " فهو عبارة عن قدرة اللاعبين على ان يستحضروا في ذهنهم او ان يتذكروا احداثا او خبرات سابقة ، او ان يستحضروا احداثا او مواقف لم يسبق حدوثها من قبل."(3)

و عرفه ( حامد سليمان حمد ) " هو مجموعة المعلومات التي يمتلكها الفرد عن خط سير حركات معينه والتي يمكن تنشيطها واستدعاؤها قبل او خلال الاداء او بعد الانتهاء منه بدرجات وضوح مختلفة "(4)

وعرفه ( محمد حسن علاوي) بانه "مهارة نفسية او مهارة عقلية يمكن تعلمها واكتسابها فهو وسيلة عقلية او اداء عقلي يمكن من خلاله برمجة عقل اللاعب الرياضي لكي يستجيب طبقا لهذه البرمجة، فالتصور العقلي في الرياضة يعني ان اللاعب يفكر بعضلاته."(5)

(1) فرات جبار ؛ مصدر سبق ذكره ، 2001،ص40

(2) محمد العربي شمعون ؛التدريب العقلي في المجال الرياضي : ( القاهرة ، دار الفكر العربي ، 2001) ص207

(3) اسامة كامل راتب ؛ علم النفس الرياضي مفاهيم – تطبيقات : ( القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1997 ) ص208

(4) حامد سليمان حمد ؛ علم النفس الرياضي ، ط1 : ( العراق ، بغداد دار الكتب والوثائق ، 2012 ) ص395

(5) محمد حسن علاوي ؛ علم نفس التدريب والمنافسة الرياضية: .( القاهرة ، دار الفكر العربي ، 2002 ) ص248

وقد توصل (Martenz, 1987) الى ان التصور الصحيح للمهارة الحركية ينتج عنه استجابات عصبية عضلية مماثلة للاستجابات الفعلية اذ تؤدي عملية التصور هذه الى ارسال اشارات عصبية من الجهاز العصبي الى العضلات لتنفيذ المهارة. (1)

اما (Cox1994) فيشير الى ان الجهاز العصبي المركزي يمكن ان يستخدم التصور العقلي لتوفير التكرار الفعلي ، حيث يقوم الفرد بعملية العرض المتتابع للمهارة الحركية واعادة هذا العرض ومحاولة تعديل المسارات الصحيحة. (2)

وهناك خطوتان متتاليتان في هذا الجانب وهما الوضوح والذي يرتبط بواقعية الصورة ونقائها من خلال التقدير الشخصي للفرد ، ويزداد الوضوح بزيادة تكرار الصورة . اما الخطوة الثانية فهي مبدأ التحكم في الصورة والذي يرتبط بقدرة الفرد على ادخال بعض التحسينات والتغيرات على الصورة المخزونة في الدماغ. (3)

وقد اشار (هاريس واخرون 1987 Haris) الى ان التصور العقلي يتضمن استدعاء او استحضار او استرجاع الذاكرة للاشياء او المظاهر او الاحداث المخترنة من واقع الخبرة الماضية ومن ناحية اخرى لا يقتصر التصور فقط على مجرد استدعاء او استرجاع او استحضار هذه الخبرات وانما يعمل على انشاء واحداث افكار وخبرات جديدة أي ان الفرد لا يسترجع في الذهن او العقل الخبرات القديمة فقط وانما يمكن ان يتناوله بالتعديل والتغيير وانتاج صور وافكار جديدة أي يتوقع او يتصور اشياء او مظاهر او أحداث مستقبلية أو قد يكون مبتكرا أو مبدعا يبتكر ويبدع أفكار وصورا جديدة لها معنى يمكن ان تتحقق وتصبح واقعية. (4)

ويعرف إجرائيا من قبل الباحثة بأنها الصورة او المعلومات التي تتكون من خلال النظر والسمع للحركة وتبقى في الدماغ ويمكن استدعائها عند الحاجة .

(1) Martenz, pusing mental Imagary to enhance intrinsic mothation journal of sport and exercise psychology : No.17,1987, pp,54-56

(2) يعرب خيون ؛ مصدر سبق ذكره ، 2010، ص157

(3) يعرب خيون ، مصدر سبق ذكره ، 2010 ، ص 157

(4) محمد حسن علاوي ؛ مصدر سبق ذكره ، 2002، ص248-249

## 2-1-1-1 النظريات المستخدمة للتدريب العقلي:-(1)

هنالك عدة نظريات استخدمت في مجال التدريب العقلي ومن هذه النظريات :

### 1- النظرية الافتراضية (Proposition Theory) :-

يفضل المنظرون في التصور العقلي استعمال الافتراضية او الشبكة الافتراضية ، وترى هذه النظرية ان المعلومات تتضمن تصورات مبنية على معلومات سابقة تم وضع رموز لها في الذاكرة في شكل ملخص اكثر من رسومات محددة منفصلة او صورة عقلية لمهارة او استجابة . وان هذه النظرية يطلق عليها عادة (العرض) وتعتبر هذه النظرية هي الاكثر شيوعا لانها تعرضت للنقد حول ما اذا كانت الذاكرة الانسانية افتراضية بحتة او من الممكن ان توجد في شكل ثلاثة رموز متصلة ( ملخص وافتراضية، لفظية، مرئية ) .

### 2- نظرية الرمز الثنائي (Dual code theory) :-

تقوم فكرة هذه النظرية على ان المعلومات تتم اعادة عرضها من الذاكرة عن طريق شكلين اما (لفظي او مرئي ) ونظام الذاكرة اللفظية يقوم على تجزئة المعلومات ذات الرموز من الاصل السمعي او المنطوق مثل وحدات اللغات ، من امثلة الصور السمعية في المجال الرياضي الصوت الذي يسمع عند اتصال المضرب مع الكرة في لعبة التنس الارضي او تنس الطاولة او الضربة الساحقة في الكرة الطائرة ، اما نظام الذاكرة المرئية فيقوم على تخزين المعلومات المرتبطة بالتكوين او العلاقات المكانية .

### 3- نظرية معالجة المعلومات النفس فسيولوجية للانج :-

#### (Lang's Psychophysiological Information processing Theory):

وضع هذه النظرية (Lang peter) بهدف تفهم الكم الهائل من البحوث حول الخوف المرضي واضطرابات القلق التي ترتبط مع الجانب النفس فسيولوجي للتصور العقلي ، وبالرغم من ان هذه النظرية بدأت في المجال الطبي العلاجي الا انها استعملت نموذجا لمعالجة المعلومات في التصور العقلي بشكل عام ، وتبدء النظرية بالفرض القائل ان الصورة ما هي الا تنظم وظيفي لمجموعة محددة من الافتراضات المخزونة في العقل وتتضمن وصف الصورة من خاصيتين اساسيتين هما :-

(1) حامد سليمان حمد ؛ ، مصدر سبق ذكره ، 2012، ص405-408

- أ- مثيرات افتراضية تشير الى وصف المحتوى ( السيناريو ) المراد تصويره .  
 ب- استجابات افتراضية تشير الى وصف الاستجابة لهذا المحتوى .

#### 4- نظرية الرموز الثلاثة لأسين : ( Ahsen's Triple – code Theo ry ) :-

تعد نظرية ( اسين 1984 ) لتفسير عملية التصور العقلي اكثر تطورا، اذ اضاف بعد جديدا وهو معنى الصورة لدى الفرد وهو ما اغفلته نظرية لانج . ويتضمن هذا الانموذج الرموز الثلاثة الاتية :

##### أ- الصورة :-

وهي استثارة حسية حركية تحتوي على جميع الجوانب الحسية وهي داخلية في واقعها الا انها تمثل العالم الخارجي بدرجة حسية واقعية تساعد الفرد على التعامل مع الصورة كما لو كان يتعامل مع العالم الحقيقي .

##### ب- استجابة حسية :-

وتعني ان عملية التصور العقلي تحدث تغيرات نفس فسيولوجية في الجسم كما وصفها لانج .

##### ج- المعنى :-

هو معنى الصورة أي ان كل صورة لها معنى عند الفرد ، اذ ان كل فرد يسترجع خبرته الخاصة اثناء عملية التصور العقلي ، وبناء على ذلك فان الناتج من الخبرات التصورية لن يتطابق في حالة ما اذا تم تقديم التعليمات نفسها عن تصور مهارة محددة الى اثنين من اللاعبين .

#### 2-1-1-2 انماط التصور العقلي :- (1)

يقسم التصور العقلي الى قسمين رئيسيين هما :-

##### 1 - التصور العقلي الخارجي ( External Imagery ) :-

تعتمد فكرة التصور العقلي الخارجي على أن اللاعب يستحضر الصورة الذهنية لأداء شخص آخر لمثل لاعب متميز أو بطل رياضي . فكأن اللاعب وهو يستحضر الصورة الذهنية يقوم بمشاهدة شريط سينمائي أو تليفزيوني وفي هذا النوع يستحضر

(1) حامد سليمان حمد ؛ مصدر سبق ذكره ، 2012، ص402

الرياضي الصورة الذهنية كما هي: فعلى سبيل المثال: لاعب التنس الذي يستخدم التصور الذهني من المنظور الخارجي لأداء مهارة الإرسال فإنه لا يشاهد فقط ( وقفة الاستعداد ، حركة لف الجذع - مرجحة الذراعين ، المتابعة ) وإنما يشاهد كذلك حركة رأس وظهر اللاعب والجمهور وكل ما هو موجود في الصورة لأنه ينظر من موقف متفرج. "وهو طريق تصور الحركة التي يتم تجربتها عندما يسجل على شريط فيديو ويتم عرضها على الشخص".<sup>(1)</sup>

## 2-التصور العقلي الداخلي Internal Imagery :-

تعتمد فكرة التصور العقلي الداخلي على أن اللاعب يستحضر الصورة الذهنية لأداء مهارات أو أحداث معينة سبق ان اكتسبها أو شاهدها أو تعلمها فهي عادة نابعة من داخله وليس كنتيجة لمشاهدته لأشياء خارجية وفي هذا النوع من التصور العقلي ينتقى الرياضي ما يريد مشاهدته عند تنفيذ المهارات المعينة . فعلى سبيل المثال : فإن لاعب التنس الذي يستخدم التصور العقلي من المنظور الداخلي لأداء مهارة الإرسال يمكنه أن يوجه وينتقى ما يريد مشاهدته في الصورة الذهنية فهو يرى منافسة ، يتابع قذف الكرة وفي الوقت نفسه لا يرى حركة الرأس أو حركات القدمين او أي شيء اخر خارج نطاق الرؤية العادية .

"هو طريقة تصور الحركة ومحيط ادائها التي يتم تجربتها عندما يقوم الفرد بأداء الحركة بدنياً".<sup>(2)</sup>

## 2-1-1-3 نماذج التصور العقلي :-

يذكر طارق ضايح عن ( اسامة كامل راتب 1997) بأن نماذج التصور العقلي هي :-<sup>(3)</sup>

<sup>(1)</sup>Schmidt,A.Richard,Graig A .Wrisbery:Motor Learning and performance,second Edition,Human Kinetics,2000,p223

<sup>(2)</sup>Schmidt,A. Richard :Op. Cit, 2000, P223

<sup>(3)</sup> طارق ضايح محمد العزاوي ؛ تأثير تمارينات التصور العقلي المصاحب للاداء المهاري في تطوير تركيز الانتباه ومهارة الارسال الساحق والاحتفاظ بها في الكرة الطائرة : (رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة ديالى ، 2008) ،ص29

## 1- تصور نموذج الاداء : -

وذلك بتصور اللاعب لأداء مثالي ( نموذج ) يقوم به لاعب اخر مميز .

## 2- تصور افضل مستوى للأداء :-

يتم ذلك بتصور افضل اداء سبق وان حققه اللاعب ، ولاتكون الصورة الذهنية للأداء ككل ، وانما تخص الصورة مهارة محددة سبق اداؤها بإتقان .

## 3- تصور الزمان والمكان الصحيحين للأداء : -

وجد ان ممارسة اللاعب خطوات الاداء الاساسية للتصور ان تستحضر الصورة الذهنية لا دائه السابق بهدف اكتساب الشعور العام للأداء الجيد ، ويتحقق ذلك بتصور افضل الظروف ملائمه من حيث المكان والزمان . وهنا يجب التركيز على هذا الشعور من حيث ماذا يفعل ، واين مكان الاداء ؟ ومع من يكون هذا الاداء .

## 4- التصور اخطاء الاداء للتخلص منها :-

يحتاج اللاعب في بعض الاحيان الى استدعاء الصورة الذهنية لأداء مهارة حركية لغرض البحث عن الاخطاء ومحاولة التخلص منها ويمكن ان يتم ذلك من خلال استحضار الصورة الذهنية للمهارات الحركية مرات عدة من زوايا مختلفة وفي مواقف متباينة مع التركيز على معرفة نواحي القصور في الاداء.

2-1-1-4 مبادئ التصور العقلي:-<sup>(1)</sup>

هناك مجموعة من مبادئ التصور العقلي هي :-

## 1- التصور العقلي للأداء ونتائجه : -

يجب على اللاعب ان يتصور كلا من اداء المهارة الى جانب نتائج الاداء ، ففي ارسال التنس الطاولة يجب تعليم اللاعب كيفية التصور العقلي ليس فقط للأرسال ككل ولكن في وضع الكرة المرجحة الكلية للذراع وطيران الكرة واتصال المضرب مع الكرة ، وكذلك مكان اسقاط الكرة .

(1) عبد الستار جبار الضمد ؛ فسولوجيا العمليات العقلية في الرياضة ، ط1: (عمان ، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ، 2000 ) ص 200-202

**2- الانتباه الى التفاصيل :**

يكون التصور العقلي افضل كلما كانت التفاصيل اكثر وضوحا، فلاعب كرة اليد يجب ان يضع في الاعتبار عند استعمال التصور العقلي كلا من الاضاءة وسطح الملعب ودرجة الحرارة وغيرها من التفاصيل التي تؤثر على ذلك التصور اذ كلما زاد التركيز على تفاصيل المهارة كلما كان التصور اكثر فعالية في التأثير على مستوى الاداء .

**3- التركيز على الايجابيات :**

يجب ان يكون تركيز التصور العقلي على الاداء الناجح ، لان ذلك يدعم العلاقة بين المثير والاستجابة ويعمل بالتالي على الارتقاء بمستوى الاداء.

**4- التصور العقلي للمهارة ككل :**

يجب ان يكون التصور العقلي للمهارة في اطرها ككل وليس التركيز على جزء من اجزاء المهارة لان المهارة يتم التحكم بها بواسطة البرنامج الحركي لجميع اجزاء المهارة

**5- التصور العقلي قبل الاداء مباشرة :-**

يجب على اللاعب استعمال المهارات التصورية لاسترجاع المهارة على الاقل مرة واحدة قبل الاداء مباشرة ، ويعتمد عدد مرات الاسترجاع على طريقة اللاعب الخاصة وطبيعة النشاط الممارس.

**6- التصور العقلي في نفس سرعة الاداء :-**

يجب ان يكون التصور العقلي في نفس سرعة الاداء المهاري ، وعادة ما يميل اللاعب الى اداء التصور العقلي في صورة اسرع من الاداء المهاري ، فان ممارسة الاداء المهاري في سرعته المثالية يساعد اللاعب على تعلم التوقيت السليم للمهارة .

**7- التصور العقلي لمدة قصيرة من الوقت :-**

يؤدي التصور العقلي لمدة وجيزة من الوقت الى تحقيق نتائج ايجابية وبالمقابل يواجه اللاعب صعوبات عند محاولة الاحتفاظ بالتركيز لمدة طويلة من الوقت.

## 2-1-1-5 الوقت الملائم للتصور العقلي :- (1)

هل يكون التمرين العقلي في أي وقت ؟ وهل خلال المدة الفاصلة بين التمرينات البدنية ؟ ام يكون التمرين العقلي اكثر فاعلية بعد محاولة التمرين مباشرة او في النقطة التي تفصل بين محاولات التدريب او قبلها ؟ وفي الدراسات السابقة التي اجريت تم استخدام التمرينات العقلية في اوقات مختلفة خلال المدة الفاصلة بين دورات التمرين مع التوصل الى نتائج ايجابية قوية بغض النظر عن الوقت الذي تمت فيه التمرينات العقلية ، وهكذا يبدو ان هذا الشكل من التمرين يمكن ان يكون فعالا في أي وقت بين التمرينات

## 2-1-1-6 اهمية التصور العقلي :- (2)

1- ساعد في وصول اللاعب الى افضل ما لديه في التدريب او المنافسة ، وذلك من خلال الاستعمال اليومي للتصور العقلي في توجيه ما يحدث لاكتساب وممارسة وتطور المهارات الحركية .

2- يبدأ التصور العقلي بالتفكير في الاهداف واستراتيجيات الاداء المطلوبة في المنافسة ومن خلال الممارسة والاستمرار في التدريب على التصور العقلي يتم الوصول الى الدرجة التي يمكن فيها الحصول على الاحساس المصاحب واسترجاع كافة الخبرات السابقة.

3- يساعد اللاعب على تصور الاداء الجيد مباشرة قبل الدخول الى المنافسات ، فلاعب القفز العالي يسترجع النظر فوق العارضة وكيفية عبورها .

4- يسهم في استعداد الاحساس بالأداء الأمثل وتركيز الانتباه على المهارة الدقيقة الاخيرة الباقية على الانطلاق لتحقيق الاهداف .

5- يصبح التصور العقلي ذا نفع كبير بعد الاداء الناجح وخاصة عندما تسمح طبيعة التنافس مثل ذلك تتابع المحاولات في مسابقة الوثب والرمي او في السباحة والعباب القوى ، اذ تعمل على تأكيد الخبرة ومتابعة الابعاد الناجحة للأداء .

6- استبعاد التفكير السلبي واعطاء المزيد من الدعم في الثقة بالنفس وزيادة الدافعية وبناء انماط الاداء الايجابي وتحقيق الاهداف .

(1) وجيه محبوب ؛ التعلم وجدولة التدريب : ( بغداد، مكتب العادل للطباعة الفنية ، 2000 ) ص 192

(2) عبد الستار جبار الضمد ؛ مصدر سبق ذكره ، 2000، ص 199

## 2-1-1-7 الفرق بين التدريب العقلي والتصور العقلي :-<sup>(1)</sup>

تم استعمال مصطلح التدريب العقلي (Mental Training) بطريقة مرادفة لمصطلح التصور العقلي (Imagery Training) في علم النفس الرياضي ، ولكن من الواجب الفصل بينهما ، اذ ان التصور العقلي يرجع الى العمليات العقلية الذي وصفه ( Heil ) بانه نمط التفكير ، في حين ان التدريب العقلي مصطلح وصفي يمثل الاستراتيجيات التي يستعمل فيها التصور العقلي في محاولة لتطوير الاداء الرياضي . وعلى سبيل المثال فان التدريب العقلي لمهارة الارسال في رياضة التنس يتم من خلال قيام اللاعب بالخطوات الآتية :-

- التفكير في الارسال.

- الحديث الذاتي مع النفس عن خطوات الارسال .

- تصور لاعب محترف يؤدي ضربة ارسال مثالية .

- تصور ارسال قوي سبق أداءه بطريقة ناجحة .

إن محتوى التدريب العقلي هو تمثيل التصور العقلي للمهارة ، لذا فقد يتضمن التدريب العقلي ابعاد اخرى ، ولهذا كان التصور العقلي يمثل الوسيلة التي من خلالها يتم انجاز اهداف التدريب العقلي . ان الفصل بين التدريب العقلي والتصور العقلي يتضمن القدرة على استدعاء الصورة فقط ، في حين ان التدريب العقلي يتضمن الياحائية في الصورة وان التصور العقلي هو المرحلة الاولى من التدريب العقلي حيث الحاجة الى تعلم تثبيت الصورة قبل الاسترجاع العقلي لها.

## 2-1-2 الاحساس :-

الإحساس هو شعور نفسي أولي يلي انتقال الأثر العصبي من الأطراف إلى الدماغ، ويعد الخطوة الأولى للأدراك السليم " فالإحساس هو الأثر النفسي الذي ينشأ مباشرة من

(1) حامد سليمان حمد ؛ مصدر سبق ذكره ، 2012، ص408-409

انفعال حاسة او عضو حساس ، او هو الاثر النفسي الذي يحدث في الجهاز العصبي نتيجة لمنبه (مثير)<sup>(1)</sup>

فالمثيرات تصل الى اعضاء الحس (المستقبلات ) ،تقوم الاعصاب الحسية بنقل السيالات العصبية الحسية الى المركز العصبي ، الذى يقوم بدوره باعطاء الاوامر الى اعضاء الاستجابة ( العضلات ، والغدد).

ويعرفه ( عبد الستار ضمّد ) " بالعملية النفسية لانعكاس الخصائص المفردة للأشياء الخارجية وكذلك الحالات الداخلية للفرد التي تتشابه بسبب التأثير المباشر لمؤثرات مادية في اعضاء الحواس المطابقة "<sup>(2)</sup>

وعرفه ( علي الامير 2002 ) بان "الاحساس استجابة شعورية واعية للأحداث الخارجية والداخلية أي انه الاثر النفسي الناتج عن تنبيه أية حاسة سواء كانت داخلية او خارجية "<sup>(3)</sup>

"فالاحساس هو العملية المعرفية الاولى والاستجابة الاولى لعضو الحس تقوم على استقبال المعلومات من خلال اعضاء الحس ، وفيها يتعرف الفرد على الخصائص الفردية للأشياء او الاحداث التي تحصل في العالم المحيط بهاو نتيجة للتغيرات الداخلية "<sup>(4)</sup>

ويعرف اجرائيا من قبل الباحثة بأنه عملية فسيولوجية ونفسية يتأثر فيها عضو الحس بالمؤثرات الداخلية والخارجية ويعمل على نقل هذه التأثيرات او الاشارات الى مراكز الاعصاب في الدماغ عن طريق الاعصاب بشكل عام ومن الناحية الرياضية فأن الاحساسات مهمة في المجال الرياضي لان كلما كان اللاعب لديه قدرة عالية على الاحساس كلما ساعد ذلك في تطوير مستوى الاداء لديه .

(1) عبد الله عبد الحى موسى ؛ المدخل الى علم النفس، ط3 : ( القاهرة ، مكتبة الخانجي ) ص299-300

(2) عبد الستار جبار الضمد ؛ مصدر سبق ذكره ، 200،ص22

(3) علي الامير ؛ فلسفة النفس ، ط1 : (بغداد ، دار الشؤون الثقافية ، افاق عربية ، 2002) ص146

(4) طلعت منصور واخرون ؛ اسس علم النفس العام : (القاهرة ، مكتبة الانجلو مصرية ، 1989 ) ص484

## 2- 1- 1-2-1 أنواع الاحساسات المرتبطة بالنشاط الرياضي: -

تذكر وسن جاسم عن ( عمرو حسن )<sup>(1)</sup> بان هناك اربعة انواع من الاحساسات المرتبطة بالنشاط الرياضي وهي ما يأتي :

**1- الاحساس الحركي** : يعد الاحساس العضلي الحركي من أهم أنواع الاحساسات في النشاط الرياضي ، وتتكون مستقبلات الاحساس العضلي الحركي من عدد هائل من عناصر الاعصاب الحسية التي تكون موجودة تحت أسطح العضلات والمفاصل ، فكل انسان سليم يستطيع أن (يغمض عينيه) ويلمس إذنه أو أنفه أو أي جزء آخر من أجزاء جسمه بدرجة عالية من الدقة.

**2- الاحساس بالتوازن** : يعتمد هذا الاحساس على جهاز حفظ التوازن الموجود في الاذن الداخلية ، إذ يمكننا من عزل الاحساسات جميعها ، فالإحساس بالتوازن يمكننا من معرفة ما إذا كنا واقفين كالمعتاد أو مقلوبين.

**3- الاحساس اللمسي** : تتكون مستقبلات الاحساس اللمسي في نهايات الضفائر العصبية المتراكمة حول بصيلات الشعر في الجلد، وتنتشر بصورة غير منتظمة بحيث تساعد على معرفة طبيعة الاشياء وادراكها من حيث المرونة والصلابة والسيولة وذلك بملامسة هذه الاشياء سطح الجلد .

**4- الاحساس البصري** : تؤدي العينان دور المستقبل للإحساس البصري الذي له دور رئيس في النشاط الحركي، إذ يشارك في جميع انواع الاحساسات الاخرى في ادراك طبيعة الاداء الحركي وفهمه، ومطابقته ظروف النشاط واوضاعه ، وتساعد اللاعب على فهم كل المهارات التي يقوم بها.

## 2- 1- 2-2 مفهوم الادراك:-

يمكن أن نتعرف على اغلب الاشياء في عالمنا الخارجي عن طريق حواسنا ، فهي الطريق الذي من خلاله يمكن للكائن الحي التوافق مع الاستجابات المناسبة والمختلفة في المحيط الذي يعيش فيه ، فحين تقع على حواسنا ( السمع والبصر واللمس والشم والذوق

(1) وسن جاسم محمد ؛ الادراك الحس - حركي وعلاقة بدقة اداء بعض المهارات الاساسية في الكرة الطائرة : ( رسالة ماجستير ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، 2002 ) ، ص 11

مؤثرات من العالم الخارجي ، فأنا نحس بها ومن ثم ندرك معنى هذه الاحساسات ومصدرها ، فمثلا عند سماعنا صوتاً معيناً سوف ندرك في الوقت نفسه أنه صوت كرة تضرب الارض ، أذ أننا في " عملية الادراك نقوم بتفسير الاحساسات وذلك عن طريق المعلومات الموجودة والمخزونه في الذاكرة، وكذلك نتيجة المواقف و الخبرات السابقة في هذا الموقف ، يمكن للاعب من خلال الادراك يمكن تحديد المكان المناسب لاستقبال الكرة وكيفية ضربها وكيفية تمريرها وغيرها من المواقف المختلفة في اللعب. "(1)

" ويتضمن الادراك تفاعل المعلومات المتعرف عليها بواسطة الحواس مع المعلومات الموجودة في الذاكرة ، والخبرات الادراكية الواسعة التي تسهم في انتقاء نماذج من الخبرات السابقة التي اكتسبها الفرد لاستخدامها في المواقف التي يمر بها"(2)

اما (وجيه محجوب) بانه "عملية عقلية عليا تشتمل على عمليات عدة ، وتعتمد على الانتباه والتركيز لتعزيز تفسير المعلومات وتوضيحها لاختار البرنامج الحركي المناسب"(3).

ويرى وجيه محجوب نقلا عن ( Singer 1980 ) ان الادراك هو تفاعل عدة احساسات في وقت واحد ، وان التمييز او التفريق بين الاحساس والادراك يمكن ان يساعدنا على فهم هذه الاصطلاحات بصورة افضل ، فالاحساس معناه استلام المثير بينما الادراك معناه تفسير المثير. "(4)

ويعرف الادراك ايضاً بأنه " تلك العملية العقلية التي تفسر الاثار الحسية الواردة الى المخ مع اضافة معلومات وخبرات سابقة ، وتسمى الاثار الحسية بعد تأثير المخ بها وفهمها ادراكات. "(5)

(1) عبد العزيز عبد الكريم المصطفى ؛ التطور الحركي للطفل ، ط2 : ( عمان ، دار روائع الفكر للنشر والتوزيع ، 1996 ) ص 137

(2) مفتي ابراهيم حماد ؛ التدريب الرياضي الحديث (التخطيط وتطبيق وقبادة) ، ط1 : القاهرة ، دار الفكر العربي، 1998، ص227

(3) وجيه محجوب ؛ فسيولوجيا التعلم ، ط1 : ( عمان ، دار الفكر للطباعة والنشر ، 2002 ) ص153

(4) وجيه محجوب ( وآخرون) ؛ نظريات التعلم والتطور الحركي ، ط2 : ( بغداد ، دار الكتب للوثائق ، 2000 ) ص 41.

(5) Magill, Richard A; Motor Learning Concepts and Applications Iowa : ( Wm C. Brown publishers, 1985 ) p. 71

ويعرف اجرائيا بأنه العمليات العقلية التي من خلالها نتعرف على الاشياء الخارجية المحيطة بنا بعد ما نحس بها من خلال المثيرات وتعالج وتفسر مع ما يمتلكه من خبرات سابقة للوصول الى صورة كاملة وواضحة للمهارة المراد تعلمها.

## 2-1-2-3 المدركات الخاصة بالكرة الطائرة :-

ترتبط كرة الطائرة بأنواع عديدة من الادراكات التي تساعد على تتميتها وتطويرها بالتدريب ، واهم هذه الادراكات هي (1):-

### 1- ادراك الاحساس بالكرة :-

إن الكفاءة الفنية للاعبين في العاب الكرات ( كرة القدم ، كرة السلة ، كرة يد ) تتأسس على دقة التحكم في الكرة ، وهذا يتطلب نوعا خاصا من الادراك يعرف بادراك الاحساس بالكرة وهذا الادراك يساعد اللاعب على توافق حركاته مع الكرة وخصائصها ، كما يسمح له من القدرة على السيطرة على الكرة وايقافها .

### 2- ادراك الاحساس بالزمن :-

وهي قدرة اللاعب على تحديد زمن اداء الحركة او اداء خططي معين ومن امثلة ذلك ادراك لاعب كرة الطائرة للمدة الزمنية لضرب الكرة ، وتعد مهمة اذ يتحتم على اللاعب ان يكون لديه احساس بزمن الذي تستغرقه الحركة ليتمكن من تحديد سرعة الاداء الحركي .

### 3- ادراك الاحساس بالمسافة :-

وهي قدرة اللاعب على تحديد المسافة التي يقطعها اثناء الاداء ، ثم قدرة على مسافة الجري او مسافة الوثب وكذلك قدرته على تحديد المسافة التي تفصله بينه وبين الزميل او اللاعب المنافس .

### 4- ادراك الاحساس بالقوة العضلية :-

وهي قدرة اللاعب على اظهار القدر المناسب من القوة العضلية اللازمة لاداء معين كإظهار اقصى قوة عضلية او اظهار قوة متوسطة او قليلة كما هو الحال عند تمرير الكرة للزميل على مسافات مختلفة او تصويب الكرة الى المرمى من ابعاد مختلفة .

### 5- ادراك الاحساس بالمكان :-

(1) عبد الستار جبار الضمد ؛ مصدر سبق ذكره ، 2000، ص 124- 125

قدرة اللاعب على تحديد مكانة اثناء الاداء الحركي وكذلك القدرة على ادراك العلاقة بين مكانة في اللعب ومكان الزملاء او اللاعبين المنافسين أي ادراك العلاقات المكانية في الاداء الحركي .

#### 6- ادراك الاحساس بالسرعة :-

قدرة اللاعب على ادراك سرعة الاداء، واما اذ كانت سريعة او بطيئة او متوسطة السرعة، وكذلك ادراك اللاعب لدرجة السرعة التي تنتقل بها الكرة او السرعة التي ينتقل بها الزملاء او اللاعبين المنافسين وكذلك ادراك انتقال اجزاء الجسم المختلفة المشتركة في الاداء الحركي.

#### 2-1-2-4 الادراك ( الحس - حركي ) :-

يمكن تعريف الادراك ( الحس - حركي) بأنه " عملية تنظيم المدخلة الحسية واعطائها معنى، وبذلك يخدم كوظيفة مهمة كدليل للسلوك"<sup>(1)</sup> وكذلك يمكن تعريفه بأنه " عبارة عن اثارة الاعضاء الحسية الموجودة في العضلات والاعصاب والمفاصل ، فهي تزود العقل بالمعلومات مما يجب ان تفعله اجزاء الجسم عند القيام بتنفيذ أي مهارة"<sup>(2)</sup> كما يعرفه ( نزار الطالب وكامل الويس 1993 ) هو " الحاسة التي تمكننا من تحديد وضع اجزاء الجسم وحالتها وامتدادها واتجاهها في الحركة وكذلك الوضع الكلي للجسم ومواصفات حركة الجسم ككل."<sup>(3)</sup>

ويمر الادراك الحس - حركي بأطوار مختلفة " إذ يبدأ بالنظرة الكلية الاجمالية ، بعد ذلك يبدأ المرء بتحليل الموقف وادراك العناصر المكونة له، والعلاقات القائمة بين اجزائه المختلفة أما الطور الثالث والاخير فيكون بإعادة تأليف الاجزاء بصورة موحدة والعودة الى النظرة الكلية مرة ثانية."<sup>(4)</sup>

كما وعرفه ( Forst, Reuben 1977 ) بأنه " ادراك مواقف الجسم وحركة اجزائه الناشئة من احساس العضلات والاورتار والمفاصل وخلاف ذلك من الخلايا."<sup>(5)</sup>

(1) وجيه محبوب ؛ 2002، مصدر سبق ذكره ، ص153  
(2) قاسم حسن حسين ؛ الموسوعة الرياضية والبدنية الشاملة في الالعاب والفعاليات والعلوم الرياضية ، ط1، : ( دار  
الطباعة والنشر والتوزيع ، 1998 ) ص841

(3) نزار الطالب وكامل الويس ؛ علم النفس الرياضي : ( بغداد، دار الحكمة للطباعة والنشر ، 1993 ) ص294

(4) عبد الستار جبار الضمد ؛ مصدر سبق ذكره ، 2000، ص22

(5) Forst, Rouben B: "physical concepts Applied to physical Education and coaching

وتعرفه الباحثة بأنه استجابة عقلية لمثيرات حسية ينتج عنها تنفيذ للمهارة المراد تعلمها.

## 2-1-2-5 علاقة الاحساس بالأدراك :-

هناك علاقة كبيرة ووطيدة بين الاحساس والادراك لان أي انعدام لحاسة من الحواس سيؤدي الى انعدام الموضوعات المرتبطة بها ، فالادراك يتم عن طريق الاحساسات التي تنقل عن طريق الاعصاب الى المخ والذي يؤدي الى حدوث هذه العملية التي نطلق عليها بالادراك ، فالبصر كحاسة من تلك الحواس التي تنقل موضوعات العالم الخارجي للمخ وبالتالي ادراكها يتم عن طريق سقوط موجات او حزمات ضوئية على العين، وهذه الموجات ما هي الا موجات ضوئية مجردة لا تحمل معنى في حد ذاتها ان الانسان يستقبل تلك المنبهات التي ترد له ويحسبها ويتزجمها الى معاني ومفاهيم وبذلك لايمكن ان نقول ان هناك ادراك بدون احساس او احساس بدون ادراك ذلك لان عملية التفسير لكل منهما يعتمد على الاخر ويكمله.(1)

ويذكر (عبد الله عبد الحي موسى) " ان التميز بين الاحساس والادراك يقوم على اساس ان الاحساس عبارة عن استجابة اولية لاعضاء الحس ، بينما الادراك عبارة عن الطريقة التي نفهم بها الموضوع لهذا التميز له اهمية من الناحية النظرية لكنه قليل الاهمية من الناحية العملية فالواقع انه لا يوجد انفصال بين الاحساس والادراك".(2)

ان الاحساس تشكل الاساس للادراك ، وقد اقترن الادراك لاحاسيس التي هي بالاساس ظاهرة اولية بسيطة لظاهرة الادراك أي ان الاحساس يسبق الادراك فالادراك يستمد فعاليته من الحواس التي تنقل المؤثرات من الاعصاب الى الحواس ومراكزها في الدماغ اذ تتم عملية الادراك.(3)

(1) نجاح مهدي شلش ، اكرم محمد صبحي محمود ؛ التعلم الحركي ، ط2، البصرة، 2000، ص 198-199.

(2) عبد الله عبد الحي موسى ؛ المصدر السابق ، ص 304

(3) وجيه محبوب واخرون ؛ مصدر سبق ذكره، 2000، ص 41

الاحساس يؤثر بدوره في الفعالية الشعورية على شكل ادراك فالادراك عبارة عن احساس مباشر ، ولكن يندر ان تجد ادراكا غير متأثر بالخبرة السابقة ( الاحساسات المتذكرة ).<sup>(4)</sup>

يعرف اجرائيا من قبل الباحثة بأنه استقبال للمعلومات الداخلة والخارجه عن طريق الحواس من خلال ادراكها وتحليلها وفهمها للوصول الى رد فعل حركي.

## 2-1-2-6 كيف يحدث الادراك الحس - حركي :-

تذكر ( نعيمة زيدان خلف ) نقلا عن (محمد صبحي حسنين واخرون 1997) " ان عملية الادراك الحس - حركي تعتمد على كل من النظام الحسي والمخ ، فالنظام الحسي يكتشف المعلومات ويحولها ( ينقلها ) الى نبضات عصبية ، ويجهز بعضها ويرسل معظمها الى المخ عن طريق الانسجة العصبية ، اذ يؤدي المخ الدور الرئيس في تجهيز المعلومات الحسية".<sup>(1)</sup>

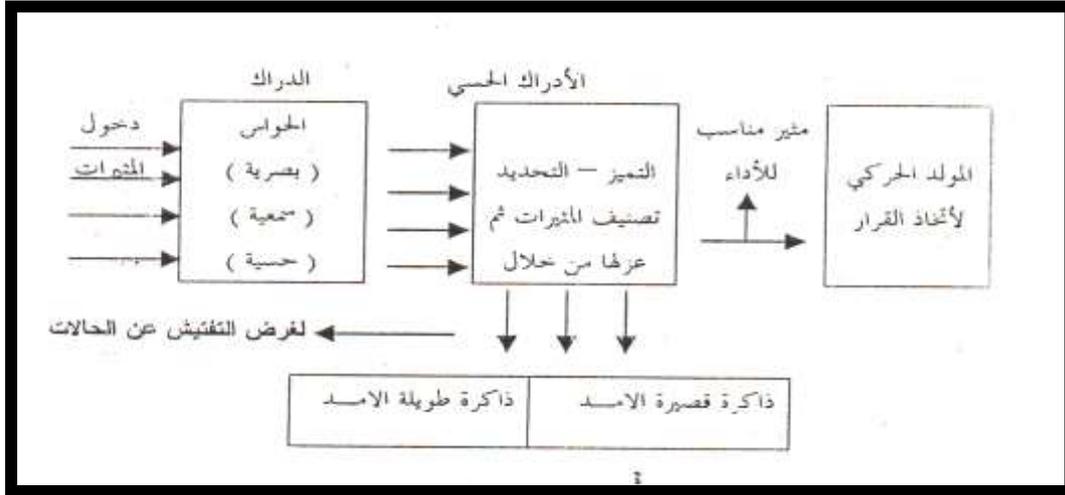
يستلم الانسان المثيرات عن طريق الحواس وبعد ان تدخل هذه المثيرات فان عمل الدماغ هو تحديد هذه المعلومات ثم تصنيفها وعزل ما هو ملائم للواجب الحركي لاتخاذ القرار باداء النشاط من خلال الابعاز العصبي وتتعرض هذه العملية لعدة تأثيرات فاحيانا يستلم عدة اشخاص نفس الاشارات ويخضعون لنفس ظروف اتصال المعلومات وعرضها ، ولكن يختلفون في مستوى الادراك لتلك المعلومات كما اكده ( Singer ) الى بعض العوامل الشخصية كطريقة الانتباه والادراك والتحفيز والخبرات السابقة والتطور والنضج.<sup>(2)</sup> كما موضح في الشكل (1)

(4) ابراهيم يوسف المنصور ؛ علم النفس العام، ط3 : ( جامعة بغداد ، 1981 ) ص87.

(1) نعيمة زيدان خلف ؛ منهج تدريبي للادراك الحس - حركي واثره في تطوير مستوى الاداء للمهارات الدفاعية بالكرة

الطائرة : ( رسالة ماجستير ، جامعة ديالى ، كلية التربية الرياضية ، 2003 ) ص16

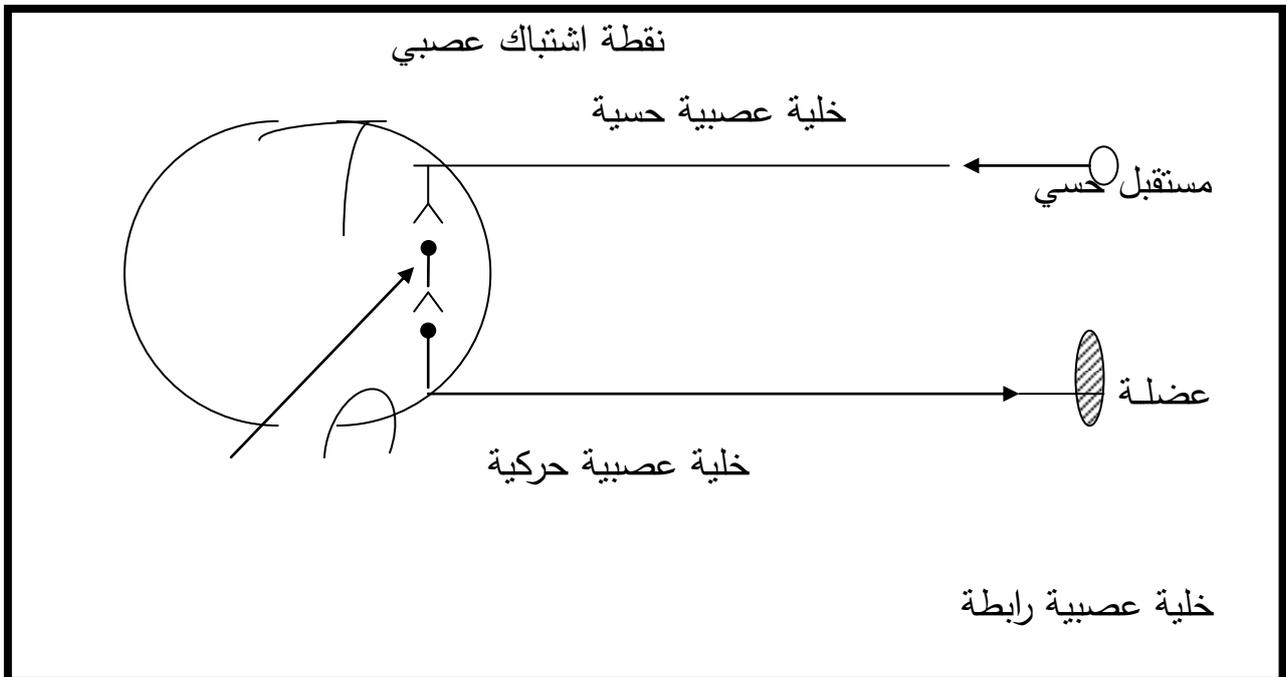
(2) وجيه محجوب ؛ المصدر السابق ، 2002، ص42



شكل (1)

## يوضح اليه عملية الادراك الحس - حركي

وتذكر ( ايمان حمد شهاب ) نقلا عن ( محمود عنان 1995 ) ان عملية الادراك الحس - حركي تحصل عن طريق فكرة القوس المنعكس البسيط ، التي يتلخص مفهومها بان المستقبل عضو الحس يقوم باستلام احدى المثيرات من البيئة ، ويتم نقل المعلومات والاشارات بواسطة الالياف العصبية ، عبر منطقة الارتباط العصبي ونحو الياف العصب الصادرة والمسؤولة عن استثارة الالياف العضلية ، ويحدث التحام منطقة الارتباط العصبي داخل الحبل الشوكي.<sup>(1)</sup> كما في الشكل (2)



(1) ايمان حمد شهاب ؛ برنامج مقترح في التربية الحركية لرفع مستوى القابلية الذهنية والادراك الحس - حركي عند الاطفال بعمر 4 - 5 سنوات : ( اطروحة دكتوراه ، جامعة بغداد - كلية التربية الرياضية ، 1998 ) ص 25 - 26

## شكل (2)

## فكرة القوس المنعكس البسيط

## 2-1-2-7 أهمية الإدراك الحس - حركي في لعبة الكرة الطائرة: -

يعد الإدراك الحس - حركي أحد أبعاد الأعداد النفسي المهمة للاعب الكرة الطائرة الحديثة، " إذ أن الحساسية الحركية للعضلات تعد المكون الرئيس في الإدراك الحس - حركي وتطوير هذه الصفة في العضلات الدقيقة في الكف يعد أمراً مهماً جداً للاعب الكرة الطائرة ، إذ أن اللاعب الجيد يفوق قرينه العادي بما يعادل مرتين ونصف في صفة الحساسة الحركية لعضلات الكفين بالذات ، وثبت أن الصفة الخاصة بالكفين تتفوق بمقدار ثلاثة أضعاف عند اللاعبين المعدين مقارنة بالمهاجمين".<sup>(1)</sup>

" للإدراك الحس - حركي أهمية كبيرة في الكرة الطائرة في التنفيذ الجيد للمهارات الرياضية المعقدة التي تحتاج الى نوعية خاصة من القوة فعندما تؤدي حركة الارتقاء للوثب فان ذلك يستدعي ان يكون الإدراك الحس - حركي حاضراً وقت الأداء ، والا الخطأ يكون واضحاً لعدم تركيز الكمية اللازمة من قوة انقباض العضلات المشاركة في الأداء السليم وتظهر الحاجة الى الإدراك الحس - حركي في القدرة على التمييز بين الأشياء البعيدة والأشياء القريبة".<sup>(2)</sup>

"فلاعب الكرة الطائرة يجب ان يضرب الكرة في مجال محدد مراعيًا بذلك ارتفاع الشبكة وارتفاع سقف القاعة وبعد اللاعبين واماكن توزيعهم في الملعب وبواسطة ادراك المكان يمكن حل الكثير من الواجبات المهارية والخطئية والادارك لآياتي فجأة، فان التجربة والممارسة السابقة والتكرار والخبرة الشخصية وكفاية الفرد وقدرته يطور الإدراك".<sup>(3)</sup>

(1) محمد صبحي حسنين وحمدى عبد المنعم ؛ الاسس العلمية للكرة الطائرة وطرق القياس والتقويم، ط1 : (القاهرة: مركز الكتاب للنشر، 1997) ص410.

