



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة ديالى
كلية التربية الرياضية

التصور العقلي وعلاقته باداء بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة لدى لاعبي أندية النخبة

رسالة مقدمة الى
مجلس كلية التربية الرياضية /جامعة ديالى وهي جزء من متطلبات نيل
درجة الماجستير في التربية الرياضية

من
حسنين ناجي حسين

بإشراف

أ.م.د. ولهان حميد هادي

أ.د. نبيل محمود شاكر

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

بِخَلْقِ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ فَاَلْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ

فَأَجْمَلْ صَلَاتِي لِقَابِ رَبِّي الْمُبْتَلَى .

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ
(سورة التغابن)
(الآية / 3)

إقرار المشرفين وترشيح لجنة الدراسات العليا

نشهد إن إعداد هذه الرسالة الموسومة بـ :

" التصور العقلي وعلاقته بإداء بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة لدى لاعبي أندية
النخبة "

والمعدة من قبل طالب الماجستير (حسنين ناجي حسين) تمت تحت إشرافنا في
كلية التربية الرياضية - جامعة ديالى ، وهي جزء من متطلبات نيل درجة الماجستير في
التربية الرياضية .

التوقيع :

ا.م.د. ولهان حميد هادي

المشرف

2007 / /

التوقيع :

أ.د. نبيل محمود شاكر

المشرف

2007 / /

بناء على التوصيات نرشح هذه الرسالة للمناقشة

م . د مها محمد صالح

معاون العميد للدراسات العليا والبحث العلمي

كلية التربية الرياضية - جامعة ديالى

2007 / /

إقرار المقوم اللغوي

أشهد أنّ الرسالة المقدمة من قبل الطالب (حسنين ناجي حسين) الموسومة بـ :
" التصور العقلي وعلاقته بأداء بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة لدى لاعبي
أندية النخبة " جرت مراجعتها من الناحية اللغوية بأشرافي ، وإنها مصاغة بأسلوب علمي
خالٍ من الأخطاء النحوية والتعبيرات اللغوية غير الصحيحة ولأجله وقعت .

المقوم اللغوي

أ . م . د عادل عبد الرحمن نصيف

2007/ /

إقرار لجنة المناقشة والتقييم

نشهد إنا أعضاء لجنة المناقشة والتقييم اطلعنا على الرسالة الموسومة بـ :
" التصور العقلي وعلاقته بأداء بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة لدى لاعبي
أندية النخبة " المعدة من قبل طالب الماجستير (حسنين ناجي حسين) وناقشنا الطالب
بمحتوياتها وفيما له علاقة بها ، ونعقد أنها جديرة بالقبول لنيل درجة الماجستير في
التربية الرياضية .

التوقيع :	التوقيع :
الاسم الكامل : أ . م . د احمد رمضان احمد	الاسم الكامل : م . د مها صبري حسن
عضوا	عضوا

التوقيع :
الاسم الكامل : أ . م . د عبد الستار جاسم محمد
رئيس اللجنة

صدقته هذه الرسالة من قبل مجلس كلية التربية الرياضية – جامعة ديالى في جلسته
المرقمة () والمنعقدة في / / 2007

التوقيع
أ . م . د فرات جبار سعد الله
عميد كلية التربية الرياضية – جامعة ديالى
2007 / /

الأهداء

الى والدي يا من فضلك الله بعده بالرضا حبيب الروح أطل الله أيامك
خيرا لنا وللآخرين
يا حبيبة الجنة يا روح المستحيل يا نبع الحنان أمي
أخوتي وأخواتي ليت الله يعلمكم حبي
يا من أنسني وألهمني وعلمني حبي لكم
أهدي ثمرة جهدي المتواضع

حسنيين

شكر وامتنان

الحمد لله الذي بحمده دخل العباد جنته ، عليه توكلت ويعرفته حاز المؤمنون جنته والصلاة على أكمل خلق الله وخاتم الأنبياء نور يستضاء به في الظلمات محمد (صلى الله عليه وسلم) وعلى الطاهرين من الرجس وأصحابه النجوم الذين بأيهم اقتديت اهتديت.

أدعو الله شاكرًا حامدًا على نعمة العلم وفضله إلى الله تعالى ونبيه (صلى الله عليه وسلم) ومن دعاني إليه وخاصة إلى عمادة كلية التربية الرياضية / جامعة ديالى على ما بذلته من جهد لإكمال دراستي ، وأتقدم بالامتنان الكبير والعرفان الجميل لأستاذي ومشرفي الأستاذ الدكتور نبيل محمود شاكر لمتابعته المستمرة ومساعدته القيمة لي طيلة فترة إشرافه وما قدمه من معلومات وإرشادات علمية أغنت الباحث والبحث جزاه الله عني أجرا وأمه بالصحة والعافية نبضا يخلد في سفر العلماء ، وأقدم امتناني وشكري لأستاذي ومشرفي الأستاذ المساعد الدكتور ولهان حميد هادي رحمه الله واسكنه فسيح جناته لمتابعته الميدانية ونصائحه العلمية جزاه الله عني خير جزاء .

وأقدم بالشكر الوافر إلى السادة رئيس وأعضاء لجنة المناقشة لإبدائهم الملاحظات العلمية القيمة التي أغنت الباحث والبحث وأخرجته بالصورة العلمية الجيدة كما وأتقدم بالشكر والتقدير إلى المقوم اللغوي الأستاذ المساعد الدكتور عادل عبد الرحمن نصيف لتقويم الرسالة من الأخطاء اللغوية جزاه الله كل خير وحبا واعتزازا لجميع أساتذتي الذين أناروا لنا الطريق بعلمهم في دراستنا الأولية والتحضيرية ، وأشكر كل من (الأستاذ الدكتور ناظم كاظم والأستاذ الدكتور نوري إبراهيم الشوك والأستاذ الدكتور عامر جبار والأستاذ الدكتور حازم علوان والأستاذ المساعد الدكتور رياض خليل والأستاذ المساعد الدكتور عبد الستار جاسم والأستاذ المساعد الدكتور فرات الجبار سعد الله والأستاذ المساعد الدكتور احمد رمضان احمد والأستاذ المساعد الدكتور عباس علي عذاب والدكتور امثل محمد عباس والدكتور محمد كاظم والدكتور سعد حماد الجميلي والدكتورة أسماء حكمت الدكتور

ماهر عبد اللطيف) لما قدموه من نصائح علمية قيمة ، ويتقدم الباحث بالشكر والامتنان إلى (المدرس المساعد بسمة نعيم والمدرس المساعد مجاهد حميد رشيد والمدرس المساعد ثائر رشيد مطر و المدرس المساعد نعيمة زيدان و المدرس المساعد شهاب احمد و المدرس المساعد شروق مهدي والسيد طارق لطفي والسيد صباح هاشم) إذ كانوا خير عون للباحث جزاهم الله كل الخير .

ويشكر الباحث مسؤولي مكتبة كلية التربية الرياضية / جامعة ديالى وخاصةً (الست رسالة والست رجاء) إذ كانتا خير عون في توفير مصادر البحث وفقهن الله للخير ، وأتقدم بالشكر والامتنان لفريق العمل المساعد الذين أبدوا المساعدة بكل حماس وإخلاص وأمانة وفقهم الله ، كما وأتقدم بالشكر والتقدير إلى (مكتب محمد للطباعة) وخاصةً الأخ (أبو عمار) لجهوده في طباعة الرسالة جزاه الله كل خير ، كما أتقدم بشكري إلى زملائي من طلبة الماجستير كلية التربية الرياضية / جامعة ديالى اتمنا لهم التوفيق .

ويدفعني واجب العرفان بالجميل والشكر والتقدير إلى من ساندوا دربي وشدوا من عزمي ووفروا لي كل سبل الوصول إلى ماأنا عليه (أبي وأمي وأخي أبو عبد الله) فجزاهم الله خير جزاء وأطال في أعمارهم ، ويتقدم الباحث بالاعتذار لكل من لم يستطع ذكرهم لهم الشكر الجزيل والتقدير ، ومن الله التوفيق .

الباحث

ملخص الرسالة باللغة العربية

" التصور العقلي وعلاقته بأداء بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة لدى لاعبي أندية النخبة "

الباحث

حسنين ناجي حسين

بأشراف

أ . م . د . ولهان حميد هادي

أ . د . نبيل محمود شاكر

اشتملت الرسالة على خمسة أبواب :

الباب الأول : (التعريف بالبحث) .

❖ مقدمة البحث وأهميته :

اشتمل هذا الباب على مقدمة البحث وأهميته والتي تم التطرق من خلالها إلى أهمية دراسة التصور العقلي وبعض المهارات الأساسية عند لاعبي أندية النخبة في الكرة الطائرة ومعرفة علاقة التصور العقلي بالأداء المهاري لمهارات قيد البحث والذي يمكن استثماره بشكل صحيح وبأسلوب علمي يخدم تحقيق مستوى أداء جيد للاعب وبما يخدم الفريق في تحقيق الفوز ، أما مشكلة البحث فتركزت في عدم معرفة علاقة التصور العقلي بالأداء المهاري للاعبين أندية النخبة ولما يمتاز به التصور العقلي من تطوير أداء اللاعب إلى جانب العامل البدني والنفسي وغيرها من العوامل التي تلعب دورا بارزا في تطوير لاعبي الكرة الطائرة ، إضافة إلى إن أغلب الدراسات حسب اطلاع الباحث لم تتطرق لهذا المتغير .

❖ أهداف البحث :

1. قياس التصور العقلي والأداء المهاري لدى لاعبي أندية النخبة في العراق .

2. الكشف عن علاقة التصور العقلي بأداء بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة

3. التعرف على الفروق بين نتائج الأندية ، في التصور العقلي وأداء بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة .

❖ فرضيتا البحث :

1. وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين نتائج قياس التصور العقلي وأداء بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة .

2. وجود فروق معنوية بين نتائج الأندية في التصور العقلي وأداء بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة .

❖ مجالات البحث :

• المجال البشري : لاعبو ندية النخبة في العراق بالكرة الطائرة للعام (2005 - 2006) .

• المجال الزمني : الفترة من 5 / 6 / 2006 م ولغاية 4/6/2007 م

• المجال المكاني : القاعات المغلقة لأندية قيد البحث .

الباب الثاني : (الدراسات النظرية والمرتبطة) .

لقد تطرق الباحث إلى الدراسات النظرية الآتية :

تضمن هذا الباب عدة محاور تتعلق بموضوع البحث ، إذ تم التطرق إلى التصور العقلي وأنماطه ومبادئه وفوائده ونماذجه والجانب الانفعالي وعلاقته بالتصور العقلي والتصور العقلي وعلاقته بالأداء المهاري وماهية المهارات الأساسية في لعبة الكرة الطائرة ، ومفهوم الإرسال واستقبال الإرسال والضرب الساحق وحائط الصد وأنواعه في الكرة الطائرة فضلا عن ذلك تم التطرق للدراسات المرتبطة والتي لها علاقة بموضوع الدراسة .

الباب الثالث : (منهجية البحث وإجراءاته الميدانية) .

تضمن هذا الباب منهجية البحث وإجراءاته الميدانية وعينة البحث والأدوات المستعملة وتحديد وتثبيت فقرات مقياس التصور العقلي وترشيح الاختبارات المهارية الخاصة بمهارات قيد البحث، إضافة لذلك التجربة الاستطلاعية واستخراج الأسس العلمية للمقياس والاختبارات المهارية وإجراء التجربة الرئيسية والوسائل الإحصائية .