(2) انتصار يونس ؛ مصدر سبق ذكره ، 1972، ص12

(3) فرات جبار سعد الله ؛ مفاهيم عامة في التعلم الحركي ط1: (جامعة ديالى ،كلية التربية الرياضية ،2008) ص112

ويعرف اجرائيا من قبل الباحثة بأن عملية الادراك الحس - حركي تعد من اهم المؤشرات المهمة لدى اللاعب في تحديد طريقة ادائه والتصرف الجيد الذي يتلاءم مع مواقف اللعب من تحديد سرعة الكرة واتجاهها وتقديرها سواء كانت الكرة متحركة او ساكنه.

### 2-1-3-3 السيادة المخية النصفية:-

#### 2-1-3-1-2 الدماغ ونصفية :-

يعد المخ العضو الاكثر تعقيدا في جسم الانسان وذلك من الناحية البنيوية والوظيفية ،اذ كل مكون من مكوناته يؤدي وظيفة مكملة لمكون اخر حتى تظهر الاستجابة كاملة ومتناسقة، يعد الدماغ مركز السيطرة والتحكم في جسم الانسان اذ يستقبل الرسائل القادمة من خلال الاعصاب المستقبلية ويقوم بأرسالها من خلال الاعصاب الناقلة الى جميع اجزاء الجسم ويقوم الدماغ ايضا بتفسير المعلومات وتكاملها واتخاذ القرارات المناسبة حولها وكذلك يعمل على تخزين المعلومات والتحكم في الكلام والبدء بالحركة ويؤثر على وظائف العديد من اجهزة الجسم "ويشكل الدماغ والحبل الشوكي ما يسمى بالجهاز العصبي المركزي"<sup>(1)</sup> والشكل (3) يوضح ذلك

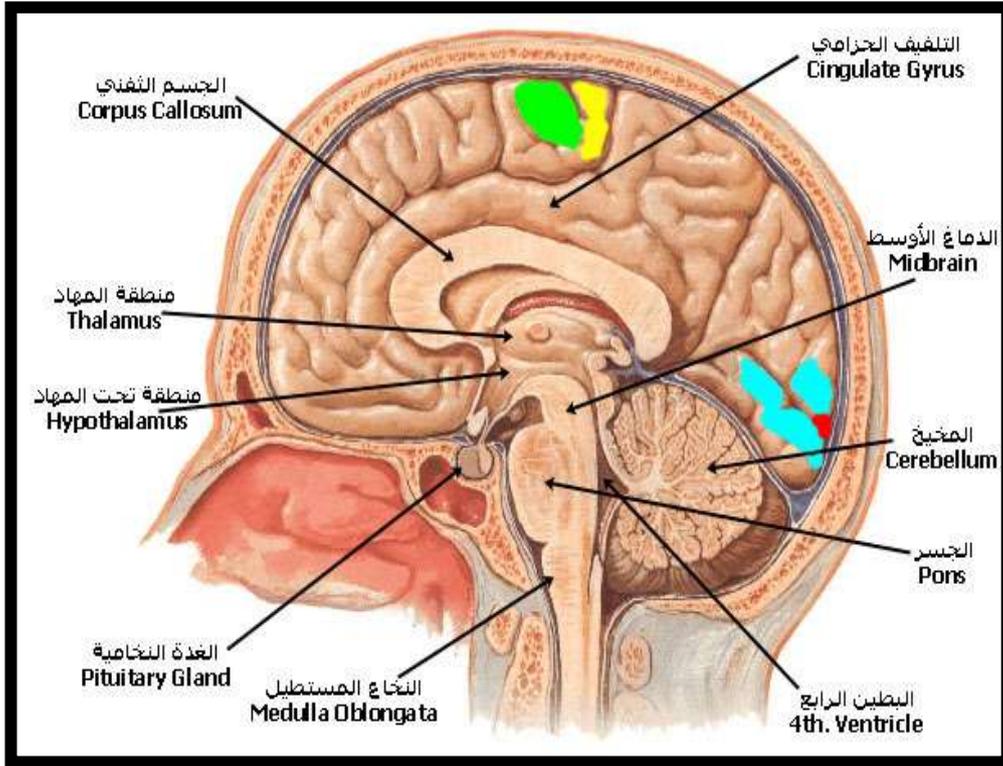


(1) محمد شهاب؛ تأثير تداخل إعمام البرامج الحركية والتدريب الذهني على وفق أسلوب التفضل السيطرة الدماغية في تعلم بعض المهارات بكرة السلة، أطروحة دكتوراه، الجامعة المستنصرية ، 2013، ص62.

## شكل (3)

## يوضح مكونات الجهاز العصبي

- ويذكر محمد شهاب نقلا عن ( البوريني 2002)<sup>(1)</sup> بأن دماغ الانسان يتكون من ثلاثة اقسام هي :-
- 1- الدماغ الامامي (المخ).
  - 2- جذع المخ والذي يتضمن : ( الدماغ الاوسط ، الجسر ، النخاع المستطيل ) .
  - 3- الدماغ المؤخري او الخلفي ( المخيخ ) .
- وهذه الاقسام مترابطة ومتعاونة مع بعضها على الرغم من ان وظيفة وحجم كل قسم يختلف بشكل كبير عن القسم الاخر .

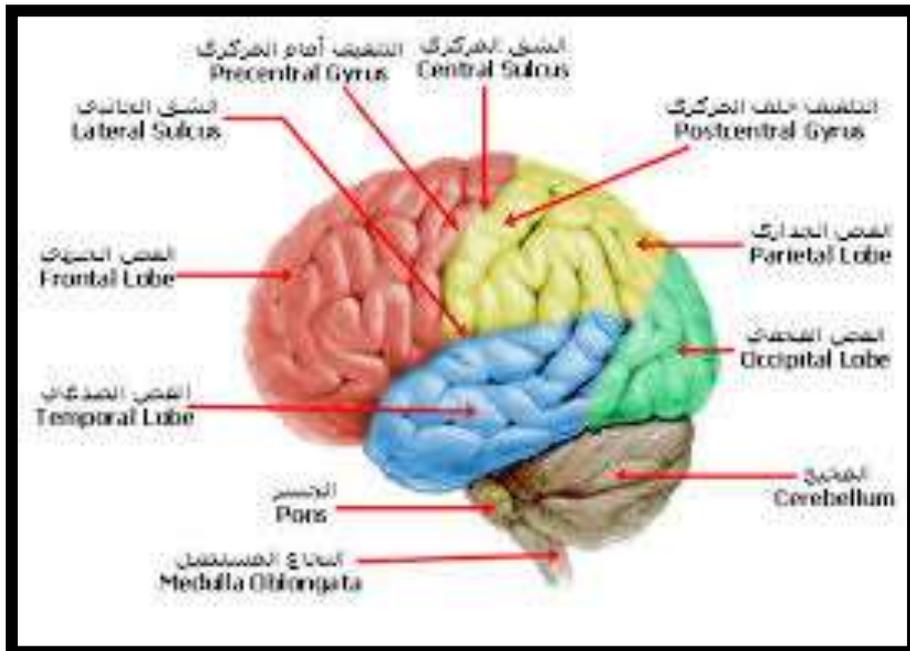


## شكل (4)

## يوضح الدماغ الداخلي

(1) محمد شهاب ؛ المصدر نفسه ، 2013، ص62

يمثل المخ الجزء الرئيسي في الدماغ ، المخ هو تركيب بيضوي الشكل ويتصف سطحه بتلافيف كثيرة تفصلها اخاديد او شق كبير الى نصفين متشابهين واحد الى اليمين وواحد الى اليسار والاخدود الذي بينهما يمتد من الامام الى الخلف يقسم المخ كذلك بالاخدود او الشق المركزي الذي يمتد وحشيا عبر الجزء الوسطي لكل فص . اخدود اخر يدعى بالاخدود الوحشي وهو اخدود عميق ويمتد وحشيا مباشرة تحت الاخدود المركزي. والاخدود الوحشي والمركزي يكونان (4) مناطق رئيسية لكل فص مخي وهذه المناطق تدعى بالفصوص وهي<sup>(1)</sup> وحسب الشكل الاتي:



شكل (5)

يوضح الدماغ الخارجي

1- الفص الامامي

2- الفص الجداري

<sup>(1)</sup> وجيه محجوب ؛ مصدر سبق ذكره ، 2002، ص86-89

## 3- الفص القفوي

## 4- الفص الصدغي

- القشرة الدماغية (المخية)<sup>(1)</sup>

وتدعى اقرب منطقة الى الخارج من المخ بالقشرة المخية التي تحتوي على العصبونات. سمك العصبون بحدود 0.25 انج ولكن من ال 14 بليون عصبونه التي يتكون الجهاز العصبي للإنسان فان 9 بليون منها موجودة في هذه القشرة مع رق الكائن الحي فان سطح القشرة يزداد ويصبح ذو طيات اكثر وتتميز بكونها بحيث تغطي كل التراكيب الاخرى للدماغ ولغرض احتوائه داخل الجمجمة فان القشرة تتطوي بالكثير من الطيات . وهذه الطيات تدعى بالتلافيف وبينها اخاديد صغيرة اذا كانت سطحية وشق اذا كانت عميقة ،كل الاجهزة او الانظمة الحسية تمتد الى القشرة المخية ولكل منها منطقة خاصة وان اكبر تحكم حركي للعضلات وتحكم بالغدد ينشأ من القشرة المخية اساسا تقوم ثلاثة افعال مهمة للسلوك.

1- استلام وتفسير المعلومات الحسية.

2- تنظيم السلوكيات الحركية المعقدة.

3- خزن واستخدام التجارب المتعلمة او الخبرات السابقة .

ترتبط القشرة المخية والتراكيب الوظيفية الاخرى للجهاز العصبي مع بعضها البعض بدوائر واتصالات شبكية . الالياف العصبية التي تكون هذه الطرق تتمدد من والى القشرة او تربط اجزائها المختلفة وبصورة عامة يمكن تقسيمها الى ثلاثة اقسام هي :

1- الياف الامتدادات الحركية

2- الالياف الترابطية ( المشتركة)

3- الالياف الموصلة

## 2-3-1-2 وظائف نصفي المخ:-

يمثل المخ أكبر عضو عصبي في الجسم و يملأ فراغ الجمجمة ، ويتركب من خلايا عصبية كثيرة الفروع والياف عصبية يرتبط بعضها ببعض بواسطة نسيج ضام و إذا نظرنا إلى المخ من أعلى نرى شرخا عميقا يقسم المخ إلى نصفين متماثلين تقريبا

(1) وجيه محجوب ، مصدر سبق ذكره ، 2002، ص89

يسميان النصفان الكرويان hemispheres ولكل نصف وظيفة مستقلة، فالنصف الأيمن يتولى إدارة وتسيير النصف الأيسر من الجسم و أما النصف الأيسر فيتولى إدارة النصف الأيمن من الجسم، ولكل من النصفين الكرويين وظيفته في توظيف القدرات العقلية وتفاعلها مع نمطه المفضل للتعلم والتفكير.<sup>(1)</sup>

يتولى كل نصف من نصفي المخ الايمن والايسر نفس الوظائف الجسمية ولكن باتجاه معارض يجعل كلا منهما يتقاطع مع الاخر " فانصف الايمن يدير الاجزاء اليسرى من الجسم اما النصف الايسر فيتولى ادارة الاعضاء اليمنى من الجسم.<sup>(2)</sup>

ان التعرف على وظائف نصفي المخ يمد اللاعب والمدرب بالمعلومات النافعة عن الطريق المختلفة التي يؤثر بها العقل على الاداء الرياضي وكالاتي:-<sup>(3)</sup>

#### 1- وظيفة الجزء الايسر :

انشطة القراءة والكتابة ، الرياضيات ومهارات الارقام والحسابات واللغة المنطوقة ومهارات اللغة والمهارات العلمية والتفكير والتخطيط والعمليات المنطقية والتحكم في اليد اليمنى تحدث جميعها في النصف الايسر من المخ .

#### 2-وظيفة الجزء الايمن :

يتمتع النصف الايمن من عقلك بالوعي الموسيقي والتكوين المكاني والذكاء الفني والتفكير الخاص والتخيل ، ونفاذ البصيرة والحس والادراك ثلاثي الابعاد والتحكم في اليد اليسرى ، ويوجد لديك في النصف الايمن مركز لاشكال الهندسية والدائرية وخريطة العمل العقلية وكل مظاهر المفهوم المكاني .

علمًا إنّ الاشخاص الذين تعمل لديهم الانصاف بصورة متساوية فهم يتميزون بسيادة مخية متكاملة<sup>(4)</sup>.

(1) شبكة الانترنت؛ اطروحة دكتوراة (انماط السيادة النصفية المخية والادراك والذاكره البصرية ، الجزائر ، جامعة الاخوة منتوري – قسنطينة ، ص32

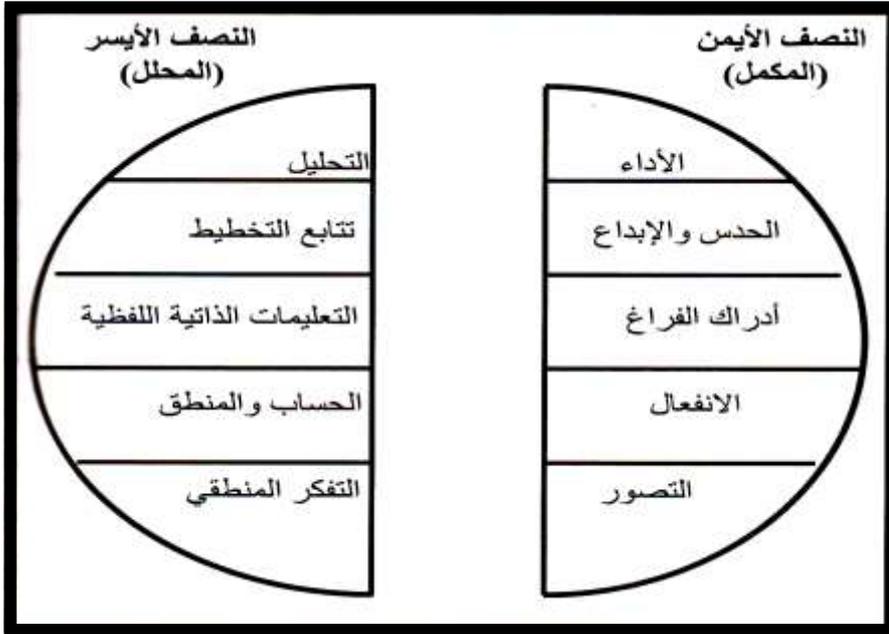
(2) Sherwood,L: Human physiology, From Cell to Systems. Fifth Edition , U.S.A.P. 2004, Inc , ThmsonLearning

(3) نصير صفاء ، عبد الوهاب غازي ؛ العمليات العقلية بناءها وابداعها ، جامعة بغداد ، مكتبة كلية التربية الرياضية ، 2006، ص40

(4) تيشاوي العبدالله؛ علم وظائف الاعضاء، ط1، الجامعة الاردنية، قسم العلوم الحياتية، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، 2012، ص125.

## 2-1-3-3 وظائف نصفي الدماغ في المجال الرياضي: (1)

إن أهمية التمييز بين وظائف النصف الأيسر واليمين من المخ ودورها في اكتساب لمهارات والاعداد للمنافسات، إذ يمثل النصف الأيسر التحليل إذ تتابع المعلومات وكف وإبطال مراكز الحساب والمنطق . أما النصف الأيمن فيمثل مركز التكامل في الأشكال المكانية والعمليات المتوازية من المعلومات والتصور . وقد اشار (Martens) (2) إلى وظائف عمل المخ في المجال الرياضي بأن النصف الأيسر يمكن ان يطلق عليه المحلل (Analyzer) ويستعمل في تعلم المهارات الجديدة وتصحيح الأخطاء وتطوير استراتيجيات المنافسة ، وهو يعمل على امداد اللاعب بالمعلومات لكل خطوة في حينها مع المصاحبة بالتعليمات اللفظية التي تساعد في توجيه جسم اللاعب الى نوع وتسلسل الحركات المطلوب ادائها . أما النصف الأيمن فيطلق عليه المكمل ، ويقوم بالتحكم في الطريقة التي يؤدي بها اللاعب الترابط بين المفردات المكونة للمهارة في اطار كلي كما في الشكل



شكل (6)

يبين نصفي المخ في المجال الرياضي نقلا عن (Martens) (1)

(1) حامد سليمان حمد، مصدر سبق ذكره، ص348-375

(2) Martens,R. Coaching guide to sport psychology. Champ-aign,IL,Human Kinetics1987.p.115

(2) Martens,R. Coaching guide to sport psychology. Champ-aign,IL,Human Kinetics 1987.p.115

فعند تعلم رمي الكرة لأول مرة فإن الجانب الأيسر المحلل يمدد العضلات العاملة ، وتوقيت انقباضها وبالتدرج البطيء يبدأ في تكوين برنامج تخطيط عقلي عن كيفية أداء المهارة ثم ممارسة اللاعب يقوم المحلل بالمساعدة في اكتشاف الأخطاء وتصحيحها وفقاً للتخطيط الذي تم تكوينه سابقاً .<sup>(1)</sup>

ويمكن استخدام النصف الأيسر في المجالات الآتية :

- 1- وضع استخدام الأهداف طويلة وقصيرة المدى .
- 2- التخطيط ومراجعة الأداء في توقيتات محددة
- 3- تكوين اللغة التي تؤدي إلى الاتجاه الإيجابي .

أما النصف الأيمن يطلق عليه المكمل Intergrator ويقوم بالتحكم في الطريقة التي يؤدي بها اللاعب الترابط بين المفردات المكونة للمهارة في إطار كلي مركب إذ أن النصف الأيمن يأخذ التعليمات التي وضعها الجانب الأيسر خطوة ويحولها إلى صورة واحدة وفي هذه المرحلة يحتاج المخ إلى عملية واحدة بدلاً من سلسلة مركبة من التعليمات اللفظية ويمكن استخدام النصف الأيمن في التفكير التحليلي قبل أو بعد الأداء الرياضي مع المهارات المغلقة ، الحركات المتكررة والتي تتأثر مباشرة بواسطة المنافس مثل : الجمباز ، الغطس ، والارسال والرميات الحرة في الألعاب الجماعية ويستخدم النصف الأيمن أيضاً بطريقة إيجابية قبل وفي بعض الأحيان بعد حركة محددة أو في وقت مهما كانت المدة الزمنية المتاحة بين التفكير والأداء أو مدى صعوبة النشاط التالي لهذه الحركة.<sup>(2)</sup> وبذلك فعندما يكون الجانب الأيسر في العمل يصبح التركيز داخلياً حول الأداء السابق والتخطيط للأداء المقبل وعندما يكون الجانب الأيمن في العمل يصبح تركيز الانتباه على الأداء الحالي للمهارة " وعندما يتعلم اللاعب المهارة يجب استخدام جانب التحليل ولكن عندما يؤدي اللاعب المهارات في المنافسة يجب استدعاء جانب التكامل حتى لو تطلب الأمر وجود فترات للتحليل أثناء الوقت المستقطع أو الفترات البينية في المنافسة".<sup>(3)</sup>

(1) حامد سليمان حمد ؛ المصدر السابق، ص 381

(2) خالدة إبراهيم ؛ مفاهيم حديثة في علم النفس الرياضي : (بغداد ، دار الكتب والوثائق، 2010) ص 45

(3) عبد الستار جبار الضمد ؛ مصدر سبق ذكره ، 2000، ص 201

**2-1-4 المهارات الفنية في لعبة الكرة الطائرة:-**

تعد لعبة الكرة الطائرة من الالعاب الفرعية ذات الايقاع السريع اذ يتحول الفريق من الهجوم الى الدفاع بشكل سريع ، وتتميز بالكثير من المهارات الفنية بحيث تكون وحدة متكاملة لا يمكن ان يفصلها عن بعض وكل واحدة مكتملة الى الاخرى فهي ليست مهارات سهلة وتحتاج الى وقت طويل لاكتسابها واتقانها وكذلك تحتاج الى تدريب طويل ويتطلب الكثير من الجهد والوقت لاتقانها.

وقد قسم ( الكاتب واخرون )<sup>(1)</sup> المهارات الفنية للعبة الكرة الطائرة الى ستة اقسام كالآتي :

أولاً: مهارة الارسال .

ثانيا : مهارة استقبال الارسال .

ثالثا : مهارة الاعداد .

رابعا : مهارة الضرب الساحق .

خامسا : مهارة حائط الصد .

سادسا : مهارة الدفاع عن الملعب .

**2-1-4-1 مهارة الضرب الساحق بالكرة الطائرة:-**

يعرف الضرب الساحق بأنه " عبارة عن ضرب الكرة باحدى اليدين بقوة مختلفة لتعديتها بالكامل من فوق الشبكة الى ملعب الخصم بطريقة قانونية " <sup>(2)</sup>

يمكن تقسيم طريقة اداء الضربة الساحقة الى خمس مراحل متتالية وهي:-<sup>(3)</sup>

1- مرحلة التهيؤ (الاستعداد)

2-مرحلة الاقتراب

3-مرحلة الارتقاء (القفز)

4- مرحلة الضرب ( الطيران)

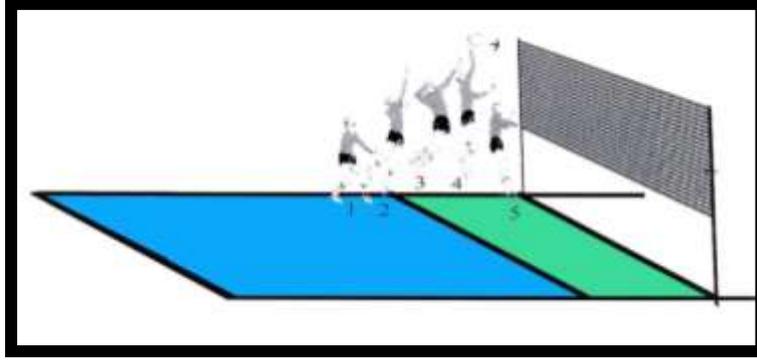
(1) عقيل الكاتب واخرون ؛ الكرة الطائرة التكنيك والتكتيك الفردي : ( بغداد ، مطبعة التعليم العالي ، 1987 ) ص45

(2) نجلاء عباس واخرون ؛ المبادئ الاساسية لمهارات الكرة الطائرة وطرق تعلمها، ط1 : ( دار الكتب والوثائق ببغداد

، 2012 ) ص205

(3) سعد حماد الجميلي ؛ الكرة الطائرة تعليم وتدريب وتحكيم . منشورات جامعة السابغ من ابريل ، 1997 ص75

## 5- مرحلة الهبوط



شكل (7)

## مراحل الاداء الفني لمهارة الضرب الساحق

## 1- مرحلة التهيؤ (الاستعداد):-

تعد مرحلة التهيؤ المرحلة الاولى لاداء مهارة الضرب الساحق وفي هذه المرحلة تكون القدمان متوازيان او تقديم قدم على الاخرى مع انثناء قليل في مفصل الركبة والجذع مائلا للامام والذراعان ممدودتان ومتدليتان بجانب الجسم والنظر الى ملعب الخصم وعلى اعداد الكرة.(1)

## 2- مرحلة الاقتراب:-

" إن الاقتراب يجب أن يوصل اللاعب الضارب للضربة الساحقة إلى البقعة المناسبة التي سيؤدي فيها القفز ، ومن المهم أن يكون الاقتراب مرنا بدرجة كافية كي يسمح ببعض التعديلات ويحدد وقت الاقتراب إذ يتم أقصى ارتفاع للقفز بالضبط في الوقت نفسه الذي يحدث فيه ضرب الكرة ، وعندما نتكلم على حركة الأقدام فإننا نشير إلى نمط الخطوات التي يأخذها الضارب في تقدمه تجاه الشبكة وان الذين ينفذون الضربات الساحقة معظمهم يتخذون (3-4) خطوات تقريبية تجاه الكرة".(2)

تتم عملية الاقتراب بأخذ خطوة بقدم اليسار بالنسبة للاعب الايمن مع مرجحة الذراع اماما خلفا وتكون الخطوة الثانية واسعة وعميقة مع جلب الساق الخلفية بعدها فورا

(1) نجلاء عباس واخرون ؛ المصدر السابق ، 2012، ص207

(2) عصام الوشاحي ؛ المبادئ التعليمية بالكرة الطائرة : (القاهرة : دار الفكر العربي، 1999) ص 108

وبجانبيها على ان تكون المسافة بين القدمين بمسافة الصدر وانشاء متوسط في مفصل الركبة استعدادا للقفز الى الاعلى لضرب الكرة.(1)

### 3 - مرحلة الارتقاء (القفز): - (2)

يتم القفز بعد خطوتي الاقتراب وانتقال ثقل جسم اللاعب من خلف العقبين إلى باطن القدمين ثم الأمشاط ، وأثناء نقل ثقل الجسم تبدأ الذراعان في الأرجحة من الخلف إلى الأسفل ثم الأمام بأقصى قوة عند مرورها بمحاذاة الفخذين وتكون القدمان مثبتتين وفي هذه اللحظة يتم فرد القدمين والركبتين والفخذين للحصول على قوة دفع عند القفز .

### 4 - مرحلة الضرب (التسديد) : - (3)

إن الذراع المتأرجحة في أداء القفز تجعل الذراعين كلتاهما للوصول أمام اللاعب الضارب أما مستقيمة أو منحنية فوق الرأس . ومن هذا الوضع فإن الذراع الضاربة تتحرك من الأمام إلى الأعلى إذ تنتهي من مفصل المرفق وتتسحب إلى الخلف وكأنك تسحب وتر القوس إلى الرأس . إذ يكون جذع اللاعب في حالة تقوس ضعيف إلى الخلف مع لف الجذع باتجاه الذراع الضاربة . فكلما زاد التقوس مع لف الجذع زادت قوة الضرب ، إذ يكون التماس بالكرة بامتداد كامل الذراع الضاربة أعلى وإلى الأمام قليلا من الكتف . وتضرب راحة اليد الكرة أولاً ويتبعها مباشرة الأصابع وتدور اليد بحركة حادة على الكرة وبانحراف حاد للرسغ ومتابعة اليد الضاربة للكرة تنتهي هذه المرحلة .

### 4- مرحلة الهبوط :- (4)

تتم هذه العملية بسحب الذراع للأسفل مباشرة مع منع الذراع من ملامسة الشبكة وذلك بلف المرفق للخارج بحيث يكون محاذيا للكتف او تسحب الذراع للخلف وضمها للصدر ثم الهبوط على مقدمة القدمين في نفس المكان الذي بدأ منه الوثب مع ميلان قليل بالجذع للمحافظة على التوازن دون ان يتجاوز خط المنتصف ويتم الهبوط بحيث

(1) نجلاء واخرون ؛ نفس المصدر ، ص208

(2) محمد خير الحوراني ؛ الحديث في الكرة الطائرة ، تاريخ ، مهارات ، تدريب: ( اربد ، دار الأمل للنشر ، 1996) ص87

(3) عصام ألوشاحي ، المصدر السابق ، ص111

(4) نجلاء عباس واخرون ؛ مصدر سبق ذكره ، 2012، ص212

تكون القدمين متباعدتين باتساع الحوض ومتوازنتين وثني الركبتين لتساعد على امتصاص صدمة الهبوط ويتخذ وضع الاستعداد في نفس الوقت للمشاركة في اللعب بالسرعة اللازمة .

### 2-4-1-2 مهارة حائط الصد بالكرة الطائرة:-(1)

حائط الصد هو " قيام لاعب او اكثر من لاعبي الصف الامامي باعتراض الكرة المضروبة ساحقا من ملعب الفريق المنافس بالقرب من الشبكة برفع اليد او كلتا اليدين فوق مستوى الحافة العليا للشبكة ولمس اللاعب الكرة المضروبة واسقاطها في ملعب الخصم او تخفيف شدة الضربة الساحقة ليتسنى الى اللاعبين دفاعها وايصالها للمعد للقيام بالضرب الساحق .

تعد مهارة حائط الصد من المهارات الدفاعية والهجومية المهمة للفريق حيث يعد خط دفاعي للفريق ويعتبر ايضا خط هجومي وتبرز اهمية حائط الصد بانه يمنع الفريق المنافس من اىصال الكرة فوق الشبكة وافشال خطة هجوم الخصم. ان تشكيل حائط الصد يعطي الوقت الكافي لبقية اللاعبين من اتخاذ مواقعهم الدفاعية من خلال امتصاص قوة الضربة الهجومية باصطدام الكرة بايدي لاعبي حائط الصد .

ينقسم الاداء الفني لمهارة حائط الصد الى اربعة مراحل هي :

- 1- الاقتراب .
- 2- الوثب .
- 3- ملامسة او الصد.
- 4- الهبوط .

#### 1- مرحلة الاقتراب

يتم التهيؤ للقيام بالصد اما من وقفة الاستعداد قريبا من الشبكة او بأخذ خطوات الاقتراب .ففي حالة الوقوف قريبا من الشبكة ينبغي على اللاعب ان يقف على بعد من (0.5-1م) من الشبكة ويوجه نظره الى اللاعب المهاجم المنافس .

#### 2- مرحلة الوثب

(1) نجلاء عباس واخرون ؛ المصدر السابق ، ص237

يتم الوثب بالرجلين معا بعد ثني الركبتين ثنيا بسيطا وتمرجح الذراعين مرجحة بسيطة للامام والاعلى للمساعدة في حركة الوثب ويؤدي الوثب بعد ملاحظة وثب اللاعب الضارب الساحق مباشرة .

### 3- مرحلة ملامسة او الصد

في هذه المرحلة ترفع الذراعان عموديا للاعلى وتكون اليدان قريبتين من بعضهما وتكون الاصابع مفرودة وممدودة بشكل مجوف ومنتشرة على الكرة عند ملامستها مع ثني القسم العلوي للجسم للامام قليلا من مفصل الحوض .

### 4- مرحلة الهبوط

بعد الانتهاء من صد الكرة فوق الشبكة ينبغي سحب الذراعين بسرعة للخلف والاعلى وجلبهما قريبا من الراس لتفادي مس الشبكة وعند الهبوط ثني القدمين من مفصل الركبة لامتصاص صدمة الهبوط وعدم مس الشبكة ولمنع عبور خط المنتصف .

#### • تشكيلات حائط الصد

ينقسم حائط الصد الى ثلاثة اقسام هي :

1- حائط الصد بلاعب واحد .

2- حائط الصد بلاعبين اثنين .

3- حائط الصد بثلاثة لاعبين .

#### • انواع مهارة حائط الصد<sup>(1)</sup>

##### 1- حائط الصد الدفاعي

يستخدم هذا النوع من حائط الصد لتخفيف شدة الضرب الساحق وسقوط الكرة بعد عملية الصد في ملعب الفريق القائم بحائط الصد بعد ان قلت قوتها وفقدت خطورتها بحيث يمكن للفريق دفاعها وايصالها الى اللاعب المعد لبناء هجوم مضاد ، وتتم هذه

<sup>(1)</sup> نجلاء عباس واخرون ؛ المصدر السابق ، ص 237

الطريقة بانتشاء مفصل رسغي اليدين للخلف في اتجاه ملعب الفريق القائم بالصد عند صد الكرة .

## 2- حائط الصد الهجومي

في هذا النوع تكون الايادي موازية للشبكة وقريبة منها مع انثنائها نحو ملعب المنافس فتتحرك الذراعان واليدان اثناء الصد لمحاولة لصد الكرة في ملعب المنافس.

### 2-1-5 الاحتفاظ:-

### 2-1-5-1 مفهوم الاحتفاظ:-

يعد الاحتفاظ من أهم العوامل المساهمة والمؤثرة في نتاج العملية التعليمية ، "فالعملية التعليمية تكون ذات قيمة كبيرة إذا استطاع المتعلم تذكر ما تعلمه لفترة طويلة<sup>(1)</sup> كما انه "القدرة على التذكر واسترجاع المعلومات وان الاحتفاظ يعكس التعلم"<sup>(2)</sup>.

اذ يؤكد معظم علماء النفس ان معظم أشكال التعلم يعود دوره الى الذاكرة فإننا إذا لم نتذكر شيء فإننا لا نستطيع تعلم شيء ، أي بمعنى ان الشخص يمتلك الذاكرة للتعلم وعلى عكسها ظاهرة النسيان التي تعني فقدان التطور أي القدرة على التعلم ، والنسيان هو فقدان للتذكر، وان الاحتفاظ يعني استمرار المحافظة في المستوى او ربما يؤشر قلة في المستوى ونقاس هذه الزيادة والنقصان من خلال الأداء.<sup>(3)</sup>

ويعرف اجرائيا بانه زيادة ونقصان في المستوى يقاسان عن طريق الاداء لان

الاحتفاظ يعكس التعلم .

(1) نزار الطالب وكامل طه الويس ؛ علم النفس الرياضي . ط2 : ( الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ، 2000 ص45

(2) يعرب خيون حسين . مصدر سبقه ذكره، 2010 ، ص42

(3) Schmidt , A. Richard & Timothy Lee . Motor control and learning . 4<sup>th</sup> , Edition , IL. Human kentic , 2005 , p461

## 2-1-5-2 طرق قياس الاحتفاظ:- (4)

ان قياس مقدار التعلم من خلال أداء المتعلم بعد نهاية مرحلة الاكتساب مباشرة لا يعطينا تقييماً دقيقاً عن مقدار التعلم وذلك لتأثره بالمتغيرات التجريبية، ولغرض تجنب هذه الحالة يفضل استخدام اختبار الاحتفاظ ، فمن خلال اختبار الاحتفاظ يمكننا الحصول على نتائج مقدار الاحتفاظ في الذاكرة او فقدانها ، كما ان "أضمن قياس للتعلم الحركي هو بعد إعطاء المتعلم عدة أيام ثم يعود ويتم قياس الأداء ، فكلما كان القياس للأداء بعد مدة الاحتفاظ قريباً من القياس الآخر بعد مدة التدريب كان الاحتفاظ كبيراً وكان التعلم فعالاً ولأجل استخراج نتائج الاحتفاظ تكون بإحدى الطرائق الآتية : - (1)

1- **الاحتفاظ المطلق** : هو أبسط اختبارات الاحتفاظ حيث يقاس معدل الأداء بعد مدة الاحتفاظ مباشرةً ولا تحتاج إلى معادلة لتحديد هذا القياس، وعندما نريد أن نرسم منحنى فسوف يثبت كل درجات الأداء خلال فترة التدريب ونوصلها بخط يمثل منحنى التعلم ثم نقطع هذا الخط بسبب إعطاء المتعلم مدة راحة ثم نضع قيمة القياس بعد مدة الراحة ويفضل في هذا المجال وضع خط عمودي بعد مدة الراحة يمثل أمد الانقطاع.

2- **نسبة الاحتفاظ** : في هذا النوع من القياس نعطي لآخر محاولات مدة التدريبية نسبة (100%) ثم نعود ونقيس الأداء بعد مدة الاحتفاظ ونحول هذا الفرق إلى نسبة مئوية ، فمثلاً كانت نتيجة آخر عشر محاولات للرمية الحرة في كرة السلة هي (10) نقاط وبعد فترة الاحتفاظ كانت (8) نقاط من عشر محاولات فان قيمة الاحتفاظ تكون (80%)

3- **التوفير** : تحدد هذه الطريقة عدد التكرارات للتوصل إلى هضبة الأداء أو المستوى المعياري المطلوب . ومن الطبيعي أن الاختبار بعد مدة الاحتفاظ سيكون أقل من آخر اختبار للوحدة التعليمية أو التدريبية ولذلك يمكن حساب عدد التكرارات بعد مدة الاحتفاظ لحين الوصول إلى الكفاية نفسها في آخر اختبار قبل الاحتفاظ.

(4) يعرب خيون ، المصدر السابق ، ص42

(1) يعرب خيون ؛ المصدر السابق. ص42

## 2-2 الدراسات المشابهة :

### 2-2-1 دراسة بسمة نعيم ( 2011 ): <sup>(1)</sup>

( التفكير الحاذق وفقا لتفضيل السيادة المخية النصفية وعلاقته بدقة اداء المهارات الدفاعية للاعبين الدوري الممتاز بالكرة الطائرة ) .

#### - اهداف البحث :-

- التعرف على التفكير الحاذق وفقا لتفضيل السيادة المخية لدى عينة البحث .
- التعرف على دقة اداء المهارات الدفاعية بالكرة الطائرة وفقا لتفضيل السيادة المخية النصفية لدى عينة البحث .
- التعرف على العلاقة بين التفكير الحاذق وفقا لتفضيل السيادة المخية النصفية ودقة اداء المهارات الدفاعية بالكرة الطائرة لدى عينة البحث .

#### - عينة البحث :-

<sup>(1)</sup> بسمة نعيم محسن ؛ التفكير الحاذق وفقا لتفضيل السيادة المخية النصفية وعلاقة بدقة اداء المهارات الدفاعية للاعبين الدوري الممتاز بالكرة الطائرة ، بحث منشور ، 2011

تم تحديد عينة البحث لاعبي اندية الدوري الممتاز بالكرة الطائرة للموسم 2011 وشملت نادي الصناعة ، المصافي ، الشرطة ، البيشمركة ، وبلغ عدد العينة ( 48 ) لاعبا وبواقع ( 12 ) لاعباً لكل نادي

#### - الاستنتاجات :-

- ان عينة البحث يمتلكون تفكيراً حاداً وبدرجة جيدة وفقاً لتفضيل السيادة المخية النصفية ، اذ ان اللاعبين من ذوي السيادة المخية ( المتكامل ) يتمتعون بتفكيراً حاداً عالياً ثم يليه اللاعبون من ذوي السيادة المخية النصفية ( الايسر ) بالدرجة الثانية ، ثم يأتي اللاعبون من ذوي السيادة المخية النصفية ( الايمن ) بالدرجة الثالثة .

- ان اللاعبين من ذوي السيادة المخية النصفية ( المتكامل ) يمتلكون القدرة على انجاز اختبارات الدقة للمهارات الدفاعية بشكل افضل من اللاعبين من ذوي السيادة المخية الايمن والايسر .

- كانت نتيجة العلاقة بين التفكير الحاد وفقاً لتفضيل السيادة المخية النصفية ودقة اداء المهارات الدفاعية علاقة ارتباط معنوية ، وكان معامل الارتباط الاعلى لصالح ذوي السيادة المخية النصفية ( المتكامل ) . يليه الايسر بالدرجة الثانية ، ثم يليه ذوي السيادة المخية الايمن بالدرجة الثالثة .

#### 2-2-2 دراسة نجلاء عباس نصيف واخرون (2011):-<sup>(1)</sup>

( تأثير تمارينات الادراك الحس - حركي لذوي البرمجة اللغوية العصبية في تعلم مهارتي الضرب الساحق وحائط الصد بالكرة الطائرة ) .

#### - اهداف البحث :-

- تصميم تمارينات للادراك الحس - حركي لتعلم مهارتي الضرب الساحق وحائط الصد بالكرة الطائرة .

- تعرف على تأثير تمارينات الادراك الحس - حركي لذوي البرمجة اللغوية العصبية في تعلم مهارتي الضرب الساحق وحائط الصد بالكرة الطائرة .

#### - عينة البحث :-

(1) نجلاء عباس ، نعيمة زيدان ، بسمة نعيم ؛ تأثير تمارينات الادراك الحس - حركي لذوي البرمجة اللغوية العصبية في تعلم واحتفاظ مهارتي الضرب الساحق وحائط الصد ( مجلة علوم الرياضة ، بحث منشور ، 2011 )

- تكونت عينة الدراسة من (30) طالبة بعد اجراء اختبار البرمجة اللغوية العصبية تم تقسيم مجموعتي البحث التجريبية والضابطة وفقا للأنظمة الثلاث ( سمعي - بصري - لمسي) كل مجموعة تتكون من (15) طالبا

#### - الاستنتاجات :-

- ان التمرينات الادراكية الحس - حركي والتمرينات المعتمدة في المنهاج المتبع في الكلية تمرينات فاعلة في رفع مستوى الاداء المهاري للمهارات قيد البحث للمجموعتين التجريبية والضابطة وبنسب مختلفة .

- ان التمرينات الادراك الحس - حركي اثبتت اهميتها واثرها الفاعل لذوي البرمجة اللغوية العصبية في تعلم مهارتي الضرب الساحق وحائط الصد ويشكل افضل من التمرينات المعتمدة في المنهاج المتبع في الكلية.

#### 3-2-2 دراسة نهاد محمد علوان (2006)<sup>(1)</sup>

(اثر استراتيجية معالجة المعلومات على وفق السيادة المخية النصفية في تعلم بعض المهارات الاساسية بكرة اليد والاحتفاظ بها ) .

#### - اهداف البحث :-

- التعرف على الفروق في زيادة القدرة على معالجة المعلومات وفي تعلم بعض المهارات الاساسية بكرة اليد وللمجموعتين الضابطة والتجريبية

- التعرف على الفروق بين ذوات السيادة المخية النصفية الايمن والايسر والمتكامل في مقدار معالجة المعلومات وفي تعلم بعض المهارات الاساسية بكرة اليد والاحتفاظ بها وللمجموعتين الضابطة والتجريبية .

#### - عينة البحث :-

(1) نهاد محمد علوان ؛ اثر استراتيجية معالجة المعلومات على وفق السيادة المخية النصفية في تعلم بعض المهارات الاساسية بكرة اليد والاحتفاظ بها ، اطروحة دكتوراه ، 2006

- تمثلت عينة البحث طالبات المرحلة الثانية كلية التربية الرياضية للبنات لجامعة بغداد والبالغ عددهم (86% طالبة ) تتكون من مجموعتين تجريبية وضابطة .
- ان المنهاج التعليمية (ستراتيجية معالجة المعلومات والمنهج المتبع والمعتمد في الكلية) تعد فعالة في زيادة القدرة على معالجة المعلومات وفي تعلم واحتفاظ بعض المهارات الاساسية بكرة اليد زينسب مختلفة .

#### - الاستنتاجات :-

- ان ملائمة منهاج استراتيجية معالجة المعلومات لذوات السيادة المخية النصفية وخصائصهن العقلية قد حققت نتائج ايجابية في زيادة القدرة على معالجة المعلومات وفي تعلم واحتفاظ بعض المهارات الاساسية بكرة اليد .
- ان الطالبات ذوات السيادة المخية النصفية المتكامل لديهن القابلية على معالجة المعلومات بشكل افضل من المتعلمات ذوات السيادة المخية النصفية الايمن والايسر

#### 2-2-4 دراسة نعيمة زيدان خلف (2003)<sup>(1)</sup>

( منهج تدريبي للادراك الحس - حركي واثره في تطوير مستوى الاداء للمهارات الدفاعية بالكرة الطائرة ) .

#### - اهداف البحث :-

- التعرف على اثر استخدام المنهج التدريبي في تطوير عملية الادراك الحس - حركي للاعب الكرة الطائرة .
- التعرف على اثر استخدام المنهج التدريبي لتطوير المهارات الدفاعية بالكرة الطائرة .

#### - عينة البحث :-

(1) نعيمة زيدان خلف التميمي ؛ المصدر السابق، 2003.

تمثلت العينة بطلاب الصف الرابع تخصص الكرة الطائرة من كليتي التربية الرياضية لجامعة بغداد وجامعة ديالى والبالغ عددهم ( 26 ) طالباً ويتكون من مجموعتين (تجريبية - ضابطة ) بواقع كل مجموعة (13) طالباً .

#### - الاستنتاجات :-

- حققت المجموعة التجريبية التي استخدمت المنهج التدريبي ( التجريبي ) تقدماً في جميع المهارات الدفاعية وقدرات الادراك الحس - حركي .
- ضعف تأثير المنهج المتبع مع المجموعة الضابطة في تنمية الادراك الحس - حركي لكنه حقق تطوراً في بعض المهارات الدفاعية .
- تفوق افراد المجموعة التجريبية على افراد المجموعة الضابطة في الاختبارات البعدية للمهارات الدفاعية وقدرات الادراك الحس - حركي .

#### 2-3 أوجه التشابه والاختلاف مع الدراسات المشابهة :-

من خلال اطلاع الباحثة لعدد من الدراسات المشابهة التي تمكنت من الحصول عليها وأوردت منها اربع دراسات ، تناولت اثنين منها (الادراك الحس - حكي ) ، بينما تناولت واحدة دراسة الأسلوب المعرفي (السيادة المخية ) ، ودراسة واحدة ( التصور العقلي ) وقد توصلت الباحثة الى أوجه التشابه والاختلاف بين الدراسات المشابهة السابقة والدراسة الحالية في بعض المؤشرات وكما يأتي :

#### أوجه التشابه :

- 1- اتفقت الدراسة الحالية مع الدراسات السابقة من حيث منهج البحث كونه تجريبي
- 2- اتفقت الدراسة الحالية مع دراسة (نعيمة زيدان ) ودراسة (نجلاء عباس) على المتغير المستقل الادراك الحس - حركي .
- 3- اتفقت الدراسة الحالية مع دراسة ( نعيمة زيدان ) ودراسة ( ونجلاء عباس ) على العينة حيث كونهم من طلاب كلية التربية الرياضية .
- 4- اتفقت الدراسة الحالية مع ( بسمة نعيم) ودراسة (نهاد محمد) في الاسلوب المعرفي السيادة المخية النصفية .

#### أوجه الاختلاف :

- 1- اختلفت الدراسة الحالية مع دراسة ( بسمة نعيم ) باستخدام المنهج الوصفي .

- 2- اجريت دراسة (بسمة نعيم ) على لاعبي أندية .
- 3- اختلفت الدراسة الحالية مع دراسة ( نجلاء عباس ) في استخدام البرمجة اللغوية العصبية .
- 4- اختلفت الدراسة الحالية مع دراسة ( بسمة نعيم ) باستخدام التفكير الحاذق.

#### الاستفادة من الدراسات المشابهة :

- تحديد مدة التجريبية
- تحديد الأساليب الإحصائية المناسبة
- استفادت الباحثة من نتائج هذه الدراسات في تفسير ومناقشة النتائج
- تحديد خطوات وإجراءات البحث

## 3- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية :-

## 3-1- منهج البحث :-

استخدمت الباحثة المنهج التجريبي بتصميم المجموعات التجريبية والضابطة ذو الاختبارين القبلي والبعدي.

## 3-2 مجتمع والبحث وعينته:-

تم اختيار مجتمع البحث بالطريقة العمدية وتمثل بطلاب الصف الثاني في كلية التربية الرياضية / جامعة ديالى للعام الدراسي (2012 - 2013) والبالغ عددهم ( 233 ) طالبًا، موزعين على خمس شعب وهي على التوالي (ا، ب، ج، د، هـ)، ولتمثل مجتمع البحث، وتم استبعاد شعبة (و) للطالبات، وتم استبعاد شعبة (هـ) لتقارب في درجات المقياس للسيادة المخية ولقد اختارت الباحثة طلاب السنة الثانية بطريقة عمدية لعدة اسباب منها :-

1- تعد مادة الكرة الطائرة مادة منهجية مقررة تدرس في المرحلة الثانية لكليات التربية الرياضية.

2- توافر الأدوات والاجهزة التي تحتاجها الباحثة في تطبيق البحث.

3- يعد الطلاب في هذه الصف مبتدئين لهذه اللعبة ، اذ ليس لديهم خبرة سابقة في هذه اللعبة.

وقد استبعدت الباحثة كلاً من :-

1- الطلاب الراسبين إذ سبق لهم تعلم هذه المهارات ، والطلاب غير الملتزمين بالدوام .

2- الطلاب الممارسين للعبة الكرة الطائرة في الأندية والمنتخبات الرياضية وذلك لتفوق مستواهم عن بقية طلاب المرحلة .

3- الطلاب الذين كانوا ضمن التجارب الاستطلاعية والبالغ عددهم (10) طلاب. وهم طلاب شعبة (د) وتم اختيار هذه الشعبة عن طريق القرعة لتكون شعبة التجارب الاستطلاعية .

4- الطلاب المتقاربين في درجات المقياس للسيادة المخية .

5- الطلبة الذين يستخدمون ذراع اليسار .

ثم قامت الباحثة بتوزيع مقياس السيادة المخية النصفية (\*) على طلاب المرحلة الثانية وهم خمس شعب ( أ ، ب ، ج ، د ، هـ )، وقسمت العينة الى ثلاث مجاميع هي (ايمن - ايسر - متكامل) وقد حدد المقياس شعبة ( أ ) لتكون ذات التفضيل (ايمن - ايسر ) وشعبة (ج) لتكون ذات التفضيل (متكامل) اما شعبة(ب) لتكون المجموعة الضابطة ، وعلى أساس إن هذه الشعبة ( أ ) تحتوي على طلاب أكثر (ايمن وايسر ). ثم قامت الباحثة باختيار (20) طالبا عن طريق القرعة بواقع (10) طلاب ايمن و(10) طلاب ايسر اما شعبة (ج) فحتوت على متكامل (10) طلاب وبقيت شعبة (ب) هي المجموعة الضابطة حيث احتوت على (10) طلاب و(10) طلاب ايسر و(10) طلاب متكامل وبذلك تكون عدد الطلاب (30) طالب ، وبذلك اصبح عدد العينة (60) طالباً مقسمين على ثلاث شعب ( أ ، ب ، ج ) وتم استبعاد شعبة (هـ) لتقارب في درجات المقياس لسيادة المخية .

" كلما زاد حجم العينة كلما قل احتمال الخطأ ( خطأ المعاينة )"<sup>(1)</sup> والجدول الاتي يبين أعداد كل من مجتمع البحث وعينته وعدد الطلاب المستبعدين مع النسب المئوية لكل منها .

(\*) انظر ملحق (1)

(1) نوري إبراهيم الشوك ورافع صالح الكبيسي ؛ دليل الباحث لكتابة الأبحاث في التربية الرياضية : (بغداد ، 2004 ) ص70

## جدول (1)

يبين العدد الكلي للمجتمع والمستبعدون والعدد الكلي للعيينة والنسبة المئوية للمجموعات الثلاث من العينة ومجتمع البحث

العدد الكلي للعيينة		العدد المستبعدون	العدد الكلي للمجتمع	الشعب
ايمن	10	28	48	أ
ايسر	10			
ايمن	10	16	46	ب
ايسر	10			
متكامل	10			
متكامل	10	39	49	ج
60		83	143	المجموع

## 3-2-2 التصميم التجريبي:-

استخدمت الباحثة تصميم المجموعات المتكافئة ذات الاختبار القبلي - البعدي ، وتوزعت متغيرات البحث على المجموعات بالشكل التالي :-

1- المجموعة الضابطة (شعبة ب) وهم (30) طالباً موزعين بواقع (10) طلاب لكل نمط ( ايمن - ايسر - متكامل ) وتقوم باستخدام مفردات الكلية لتعليم المهارات قيد البحث والاحتفاظ بها وهذا المفردات مستخدمه ضمن الدروس التعليمية للكرة الطائرة ضمن أقسام وكليات التربية الرياضية في العراق.

2- المجموعة التجريبية الأولى (ايمن ) وهم (10) طلاب وتقوم باستخدام المنهاج الذي اعدته الباحثة ( التصور العقلي والادراك الحس - حركي ) لتعليم المهارات قيد البحث والاحتفاظ بها.

3- المجموعة التجريبية الثانية (ايسر) وهم (10) طلاب وتقوم باستخدام المنهاج الذي اعدته الباحثة ( التصور العقلي والادراك الحس - حركي ) لتعليم المهارات قيد البحث والاحتفاظ بها.

4- المجموعة التجريبية الثالثة (متكامل ) وهم (10) طلاب وتقوم باستخدام المنهاج الذي اعدته الباحثة (التصور العقلي والادراك الحس - حركي) لتعليم المهارات قيد البحث والاحتفاظ بها.

وتعد عينة البحث متجانسة كونها من مرحلة دراسية واحدة ويعمر متقارب وجميعهم من الذكور والغير ممارسين للعبة الكرة الطائرة .

## 3-2-3- تكافؤ مجموعات البحث في مستوى الأداء المهاري :-

لتجنب الباحثة العوامل التي قد تؤثر في نتائج التجربة ولتستطيع الباحثة إرجاع الفروق في النتائج بين مجاميع البحث إلى العامل التجريبي وتحديد خط شروع واحد لجميع أفراد العينة البالغ عددهم (60) طالبا قامت الباحثة بإجراء التكافؤ لمجاميع البحث في مستوى الأداء المهاري لمهاتري الضرب الساحق وحائط الصد بالكرة الطائرة وباستخدام قانون تحليل التباين (F) .

## جدول (2)

يبين التكافؤ لمجموعات البحث في الاختبارات المهارية

المتغيرات	التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة (F)	نسبة الخطأ	قيم الدلالة
الضرب الساحق	بين المجاميع	0.73	5	0.147	0.37	0.86	غير معنوي
	داخل المجاميع	21.00	54	0.389			
حائط الصد	بين المجاميع	0.85	5	0.170	0.546	0.74	غير معنوي
	داخل المجاميع	16.8	54	0.311			

## 3-3 الأجهزة والادوات ووسائل جمع المعلومات :-

## 3-3-1 الأجهزة المستخدمة في البحث :-

استخدمت الباحثة الأجهزة الآتية :

- جهاز حاسوب الكتروني (DELL) كورية الصنع عدد (1) مع اقراص (CD) للمقومين<sup>(\*)</sup>.

- ساعة توقيت نوع (Deamond) يابانية الصنع لقياس الزمن .

- حاسبة الكترونية نوع (sony)

- كاميرا تصوير فيديو نوع ( Samsung ) عدد (2)

- رام للكاميرا (16 جيجا )

- جهاز (داتا شوا )

- حامل كاميرا

## 3-3-2 الادوات المستخدمة في البحث :-

ملعب الكرة الطائرة قانوني مع مستلزماته .

- كرات طائرة عدد ( 30 ) كرة نوع ( Mikasa ) صينية الصنع

- اشربة لاصقة ملونة عرض (5) سم

- حبال ملونة

- طباشير

- عصائب للعينين من القماش الداكن عدد (30)

(\*)انظر ملحق (5)

- تي شريت رياضي عدد (60) للطلاب
- صور توضح طريقة الاداء الفني للمهارات المختارة للبحث
- شريط قياس قماش طول ( 18م )
- اقلام عدد(60) قلم
- صافرة عدد (1)

### 3-3-3 وسائل جمع المعلومات :-

- المصادر العربية والاجنبية
- الشبكة الدولية والمعلوماتية ( الانترنت )
- استمارة تسجيل وتفرغ البيانات (\*)
- الاختبارات والقياسات
- الملاحظات العلمية .
- المقابلات الشخصية مع الخبراء (\*\*)
- الاختبارات المهارية (\*\*\*)
- فريق العمل المساعد (\*\*\*\*)
- 3-4-4 الاختبارات المستخدمة في البحث : -
- 3-4-1 الاختبارات المعرفية : -

### 3-4-1-1 مقياس تورانس للسيادة المخية النصفية:-

لقد اعتمدت الباحثة في بحثها على المقياس الذي اعده تورانس ومساعديه (Torrance, mccarthy&Kaltsounis-1988)،وقام (صلاح احمد مراد)<sup>(1)</sup> بترجمة واعداده بما يتناسب مع البيئة العربية وقد ثبت صدق وثبات المقياس في صورته الانكليزية والعربية ، وقد طبق علي عينة من الشباب والكبار كما قامت الباحثة ( نهاد محمد علوان )<sup>(2)</sup> ايضا باستخراج الاسس العلمية للمقياس على البيئة العراقية وقد اثبتت

(\*) انظر ملحق (7)

(\*\*) انظر ملحق (4)

(\*\*\*) انظر ملحق (2)

(\*\*\*\*) انظر ملحق (6)

(1) صلاح احمد مراد . تقنين مقياس تورانس لانماط التعلم والتفكير للكبار ، اطروحة دكتوراه ، كلية التربية ، جامعة المنصورة ، 1988 .

(2) نهاد محمد علوان ، مصدر سبق ذكره ، ص 99-102.

قيما عالية لصدق وثبات وموضوعية المقياس ، ولقد استخدم هذا المقياس في البحث الحالي لغرض تقسيم العينة الى ذوي سيادة مخية نصفية ايمن وايسر ومتكامل ، ويتكون المقياس من (28) زوجاً من العبارات احدهما يدل على وظائف النصف الايمن والاخرى تدل على وظائف النصف الايسر وفي حالة تطابق العبارتين على الشخص المفحوص فهذا يدل على وظيفة المتكامل والذي يعتمد على النصفين معاً، لذا يعد المقياس مقنن (1) وقد عرضت الباحثة المقياس على الخبراء (\*) وكان عدد الخبراء التي تم توزيع المقياس السيادة المخية هم (9) خبراء وكانت نسبة الاتفاق 100% حيث ابدوا الخبراء بالموافقة على مدى ملائمة المقياس على طلاب الصف الثاني كلية التربية الرياضية .

### 3-4-2 الاختبارات المهارية:-

بغية قياس مستوى الأداء الفني (المهاري) لمهاتري الضرب الساحق وحائط الصد بالكرة الطائرة ، قامت الباحثة بالحصص الشامل للمصادر والمراجع التخصصية وقد لاحظت أن هناك أكثر من اختبار مهاري لقياس كل مهارة من مهاتري قيد البحث لذا قامت الباحثة بأعداد استمارة استبانة لتحديد الاختبار الاكثر ملائمة للقياس وبما يناسب مستوى العينة وبعد توزيع الاستمارة على الخبراء والمختصين (\*\*\*) في مجال لعبة الكرة الطائرة . وجدت الباحثة اتفاقا على الاختبارات الآتية من قبل الخبراء.

(1) نهاد محمد علوان؛المصدر السابق، 2006 ص 99-102.

(\*) انظر ملحق (4)

(\*\*) انظر ملحق (2)

## جدول (3)

يبين الاختبارات المهارية المعتمدة من قبل الخبراء والمختصين ونسبها المئوية

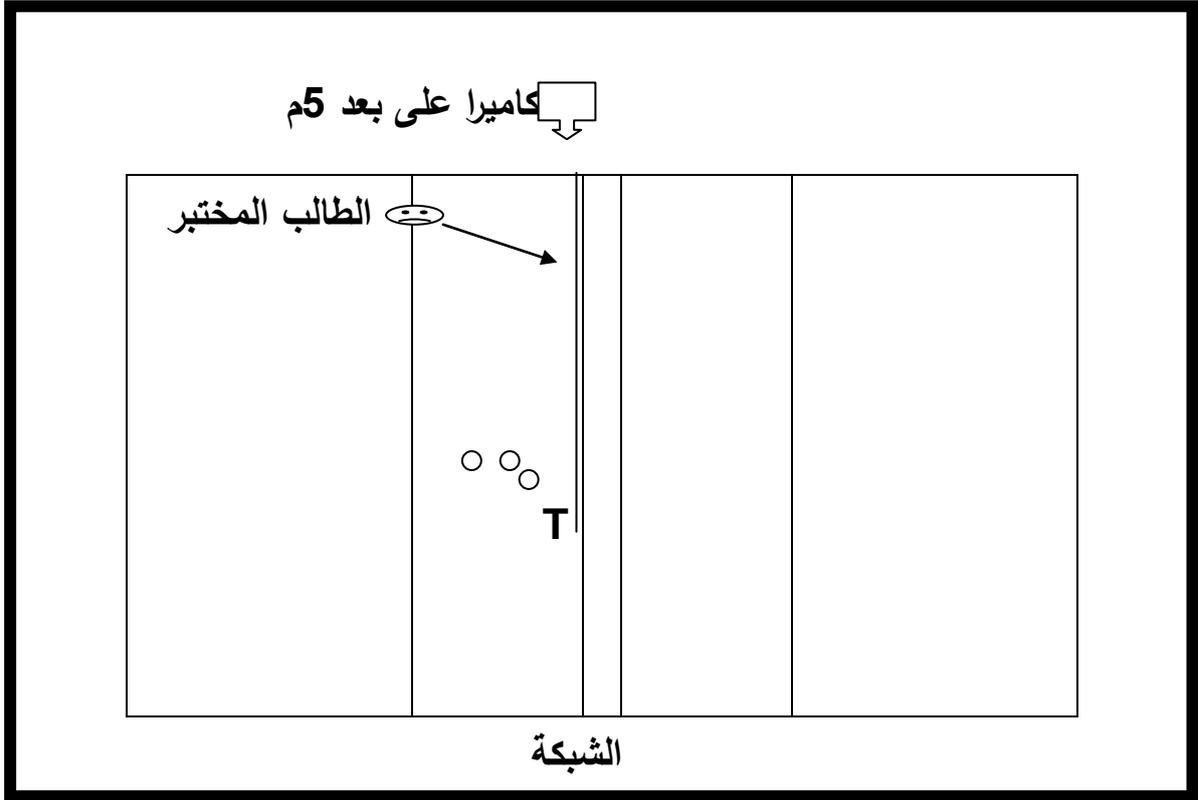
النسبة المئوية	اسم الاختبار	ت
%75	اختبار تقييم مستوى الاداء الفني المهاري لمهارة الضرب الساحق	1
%75	اختبار مستوى الاداء الفني المهاري لمهارة حائط الصد	2

### 3-4-2-2- اختبار تقييم الأداء الفني لمهارة الضرب الساحق<sup>(1)</sup> .

- الهدف من الاختبار : تقييم الأداء الفني لمهارة الضرب الساحق على وفق البناء الظاهري للمهارة وبأقسامها الثلاثة ( التحضيري ، الرئيس ، النهائي ) .

- الأدوات المستعملة : ملعب كرة طائرة قانوني ، كرات طائرة قانونية عدد ( 3 ) ، كاميرة تصوير فيديو نوع ( Samsung ) . وكما يوضح ذلك الشكل ( 6 ) .

(1) ناهدة عبد زيد ؛ تأثير التداخل في أساليب التمرين على تعلم مهارتي الإرسال الساحق والضرب الساحق بالكرة الطائرة ، اطروحة دكتوراه غير منشورة : ( جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، 2002م ، ص50 .



الشكل (8)

يوضح تقويم الأداء الفني لمهارة الضرب الساحق بالكرة الطائرة

- مواصفات الأداء : يقوم الطالب المختبر بأداء الضرب الساحق من مركز ( 4 ) إذ يقوم المدرس بأعداد الكرة له من مركز ( 3 ) ويقوم الطالب المختبر بأداء مهارة الضرب الساحق محاولاً إسقاط الكرة داخل الملعب المقابل .
- شروط الأداء : لكل طالب ( 3 ) محاولات متتالية .
- يحصل الطالب على ( صفر ) في حالة عدم عبور الكرة إلى الملعب المقابل وكذلك في حالة أداء الضرب الساحق بغير الطريقة المتفق عليها مسبقاً .

- **التسجيل** : يتم تصوير المحاولات الثلاث لكل طالب مختبر ثم يتم عرضها على ثلاثة مقومين من ذوي الخبرة والاختصاص لغرض تقويمها ، إذ يمنح كل مقوم ثلاث درجات لكل طالب وفقاً للتقسيم المختار وهو منح ( 3 ) درجات للقسم التحضيري و ( 5 ) درجات للقسم الرئيس و ( 2 ) درجة للقسم النهائي - علماً إن الدرجة الكلية لكل محاولة هي ( 10 ) درجات - ويتم بعدها اختيار أفضل درجة عن كل مقوم ، ومن خلال استخراج المعدل لأفضل ثلاث درجات يتم احتساب الدرجة النهائية لكل طالب مختبر .

#### جدول (4)

يبين درجات تقويم مستوى الأداء الفني لمهارة الضرب الساحق

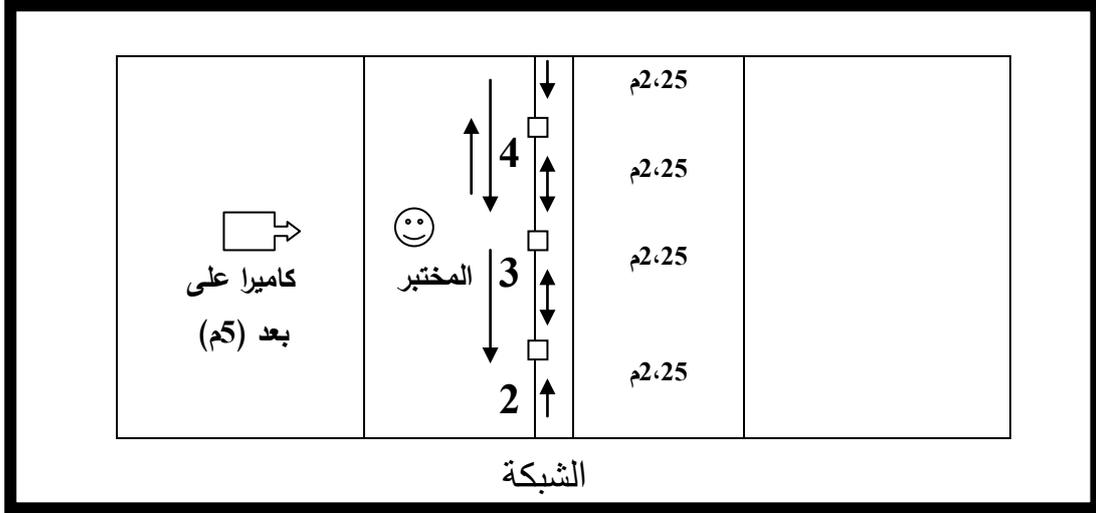
الدرجة النهائية	القسم الختامي	القسم الرئيسي	القسم التحضيري	المتغيرات
10	2	5	3	الضرب الساحق

#### 3-4-2-2 اختبار تقويم الأداء الفني لمهارة حائط الصد<sup>(1)</sup> .

- **الهدف من الاختبار** : تقويم الأداء الفني لمهارة حائط الصد وفقاً للبناء الظاهري للمهارة وبأقسامها الثلاثة ( التحضيري ، الرئيس ، النهائي ) .

- **الأدوات المستعملة** : ملعب كرة طائرة قانوني ، كرات طائرة قانونية عدد ( 3 ) ، كاميرا تصوير فيديو نوع ( Samsung ) ، مقاعد عدد ( 3 ) . وكما يوضح ذلك الشكل (9) .

(1) صدام محمد فريد ؛ تأثير اساليب التدريس والتمرين في تعلم مهارتي الضرب الساحق الموجه وحائط الصد بالكرة الطائرة ، أطروحة دكتوراه، جامعة بابل ، 2006، ص69



الشكل (9)

يوضح تقويم الأداء الفني لمهارة حائط الصد بالكرة الطائرة

- مواصفات الأداء : توضع المقاعد الثلاثة في المراكز ( 2 ، 3 ، 4 ) على التوالي وعلى بعد ( 50 سم ) من الشبكة ، إذ يقف مساعد على كل مقعد ماسكا الكرة بكلتا يديه فوق مستوى الشبكة بارتفاع ( 30 سم ) تقريبا .

- تكون المسافة الجانبية بين المقاعد الثلاثة متساوية وتبلغ ( 2,25م ) .

- يقف الطالب المختبر في مركز ( 3 ) وعند إعطاء إشارة البدء يبدأ بالتحرك نحو مركز ( 4 ) لأداء المهارة وذلك بمس الكرة فوق الشبكة بكلتا يديه ثم الرجوع إلى مركز ( 3 ) ومنه إلى مركز ( 2 ) لأداء المهارة نفسها وعلى التوالي .

- شروط الأداء : يعطى لكل طالب مختبر ( 3 ) محاولات متتالية .

- التسجيل : يتم تصوير المحاولات الثلاث لكل طالب مختبر ثم يتم عرضها على ثلاثة مقومين من ذوي الخبرة والاختصاص لغرض تقويمها ، إذ يمنح كل مقوم ثلاث درجات لكل طالب مختبر وفقا للتقسيم المختار وذلك بمنح ( 3 ) درجات للقسم التحضيري و(4) للقسم الرئيس و(3) درجات للقسم النهائي - علما إن الدرجة الكلية لكل محاولة

هي ( 10 ) درجات - ويتم بعدها اختيار أفضل درجة عن كل مقوم ، ومن خلال استخراج المعدل لأفضل ثلاث درجات يتم حساب الدرجة النهائية لكل طالب مختبر .

### 3-5 التجارب الاستطلاعية:-

من اجل التوصل إلى أفضل طريقة لتنفيذ إجراءات البحث الميدانية قامت الباحثة بإجراء ثلاث تجارب استطلاعية ، لان التجربة الاستطلاعية هي " تدريباً عملياً للباحث للوقوف على السلبيات والايجابيات التي تقابله أثناء إجراء للاختبارات لتفاديها".<sup>(1)</sup>

وقد تم إجراء ثلاث تجارب الاستطلاعية على مجموعة ضمن مجتمع البحث ومستبعدة من عينته الأساسية وتتكون مجموعة التجارب الاستطلاعية من (10) طلاب تم اختيارهم عشوائياً وهم شعبة ( د ) وعن طريق القرعة وهذه التجارب هي :-

#### 3-5-1 التجربة الاستطلاعية الأولى :-

لقد أجرت الباحثة التجربة الاستطلاعية الأولى بتاريخ الاحد 27 / 1 / 2013 والتي طبق فيها الاختبار المعرفي ( تفضيل السيادة المخية النصفية).

#### 3-5-2 التجربة الاستطلاعية الثانية :-

لقد قامت الباحثة بإجراء التجربة الاستطلاعية الثانية على الاختبارات المهارية لمعرفة صلاحيتها وإمكانية تطبيقها وذلك بتاريخ الاحد 27 / 1 / 2013 وبعد إعطاء وحدة تعريفية تعليمية واحدة لكل مهارة من مهارتي قيد البحث .

#### 3-5-3 التجربة الاستطلاعية الثالثة :-

لقد قامت الباحثة بإجراء تجربة استطلاعية ثالثة كوحديتين تعليميتين بعد اعداد المنهاج التعليمي ( باستخدام التصور العقلي والادراك الحس - حركي لتعلم مهارتي الضرب الساحق وحائط الصد ) وذلك بتاريخ الاحد 24 / 2 / 2013

إن الهدف من إجراء التجارب الاستطلاعية هو :-

(1) مروان عبد المجيد ؛ الأسس العلمية والطرق الإحصائية للاختبارات والقياس في التربية الرياضية : ( عمان ، دار الفكر للنشر ، 1999 ) ص 14 .

1. التعرف على مدى ملاءمة الاختبارات المعرفية و المهارية والأسلوب التعليمي لمستوى العينة .

2. التعرف على الصعوبات التي قد تواجهها الباحثة أثناء تطبيق إجراءات البحث .

3. التعرف على صلاحية الأجهزة والأدوات المستخدمة في تطبيق إجراءات البحث

4. التعرف على الوقت الذي يمكن أن تستغرقه الاختبارات المعرفية والمهارية.

5. تعزيز خبرة فريق العمل المساعد قبل بدء التجربة الأساسية .

6. التعرف على مدى الفهم والاستيعاب للاختبارات المعرفية و المهارية من قبل أفراد العينة .

### 3-6-16 الأسس العلمية للاختبارات:-

#### 3-6-11 الأسس العلمية للاختبارات المهارية: -

إن الهدف الأساس من إجراء الاختبارات هو الحصول على نتائج حقيقية تمكن الباحثة من إصدار أحكام على أساسها ثم اتخاذ القرارات المناسبة ، لذا قامت الباحثة بإيجاد معاملات الصدق والثبات والموضوعية ، والتي تعد من أهم ما يميز الاختبار الجيد وقد استخدمت الباحثة الأسس العلمية الآتية :

#### 3-6-1-1 صدق الاختبار:-

صدق الاختبار هو " قدرة الاختبار على قياس الشيء الذي وضع لقياسه فعلا"<sup>(1)</sup>. هناك عدة أنواع لصدق الاختبار لذا قامت الباحثة باستخراج الصدق بطريقتين الأولى صدق المحتوى أو المضمون ( المنطقي) للاختبارات الخاصة بالمهارات قيد البحث وذلك من خلال عرض الاختبارات المهارية على مجموعة من الخبراء والمختصين قبل تنفيذها للحكم على مدى صلاحيتها وقدرتها على قياس ما وضعت لأجله ومدى ملاءمتها لمستوى أفراد العينة ثم إيجاد نسبة اتفاق عالية لتحقيق صدق الاختبار " يعد الاختبار صادقا عندما يتفق عليه الخبراء بنسبة مقبولة والطريقة الثانية لاستخراج الصدق هي الصدق التلازمي أو (الصدق المرتبط بالمشك)، إذ قامت الباحثة باستخدام اختبار (T)

(1) محمد محمود الحيلة ؛ تصميم التعلم - نظرية وممارسة . : ( عمان ، دار المسرة للنشر والتوزيع والطباعة ، 2003 ) ص387

لإيجاد الفروق بين مجموعة من طلاب المرحلة الرابعة اختصاص الكرة الطائرة والبالغ عددهم (10) طلاب وبين و مجموعة أخرى من الطلاب غير ممارسة وعددها (10) طلاب ، وقد أظهرت النتائج وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين مما يدل على صدق الاختبارات المهارية ( صدق المحك ) والذي يعني " قدرة الاختبار المقترح على التفريق بين الأفراد الذين يتمتعون بدرجة مرتفعة من الصفة أو السمة من ناحية و من يتمتعون بدرجة منخفضة من الصفة نفسها أو السمة من ناحية أخرى"<sup>(1)</sup>

### جدول (5)

#### يبين صدق الاختبارات المهارية

الدلالة الإحصائية	قيمة (t)		غير الممارسين		الممارسين		المعالجات الإحصائية الاختبارات
	الجدولية*	المحسوبة	+ع	س	+ع	س	
دال	2.10	13.123	0.421	1.200	0.658	6.400	الضرب الساحق
دال		17.572	0.459	1.400	0.761	7.10	حائط الصد

#### ثبات الاختبار: -

ثبات الاختبار يعني " أن يعطي الاختبار النتائج نفسها تقريبا إذ أعيد تطبيقه مرة ثانية على المجموعة نفسها وتحت الظروف نفسها"<sup>(1)</sup> لذا قامت الباحثة باستخراج ثبات الاختبارات المهارية بطريقة الاختبار وإعادة الاختبار وهي من أسهل الطرق المستخدمة لمعرفة معامل ثبات الاختبارات وتستخدم بكثرة في اختبارات المجال الرياضي إذ قامت الباحثة بتطبيق الاختبارات نفسها وعلى المجموعة نفسها من طلاب التجربة الاستطلاعية مرتين متتاليتين تفصلهما أربعة أيام وذلك بتاريخ الاحد 2013/1/27 واعادته بتاريخ الخميس 2013 /1/ 31 . ثم قامت الباحثة بإيجاد العلاقة بين نتائج الاختبارات في

(1) محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان ؛ القياس في التربية وعلم النفس الرياضي . : ( القاهرة ، دار الفكر العربي ، 2000) ص265 .

(1) عبد الله الصمادي وماهر ولد ربيع ؛ القياس والتقويم النفسي والتربوي بين النظرية والتطبيق . ط1 . : ( عمان ، دار وائل للنشر والتوزيع ، 2004) ص188 .

المرّة الأولى والثانية باستخدام معامل الارتباط البسيط (بيرسون) ، وقد أظهرت نتائج الاختبارات المهارية بان الاختبارات تمتاز بمعامل ارتباط عالي أي بدرجة عالية من الثبات. وكما موضح في الجدول (6) .

### جدول(6)

#### يبين ثبات الاختبارات المهارية

المعالجات الإحصائية الاختبارات	معامل الارتباط	قيمة (ر) الجدولية *	الدلالة الإحصائية
الضرب الساحق	0,91	0,632	دال
حائط الصد	0,85		دال

### 3-1-6-3 موضوعية الاختبارات:-

لقد تحققت الباحثة من موضوعية الاختبارات المهارية المستخدمة ومدى ملائمتها لمستوى العينة وذلك عن طريق حساب معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بين درجات اثنين من المقومين (\*) الذين كان لهم الفضل في تسجيل النتائج للاختبارات المهارية وقد أظهرت النتائج بأن الاختبارات المهارية ذات موضوعية عالية . وهذا يعني عدم تأثر نتائج التقويم بالعوامل الذاتية أو الشخصية للخبير المصحح . "إن علامة المفحوص لا تختلف باختلاف المصححين<sup>(1)</sup> وكما موضح في جدول (7)

<sup>(1)</sup> م.د محمد وليد شهاب اختصاص اختبارات كرة طائرة / كلية التربية الرياضية / جامعة ديالى

م.د سعد عباس اختصاص علم نفس كرة طائرة / كلية التربية الرياضية / جامعة ديالى

<sup>(1)</sup> محمد محمود الحيلة ؛ مصدر سبق ذكره ، ص 387

## جدول (7)

## يبين موضوعية الاختبارات

المعالجات الإحصائية الاختبارات	معامل الارتباط	قيمة (ر) الجدولية *	الدلالة الإحصائية
الضرب الساحق	0,91	0,632	دال
حائط الصد	0,85		دال

## 3-7 الاختبارات القبليّة :-

لقد قامت الباحثة بإجراء الاختبارات القبليّة المتمثلة بالاختبارات المعرفية وهي اختبار توارنس والاختبارات المهاريّة لمهاتري الضرب الساحق وحائط الصد، وقد راعت الباحثة النقاط الآتية عند تطبيق الاختبارات القبليّة:-

1- إجراء الاختبارات تحت الظروف نفسها وفي الوقت نفسه من اليوم ولجميع أفراد العينة.

2- إجراء الاختبارات في المكان نفسه ولجميع أفراد العينة .

3- إجراء الاختبارات المهاريّة بالأجهزة والأدوات بنفسها ولجميع أفراد العينة .

4- العمل على أن يكون فريق العمل المساعد نفسه ولجميع أفراد العينة .

## 3-7-1 تنفيذ اختبار توارنس القبلي :-

لقد قامت الباحثة بتطبيق اختبار توارنس على شعب عينة البحث التجريبيّة و الضابطة وهي خمس شعب ( ا ، ب ، ج ، د ، هـ ) على التوالي ثم قامت الباحثة

باستخراج نتائج اختبار توارنس وعلى أساس مفتاح الاختبار أظهرت النتائج ثلاثة أنماط من الأفراد وهي (ايسر ، وايمين ،ومتكامل ) في كل شعبة ، لتحديد (20) طالبا من شعبة ( أ ) و (10) طلاب من شعبة (ج) و(30) طالبا من شعبة (ب) وعلى أساس مقياس اختبار توارنس اذ يعد احد مقاييس العزل وذلك بتاريخ الخميس 21 / 2 / 2013 في القاعات الدراسية لكلية التربية الرياضية / جامعة ديالى . وبمساعدة فريق العمل المساعد(\*) ومع مراعاة ما يأتي:-

- 1- توزيع الاستمارة الخاصة بالاختبار مع قلم لكل مختبر .
  - 2- قامت الباحثة بشرح تعليمات الاختبار بشكل واضح وبيان طريقة الإجابة
  - 3- توجيه المختبر بكتابة البيانات المطلوبة كالاسم والشعبة في الحقل الخاص بها .
  - 4- التأكد من فهم جميع أفراد العينة للاختبار وطريقة الإجابة .
  - 5- قيام الباحثة بجمع الاستمارات الخاصة بالاختبار
- ثم قامت الباحثة بتحديد الاسماء على أساس أن كل شعبة تحتوي على (10) طلاب فأكثر من نوع واحد سميت باسمهم مثلا أظهرت نتائج المقياس إن شعبة ( أ ) تحتوي (30) طالبا (ايسر وايمين ) كانت شعبة ( أ ) مجموعة ايمين وايسر ، ثم اختيار (20) من أصل (30) طالبا وبعد ترتيبهم تنازليا من الأعلى إلى الأدنى وعلى وفق درجات المقياس لتمثل المجموعة التجريبية وأظهرت نتائج المقياس أن شعبة ( ج ) تحتوي على (10) طلاب ذو نمط (متكامل ) لذا كانت شعبة ( ج ) مجموعة متكامل، لتمثل المجموعة التجريبية ايضاً علماً إن الباحثة كانت قد اختارت شعبة (ب) عن طريق المقياس ( اختبار توارنس) لتمثل المجموعة الضابطة اذ اختارت الباحثة (30) طالبا من مجموع (46) طالبا يمثلون هذه الشعبة، ليكونوا ضمن عينة التجربة الأساسية.

أما شعبة (د) فهي شعبة التجارب الاستطلاعية والتي استبعدتها الباحثة من عينة البحث الأساسية مع وجودها ضمن مجتمع البحث .

## 3-7-2 تنفيذ الاختبارات المهارية القبلية:-

قامت الباحثة بإعطاء وحدة تعليمية تعريفية لكل مهارة من مهارتي قيد البحث ولجميع أفراد العينة (التجريبية و الضابطة) . وذلك من اجل أن يتعرف الطلاب على الكيفية المطلوب بها أداء المهارة .

قامت الباحثة بإجراء الاختبارات المهارية القبلية لمهارة الضرب الساحق بالكرة الطائرة وذلك يوم الثلاثاء 26 / 2 / 2013 على قاعة كلية التربية الرياضية / جامعة ديالى .

ثم قامت الباحثة بإجراء الاختبارات المهارية القبلية لمهارة حائط الصد بالكرة الطائرة وذلك في يوم الاربعاء 2013/4/3 على قاعة كلية التربية الرياضية / جامعة ديالى.

وقد استعانت الباحثة بفريق العمل المساعد<sup>(\*)</sup> وبإشراف مباشر من قبل الباحثة مع ملاحظة ما يأتي:-

1- إعطاء العينة الوقت الكافي للإحماء مع تهيئة كافة مستلزمات الاختبارات المهارية وفريق العمل المساعد .

2- الشرح الوافي لأفراد العينة حول كيفية تنفيذ مفردات الاختبارات المهارية.

3- عرض الاختبار أمام الطلاب من قبل احد أفراد فريق العمل المساعد (النموذج).

4- تصوير الاختبار بكاميرا فيديو، ثم تحويلها على اقراص (CD) ثم عرضها على ثلاثة خبراء (مقومين) وباختصاص الكرة الطائرة .

(\*) انظر ملحق (6)

### 3-8 المنهج التعليمي باستخدام التصور العقلي والادراك الحس -حركي لذوي السيادة المخية:-

من اجل تحقيق أهداف البحث قامت الباحثة وبأشراف السادة المشرفين بإعداد منهج تعليمي باستخدام التصور العقلي والادراك الحس - حركي والخاص بالمجموعة التجريبية و تضمن (16) وحدة تعليمية منها (8) وحدات تعليمية لمهارة الضرب الساحق و(8) وحدات تعليمية لمهارة حائط الصد وواقع وحدتين تعليميتين أسبوعيا مدة الوحدة التعليمية (90) دقيقة . أي بواقع اربع أسابيع للمهارة الواحدة اذ تم البدء بتطبيق الوحدات التعليمية في يوم الاربعاء 2013/2/27 الى غاية يوم الخميس 2013/5/2 وبالنظر لحدوث عطل ومناسبات خلال مدة تنفيذ المنهاج فقد عوضت الوحدات في ايام اخرى من الاسبوع نفسه وذلك للعمل على اتمام تنفيذ الوحدات المخصصة من المنهاج . وبعد الاتفاق مع السادة المشرفين واطلاع الباحثة على المصادر العلمية (\*) والأخذ بأراء الخبراء (\*\*\*) قامت الباحثة بوضع التمارين (\*\*\*) ضمن المنهاج التعليمي المقترح وبطريقة التمرين المتسلسل المتدرج الصعوبة وصياغة المفردات التي تنفذ على المجموعة التجريبية دون المجموعة الضابطة مع ملاحظة ما يأتي :-

1. أن تحقق التمارين الموضوعية الغرض منها
  2. ان تكون تمارين ملائمة ومستوى العينة .
  3. أن يكون هناك تدرج في مستوى الصعوبة عند وضع التمارين ضمن الوحدة التعليمية الواحدة وضمن المنهج ككل .
- أما المجموعة الضابطة فتعتمد على مفردات الكلية المقرر والمعتمده سنويا لطلاب الصفوف الثانية في كليات التربية الرياضية و أقسامها في العراق.

(\*) الدراسات التي اطلعت عليها الباحثة  
- عقيل عبد الله الكاتب .المصدر السابق، 1987.

- سعد حماد الجميلي . موسوعة الالف تمرين في الكرة الطائرة . عمان : دار زهراء للنشر والتوزيع ، 2002

(\*\*) انظر ماحق (4)  
(\*\*\*) انظر ملحق(10)

وقامت الباحثة بعرض وحدات المنهاج التعليمي بعد تعديلها على ضوء التجربة الاستطلاعية على مجموعة من الخبراء والمختصين<sup>(\*)</sup> في مجال الكرة الطائرة وذلك للتأكد من صلاحيته ومدى تحقيقه للغرض الذي وضع من أجله والأخذ بالتعديلات والملاحظات وبما يعزز من سلامة المنهج التعليمي. ولقد تم تنفيذ المنهج التعليمي باستخدام التصور العقلي والادراك الحس - حركي على المجموعة التجريبية.