الباب الرابع : (عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها) .

في هذا الباب تم عرض الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لجميع أفراد العينة في التصور العقلي والأداء المهاري وتحليلها ، وعرض نتائج معامل الارتباط ما بين التصور العقلي والأداء المهاري وتحليلها ومناقشتها ، إضافة إلى عرض نتائج تحليل التباين ما بين الأندية للمهارات قيد البحث وتحليلها ومناقشتها فضلا عن عرض تراتب نتائج المهارات المستعملة بالبحث وفقا لدرجة الارتباط بين التصور العقلي والأداء المهاري وتحليلها ومناقشتها .

الباب الخامس : (الاستنتاجات والتوصيات)

توصل الباحث للاستنتاجات الآتية :

1. إن للتصور العقلي أهمية بالغة في تحسن قابلية اللاعب في أداء مهارات الإرسال واستقبال الإرسال والضرب الساحق وحائط الصد .
2. كلما زادت قابلية اللاعب على التصور كلما ارتقى مستوى أدائه.
3. عشوائية الفروق بين نتائج الأندية في التصور العقلي كونهم يمثلون نخبة اللاعبين لهذه اللعبة في القطر .
4. قلة اهتمام المدربين في تخصيص وحدات تدريبية لتنمية القابليات العقلية للاعبين من خلال تفاوت مستوى قدرات اللاعبين وعدم وصولهم الى درجة الإتقان .
5. وجود بعض الفروق الفردية بين اللاعبين في أندية عينة البحث في قياس التصور العقلي والأداء المهاري لمهارات الكرة الطائرة .
6. إن تراتب قيم معاملات الارتباط بين التصور العقلي للمهارة وأدائها الحركي تنازلياً كالاتي :

- 1) حائط الصد .
- 2) استقبال الإرسال .
- 3) الإرسال
- 4) الضرب الساحق .

❖ التوصيات هي :-

1. الاهتمام بتطوير التصور العقلي الذي من خلاله يصل الرياضي إلى مرحلة تكوين المفاهيم العقلية المكتسبة والمزاوجة بين الإدراك والحركة .
2. توفير بيئة غنية بالمتغيرات والمعلومات الخاصة بنوع المهارة الرياضية كالعرض السينمائي والصور وغيرها من الوسائل التي تسهم في تطوير التصور العقلي وترفع من مستوى الأداء المهاري للاعبين الكرة الطائرة .
3. إقامة دورات للمدربين عن كيفية استخدام التصور العقلي في برامج التدريب لتطوير قابلية لاعبيهم على التصور الصحيح للمهارات الرياضية .
4. إجراء دراسات وبحوث مشابهة للدراسة الحالية ولفئات عمرية مختلفة وألعاب مختلفة .

المحتويات

الصفحة	الموضوع
1	العنوان
2	الآية القرآنية
3	إقرار المشرفين وترشيح لجنة الدراسات العليا
4	إقرار المقوم اللغوي

5	إقرار لجنة المناقشة والتقييم
6	الإهداء
7	شكر وامتنان
9	ملخص الرسالة باللغة العربية
13	قائمة المحتويات
17	قائمة الجداول
18	قائمة الأشكال
19	قائمة الملاحق

الباب الأول

الصفحة	التعريف بالبحث	1
21	مقدمة البحث وأهميته	1 - 1
22	مشكلة البحث	2 - 1
22	أهداف البحث	3 - 1
22	فرضيتا البحث	4 - 1
23	مجالات البحث	5 - 1
23	المجال البشري	1 - 5 - 1
23	المجال الزمني	2 - 5 - 1
23	المجال المكاني	3 - 5 - 1
23	تحديد المصطلحات	6 - 1

الباب الثاني

الصفحة	الدراسات النظرية والدراسات المرتبطة	2
25	الدراسات النظرية	1 - 2

25	التصور العقلي	1 - 1 - 2
27	أنماط التصور العقلي	2 - 1 - 2
28	مبادئ التصور العقلي	3 - 1 - 2
29	فوائد التصور العقلي للاعب	4 - 1 - 2
29	نماذج التصور العقلي	5 - 1 - 2
30	الانفعالات وعلاقتها بالتصور العقلي	6 - 1 - 2
31	التصور العقلي وعلاقته بالأداء المهاري	7 - 1 - 2
32	المهارات الأساسية بالكرة الطائرة	8 - 1 - 2
34	الإرسال ومفهومه بالكرة الطائرة	1 - 8 - 1 - 2
36	مهارة استقبال الإرسال	2 - 8 - 1 - 2
39	مهارة الضرب الساحق	3 - 8 - 1 - 2
42	مهارة حائط الصد وأنواعه بالكرة الطائرة	4 - 8 - 1 - 2
46	الدراسات المرتبطة	2 - 2
46	دراسة احمد حامد احمد السويدي (2004)	1 - 2 - 2
47	دراسة فرات عبد الجبار (2001)	2 - 2 - 2
48	دراسة محمد احمد عبد الله (1997)	3 - 2 - 2

الباب الثالث

الصفحة	منهجية البحث وإجراءاته الميدانية	3
51	منهج البحث	1 - 3
51	عينة البحث	2 - 3
52	الوسائل والأدوات المساعدة	3 - 3
52	وسائل جمع المعلومات	1 - 3 - 3

53	الأدوات المستعملة	2 - 3 - 3
53	مقياس التصور العقلي	4 - 3
54	تحديد المهارات الأساسية وأنواعها وترشيح اختباراتهما	5 - 3
54	تحديد المهارات الأساسية في لعبة الكرة الطائرة	1 - 5 - 3
55	تحديد أنواع المهارات الأساسية في لعبة الكرة الطائرة	2 - 5 - 3
56	ترشيح الاختبارات	3 - 5 - 3
58	شروط ومواصفات اختبارات بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة	6 - 3
58	التجربة الاستطلاعية	7 - 3
59	الأسس العلمية لمقياس التصور العقلي والاختبارات المهارية	8 - 3
59	صدق الاختبارات	1 - 8 - 3
60	ثبات الاختبارات	2 - 8 - 3
60	موضوعية الاختبارات	3 - 8 - 3
61	التجربة الرئيسية	9 - 3
63	الوسائل الإحصائية	10 - 3

الباب الرابع

الصفحة	عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها	4
66	عرض نتائج قياس التصور العقلي والاختبارات المهارية قيد البحث وتحليلها	1 - 4
68	عرض نتائج مصفوفة الارتباط بين التصور العقلي والأداء المهاري وتحليلها ومناقشتها	2 - 4

72	عرض نتائج تحليل التباين بين الأندية لمهارات (الإرسال، استقبال الإرسال، الضرب الساحق، حائط الصد) وتحليلها	3 - 4
72	عرض نتائج تحليل التباين بين الأندية في التصور العقلي .	1 - 3 - 4
73	عرض نتائج تحليل التباين بين الأندية في الأداء المهاري .	2 - 3 - 4
74	مناقشة نتائج تحليل التباين بين أندية الدراسة في التصور العقلي والأداء المهاري .	4 - 4
75	عرض نتائج الأداء المهاري والتصور العقلي وفقا لدرجة ارتباطها وتحليلها ومناقشتها .	5 - 4

الباب الخامس

الصفحة	الاستنتاجات والتوصيات	5
78	الاستنتاجات	1 - 5
79	التوصيات	2 - 5
80	المصادر العربية والأجنبية	
81	المصادر العربية	
86	المصادر الأجنبية	
87	الملاحق	
	ملخص الرسالة باللغة الانكليزية	

الجدول

الصفحة	الموضوع	ت
52	يبين حجم عينة البحث والأندية المشاركة .	1
55	يبين النسب المئوية لتحديد المهارات الأساسية .	2
56	يبين النسب المئوية لتحديد أنواع المهارات الأساسية .	3
57	يبين النسب المئوية لترشيح الاختبارات الخاصة ببعض أنواع المهارات الأساسية .	4
61	يبين معامل الثبات وموضوعية مقياس التصور العقلي والاختبارات المهارية المستخدمة في البحث .	5
66	يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للتصور العقلي والأداء المهاري للمهارات قيد البحث (الإرسال ، استقبال الإرسال ، الضرب الساحق، حائط الصد) لنوادي (الصناعة، الشورجة، متين، اربيل، الرمادي) .	6
68	يبين معامل الارتباط للفئة العليا بين التصور العقلي والأداء المهاري للمهارات قيد البحث (الإرسال ، استقبال الإرسال ، الضرب الساحق ، حائط الصد) لنوادي (الصناعة، الشورجة ، متين ، اربيل ، الرمادي) .	7
70	يبين معامل الارتباط للفئة الدنيا بين التصور العقلي والأداء المهاري للمهارات قيد البحث (الإرسال ، استقبال الإرسال ، الضرب الساحق ، حائط الصد) لنوادي (الصناعة، الشورجة ، متين ، اربيل ، الرمادي) .	8
72	يبين نتائج الفروق للتصور العقلي بين النوادي (الصناعة، الشورجة ، متين ، اربيل ، الرمادي) .	9

73	يبين نتائج الفروق للأداء المهاري بين النوادي (الصناعة، الشورجة ، متين ، اربيل ، الرمادي) .	10
75	يبين تراتب قيمة معاملات الارتباط بين التصور العقلي والأداء المهاري للفئات العليا والدنيا .	11

الإشكال

الصفحة	الموضوع	ت
35	يوضح الإرسال المتموج	1
37	يوضح مهارة استقبال الإرسال	2
40	يوضح مهارة الضرب الساحق	3
67	يوضح الأوساط الحسابية للتصور العقلي لمهارات قيد البحث	4
67	يوضح الأوساط الحسابية للأداء المهاري لمهارات قيد البحث	5
112	يوضح دقة الإرسال لمناطق صعبة محددة	6
113	يوضح قياس مهارة اللاعب في استقبال الإرسال	7
115	يوضح اختبار دقة الضرب الساحق في الاتجاه القطري	8
117	يوضح دقة مهارة حائط الصد الزوجي من مركز (4)	9

الملاحق

الصفحة	الموضوع	ت
88	استمارة استبانته لتثبيت فقرات مقياس التصور العقلي .	1
95	مقياس التصور العقلي بالصورة النهائية .	2
102	استمارة استبانته لتحديد المهارات الأساسية في لعبة الكرة الطائرة .	3

104	استمارة استبانته لتحديد أنواع بعض المهارات الأساسية في لعبة الكرة الطائرة .	4
106	استمارة استبانته لترشيح الاختبارات الخاصة بأنواع بعض المهارات الأساسية في لعبة الكرة الطائرة .	5
108	يمثل أسماء الأساتذة الذين أجرى الباحث معهم المقابلات الشخصية	6
109	أسماء السادة الخبراء .	7
110	أسماء السادة الخبراء .	8
111	أسماء السادة الخبراء .	9
112	الاختبارات المهارية المستخدمة .	10
118	فريق العمل المساعد .	11

الباب الأول

- 1 - التعريف بالبحث.
- 1 - 1 مقدمة البحث وأهميته
- 1 - 2 مشكلة البحث .
- 1 - 3 أهداف البحث .
- 1 - 4 فرضيتا البحث.
- 1 - 5 مجالات البحث .
- 1 - 5 - 1 المجال البشري .
- 1 - 5 - 2 المجال الزماني .
- 1 - 5 - 3 المجال المكاني .
- 1 - 6 تحديد المصطلحات .