وبعد ما قامت الباحثة بإجراء المقابلات الشخصية مع الخبراء لمعرفة أوقات التصور العقلي<sup>(\*)</sup> كان أوقات تمارين التصور في بداية الوحدة التعليمية وزمن الوحدة التعليمية (15 دقيقة الخاص بالتصور العقلي) إذا كانت تعطى للطلاب في القاعة بعد تطبيق الاسترخاء الذاتي مع استخدام جهاز للعرض (داتا شو) لعرض المهارات قيد البحث، وعرض مهارة الضرب الساحق وحائط الصد، كما استخدمت الباحثة تمارين الادراك الحس الحركي الذي أعدته الباحثة في المنهاج اما المجموعة الضابطة فاعتمدت على منهاج الكلية المقرر الفصل الدراسي الثاني للعام الدراسي (2012-2013) وللمدة من الاربعاء 2013/2/27 ولغاية الخميس 2013 /5/2 في قاعة كلية التربية الرياضية/ جامعة ديالى وقد كان زمن الوحدة التعليمية (90) دقيقة موزعة على النحو الآتي:-

- (15) دقيقة خاصة لتمارين التصور العقلي<sup>(\*\*)</sup> تم استقطاع (15) دقيقة من الجزء الرئيسي للوحدة التعليمية والخاصة بتمارين التصور العقلي وكانت تعطى قبل البدء مباشرة في الوحدة التعليمية وداخل القاعة الدراسية .

#### 1- القسم الإعدادي :-

ومدته (15) دقيقة ويتضمن :-

أ- المقدمة والإحماء العام :- وفيها يتم اخذ الغياب وتهيئة الأدوات اللازمة لإنجاح الوحدة التعليمية وإعطاء تمارين عامة لجميع أعضاء الجسم ومدته (8) دقائق .

(\* ) انظر ملحق (11) (12)

(\* ) انظر ملحق (3)

(\*\*) اعطاء تمارين التصور العقلي في بداية الوحدة التعليمية

ب- الإحماء الخاص :- ويتم فيه إعطاء تمارين خاصة بالمهارة قيد الدرس والأجزاء والعضلات العاملة لأداء هذه المهارة ومع الكرات ومدته (7) دقائق.

## 2- القسم الرئيسي :-

هو القسم الذي يتم فيه تعلم المهارات ومدته (65) وهو قسمان :-

أ- القسم التعليمي :- ويتم فيه شرح المهارة من قبل المدرس ومن ثم عرض النموذج من قبل المدرس المساعد لتوضيح طريقة أداء المهارة بصورة صحيحة ومدته (10) دقائق

ب- القسم التطبيقي :- اما القسم التطبيقي فيتم فيه ممارسة أداء التمارين المهارية والحس - حركي من قبل الطلاب وإجراء التصحيحات لأخطاء الأداء المهاري من قبل المدرس وإعطاء التغذية الراجعة ومدته (40) دقيقة .

## 3- القسم الختامي :-

ويتم فيه إعطاء تمارين التهدئة والاسترخاء مع إعطاء لعبة ترويحية وبعض التوجيهات واخذ الغيابات للطلاب وإنهاء الوحدة التعليمية ومدته (10) دقائق .



**3-9 تنفيذ المنهج التعليمي :-**

قام المدرس المختص بتنفيذ المنهج التعليمي وبإشراف الباحثة إذ نفذ الأسلوب التعليمي (باستخدام التصور العقلي والإدراك الحس - حركي ) على للمجموعة التجريبية ومفردات الكلية المقررة على المجموعة الضابطة لتكون كالاتي:-

1- المجموعات التجريبية ( ايمن - ايسر - متكامل ) (للمنهاج التعليمي باستخدام التصور العقلي والادراك الحس - حركي ).

2- المجموعات الضابطة ( ايمن - ايسر - متكامل ) (مفردات الكلية ).

اذ بدأ تطبيق المنهاج يوم الاربعاء 2013/2/27 لمهارة الضرب الساحق وانتهى البرنامج يوم الأحد 2013/3/24 بينما بدأ البرنامج لمهارة حائط الصد يوم الاحد 2013/4/7 وانتهى البرنامج يوم الخميس 2013 /5/2.

## الجدول (9)

يبين العدد النهائي لمجاميع البحث الثلاث والأسلوب التعليمي والمعرفي لكل مجموعة والنسبة المئوية

النسبة المئوية	المجموع	السيادة المخية	الأسلوب التعليمي	الشعب	مجموعات البحث
16,666	10	ايسر	تصور عقلي وادراك	شعبة ( أ )	المجموعات التجريبية
16,666	10	ايمن	حس - حركي		
16,666	10	متكامل	تصور عقلي وادراك حس - حركي	شعبة ( ج )	
16,666	10	ايسر	المتبع (التقليدي)	شعبة ( ب )	
16,666	10	ايمن			
16,666	10	متكامل			
% 100	60	المجموع			

وقد اخذت الباحثة بنظر الاعتبار ما يأتي :-

- 1- قيام المدرس<sup>(\*)</sup> نفسه بتنفيذ المنهج التعليمي للمجموعات التجريبية والضابطة.
- 2- تعليم شعبي المجموعة التجريبية مهارتي الضرب الساحق وحائط الصد باستخدام التصور العقلي والادراك الحس - حركي
- 3- تعليم المجموعات الضابطة مهارتي الضرب الساحق وحائط الصد على مفردات الكلية والمعتمده في كليات التربية الرياضية وأقسامها في العراق.

<sup>(\*)</sup>م.د سعد عباس الجنابي ، اختصاص علم نفس- كرة طائرة ، كلية التربية الرياضية/ جامعة ديالى

- 4- يقوم المدرس بالتصحيح وإعطاء التغذية الراجعة الفردية والجماعية للمجموعات التجريبية والمجموعات الضابطة .
- 5- يقوم المدرس بتوجيه الأسئلة الخاصة بالمهارة المتعلمة لجميع طلاب المجموعات التجريبية والضابطة .
- 6- تعويض أي وحدة تعليمية تصادف عطلا رسمية أو أي ظرف طارئ من أي نوع .

### 3-10 الاختبارات المهارية البعدية :-

قامت الباحثة بإجراء الاختبارات المهارية البعدية لمهارة الضرب الساحق بتاريخ الاثنين 2013/3/25 على قاعة كلية التربية الرياضية / جامعة ديالى ومهارة حائط الصد يوم الاحد بتاريخ 2013/5/5 وذلك بعد الانتهاء من تنفيذ المنهاج التعليمي المستمر لمدة شهرين منها اربع أسابيع لكل مهارة من المهارتين قيد البحث وقد قامت الباحثة بتوفير الظروف نفسها التي تمت بها الاختبارات القبلية . من حيث الوقت من اليوم والمكان والأجهزة والأدوات وفريق العمل المساعد من اجل معرفة تأثير المنهج التعليمي باستخدام التصور العقلي والادراك الحس - حركي في مهارتي الضرب الساحق وحائط الصد بالكرة الطائرة وعلى وفق كل من الانماط (ايسر - ايمن - متكامل) مقرونة مع بعضها من جهة ومع المجموعات الضابطة من جهة أخرى.

### 3-12 اختبارات الاحتفاظ :-

قامت الباحثة بإجراء اختبارات الاحتفاظ بمستوى الأداء المهاري لمهارتي الضرب الساحق بعد سبعة ايام من الاختبارات البعدية وتم الاختبار الاحتفاظ يوم الثلاثاء 2013/4/2 وتم اختبار الاحتفاظ لحائط الصد بعد سبعة أيام من الاختبارات البعدية وكان في يوم الاثنين 2013/5/13 وذلك للتعرف على مقدار الاحتفاظ بمهارتي الضرب الساحق وحائط الصد بالكرة الطائرة ومن خلال تحديد النسبة المئوية للفقدان ، وقد حرصت الباحثة على عدم ممارسة أداء المهارات قيد البحث خلال هذه المدة.

المخطط التالي يوضح إجراءات البحث الميدانية.

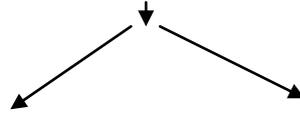
مجتمع البحث (233) طالب



عينة البحث (60) طالبا

تجربة استطلاعية لاختبار توارنس

على عينة مستبعدة ومن ضمن مجتمع البحث



إجراء اختبار توارنس

الاختبار

الاختبار

(ايسر - ايمن - متكامل)

(ايسر - ايمن - متكامل)

المجموعات التجريبية شعب (أ - ج) (30) طالب المجموعات الضابطة (ب) (30) طالب



(إعطاء وحدة تعليمية تعريفية لعينة التجربة الاستطلاعية)



إجراء التجربة الاستطلاعية للاختبارات المهارية



إعادة الاختبارات المهارية للعينة نفسها بعد خمسة أيام للحصول على الثبات

تجربة استطلاعية للمنهج التعليمي



وحدتان تعليميتان تعريفيتان لعينة التجربة الأساسية (واحدة لكل مهارة)



إجراءات الاختبارات المهارية القبليّة



تنفذ المنهج التعليمي



إجراء الاختبارات المهارية البعدية لمستوى الأداء المهاري

إجراء اختبارات الاحتفاظ لمستوى الأداء المهاري بعد سبعة أيام

## 12-3 الوسائل الإحصائية :-

استخدمت الباحثة الحقيبة الإحصائية للعلوم النظرية (SPSS) ، إذ تم استخدام الوسائل الآتية:

- 1 - الوسط الحسابي
- 2 - الانحراف المعياري
- 3 - معامل الارتباط البسيط (بيرسون)
- 4- معامل الالتواء
- 5- الاختبار التائي (T.test) لعينتين غير مرتبطتين متساوية في العدد
- 7- الاختبار التائي (T.Test) لعينتين مرتبطتين .
- 8 - اختبار تحليل التباين (F-Test)
- 9 - اختبار (L.S.D)
- 10 - النسبة المئوية
- 11- النسبة المئوية للفقدان =

$$\text{النسبة المئوية للفقدان} = \frac{\text{مقدار الفقدان}}{\text{مقدار التطور}} \times 100\%$$

## 4 - عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها :-

يتضمن هذا الباب عرضاً وتحليلاً لنتائج اختبارات البحث المستخدمة التي تم التوصل إليها بعد معالجتها احصائياً ثم مناقشتها في ضوء الدراسات النظرية والدراسات المشابهة والسابقة بهدف التحقق من فرضيات البحث للتوصل الى الاستنتاجات والتوصيات المناسبة.

## 1-4 عرض نتائج الاختبارات المهارية القبلية والبعديّة وتحليلها ومناقشتها :-

1-1-4 عرض نتائج الاختبارات المهارية القبلية والبعديّة لاختبار مهارة الضرب الساحق بالكرة الطائرة وتحليلها:-

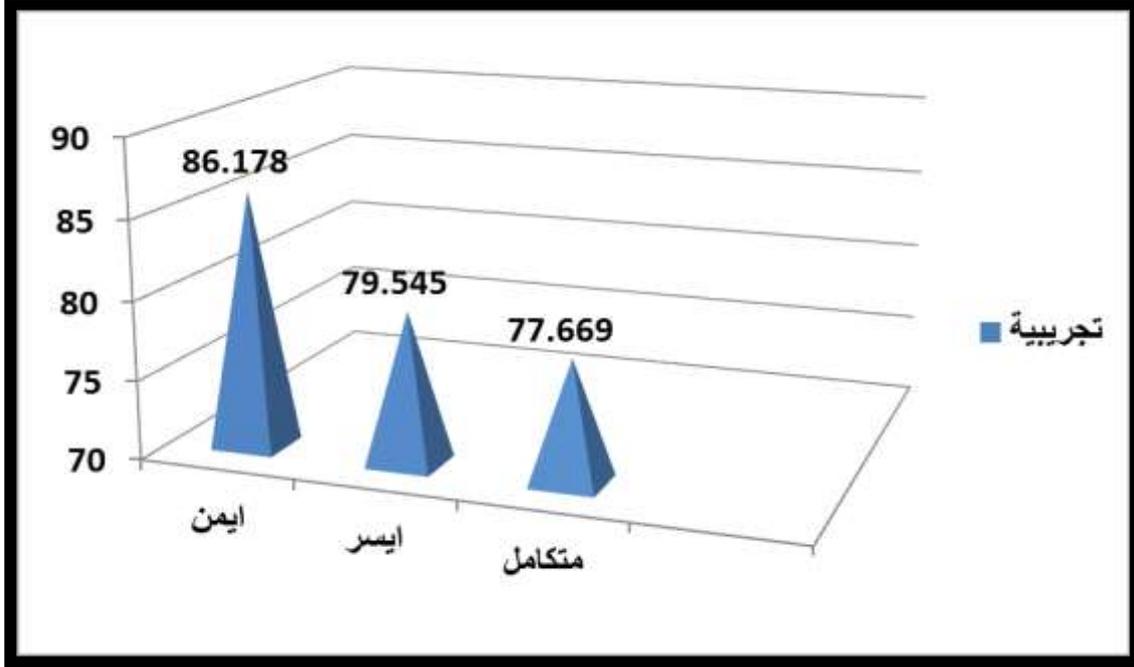
## جدول (10)

عرض نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة لمهارة الضرب الساحق بالكرة الطائرة للمجموعات التجريبية (ايمن , ايسر , متكامل)

نسبة التطور %	بعدي		قبلي		وحدة القياس	المعالجات المتغيرات	الانماط	ت
	± ع	س	± ع	س				
86.178 %	0.747	6.15	0.529	0.850	درجة	الضرب الساحق	ايمن	1
79.545 %	0.658	6.600	0.668	1.350			ايسر	2
77.669 %	0.747	5.150	0.579	1.150			متكامل	3

يبين الجدول (10) نتائج قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري لنتائج الاختبارات القبلية والبعديّة لاختبار مهارة الضرب الساحق، إذ بلغ الوسط الحسابي لنمط الايمن (0.850) والانحراف المعياري (0.529) في الاختبار القبلي إما في الاختبار البعدي، فقد بلغ الوسط الحسابي لنمط الايمن (6.15) والانحراف المعياري، (0.747) وبلغت نسبة التطور (86.178) . وبلغ الوسط الحسابي لنمط الايسر (1.350) والانحراف المعياري (0.668) في الاختبار القبلي إما في الاختبار البعدي، فقد بلغ الوسط

الحسابي لنمط الايسر ( 6.600 ) ولانحراف المعياري ( 0.658 ) وبلغت نسبة التطور (79.545) وبلغ الوسط الحسابي لنمط المتكامل ( 1.150 ) ولانحراف المعياري ( 0.579 ) في الاختبار القبلي إما في الاختبار البعدي، فقد بلغ الوسط الحسابي لنمط المتكامل (5.150) ولانحراف المعياري (0.747) وبلغت نسبة التطور (77.669) والشكل (10) يوضح ذلك.



شكل (10)

يوضح نسب التطور للمجموعات التجريبية في مهارة الضرب الساق

## جدول (11)

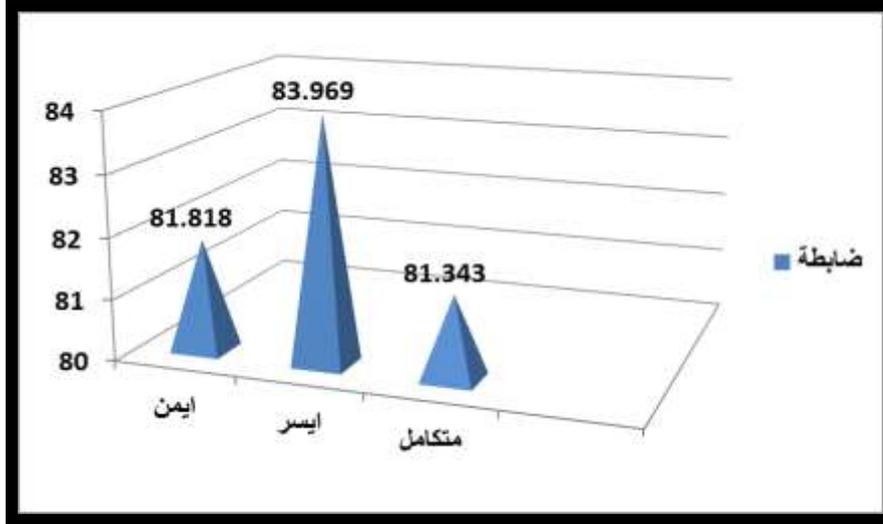
عرض نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة لمهارة الضرب الساحق بالكرة الطائرة  
للمجموعات الضابطة (ايمن , ايسر , متكامل)

نسبة التطور %	بعدي		قبلي		وحدة القياس	المعالجات المتغيرات	لانماط	ت
	± غ	س	± غ	س				
81.818 %	1.201	5.500	0.527	1.000	درجة	الضرب الساحق	ايمن	1
83.969 %	0.685	6.550	0.497	1.050			ايسر	2
81.343 %	0.714	6.700	0.540	1.250			متكامل	3

يبين الجدول (11) نتائج قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري لنتائج الاختبارات القبلية والبعديّة لاختبار مهارة الضرب الساحق، إذ بلغ الوسط الحسابي للنمط الايمن ( 1.000 ) والانحراف المعياري ( 0.527 ) في الاختبار القبلي إما في الاختبار البعدي، فقد بلغ الوسط الحسابي لنمط الايمن ( 5.500 ) والانحراف المعياري، ( 1.201 ) وبلغت نسبة التطور ( 81.818 ) .

وبلغ الوسط الحسابي لنمط الايسر ( 1.050 ) والانحراف المعياري ( 0.497 ) في الاختبار القبلي إما في الاختبار البعدي، فقد بلغ الوسط الحسابي لنمط الايسر ( 6.550 ) . والانحراف المعياري ( 0.685 ) وبلغت نسبة التطور ( 83.969 ) .  
وبلغ الوسط الحسابي لنمط المتكامل ( 1.250 ) والانحراف المعياري ( 0.540 ) في الاختبار القبلي إما في الاختبار البعدي، فقد بلغ الوسط الحسابي لنمط المتكامل ( 6.700 ) والانحراف المعياري ( 0.714 ) وبلغت نسبة التطور ( 81.343 ) . والشكل

(11) يوضح ذلك



شكل (11)

يوضح نسب التطور للمجموعات الضابطة في مهارة الضرب الساحق

4-1-2 عرض نتائج (T) ودلالة الفروق بين نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعتين التجريبيّة والضابطة لمهارة الضرب الساحق وتحليلها:-  
بعد التعرف على الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية في متغيرات الدراسة للمجموعتين التجريبيّة والضابطة قامت الباحثة باستخراج قيمة (T) ودلالة الفروق بين نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية وكما مبين في الجدول أدناه:

جدول (12)

يبين قيم فرق الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للفروق وقيمة (T) المحسوبة ودلالة الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدى لمهارة الضرب الساحق للمجموعات التجريبيّة

الدالة	قيمة (T)		ع ف	س ف	ن	المعالجات المتغيرات	لانماط	ت
	قيم الدالة	المحسوبة						
معنوي	0.021	23.443	0.714	5.300	10	الضرب الساحق	ايمن	1
معنوي	0.010	34.167	0.485	5.250			ايسر	2
معنوي	0.048	13.858	0.912	4.000			متكامل	3

يتبين من جدول (12) ان فرق الوسطين الحسابيين بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي لنمط اليمين في مهارة الضرب الساق (5.300) بانحراف معياري قدره ( 0.714)، وبلغت قيمة (t) المحسوبة ( 23.443) مما يدل على معنوية الفروق عند مستوى الخطأ (0.05) بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي .

وبلغ فرق الوسطين الحسابيين بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي لنمط اليسر في مهارة الضرب الساق (5.250) بانحراف معياري قدره ( 0.485)، وبلغت قيمة (t) المحسوبة ( 34.167) مما يدل على معنوية الفروق عند مستوى الخطأ (0.05) بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي . وبلغ فرق الوسطين الحسابيين بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي لنمط المتكامل في مهارة الضرب الساق (4.000) بانحراف معياري قدره ( 0.912)، وبلغت قيمة (t) المحسوبة ( 13.858) مما يدل على معنوية الفروق عند مستوى الخطأ (0.05) بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي .

### جدول (13)

يبين قيم فرق الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للفروق وقيمة (T) المحسوبة ودلالة الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي لمهارة الضرب الساق للمجموعات الضابطة

الدالة	قيمة (T)		ع ف	س ف	ن	المعالجات المتغيرات	لانماط	ت
	المحسوبة	قيم الدلالة						
معنوي	0.000	16.745	0.849	4.500	10	الضرب الساق	ايمن	1
معنوي	0.008	22.249	0.781	5.500			ايسر	2
معنوي	0.032	31.327	0.550	5.450			متكامل	3

يتبين من جدول (13) ان فرق الوسطين الحسابيين بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي لنمط اليمين في مهارة الضرب الساق ( 4.500) بانحراف معياري قدره ( 0.849)، وبلغت قيمة (t) المحسوبة ( 16.745) مما يدل على معنوية الفروق عند مستوى الخطأ (0.05) بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي .

وبلغ فرق الوسطين الحسابيين بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي لنمط اليسر في مهارة الضرب الساق ( 5.500) بانحراف معياري قدره (0.781)، وبلغت قيمة (t) المحسوبة

( 22.249 ) مما يدل على معنوية الفروق عند مستوى الخطأ (0.05) بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي . وبلغ فرق الوسطين الحسابيين بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي لنمط المتكامل في مهارة الضرب الساحق (5.450 ) بانحراف معياري قدره (0.550)، وبلغت قيمة (t) المحسوبة (31.327) مما يدل على معنوية الفروق عند مستوى الخطأ (0.05) بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي .

#### 3-1-4 عرض نتائج الاختبارات المهارية القبلية والبعدية لاختبار مهارة حائط الصد بالكرة الطائرة وتحليلها:-

##### جدول ( 14 )

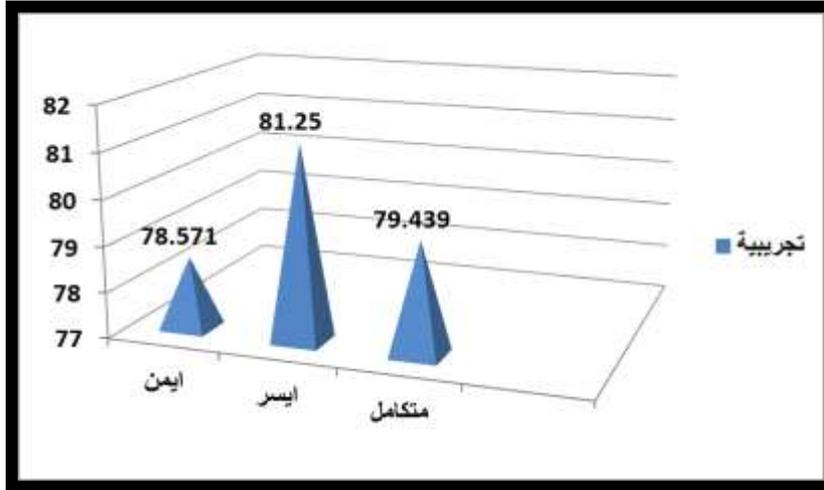
عرض نتائج الاختبارات القبلية والبعدية لمهارة حائط الصد بالكرة الطائرة للمجموعات التجريبية (ايمن , ايسر , متكامل)

نسبة التطور %	بعدي		قبلي		وحدة القياس	المعالجات المتغيرات	لانماط	ت
	$\pm$ ع	س	$\pm$ ع	س				
78.571 %	0.809	5.600	0.674	1.200	درجة	حائط الصد	ايمن	1
81.250 %	0.994	5.600	0.497	1.050			ايسر	2
79.439 %	0.709	5.350	0.699	1.100			متكامل	3

يبين الجدول ( 14 ) نتائج قيم الوسط الحسابي ولانحراف المعياري لنتائج الاختبارات القبلية والبعدية لاختبار مهارة حائط الصد، إذ بلغ الوسط الحسابي لنمط الايمن ( 1.200 ) ولانحراف المعياري ( 0.674 ) في الاختبار القبلي إما في الاختبار البعدي، فقد بلغ الوسط الحسابي لنمط الايمن ( 5.600 ) ولانحراف المعياري ( 0.809 ) وبلغت نسبة التطور ( 78.571 ) . وبلغ الوسط الحسابي لنمط الايسر ( 1.050 ) ولانحراف المعياري ( 0.497 ) في الاختبار القبلي إما في الاختبار البعدي، فقد بلغ الوسط

الحسابي لنمط الايسر (5.600) والانحراف المعياري، ( 0.994 ) وبلغت نسبة التطور ( 81.250 ) .

وبلغ الوسط الحسابي لنمط المتكامل ( 1.100 ) والانحراف المعياري ( 0.699 ) في الاختبار القبلي إما في الاختبار البعدي، فقد بلغ الوسط الحسابي لنمط المتكامل ( 5.350 ) والانحراف المعياري ( 0.709 ) وبلغت نسبة التطور ( 79.439 ) . والشكل (12) يوضح ذلك



شكل (12)

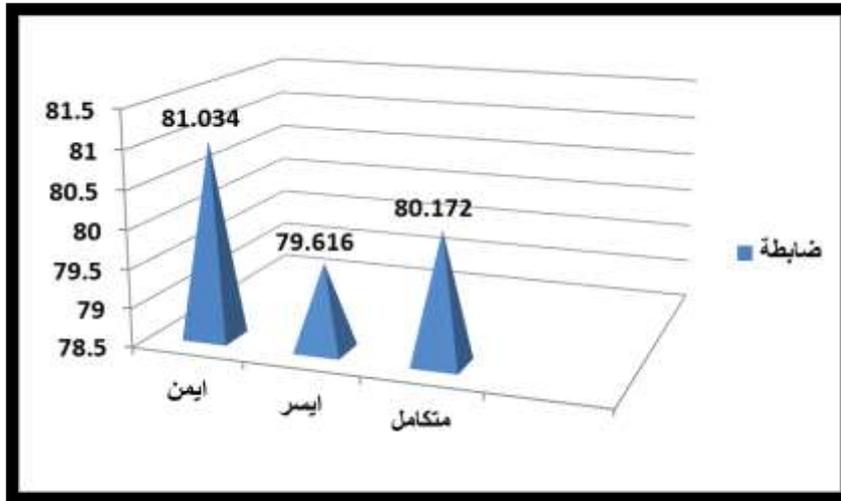
يوضح نسب التطور للمجموعات التجريبية في مهارة حائط الصد

جدول (15)

عرض نتائج الاختبارات القبلي والبعدي لمهارة حائط الصد بالكرة الطائرة للمجموعات الضابطة (ايمن , ايسر , متكامل)

نسبة التطور %	بعدي		قبلي		وحدة القياس	المعالجات المتغيرات	لانماط	ت
	± ع	س	± ع	س				
81.034 %	0.809	5.800	0.674	1.100	درجة	حائط الصد	ايمن	1
79.616 %	0.801	5.150	0.724	1.050			ايسر	2
80.172 %	1.251	5.800	0.579	1.150			متكامل	3

يبين الجدول (15) نتائج قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري لنتائج الاختبارات القبلية والبعديّة لاختبار مهارة حائط الصد، إذ بلغ الوسط الحسابي لنمط اليمين (1.100) والانحراف المعياري (0.674) في الاختبار القبلي إما في الاختبار البعدي، فقد بلغ الوسط الحسابي لنمط اليمين (5.800) والانحراف المعياري، (0.809) وبلغت نسبة التطور (81.034). وبلغ الوسط الحسابي لنمط اليسر (1.050) والانحراف المعياري (0.724) في الاختبار القبلي إما في الاختبار البعدي، فقد بلغ الوسط الحسابي لنمط اليسر (5.150) والانحراف المعياري (0.801) وبلغت نسبة التطور (79.616). وبلغ الوسط الحسابي لنمط المتكامل (1.150) والانحراف المعياري (0.579) في الاختبار القبلي إما في الاختبار البعدي، فقد بلغ الوسط الحسابي لنمط المتكامل (5.800) والانحراف المعياري (1.251) وبلغت نسبة التطور (80.172). والشكل (13) يوضح ذلك.



شكل (13)

يوضح نسب تطور الاختبارات القبلية والبعديّة لمهارة حائط الصد بالكرة الطائرة للمجموعات الضابطة (يمين, اليسر, متكامل)

4-1-4 عرض نتائج (T) ودلالة الفروق بين نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعات التجريبية والضابطة لمهارة حائط الصد:-

جدول (16)

يبين قيم فرق الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للفروق وقيمة (T) المحسوبة ودلالة الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدى لمهارة حائط الصد للمجموعات التجريبية

الدلالة	قيمة (T)		ع ف	س ف	ن	المعالجات المتغيرات	لانماط	ت
	المحسوبة	قيم الدلالة						
معنوي	0.005	17.963	0.774	4.400	10	حائط الصد	ايمن	1
معنوي	0.042	22.365	0.643	4.550			ايسر	2
معنوي	0.007	17.000	0.790	4.250			متكامل	3

يتبين من جدول (16) ان فرق الوسطين الحسابيين بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدى لنمط الايمن في مهارة حائط الصد(4.400) بانحراف معياري قدره (0.774) ، وبلغت قيمة (t) المحسوبة ( 17.963 ) مما يدل على معنوية الفروق عند مستوى الخطأ(0.05) بين الاختبارين القبلي والبعدى ولصالح الاختبار البعدى.

ويبلغ فرق الوسطين الحسابيين بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدى لنمط الايسر في مهارة حائط الصد(4.550) بانحراف معياري قدره (0.643) ، وبلغت قيمة (t) المحسوبة ( 22.365 ) مما يدل على معنوية الفروق عند مستوى الخطأ(0.05) بين الاختبارين القبلي والبعدى ولصالح الاختبار البعدى .

ويبلغ فرق الوسطين الحسابيين بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدى لنمط المتكامل في مهارة حائط الصد(4.250) بانحراف معياري قدره (0.790) ، وبلغت قيمة (t) المحسوبة ( 17.000 ) مما يدل على معنوية الفروق عند مستوى الخطأ(0.05) بين الاختبارين القبلي والبعدى ولصالح الاختبار البعدى .

## جدول (17)

يبين قيم فرق الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للفروق وقيمة (T) المحسوبة ودلالة الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي لمهارة حائط الصد للمجموعات الضابطة

الدالة	قيمة (T)		ع ف	س ف	ن	المعالجات المتغيرات	لانماط	ت
	المحسوبة	قيم الدلالة						
معنوي	0.013	23.500	0.632	4.700	10	حائط الصد	ايمن	1
معنوي	0.000	12.362	1.048	4.100			ايسر	2
معنوي	0.045	16.644	0.883	4.650			متكامل	3

يتبين من جدول (17) ان فرق الوسطين الحسابيين بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي لنمط الايمن في مهارة حائط الصد ( 4.700 ) بانحراف معياري قدره ( 0.632 )، وبلغت قيمة (t) المحسوبة (23.500) مما يدل على معنوية الفروق عند مستوى الخطأ (0.05) بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي . وبلغ فرق الوسطين الحسابيين بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي لنمط الايسر في مهارة حائط الصد ( 4.100 ) بانحراف معياري قدره ( 1.048 )، وبلغت قيمة (t) المحسوبة ( 12.362 ) مما يدل على معنوية الفروق عند مستوى الخطأ (0.05) بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي.

وبلغ فرق الوسطين الحسابيين بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي لنمط المتكامل في مهارة حائط الصد ( 4.650 ) بانحراف معياري قدره ( 0.883 )، وبلغت قيمة (t) المحسوبة ( 16.644 ) مما يدل على معنوية الفروق عند مستوى الخطأ (0.05) بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي .

4-1-5 عرض نتائج الاختبارات المهارية البعدية لمجموعات البحث التجريبية والضابطة في اختبار مهارة الضرب الساحق وتحليلها:-

لغرض المقارنة في نتائج الاختبارات البعدية بين تأثير المنهج المعد من قبل الباحثة والمطبق ولمعرفة أيهم كان الأفضل في تعلم مهارة الضرب الساحق اذ تم استخدام تحليل التباين (F) بين لانماط (ايمن, ايسر, متكامل) في مجموعتي البحث التجريبية والضابطة.

## جدول (18)

عرض نتائج اختبار ( F ) في مجموعات البحث التجريبية والضابطة في الاختبارات  
البعدية لمهارة الضرب الساحق

الدالة الإحصائية	قيمة (F)		متوسط المربعات	درجة الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين	المعالجات الإحصائية الاختبارات	ت
	المحسوبة	قيم الدالة						
معنوي	5.714	0.001	3.304	5	16.521	بين المجموع	الضرب الساحق	1
			0.578	54	31.225	داخل المجموع		

ان الجدول (18) يبين نتائج تحليل التباين لتقويم مهارة الضرب الساحق بين الأنماط الثلاثة وأظهرت النتائج وجود فروق معنوية بين الأنماط وذلك لان قيمة (F) المحسوبة البالغة (5.714) وهي اكبر من قيمة (F) الجدولية البالغة (2.52) عند درجتى حرية (5, 54) وتحت مستوى دلالة (0.05). وهذا يدل على أن هناك تبايناً في تعلم المهارة لمجموعتي البحث (التجريبية، الضابطة) للأنماط الستة وهذا يعني وجود فروق معنوية للأنماط الستة بين المجموعات. ولما هذه الوسيلة الإحصائية لا تعطينا أي من المجموع الأفضل بين تلك الاختبار. لذلك استخدمت الباحثة اختبار ( L . S . D ) للمقارنات البعدية والجدول (19) يوضح ذلك.

4-1-6 عرض نتائج اختبار (L. S. D) بين لانماط لمهارة الضرب الساحق ولمجموعات البحث التجريبية والضابطة وتحليلها:-  
جدول (19)

يبين نتائج اختبار (L.S.D) لمعرفة قيمة أقل فرق معنوي بين لانماط في مجموعات البحث التجريبية والضابطة في مهارة الضرب الساحق

الدالة الإحصائية	قيم الدلالة	قيمة L.S.D	فرق الأوساط الحسابية	المجاميع	ت
		(0.05)			
غير معنوي	0.215	0.543	0.45	6.60 - 6.15	1
معنوي	0.005		1	5.15-6.15	2
معنوي	0.012		0.65	5.50-6.15	3
غير معنوي	0.221		0.40	6.55-6.15	4
معنوي	0.005		0.55	6.70-6.15	5
معنوي	0.000		1.45	5.15 - 6.60	6
معنوي	0.023		1.10	5.50-6.60	7
معنوي	0.559		0.05	6.50-6.60	8
غير معنوي	0.559		0.10	6.70-6.60	9
غير معنوي	0.607		0.35	5.50 - 5.15	10
معنوي	0.001		1.40	6.55-5.15	11
معنوي	0.000		1.55	6.70-5.15	12
معنوي	0.005		1.05	6.55- 5.50	13
معنوي	0.001		1.20	6.70- 5.50	14
غير معنوي	0.578		0.15	6.70- 6.55	15

يتبين من خلال الجدول (19)

1- عدم وجود فروق معنوية بين نمط (الايمن ) ونمط (الايسر) في المجموعة التجريبية لمهارة الضرب الساقق وذلك لان فروق الاوساط الحسابية (0.45) وهي اصغر من قيمة ( L.S.D ) المحسوبة وباللغة(0.543)و عند مستوى دلالة (0.05).

2- وجود فروق معنوية بين نمط (الايمن ) ونمط (المتكامل) في المجموعة التجريبية لمهارة الضرب الساقق وذلك لان فروق الاوساط الحسابية (1) وهي اكبر من قيمة ( L.S.D ) المحسوبة وباللغة(0.543) ولصالح نمط (الايمن) للمجموعة التجريبية وعند مستوى دلالة (0.05).

3- وجود فروق معنوية بين نمط (الايمن ) في المجموعة التجريبية ونمط (الايمن) للمجموعة الضابطة لمهارة الضرب الساقق وذلك لان فروق الاوساط الحسابية (0.65) وهي اكبر من قيمة ( L.S.D ) المحسوبة وباللغة(0.543) ولصالح نمط (الايمن) للمجموعة التجريبية وعند مستوى دلالة (0.05).

4- عدم وجود فروق معنوية بين نمط (الايمن ) في المجموعة التجريبية ونمط (الايسر) في المجموعة الضابطة لمهارة الضرب الساقق وذلك لان فروق الاوساط الحسابية (0.40) وهي اصغر من قيمة ( L.S.D ) المحسوبة وباللغة(0.543) وعند مستوى دلالة (0.05).

5- وجود فروق معنوية بين نمط (الايمن ) في المجموعة التجريبية ونمط (المتكامل) في المجموعة الضابطة لمهارة الضرب الساقق وذلك لان فروق الاوساط الحسابية (0.55) وهي اكبر من قيمة ( L.S.D ) المحسوبة وباللغة(0.543) ولصالح نمط (المتكامل) للمجموعة الضابطة وعند مستوى دلالة (0.05).

6- وجود فروق معنوية بين نمط (الايسر ) في المجموعة التجريبية ونمط (المتكامل) في المجموعة التجريبية لمهارة الضرب الساقق وذلك لان فروق الاوساط الحسابية (1.45) وهي اكبر من قيمة ( L.S.D ) المحسوبة وباللغة(0.543) ولصالح نمط (الايسر) وعند مستوى دلالة (0.05).

7- وجود فروق معنوية بين نمط (الايسر ) في المجموعة التجريبية ونمط (الايمن) في المجموعة الضابطة لمهارة الضرب الساحق وذلك لان فروق الاوساط الحسابية (1.10) وهي اكبر من قيمة ( L.S.D ) المحسوبة وبالباغة(0.543) ولصالح نمط (الايسر) في المجموعة التجريبية وعند مستوى دلالة (0.05) .

8- وجود فروق معنوية بين نمط (الايسر ) في المجموعة التجريبية ونمط (الايسر) في المجموعة الضابطة لمهارة الضرب الساحق وذلك لان فروق الاوساط الحسابية (0.05) وهي اصغر من قيمة ( L.S.D ) المحسوبة وبالباغة(0.543) وعند مستوى دلالة (0.05).

9- عدم وجود فروق معنوية بين نمط (الايسر ) في المجموعة التجريبية ونمط (المتكامل) في المجموعة الضابطة لمهارة الضرب الساحق وذلك لان فروق الاوساط الحسابية (0.10) وهي اصغر من قيمة ( L.S.D ) المحسوبة وبالباغة(0.543) وعند مستوى دلالة (0.05).

10- عدم وجود فروق معنوية بين نمط (المتكامل ) في المجموعة التجريبية ونمط (الايمن) في المجموعة الضابطة لمهارة الضرب الساحق وذلك لان فروق الاوساط الحسابية (0.35) وهي اصغر من قيمة ( L.S.D ) المحسوبة وبالباغة(0.543) وعند مستوى دلالة (0.05).

11- وجود فروق معنوية بين نمط (المتكامل ) في المجموعة التجريبية ونمط (الايسر) في المجموعة الضابطة لمهارة الضرب الساحق وذلك لان فروق الاوساط الحسابية (1.40) وهي اكبر من قيمة ( L.S.D ) المحسوبة وبالباغة(0.543) ولصالح نمط (الايسر) في المجموعة الضابطة وعند مستوى دلالة (0.05).

12- وجود فروق معنوية بين نمط (المتكامل ) في المجموعة التجريبية ونمط (المتكامل) في المجموعة الضابطة لمهارة الضرب الساحق وذلك لان فروق الاوساط الحسابية (1.55) وهي اكبر من قيمة ( L.S.D ) المحسوبة وبالباغة(0.543) ولصالح نمط (المتكامل) في المجموعة الضابطة وعند مستوى دلالة (0.05).

13- وجود فروق معنوية بين نمط (الايمن ) في المجموعة الضابطة ونمط (الايسر) في المجموعة الضابطة لمهارة الضرب الساحق وذلك لان فروق الاوساط الحسابية

- (1.05) وهي اكبر من قيمة ( L.S.D ) المحسوبة وبالباغة(0.543) ولصالح نمط (الايسر) في المجموعة الضابطة وعند مستوى دلالة (0.05).
- 14- وجود فروق معنوية بين نمط (الايمن ) في المجموعة الضابطة ونمط (المتكامل) في المجموعة الضابطة لمهارة الضرب الساحق وذلك لان فروق الاوساط الحسابية (1.20) وهي اكبر من قيمة ( L.S.D ) المحسوبة وبالباغة(0.543) ولصالح نمط (المتكامل) في المجموعة الضابطة وعند مستوى دلالة (0.05).
- 15- عدم وجود فروق معنوية بين نمط (الاييس ) في المجموعة الضابطة ونمط (المتكامل) في المجموعة الضابطة لمهارة الضرب الساحق وذلك لان فروق الاوساط الحسابية (0.15) وهي اصغر من قيمة ( L.S.D ) المحسوبة وبالباغة(0.543) وعند مستوى دلالة (0.05)

#### 4-1-7 عرض نتائج الاختبارات البعدية لمجموعات البحث التجريبية والضابطة في

##### الاختبارات البعدية لمهارة حائط الصد وتحليلها:-

لغرض المقارنة في نتائج الاختبارات البعدية بين تأثير المنهج المعد من قبل الباحثة والمطبق ولمعرفة أيهم كان الأفضل في تعلم مهارة حائط الصد اذ تم استخدام تحليل التباين (F) بين لانمات (ايمن, ايسر, متكامل ) في مجموعتي البحث التجريبية والضابطة.

## جدول (20)

عرض نتائج اختبار ( F ) في مجموعات البحث التجريبية والضابطة في الاختبارات البعدية لمهارة حائط الصد

الدلالة الإحصائية	قيمة (F)		متوسط المربعات	درجة الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين	المعالجات الإحصائية الاختبارات	
	المحسوبة	قيم الدلالة						
معنوي	0.028	2.751	2.68	5	13.4	بين المجموع	حائط الصد	1
			0.97	54	52.6	داخل المجموع		

ان الجدول (20) يبين نتائج تحليل التباين لتقويم مهارة حائط الصد بين لانماط الثلاثة وأظهرت النتائج وجود فروق معنوية بين لانماط وذلك لان قيمة (F) المحسوبة البالغة ( 2.751 ) وهي اكبر من قيمة (F) الجدولية البالغة ( 2.52 ) عند درجتي حرية ( 5 , 54 ) وتحت مستوى دلالة (0.05).

وهذا يدل على أن هناك تبايناً في تعلم المهارة لمجموعتي البحث (التجريبية، الضابطة) للأنماط الستة وهذا يعني وجود فروق معنوية للأنماط الستة بين المجموعتين.

ولما هذه الوسيلة الإحصائية لا تعطينا أي من المجموع الأفضل بين تلك الاختبار. لذلك استخدمت الباحثة اختبار ( L . S . D ) للمقارنات البعدية والجدول (21) يوضح ذلك.

4-1-8 عرض نتائج اختبار (L. S. D.) بين لانماط لمهارة حائط الصد ولمجموعات البحث التجريبية والضابطة وتحليلها:-

جدول (21)

يبين نتائج اختبار (L.S.D) لمعرفة قيمة أقل فرق معنوي بين لانماط في مجموعات البحث التجريبية والضابطة في مهارة حائط الصد

الدالة الإحصائية	قيم الدالة	قيمة	فرق الأوساط الحسابية	المجاميع	ت
		L.S.D (0.05)			
غير معنوي	0.516	0.543	0.00	5.60 - 5.60	1
غير معنوي	0.822		0.25	5.35-5.60	2
غير معنوي	0.728		0.20	5.80-5.60	3
غير معنوي	0.500		0.45	5.15-5.60	4
غير معنوي	0.728		0.20	5.80-5.60	5
غير معنوي	0.822		0.25	5.35 - 5.60	6
غير معنوي	0.728		0.20	5.80-5.60	7
غير معنوي	0.500		0.45	5.15-5.60	8
غير معنوي	0.728		0.20	5.80-5.60	9
غير معنوي	0.822		0.45	5.80-5.35	10
غير معنوي	0.728		0.20	5.15-5.35	11
غير معنوي	0.500		0.45	5.80-5.35	12
معنوي	0.002		0.65	5.15-5.80	13
غير معنوي	0.516		0.00	5.80-5.80	14
معنوي	0.034		0.55	5.80- 5.15	15

يتبين من خلال الجدول (21)

1-عدم وجود فروق معنوية بين نمط (الايمن ) ونمط (الايسر) في المجموعة التجريبية لمهارة حائط الصد وذلك لان فروق الاوساط الحسابية (0.00) وهي اصغر من قيمة ( L.S.D ) المحسوبة وبالباغة(0.543) وعند مستوى دلالة (0.05).

2-عدم وجود فروق معنوية بين نمط (الايمن ) ونمط (المتكامل) في المجموعة التجريبية لمهارة حائط الصد وذلك لان فروق الاوساط الحسابية (0.25) وهي اصغر من قيمة (L.S.D) المحسوبة وبالباغة(0.543) وعند مستوى دلالة (0.05).

3-عدم وجود فروق معنوية بين نمط (الايمن ) في المجموعة التجريبية ونمط (الايمن) للمجموعة الضابطة لمهارة حائط الصد وذلك لان فروق الاوساط الحسابية (0.00) وهي اصغر من قيمة ( L.S.D ) المحسوبة وبالباغة(0.543) وعند مستوى دلالة (0.05).

4-عدم وجود فروق معنوية بين نمط (الايمن ) في المجموعة التجريبية ونمط (الايسر) في المجموعة الضابطة لمهارة حائط الصد وذلك لان فروق الاوساط الحسابية (0.45) وهي اصغر من قيمة ( L.S.D ) المحسوبة وبالباغة(0.543) وعند مستوى دلالة (0.05).

5-عدم وجود فروق معنوية بين نمط (الايمن ) في المجموعة التجريبية ونمط (المتكامل) في المجموعة الضابطة لمهارة حائط الصد وذلك لان فروق الاوساط الحسابية (0.20) وهي اصغر من قيمة ( L.S.D ) المحسوبة وبالباغة(0.543) وعند مستوى دلالة (0.05).

6-عدم وجود فروق معنوية بين نمط (الاييس ) في المجموعة التجريبية ونمط (المتكامل) في المجموعة التجريبية لمهارة حائط الصد وذلك لان فروق الاوساط الحسابية (0.25) وهي اصغر من قيمة ( L.S.D ) المحسوبة وبالباغة(0.543) وعند مستوى دلالة (0.05).

7- عدم وجود فروق معنوية بين نمط (الاييس ) في المجموعة التجريبية ونمط (الايمن) في المجموعة الضابطة لمهارة حائط الصد وذلك لان فروق الاوساط الحسابية (0.00) وهي اصغر من قيمة ( L.S.D ) المحسوبة والبالغة(0.543) ولصالح نمط (الاييسر) وعند مستوى دلالة (0.05) .

8- عدم وجود فروق معنوية بين نمط (الاييس ) في المجموعة التجريبية ونمط (الاييسر) في المجموعة الضابطة لمهارة الضرب الساحق وذلك لان فروق الاوساط الحسابية (0.45) وهي اصغر من قيمة ( L.S.D ) المحسوبة والبالغة(0.543) وعند مستوى دلالة (0.05)

9- عدم وجود فروق معنوية بين نمط (الاييسر) في المجموعة التجريبية ونمط (المتكامل) في المجموعة الضابطة لمهارة حائط الصد وذلك لان فروق الاوساط الحسابية (0.20) وهي اصغر من قيمة ( L.S.D ) المحسوبة والبالغة(0.543) وعند مستوى دلالة (0.05).

10- عدم وجود فروق معنوية بين نمط (المتكامل ) في المجموعة التجريبية ونمط (الايمن) في المجموعة الضابطة لمهارة حائط الصد وذلك لان فروق الاوساط الحسابية (0.25) وهي اصغر من قيمة ( L.S.D ) المحسوبة والبالغة(0.543) وعند مستوى دلالة (0.05).

11- عدم وجود فروق معنوية بين نمط (المتكامل ) في المجموعة التجريبية ونمط (الاييسر) في المجموعة الضابطة لمهارة حائط الصد وذلك لان فروق الاوساط الحسابية (0.20) وهي اصغر من قيمة ( L.S.D ) المحسوبة والبالغة(0.543) وعند مستوى دلالة (0.05).

12- عدم وجود فروق معنوية بين نمط (المتكامل ) في المجموعة التجريبية ونمط (المتكامل) في المجموعة الضابطة لمهارة حائط الصد وذلك لان فروق الاوساط الحسابية (0.45) وهي اصغر من قيمة ( L.S.D ) المحسوبة والبالغة(0.543) وعند مستوى دلالة (0.05).

13- وجود فروق معنوية بين نمط (الايمن ) في المجموعة الضابطة ونمط (الاييسر) في المجموعة الضابطة لمهارة حائط الصد وذلك لان فروق الاوساط الحسابية

(0.65) وهي اكبر من قيمة ( L.S.D ) المحسوبة والبالغة(0.543) ولصالح نمط (الايمن) للمجموعة الضابطة وعند مستوى دلالة (0.05).

14- عدم وجود فروق معنوية بين نمط (الايمن ) في المجموعة الضابطة ونمط (المتكامل) في المجموعة الضابطة لمهارة حائط الصد وذلك لان فروق الاوساط الحسابية (0.20) وهي اصغر من قيمة ( L.S.D ) المحسوبة والبالغة(0.543) وعند مستوى دلالة (0.05).

15- وجود فروق معنوية بين نمط (الايمن ) في المجموعة الضابطة ونمط (المتكامل) في المجموعة الضابطة لمهارة حائط الصد وذلك لان فروق الاوساط الحسابية (0.15) وهي اكبر من قيمة ( L.S.D ) المحسوبة والبالغة(0.543) ولصالح نمط (المتكامل) للمجموعة الضابطة وعند مستوى دلالة (0.05)

4-1-9 عرض نتائج الاختبارات البعدية والاحتفاظ لمجموعات البحث التجريبية والضابطة لمهارة الضرب الساحق وتحليلها:-

### جدول (22)

عرض نتائج الاختبارات البعدية والاحتفاظ لمهارة الضرب الساحق بالكرة الطائرة للمجموعات التجريبية (ايمن , ايسر , متكامل)

الدالة	النسبة المئوية لفقدان الاحتفاظ النسبي	معامل الارتباط	احتفاظ		بعدي		وحدة القياس	المعالجات المتغيرات	الأنماط	ت
			±ع	س	±ع	س				
معنوي	3.773%	0.912	0.831	5.950	0.747	6.150	درجة	الضرب الساحق	ايمن	1
معنوي	5.714%	0.665	0.352	6.300	0.658	6.600			ايسر	2
معنوي	3.75%	0.883	1.160	5.000	0.747	5.150			متكامل	3

يتبين من جدول (22) نتائج قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري لنتائج الاختبارات البعدية واختبارات الاحتفاظ لمهارة الضرب الساحق ، اذ بلغ الوسط الحسابي لنمط الايمن ( 6.150 ) وبانحراف معياري قدره ( 0.747 ) في الاختبار البعدي، اما في اختبار الاحتفاظ فقد بلغ الوسط الحسابي لنمط الايمن ( 5.950 ) وبانحراف معياري قدره (0.831) وبلغ معمل الارتباط (0.912).

وبلغ الوسط الحسابي لنمط الايسر ( 6.600 ) وبانحراف معياري قدره ( 0.658 ) في الاختبار البعدي، اما في اختبار الاحتفاظ فقد بلغ الوسط الحسابي لنمط الايسر (6.100) وبانحراف معياري قدره ( 0.352 ) وبلغ معمل الارتباط (0.665). وبلغ الوسط الحسابي لنمط المتكامل ( 5.150 ) وبانحراف معياري قدره ( 0.747 ) في الاختبار البعدي، اما في اختبار الاحتفاظ فقد بلغ الوسط الحسابي لنمط المتكامل ( 4.800 ) وبانحراف معياري قدره (1.160) وبلغ معمل الارتباط (0.883)، اما النسبة المئوية لفقدان الاحتفاظ النسبي فبلغت (3.773%) للنمط الايمن و (5.714%) للنمط الايسر و(3.75%) للنمط المتكامل.

### جدول (23)

عرض نتائج الاختبارات البعدية والاحتفاظ لمهارة الضرب الساحق بالكرة الطائرة للمجموعات الضابطة (ايمن ,ايسر ,متكامل)

الدالة	النسبة المئوية لفقدان الاحتفاظ النسبي	معامل الارتباط	احتفاظ		بعدي		وحدة القياس	المعالجات المتغيرات	الأنماط	ت
			±ع	س	±ع	س				
معنوي	7.77%	0.797	1.533	5.150	1.201	5.500	درجة	الضرب الساحق	ايمن	1
غير معنوي	10%	0.541	2.121	6.000	0.685	6.550			ايسر	2
معنوي	4.58%	0.688	0.937	6.450	0.714	6.700			متكامل	3

يتبين من جدول (23) نتائج قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري لنتائج الاختبارات البعدية واختبارات الاحتفاظ لمهارة الضرب الساحق ، اذ بلغ الوسط الحسابي لنمط الايمن ( 5.500 ) وبانحراف معياري قدره ( 1.201 ) في الاختبار البعدي، اما في اختبار الاحتفاظ فقد بلغ الوسط الحسابي لنمط الايمن ( 9.900 ) وبانحراف معياري قدره ( 1.533 ) وبلغ معمل الارتباط ( 0.797 ).

وبلغ الوسط الحسابي لنمط الايسر ( 6.550 ) وبانحراف معياري قدره ( 0.685 ) في الاختبار البعدي، اما في اختبار الاحتفاظ فقد بلغ الوسط الحسابي لنمط الايسر ( 6.050 ) وبانحراف معياري قدره ( 2.121 ) وبلغ معمل الارتباط ( 0.541 ). وبلغ الوسط الحسابي لنمط المتكامل ( 6.700 ) وبانحراف معياري قدره ( 0.714 ) في الاختبار البعدي، اما في اختبار الاحتفاظ فقد بلغ الوسط الحسابي لنمط المتكامل ( 6.150 ) وبانحراف معياري قدره ( 0.937 ) وبلغ معمل الارتباط ( 0.688 )، اما النسبة المئوية لفقدان الاحتفاظ النسبي فبلغت ( 7.77% ) لنمط الايمن و ( 10% ) لنمط الايسر و ( 4.58% ) للنمط المتكامل.

4-1-10 عرض نتائج الاختبارات البعدية والاحتفاظ لمجموعات البحث التجريبية والضابطة لمهارة حائط الصد وتحليلها:

#### جدول (24)

عرض نتائج الاختبارات البعدية والاحتفاظ لمهارة حائط الصد بالكرة الطائرة للمجموعات التجريبية (ايمن , ايسر , متكامل)

الدالة	النسبة المئوية لفقدان الاحتفاظ النسبي	معامل الارتباط	احتفاظ		بعدي		وحدة القياس	المعالجات المتغيرات	الانماط	ت
			±ع	س	±ع	س				
معنوي	6.81%	0.769	0.780	5.300	0.809	5.600	درجة	حائط الصد	ايمن	1
معنوي	4.39%	0.989	1.822	5.400	0.994	5.600			ايسر	2
معنوي	5.88%	0.690	0.519	5.100	0.709	5.350			متكامل	3

يتبين من جدول (24) نتائج قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري لنتائج الاختبارات البعدية واختبارات الاحتفاظ لمهارة حائط الصد ، اذ بلغ الوسط الحسابي لنمط اليمين ( 5.600 ) وبانحراف معياري قدره ( 0.809 ) في الاختبار البعدي، اما في اختبار الاحتفاظ فقد بلغ الوسط الحسابي لنمط اليمين ( 5.300 ) وبانحراف معياري قدره ( 0.780 ) وبلغ معامل الارتباط ( 0.769 ).

وبلغ الوسط الحسابي لنمط اليسر ( 5.600 ) وبانحراف معياري قدره ( 0.994 ) في الاختبار البعدي، اما في اختبار الاحتفاظ فقد بلغ الوسط الحسابي لنمط اليسر ( 5.400 ) وبانحراف معياري قدره ( 1.822 ) وبلغ معامل الارتباط ( 0.989 ) . وبلغ الوسط الحسابي لنمط المتكامل ( 5.350 ) وبانحراف معياري قدره ( 0.709 ) في الاختبار البعدي، اما في اختبار الاحتفاظ فقد بلغ ، وبلغ الوسط الحسابي لنمط المتكامل ( 5.100 ) وبانحراف معياري قدره ( 0.519 ) وبلغ معامل الارتباط ( 0.690 ) ، ونسبة مئوية لفقدان الاحتفاظ النسبي ( 6.81% ) لنمط اليمين و ( 4.39% ) لنمط اليسر و ( 5.88% ) لنمط المتكامل.

### جدول (25)

عرض نتائج الاختبارات البعدية والاحتفاظ لمهارة حائط الصد بالكرة الطائرة للمجموعات الضابطة (يمين, ايسر, متكامل)

ت	الانماط	المعالجات المتغيرات	وحدة القياس	بعدي		احتفاظ		معامل الارتباط	النسبة المئوية لفقدان الاحتفاظ النسبي	الدلالة
				س	±ع	س	±ع			
1	يمين	حائط الصد	درجة	5.800	0.948	5.400	1.135	0.614	8.51%	معنوي
2	ايسر			5.150	0.851	4.900	0.287	0.762	6.09%	معنوي
3	متكامل			5.800	1.251	5.550	1.613	0.891	5.37%	معنوي

يتبين من جدول ( 25 ) نتائج قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري لنتائج الاختبارات البعدية واختبارات الاحتفاظ لمهارة حائط الصد ، اذ بلغ الوسط الحسابي لنمط اليمين (5.800) وبانحراف معياري قدره ( 0.943 ) في الاختبار البعدي، اما في اختبار الاحتفاظ فقد بلغ الوسط الحسابي لنمط اليمين ( 5.100 ) وبانحراف معياري قدره ( 1.135 ) وبلغ معمل الارتباط ( 0.614 ) .

وبلغ الوسط الحسابي لنمط الايسر ( 5.150 ) وبانحراف معياري قدره ( 0.851 ) في الاختبار البعدي، اما في اختبار الاحتفاظ فقد بلغ الوسط الحسابي لنمط الايسر ( 4.900 ) وبانحراف معياري قدره ( 0.287 ) وبلغ معمل الارتباط ( 0.762 ) . وبلغ الوسط الحسابي لنمط المتكامل ( 5.800 ) وبانحراف معياري قدره ( 1.251 ) في الاختبار البعدي، اما في اختبار الاحتفاظ فقد بلغ الوسط الحسابي لنمط المتكامل ( 5.250 ) وبانحراف معياري قدره ( 1.613 ) وبلغ معمل الارتباط ( 0.891 )، اما النسبة المئوية لفقدان الاحتفاظ النسبي فبلغت لنمط اليمين (8.51%)، ولنمط الايسر (6.09%) ولنمط المتكامل (5.37%).

#### 4-2 مناقشة النتائج:-

4-2-1 مناقشة نتائج الاختبارات المهارية القبليّة والبعدية لمهارة الضرب الساحق وحائط الصد بالكرة الطائرة وللمجموعات التجريبية لذوي السيادة المخية ( ايمن ، ايسر ، متكامل):  
من خلال النتائج التي توصلت اليها الباحثة والمتمثلة بالأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة اختبار ( t-test ) والتي تم عرضها وتحليلها في الجداول (10،12،14،16) للاختبارات المهارية القبليّة والبعدية لذوي السيادة المخية ( ايمن، ايسر، متكامل ). اظهرت النتائج ان هناك فروقا معنوية ذات دلالة احصائية بين الاختبارات المهارية القبليّة والبعدية ولصالح الاختبارات البعدية للمجموعة التجريبية وهذا ما يحقق الفرض الاول.

وتعزو الباحثة اسباب الفروق الى تأثير المنهج التعليمي المقترح والمعد اعتمادا على التصور العقلي والإدراك الحس-حركي ومستندا الى اراء الخبراء ، اذ تجد ان تأثيره واضحا وفعالا في احداث التعلم وتقدما في مستوى المجموعة التجريبية لأداء مهارة الضرب الساحق وحائط الصد بالكرة الطائرة لذوي السيادة المخية ( ايمن ، ايسر ، متكامل) وبمستويات مختلفة .  
ان اتباع الخطوات العلمية في التخطيط والتنظيم والتطبيق ومعززا بأراء الخبراء والذي تبنى عليه المناهج التعليمية يؤدي حتما الى احداث عملية التعلم . " ان الهدف الاساس

من المنهاج التعليمي هو اكتساب المهارات الجديدة واتقانها وتطويرها مستقبلا لان التعلم هو الطريقة التي يتم فيها اكتساب المعلومات او المهارات او القدرات سواء كان ذلك نتيجة الممارسة والتكرار او التدريب<sup>(1)</sup>.

وترى الباحثة ان الحصول على التعلم لا بد ان يكون هناك محاولات لممارسة التمارين اذ تعد من اهم متغيرات حدوث عملية التعلم، ان التعلم باستخدام المنهج التعليمي المقترح الذي يستند على التصور العقلي والإدراك الحس-حركي يتضمن عدة حالات من تطبيقات التمارين في القسم الرئيس وعلى وفق السيادة المخية يبقي المتعلمين متفاعلين في اداء المهارات الحركية ويشكل فعال على الرغم من صعوبة اداء مهارتي الضرب الساحق وحائط الصد إلا ان المتعلمين وحتى الممارسين للعبة لديهم الرغبة والدافع لإتقان المهارات لما لها من تشويق وإثارة اثناء الاداء واللعب . ان المنهج المقترح يعتمد على تقوية البرامج الحركية المتعلقة بتبادل العمل بين الحواس والاجهزة العصبية العضلية وهذا ما ظهر واضحا في نتائج الفروق، اما (Cox1994) فيشير الى ان الجهاز العصبي المركزي يمكن ان يستخدم التصور العقلي لتوفير التكرار الفعلي ، حيث يقوم الفرد بعملية العرض المتتابع للمهارة الحركية واعادة هذا العرض ومحاولة تعديل المسارات الصحيحة<sup>(2)</sup>

" فقد يتطور الادراك لدى لاعب الكرة الطائرة من خلال التكرار والممارسة والخبرة الشخصية وكفاية الفرد وقدرته ، فكلما مارس اللاعب الحركة او المهارة ، تطورت لديه صفة الادراك بالنسبة لهذه المهارة " <sup>(3)</sup>

(1) ممدوح عبد الفتاح ؛ سايكولوجية التربية البدنية النظرية والتطبيق الميداني : ( القاهرة ، مركز الكتاب للنشر، 1997) ص479

(2) يعرب خيون ؛ مصدر سبق ذكره ، 2010، ص157

(3) عامر جبار السعدي ؛ تصميم وتقنين اختبارات الادراك الحس-حركي لدى لاعبي الكرة الطائرة : مجلة التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، المجلد الحادي عشر ، العدد ، الاول ، 2002، ص21

4-2-2 مناقشة نتائج الاختبارات المهارية القبلية والبعديّة لمهاتري الضرب الساحق وحائظ الصد بالكرة الطائرة وللمجموعات الضابطة لذوي السيادة المخية ( ايمن ، ايسر، متكامل ).

من خلال النتائج التي توصلت اليها الباحثة والمتمثلة بالأوساط الحسابية ولانحرافات المعيارية وقيمة اختبار ( t-test ) والتي تم عرضها وتحليلها في الجداول (11،13، 15، 17) للاختبارات المهارية القبلية والبعديّة لذوي السيادة المخية ( ايمن ، ايسر، متكامل ).

اظهرت النتائج ان هناك فروقا معنوية ذات دلالة احصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي لمهاتري الضرب الساحق وحائظ الصد بالكرة الطائرة ولصالح الاختبار البعدي وهذا ما يحقق الفرض الاول .

وتعزو الباحثة سبب هذه الفروق الى مهاتري التدريس في تنفيذ مفردات التربية الرياضية المتبع في الكلية فضلا عن ذلك التكرار الخاصة بأداء مهاتري الضرب الساحق وحائظ الصد بالكرة الطائرة والتي اعطاها المدرس للطلاب معززة بالتغذية الراجعة الملائمة، ان عرض هذه التمرينات وتكرارها ومشاهدتها اكثر من مرة مع نماذج حركية متعددة يساعد على استيعاب الحركة وفهمها ويحافظ على شكل الحركة لمدة زمنية طويلة وهذا يتفق مع ما ذهب اليه (نبيل محمود شاكر، 2005) اذ يرى " ان حاجة المتعلم للتكرار تتحدد بضرورة ما تتطلبه المهارة المراد تعلمها من حركات فإذا كانت المهارة بسيطة والمثير بسيطاً فسوف لا تلزم إلا محاولة واحدة لحدوث الاقتران اما الاستجابة لمهارة معقدة (مركبة) فأننا نحتاج لتكرار الموقف حتى يتكون اكبر عدد من الارتباطات"<sup>(1)</sup>. ونظراً لكون مهاتري التعلم (الضرب الساحق وحائظ الصد) من المهاتري الصعبة وذات المتغيرات المتعددة لذا تطلب اجراء الممارسة والتكرار الذي يعتمد عليه المنهج المتبع وبالتدرج. هذا ما ادى الى احداث عملية التعلم لدى المجموعة الضابطة في المهاتريتين قيد البحث وظهور الفروق المعنوية واضحة بين الاختبارات القبلية والبعديّة ولصالح الاختبارات البعديّة. وهذا ما اكده (محمد حسن علاوي، 2002).

(1) نبيل محمود شاكر؛ علم الحركة التطور والتعلم الحركي حقائق ومفاهيم : (جامعة ديالى ، مطبعة جامعة ديالى ، 2005) ص 89

"ان المتعلم لا يستطيع تعلم واكتساب الكثير من المهارات او المعارف او السلوك وما الى ذلك من مرة واحدة فقط اذ لا بد من عملية التكرار والممارسة لضمان الوصول الى درجة كافية من النجاح والإتقان"<sup>(2)</sup>.

ان مستوى الاداء التعلم يظهر واضحا من خلال النتائج التي توصلت اليها الباحثة معروضتا على شكل نسب للتطور ولجميع مجاميع البحث اذ سجلت نسب التطور بين ( 77.669 ) و ( 86.178 ) وهذا يعد مؤشرا واضحا على تعلم جميع افراد العينة التجريبية والضابطة ونجاح المناهج التعليمية المستخدمة لتعلم مهارتي الضرب الساحق وحائط الصد بالكرة الطائرة.

**4-2-3 مناقشة نتائج الاختبارات المهارية البعدية وتحليل التباين ( f-test ) لمهارتي الضرب الساحق وحائط الصد بالكرة الطائرة وللمجموعات التجريبية والضابطة لذوي السيادة المخية (ايمن، ايسر، متكامل).**

لغرض المقارنة في نتائج الاختبارات البعدية بين تأثير المنهج المستخدم والمعد من قبل الباحثة ومقارنته بالمنهج المتبع وعلى وفق السيادة المخية (ايمن، ايسر، متكامل) ولمعرفة ايهم كان الافضل ومن خلال النتائج التي توصلت اليها الباحثة والمتمثلة بمصدر التباين بين وداخل المجموعات وقيمة اختبار ( f-test ) المحسوبة والجدولية والتي تم عرضها وتحليلها في الجداول ( 18، 19، 20، 21 ) للاختبارات المهارية البعدية لمجاميع البحث التجريبية والضابطة ، اظهرت النتائج ان هناك تباين في تعلم مهارتي البحث للمجموعات التجريبية والضابطة لمهارتي الضرب الساحق وحائط الصد بالكرة الطائرة. اذ اظهرت النتائج ان هناك فروقا معنوية ذات دلالة احصائية في مهارة الضرب الساحق ولصالح المجموعة التجريبية على حساب المجموعة الضابطة وللنمط (ايمن) وتعزو الباحثة ذلك الى ان المنهج التعليمي المقترح الذي اعدته الباحثة والتمارين المستخدمة في الجزء الرئيس والمتضمنة التركيز على التصور والادراك الحس-حركي جاء ملائما لمستوى العينة اذ ان المنهج التعليمي جاء معززا لقدراتهم وزاد من دافعيتهم وصولا الى الاداء الافضل. ففي اختبار الضرب الساحق الى ان السيطرة الدماغية للمجموعة الاولى النصف الايمن التي يتعامل معها الدماغ اثناء التفكير ومعالجة

(1) محمد حسن علاوي؛ علم نفس التدريب والمنافسة الرياضية : ( القاهرة /، دار الفكر العربي ، 2002 ) ص55

المعلومات تكون مرتبطة بأحد نصفي الدماغ اي ان لكل فرد طريقته واسلوبه الخاص في التعامل مع المعلومات.

وكما ذكر مارتنيز مبيئاً مهام النصف الأيمن الذي يتمتع بالحس والإبداع والتصور وإدراك الفراغ والانفعال<sup>(1)</sup>. وهذا ما أكدته (ماجد سليمان حمد)، حيث ذكر في وظيفة الجزء الأيمن أنه مركز المهارات والتطور وإدراك المكان والإدراك الكلي ويعد النصف الأيمن هو مجال الرؤيا وكذلك يتميز بوجود مراكز الإبداع والابتكار، إن لهذا النصف يستخدم الأحاسيس ويهتم بالصور العامة والشاملة من دون تفاصيل وتحمه التخيلات ويتذكر الصور والرموز والأشكال.<sup>(2)</sup>

" ان لكل نصف من الدماغ تخصصا في نشاطات معينة ومعالجتها والذي يجعل الفرد يعتمد على نصف الدماغ بصورة واضحة اكثر من النصف الاخر كما ان الفرد عندما يعالج المعلومات يستخدم طريقة معينة في معالجتها كما انه يميل الى استخدام اسلوب معين للتعلم والتفكير مرتبط بشكل او باخر بأحد نصفي الدماغ ".<sup>(3)</sup>

وهذا ما اكده (كمبل عزمي غبرس، 1995) الى ان " ان الافراد ذو النمط الايمن يتميزون عن غيرهم بانهم يفضلون المهمات التي تستند على الادراك البصرية المكانية الابداعية ويفضلون التعلم الكلي والمعالجة لانية والمتوازنة"<sup>(4)</sup>

كما اظهرت النتائج ان هناك فروقا معنوية ذات دلالة احصائية في الاختبارات البعدية لمهارة الضرب الساحق وللانماط (ايسر،ومتكامل) ولصالح المجموعة الضابطة . وتعزو الباحثة سبب ذلك الى الفروق في طريقة التدريس في اداء التمارين المهارية والتي تعتمد على التكرار والممارسة ساعد على تنفيذ مفردات ومتطلبات المادة ، اذا ان النمط الايسر يتمتع بالتحليل والتفكير المنطقي حيث ذكر نصير صفاء " ان النصف الايسر يتمتع بالتحليل والتفكير المنطقي والكتابة والقراءة "<sup>(5)</sup>

(1)Martens,R. Coaching guide to sport psychology. Champ-aign,IL,Human Kinetics, 1987.p.115.

(2) حامد سليمان، مصدر سبق ذكره، ص 381-383.

(3) نهاد محمد علوان ؛ المصدر السابق، 2006 ، ص158

(4) كميل عزمي غبرس ؛ وظائف النصفين الكرويين للمخ في علاقتها بالقدرات الإبتكارية وسمات الشخصية لدى طالبات الجامعة، المجلة التربوية، كلية التربية بسوهاج، جامعة جنوب الوادي، العدد 10، الجزء الثاني، 1995، ص94

(5) نصير صفاء ، عبد الوهاب غازي، مصدر سبق ذكره ، 2006، ص40

اما النصف المتكامل فهو يضم مهارات النصفين الايمن والايسر وان استخدام نصفي الدماغ يعتمد على طبيعة المهمة المطلوب من الفرد اداؤها "فاذا كان بالامكان توزيع المهمة او الموضوع على النصفين معا فان ذلك من شأنه ان يؤدي لى تحسين الاداء" (5)

اما مهارة حائط الصد فقد اظهرت النتائج وجود فروقا معنوية ذات دلالة احصائية في الاختبار البعدي لنمط الایسر في المجموعة التجريبية على حساب المجموعة الضابطة وتعزو الباحثة سبب ذلك الى ان المنهج المقترح والمعد من قبل الباحثة والمستند في اعداد تماريته على التصور والادراك الحس - حركي، اذ ان النصف الایسر من الدماغ هو تحليل المعلومات من الجزء الى الكل وياخذ اجزاء وينظمها ويرتبها باسلوب منطقي، واطهرت النتائج فروقا معنوية ذات دلالة احصائية في الانماط (الایمن، المتكامل) في الاختبار البعدي ولصالح المجموعة الضابطة على حساب المجموعة التجريبية وتعزو الباحثة سبب ذلك الى ان المجموعة الضابطة تستخدم مفردات الكلية في التعلم واتقان المهارات وكذلك عند تطبيق التمارين المهارية التي تستخدم فيها التكرار والممارسة في اداء التمارين المهارية وكذلك اسلوب التدريسي وتشجيعهم وزيادة دافعيتهم في اتقان المهارات فظهرت في النمط الایمن الذي يعتمد على الرسوم والصور والاشكال وملائم للوسائل التعليمية البصرية واما الى ان النمط المتكامل يضم مهارات النصفين الایمن والایسر وان استخدام نصفي الدماغ يعتمد على طبيعة المهمة المطلوب من الفرد اداؤها. وهذا ما اكده ( ذوقان عبيدات وسهيلة ابو السميد 2005 ) اذ يشير الى " ان بالإمكان توزيع المهمة او موضوع التعلم على نصفي الدماغ معا للإفادة من مميزات النصفين معا وذلك من شأنه ان يؤدي الى تحسين الاداء ولانجاز". (2)

"الدماغ يقوم بعمله على أفضل وجه عندما يتم اتحاد النظامين الأيمن والایسر أي نتيجة عمل دماغي متكامل تماما". (3)

(1) Belger.A:Influences of hemispheric specialization and interaction on task p erformance .1993.pp.24-26

(2) ذوقان عبيدات وسهيلة ابو السميد ؛ الدماغ والتعلم والتفكير : ط1 ( عمان ، دار بيونو للنشر ، 2005 ) ص 94

(3) بريارا كلارك؛ تفعيل التعليم النموذجي التربوي المتكامل في غرف الصف، ترجمة: يعقوب حسين نشوان ومحمد خطاب، عمان، دار

الفرقان للنشر والتوزيع، 2004، ص24.

## 4-2-4 مناقشة نتائج الاحتفاظ بالتعلم وللمجموعات التجريبية والضابطة :-

من خلال النتائج التي توصلت اليها الباحثة والمعروضة في الجداول ( 22، 23، 24، 25 ) والتي تبين كمية الاحتفاظ بالتعلم لدى عينة البحث وللمجموعتين التجريبية والضابطة لذوي السيادة المخية وللمهارتين قيد البحث ، ان هذه النتائج تعطي دليلا واضحا على نجاح المنهج التعليمي المعد من قبل الباحثة وكذلك الاسلوب المتبع للعملية التعليمية في الكلية . من خلال نتائج اختبارات الاحتفاظ ، اذ يعد الاحتفاظ هو المرآة الحقيقية للتعلم كونه يمثل حالة شبه دائمية لثبات التعلم على العكس من الاختيار البعدي الذي يمثل حالة مؤقتة لتطوير وتحسين العملية التعليمية. " ان الاحتفاظ يعكس التعلم" (1).

"إن كثرة الممارسة والتدريب التي تؤدي بها المهارة يساعد المتعلمين على اكتساب المهارات الحركية بشكل أسرع وهذا يقود بالتالي إلى زيادة الاحتفاظ بالمهارات الأساسية" (2).

"إن الحركة تتطور بالتكرار المنتظم والمستمر للتمرين نتيجة لتطور المستوى الذهني والفكري وتطور الصفات البدنية والحركية وزيادة ما مخزون في الدماغ من تجارب حركية" (3).

وتعزو الباحثة ان وجود الفروق المعنوية ذات دلالة الاحصائية ولجميع مجاميع البحث التجريبية ذات الانماط ( ايمن ، ايسر، متكامل ) على حساب المجاميع الضابطة يعد مؤشرا واضحا لثبات التعلم وهذا ما ينشده القائمون على العملية التعليمية هو ثبات التعلم واستمراره والافادة منه مستقبلا لتعزيز الاداء واستمراره.

(1) Hel retal; the role of in dividual difference in cooperation learning of teaching journal of education of psychology; vol 80 no2 1990 p171.

(2) عبدالفتاح لطفى؛ طرق تدريس التربية الرياضية والتعلم الحركي، القاهرة، دار الكتب الجامعية، 1972، ص615.

(3) وجيه محجوب؛ علم الحركة والتطور الحركي للإنسان من الولادة حتى سن الشيخوخة، ج2، جامعة بغداد، 1987،

## 5- الاستنتاجات والتوصيات:

## 5-1 الاستنتاجات:

بعد إجراء التجربة ومعالجة النتائج إحصائياً وتحليلها ومناقشتها توصلت الباحثة إلى الاستنتاجات الآتية :-

- 1- ان المنهاج التعليمي المقترح باستخدام التصور العقلي والادراك الحس -حركي اثبت فاعلية في تعلم مهارة الضرب الساحق بالكرة الطائرة للنمط الايمن وبما يعزو عليه التعلم والاداء
- 2- ان المنهاج التعليمي المقترح باستخدام التصور العقلي والادراك الحس - حركي اثبت فاعلية في تعلم مهارة حائط الصد بالكرة الطائرة للنمط الايسر وبما يعزو عليه التعلم والاداء
- 3- ان للمفردات المستخدمة في الكلية اثبتت فاعليتها في التعلم مهارة الضرب الساحق للانماط الايسر والمتكامل وبما يعزو عليه التعلم والاداء
- 4- ان للمفردات المستخدمة في الكلية اثبتت فاعليتها في التعلم مهارة حائط الصد بالكرة الطائرة للانماط الايمن والمتكامل وبما يعزو عليه التعلم والأداء.
- 5- إنّ المنهاج التعليمي المقترح باستخدام التصور العقلي والادراك الحسي - حركي اثبت فاعليته لمهارة الضرب الساحق بكرة الطائرة للنمط الأيمن، والأيسر، والمتكامل في الاحتفاظ وبما يعزو عليه في الأداء.
- 6- إنّ المنهاج التعليمي المقترح باستخدام التصور العقلي والادراك الحسي - حركي اثبت فاعليته لمهارة حائط الصد بكرة الطائرة للنمط الأيمن، والأيسر، والمتكامل في الاحتفاظ وبما يعزو عليه في الأداء.
- 7- ان الاحتفاظ المجموعات التجريبية بالتعلم يعد مؤشرا واضحا على نجاح المنهاج التعليمي باستخدام التصور العقلي والادراك الحس - حركي ولمهاتري الضرب الساحق وحائط الصد بالاحتفاظ.

## 5-2 التوصيات

في ضوء استنتاجات الدراسة الحالية توصي الباحثة بالآتي:

- 1- التركيز على وظائف نصفي الدماغ معاً لما لهما من دور مهم في العمليات العقلية المتعددة .
- 2- استخدام منهاج التصور العقلي والادراك الحس - حركي في مهارات اخرى بلعبة الكرة الطائرة .
- 3- إجراء دراسات مماثلة تشمل السيادة الدماغية مع فئات عمرية مختلفة ومقارنة نتائجها مع الدراسة الحالية .
- 4- ضرورة المام وتعريف المدرسين في كليات التربية الرياضية بالسيادة المخية ( ايمن وايسر ومتكامل ) لما لها من دور واهمية في تحقيق نتائج افضل في التعلم المهاري للالعاب الرياضية.
- 5- ضرورة وضع منهاج بالاستناد على نتائج الدراسة في استخدام التصور العقلي والادراك الحس - حركي خاص بالكرة الطائرة لما لها من اثر فاعل في الاحتفاظ بالمهارات بشكل افضل .
- 6- اعتماد المنهاج المعد من قبل الباحثة في التعلم مهارتي الضرب الساحق وحائط الصد كونه اثبت فاعلية في احتفاظ المتعلمين بمهارتي الضرب الساحق وحائط الصد بالكرة الطائرة وكون الاحتفاظ هو مرآة التعلم.

## ملحق (1)

يبين فقرات مقياس تورانس للسيادة المخية النصفية الذي تم توزيعه على عينة البحث

عزيزي الطالب.....

تحية طيبة وبعد.

يهتم هذا الاختبار بقياس تفضيلك لطرق التفكير وهو يحتوي على (28) مجموعة من العبارات، ولكل مجموعة عبارتان فقط . والمطلوب منك ان تقرأ كل مجموعة على حدة . ثم تضع علامة (✓) امام أي منهما واذا كانت الاثنتان تنطبق عليك تضع علامة (✓) امام العبارتان، لاحظ انه لا توجد اجابات صحيحة واخرى خاطئة، وحاول ان تكون اجابتك منطبقة عليك تماماً(كلما امكن ذلك).

ولكم خاص الشكر والتقدير

اسم الطالب :

اسم الكلية :

العمر :

التأشير	العبارات	التسلسل
	* احب قراءة شرح (توضيح) مفصل للاشياء التي يجب علي عملها. * احب ان تشرح لي الاشياء عن طريق العرض العملي .	(1)
	* انا ماهر في تفسير الاشارات وتعبيرات الجسم . * افضل ان اقول ما افكر فيه واعتمد على مايقوله الناس .	(2)
	* استمتع بالمقررات او الدروس التي استمع فيها الى المعلم . * استمتع بالمقررات او الدروس التي اتحرك فيها واحاول تجريب الاشياء	(3)
	* اميل الى حل المشكلات بطريقة غير جادة ( طريقة المداعبة ) . * اميل الى حل المشكلات بطريقة جادة (بجدية) مثل رجال الاعمال .	(4)
	* استخدم المعلومات المناسبة لاداء العمل المطلوب مني . * استخدم أي معلومات متوفرة لدي لاداء العمل المطلوب مني .	(5)
	* احب الدروس او الاعمال المحددة ، والتي اعلم فيها تماماً ما المطلوب مني. * احب الدروس او الاعمال غير المحددة ، والتي تتيح لي فرص للتغيير كلما تقدمت في ادائها .	(6)
	* احب استخدام التخمين . * لا احب التخمين .	(7)
	* احب التعبير عن مشاعري(وعواظفي ) في لغة واضحة ومباشرة . * احب التعبير عن مشاعري (وعواظفي) بالشعر او الغناء او الرسم	(8)
	* احب تعلم الاشياء المعروفة والمتأكدين منها ( التي تثبت صحتها ولاتحتمل الجدل ) * احب تعلم الاشياء الغامضة ( غير المعروفة )	(9)

	<p>(10) * احب تجزئ الافكار لكي افكر في كل منها على حدة .</p> <p>* احب وضع كثيرا من الافكار معا .</p>
	<p>(11) * انا ماهر في استخدام المنطق في حل المشكلات .</p> <p>* انا ماهر في استخدام الاستكشاف في حل المشكلات .</p>
	<p>(12) * احب ان ارى واتخيل الاشياء عند حل المشكلات .</p> <p>* احب تحليل المشكلات عن طريق القراءة والاستماع للمعلمين الذين يعرفونها</p>
	<p>(13) * اتعلم بسهولة من المعلمين الذين يستخدمون الكلمات في الشرح .</p> <p>* اتعلم بسهولة من المعلمين الذين يستخدمون الحركات والتمثيل في الشرح .</p>
	<p>(14) * انجح في استخدام الكلمات عند التذكر او التفكير في شيء ما .</p> <p>* انجح في استخدام الصور والخيال عند التذكر او التفكير في شيء ما .</p>
	<p>(15) * احب رؤية الاشياء المنتهية او الكاملة .</p> <p>* احب تنظيم واكمال الاشياء غير الكاملة .</p>
	<p>(16) * انا ذكي .</p> <p>* انا مستكشف ( مبتكر )</p>
	<p>(17) * انا ناجح في تعلم التفاصيل والحقائق .</p> <p>* انا ناجح في التعلم من الفكرة العامة او الصورة الكلية .</p>
	<p>(18) * اتعلم واتذكر الاشياء التي درستها .</p> <p>* اتعلم واتذكر التفاصيل والحقائق التي اتوصل اليها مما يحدث حولي .</p>
	<p>(19) * احب قراءة القصص الواقعية .</p> <p>* احب قراءة القصص الخيالية .</p>

	<p>(20) * استمتع بأن اخطط لما ساقوم بعمله .</p> <p>* استمتع بأن احلم او اتخيل ما ساقوم بعمله .</p>
	<p>(21) * احب الاستماع للموسيقى اثناء القراءة او المذاكرة .</p> <p>* احب الانتهاء بسرعة من القراءة او المذاكرة .</p>
	<p>(22) * استمتع بصقل (نسخ) وتكلمة التفاصيل .</p> <p>* استمتع برسم افكاري وتخيلاتي .</p>
	<p>(23) * يستثيرني ( يفرحني ) ان اخترع شيئاً ما .</p> <p>* يستثيرني ( يفرحني ) ان احسن شيئاً ما .</p>
	<p>(24) * اتعلم جيداً عن طريق الاستكشاف .</p> <p>* اتعلم جيداً عن طريق الفحص او التجريب .</p>
	<p>(25) * احب ان تعرض الافكار بطريقة مرتبة .</p> <p>* احب ان تعرض الافكار عن طريق علاقتها ببعضها البعض .</p>
	<p>(26) * انا ناجح في تذكر الاشياء اللغوية .</p> <p>* انا ناجح في تذكر الاصوات والنغمات .</p>
	<p>(27) * غالباً يشرد عقلي عند التفكير في شيء ما .</p> <p>* تقريباً لا يشرد عقلي .</p>
	<p>(28) * استمتع بالتخليص .</p> <p>* استمتع بعمل خطة ( مسودة )</p>

وزارة التعليم العلي والبحث العلمي  
جامعة ديالى / كلية التربية الرياضية  
الدراسات العليا / ماجستير

## ملحق (2)

استمارة استبانة آراء السادة المختصين في مجال الكرة الطائرة الذين استعانت بهم الباحثة  
لتحديد الاختبارات لمستوى الأداء المهاري

الأستاذ الفاضل ..... المحترم  
تحية طيبة ...

تروم الباحثة القيام بإجراء بحثه الموسوم (تأثير منهاج مقترح باستخدام التصور العقلي  
والادراك الحس حركي لذوي السيادة المخية في تعلم مهارتي الضرب الساحق وحائط الصد بالكرة  
الطائرة ) على طلاب المرحلة الثانية / كلية التربية الرياضية / جامعة ديالى ، ونظرا لما تتمتعون  
به من خبرة ودراية في مجال الكرة الطائرة يرجى من سيادتكم إبداء رأيكم حول تحديد الاختبارات  
المهارية الأكثر ملائمة لعينة البحث وذلك بوضع علامة (✓) أمام الاختبار الملائم لكل مهارة.  
مع التقدير

الباحثة

المرفقات : -

استمارة الاختبارات الخاصة بمهارتي الضرب الساحق وحائط الصد بالكرة الطائرة مع مصادرها .