1- التعريف بالبحث :

1-1 مقدمة البحث وأهميته :

تهتم البحوث والدراسات العلمية في المجال الرياضي بتنمية وتطوير مختلف القدرات والمهارات والسمات والمعارف الخاصة التي يحتاجها كل نوع من أنواع النشاطات الرياضية المختلفة لتحقيق أقصى مستوى رياضي .

لقد تطور مستوى الأداء في جميع الرياضات ومنها لعبة الكرة الطائرة بالدول المتقدمة رياضيا والتي أصبح لها طابعا متميزا بالأداء في النواحي العقلية والبدنية والفنية ، وتعدد طرائق اللعب المختلفة وارتفاع مستوى الأداء المهاري للاعب ، نتيجة الإلمام بالأسس والمبادئ العلمية التي تعمل على تطور هذه اللعبة .

وتتميز لعبة الكرة الطائرة بتعدد المهارات وترابطها وقدرة اللاعب في التحكم الجيد بجميع المهارات الخاصة باللعبة فضلا عن ما يحتاجه من قدرة على التصرف السليم والدقيق أثناء اللعب ، واشتراك العمليات العقلية والنفسية والحواس والحالة الانفعالية أثناء الأداء وهذا يؤدي إلى كسب أداء جيد خالٍ من الأخطاء والوصول لمستوى متقدم .

لقد شغلت المهارات العقلية والنفسية جانبا كبيرا ، من اهتمام العلماء في علم النفس العام وعلم النفس الرياضي وعلماء التعلم الحركي إدراكا منهم لأهميتهما بالنسبة للاعبين في المواقف المختلفة التي تتطلب قدرة اللاعب على توقع حركات زملائهم الآخرين عن طريق التصور العقلي لأداء المهارة الذي يعد لب عملية التفكير الناجحة .

ويعد التصور العقلي من الموضوعات الحيوية في علم النفس الرياضي التي يحتاجها لاعبو الكرة الطائرة لما له من أهمية في تحسين الأداء ومعرفة اللاعب بأجزاء المهارة التي يؤديها ، وهذا بدوره يساعد على أعداد اللعب لدخول المنافسة وتصور جميع مجريات أداء المهارة والقدرة على اتخاذ القرارات اللازمة من أجل تحقيق الفوز .

ومن خلال ماتقدم تتجلى أهمية دراسة التصور العقلي كونه مهارة نفسية تساهم بشكل كبير في تطوير التركيز والانتباه وزيادة الثقة بالنفس والقدرة العالية على تصور وإتقان المهارات الأساسية بالكرة الطائرة وتحقيق نتائج تعمل على الارتقاء في مستوى أداء اللعبة .

1-2 مشكلة البحث :

إن إجراء البحوث والدراسات وإيجاد العلاقات ما بين الجوانب النفسية والعقلية البدنية والمهارية هو نتيجة التقدم العلمي وعامل من عوامل تقدم المجال الرياضي ، والتصور العقلي من المهارات النفسية المهمة لما له من دور فعال في تحقيق الانجاز من خلال تطوير قابلية الرياضي على تصور الأداء المهاري بطريقة متسلسلة والتحكم بالانفعالات واتخاذ القرارات المناسبة .

وتتجلى مشكلة البحث في عدم معرفة علاقة التصور العقلي لمهارات كرة الطائرة التي سبق لرياضيي النخبة إدراكها بالأداء المهاري لها ، كما إن اغلب الدراسات وفق علم الباحث لم تتطرق الى هذا النوع من العلاقة لذا ارتأى الباحث الكشف عنها إيماناً منه بتأثير التصور العقلي في مستوى الأداء المهاري لدى لاعبي الكرة الطائرة .

1-3 أهداف البحث :

- 1- قياس التصور العقلي والأداء المهاري لدى لاعبي أندية النخبة في العراق .
- 2- الكشف عن علاقة التصور العقلي بأداء بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة .
- 3- التعرف على الفروق بين نتائج اختبارات الأندية في التصور العقلي ومستوى أداء بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة .

1-4 فرضيتا البحث :

- 1- وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين نتائج قياس التصور العقلي وأداء بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة .
- 2- وجود فروق معنوية بين نتائج اختبارات الأندية في التصور العقلي وأداء بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة .

1-5 مجالات البحث :

1-5-1 المجال البشري :

لاعبو أندية النخبة بالكرة الطائرة في العراق ، للعام (2005-2006)

1-5-2 المجال الزمني :

الفترة من 5 / 6 / 2006 إلى 4 / 6 / 2007 م .

1-5-3 المجال المكاني :

القاعات المغلقة لأندية قيد البحث .

1-6-6 تحديد المصطلحات :

1-6-1 التصور العقلي :

"محاولة استرجاع الأحداث أو الخبرات الحسية السابقة وبناء صور جديدة لحدث جديد وتكرارها أكثر من مرة" (1).

وهو " عملية استحضار ذهني لخبرات حدثت او لم تحدث بمشاركة حواس الفرد المختلفة " (2) .

1-6-2 المهارات الأساسية :

" هي الحركات التي يحتاج إلى أدائها في جميع المواقف التي تتطلبها اللعبة ، والغرض من هذه الحركات الوصول إلى أفضل النتائج مع الاقتصاد التام بالمجهود" (3).

(1) قاسم لزام صبر ؛ موضوعات في التعلم الحركي : (بغداد ، 2005) ص 26 .

(2) نبيل محمود شاكر ؛ معالم الحركة الرياضية والنفسية والمعرفية . ط 1 : (العراق ، ديالى ، مطبعة المتنبي ، 2007) ص 95 .

(3) جورج اسكندر (وآخرون) ؛ الكرة الطائرة . ج 1 : (القاهرة ، دار المعارف ، 1981) ص 155 .

الباب الثاني

- 2- الدراسات النظرية والدراسات المرتبطة .
 - 1 - 2 الدراسات النظرية .
 - 1 - 1 - 2 التصور العقلي .
 - 2 - 1 - 2 أنماط التصور العقلي .
 - 2 - 1 - 2 مبادئ التصور العقلي .
 - 2 - 1 - 2 فوائد التصور العقلي .
 - 2 - 1 - 2 نماذج التصور العقلي .
 - 2 - 1 - 2 الانفعالات وعلاقتها بالتصور العقلي .
 - 2 - 1 - 2 التصور العقلي وعلاقته بالأداء المهاري .
 - 2 - 1 - 2 المهارات الأساسية بالكرة الطائرة .
 - 1 - 2 - 1 مهارة الإرسال ومفهومه بالكرة الطائرة .
 - 2 - 1 - 2 مهارة استقبال الإرسال .
 - 2 - 1 - 2 مهارة الضرب الساحق .
 - 2 - 1 - 2 مهارة حائط الصد وأنواعه بالكرة الطائرة .
 - 2 - 2 الدراسات المرتبطة .
 - 1 - 2 - 2 دراسة احمد حامد احمد السويدي (2004) .
 - 2 - 2 - 2 دراسة فرات عبد الجبار (2001) .
 - 2 - 2 - 2 دراسة محمد احمد عبد الله (1997) .

2 - الدراسات النظرية والدراسات المرتبطة .

2 - 1 الدراسات النظرية .

2 - 1 - 1 التصور العقلي :

يعد التصور العقلي من المهارات النفسية الهامة ويستخدم لغرض تحسين الأداء عن طريق تصور الماهرة ذهنياً ، وتصحيح الأخطاء عن طريق التصور الصحيح للمهارة المطلوب تعلمها ، ويعرف بأنه " العمليات العقلية التي تهدف للتوصل إلى نتيجة ما ويعد انعكاس للأشياء والظواهر التي سبق للرياضي إدراكها جراء خبراته السابقة" (1) ، وأنه وسيلة عقلية يمكن من خلالها تكوين تصور عن الخبرات السابقة أو تصورات جديدة لم تحدث من قبل بغرض الأعداد العقلي للأداء ، ويطلق على هذا النوع من التصورات العقلية الخبرات العقلية ، بحيث كلما كانت هذه الخريطة واضحة في عقل اللاعب أمكن للمخ إرسال إشارات واضحة لأجزاء الجسم تحدد ما هو مطلوب منه " (2) ، وعرفه (Rudik) " الصورة المحفوظة في وعي الإنسان للأشياء والظواهر الموجودة بالبيئة وخصائصها التي أدركها من قبل" (3) .

كما وان " الحالة البدنية والمهارية فقط لاتعبر عن مستوى اللاعب بصفة عامة لكن ما يحتاجه هو درجة نضجه العقلي وإدراكه الدقيق لقدراته وإمكاناته " (4) .

والتصور العقلي عملية معقدة نظراً لأنه يشترك فيه الإحساس البصري والحركي والسمعي وبعض الإحساسات الأخرى كما انه يستدعي تصوراً لبعض الحركات أو لبعض أجزائها التي تكون مخزونة في الذاكرة من خبرات سابقة لدى الفرد ، ومن خلال مساعدة هذه التصورات المتعددة الجوانب يمكن أدراك الحركات المرغوب تعلمها بشكل

(1) قاسم حسن حسين ؛ علم النفس الرياضي مبادئه وتطبيقاته في مجال التدريب : (بغداد ، مطابع التعليم العالي ، 1990) ص103 .

(2) أسامة كامل راتب ؛ تدريب المهارات النفسية وتطبيقاتها في المجال الرياضي . ط2 : (القاهرة ، دار الفكر العربي للطبع والنشر ، 2004) ص131 .

(3) مروان عبد المجيد ؛ أسس علم الحركة في المجال الرياضي . ط1 : (الأردن ، عمان ، مؤسسة الوراق ، 2000) ص202 .

(4) مصطفى زيدان ؛ موسوعة تدريب كرة السلة . ط1 : (القاهرة ، دار الفكر العربي للطبع والنشر ، 1997) ص300

كامل وصحيح ، وان استخدام التصورات للإحساسات المتعددة دورا كبيرا في أداء اللاعب إذ يساعد على إنماء مهارات التفكير ومواجهة المواقف وحل المشكلات (1) .
وقد توصل " (Martenz 1987) إلى أن التصور الصحيح للمهارات الحركية ينتج عنه استجابات عصبية عقلية مماثلة للاستجابات الفعلية ، إذ تؤدي عملية التصور هذه إلى إرسال استنثارات عصبية من الجهاز العصبي إلى العضلات لتنفيذ المهارة المطلوبة (2) .

يعد التصور العقلي احد المهارات النفسية المهمة في تدعيم الارتقاء بمستوى الأداء وتطوير الانجاز إذ هناك بعدين هما الوضوح (Vividence) الذي ترتبط درجته بواقعية الصورة ونقائها من خلال التقدير الشخصي للاعب ، ومن العوامل المساعدة في وضوح التصور العقلي استخدام كل الحواس التي تجعل الصورة أكثر وضوحا وتفصيلا ، أما البعد الثاني فهو التحكم (control) الذي يرتبط بمدى المحافظة على بقاء الصورة في العقل ، ويمكن إدخال بعض التحسينات على الصورة المخزونة في الدماغ وان التحكم في التصور العقلي يسمح للاعب بان يتصور ما يريد إنجازه بالضبط ويمكن أن تتدرج ما بين التحكم الكلي في الصورة - تحكم متوسط - إلى التحكم التام (3) .