- اسم الخبير المختص:-
- اللقب العلمي :-
- مكان العمل :-
- الاختصاص :-
- التوقيع :-

الملاحظات	التأشير	الاختبارات	المهارة
		1- اختبار قياس دقة مهارة الضرب الساحق القطري .	الضرب الساحق
		2- اختبار قياس دقة مهارة الضرب الساحق الخطي .	
		3- اختبار قياس دقة مهارة الضرب الساحق القطري أو الخطي .	
		4- اختبار قياس مستوى الأداء الفني لمهارة الضرب الساحق.	
		1- اختبار قياس دقة مهارة حائط الصد الفردي من المركز (2)	حائط الصد
		2- اختبار قياس دقة مهارة حائط الصد الفردي من المركز (4)	
		3- اختبار قياس دقة مهارة حائط الصد الفردي من المركز (3) .	
		4- اختبار قياس مستوى الأداء الفني لمهارة حائط الصد .	

وزارة التعليم العلي والبحث العلمي  
جامعة ديالى / كلية التربية الرياضية  
الدراسات العليا / ماجستير

### ملحق (3)

أسماء السادة المختصين الذين استعان بهم الباحث لتحديد اوقات التصور العقلي

الاختصاص	مكان العمل	اسم الخبير المختص	ت
علم نفس / كرة قدم	كلية التربية الرياضية / الجامعة المستنصرية	أ.د. غازي صالح	1
علم نفس	كلية التربية الرياضية للبنات / جامعة بغداد	أ. د خالدة ابراهيم	2
تعلم حركي / كرة قدم	كلية التربية الاساسية / جامعة ديالى	أ.د فرات جبار	3
تعلم حركي / كرة يد	كلية التربية الرياضية / جامعة ديالى	أ.م. د نصير صفاء	4
تعلم حركي / العاب مضرب	كلية التربية الرياضية / جامعة ديالى	أ.م. د رافد قدوري	5

وزارة التعليم العلي والبحث العلمي  
جامعة ديالى / كلية التربية الرياضية  
الدراسات العليا / ماجستير

## ملحق (4)

## أسماء الخبراء والمختصين الذين استعانت بهم الباحثة

ت	اللقب العلمي والاسم	الاختصاص	العمل	اختبار الاختبارات المهارية	المنهاج	المقابلات الشخصية	عرض المقياس
1	أ. د غازي صالح	علم النفس / كرة قدم	كلية التربية الرياضية / الجامعة المستنصرية			✓	
2	أ.د. خالدة ابراهيم	علم النفس	كلية التربية الرياضية للبنات / جامعة بغداد			✓	
3	أ.م.د حسين سبهان صخي	علم التدريب الرياضي - الكرة الطائرة	كلية التربية الرياضية - جامعة بغداد	✓	✓		
4	أ.م.د لمى سمير حمودي	التعلم الحركي - الكرة الطائرة	كلية التربية الرياضية للبنات / جامعة بغداد	✓	✓		✓
5	أ.م.د نجلاء عباس نصيف	طرائق التدريس - كرة طائرة	كلية التربية الرياضية للبنات / جامعة بغداد	✓			✓
6	أ.م.د اسيل جليل	تعلم حركي / ساحة وميدان	كلية التربية الرياضية للبنات / جامعة بغداد	✓	✓	✓	✓
7	أ.م.د نصير قاسم	ادارة وتنظيم / كرة طائرة	كلية التربية الرياضية / جامعة ديالى	✓	✓	✓	✓

✓	✓	✓	✓	كلية التربية الرياضية / جامعة ديالى	اختبارات وقياس / كرة طائرة	م.د محمد وليد	8
✓	✓	✓	✓	كلية التربية الرياضية / جامعة ديالى	علم نفس / كرة طائرة	م.د سعد عباس	9
✓	✓		✓	كلية التربية الرياضية / جامعة ديالى	اختبارات وقياس / كرة طائرة	م.د سوسن جدوع	10
✓			✓	كلية التربية الرياضية للبنات / جامعة بغداد	طرائق التدريس - كرة طائرة	م.د نهاد محمد علوان	11
	✓			كلية التربية الرياضية / جامعة ديالى	تعلم حركي / كرة طائرة	أ.م. ثائر رشيد حسن	12
✓	✓		✓	كلية التربية الرياضية / جامعة ديالى	مدرّب المنتخب الوطني للكرة طائرة	م.م باسم إبراهيم	13

وزارة التعليم العلي والبحث العلمي  
جامعة ديالى/ كلية التربية الرياضية  
الدراسات العليا /ماجستير

### ملحق (5)

أسماء السادة المقومين الذين قاموا بتقويم الاداء الفني لمهاتري الضرب الساحق وحائط الصد

الاختصاص	مكان العمل	اسم الخبير المختص	ت
ادارة وتنظيم/الكرة الطائرة	كلية التربية الرياضية/ جامعة ديالى	أ.م.د نصير قاسم	1
قياس واختبارات / الكرة الطائرة	كلية التربية الرياضية/ جامعة ديالى	م.د محمد وليد	2
الكرة الطائرة	كلية التربية الرياضية/ جامعة ديالى	م.م. باسم ابراهيم	3

وزارة التعليم العلي والبحث العلمي  
جامعة ديالى / كلية التربية الرياضية  
الدراسات العليا / ماجستير

### ملحق (6)

#### أسماء فريق العمل المساعد

ت	الاسم	مكان العمل
1	احمد محمود	طالب ماجستير / كلية التربية الرياضية/جامعة ديالى
2	غزوان فيصل	طالب ماجستير / كلية التربية الرياضية/جامعة ديالى
3	عمر رشيد	طالب ماجستير / كلية التربية الرياضية/جامعة ديالى
4	قحطان فاضل	طالب ماجستير / كلية التربية الرياضية/جامعة ديالى
5	غسان عدنان	طالب ماجستير / كلية التربية الرياضية/جامعة ديالى
6	ميسم وسام	طالب ماجستير / كلية التربية الرياضية/جامعة ديالى
7	اوراس عدنان	طالب ماجستير / كلية التربية الرياضية/جامعة ديالى
8	عمران علي	بكالوريوس تربية رياضية





## ملحق (8)

استمارة استبانته اراء الخبراء على صلاحية الوحدات التعليمية

لمهارة الضرب الساحق بالكرة الطائرة

وزارة التعليم العلي والبحث العلمي

جامعة ديالى / كلية التربية الرياضية

الدراسات العليا / ماجستير

تحية طيبة .....

الاستاذ الدكتور.....المحترم

تروم الباحثة القيام بأجراء البحث الموسوم (تأثير منهاج مقترح باستخدام التصور العقلي والادراك الحس - حركي لذوي السيادة المخية في تعلم واحتفاظ مهارتي الضرب الساحق وحائط الصد بالكرة الطائرة ) على طلاب المرحلة الثانية كلية التربية الرياضية / جامعة ديالى، ونظرا لما تتمتعون به من خبرة ودراية في مجال كرة الطائرة ، يرجى من سيادتكم ابداء رأيكم وملاحظاتكم حول مدى ملائمة هذه الوحدات التعليمية ولكم جزيل الشكر .....

الباحثة

مها احمد عبود

اسم الخبير المختص :-

اللقب العلمي :-

مكان العمل :-

الاختصاص :-

التوقيع :-

● الملاحظات

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

وزارة التعليم العلي والبحث العلمي  
جامعة ديالى / كلية التربية الرياضية  
الدراسات العليا / ماجستير

### ملحق (9)

استمارة استبانته اراء الخبراء على صلاحية الوحدات التعليمية  
لمهارة حائط الصد بالكرة الطائرة

تحية طيبة .....

الاستاذ الدكتور.....المحترم

تروم الباحثة القيام بأجراء البحث الموسوم (تأثير منهاج مقترح باستخدام التصور العقلي والادراك الحس - حركي لذوي السيادة المخية في تعلم واحتفاظ مهارتي الضرب الساحق وحائط الصد بالكرة الطائرة) على طلاب المرحلة الثانية كلية التربية الرياضية / جامعة ديالى ، ونظرا لما تتمتعون به من خبرة ودراية في مجال كرة الطائرة ، يرجى من سيادتكم ابداء رأيكم وملاحظاتكم حول مدى ملائمة هذه الوحدات التعليمية ولكم جزيل الشكر .....

الباحثة

مها احمد عبود

- : اسم الخبير المختص :-
- : اللقب العلمي :-
- : مكان العمل :-
- : الاختصاص :-
- : التوقيع :-

● الملاحظات

.....

.....

.....

.....

.....

.....

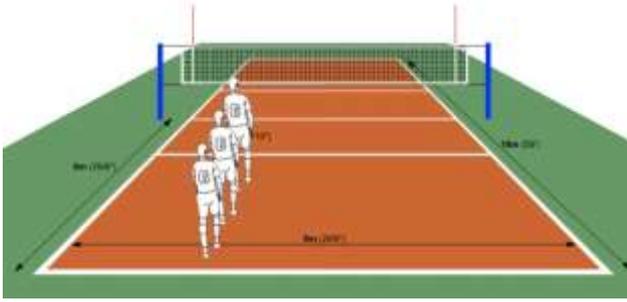
.....

## ملحق (10)

## تمارين الوحدات التعليمية

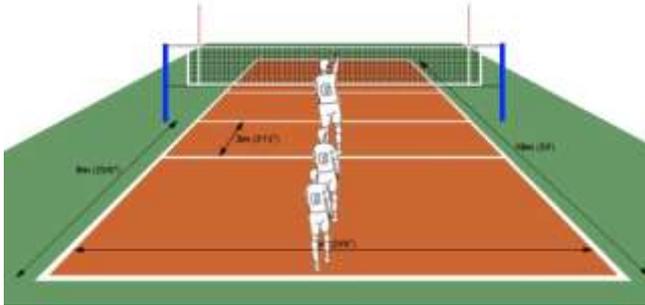
## مهارة الضرب الساحق

## التمرين رقم ( 1 )



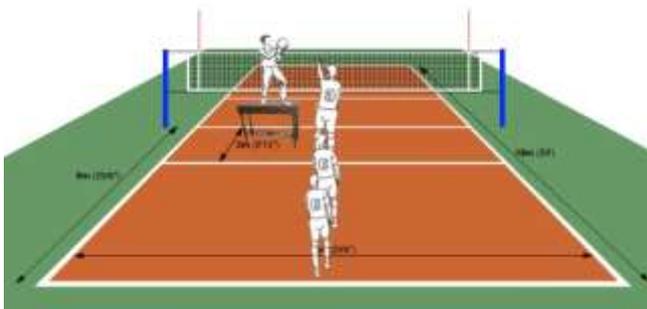
عمل الخطوات التقريبية بشكل صحيح مع التأكيد على اي القدمين تبدأ الخطوة مع اتقان وضبط الخطوات و ثم التصحيح من قبل المدرس وبدون كرة.

## التمرين رقم ( 2 )



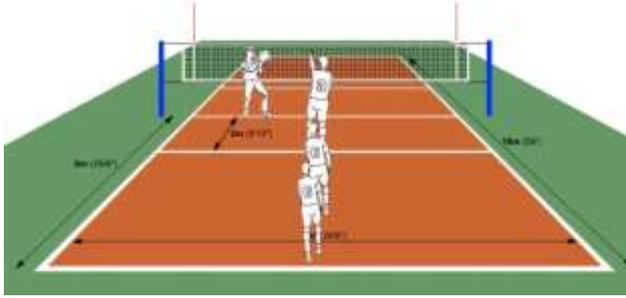
يؤدي اللاعب الخطوات التقريبية مع القفز وبدون كرة مع رفع اليد الضاربة الى الاعلى والتصحيح من قبل المدرس.

## التمرين رقم ( 3 )



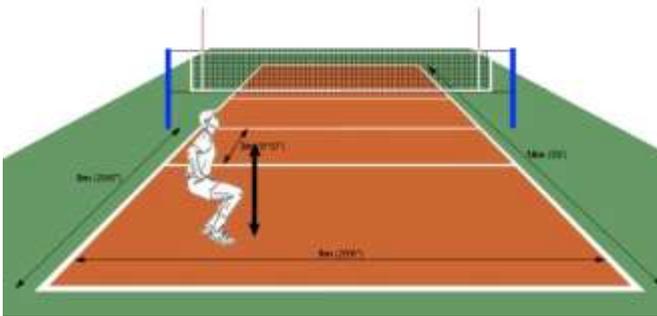
يقف المدرس على منضدة ويمسك الكرة على الشبكة ويقوم اللاعب بالقفز وضرب الكرة.

#### التمرين رقم ( 4 )



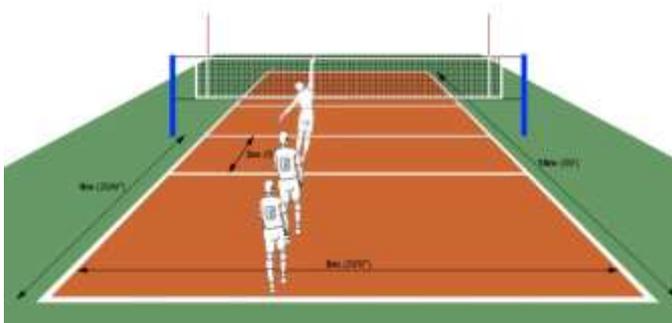
يقوم المدرس برفع الكرة الى اللاعب ثم يقوم اللاعب بضربها بعد أداء الركضة التقريبية ويبد واحد إلى الجهة المقابلة من الملعب ومن فوق الشبكة.

#### التمرين رقم ( 5 )



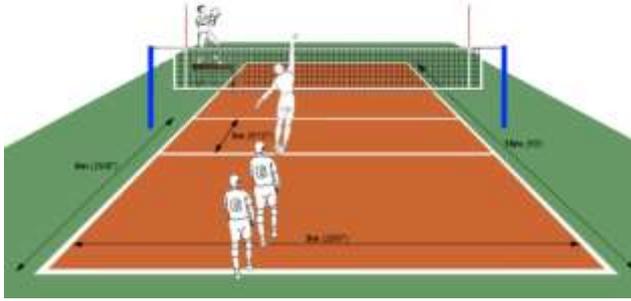
القفز إلى الأعلى مع سحب الركبتين إلى الصدر..(معصوب العينين)

#### التمرين رقم ( 6 )



عمل الخطوات التقريبية بصورة صحيحة والقفز بدون كرة.

### التمرين رقم ( 7 )



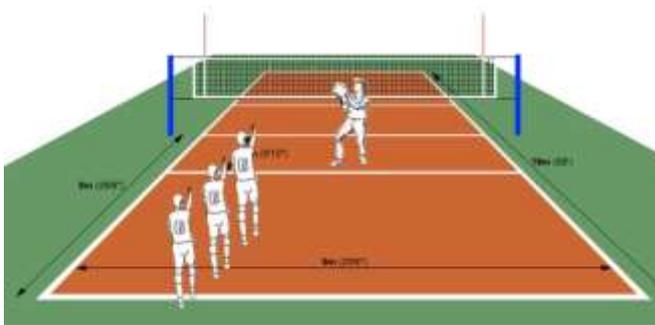
يقف الطلاب رتل بعد خط الهجوم ويقف المدرس على صندوق خشبي بالجهة المقابلة ويمسك الكرة فوق الشبكة ويؤدي الطالب الخطوات التقريبية والوثب والقفز وضرب الكرة.

### التمرين رقم ( 8 )



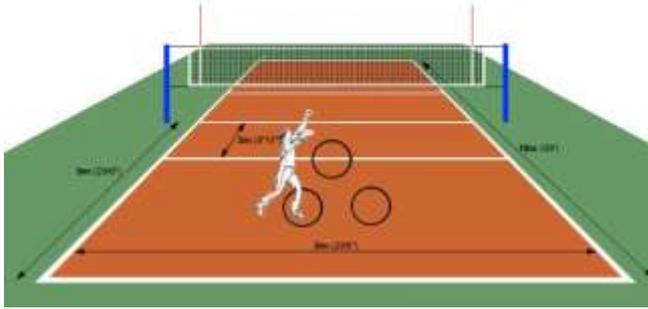
يؤدي التمرين ثلاث طلاب على خط الهجوم وكل منهم امام مركز (2,3,4) ويقف المدرس قرب الشبكة في منطقة الاعداد يرمي المدرس الكرة ويقوم الطالب باداء مهارة الضرب الساق.

### التمرين رقم ( 9 )



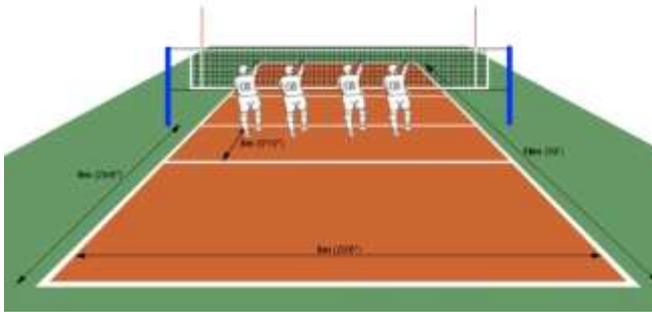
يقف الطلاب خلف خط الهجوم على شكل قطار, يرمي الأول الكرة بعناية إلى المعد الواقف داخل منطقة الهجوم وقرب الشبكة, لضربها الواحد بعد الآخر وعلى الطالب سرعة التقدم مطبقاً خطوات الضربة الهجومية.

### التمرين رقم ( 10 )



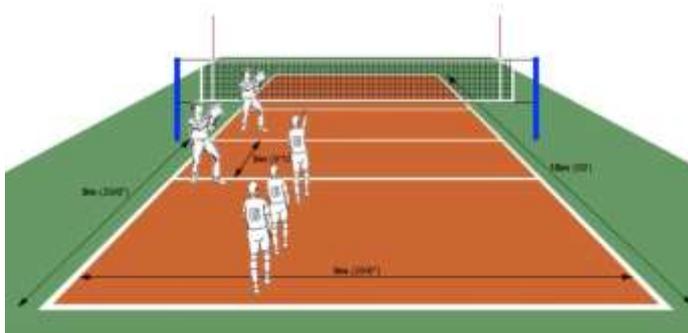
ترسم ثلاث دوائر والقفز في داخلها  
من دون كرة. (معصوب العينين)

### التمرين رقم ( 11 )



يقف الطلاب على طول خط  
الهجوم من كلا جانبي الملعب  
والقيام بأداء مهارة الضرب  
الساحق وعمل الخطوات التقريبية  
مع الوثب والقفز ومن دون كرة.

### التمرين رقم ( 12 )

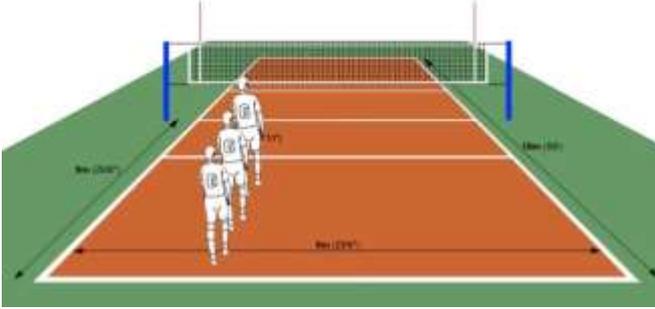


يقف المدرس الأول خلف خط  
الهجوم والمدرس في مركز(3)  
يقوم المدرس الاول برمي الكرة  
الى المدرس الثاني الذي يعد  
للطالب في مركز(4)الذي يقوم  
بضرب الكرة مع تطبيق الخطوات  
التقريبية.



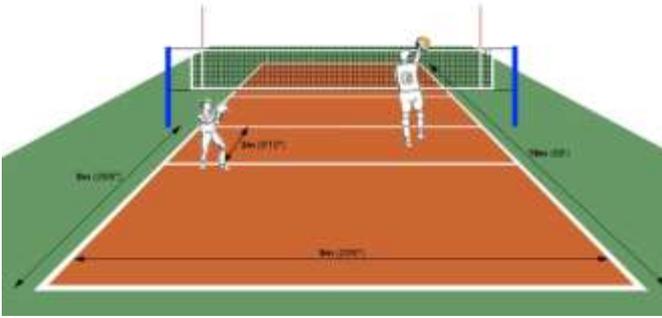
### التمرين رقم ( 16 )

عمل الخطوات التقريبية مع الوثب والقفز من دون كرة.



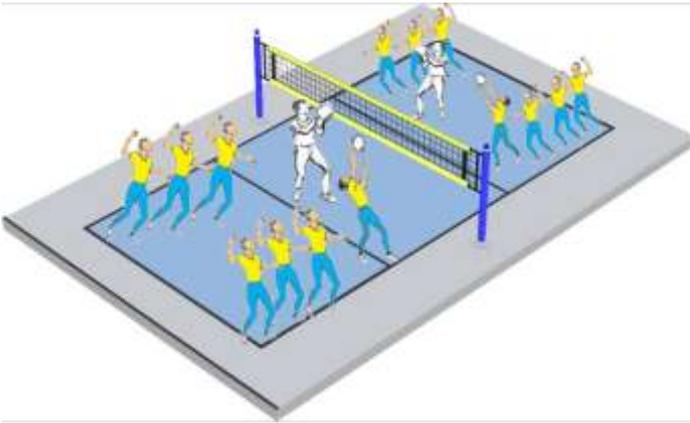
### التمرين رقم ( 17 )

يقف المدرس في مركز (3) يقوم بالإعداد للاعب في مركز (2) بالضرب الساحق.



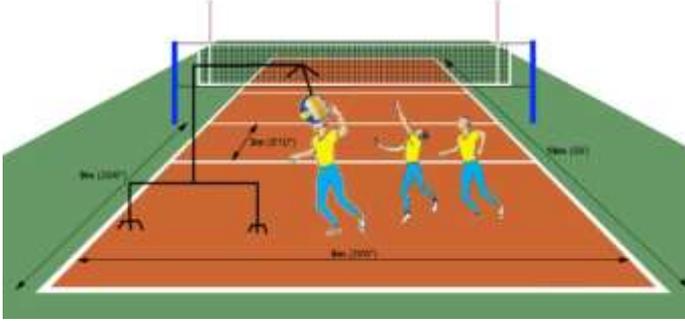
### التمرين رقم (18)

يقف الصف اربعة ارتال كل رتل يقفان في مركز (2) و(4) من كل جانب من الملعب ويبداهم الكرات ويقف المدرسان في مركز (3) من كل جانب يقوم الطالب من كل رتل بمأولة الكرة الى المدرس الذي يعيدها خلفاً الى لاعب الرتل الاخر ليقوم بالضرب الساحق بينما يؤدي الطالب الذي ناول الكرة بالضرب الساحق بصورة خيالية ثم يبدل مركزه.

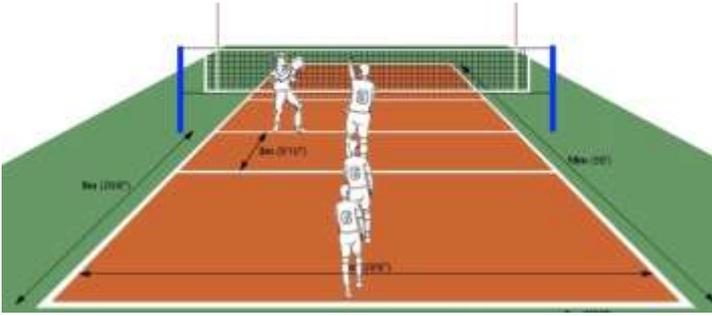


**التمرين رقم (19)**

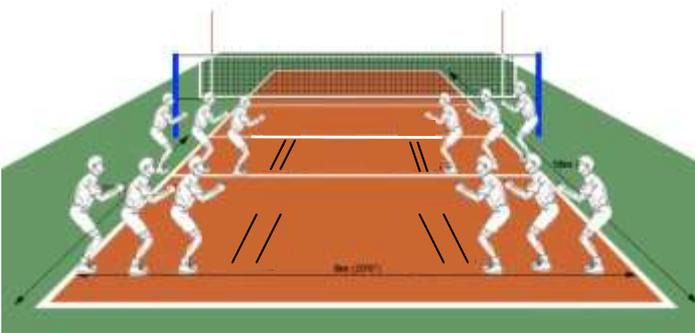
الانطلاق باتجاه الكرة المعلقة والقفز  
وضربها باليد.

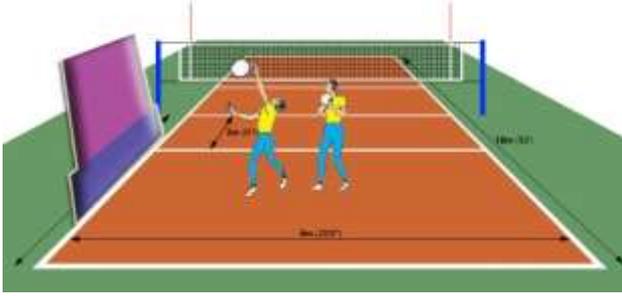
**التمرين رقم (20)**

يقوم المدرس بأعداد الكرة من  
المركز رقم (3) الى الطالب الذي  
يقوم بأداء الرمية.

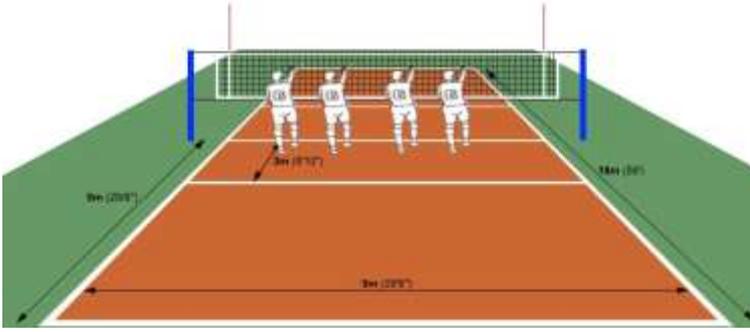
**التمرين رقم (21)**

تشكل اربع فرق امام كل فريق حبال ثم  
يقوم باجتيازها (معصوب العينين).

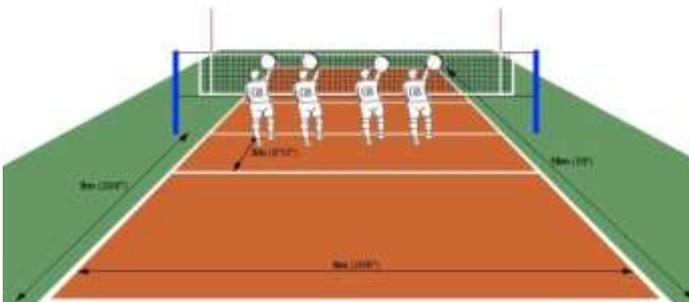


**التمرين رقم (22)**

يقف الطالب على بعد (3-6م) من الحائط ثم يبدأ بقذف الكرة عالياً والقفز وضرب الكرة ليجعلها ترتد لأعلى من الأرض.

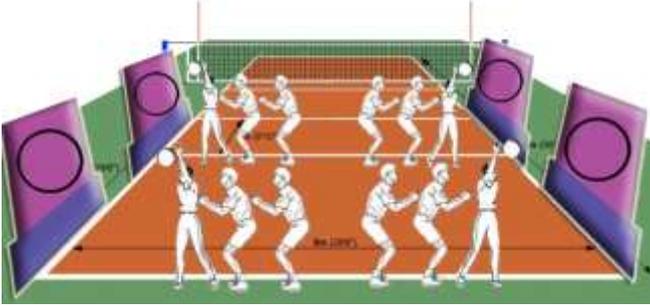
**التمرين رقم (23)**

التمرين السابق نفسه لكن على الشبكة.

**التمرين رقم (24)**

التمرين السابق نفسه لكن باستخدام الكرة.

### التمرين رقم (25)

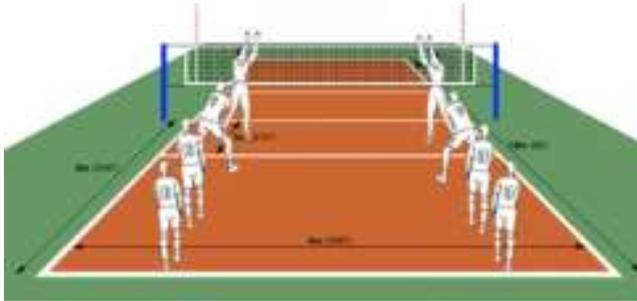


تشكل اربع فرق وترسم دائرة على الحائط امام كل فريق دائرة قطرها (1م) وبعدها (3م) ثم يقوم الطالب برمي الكرة (معصوب العين)

## مهارة حائط الصد

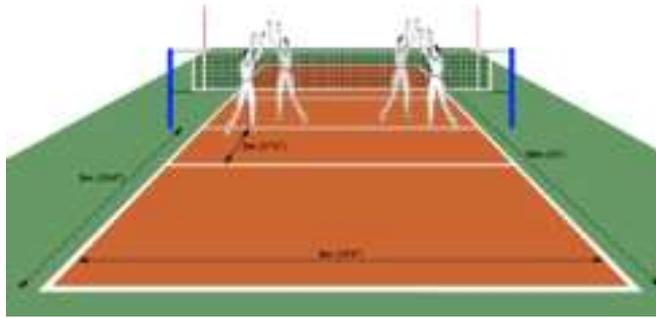
### التمرين رقم ( 1 )

يقف الطلاب صفين امام الشبكة لمسافة (50 سم) وعند الصافرة انثناء نصفي والذراعي امام الصدر ثم القفز الى الاعلى وعمل حائط الصد فوق الشبكة ثم الهبوط ويعاد التمرين.



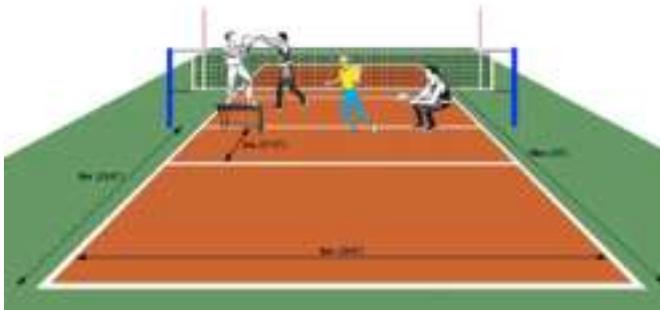
### التمرين رقم ( 2 )

يقف الطلاب متقابلين على الشبكة وعند الاشارة يقفز اللاعبان معاً ويحاول كل منهما لمس يد الزميل الاخر وضغطهما خلفاً بقوة ثم الهبوط ويعاد التمرين.



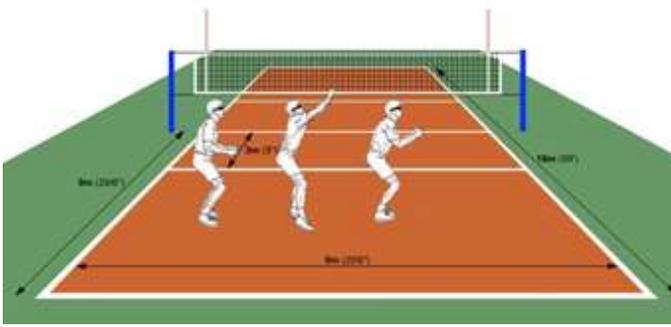
### التمرين رقم ( 3 )

يقف (المدرس) على منضدة ممسكاً بكرة باليدين معاً في اعلى الحافة العليا للشبكة, يقف الطالب في الجهة الاخرى من الملعب وقريباً من الشبكة وفي مواجهة المدرس, يبدأ الطالب م وضع القرفصاء الخفيف بالوثب عالياً رافعاً يديه الى الاعلى ليدفع كرة المدرس الى الاسفل بكتنا يديه.



### التمرين رقم ( 4 )

يعاد التمرين باستخدام الكرة من قبل  
احد الطلاب.



### التمرين رقم ( 5 )

القفز العمودي من الثبات الى  
الاعلى..... (معصوب العينين)

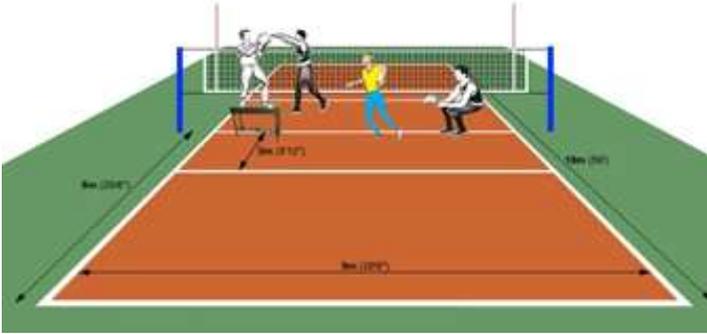


### التمرين رقم ( 6 )

يتم تثبيت كرة فوق الشبكة ثم يقوم  
اللاعب بعمل حائط الصد ومس  
الكرة.

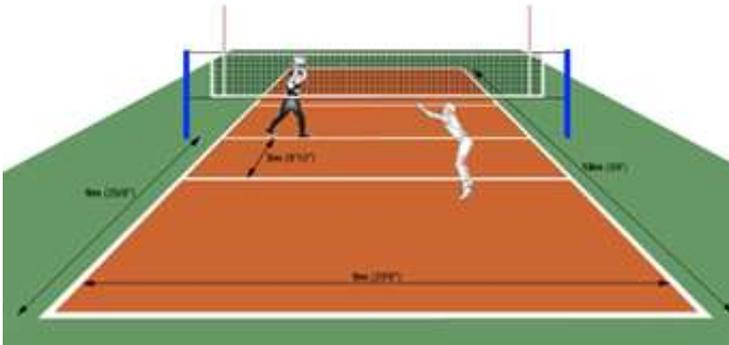
### التمرين رقم ( 7 )

يقف (المدرس) على منضدة ممسكاً بكرة باليدين معاً في اعلى الحافة العليا للشبكة, يقف الطالب في الجهة الاخرى من الملعب وقريباً من الشبكة وفي مواجهة المدرس, يبدأ الطالب م وضع القرفصاء الخفيف بالوثب عالياً رافعاً يديه الى الاعلى ليدفع كرة المدرس الى الاسفل بكلتا يديه.



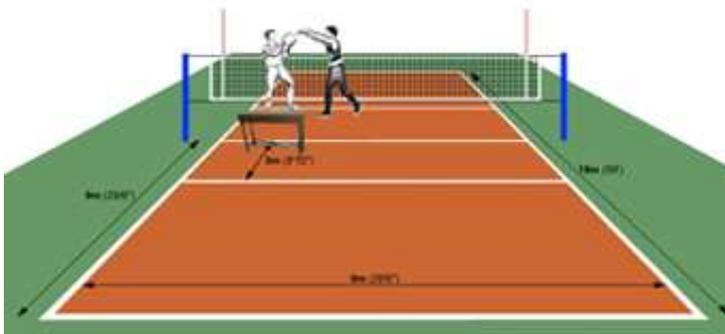
### التمرين رقم ( 8 )

يقف طالبان امام الشبكة الاول يقف على خط الهجوم وييده الكرة والثاني يقف على بعد (50سم) من الشبكة يرمي الطالب الكرة فوق الشبكة والطالب الثاني يقوم بعمل حائط صد لصد الكرة المرمية.

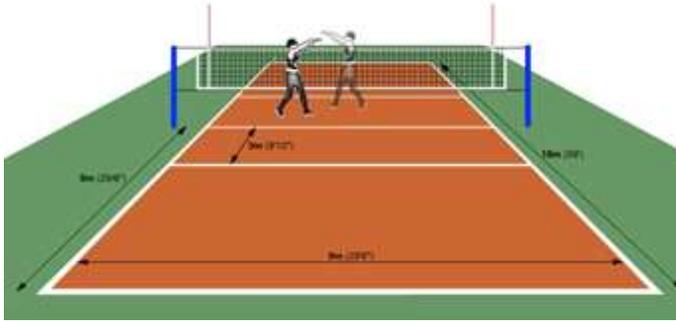


### التمرين رقم ( 9 )

يقف المدرس على المنضدة ويمسك الكرة اعلى الشبكة بمسافة (20 سم) ويقوم اللاعب بالقفز ولمس الكرة وعند القفز يقوم المدرس بتحريك الكرة يميناً ويساراً وحاول اللاعب الوصول الى الكرة بصدها.

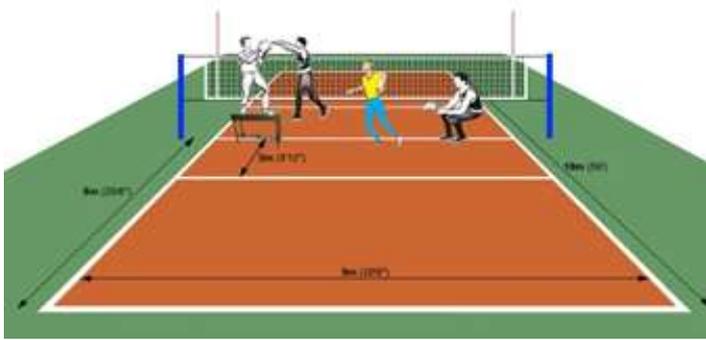


### تمرين رقم (10)



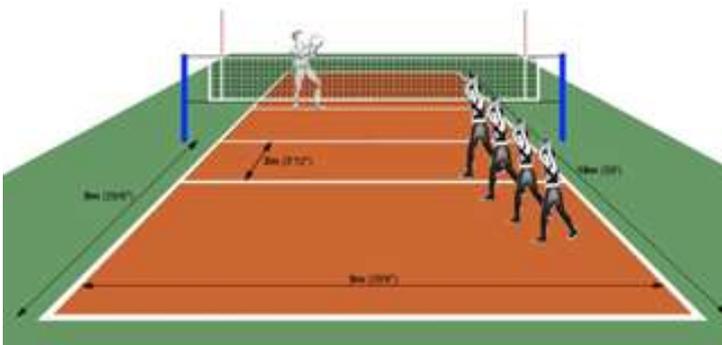
تمرين بين لاعبين كل لاعب من جهة بينهم الشبكة يقفون بلمس الأيدي من فوق الشبكة... (معصوبين العينين).

### التمرين رقم ( 11 )

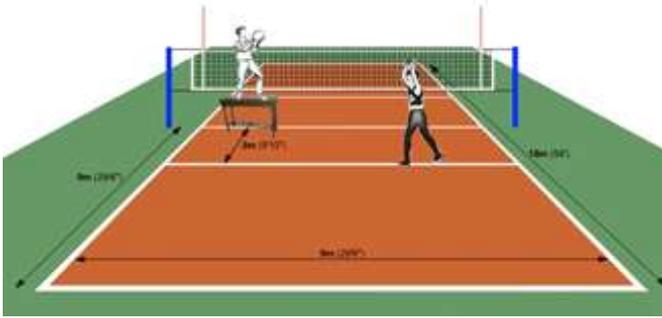


يقف (المدرس) على منضدة ممسكاً بكرة باليدين معاً في اعلى الحافة العليا للشبكة, يقف الطالب في الجهة الاخرى من الملعب وقريباً من الشبكة وفي مواجهة المدرس, يبدأ الطالب م وضع القرفصاء الخفيف بالوثب عالياً رافعاً يديه الى الاعلى ليدفع كرة المدرس الى الاسفل بكلتا يديه.

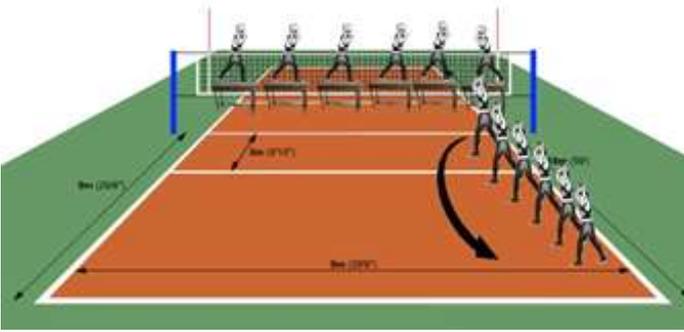
### التمرين رقم ( 12 )



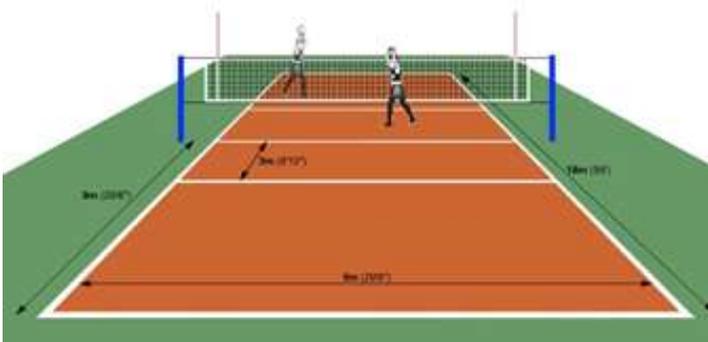
يقف (المدرس) في احد نصفي الملعب, يقف الطلاب في الجهة المقابلة على شكل قطار يبدأ (المدرس) برمي الكرة منخفضة الى اعلى الحافة العليا للشبكة على الطلاب ان يثبت الواحد تلو الاخر الى اعلى ليقوم بالصد.

**التمرين رقم (13):**

يقف المدرب على الصندوق ويحاول اللاعب القفز وصد الكرة المضروبة من قبل المدرس.

**التمرين رقم (14)**

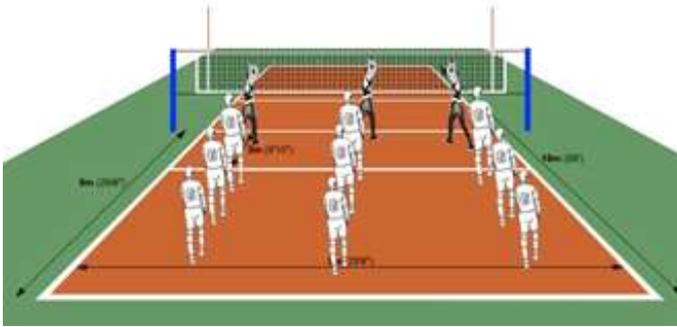
يقف ستة لاعبين على كراسي على احد جانبي الشبكة ماسكين الكرات فوقها ويقف ستة لاعبين على الجانب الاخر صفا واحد وراء الاخر على خط يقوم كل لاعب بالتقدم والقفز للقيام بالصد لكل كرة من الكرات ثم الرجوع خلف المجموعة .

**التمرين رقم (15)**

التمرين بين لاعبين على الشبكة احدهم يمسك الكرة والثاني يقفز ويحاول لمس الكرة.... (معصوب العينين)

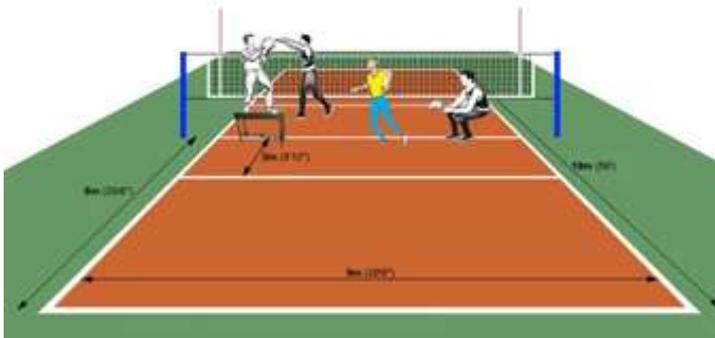
### التمرين رقم (16)

يقف الطلاب على شكل ثلاث قاطرات في مركز (2-3-4) وعند الصافرة يعملون حائط صد على الشبكة.