وإن التصور العقلي لايمكن أن يكون بديلا للممارسة والتدريب البدني ، إلا انه يساعد على تحسين المهارات البدنية ، فضلا عن ذلك فان التصور العقلي يمكن أن يستخدم كأداة لممارسة معظم المهارات النفسية ، كما وان التصور العقلي يساعد اللاعب في تحقيق المزيد من المعرفة وفهم وإدراك لأداء المهارات الحركية في مواقف اللعب والمنافسة وتحقيق الإنجاز (4) . وان " لتطوير الأداء الرياضي يجب أن تكون عند اللاعب القدرة على التصور العقلي والسيطرة على أفكاره إلى جانب الأداء البدني والمهاري وهذا ما يحقق الأداء المثالي للاعب " (5) .

(1) أئين وديع فرج ؛ الكرة الطائرة دليل المعلم والمدرّب واللاعب : (الإسكندرية ، منشأة المعارف للنشر ، 1990) ص252 .

(2) قاسم لزام صبر ؛ مصدر سبق ذكره ، ص226 - 227 .

(3) محمد العربي شمعون وعبد النبي الجمال ؛ التدريب العقلي في التنس : (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1996) ص86 .

(4) أسامة كامل راتب ؛ مصدر سبق ذكره ، ص 133 .

(5) WWW. Mental Skills . htm 2007@ yahoo.Com .

2 - 1 - 2 أنماط التصور العقلي (1) :

يوجد تصنيفان شائعان لأنماط التصور العقلي هما :

أ- التصور العقلي الخارجي :

تعتمد فكرة التصور العقلي الخارجي على إن اللاعب يستحضر الصورة العقلية لأداء شخص آخر مثل لاعب متميز أو بطل رياضي . فاللاعب عندما هو يستحضر الصورة الذهنية يقوم بمشاهدة شريط سينمائي أو تلفزيوني . " أن طريقة تصور الحركة التي يتم تجربتها عندما تسجل على شريط فيديو يتم عرضها على الشخص " (2) .

ب - التصور العقلي الداخلي :

يشتمل على إن اللاعب يستحضر الصورة العقلية لأداء مهارات أو أحداث معينة سبق اكتسابها أو مشاهدتها أو تعلمها ، فهي عادة نابعة من داخله وليس كنتيجة لمشاهدته لأشياء خارجية . وفيه ينتقي الرياضي ما يريد مشاهدته عند تنفيذ المهارات المعنية . " هو طريقة تصور الحركة ومحيط أدائها التي يتم تجربتها عندما يقوم الفرد بأداء الحركة بدنيا " (3) وان الإحساس الحركي يساهم بفاعلية أكثر مقارنة بالحواس الأخرى في التصور العقلي الداخلي .

(1) أسامة كامل راتب ؛ علم النفس الرياضي المفاهيم - التطبيقات . ط1 : (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1995) ص 317 - 318 .

(2) فرات عبد الجبار ؛ تأثير استخدام أساليب متنوعة للتدريب العقلي في النواحي المعرفية و المهارية والخطية بكرة القدم : (أطروحة دكتوراه ، جامعة بغداد ، 2001) ص 41 .

(3) Schmidt , A . Richard , Craig , Weisberg ; Motor Learning and Performance : (Second Edition , Human Kinetics , 2000) . P . 223 .

2 - 1 - 3 مبادئ التصور العقلي (1) :

يتوقف الاستخدام الجيد للتصور العقلي على مجموعة من المبادئ هي :

أ - التصور العقلي للأداء ونتائجه :

يجب أن يتصور اللاعب كل من أداء المهارة إلى جانب نتائج هذا الأداء ، ففي مهارة الإرسال يجب أن يتعلم اللاعب كيفية التصور العقلي ليس فقط الإرسال ككل ولكن وضع الكرة ، ومرجحة الذراع ، وطيران الكرة ، واتصال يد اللاعب مع الكرة واتجاه ومكان سقوط الكرة .

ب - الانتباه إلى التفاصيل :

عندما تكون التفاصيل أكثر وضوحا فان التصور العقلي يكون أفضل .

ج - التركيز على الايجابيات :

إن تركيز التصور العقلي على الأداء الناجح يدعم العلاقة بين المثير والاستجابة ويعمل بالتالي على الارتقاء بمستوى الأداء .

د - التصور العقلي قبل الأداء مباشرة :

على اللاعب استخدام المهارات التصورية لاسترجاع المهارة على الأقل مرة واحدة قبل الأداء مباشرة ويعتمد عدد مرات الاسترجاع على طريقة اللاعب الخاصة وطبيعة النشاط الممارس .

هـ - التصور العقلي في نفس سرعة الأداء :

يجب أن يكون التصور العقلي في نفس سرعة الأداء المهاري وعادة ما يميل اللاعب إلى أداء التصور العقلي بصورة أسرع من الأداء المهاري .

و - التصور العقلي لمدة قصيرة من الوقت :

يحقق التصور العقلي لفترة وجيزة من الزمن نتائج ايجابية ويجنب اللاعب الصعوبات التي يواجهها عند محاولة الاحتفاظ بالتركيز لمدة طويلة من الوقت ، وقد وجد أن الفترة ما بين ثلاث إلى خمس دقائق مناسبة لتحقيق الغرض إلا انه يتوقف على نوع المهارة وطول زمن أدائها .

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

2 - 1 - 4 فوائد التصور العقلي للاعب (1) :

- 1 - تحسين التركيز .
- 2 - بناء الثقة في النفس .
- 3 - السيطرة على الانفعالات .
- 4 - ممارسة المهارات الرياضية .
- 5 - تطوير استراتيجيه اللعب .
- 6 - مواجهة الألم والإصابة .

2 - 1 - 5 نماذج التصور العقلي (2) :

1 - تصور نموذج الأداء :

تتضمن هذه الطريقة تصور اللاعب لأداء مثالي (نموذج) يقوم به لاعب آخر متميز .

2 - تصور أفضل مستوى للأداء :

في هذه الطريقة يتصور اللاعب أفضل أداء سبق إن حققه . وفيها لا يستحضر اللاعب الصورة الذهنية للأداء ككل ، وإنما تختص الصورة بمهارة محددة سبق أداؤها بإتقان وتمكن .

3 - تصور المكان والزمان الصحيحين للأداء :

بعد إن يمارس اللاعب خطوات الأداء الأساسي للتصور ، يستخدم الصورة الذهنية لأدائه السابق بهدف اكتساب الشعور العام للأداء الجيد . ويتحقق ذلك بتصور أفضل الظروف ملائمة من حيث المكان والزمان .

4 - تصور أخطاء الأداء للتخلص منها :

يحتاج اللاعب في بعض الأحيان إلى استدعاء الصور الذهنية لأداء مهارات حركية بغرض الكشف عن الأخطاء ومحاولة التخلص منها ، ويتحقق ذلك من اثناء استحضار الصورة الذهنية للمهارات الحركية من زوايا مختلفة .

(1) أسامة كامل راتب (2004) ؛ مصدر سبق ذكره ، ص 134 - 136 .

(2) أسامة كامل راتب (1995) ؛ مصدر سبق ذكره ، ص 330 - 331 .

2 - 1 - 6 الانفعالات وعلاقتها بالتصور العقلي :

تلعب الانفعالات دور بالغ الأثر في حياة اللاعب الرياضي ، إذ ترتبط بسمات شخصية وسلوكية ودوافع مصاحبة لأنواع الأنشطة التي يمارسها . تعد الخبرات الانفعالية بالغة الأهمية كونها تؤثر على مكونات شخصية اللاعب وعلى قدرته للتفاعل والتكيف مع البيئة .

لقد اختلف العلماء في تعريفهم للانفعالات لاختلاف الزاوية التي ينظرون فيها تتبعاً للناحية التي يكونها . إذ يرى (عبد علي الجسماني) " إن بدون الانفعالات تكون حياة الإنسان مملة ورتيبة لأنها تعد منشطة للحياة داعية إلى تنويعها وتكوينها وإنها استجابة الفرد للموقف الذي يلقي فيه نفسه " (1) . كما عرفها (قاسم حسن حسين) بأنها " حالة من الاحتياج العام تفصح عن نفسها في شعور الفرد وجسمه وسلوكه ولها القدرة على تحفيزه على النشاط " (2) ، كما وان الانفعالات قد تكون " حدثاً داخلياً لان الحدث قد يثير بدوره مظهراً خارجياً يدل عليه وأحياناً يتنوع للظهور فجأة ويصعب التحكم به " (3) ، ويرى الباحث مما تقدم إن الانفعالات هي حالة نفسية تعمل على إثارة بعض أجزاء الجسم وتحفيزه لأداء النشاط الموكل إليه ، كما وتلعب الانفعالات دوراً بارزاً بالدوافع المختلفة وعلاقتها بأداء الأنشطة التي يمارسها الفرد .

وللانفعالات جوانب عديدة تظهر على الفرد وتؤثر في سلوكه كالجانب الداخلي الفسيولوجي الذي يتضمن تغيرات جسمية ميكانيكية وكهربائية وعمليات عقلية ثم ينعكس كرد فعل لهذه التغيرات الداخلية تؤثر في سلوك الفرد وتظهر عن طريق الجانب الشعوري الذاتي عن طريق الإجابة اللفظية أو حركات جسمية وغيرها من الدلائل الظاهرة الناتجة عن المواقف التي يتعرض لها (4) .

(1) عبد علي الجسماني ؛ علم النفس وتطبيقاته : (بغداد ، دار الفكر العربي ، 1984) ص 41 .

(2) قاسم حسن حسين ؛ مصدر سبق ذكره ، ص 172 .

(3) ارنوف ولندال ؛ وترجمة عادل عز الدين (وآخرون) ؛ مقدمة في علم النفس : (القاهرة ، مطبعة الأهرام ، 1983) ص 123 .

(4) محمود عبد الفتاح ؛ سيكولوجية التربية الرياضية النظرية والتطبيق والتجريب : (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1995) ص 92 .

إن للانفعالات فوائد عديدة في المجال الرياضي منها (1) :

- 1 - تساهم في قدرة الفرد على بذل المزيد من الجهد وتعمل كدافع للفرد وتوجيهه وتثيره نحو الأداء ومحاولة تحقيق الأهداف ومواجهة الإحداث ومجابهة المصاعب.
- 2 - تساعد الفرد على الاستمتاع بوقته نظراً لحاجة الفرد إلى درجة معينة من الانفعالات السارة أو المنشطة .
- 3 - تساعد على المزيد من التفاهم الاجتماعي بين الأفراد وتسهم في الفهم المشترك بينهم عن طريق التغيرات المصاحبة لهذه الانفعالات .
- 4 - لا يستطيع الفرد أن يحيا بدون أنفعالات تميز سلوكه أو أدائه .

إن من خلال مجمل ما تقدم يتضح إن للحالة الانفعالية دوراً بارزاً وفعال في الأداء للاعب سواء كان في ممارسة التدريب أو في المنافسة ، إن للتصور العقلي دوراً مهماً في الجانب الانفعالي والسيطرة عليها وتسخيرها بجانب ايجابي من خلال " الشهيق العميق والتركيز على التنفس والأداء المطلوب منه " (2) . ويرى (محمد بسيوني وباسم فاضل) بان الانفعال المعتدل يزيد الخيال قوة وينشط التفكير كما ينشط الحركة ويزيد الرغبة في مواصلة العمل " (3) ، وان الحالة الانفعالية الايجابية والسيطرة عليها أو التحكم بها يمكن توظيفها في مجال التصور العقلي لتحسين أداء الكرة الطائرة وتحقيق أفضل النتائج .

2 - 1 - 7 التصور العقلي وعلاقته بالأداء المهاري :

ينظر للتصور العقلي على انه بمثابة مرحلة الانتقال من الظروف المحيطة غير المرتبطة بالاداء الى الظروف المرتبطة بالاداء مباشرة ، وانه وسيلة الانتقال من التفكير المجرد الى المعيشة للاداء من خلال الحواس والمشاعر المختلفة وتزداد وتزداد اهميته مع بعض المهارات والانشطة الرياضية كمهارة الارسال في الكرة الطائرة (4) .

(1) علي الأمير ؛ فلسفة النفس : (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 2002) ص 202 .

(2) أسامة كامل راتب (2004) ؛ مصدر سبق ذكره ، ص 134 .

(3) محمود بسيوني وباسم فاضل؛ الإعداد النفسي للاعبين : (القاهرة ، دار الفكر العربي للطباعة ، 1994) ص 92 .

(4) أسامة كامل راتب ؛ علم النفس الرياضي المفاهيم والتطبيقات . ط 3 : (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 2000)

ولغرض توضيح علاقة التصور العقلي بالأداء المهاري قام (overby) بدراسة على راقصات باليه ووجد ان الخبرة لها تأثير في التمييز بين التصور الجسمي وبين قابلية الإحساس بالفراغ ولم يكن هناك تمييز بين الوضوح البصري والتصور الحس حركي (1) . وفي دراسة أجراها (Williams Isaac) التي تشير إلى إن المستوى المهاري العالي لا يرتبط مع مبدأ التمييز بين مكونات التصور ، إذ اتضح من خلال التحديد الذاتي للتصور إن هناك علاقة قوية بين التصور العام للحركة والتصور الخاص بحركة معينة عند أفراد العينة ، ويمكن التوصل إلى إن زيادة التدريب والخبرة تمكن الرياضي من تحديد مكونات التصور بدقة وبشكل مستقل (2) ، إضافة إلى إن الفروق الفردية بين اللاعبين لها دور في تحديد مكونات التصور للأداء المهاري .

2 - 1 - 8 المهارات الأساسية بالكرة الطائرة :

تعد الكرة الطائرة من الألعاب الجماعية المميزة والمشوقة لاحتوائها على مجموعة من المهارات الأساسية المترابطة الواحدة مع الأخرى وتعد بمجموعها وحدة متكاملة ومتداخلة ، وتكمل كل منها الأخرى ، وإنها مهارات صعبة تتطلب أعداد بدني ومهاري وتدريب مستمر لاكتسابها وجهد مكثف لإتقان حركاتها وهذا ما تفرضه طبيعة اللعبة وقوانينها وسرعة الانتقال من الهجوم للدفاع وإن فقدان الكرة يعني حصول الخصم على نقطة . إن المهارات الأساسية تعني الحركات التي يقوم بها اللاعب لوضع الكرة في حالة لعب ومنع سقوطها على أرض الملعب أو خارجه ومحاولة إسقاطها في ملعب الفريق الخصم عن طريق صدها أو ضربها . وقد عرفت (الين وديع فرج) " المهارات الأساسية بأنها القدرة على أداء عمل حركي بصورة تتميز بالسهولة والدقة والاقتصاد في بذل الجهد " (3) .

(1) overby L.Y: A comparison of Novice and Experienced pincer Imagery Ability , (Journal of mental Imagery ,NO . 14 1996) p . p 164 – 182 .

(2) يعرب خيون ؛ مصدر سبق ذكره ، ص 132 .

(3) الين وديع فرج ؛ مصدر سبق ذكره ، ص 76 .

أما (عقيل الكاتب وآخرون) فعرفوها بأنها تلك المهارات التي يحتاجها اللاعب عند الأداء في المواقف جميعها التي تتطلبها اللعبة لغرض القيام بالحركة وبأسلوب هادف واقتصادي لتحقيق النتيجة الأفضل والوصول بالرياضي الى مستوى عالي (1) .
ومن خلال ماتقدم يتضح إن المهارات الأساسية حركات خاصة يقوم اللاعب بأدائها بجميع مواقف اللعب متلائمة مع شروط اللعبة، الهدف منها كسب النقاط وتحقيق الفوز.
إن تعدد مهارات الكرة الطائرة جعل العديد من الباحثين يقسمونها إلى مجاميع ، فقد قسمها (محمد صبحي حسانين وحمدى عبد المنعم) (2) إلى :

- | | |
|-------------------------|-------------------------|
| أ - المهارات الهجومية : | ب - المهارات الدفاعية . |
| 1 - الإرسال . | 1 - الدفاع عن الإرسال . |
| 2 - الإعداد . | 2 - حائط الصد الدفاعي . |
| 3 - الضرب الساحق . | 3 - الدفاع عن الملعب . |
| 4 - حائط الصد الهجومي . | |

وقسمها (عقيل الكاتب وآخرون) (3) إلى ستة أقسام :

1. الإرسال .
2. استقبال الإرسال .
3. التمير .
4. الضرب الساحق .
5. حائط الصد .
6. الدفاع عن الملعب .

(1) عقيل الكاتب (وآخرون) ؛ التكنيك الفردي في الكرة الطائرة : (بغداد ، مطبعة الجامعة ، 1979) ص 14 .
(2) محمد صبحي حسانين وحمدى عبد المنعم ؛ الأسس العلمية للكرة الطائرة وطرق القياس : (القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 1997) ص 160 .
(3) عقيل الكاتب (وآخرون) ؛ الكرة الطائرة التكتيك والتكنيك الفردي : (بغداد ، مطبعة التعليم العالي ، 1987) ص 21 .

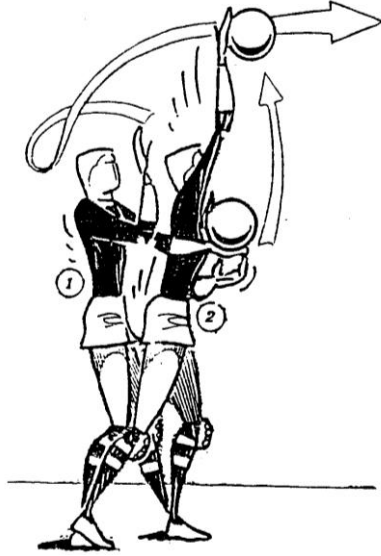
2 - 1 - 8 - 1 مهارة الإرسال ومفهومه بالكرة الطائرة :

يعرف الإرسال على انه " جعل الكرة في حالة لعب بواسطة اللاعب الذي يشغل المكان الخلفي بضرب الكرة بيد مفتوحة أو مغلقة أو بأي جزء من الذراع بهدف عبورها من فوق الشبكة إلى ملعب المنافس " (2) ، كما عرفه (مروان عبد المجيد) " بأنه من الضربات الهجومية المباشرة وأحد المهارات الأساسية الفنية في الكرة الطائرة حيث ينفذ بواسطة اللاعب الذي يشكل مركز رقم (1) وله تأثير فعال ايجابي للفريق المرسل وسلبى للفريق الخصم " (3) ، وهو " الأداء أو التصرف الذي يبدأ به اللعب في لعبة الكرة الطائرة وفرصة الفريق الأولى لیسجل نقطة ، وان الضربة الصحيحة للإرسال تؤدي إلى تمرير (استقبال) خاطئ من الفريق المنافس وإمكانية الفريق في اخذ ضربة إرسال وان يدافع عن هجوم سهل " (4) .

وتعد مهارة الإرسال احد المهارات الأساسية والمفتاح لبدء اللعب في المباراة بإرسالها بواسطة اللاعب الذي يقف في المركز رقم (1) إلى ملعب الفريق المنافس بضربها بأي جزء من أجزاء الذراع دون خطأ بهدف تحقيق نقطة والفوز على الفريق المنافس .

(1) الين وديع فرج ؛ مصدر سبق ذكره ، ص 77 .
 (2) مروان عبد المجيد ؛ الموسوعة العلمية للكرة الطائرة . ط 1 : (الأردن ، عمان ، مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع ، 2001) ص 52 .
 (3) عصام أوشاحي ؛ المبادئ العلمية في الكرة الطائرة : (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1991) ص 141 .

إن الإرسال المتموج من الإرسالات الهجومية المهمة والمؤثرة في لعبة الكرة الطائرة يستخدم من قبل المستويات العليا ويحتاج إلى دقة وإتقان للمهارات الفنية وهو من الإرسالات التي يصعب فيها على الفريق الخصم التحكم في استقباله ويطلق عليه الإرسال الأمريكي ويشبه إرسال التنس كما موضح بالشكل (1)، ويمكن تقسيم مراحل الأداء الحركي لمهارة الإرسال المتموج إلى ما يأتي :



شكل (1)
يوضح الإرسال المتموج

أ - التهيؤ (الاستعداد) :

يقف اللاعب المنفذ للإرسال خلف خط النهاية وفي منطقة الإرسال والمسافة بين القدمين بعرض الكتف مع تقديم الرجل المعاكسة لليد الضاربة أو تكون القدمان متوازيتين ومؤشرتان أماماً ويكون الرأس والجذع والرجل على استقامة واحدة والنظر أماماً والكرة محمولة براحة اليد غير الضاربة وبمستوى الوسط تقريباً (1) .

(1) سعد حماد الجميلي : الكرة الطائرة : (عمان ، دار زهران للنشر والتوزيع ، 2001) ص 43 .

ب - المرحلة الرئيسية :

تقذف الكرة باليد أو باليدين معاً أمام الجسم لأعلى بحيث يكون اتجاه طيرانها فوق كتف الذراع الضاربة لأعلى خلفاً مع تقوس قليل بالجذع جهتها وتبدأ حركة ضرب الكرة أثناء سقوطها بفرد الرجل الخلفية وفرد الجسم ويكون خط سير الكرة متموجاً ويكون ذلك نتيجة ثبات الرسغ وهي عمودية مع تصلب اليد فتوقف حركة اليد عن متابعة الكرة للأمام وترتد مباشرة عن الكرة بعد ضربها ، ويكون ضرب الكرة في منتصفها بحدة بباطن اليد ويلاحظ عند أدائه إن الذراع الضاربة تتأهب للحركة قبل القذف بفترة قصيرة (1) .

ج - المرحلة النهائية :

بعد ضرب الكرة بواسطة اليد يتم إيقاف سير الذراع مباشرة كما يكون الجسم منحنيماً للأمام قليلاً بعدها يدخل اللاعب إلى الملعب والاستعداد لهجوم الفريق الخصم .

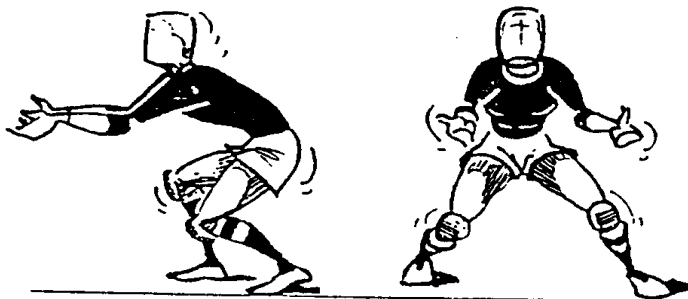
2 - 1 - 8 - 2 مهارة استقبال الإرسال :

تعد مهارة استقبال الإرسال من المهارات الدفاعية الهامة بالكرة الطائرة ، وهي الأساس في بناء الهجوم وأي خطأ فيه يؤدي إلى فوز الفريق الخصم بنقطة ويحتاج في أدائه إلى قدرة عالية من التوقع لسقوط الكرة وأداء مهاري متكامل وتحرك سليم نحو الكرة لغرض استقبالها وتوجيهها للزميل المعد بدقة لبناء هجوم سليم ومتكامل . كما في الشكل (2) .