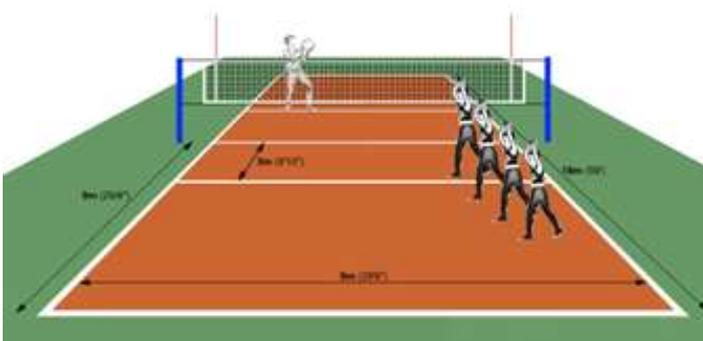
### التمرين رقم (17)

يقف (المدرس) على منضدة ممسكاً بكرة باليدين معاً في اعلى الحافة العليا للشبكة, يقف الطالب في الجهة الاخرى من الملعب وقريباً من الشبكة وفي مواجهة المدرس, يبدأ الطالب م وضع القرفصاء الخفيف بالوثب عالياً رافعاً يديه الى الاعلى ليدفع كرة المدرس الى الاسفل بكلتا يديه.

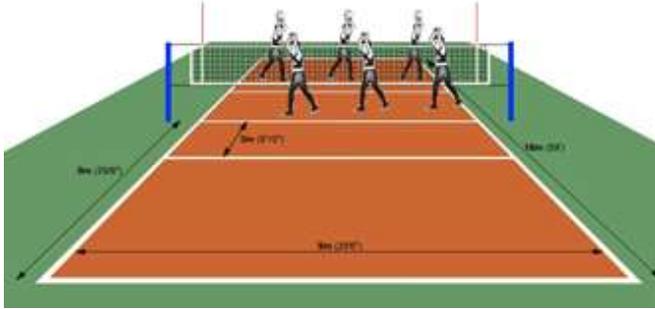


### التمرين رقم (18)

يقف المدرس في احد نصفي الملعب, ويقف الطلاب في الجهة المقابلة على شكل قطار يبدأ (المدرس) برمي الكرة منخفضة الى الاعلى من الحافة العليا للشبكة على الطلاب ان يثبت الواحد تلو الاخر الى اعلى ليقوم بالصد.

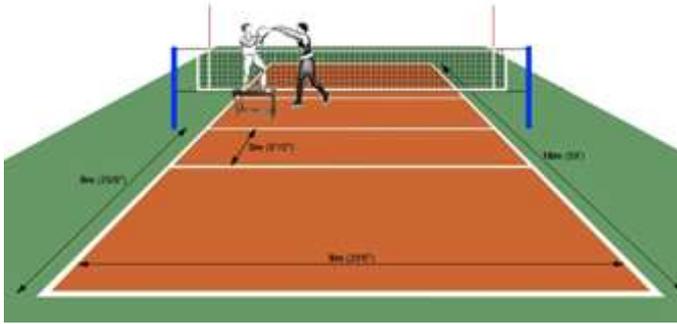


### التمرين رقم (19)



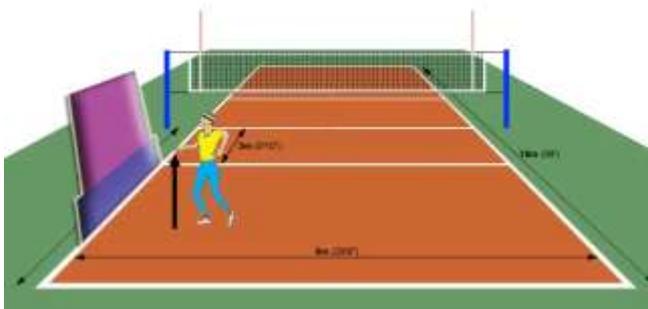
يقف ثلاث طلاب في مركز (2-3-4) ليقوموا بعمل حائط صد للكرات المرمية من اللاعبين في الملعب المقابل.

### التمرين رقم (20)

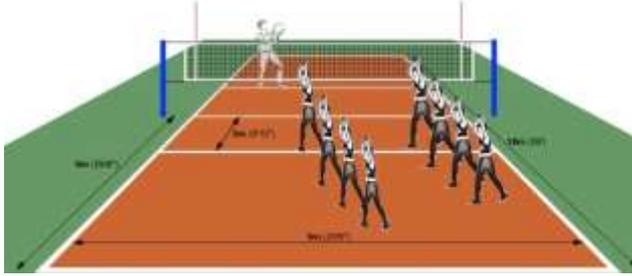


يقف المدرب على صندوق ويمسك الكرة ويحاول اللاعب القفز ولمس الكرة من الاعلى..(معصوب العينين)

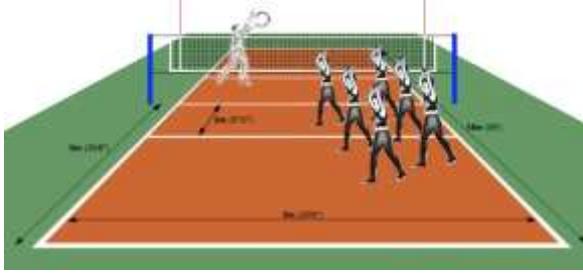
### التمرين رقم (21)



القفز العمودي من الثبات الى الاعلى امام حائط الصد (معصوب العينين)

**التمرين رقم (22)**

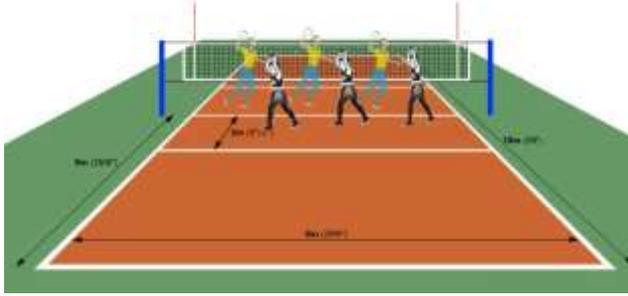
يقف الطلاب امام الشبكة على شكل صفين ويقوم الطالب الاول من كل صف بأداء صد الكرة الذي يقوم برفعها المدرس لاعلى الشبكة من جهة الملعب الاخر.

**التمرين رقم (23)**

نفس التمرين السابق مع اداء المدرس الضرب الساحق واداء حائط الصد من قبل الطلاب.

**التمرين رقم (24)**

بعد وقوف الطلاب على شكل صفين متقابلين والبعد بينهما 2م يقوم كل طالبين متقابلين باللعب معا حيث يقوم احدهما بالضرب الساحق والاخر بحائط الصد والاتنين من الثبات.

**التمرين رقم (25)**

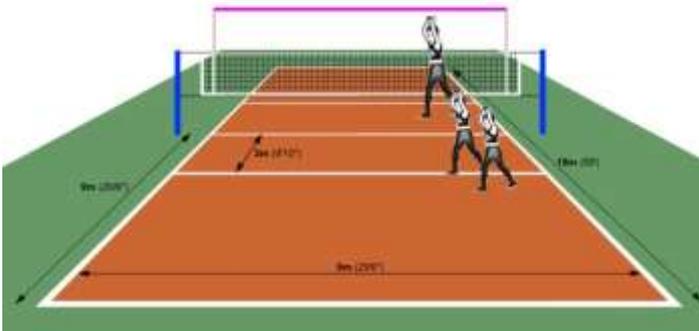
اداء نفس التمرين السابق على الشبكة مع التكنيك الكامل للمهارتين وبدون كرة.

**التمرين رقم (26)**

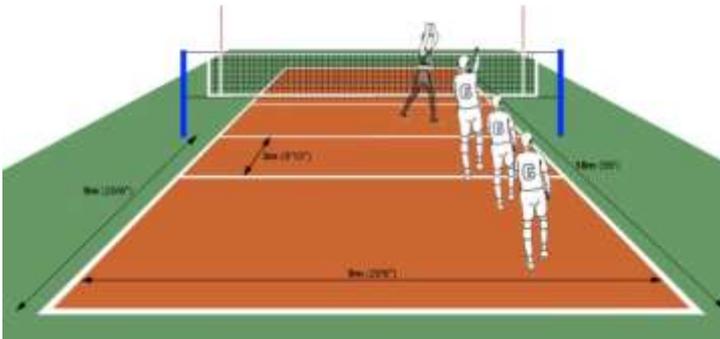
التمرين السابق نفسه باستخدام الكرة

**التمرين رقم (27)**

حبل مشدود فوق الشبكة (25سم) ثم القفز ومسه معصوب العينين.

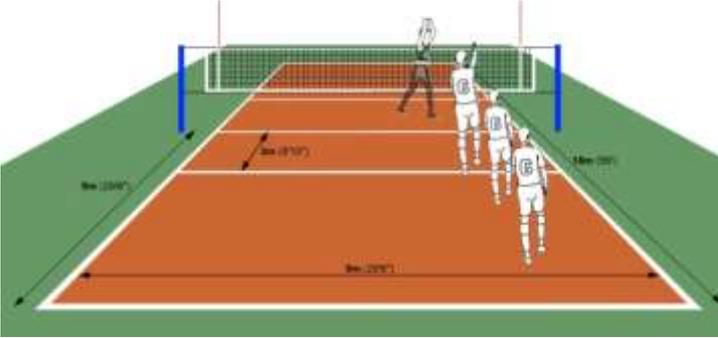
**التمرين رقم (28)**

يقوم ثلاث طلاب بالوقوف على احد طرفي الملعب والقيام بالضرب الساحق للكرة ويقوم الطالب في الجهة المقابلة بحائط الصد بالوثب والتحرك للجانب للمس الثلاث كرات.



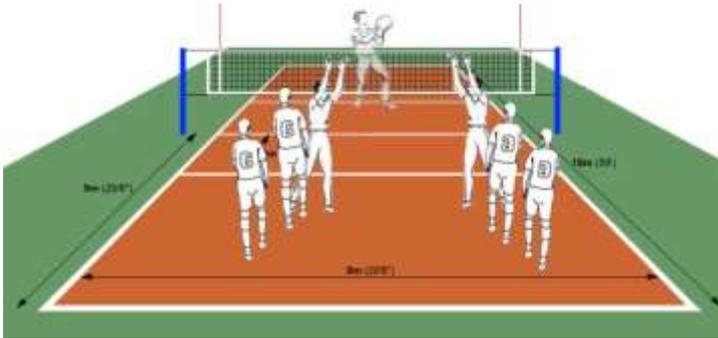
### التمرين رقم (29)

نفس التمرين السابق مع الوقوف أربعة طلاب يمسكون بالكرة ويقومون بالضرب الساحق.



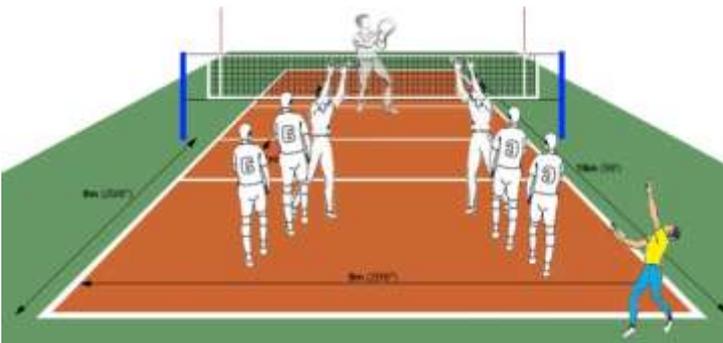
### التمرين رقم (30)

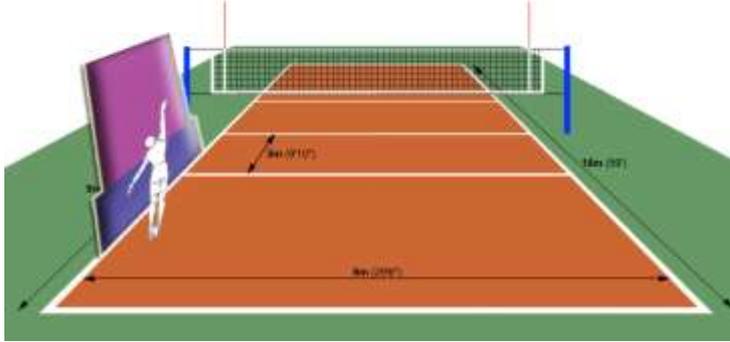
يتقدم طالبين من كل صف للقيام بصد الكرات التي يضربها المدرس من الجهة المقابلة للملعب مع اخذ خطوة الزحلقة.



### التمرين رقم (31)

نفس التمرين السابق مع وقوف احد الطلاب خلف خط الارسال للقيام بأرسال الكرة الى المدرس الذي بدوره يضرب الكرة الى الطلاب للقيام بصدها.



**التمرين رقم (32)**

يقف الطالب على مسافة قدم عن الحائط  
ثم القفز ليلامس الجدار وبالارتفاع الذي  
يستطيعه وبكثا يديه (معصوب  
العينين).

**ملحق (11)**  
**الوحدات التعليمية لمهارة الضرب الساحق**  
**تمارين التصور العقلي تعطى في بداية الوحدة التعليمية**

التاريخ / / 2013	الوحدة التعليمية : 1-2
الزمن 15 دقيقة	الهدف : تعلم الاسترخاء الذاتي

الملاحظات	المحتويات
التكرارات المناسبة المرتبطة بمناطق الجسم	- التنفس (شهيق – زفير ) من البطن وليس الصدر مع مراعاة ان تاخذ الشهيق من الانف واخرجه من الفم
مراعاة الفروق الفردية	- تأكيد مع الابعاز المعلم لمحاولة الوصول لاليه ثابتته من التنفس ثم محاولة توجيه انتباه اللاعبين لنقطة معينة في الغرفة والاستمرار في التنفس
اهمية اقناع اللاعبين لتحقيق النجاح	- تركيز على الذراع الضاربة ومحاولة ابعاد التوتر مع تركيز على التنفس ثم عضلات الساعد ، ثم عضلات اليد والاصابع مع تركيز التنفس والانتقال للذراع اليسرى ومحاولة ابعاد التوتر مع تركيز التنفس ثم عضلات الساعد واليد والاصابع
	- الانتقال الى الجسم كاملا والشعور بان الارض تسحب الجسم من القدمين للأسفل وتسحب المقعد ، وتسحب الذراعين ، التركيز على التنفس ومحاولة تخفيف التوتر الحاصل على عضلات الظهر وعضلات الوجه
	- محاولة الاسترخاء في عضلات الوجه ، محاولة الشعور بخروج توتر من الجبهة مع التنفس ثم الفك مع التنفس ( الفك مسترخ ومفتوح مع مراعاة الانتظام في التنفس
	- زوال التوتر من عضلات الرقبه تدريجيا مع التنفس
	- الوجه مسترخ والجسم كامل اجزائه

المرحلة الثانية / كلية التربية الرياضية  
العدد (47) طالب  
الزمن / ( 90 ) دقيقة

الوحدة التعليمية الاولى  
مهارة الضرب الساحق

الهدف التعليمي /تعلم الطالب مهارة الضرب الساحق بالكرة الطائرة  
الهدف التربوي / الاعتماد على النفس وتحمل المسؤولية

ت	أقسام الوحدة التعليمية	الزمن	التنظيم	الملاحظات
1	المقدمة	3د	XXXXXXXXXX O	التأكد على الوقوف الصحيح
	الإحماء العام	5د	XXXXXXXXXXXXXXXXXX XXXXXXXXXXXXXXXXXX O	الإحماء العام بشكل جيد
	إحماء خاص	7د	XXXXXXXXXX X X X O X	التأكيد على المجموعات العضلية المشاركة في أداء المهارة
2	القسم الرئيسي	10د		- أداء نموذج ( موديل ) لكل جزء من أجزاء المهارة
	القسم التطبيقي			- مراعاة الفروق الفردية
		7د		التمرين الاول
		9د		التمرين الثاني
		9د		التمرين الثالث
	9د		التمرين الرابع	
	6د		التمرين الخامس	
3	نهاية المحاضرة	5د	XXXXXXXXXXXXXXXXXX O	تأكيد على الالتزام والتعاون
		2د 2د 1د		اعطاء لعبة ترويحية تخدم المهارة - تعليق اربع حلقات (هلا هوب) بواسطة حبل على الشبكة وامام كل فريق حلقة ثم يقوم الطلاب بالقفز ورمي الكرة داخل الحلقات أعطاء تمارين تهدئة وارتخاء لعضلات الجسم اعطاء تغذية راجعة مع تصحيح الاخطاء الشائعة الانصراف

المرحلة الثانية / كلية التربية الرياضية  
العدد (47) طالب  
الزمن / ( 90 ) دقيقة

الهدف التعليمي /تعلم الطالب مهارة الضرب الساحق بالكرة الطائرة  
الهدف التربوي / الاعتماد على النفس وتحمل المسؤولية

الوحدة التعليمية الثانية  
مهارة الضرب الساحق

ت	أقسام الوحدة التعليمية	الزمن	الملاحظات	التنظيم	الملاحظات			
1	القسم التحضيري	15 د	أخذ الغياب وتهيئة الأدوات	XXXXXXXXXX O	التأكد على الوقوف الصحيح			
				XXXXXXXXXXXXXXXXXX XXXXXXXXXXXXXXXXXX O	الإحماء العام بشكل جيد			
				XXXXXXXXXXXX X X X O X	التأكيد على المجموعات العضلية المشاركة في أداء المهارة			
2	القسم الرئيسي القسم التطبيقي	10 د	- بداية الجانب النظري شرح مهارة الضرب الساحق وتكنيكها مع عرض نموذج للمدرس واستخدام جهاز فيديو عرض للمهارة	XXXXXXXXXXXX X X X O X	- أداء نموذج ( موديل ) لكل جزء من أجزاء المهارة			
					50 د	40 د	7 د	التمرين الاول
							9 د	التمرين الثاني
							9 د	التمرين الثالث
							9 د	التمرين الرابع
							6 د	التمرين الخامس
3	القسم الختامي	10 د	اعطاء لعبة ترويحية تخدم المهارة- تشكل اربع فرق امام كل فريق كرسي ثم يقوم الطالب برمي الكرة على الكرسي وتعاد أعطاء تمارين تهدئة وارتخاء لعضلات الجسم اعطاء تغذية راجعة مع تصحيح الاخطاء الشائعة الانصراف	XXXXXXXXXXXXXXXXXX O	تأكيد على الالتزام والتعاون			
				5 د	نهاية المحاضرة			
				2 د				
				2 د				
				1 د				

## تمارين التصور العقلي تعطى في بداية الوحدة التعليمية

التاريخ / / 2013	الوحدة التعليمية : 3- 4
الزمن : 15 دقيقة	الهدف : تكرار الوصول الى الاسترخاء الذاتي ومحاولة التصور الذهني لمهارة الضرب الساحق

الملاحظات	المحتويات
الجلوس بوضع مريح	- محاولة تصور مهارة الضرب الساحق بصورة بطيئة لاجزاء النموذج للاعب
التركيز على التنفس العميق بين التمرينات	- محاولة تصور مهارة الضرب الساحق بصورة بطيئة لاجزاء النموذج المعروف ( صورة شفافة)
الايعازات بطيئة وبصوت هادىء	- محاولة تصور مهارة الضرب الساحق بصورة بطيئة لاجزاء النموذج المعروف
	وضع كل من الذراعين والجذع والركبتين والقدمين ، تكرارها مع التنفس محاولة التصور لمهارة الضرب الساحق تكرارها مع التنفس
	- محاولة تركيز انتباه اللاعبين الى الاداء الفني الصحيح لمهارة الضرب الساحق وتكرارها مع التنفس
	- الاستعادة الذهنية لمهارة الضرب الساحق تكرارها مع التنفس

المرحلة الثانية / كلية التربية الرياضية  
العدد (47) طالب  
الزمن / ( 90 ) دقيقة

الوحدة التعليمية الثالثة  
مهارة الضرب الساحق

الهدف التعليمي / تعلم الطالب مهارة الضرب الساحق بالكرة الطائرة  
الهدف التربوي / الاعتماد على النفس وتحمل المسؤولية

ت	أقسام الوحدة التعليمية	الزمن	التنظيم	الملاحظات	
1	القسم التحضيري	3د	XXXXXXXXXX O	التأكد على الوقوف الصحيح	
		5د	XXXXXXXXXXXXXXXXXX XXXXXXXXXXXXXXXXXX O	الإحماء العام بشكل جيد ومنتظم	
	7د	XXXXXXXXXX X X X O X	التأكيد على اشتراك المجاميع العضلية التي تخص المهارة		
2	القسم الرئيسي القسم التطبيقي	10د		بداية الجانب النظري شرح مهارة الضرب الساحق وتكنيكها مع عرض نموذج للمدرس واستخدام جهاز فيديو عرض للمهارة	
		40د	50د	7د	1- عمل الخطوات التقريبية بصورة صحيحة والقفز وبدون كرة 2- يقف الطلاب رتل بعد خط الهجوم ويقف المدرس على صندوق خشبي بالجهة المقابلة ويمسك الكرة فوق الشبكة ويؤدي الطالب الخطوات التقريبية والوثب والقفز وضرب الكرة 3- يؤدي التمرين ثلاثة طلاب يقفون على خط الهجوم وكل منهم امام مركز (2،3،4) ويقف المدرس قرب الشبكة في منطقة الاعداد يرمي المدرس الكرة ويقوم الطالب باداء مهارة الضرب الساحق 4- يقف الطلاب خلف خط الهجوم على شكل قطار ، يرمي الاول الكرة بعناية الى المعد الواقف داخل منطقة الهجوم وقرب الشبكة ، لضربها الواحد بعد الآخر وعلى الطالب سرعة التقدم مطبقاً خطوات الضربة الهجومية . 5- ترسم ثلاث دوائر والقفز في داخلها بدون كرة قطرها 50سم. (معصوب العينين)
				9د	التمرين الاول
				9د	التمرين الثاني
				9د	التمرين الثالث
				9د	التمرين الرابع
6د	التمرين الخامس				
3	القسم الختامي	5د	XXXXXXXXXXXXXXXXXX	تاكيد على الالتزام والتعاون	
		2د	O		
		2د		اعطاء لعبة ترويحوية تخدم المهارة- فريقين متقابلين على الشبكة اول من كل فريق يؤدي الركضة التقريبية ثم القفز وضرب الايدي على الشبكة	
		1د		اعطاء تمارين تهادنة وارتخاء لعضلات الجسم اعطاء تغذية راجعة مع تصحيح الاخطاء الشائعة الانصراف	

المرحلة الثانية / كلية التربية الرياضية  
العدد (47) طالب  
الزمن / ( 90 ) دقيقة

الوحدة التعليمية الرابعة  
مهارة الضرب الساحق

الهدف التعليمي / تعلم الطالب مهارة الضرب الساحق بالكرة الطائرة  
الهدف التربوي / الاعتماد على النفس وتحمل المسؤولية

ت	أقسام الوحدة التعليمية	الزمن	التنظيم	الملاحظات	
1	القسم التحضيري	3د	XXXXXXXXXX O	التأكد على الوقوف الصحيح	
		5د	XXXXXXXXXXXXXXXXXX XXXXXXXXXXXXXXXXXX O	الإحماء العام بشكل جيد ومنظم	
	7د	XXXXXXXXXX X X X O X	التأكيد على اشتراك المجاميع العضلية التي تخص المهارة		
2	القسم الرئيسي  القسم التطبيقي	10د		بداية الجانب النظري شرح مهارة الضرب الساحق وتكنيكها مع عرض نموذج للمدرس واستخدام جهاز فيديو عرض للمهارة	
		40د	50د	7د	التمرين الاول
				9د	التمرين الثاني
				9د	التمرين الثالث
				9د	التمرين الرابع
6د	التمرين الخامس				
3	القسم الختامي	5د	XXXXXXXXXXXXXXXXXX O	اعطاء لعبة ترويحوية تخدم المهارة- تشكل اربع فرق امام كل فريق كرسي ثم يقوم الطالب برمي الكرة على الكرسي وتعاد	
		2د 2د 1د		أعطاء تمارين تهدئة وارتخاء لعضلات الجسم اعطاء تغذية راجعة مع تصحيح الأخطاء الشائعة الانصراف	

## تمارين التصور العقلي تعطى في بداية الوحدة التعليمية

الوحدة التعليمية : 5-6	التاريخ / / 2013
الهدف : اتقان الاسترخاء الذاتي ومحاولة التصور الذهني لمهارة الضرب الساحق	الزمن : 15 دقيقة

الملاحظات	المحتويات
- الجلوس بوضع مريح	- اعطاء مدة مناسبة تقدر ب( 2-3 ) دقائق لوصول اللاعبين الى الاسترخاء الذاتي من خلال التركيز على ضربات القلب في اثناء عملية التنفس
- التوجيهات بطيئة وبصوت هادىء	- تصور مرحلة الاستعداد مع التنفس
- محاولة تسهيل عملية التصور الذهني من خلال التدرج في العمل	- تصور مرحلة الركضة التقريبية والتي تكون على شكل ثلاث خطوات بشكل متدرج وتكرارها مع التنفس
- التركيز على تجزئة الحركة خلال التصور ثم صورها بشكل كامل	- تصور مرحلة الارتقاء مع مرحة الذراعين امام خلف مع ثني في مفصل الركبة والوقوف على رؤوس الاصابع القدم وتكرارها مع التنفس
- التركيز على التنفس العميق بين التمرينات	- الربط بين مرحلة الركضة التقريبية ومرحلة الارتقاء وتكرارها مع التنفس
- اعطاء الايعازات في الوقت المناسب وبصوت هادىء	- تصور مرحلة الضرب وصول اللاعب الى اقصى ارتفاع مع تحرك الذراع الضاربة الى الاعلى والامام لضرب الكرة ويكون جذع اللاعب في حالة تقوس خفيف للخلف وتكرارها مع التنفس
	- تصور مرحلة الهبوط بسحب الذراع للاسفل مباشرة مع منع ملامسة الشبكة بلف المرفق للخارج او ضمها للصدر ثم الهبوط على مقدمة القدمين في نفس المكان وتكرارها مع التنفس
	- الربط بين جميع مراحل الضرب الساحق وتصورها بشكل كامل وتكرارها مع التنفس

المرحلة الثانية / كلية التربية الرياضية  
العدد (47) طالب  
الزمن / ( 90 ) دقيقة

الوحدة التعليمية الخامسة  
مهارة الضرب الساحق

الهدف التعليمي / تعلم الطالب مهارة الضرب الساحق بالكرة الطائرة  
الهدف التربوي / الاعتماد على النفس وتحمل المسؤولية

ت	أقسام الوحدة التعليمية	الزمن	التنظيم	الملاحظات		
1	القسم التحضيري	15 د	المقدمة	أخذ الغياب وتهيئة الأدوات والاجهزة		
			الاحماء العام	مجموعة من التمارين لتهيئة عضلات ومفاصل الجسم		
			إحماء خاص	تمارين تهيئة خاصة لخدمة الجزء الرئيسي وتمارين الإحساس بالكرة		
2	القسم الرئيسي	10 د	الجزء التعليمي	بداية الجانب النظري شرح مهارة الضرب الساحق وتكنيكها مع عرض نموذج للمدرس واستخدام جهاز فيديو عرض للمهارة		
				40 د	50 د	1- يقف الطلاب على طول خط الهجوم من كلا جانبي الملعب وقيام باداء مهارة الضرب الساحق وعمل الخطوات التقريبية مع الوثب والقفز وبدون كرة
						2- يقف المدرس الاول خلف خط الهجوم والمدرس الثاني في مركز (3) يقوم المدرس الاول رمي لكرة الى المدرس الثاني الذي يعد للطلاب في مركز (4) الذي يقوم بضرب الكرة مع تطبيق الخطوات التقريبية
						3- يقف طالبان واحد في مركز (2) والآخر في مركز (4) ويقف المدرس في مركز (3) ويقوم برمي الكرة مرة لمركز (2) ومرة لمركز (4) بعد الضرب الكرة يرجع الطالب الذي في مركز (2) الى مركز (4) والطالب في مركز (4) الى مركز (2) وهكذا
						4- يؤدي التمرين ثلاثة طلاب يقفون على خط الهجوم وكل منهم امام مركز (2،3،4) ويقف المدرس قرب الشبكة في منطقة الاعداد يرمي المدرس الكرة ويقوم الطالب باداء مهارة الضرب الساحق
5- يؤدي الطلاب ثلاث خطوات التقريبية امام الشبكة... (معصوب العينين)						
3	القسم الختامي	10 د	نهاية المحاضرة	اعطاء لعبة ترويحية تخدم المهارة - فريقين متقابلين على الشبكة اول من كل فريق يؤدي الركضة التقريبية ثم القفز وضرب الايدي على الشبكة		
				أعطاء تمارين تهدئة وارتخاء لعضلات الجسم		
				اعطاء تغذية راجعة مع تصحيح الأخطاء الشائعة الانصراف		

المرحلة الثانية / كلية التربية الرياضية  
العدد (47) طالب  
الزمن / ( 90 ) دقيقة

الوحدة التعليمية السادسة

الهدف التعليمي / تعلم الطالب مهارة الضرب الساحق بالكرة الطائرة  
الهدف التربوي / الاعتماد على النفس وتحمل المسؤولية

مهارة الضرب الساحق

ت	أقسام الوحدة التعليمية	الزمن	الملاحظات	التنظيم	الملاحظات			
1	القسم التحضيري	15 د	المقدمة	XXXXXXX O	التأكد على الوقوف الصحيح			
			الإحماء العام	XXXXXXXXXXXXXXXXX XXXXXXXXXXXXXXXXX O	الإحماء العام بشكل جيد			
			إحماء خاص	XXXXXXXXXX X X X O X	التأكيد على المجموعات العضلية المشاركة في أداء المهارة			
2	القسم الرئيسي	10 د	الجزء التعليمي		- بداية الجانب النظري شرح مهارة الضرب الساحق وتكنيكها مع عرض نموذج للمدرس واستخدام جهاز فيديو عرض للمهارة			
					40 د	50 د	التمرين الاول	1- يقف الطلاب على طول خط الهجوم من كلا جانبي الملعب وقيام باداء مهارة الضرب الساحق وعمل الخطوات التقريبية مع الوثب والقفز وبدون كرة
							التمرين الثاني	2- اداء نفس التمرين لكن باستخدام الكرة
							التمرين الثالث	3- يقف المدرس الاول خلف خط الهجوم والمدرس الثاني في مركز (3) يقوم المدرس الاول رمي لكرة الى المدرس الثاني الذي يعد للطالب في مركز (4) الذي يقوم بضرب الكرة مع تطبيق الخطوات التقريبية
							التمرين الرابع	4- يقف طالبان واحد في مركز (2) والاخر في مركز (4) ويقف المدرس في مركز (3) ويقوم برمي الكرة مرة لمركز (2) ومرة لمركز (4) بعد الضرب الكرة يرجع الطالب الذي في مركز (2) الى مركز (4) والطالب في مركز (4) الى مركز (2) وهكذا
التمرين الخامس	5- تشكل اربع فرق وترسم دائره على الحائط امام كل فريق قطرها (م) وبعدها (م3) ثم يقوم الطالب برمي الكره (معصوب العينين )							
3	القسم الختامي	10 د	نهاية المحاضرة	O	اعطاء لعبة ترويحية تخدم المهارة - تعليق اربع حلقات (هلا هوب) بواسطة حبل على الشبكة وامام كل فريق حلقة ثم يقوم الطالب بالقفز ورمي الكرة داخل الحلقة			
					أعطاء تمارين تهدئة وارتخاء لعضلات الجسم			
					اعطاء تغذية راجعة مع تصحيح الأخطاء الشائعة الانصراف			

## تمارين التصور العقلي تعطى في بداية الوحدة التعليمية

التاريخ / / 2013	الوحدة التعليمية : 7-8
الزمن : 15 دقيقة	الهدف : اتقان الاسترخاء الذاتي ومحاولة التصور الذهني لمهارة الضرب الساحق

الملاحظات	المحتويات
- الجلوس بوضع مريح	- اعطاء مدة مناسبة تقدر ب( 2-3 ) دقائق لوصول اللاعبين الى الاسترخاء الذاتي من خلال التركيز على ضربات القلب في اثناء عملية التنفس
- التوجيهات بطيئة وبصوت هادىء	- تصور مرحلة الاستعداد مع التنفس
- محاولة تسهيل عملية التصور الذهني من خلال التدرج في العمل	- تصور مرحلة الركضة التقريبية والتي تكون على شكل ثلاث خطوات بشكل متدرج وتكرارها مع التنفس
- التركيز على تجزئة الحركة خلال التصور ثم صورها بشكل كامل	- تصور مرحلة الارتقاء مع مرجحة الذراعين امام خلف مع ثني في مفصل الركبة والوقوف على رؤوس الاصابع القدم وتكرارها مع التنفس
- التركيز على التنفس العميق بين التمرينات	- الربط بين مرحلة الركضة التقريبية ومرحلة الارتقاء وتكرارها مع التنفس
- اعطاء الايعازات في الوقت المناسب وبصوت هادىء	- تصور مرحلة الضرب وصول اللاعب الى اقصى ارتفاع مع تحرك الذراع الضاربة الى الاعلى والامام لضرب الكرة ويكون جذع اللاعب في حالة تقوس خفيف للخلف وتكرارها مع التنفس
	- تصور مرحلة الهبوط بسحب الذراع للأسفل مباشرة مع منع ملامسة الشبكة بلف المرفق للخارج او ضمها للصدر ثم الهبوط على مقدمة القدمين في نفس المكان وتكرارها مع التنفس
	- الربط بين جميع مراحل الضرب الساحق وتصورها بشكل كامل وتكرارها مع التنفس

المرحلة الثانية / كلية التربية الرياضية  
العدد ( 47 ) طالب  
الزمن / ( 90 ) دقيقة

الوحدة التعليمية السابعة  
مهارة الضرب الساحق

الهدف التعليمي /تعلم الطالب مهارة الضرب الساحق بالكرة الطائرة  
الهدف التربوي / الاعتماد على النفس وتحمل المسؤولية

ت	أقسام الوحدة التعليمية	الزمن	التنظيم	الملاحظات	
1	المقدمة	3د	XXXXXXXXXX O	التأكد على الوقوف الصحيح	
	الإحماء العام	5د	XXXXXXXXXXXXXXXXXX XXXXXXXXXXXXXXXXXX O	الإحماء العام بشكل جيد	
	إحماء خاص	7د	XXXXXXXXXX X X X O X	التأكيد على المجموعات العضلية المشاركة في أداء المهارة	
2	القسم الرئيسي	10د		- بداية الجانب النظري شرح مهارة الضرب الساحق وتكنيكها مع عرض نموذج للمدرس واستخدام جهاز فيديو عرض للمهارة	
	القسم التطبيقي	التمرين الاول	7د		1- عمل الخطوات التقريبية مع الوثب والقفز بدون كرة 2- يقف المدرس في مركز (3) يقوم بالاعداد للاعب في مركز (2) بالضرب الساحق
		التمرين الثاني	9د		3- يقف طالبان واحد في مركز (2) والآخر في مركز (4) ويقف المدرس في مركز (3) ويقوم برمي الكرة مرة لمركز (2) ومرة لمركز (4) بعد الضرب الكرة يرجع الطالب الذي في مركز (2) الى مركز (4) والطالب في مركز (4) الى مركز (2) وهكذا
		التمرين الثالث	9د		4- يقف الصف اربعة اتال كل رتلين يقفان في مركز (2) و(4) من كل جانب من الملعب ويبددهم الكرات ويقف المدرسان في مركز (3) من كل جانب يقوم الطالب من كل رتل بمناولة الكرة الى المدرس الذي بعدها خلفا الى لاعب الرتل الاخر ليقوم بالضرب الساحق بينما يؤدي الطالب الذي ناول الكرة بالضرب الساحق بصورة خيالية ثم يبذل مركزه الانطلاق باتجاه الكرة المعلقة والقفز وضربها باليد
		التمرين الرابع	9د		
التمرين الخامس	6د				
3	القسم الختامي	نهاية المحاضرة	XXXXXXXXXXXXXXXXXX O	تأكيد على الالتزام والتعاون	
		5د 2د 2د 1د		اعطاء لعبة تروحية تخدم المهارة تشكل اربع فرق وتعلق اربع كرات على الشبكة ويؤدي كل واحد من الفرق الاربعة القفز وضرب الكرة من الثبات أعطاء تمارين تهدئة وارتخاء لعضلات الجسم اعطاء تغذية راجعة مع تصحيح الأخطاء الانصراف	

المرحلة الثانية / كلية التربية الرياضية  
العدد ( 47 ) طالب  
الزمن / ( 90 ) دقيقة

الوحدة التعليمية الثامنة  
مهارة الضرب الساحق

الهدف التعليمي / تعلم الطالب مهارة الضرب الساحق بالكرة الطائرة  
الهدف التربوي / الاعتماد على النفس وتحمل المسؤولية

ت	أقسام الوحدة التعليمية	الزمن	المرحلة الثانية / كلية التربية الرياضية	العدد ( 47 ) طالب	الزمن / ( 90 ) دقيقة	الوحدة التعليمية الثامنة	مهارة الضرب الساحق	الهدف التعليمي / تعلم الطالب مهارة الضرب الساحق بالكرة الطائرة	الهدف التربوي / الاعتماد على النفس وتحمل المسؤولية
1	القسم التحضيري	3د	المقدمة				- أخذ الغياب وتهيئة الأدوات والاجهزة	XXXXXXXXXX O	التأكد على الوقوف الصحيح
		5د	الإحماء العام				- مجموعة من التمارين لتهيئة عضلات ومفاصل الجسم	XXXXXXXXXXXXXXXXXX XXXXXXXXXXXXXXXXXX O	الإحماء العام بشكل جيد
		7د	إحماء خاص				- تمارين تهيئة خاصة لخدمة الجزء الرئيسي وتمارين الإحساس بالكرة	XXXXXXXXXX X X X O X	التأكيد على المجموعات العضلية المشاركة في أداء المهارة
2	القسم الرئيسي	10د	الجزء التعليمي				- بداية الجانب النظري شرح مهارة الضرب الساحق وتكنيكها مع عرض نموذج للمدرس واستخدام جهاز فيديو عرض للمهارة		- أداء نموذج ( موديل ) لكل جزء من أجزاء المهارة
	القسم التطبيقي	40د	50د	7د	التمرين الاول		1- عمل الخطوات التقريبية مع الوثب والقفز بدون كرة 2- يقف المدرس في مركز (3) يقوم بالاعداد للاعب في مركز (2) بالضرب الساحق 3- يقف طالبان واحد في مركز (2) والآخر في مركز (4) ويقف المدرس في مركز (3) ويقوم برمي الكرة مرة لمركز (2) ومرة لمركز (4) بعد الضرب الكرة يرجع الطالب الذي في مركز (2) الى مركز (4) والطالب في مركز (4) الى مركز (2) وهكذا 4- يقف الطلاب على شكل صفيين خلف خط الهجوم ويقوم اثنين من الطلاب باداء الارسال من الملعب المقابل الى الطالبين الواقفين في منتصف الملعب الي يقومان باستقبال الكرة من الاسفل وتوجيهها الى الطالبين الذي يقوم باعداد الكرة الى الطالب الاول في الصف والذي يقوم بضرب الكرة ضربا ساحقا 5- الانطلاق باتجاه الكرة المعلقة والقفز وضربها باليد		
				9د	التمرين الثاني				
				9د	التمرين الثالث				
				9د	التمرين الرابع				
	6د	التمرين الخامس							
3	القسم الختامي	5د 2د 2د 1د	نهاية المحاضرة			10د	اعطاء لعبة ترويحية تخدم المهارة- تعليق اربع حلقات (هلا هوب) بواسطة حبل وامام كل فريق حلقة ثم يقوم الطالب بالقفز ورمي الكرة داخل الحلقات أعطاء تمارين تهدئة وارتخاء لعضلات الجسم اعطاء تغذية راجعة مع تصحيح الاخطاء الانصراف	XXXXXXXXXXXXXXXXXX O	تأكيد على الالتزام والتعاون

## ملحق (12)

## الوحدات التعليمية لمهارة حائط الصد تعطى في بداية الوحدة التعليمية

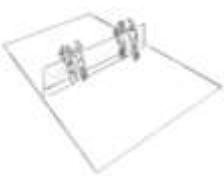
الوحدة التعليمية : 1-2	التاريخ / / 2013
الهدف : تعلم الاسترخاء الذاتي	الزمن 15 دقيقة

الملاحظات	المحتويات
التكرارات المناسبة المرتبطة بمناطق الجسم	- التنفس (شهيق – زفير ) من البطن وليس الصدر مع مراعاة ان تاخذ الشهيق من الانف واخرجه من الفم
مراعاة الفروق الفردية	- تأكيد مع الايعاز المعلم لمحاولة الوصول لاليه ثابتة من التنفس ثم محاولة توجيه انتباه اللاعبين لنقطة معينة في الغرفة والاستمرار في التنفس
اهمية افناع اللاعبين لتحقيق النجاح	- تركيز على الذراع اليمنى ومحاولة ابعاد التوتر مع تركيز على التنفس ثم عضلات الساعد ، ثم عضلات اليد ولأصابع مع تركيز التنفس والانتقال للذراع اليسرى ومحاولة ابعاد التوتر مع تركيز التنفس ثم عضلات الساعد واليد والأصابع
	- الانتقال الى الجسم كاملا والشعور بان الارض تسحب الجسم من القدمين للأسفل وتسحب المقعد ، وتسحب الذراعين ، التركيز على التنفس ومحاولة تخفيف التوتر الحاصل على عضلات الظهر وعضلات الوجه
	- محاولة الاسترخاء في عضلات الوجه ، محاولة الشعور بخروج توتر من الجبهة مع التنفس ثم الفك مع التنفس ( الفك مسترخ ومفتوح مع مراعاة الانتظام في التنفس )
	- زوال التوتر من عضلات الرقبة تدريجيًا مع التنفس
	- الوجه مسترخ والجسم كامل اجزائه

المرحلة الثانية / كلية التربية الرياضية  
العدد (47) طالب  
الزمن / (90) دقيقة

الوحدة التعليمية الاولى  
مهارة حائط الصد

الهدف التعليمي / تعلم الطالب مهارة حائط الصد بالكرة الطائرة  
الهدف التربوي / الاعتماد على النفس وتحمل المسؤولية

ت	أقسام الوحدة التعليمية	الزمن	المرحلة	الهدف التعليمي	الهدف التربوي	الملاحظات
1	القسم التحضيري	3د	15 د	- أخذ الغياب وتهيئة الأدوات	XXXXXXXXXX O	التأكد على الوقوف الصحيح
		5د		- مجموعة من التمارين لتهيئة عضلات ومفاصل الجسم - عمل حائط صد بدون كرة	XXXXXXXXXX XXXXXXXXXX O	الإحماء العام بشكل جيد
		7د		- تمارين تهيئة خاصة لخدمة الجزء الرئيسي وتمارين الإحساس بالكرة - حائط صد باستخدام الكرة	XXXXXXXXXX X X X O X	التأكيد على المجموعات العضلية المشاركة في أداء المهارة
2	القسم الرئيسي القسم التطبيقي	10 د	50 د	- بداية الجانب النظري شرح مهارة حائط الصد وتكنيكها مع عرض نموذج للمدرس واستخدام جهاز فيديو عرض للمهارة	XXXXXXXXXX O	- أداء نموذج ( موديل ) لكل جزء من أجزاء المهارة
		7د		1- يقف الطلاب صفين امام الشبكة لمسافة (50سم) وعند الصافرة انثناء نصفي والذراعين امام الصدر ثم القفز الى الاعلى وعمل حائط الصد فوق الشبكة ثم الهبوط ويعاد التمرين		
		9د		2- يقف الطلاب متقابلين على الشبكة وعند الاشارة يقفز اللاعبان معا ويحاول كل منهما لمس يد الزميل الاخر وضغطهما خلفا بقوة ثم الهبوط ويعاد التمرين		
		9د		3- يقف ( المدرس ) على منضدة ممسكا بكرة باليدين معا في أعلى الحافة العليا للشبكة ، يقف الطالب في الجهة الأخرى من الملعب وقريبا من الشبكة وفي مواجهة المدرس ، يبدأ الطالب من وضع القرفصاء الخفيف بالوثب عاليا رافعا يديه الى الأعلى ليدفع كرة المدرس الى الأسفل بكلتا يديه		
		9د		4- يعاد التمرين باستخدام الكرة من قبل احد الطلاب		
6د	5- القفز العمودي من الثبات الى الاعلى امام الحائط... (معصوب العينين)					
3	القسم الختامي	5د	10 د	اعطاء لعبة ترويحية تخدم المهارة - يقسم الصف الى مجموعتين وترسم على الحائط خطين امام كل مجموعة وبلعاز من المدرس يركض الطالب ثم القفز ولمس الخط والرجوع بسرعة	XXXXXXXXXX O	تأكيد على الالتزام والتعاون
		2د		أعطاء تمارين تهدئة وارتخاء لعضلات الجسم		
		2د		اعطاء تغذية راجعة مع تصحيح الأخطاء الشائعة		
		1د		الانصراف		