" إن استقبال الإرسال وتوجيه الكرة الأولى للمعد ينتمي لخيارات متعددة لمجريات اللعب المختلفة وما يترتب على صد الكرة الأولى تعقيدات يتحتم أن يتمتع اللاعب المستقبل بصفات بدنية ومهارية وعقلية إضافة إلى التركيز " (2) ، وتزداد أهمية هذه

(1) الين وديع فرج؛ مصدر سبق ذكره ، ص 81 - 84 .

(2) مروان عبد المجيد (2001)؛ مصدر سبق ذكره ، ص 64 .



شكل (2)
يوضح مهارة استقبال الإرسال

المهارة لاعتماد اغلب المهارات الأخرى عليها وان التوصيل الجيد يبني عليه أعداد وعمل التركيبات الهجومية ، ويعرف الاستقبال " هو استقبال الكرة المرسله من اللاعب المرسل للفريق المنافس لتهيئتها للاعب المعد أو الزميل في الملعب وذلك بامتصاص سرعتها وقوتها وتمريرها من أسفل لأعلى بالساعدين والأصابع من أعلى (1) .

وعرف (أكرم زكي خطايبية) استقبال الإرسال بأنه " استقبال الكرة المرسله من اللاعب المرسل للفريق المنافس ، لتهيئتها للاعب المعد أو الزميل في الملعب بامتصاص سرعة وقوة الكرة وتمريرها من أسفل للزميل بالساعدين " (2) .

(1) أزيد حسن قادر ؛ الإيقاع الحيوي للدورة البدنية والانفعالي والعقلية لدى لاعبي الكرة الطائرة وعلاقته في مستوى الانجاز المهاري : (أطروحة دكتوراه ، جامعة صلاح الدين (اربيل) / كلية التربية الرياضية ، 2003) ص 30 .

(2) أكرم زكي خطايبية ؛ موسوعة الكرة الطائرة الحديثة - ط1 : (عمان ، دار الفكر للطباعة ، 1996) ص 93 .

وقد عرف (علي مصطفى طه) مهارة استقبال الإرسال " بأنه استقبال الكرة المرسله من اللاعب المرسل للفريق المنافس لتهيئتها للاعب المعد أو الزميل في الملعب

، بامتصاص سرعتها وقوتها وتميرها من أسفل لأعلى بالساعدين أو بالتمرير لأعلى حسب قوة الكرة وسرعتها ووضع اللاعب المستقبل " (1) .

إن استقبال الكرة الجيد يعتمد على قدرة اللاعب ودرجة تمتعه بالقدرة على تصور الحدث ومكان سقوط الكرة وما يمتلكه من قوة وسرعة ورشاقة في الحركة وإتقان للأداء الصحيح للمهارة باعتبارها مهارة فردية خاصة باللاعب الذي يقوم بعملية استقبال الكرة . ويمكن إيضاح الأداء الحركي لمهارة استقبال الإرسال كما يأتي(2) :

أ - التهيؤ (الاستعداد) :

عند الاستعداد لاستلام الكرة يتحرك اللاعب في اتجاه الكرة متخذاً وقفة الاستعداد بحيث تكون القدمان أوسع من الحوض ، والركبتان مثنيتان قليلاً ، والفخذان والساقان يشكلان زاوية قائمة ، والجذع مائل قليلاً للإمام والرأس عمودي على مستوى الكتفين ، والذراعان متشابكتان أمام الجسم ويبعدان عن الجسم بزاوية (45) درجة استعداداً لاستقبال الكرة ويبدأ اللاعب بزيادة الانثناء في الركبتين لأسفل عند التأهب لاستلام الكرة.

ب - المرحلة الرئيسية : (3)

عند وصول الكرة لملامسة سطح الساعدين (Flat Surface) يبدأ اللاعب بفرد أجزاء الجسم للأعلى ، فيبدأ بفرد القدمين فيكون البدء من الخلفية ثم الساقين (مفصل الركبة) ويتبعه مفصل الفخذ والجزء العلوي من الجسم للأمام والأعلى ، ثم تتحرك الذراعان مفرودتان من مفصل الكتفين دون اشتراكهما الفعلي ، وتحدد المسافة بين الذراعين والجذع في لحظة استلام الكرة على بعد اللاعب عن الشبكة ، فكلما كان اللاعب قريباً من الشبكة زاد ارتفاع الذراعين لأعلى ، وتلعب الكرة بأكبر

(1) علي مصطفى طه ؛ الكرة الطائرة . ط1 : (القاهرة ، دار الفكر العربي للطباعة والنشر ، 1999) ص 69 .
 (2) ولهان حميد هادي (وآخرون) ؛ الكرة الطائرة وكرة الشاطئ : (بغداد ، مطبعة المستقبل ، 2006) ص 49 .
 (3) علي مصطفى طه ؛ المصدر السابق ، ص 71 .

سطح ممكن للساعدين ، ويعتمد فرد أجزاء الجسم على قوة واتجاه والمسافة المراد توجيه الكرة إليها .

ج - المرحلة النهائية :

يستمر اللاعب في حالة فرد جميع أجزاء الجسم إلى أن يصل الدفع على أطراف الأصابع ويتحرك اللاعب وراء الكرة والدخول والتحرك لمكان آخر بالملاعب استعداداً لاستقبال الكرة من الهجوم المضاد .

2 - 1 - 8 - 3 مهارة الضرب الساحق :

تعد مهارة الضرب الساحق سلاح الهجوم في لعبة الكرة الطائرة لما لها من أهمية بارزة في كسب نتيجة المباراة ، وهي عبارة عن ضرب الكرة بطريق مختلفة من فوق الشبكة نحو ملعب الخصم ويأخذى الذراعين ، وتحتل نسبة (21%) من بقية المهارات (1) ، ونتيجة لما تمتاز به مهارة الضرب الساحق من متعة وإثارة وصعوبة فإنها تحتاج إلى تنسيق وتوقيت مسبق وقدرة على الركض والقفز عالياً وموقتاً لحركة الكرة وضربها بصلاية ومحاولة وضعها في موضع معين (2) .

ويعرف الضرب الساحق أيضا " بأنه إحدى المهارات الأساسية في الكرة الطائرة إذ يثب اللاعب ويضرب الكرة بسرعة إلى ملعب المنافس بطريقة قانونية " (3) . ويرى الباحث إن مهارة الضرب الساحق هي إحدى المهارات الأساسية التي تمتاز بطابع هجومي وتتم بضرب الكرة بإحدى الذراعين وتوجيهها إلى ملعب الفريق الخصم لكسب نقطة . والشكل (3) يوضح الأداء الحركي لمهارة الضرب الساحق .

(1) سعد حماد أجميلي ؛ الكرة الطائرة تعليم وتدريب وتحكيم : (ليبيا ، منشورات جامعة السابع من ابريل ، 2004) ص72 .

(2) كلين . هـ . أيكسرون وفراش سكافس (ترجمة) فريق كمونه (وآخرون) ؛ سلسلة الاكتشاف الرياضي الكرة الطائرة : (الموصل ، مطابع التعليم العالي ، 1990) ص46 .

(3) Marion Y . L . A . Lecender ; Akineiological Analvis of The Spike In Volley Ball Technical : (Journal-no , November , 1980).P.25 .



شكل (3)
يوضح مهارة الضرب الساحق

وان من أهم واجبات اللاعب المهاجم هو إحراز النقاط أو إنهاء اللعبة لصالحه بعد أداء الضربة الساحقة لأنها من المهارات الحاسمة التي تعبر عن النتيجة لجهود الفريق بأكمله ويعتمد عليها بشكل كبير في الفوز بالمباراة (1) .

ويمكن إيضاح الأداء الحركي لمهارة الضرب الساحق كما يأتي :

أ - الاقتراب :

يعد الاقتراب في المرحلة الأولى من مراحل أداء مهارة الضرب الساحق وتشتمل هذه المرحلة على مسافة تتراوح من (2 - 4) متر يقطعها اللاعب في خطوتين على الأكثر لهما إيقاع معين ، وعند تكرار عملية الهجوم تقل أحيانا خطوة منها ، ويبدأ الضارب خطواته من الوقوف عند خط الهجوم ومواجهها للمعد ، وعادة ما تكون مسافة الجري (2.0 - 5) متر (2) ، ويتطلب الاقتراب سرعة كبيرة عند أداء ذلك حتى يستطيع استخدام الأفضل لقوة الدفع الأمامية أثناء مرحلة الوثب وتبدأ الحركة بمجرد خروج

(1) مجاهد حميد رشيد ؛ انتقال اثر التعلم في الاكتساب والاحتفاظ بمهارتي الإرسال الساحق والضرب الساحق في الكرة الطائرة : (رسالة ماجستير ، جامعة ديالى / كلية التربية الرياضية ، 2004) ص 30 .

(2) الين وديع فرج ، مصدر سبق ذكره ، ص 118 .

الكرة من يد المعد ويجب أن تكون الخطوة الأولى بالرجل اليسرى (للضارب الأيمن)

لتحديد اتجاه اللاعب بالنسبة للكرة ، وتكون الخطوة الثانية سريعة وعميقة وواسعة بحيث يقع مركز ثقل الجسم خلف عقبي القدمين بالتساوي (1) ، وتمتد الذراعان من أسفل للخلف عالياً بقدر الإمكان أثناء الخطوة الأولى حتى تصل بمستوى عمودي على الجسم في الخطوة الثانية وتختلف حركة الذراعين تبعاً لطبيعة الجري والمسافة المقطوعة وطبيعة الجنس وترتبط بنوع الضربة الساحقة المراد أدائها (2) .

ب - الارتقاء والوثب :

يبدأ الوثب بعد أتمام خطوات الاقتراب وانتقال ثقل الجسم من الخلف (العقبين) إلى القدمين ثم الأمشاط ، تبدأ الذراعان في المرجحة من الخلف إلى الأسفل ثم إلى الأمام بأقصى قوة وتكون زوايا مفاصل الجسم هي (90°) درجة لمفصل الورك و(100 - 110°) درجة لمفصل الركبة و(80 - 90°) درجة لمفصل الكاحل بعدها يتم مد مفاصل القدمين والركبتين والورك للحصول على قوة دفع عند القفز لأداء عملية الضرب (3) .

ج - الضرب :

بعد الدفع للأعلى وتمطية جميع أجزاء الجسم لأداء الضرب الساحق تتحرك الذراع الضاربة للأعلى والذراع الأخرى أمام الجسم للمحافظة على التوازن (4) ، ويكون مرفق الذراع الضاربة أعلى من مستوى الكتف وتبدأ اليد الضاربة بلمس الكرة من القسم العليا لها وتكون الأصابع متلاصقة وممدودة والإبهام مؤشراً إلى الخارج أو تكون متباعدة قليلاً ومجوفة بحجم الكرة (5) .

(1) علي مصطفى طه ؛ مصدر سبق ذكره ، ص 113 .

(2) ولهان حميد هادي (وآخرون) ؛ مصدر سبق ذكره ، ص 63 .

(3) أكرم زكي خطابية ؛ مصدر سبق ذكره ، ص 141 .

(4) ولهان حميد هادي (وآخرون) ؛ نفس المصدر ، ص 63 .

(5) سعد حماد الجميلي (2001) ؛ مصدر سبق ذكره ، ص 77 .