المرحلة الثانية / كلية التربية الرياضية  
العدد ( 47 ) طالب  
الزمن / ( 90 ) دقيقة

الوحدة التعليمية الثانية  
مهارة حائط الصد

الهدف التعليمي / تعلم الطالب مهارة حائط الصد بالكرة الطائرة  
الهدف التربوي / الاعتماد على النفس وتحمل المسؤولية

ت	أقسام الوحدة التعليمية	الزمن	المرحلة	الملاحظات	التنظيم	
1	المقدمة	3د	15 د	- أخذ الغياب وتهيئة الأدوات	XXXXXXXXXX O	
	الإحماء العام	5د		- مجموعة من التمارين لتهيئة عضلات ومفاصل الجسم	XXXXXXXXXX XXXXXXXXXX O	
	إحماء خاص	7د		- تمارين تهيئة خاصة لخدمة الجزء الرئيسي وتمارين الإحساس بالكرة	XXXXXXXXXX X X X O X	
2	القسم الرئيسي	10د	50د	- بداية الجانب النظري شرح مهارة حائط الصد وتكنيكها مع عرض نموذج للمدرس واستخدام جهاز فيديو عرض للمهارة		
	القسم التطبيقي	التمرين الاول		7د		1- يقف الطلاب صفين امام الشبكة لمسافة (50سم) وعند الصافرة انثناء نصفي والذراعين امام الصدر ثم القفز الى الاعلى وعمل حائط الصد فوق الشبكة ثم الهبوط ويعاد التمرين
		التمرين الثاني		9د		2- يقف الطلاب متقابلين على الشبكة وعند الاشارة يقفز اللاعبان معا ويحاول كل منهما لمس يد الزميل الاخر وضغطهما خلفا بقوة ثم الهبوط ويعاد التمرين
		التمرين الثالث		9د		3- يقف الطلاب امام الشبكة على شكل صفين ويقوم الطالب الاول من كل صف باداء صد الكرة الذي يقوم برفعها المدرس لاعلى الشبكة من جهة الملعب الاخر
		التمرين الرابع		9د		4- نفس التمرين السابق مع اداء المدرس الضرب الساحق واداء حائط الصد من قبل الطلاب
التمرين الخامس	6د	5- القفز العمودي من الثبات الى الاعلى امام الشبكة (معصوب العينين)				
3	القسم الختامي	5د	10د	اعطاء لعبة ترويحية تخدم المهارة - يقف الطالب الاول عن الثاني 15 قدم والطالب الثالث يقف في الوسط يحاول صد الكرات بين الاول والثاني	XXXXXXXXXX XX	
	نهاية المحاضرة	2د 2د 1د		اعطاء تمارين تهدئة وارتخاء لعضلات الجسم اعطاء تغذية راجعة مع تصحيح الاخطاء الشائعة الانصراف	O	

## تمارين التصور العقلي تعطى في بداية الوحدة التعليمية

التاريخ / / 2013	الوحدة التعليمية : 3- 4
الزمن : 15 دقيقة	الهدف : تكرار الوصول الى الاسترخاء الذاتي ومحاولة التصور الذهني لمهارة حائط الصد

الملاحظات	المحتويات
الجلوس بوضع مريح	- محاولة تصور مهارة حائط الصد بصورة بطيئة لاجزاء النموذج للاعب
التركيز على التنفس العميق بين التمرينات	- محاولة تصور مهارة حائط الصد بصورة بطيئة اجزاء النموذج المعروض ( صورة شفافة)
الايعازات بطيئة وبصوت هادىء	- محاولة تصور مهارة حائط الصد بصورة بطيئة لاجزاء النموذج المعروض
	- وضع كل من الذراعين والجذع والركبتين والقدمين ، تكرارها مع التنفس محاولة التصور لمهارة حائط الصد تكرارها مع التنفس
	- محاولة تركيز انتباه اللاعبين الى الاداء الفني الصحيح لمهارة حائط الصد وتكرارها مع التنفس
	- الاستعادة الذهنية لمهارة حائط الصد تكرارها مع التنفس

المرحلة الثانية / كلية التربية الرياضية  
العدد ( 47 ) طالب  
الزمن / ( 90 ) دقيقة

الوحدة التعليمية الثالثة  
مهارة حائط الصد

الهدف التعليمي / تعلم الطالب مهارة حائط الصد بالكرة الطائرة  
الهدف التربوي / الاعتماد على النفس وتحمل المسؤولية

ت	أقسام الوحدة التعليمية	الزمن	التنظيم	الملاحظات	
1	القسم التحضيري	3د	XXXXXXXXXX O	التأكد على الوقوف الصحيح	
		5د	XXXXXXXXXXXXX XXXXXXXXXXXXX O	الإحماء العام بشكل جيد	
		7د	XXXXXXXXXXXXX X X X O X	التأكيد على اشتراك المجاميع العضلية التي تخص المهارة	
2	القسم الرئيسي القسم التطبيقي	10د		- أداء نموذج ( موديل ) لكل جزء من أجزاء المهارة	
		40د	50د	7د	التمرين الاول
				9د	التمرين الثاني
				9د	التمرين الثالث
				9د	التمرين الرابع
6د	التمرين الخامس				
3	القسم الختامي	5د	XXXXXXXXXXXXX O	تأكيد على الالتزام والتعاون	
		2د 2د 1د		اعطاء لعبة ترويحية تخدم المهارة - يقسم الصف فريقين امام كل فريق تعلق كرة ثم يركض الطالب ويقوم بالقفز ومس الكرة والرجوع بالسرعة اعطاء تمارين تهدئة وارتخاء لعضلات الجسم اعطاء تغذية راجعة مع تصحيح الأخطاء الشائعة الانصراف	

المرحلة الثانية / كلية التربية الرياضية  
العدد ( 47 ) طالب  
الزمن / ( 90 ) دقيقة

الوحدة التعليمية الرابعة  
مهارة حائط الصد

الهدف التعليمي / تعلم الطالب مهارة حائط الصد بالكرة الطائرة  
الهدف التربوي / الاعتماد على النفس وتحمل المسؤولية

ت	أقسام الوحدة التعليمية	الزمن	التنظيم	الملاحظات
1	المقدمة	3د	XXXXXXXXXX O	التأكد على الوقوف الصحيح
	الإحماء العام	5د	XXXXXXXXXX XXXXXXXXXX O	الإحماء العام بشكل جيد
	إحماء خاص	7د	XXXXXXXXXX X X X O X	التأكيد على اشتراك المجاميع العضلية التي تخص المهارة
2	القسم الرئيسي	10د		- أداء نموذج ( موديل ) لكل جزء من أجزاء المهارة
	القسم التطبيقي	40د	50د	بداية الجانب النظري شرح مهارة حائط الصد وتكنيها مع عرض نموذج للمدرس واستخدام جهاز فيديو عرض للمهارة
				1- يتم تثبيت كرة فوق الشبكة ثم يقوم اللاعب بعمل حائط الصد ومس الكرة بعد وقوف الطلاب على شكل صفين متقابلين والبعد بينهما 2م يقوم كل طالبين متقابلين باللعب معا حيث يقوم احدهما بالضرب الساحق والآخر بحائط صد والاثنين من الثبات
				2- اداء نفس التمرين السابق على الشبكة مع التكنيك الكامل للمهارتين وبدون كرة
				3- نفس التمرين السابق باستخدام الكرة
				4- حبل مشدود فوق الشبكة (25سم) ثم القفز ومسه ( معصوب العينين)
التمرين الاول	7د			
التمرين الثاني	9د			
التمرين الثالث	9د			
التمرين الرابع	9د			
التمرين الخامس	6د			
3	نهاية المحاضرة	10د	XXXXXXXXXX O	تأكيد على الالتزام والتعاون
				اعطاء لعبة ترويحية تخدم المهارة - رسم خطوط على الارض بينهم (1م) والوثب بين هذه الخطوط
				أعطاء تمارين تهدئة وارتخاء لعضلات الجسم
				اعطاء تغذية راجعة مع تصحيح الأخطاء الشائعة الانصراف

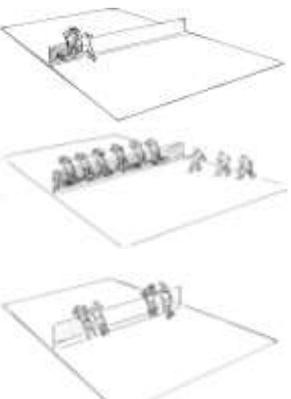
الوحدۃ التعلیمیة : 5-6	التاریخ / / 2013
الهدف : اتقان الاسترخاء الذاتي ومحاولة التصور الذهني لمهارة حائط الصد	الزمن : 15 دقيقة

الملاحظات	المحتويات
- الجلوس بوضع مريح	- اعطاء مدة مناسبة تقدر ب( 2-3 ) دقائق لوصول اللاعبين الى الاسترخاء الذاتي من خلال التركيز على ضربات القلب في اثناء عملية التنفس تصور مرحلة الاستعداد مع التنفس
- التوجيهات بطيئة وبصوت هادىء	- تصور مرحلة الاستعداد مع التنفس
- محاولة تسهيل عملية التصور الذهني من خلال التدرج في العمل	- تصور مرحلة الاقتراب للتهيؤ للقيام بالصد فتكون عبارة عن خطوتين او ثلاث جانبية بالقرب من الشبكة وتكرارها مع التنفس
- التركيز على تجزئة الحركة خلال التصور ثم صورها بشكل كامل	- تصور القدمان متوازيان وانثناء قليل في مفصل الركبة والذراعان مثنيان والمرفقان بمستوى الصدر وارتفاع اليدين بمستوى الاكتاف وامام الجسم وتكرارها مع التنفس
- التركيز على التنفس العميق بين التمرينات	- ربط بين مرحلة الاستعداد ومرحلة الاقتراب وتكرارها مع التنفس وتكرارها مع التنفس
- اعطاء الایعازات في الوقت المناسب وبصوت هادىء	- تصور مرحلة الوثب بالرجلين معا بعد ثني الركبتين ثنيا عميقا وتمرجح الذراعان مرجحة بسيطة للامام والاعلى وتكرارها مع التنفس
	- تصور مرحلة الضرب ترفع الذراعان عموديا للاعلى وتكون اليدان قريبتين من بعضهما والاصابع مفرودة وممدودة بشكل مجوف ومنتشر على الكرة عند ملامستها مع ثني القسم العلوي للجسم للامام قليلا من مفصل الحوض وتكرر التنفس
	- تصور مرحلة الهبوط هذه المرحلة بعد الانتهاء من صد الكرة فوق الشبكة وسحب الذراعين بسرعة للخلف والاعلى وجلبهما قريبا من الراس لتقادي مس الشبكة وعند الهبوط ثني القدمين من مفصل الركبة لامتصاص صدمة الهبوط وتكرارها مع التنفس
	- بين جميع مراحل حائط الصد وتصورها بشكل كامل وتكرارها مع التنفس

المرحلة الثانية / كلية التربية الرياضية  
العدد ( 47 ) طالب  
الزمن / ( 90 ) دقيقة

الهدف التعليمي / تعلم الطالب مهارة حائط الصد بالكرة الطائرة  
الهدف التربوي / الاعتماد على النفس وتحمل المسؤولية

الوحدة التعليمية الخامسة  
مهارة حائط الصد

ت	أقسام الوحدة التعليمية	الزمن	الملاحظات	التنظيم	الملاحظات	
1	المقدمة	3د	15 د	XXXXXXXXXX O	التأكد على الوقوف الصحيح	
	الإحماء العام	5د		XXXXXXXXXXXXXXXXXX XXXXXXXXXXXXXXXXXX O	الإحماء العام بشكل جيد	
	إحماء خاص	7د		XXXXXXXXXX X X X O X	التأكيد على المجموعات العضلية المشاركة في أداء المهارة	
2	القسم الرئيسي	10 د	50 د	<p>- بداية الجانب النظري شرح مهارة حائط الصد وتكنيكها مع عرض نموذج للمدرس واستخدام جهاز فيديو عرض للمهارة</p> <p>1- يقف ( المدرس ) على منضدة ممسكا بكرة باليدين معا في أعلى الحافة العليا للشبكة ، يقف الطالب في الجهة الأخرى من الملعب وقريبا من الشبكة وفي مواجهة المدرس ، يبدأ الطالب من وضع القرفصاء الخفيف بالوثب عاليا رافعا يديه الى الأعلى ليدفع كرة المدرس الى الأسفل بكلتا يديه</p> <p>2- يقف ( المدرس ) في احد نصفي الملعب ، يقف الطلاب في الجهة المقابلة على شكل قطار يبدأ ( المدرس ) برمي الكرة منخفضة الى الأعلى الحافة العليا للشبكة على الطلاب أن يثب الواحد تلو الآخر الى أعلى ليقوم بالصد</p> <p>3- يقف المدرب على الصندوق ويحاول اللاعب القفز وصد الكرة المضروبة من قبل المدرس</p> <p>4- يقف ستة لاعبين على كراسي على احد جانبي الشبكة ماسكين الكرات فوقها ويقف ستة لاعبين على الجانب الآخر صفا واحد وراء الآخر على خط يقوم كل لاعب بالتقدم والقفز للقيام بالصد لكل كرة من الكرات ثم الرجوع خلف المجموع</p> <p>5- تمرين بين لاعبين على الشبكة احدثهم بمسك الكرة والثاني يقفز ويحاول لمس لكرة... (معصوب العينين )</p>	- أداء نموذج ( موديل ) لكل جزء من أجزاء المهارة	
	القسم التطبيقي	7د			التمرين الاول	
	تمارين مهارية الحس حركي	9د			التمرين الثاني	
		9د			التمرين الثالث	
		9د			التمرين الرابع	
	6د	التمرين الخامس				
3	نهاية المحاضرة	5د 2د 2د 1د	10 د	XXXXXXXXXXXXXXXXXX O	تأكيد على الالتزام والتعاون	
	القسم الختامي				<p>اعطاء لعبة ترويحية تخدم المهارة- تشكيل فريقين وكل رئيس فريق يقف على كرسي ثم يقوم طالب من كل فريق بالقفز وضرب يد رئيس الفريق والرجوع بسرعة</p> <p>أعطاء تمارين تهدئة وارتخاء لعضلات الجسم</p> <p>اعطاء تغذية راجعة مع تصحيح الأخطاء الشائعة الانصراف</p>	

المرحلة الثانية / كلية التربية الرياضية  
العدد ( 47 ) طالب  
الزمن / ( 90 ) دقيقة

الوحدة التعليمية السادسة  
مهارة حائط الصد

الهدف التعليمي / تعلم الطالب مهارة حائط الصد بالكرة الطائرة  
الهدف التربوي / الاعتماد على النفس وتحمل المسؤولية

ت	أقسام الوحدة التعليمية	الزمن	المرحلة الثانية / كلية التربية الرياضية	العدد ( 47 ) طالب	الزمن / ( 90 ) دقيقة	الوحدة التعليمية السادسة	مهارة حائط الصد	الهدف التعليمي / تعلم الطالب مهارة حائط الصد بالكرة الطائرة	الهدف التربوي / الاعتماد على النفس وتحمل المسؤولية	الملاحظات		
1	المقدمة	3د	القسم التحضيري	15 د	3د	5د	7د	- أخذ الغياب وتهيئة الأدوات والاجهزة	XXXXXXXXXX O	التأكد على الوقوف الصحيح		
	الإحماء العام	5د						- مجموعة من التمارين لتهيئة عضلات ومفاصل الجسم	XXXXXXXXXXXXXXXXXX XXXXXXXXXXXXXXXXXX O	الإحماء العام بشكل جيد		
	إحماء خاص	7د						- تمارين تهيئة خاصة لخدمة الجزء الرئيسي وتمرين الإحساس بالكرة	XXXXXXXXXX X X X O X	التأكيد على المجموعات العضلية المشاركة في أداء المهارة		
2	القسم الرئيسي	10 د	القسم التطبيقي	50 د	40 د	7د	9د	9د	9د	9د	- بداية الجانب النظري شرح مهارة حائط الصد وتكنيكها مع عرض نموذج للمدرس واستخدام جهاز فيديو عرض للمهارة	- أداء نموذج ( موديل ) لكل جزء من أجزاء المهارة
	تمارين مهارية الحس حركي	7د									1- يقوم ثلاثة طلاب بالوقوف على احد طرفي الملعب والقيام بالضرب الساحق للكرة ويقوم الطالب في الجهة المقابلة بحائط الصد بالوثب والتحرك للجانب للمس الثلاث كرات	
		9د									2- اعادة نفس التمرين مع الوقوف اربعة طلاب بمسكون بالكرة ويقومون بالضرب الساحق	
		9د									3- يتقدم طالبين من كل صف للقيام بصد الكرات التي يضر بها المدرس من الجهة المقابلة للملعب مع اخذ خطوة الزحلقة	
		9د									4- نفس التمرين السابق مع وقوف احد الطلاب خلف خط ارسال للقيام بارسال الكرة الى المدرس الذي بدوره يضرب الكرة الى الطلاب للقيام بصدها	
	6د	5- يقف الطالب على مسافة قدم عن الحائط ثم القفز ليلاص الجدار وبالارتفاع الذي يستطيعه وبكلتي يديه (معصوب العينين)										
3	نهاية المحاضرة	5د 2د 2د 1د	القسم الختامي	10 د				اعطاء لعبة ترويحوية تخدم المهارة- تشكيل فريقين وكل رئيس فريق يقف على كرسي ثم يقوم طالب من كل فريق بالقفز وضرب يد رئيس الفريق والرجوع بسرعة اعطاء تمارين تهدئة وارتخاء لعضلات الجسم اعطاء تغذية راجعة مع تصحيح الاخطاء الشائعة الانصراف	XXXXXXXXXXXXXXXXXX O	تأكيد على الالتزام والتعاون		

## تمارين التصور العقلي في بداية الوحدة التعليمية

الوحدة التعليمية : 7-8	التاريخ / / 2013
الهدف : اتقان الاسترخاء الذاتي ومحاولة التصور الذهني لمهارة حائط الصد	الزمن : 15 دقيقة

الملاحظات	المحتويات
- الجلوس بوضع مريح	- اعطاء مدة مناسبة تقدر ب( 2-3 ) دقائق لوصول اللاعبين الى الاسترخاء الذاتي من خلال التركيز على ضربات القلب في اثناء عملية التنفس تصور مرحلة الاستعداد مع التنفس
- التوجيهات بطيئة وبصوت هادىء	- تصور مرحلة الاستعداد مع التنفس
- محاولة تسهيل عملية التصور الذهني من خلال التدرج في العمل	- تصور مرحلة الاقتراب للتهيؤ للقيام بالصد فتكون عبارة عن خطوتين او ثلاث جانبية بالقرب من الشبكة وتكرارها مع التنفس
- التركيز على تجزئة الحركة خلال التصور ثم صورها بشكل كامل	- تصور القدمان متوازيان وانثناء قليل في مفصل الركبة والذراعان مثنيان والمرفقان بمستوى الصدر وارتفاع اليدين بمستوى الاكتاف وامام الجسم وتكرارها مع التنفس
- التركيز على التنفس العميق بين التمرينات	- ربط بين مرحلة الاستعداد ومرحلة الاقتراب وتكرارها مع التنفس وتكرارها مع التنفس
- اعطاء الایعازات في الوقت المناسب وبصوت هادىء	- تصور مرحلة الوثب بالرجلين معا بعد ثني الركبتين ثنيا عميقا وتمرجح الذراعان مرحة بسيطة للامام والاعلى وتكرارها مع التنفس
	- تصور مرحلة الضرب ترفع الذراعان عموديا للاعلى وتكون اليدين قريبتين من بعضهما والاصابع مفرودة وممدودة بشكل مجوف ومنتشر على الكرة عند ملامستها مع ثني القسم العلوي للجسم للامام قليلا من مفصل الحوض وتكرر التنفس
	- تصور مرحلة الهبوط هذه المرحلة بعد الانتهاء من صد الكرة فوق الشبكة وسحب الذراعين بسرعة للخلف والاعلى وجلبهما قريبا من الراس لتفادي مس الشبكة وعند الهبوط ثني القدمين من مفصل الركبة لامتصاص صدمة الهبوط وتكرارها مع التنفس
	- الربط بين جميع مراحل حائط الصد وتصورها بشكل كامل وتكرارها مع التنفس



المرحلة الثانية / كلية التربية الرياضية  
العدد (47) طالب  
الزمن / ( 90 ) دقيقة

الوحدة التعليمية والثامنة  
مهارة حائط الصد

الهدف التعليمي /تعلم الطالب مهارة حائط الصد بالكرة الطائرة  
الهدف التربوي / الاعتماد على النفس وتحمل المسؤولية

ت	أقسام الوحدة التعليمية	الزمن	المرحلة الثانية / كلية التربية الرياضية	العدد (47) طالب	الزمن / ( 90 ) دقيقة	الوحدة التعليمية والثامنة	مهارة حائط الصد	الهدف التعليمي /تعلم الطالب مهارة حائط الصد بالكرة الطائرة	الهدف التربوي / الاعتماد على النفس وتحمل المسؤولية	
1	المقدمة	3د	القسم التحضيري	15 د	15 د	- أخذ الغياب وتهيئة الأدوات والاجهزة	- مجموعة من التمارين لتهيئة عضلات ومفاصل الجسم	التأكد على الوقوف الصحيح	XXXXXXXXXX O	
	الاحماء العام	5د						الإحماء العام بشكل جيد	XXXXXXXXXXXXXXXXXX XXXXXXXXXXXXXXXXXX O	
	إحماء خاص	7د						التأكيد على اشتراك المجاميع العضلية في أداء المهارة	XXXXXXXXXX X X X O X	
2	القسم الرئيسي	10 د	القسم التطبيقي	50 د	40 د	- بداية الجانب النظري شرح مهارة الضرب الساحق وتكنيكها مع عرض نموذج للمدرس واستخدام جهاز فيديو عرض للمهارة	- أداء نموذج ( موديل ) لكل جزء من أجزاء المهارة	- أداء نموذج ( موديل ) لكل جزء من أجزاء المهارة	XXXXXXXXXXXXXXXXXX O	
	تمارين مهارية الحس حركي	7د								1- يقف الطلاب على شكل ثلاث قاطرات في مركز (2-3-4) وعند الصافرة يعملون حائط صد على الشبكة
	التمرين الاول	9د								2- يقف ( المدرس ) على منضدة ممسكا بكرة باليدين معا في أعلى الحافة العليا للشبكة ، يقف الطالب في الجهة الأخرى من الملعب وقريبا من الشبكة وفي مواجهة المدرس ، يبدأ الطالب من وضع القرفصاء الخفيف بالوثب عاليا رافعا يديه الى الأعلى ليدفع كرة المدرس الى الأسفل بكتنا يديه
	التمرين الثاني	9د								3- يقف كل طالبين على احد جهتي الملعب بصد الكرات المضروبة ساحق الى اماكن مختلفة من الشبكة من قبل الطلاب في الجهة المقابلة
	التمرين الثالث	9د								4- يقوم ثلاثة طلاب بالوقوف على احد طرفي الملعب والقيام بالضرب الساحق للكرة ويقوم الطالب في الجهة المقابلة بحائط الصد بالوثب والتحرك للجانب للمس الثلاث كرات
التمرين الرابع	9د	5- يقف المدرب على صندوق ويمسك الكرة ويحاول اللاعب القفز ولمس الكرة من الاعلى ..(معصوب العينين )								
3	التمرين الخامس	6د	القسم الختامي	10 د	50 د	اعطاء لعبة ترويحية تخدم المهارة – يقسم الصف الى مجموعتين وترسم على الحائط خطين امام كل فريق ولبيعاز من المدرس يقوم الطالب بالقفز ولمس الخط والرجوع بسرعة	تاكيد على الالتزام والتعاون	XXXXXXXXXXXXXXXXXX O		
	نهاية المحاضرة	5د 2د 2د 1د							أعطاء تمارين تهدئة وارتخاء لعضلات الجسم اعطاء تغذية راجعة مع تصحيح الاخطاء الانصراف	

## المصادر العربية

## القرآن الكريم.

- ✓ ابراهيم يوسف المنصور؛ علم النفس العام، ط3 : (جامعة بغداد ، 1981 ) .
- ✓ اسامة كامل راتب؛ علم النفس الرياضي مفاهيم - تطبيقات : (القاهرة، دار الفكر العربي، 1997) .
- ✓ انتصار يونس ؛ السلوك الانساني ، ( القاهرة ،دار المعارف ، 1978).
- ✓ ايمان حمد شهاب ؛ برنامج مقترح في التربية الحركية لرفع مستوى القابلية الذهنية والادراك الحس - حركي عند الاطفال بعمر 4 - 5 سنوات ، ( أطروحة دكتوراه ، جامعة بغد - كلية التربية الرياضية ، 1998 ) .
- ✓ بربارا كلارك؛ تفعيل التعليم النموذجي التربوي المتكامل في غرف الصف، ترجمة: يعقوب حسين نشوان ومُحمَّد خطاب، عمان، دار الفرقان للنشر والتوزيع، 2004.
- ✓ بسمة نعيم محسن؛ التفكير الحاذق وفقا لتفضيل السيادة المخية النصفية وعلاقة بدقة اداء المهارات الدفاعية للاعبين الدوري الممتاز بالكرة الطائرة ، بحث منشور، 2011.
- ✓ تشاوي العبدالله؛ علم وظائف الأعضاء، ط1، الجامعة الاردنية، قسم العلوم الحياتية، دار الميسرة للنشر والتوزيع والطباعة، 2012.
- ✓ جابر عبد الحميد واحمد خيرى كاظم ؛ مناهج البحث في التربية وعلم النفس : (القاهرة ، دار النهضة ، 1973 ) .
- ✓ حامد سليمان حمد ؛ علم النفس الرياضي ، ط1: ( العراق ،بغداد دار الكتب والوثائق، 2012 ) .
- ✓ خالدة ابراهيم ؛ مفاهيم حديثة في علم النفس الرياضي : ( بغداد ، دار الكتب والوثائق، 2010 ) .
- ✓ ذوقان عبيدات وسهيلا ابو السميد ؛ الدماغ والتعلم والتفكير ، ط1 : ( عمان ، دار بيونو للنشر ، 2005 ) .
- ✓ ربحي مصطفى عليان وعثمان محمد غنيم ؛ مناهج وأساليب البحث العلمي (النظرية والتطبيق ) ، ط1: ( عمان ، دار صفاء للنشر والتوزيع ، 2000 ) .
- ✓ سعد حماد الجميلي ؛ موسوعة الالف تمرين في الكرة الطائرة : ( عمان ، دار زهراء للنشر والتوزيع ، 2002).
- ✓ سعد حماد الجميلي ؛ الكرة الطائرة تعليم وتدريب وتحكيم : (منشورات جامعة السابع من ابريل، 1997).

- ✓ شبكة الانترنت؛ اطروحة دكتوراه (انماط السيادة النصفية المخية والادراك والذاكرة البصرية ، الجزائر ، جامعة الاخوة منتوري - قسنطينة .
- ✓ صدام محمد فريد ؛ تأثير اساليب التدريس والتمرين في تعلم مهارتي الضرب الساحق الموجه وحائط الصد بالكرة الطائرة ، أطروحة دكتوراه، جامعة بابل ، 2006.
- ✓ صلاح احمد مراد . تقنين مقياس تورانس الانماط التعلم والتفكير للكبار ، اطروحة دكتوراه ، كلية التربية ، جامعة المنصورة ، 1988 .
- ✓ طارق ضايح محمد العزاوي ؛ تأثير تمرينات التصور العقلي المصاحب للاداء المهاري في تطوير تركيز الانتباه ومهارة الارسال الساحق والاحتفاظ بها في الكرة الطائرة ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة ديالى ، 2008
- ✓ طلعت منصور واخرون ؛ اسس علم النفس العام : ( القاهرة ، مكتبة الانجلو مصرية ، 1989 ) .
- ✓ عامر جبار السعدي؛ تصميم وتقنين اختبارات الادراك الحس -حركي لدى لاعبي الكرة الطائرة : مجلة التربية الرياضية ، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية ، المجلد الحادي عشر، العدد، الاول، 2002.
- ✓ عبد الستار جبار الضمد ؛ فسيولوجيا العمليات العقلية في الرياضة، ط1: (عمان، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ، 2000 ) .
- ✓ عبدالعزيز عبد الكريم المصطفى ؛ التطور الحركي للطفل ، ط2: ( عمان ، دار روائع الفكر للنشر والتوزيع ، 1996 ) .
- ✓ عبدالله عبد الحى موسى ؛ المدخل الى علم النفس، ط3 : ( القاهرة ، مكتبة الخانجي) .
- ✓ عبدالله الصمادي وماهر ولد ربيع ؛ القياس والتقويم النفسى والتربوي بين النظرية والتطبيق . ط1: ( عمان ، دار وائل للنشر والتوزيع ، 2004) .
- ✓ عبدالفتاح لطفي؛ طرق تدريس التربية الرياضية والتعلم الحركي، القاهرة، دار الكتب الجامعية، 1972.
- ✓ عصام الوشاحي ؛ المبادئ التعليمية بالكرة الطائرة : (القاهرة ، دار الفكر العربي، 1999) .
- ✓ عقيل عبد الله الكاتب ؛ الكرة الطائرة \_التكنيك والتكتيك الفردي : ( بغداد ، مطبعة التعليم العالي ، 1987) .
- ✓ علي الامير ؛ فسلجة النفس، ط1: (بغداد، دار الشؤون الثقافية، آفاق عربية، 2002) .

- ✓ فرات جبار سعد الله ؛ مفاهيم عامة في التعلم الحركي ، ط1 : (جامعة ديالى ، كلية التربية الرياضية ، 2008).
- ✓ فرات جبار؛ تأثير استخدام أساليب متنوعة للتدريب العقلي في النواحي المعرفية والمهارية والخططية بكرة القدم، (أطروحة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، 2001).
- ✓ قاسم حسن حسين ؛ الموسوعة الرياضية والبدنية الشاملة في الالعب والفعاليات والعلوم الرياضية ، ط1 : ( دار الطباعة والنشر والتوزيع ، 1998 ).
- ✓ كمبل عزمي ؛ وظائف النصفين كرويين للمخ في علاقتها بالقدرات الابتكارية وسمات الشخصية لدى طالبات الجامعة، (المجلة التربوية، مج1 ، كلية التربية بسوهاج، جامعة جنوب الوادي، 1995 ) .
- ✓ محمد العربي شمعون ؛ التدريب العقلي في المجال الرياضي : (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 2001 ) .
- ✓ محمد حسن علاوي ؛ علم نفس التدريب والمنافسة الرياضية : (القاهرة ، دار الفكر العربي، 2002) .
- ✓ محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان ؛ القياس في التربية وعلم النفس الرياضي : ( القاهرة ، دار الفكر العربي ، 2000 ) .
- ✓ محمد خير الحوراني ؛ الحديث في الكرة الطائرة ، تاريخ ، مهارات ، تدريب : ( اربد، دار الأمل للنشر، 1996).
- ✓ محمد شهاب؛ تأثير تداخل إعمام البرامج الحركية والتدريب الذهني على وفق اسلوب التفضل السيطرة الدماغية في تعلم بعض المهارات بكرة السلة، أطروحة دكتوراه، الجامعة المستنصرية ، 2013.
- ✓ محمد صبحي حسانين وحمدى عبد المنعم أحمد ؛ الأسس العلمية لكرة الطائرة وطرق القياس ، ط1 : (القاهرة ، مؤسسة روز اليوسف ) .
- ✓ محمد صبحي حسانين وحمدى عبد المنعم ؛ الاسس العلمية لكرة الطائرة وطرق القياس والتقويم ، ط1 : (القاهرة، مركز الكتاب للنشر ، 1997).
- ✓ محمد محمود الحيلة ؛ تصميم التعلم - نظرية وممارسة : ( عمان ، دار المسرة للنشر والتوزيع والطباعة ، 2003 ) .
- ✓ مروان عبد المجيد ؛ الأسس العلمية والطرق الإحصائية للاختبارات والقياس في التربية الرياضية : ( عمان ، دار الفكر للنشر ، 1999 ) .

- ✓ مفتي ابراهيم حماد ؛ التدريب الرياضي الحديث (التخطيط وتطبيق وقيادة) ، ط1 ، : القاهرة ، دار الفكر العربي، 1998).
- ✓ ممدوح عبد الفتاح ؛ سايكولوجية التربية البدنية النظرية والتطبيق الميداني : (القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 1997 ) .
- ✓ ناهدة عبد زيد ؛ تأثير التداخل في اساليب التمرين على تعلم مهارتي الارسال الساحق والضرب الساحق بالكرة الطائرة ، اطروحة دكتوراه غير منشورة : ( جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، 2002م.
- ✓ نبيل محمود شاكر؛ علم الحركة التطور والتعلم الحركي حقائق ومفاهيم : (جامعة ديالى ، مطبعة جامعة ديالى ، 2005 ) .
- ✓ نجاح مهدي شلش ، اكرم محمد صبحي محمود ؛ التعلم الحركي، ط2 : ( البصرة، 2000).
- ✓ نجلاء عباس ، نعيمة زيدان ، بسمة نعيم ؛ تأثير تمرينات الادراك الحس - حركي لذوي البرمجة اللغوية العصبية في تعلم واحتفاظ مهارتي الضرب الساحق وحائط الصد، مجلة علوم الرياضة ، بحث منشور ، 2011.
- ✓ نجلاء عباس واخرون ؛ المبادئ الأساسية لمهارات الكرة الطائرة وطرق تعلمها ، ط1 : ( دار الكتب والوثائق ببغداد ، 2012 ) .
- ✓ نزار الطالب وكامل الويس ؛ علم النفس الرياضي : ( بغداد، دار الحكمة للطباعة والنشر ، 1993 ) .
- ✓ نزار الطالب وكامل طه الويس ؛ علم النفس الرياضي ، ط2 : ( الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ، 2000 ) .
- ✓ نصير صفاء وعبدالوهاب غازي؛ العمليات العقلية بناءها وابداعها: (جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، 2006).
- ✓ نعيمة زيدان خلف التميمي ؛ منهج تدريبي للادراك الحس - حركي واثره في تطوير مستوى الاداء للمهارات الدفاعية بالكرة الطائرة . ( رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة ديالى، 2003).
- ✓ نهاد محمد علوان؛ اثر إستراتيجية معالجة المعلومات وفق السيادة المخية النصفية في تعلم بعض المهارات الاساسية بكرة اليد والاحتفاظ بها . اطروحة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة بغداد 2006.

- ✓ نوري إبراهيم الشوك ورافع صالح الكبيسي؛ دليل البحوث لكتابة الأبحاث في التربية الرياضية : ( بغداد ، 2004).
- ✓ وجيه محجوب؛ علم الحركة والتطور الحركي والإنسان من الولادة إلى سن الشيخوخة، ج2، جامعة بغداد، 1987.
- ✓ وجيه محجوب (وآخرون) ؛ نظريات التعلم والتطور الحركي ، ط2 : ( بغداد، دار الكتب للوثائق ، 2000 ).
- ✓ وجيه محجوب ؛ التعلم وجدولة التدريب : ( بغداد، مكتب العادل للطباعة الفنية ، 2000 ).
- ✓ وجيه محجوب ؛ فسيولوجيا التعلم ، ط1: (عمان، دار الفكر للطباعة والنشر، 2002).
- ✓ وسن جاسم محمد ؛ الادراك الحس - حركي وعلاقة بدقة اداء بعض المهارات الاساسية في الكرة الطائرة ، ( رسالة ماجستير ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية، 2002).
- ✓ يعرب خيون؛ التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق : (العراق ، بغداد ، دار الكتب والوثائق ، 2010).

## المصادر الأجنبية

- ✓ Belger. A.: Influences of hemispheric specialization and interaction on task performance, 1993.
- ✓ Inc , ThmsonLearning U.S.A.P. 2004,
- ✓ Forst,Rouben B, "physical concepts Applied to physical Education and coaching
- ✓ Hel retal; the role of in dividual difference in cooperation learning of teaching journal of education of psychology; vol 80 no2 1990 .
- ✓ Magill, Richard A; Motor Learning Concepts and Applications Iowa , ( Wm C. Brown publishers, 1985 )
- ✓ Martens,R. Coaching guide to sport psychology. Champ-aign,IL,Human Kinetics1987.
- ✓ Martenz, pusing mentul lmagary to enhance intrinsic mothation journal of sport and exercise psychology , No.17,1987.
- ✓ Schmidt , A. Richard & Timothy Lee . Motor control and learning . 4<sup>th</sup> , Edition , IL. Human kenticis , 2005 .
- ✓ Schmidt,A.Richard,Graig A .Wrisbery, Motor Learning and performance,second Edition,Human Kinetics ,2000.
- ✓ Sherwood,L, Human physiology, From Cell to Systems. Fifth Edition ,
- ✓ Torrance . P.E & Rockentein , 2.L , Some Evidence Regarding Development Off Certral Laterailzation – percetuol And Motor Skill .1987.
- ✓ Wester publishing co ,California , 1977 .

**Ministry of Higher Education  
& Scientific Research  
Diyala University  
College of Sport Education**



**The effective of suggested research methods using the mind  
imaginative and perception – movement of the brain's mastery in  
teaching and saving the attack skills and Block repel in Volleyball .**

**A thesis**

**Submitted to the council of the college of sport education for Diyala  
University In Partial Fulfillment of the Requirements for the Degree  
of Master of sport education**

**By**

*Researcher*  
*Maha Ahmed Abood*

**Supervisor**  
**Assit. Prof Suhaa.A.Abood**

**Supervisor**  
**Assit. Prof Mojahed .H. Rasheed.**

**2013 A.D**

**1435 A.H**

## *Summary*

*The effective of suggested research methods using the mind imaginative and perception – movement of the brain's mastery in teaching and saving the attack skills and Block repel in Volleyball .*

*Researcher*

*Maha Ahmed Abood*

*Supervisor*

*Prof. Assit Suhaa .A. Abood*

*Supervisor*

*Prof. assit Mojahed .H. Rasheed.*

## **The research includes four items .**

- ***Research Definition***

The research definition includes the introduction and importance of research . The mind imaginative and perception – movement are the important mind power which responsible about all what around the person , We see the importance of mind imaginative and perception – movement which are clear in each athletic games like volleyball . Through the imaginative of moving studier and feeling of his body parts , in movement doing , or movement duty specially the skills of attack and block repel , these two skills needs the specific strength to perform the movement , as speed and harmony . whenever the teachers and trainers take care of these mind sides of the studier specially ( brain's mastery) which related with the brain and it's partitions (left- right- perfectly) This help the studier to develop his skills and his perform .

The research problem be in through the weak progress in studier level , that because the weak of mind imaginative and perception – movement which joined ( left , right , perfect) which cause a difference in studier's level , so I talking bout this problem and putting the mind imaginative method and perception – movement of the brain's mastery in teaching and saving the attack skills and Block repel in Volleyball .

- ***Research aim.***

- 1- prepare the method using the mind imaginative and perception – movement of the brain's mastery in learning and saving the attack skills and Block repel in Volleyball .
- 2- Definition on the method effective which used for mind imaginative and perception – movement of the brain's mastery in teaching and saving the attack skills and Block repel in Volleyball .

- ***Research hypothesis***

1. There are moral differences with statistic guidance for effect of suggestion method by using the imaginative method and perception – movement . The followed methods for brain's mastery between the post-test and after test for learning attack and Block repel skills in volleyball for after-test .

2- There are moral differences with statistic guidance in after test between the suggestion method effective using imaginative method and perception – movement in followed methods for brain's mastery in after test to learn and save the attack and block repel skills in volleyball.

- ***Section two: The theoretical ,similar and previous studies .***

The section contented the theoretical studies which includes .

The mind imaginative about it's understood and how it happens , so the importance in athletic field. So I take about a brain's mastery understand and it's importance in sport field .

- ***Section three: The research method and it's field procedures .***

This section included the researcher used the experimental method for research sample are from six gathered three experimental and three control in the a mount of (30) students for each gathered divided to ( right , left and complete) per of the brain's mastery measurement , which distributed to second stage students in Diyal education sport college . there are five groups ( A-B-C-D-E) The measure limited (A) group to be best ( right- left ) and group (c) to be best ( perfect) , the group (b) to be control group that the group (a) contains more students ( right – left) .The researcher performance choose (20) students in lot way of (10) right students and (10) left students , the group (c) contains on completely (0) students and group (b) stayed as a control group . Then the sample became (60) students dividing to three groups (a-b-c)

The researcher used the tools and equipments so she used knowledge and skills test as well as explorative experiments and the scientific bases for the similar test by approval , objectivity and stable as well as the statistical styles .

- ***Fourth section: result view , discussion and solution :-***

Viewing the a count average and standard deviation value ( t) which calculated and curriculum for the results of the post and after skills test , so the results of knowledge test for brain's mastery comparative as well as discussion these results for skills test .

Which reached through it to carryout the research aims.

- ***Fifth section: conclusion and recommendations .***

This section included the conclusion which the researcher did it through the studying , the important things:

1. The proposed curriculum using the perception of mental and cognitive sense - has proved effective in motor skill learning multiplication overwhelming volleyball for the style right and will enhance the learning process and performance.
2. The curriculum proposed using mental visualization and cognitive sense - has proved effective in motor skill learning bulwark volleyball pattern of the left and to enhance the learning and performance of Attic.
3. The curriculum proposed using mental visualization and cognitive sense - proved the effectiveness of kinesthetic skill beating crushing the ball to keep the plane in the pattern of right , left , and integrated to enhance the performance of Attic.
4. The curriculum proposed using the perception of mental and cognitive sense - proved the effectiveness of kinesthetic skill bulwark volleyball to keep the pattern right , left , and integrated to enhance the performance of Attic.
5. to keep learning experimental groups is a clear indication of the success of the curriculum prepared using mental visualization and cognitive sense - dynamic and beating my skills and the overwhelming bulwark to keep.

**in the light of current study conclusions the researcher recommended as follow.**

- 1- To be attention with two half of brain and stressing on function together , because of important part in the operations of multi minds through using the suitable teaching methods .
- 2- Using the method of mind imaginative and perception – movement to learn other skills in volleyball game.
- 3- It was necessary knowledge an definition the teachers in sport education college of brain's mastery (right- left – complete) because of it important parts to performance a best results in skills learning for sport games .
- 4- it was necessary to put suggestion method , using mind imaginative and perception – movement in volleyball , because of active effect to learn the skills in best way .