وتكون الذراع الحرة مفرودة أماما وفي مستوى أفقي وذلك لحفض اتزان الجسم في الهواء وتعمل هذه الحركة على أبقاء كتف الذراع الضاربة في مستوى كتف الذراع الأخرى

(1) ، وتبقى اليد الضاربة متابعة للكرة إلى اللحظة الأخيرة من عملية الضرب لإكساب الكرة الاتجاه الصحيح وبعد ترك اليد للكرة تماماً يتم التهيؤ للهبوط .

د - الهبوط :

بعد أتمام عملية الضرب الساحق يتم سحب الذراع الضاربة للخلف مراعاة للشروط القانونية للعبة وضمها على الصدر (2) .

وتكون عملية الهبوط بشكل متوازن ومرن على أن لا يتجاوز اللاعب القائم بالضرب الساحق خط المنتصف ، وذلك بالهبوط على مشطي القدمين على أن تكون المسافة بين القدمين بعرض الحوض تقريباً وبصورة متوازية وحسب راحة اللاعب وثني في مفصل الركبة والورك لامتناس صدمة الهبوط ولأخذ الوضع الجيد للاستمرار في اللعب (3) .

2 - 1 - 8 - 4 مهارة حائط الصد وأنواعه بالكرة الطائرة :

إن مهارة حائط الصد من المهارات الأساسية المهمة في عملية الدفاع عن الملعب أمام الضربات الساحقة إذ يعرف على أنه " وسيلة لإحباط عزم الفريق المنافس من خلال منع مهاجميه من ضرب الكرة الساحقة فوق الشبكة وامتصاص قوتها ، إضافة إلى إنها تعطي الوقت الكافي لبقية اللاعبين في اتخاذ مواقعهم الدفاعية ، وكذلك يستخدم كمهارة هجومية ضد الفريق المنافس " (4) .

(1) الين وديع فرج ؛ مصدر سبق ذكره ، ص 120 .

(2) ولهان حميد هادي ؛ مصدر سبق ذكره ، ص 64 .

(3) خليل إبراهيم ؛ تأثير استخدام أسلوب التعلم التعاوني بطريقة التدريب الدائري في تعلم بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة : (أطروحة دكتوراه ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، 2003) ص 28 .

(4) مروان عبد المجيد (2001) ؛ مصدر سبق ذكره ، ص 90 .

ويعرف أيضاً بأنه " الحركات القريبة من الشبكة المسموح القيام بها للاعب واحد أو أكثر من لاعبي الخط الأمامي والهادفة إلى اعتراض الكرة القادمة من ملعب المنافس " (1)

وترى (الين وديع) (2) إن حائط الصد " هو قيام لاعب أو أكثر من لاعبي الصف الأمامي باعتراض الكرة المضروبة ساحقا من ملعب المنافس بالقرب من الشبكة برفع اليد أو كلتا اليدين فوق مستوى الحافة العليا للشبكة ولمس اللاعب للكرة ".
 إن إتقان مهارة حائط الصد الدور الأساسي في إحباط هجوم الفريق المنافس ، وقد زاد اهتمام المدربين بأعداد لاعبين جيدين يتمتعون بالطول وقوة القفز والرشاقة للقيام بهذه المهارة .

وتتجلى أهمية حائط الصد فيما يأتي (3) :

1. يعتبر مهارة دفاعية وهجومية عن طريقه يتمكن الفريق من تنظيم صفوف دفاعه في الملعب .
2. بواسطة حائط الصد يتمكن الفريق من امتصاص قوة الضربة نتيجة اصطدام الكرة باليدين .
3. يعتبر الخط الدفاعي الأول للفريق ويرتبط ارتباطاً وثيقاً بإمكانية القدرة على الوثب.

إضافةً إلى إن حائط الصد يؤدي برأي البعض إلى (4) :-

1. رد الضربة بسرعة للفريق الآخر .
2. التأثير النفسي إلى جانب تشتيت انتباه الضارب .
3. تقليل المسافة التي يمكن توجيه الضربة إليها .
4. الحصول على نقطة اللعب .
5. تنظيم التشكيلات الدفاعية للفريق .

(1) الاتحاد العربي للكرة الطائرة ؛ القواعد الدولية للعبة الكرة الطائرة : (بغداد ، دار القادسية ، 2002) ص 69 .

(2) الين وديع فرج ؛ مصدر سبق ذكره ، ص 136 .

(3) مروان عبد المجيد (2001) ؛ مصدر سبق ذكره ، ص 91 .

(4) شهباء احمد العزاوي ؛ بعض القدرات البدنية الخاصة وعلاقتها بدقة أداء المهارات الهجومية للاعبين الكرة الطائرة

: (رسالة ماجستير ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، 2002) ص 22 .

* أنواع حائط الصد :

يشتمل حائط الصد على ثلاثة أنواع كما يأتي (1) :

1. الصد بلاعب واحد : نسبة تكراره في الملعب حوالي 24 % .

2. الصد بلاعبين اثنين : نسبة تكراره في الملعب حوالي 72 % .

3. الصد بثلاثة لاعبين : نسبة تكراره في الملعب حوالي 4 % .

من ماتقدم يتضح إن تشكيلة حائط الصد بلاعبين أكثر شيوعاً واستخداماً قياساً بالصد بلاعب واحد وبثلاثة لاعبين وسيتم التطرق لهذا النوع بشكل مفصل كما يأتي (2):
يعد الصد بلاعبين من أفضل طرائق الصد وتستخدمه الفرق القوية في الوقت الحاضر ، إذ إن هذه الطريقة لأتسمح للكرة بالمرور بين أيدي القائمين بعملية الصد . لأنها تغطي جزءاً كبيراً أمام الكرة ، وتستخدم في حالة التوافق والتوقيت وإتقان الخطوات التي يقوم بها اللاعبان القائمان بعملية الصد مع تساوي الارتفاع وضبط الوقت لديهم . " وتتم طريقة الصد بلاعبين من مراكز (2 ، 3 ، 4) ، أما بلاعبي مركز (3 ، 2) من مركز (2) أو من مركز (3 ، 4) من مركز (4) أو من مركز (2 ، 3) من مركز (3) أو من لاعبي مركز (3 ، 4) من مركز (3) وذلك بتحريك لاعبي مركز (3) إلى مركز (2) ومركز (4) أو تحرك لاعبي مركز (2) إلى مركز (3) أو تحرك مركز (4) إلى مركز (3) " (3).

وتمر هذه المهارة بثلاث مراحل كما يأتي :

أ - المرحلة التمهيديّة :

يقوم اللاعب المشترك في عملية الصد بالتحرك للاعب الآخر في المركز المتخذ من الهجوم بخطوات جانبية حتى يصل اللاعبان في وقت واحد أمام المهاجم وتؤدي عملية الوثب للأعلى القيام بحائط الصد في نفس الوقت الذي يقوم به اللاعب المهاجم بتنفيذ الهجوم وتكون القدمان متباعدتين باتساع الحوض ، ومرجحة الذراعين والوثب للأعلى بحيث تكون الذراعان قريبة من الجسم حتى لا تعيق حركة اللاعب الآخر (4) .

(1) مروان عبد المجيد (2001)؛ مصدر سبق ذكره ، ص 93 .

(2) ولهان حميد هادي (وآخرون) ؛ مصدر سبق ذكره ، ص 73 .

(3) سعد محمد قطب ولؤي غانم الصميدعي ؛ الكرة الطائرة بين النظرية والتطبيق : (الموصل ، مديرية مطبعة الجامعة ، 1985) ص 67 - 68 .

(4) ولهان حميد هادي (وآخرون) ؛ نفس المصدر ، ص 78 .

ب - المرحلة الرئيسية :

عند قيام اللاعب المهاجم بالهجوم يقوم اللاعبون المشتركون في حائط الصد بالوثب لأعلى مع تحريك الذراعين للأعلى وتكون الذراعان ممدودتين للأعلى والأصابع

منتشرة وممدودة والكفان على شكل سطح الكرة ، ويجب أن يكون وثبهم معاً بصورة غير متباعدة حتى لا يتركوا فجوة يستطيع منها المهاجم توجيه الكرة من خلالها إلى ملعبهم .

ج - المرحلة النهائية أو الختامية :

" عند الانتهاء من عملية الصد بلاعبين يهبط اللاعبون مع المحافظة على التوازن مع سحب الذراعين للجسم لعدم الوقوع في أي خطأ قانوني استعداداً لعملية الدفاع في حالة سقوط الكرة داخل ملعبهما . أي استعداداً للمسبة الثانية كما هو مسموح به بقانون اللعبة " (1) .

إن مهارة حائط الصد الزوجي بلاعبين تعد أفضل من النوعين الآخرين وأكثر تأثيراً وتجيدها الفرق المتقدمة لما تتطلبه من خفة ورشاقة وانسجام بين اللاعبين وان اغلب الحالات في هذا النوع تعمل على إحباط هجوم الفريق المنافس وكسب نقطة للفريق القائم بالصد .

(1) سعد محمد قطب ولؤي غانم الصميدعي ؛ مصدر سبق ذكره ، ص 68 .

2 - 2 الدراسات المرتبطة .

2 - 2 - 1 دراسة احمد حامد السويدي (2004) (1)

عنوان الدراسة " اثر استخدام أسلوب التدريب الذهني المباشر وغير المباشر في تطوير بعض النواحي المعرفية والمهارية بالكرة الطائرة " .

هدفت الدراسة إلى :

- الكشف عن اثر استخدام أسلوبى التدريب الذهنى المباشر والمنهاج المقرر فى الكلية فى التحصيل المعرفى وبعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة .
 - المقارنة فى الاختبار البعدى بين اثر استخدام أسلوبى التدريب الذهنى المباشر وغير المباشر والمنهاج المقرر فى الكلية فى التحصيل المعرفى وبعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة لطلاب المرحلة الرابعة اختصاص الكرة الطائرة .
- واستخدم الباحث المنهج التجريبي ، وتكونت العينة من (44) طالبا من طلاب المرحلة الرابعة اختصاص الكرة الطائرة / كلية التربية الرياضية .

وتوصل الباحث إلى :

- إن أسلوب التدريب الذهنى المباشر وغير المباشر فضلا عن المنهاج المقرر لطلاب المرحلة الرابعة اختصاص الكرة الطائرة التى نفذت ضمن البرامج التعليمية الثلاثة ذو تأثير ايجابى فى التحصيل المعرفى وبعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة .
- تفوق المجموعة التجريبية الأولى التى نفذت أسلوب التدريب المباشر على المجموعة الضابطة فى اختبارات التحصيل المعرفى وبعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة .
- تفوق المجموعة التجريبية الثانية التى نفذت أسلوب التدريب غير المباشر على المجموعة الضابطة فى اختبار مهارة جدار الصد ، بينما لم تظهر فروق ذات دلالة معنوية بين المجموعتين فى اختبارات التحصيل المعرفى ومهارتى الإرسال المواجه من الأعلى (التنس) والتمرير من أمام الرأس للأمام .

(1) احمد حامد السويدي ؛ اثر استخدام أسلوبى التدريب الذهنى المباشر وغير المباشر فى تطوير بعض النواحي

المعرفية والمهارية بالكرة الطائرة . (أطروحة دكتوراه ، جامعة الموصل ، كلية التربية الرياضية ، 2004) .

- لم تظهر فروق ذات دلالة معنوية بين المجموعة التجريبية الأولى والمجموعة التجريبية الثانية فى اختبارات التحصيل المعرفى وبعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة .

2 - 2 - 2 دراسة فرات عبد الجبار (2001) (1) .

عنوان الدراسة " تأثير استخدام أساليب متنوعة للتدريب العقلي في النواحي المعرفية والمهارية والخطية بكرة القدم ."

هدفت الدراسة إلى :

- بناء اختبار معرفي للناحية المعرفية لفئة الشباب بكرة القدم .
- التعرف على مستوى فئة الشباب في النواحي المعرفية والمهارية والخطية بكرة القدم .
- التعرف على أفضل أسلوب متنوع للتدريب العقلي في النواحي المعرفية والمهارية والخطية لفئة الشباب بكرة القدم .
- واستخدام المنهج التجريبي ذا المجاميع الأربعة التجريبية والضابطة ، وتكونت العينة من (32) لاعبا وتوصل الباحث إلى :
- إن التدريب البدني فقط لبعض متغيرات الناحية المهارية والناحية الخطية يكفي لتطوير المهارات والخطط .
- التدريب العقلي بأساليب متنوعة يعد عاملا مهما يضيف فاعلية في تطوير متغيرات الناحية المهارية و الخطية بكرة القدم .
- المجاميع التجريبية قد تحسنت في الناحية ومظاهر الانتباه (الحدة ، التركيز ، الانتباه) بينما لم تتحسن المجاميع الضابطة في هذه المتغيرات .
- المجاميع التجريبية قد تحسنت في التصور العقلي في جميع المحاور (البصري ، السمعي ، الحس حركي ، الانفعالي) بينما لم تتحسن المجاميع الضابطة في هذه المحاور .

(1) فرات عبد الجبار ؛ مصدر سبق ذكره .

- التدريب على الاسترخاء قد ساهم في تطوير قابليات المجاميع التجريبية في استيعاب أفضل للتدريب العقلي .

- ان تنوع وسائل التدريب العقلي من خلال استخدام التسجيل الصوتي والنماذج البصرية مضافا إلى التصور الحركي والاستعادة العقلية للمهارات والخطط ساعد على تحقيق مستوى تطور أفضل للمجاميع التجريبية .
- ان المجموعة التجريبية الثالثة ذات الأسلوب المختلط هي الأفضل في جميع متغيرات البحث (الناحية المعرفية ، مظاهر الانتباه ، محاور التصور ، الناحية المهارية ، الناحية الخطئية) .

2 - 2 - 2 دراسة محمد احمد عبد الله (1997) (1) .

عنوان الدراسة : " تأثير برنامج للتدريب العقلي على الأداء الدفاعي لحراس المرمى في هوكي الميدان " .
هدفت الدراسة إلى :

- التعرف على تأثير برنامج التدريب العقلي على تحسين القدرة على الاسترخاء لحراس المرمى في هوكي الميدان .
- التعرف على تأثير برنامج التدريب العقلي على تحسن الأداء الدفاعي لحراس المرمى في هوكي الميدان .
- واشتملت عينة البحث على (6) حراس مرمى لأربعة أندية ، واستخدم المنهج التجريبي لمجموعة واحدة .
- وتوصل الباحث إلى :
- تأثر التدريب العقلي المصاحب للأداء المهاري في تحسين القدرة على الاسترخاء لحراس المرمى في هوكي الميدان .
- يؤدي استخدام التدريب العقلي في تطوير الأداء الدفاعي لحراس المرمى .

(1) محمد احمد عبد الله ؛ تأثير برنامج للتدريب العقلي على الأداء الدفاعي لحراس المرمى في هوكي الميدان :
المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية ، جامعة حلوان ، العدد التاسع والعشرين ، 1997 - ص 159 .

من خلال التطرق للدراسات المرتبطة يبين أن هناك ارتباط بالدراسة الحالية التي تهدف الى قياس التصور العقلي والأداء المهاري ومعرفة العلاقة ما بينهما في لعبة الكرة الطائرة ، إذ اشتملت الدراسات الأخرى على استخدام أساليب وبرامج مختلفة للتدريب العقلي والتصور العقلي للمهارات وترتبط الدراسة الحالية بالدراسات المرتبطة ببعض الجوانب منها قياس التصور العقلي والأداء المهاري وبعض الإجراءات والوسائل الإحصائية ، وان الدراسة الحالية هي تعزيز للدراسات المرتبطة ونقطة انطلاق للكشف عن تأثير البرامج التجريبية للتصور العقلي في الأداء المهاري ، وان أوجه الاختلاف بين الدراسة الحالية والدراسات المرتبطة استخدم بالدراسة الحالية قياس التصور العقلي وفي الدراسات المرتبطة استخدم برنامج للتدريبي العقلي وتنوع أساليب التدريب العقلي إضافة الى النشاط الممارس و المنهج المستخدم .

الباب الثالث

- 3 - منهجية البحث وإجراءاته الميدانية .
 - 3 - 1 منهج البحث .
 - 3 - 2 عينة البحث .
 - 3 - 3 الوسائل والأدوات المساعدة .
 - 3 - 4 مقياس التصور العقلي .
 - 3 - 5 تحديد المهارات الأساسية وأنواعها وترشيح اختباراتها .
 - 3 - 6 شروط ومواصفات اختبارات بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة .
 - 3 - 7 التجربة الاستطلاعية .
 - 3 - 8 الأسس العلمية للاختبارات .
 - 3 - 9 التجربة الرئيسية .
 - 3 - 10 الوسائل الإحصائية .

3-1 منهج البحث :

المنهج هو الطريق الذي يؤدي إلى كشف حقيقة معينة ، وان طبيعة المشكلة تحدد الباحث باختيار المنهج المناسب لهذه المشكلة . لذى استخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لأنه الأنسب لتحقيق أهداف وفروض البحث "وهو تجميع منظم للبيانات المتعلقة بمؤسسات إدارية أو علمية أو اجتماعية أو رياضية وذلك خلال فترة زمنية معينة " (1) .

3-2 عينة البحث :

العينة "هي الجزء الذي يمثل مجتمع الأصل أو النموذج الذي يجري الباحث مجمل عمله عليه " (2) . لذى جاء اختيار الباحث لعينة البحث بالأسلوب العمدي وقد بلغ عددها (55) لاعبا من أصل (65) لاعبا مشاركا في مباراة الدوري النهائي للموسم الرياضي (2005 / 2006) الذين يمثلون أندية النخبة وهم مجموعة من الأندية عددها ستة مسجلة في كشوفات الاتحاد المركزي لكرة الطائرة كأعلى درجات تصنيف الدوري العراقي لكرة الطائرة للموسم 2005 - 2006 . هي (الكرخ ، الصناعة ، اربيل ، متين ، الشورجة، الرمادي) وتم استبعاد نادي الكرخ بإجراء التجربة الاستطلاعية عليه وتشكل عينة البحث نسبة مئوية قدرها (84.61 %) من مجتمع البحث الجدول(1).

(1) نوري إبراهيم الشوك ورافع صالح فتحي ؛ دليل البحوث لكتابة الأبحاث في التربية الرياضية : (بغداد ، مطبعة دار الشهيد ، 2004) ص 56 .

(2) وجيه محجوب ؛ البحث العلمي ومناهجه : (بغداد ، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر ، 2002) ص 164 .

الجدول (1)

يبين حجم عينة البحث والأندية المشاركة

ت	اسم النادي	عدد اللاعبين
1	نادي الصناعة	10
2	نادي اربيل	10
3	نادي متين	12
4	نادي الشورجة	13
5	نادي الرمادي	10
	المجموع	55

3-3 الوسائل والأدوات المساعدة .

3-3-1 وسائل جمع المعلومات :

1. المصادر والمراجع العربية والأجنبية .

2. الاختبارات والقياس .

3. استمارة استطلاع آراء الخبراء حول تثبيت فقرات مقياس التصور العقلي وإخراجها

بالصورة النهائية الملحق (1، 2) .

4. استمارة استطلاع آراء الخبراء حول تحديد المهارات الأساسية وأنواعها واختباراتها

الخاصة الملاحق (3، 4، 5) .

5. المقابلات الشخصية (*).

(*) الملحق (6)

3-3-2 الأدوات المستعملة :

1. ملعب كرة طائرة قانوني .
2. كرات طائرة عدد (10).
3. أشرطة لاصقة ملونة بعرض (5 سم) .
4. شريط قياس معدني (فيته) .
5. صفارة .
6. أقلام .
7. مقص .

3-4 مقياس التصور العقلي :

استخدم الباحث مقياس التصور العقلي الذي صممه (رينر مارتنز) (martens) (1982) ، و يشمل على أربعة أبعاد هي (التصور البصري والسمعي والإحساس الحركي والحالة الانفعالية المصاحبة) وأربعة مواقف هي (الممارسة الفردية ، الممارسة مع الآخرين ، مشاهدة الزميل ، الأداء في المنافسة) ، وقد تم هذا الاختبار في مؤتمر (برسبن prsipin) في استراليا .

لقد أضاف كل من (فيالي) و (والتر) (vealey & Walter) (1993) إلى المقياس بعدين هما التحكم الذي يقوم من خلال تقدير من خمس نقاط تبدأ من عدم التحكم إلى التحكم الكامل ، والتصور الداخلي والخارجي من خلال عبارة تسأل هل يمكن رؤيتها من داخل أو خارج الجسم وتسمح بالإجابة عن طريق (نعم ولا) إذ تم استبعاد البعد السادس من قبل الخبراء .

لقد تم تعريب المقياس وتقنيته على البيئة العربية من قبل محمد العربي شمعون وماجدة إسماعيل سنة (1996) إذ ورد في البحوث تحت اسم مقياس التصور العقلي في المجال الرياضي (1) .

(1) محمد العربي شمعون ؛ علم النفس الرياضي والمقياس النفسي . ط1 : (القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 1999) ص 342 - 350 .

ولأجل تثبيت فقرات المقياس وبيان صلاحيتها بالنسبة للعينة ومدى إمكانية تطبيقه على البيئة العراقية قام الباحث بأعداد استبانة خاصة بفقرات مقياس التصور العقلي الملحق (1) تم عرضها على (5) من الخبراء (*) في مجال العلوم التربوية والنفسية والتربية الرياضية ، لغرض تثبيت فقرات المقياس بشكل نهائي وصحته لتطبيقه على عينة البحث . إذ تم أعداد فقرات المقياس بشكلها النهائي وكما موضح بالملحق (2) وقد اتضح إن نسبة الاتفاق الخبراء بلغت (80 %) حول صحة وصلاحية فقرات المقياس لتطبيقها على عينة البحث .

3-5 تحديد المهارات الأساسية وأنواعها وترشيح اختباراتها :

3-5-1 تحديد المهارات الأساسية في لعبة الكرة الطائرة :

لغرض تحديد المهارات الأساسية الخاصة بلعبة الكرة الطائرة قام الباحث بتصميم استمارة استبانة خاصة كما موضح في الملحق (3) وعرضها على (7) من الخبراء (*) في مجال التربية الرياضية / الكرة الطائرة لتحديد بعض المهارات الأساسية المناسبة لمشكلة البحث .

وقام الباحث باستبعاد المهارات التي حصلت على نسبة (70 %) فما دون للمهارات الأساسية إذ " إن للباحث الحق في اختيار النسبة التي يراها مناسبة عند اختياره للمؤشرات المراد العمل بها " (1) وكما موضح في الجدول (2) .

(*) الملحق (7)

(*) الملحق (8)

(1) محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان ؛ القياس النفسي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي . ط1 : (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1979) ص 366 .

الجدول (2)

يبين النسب المئوية لتحديد المهارات الأساسية

ت	المهارات الأساسية	النسبة المئوية	التأشير
1	الإرسال	%100	√
2	استقبال الإرسال	%85	√
3	الأعداد	%57	X
4	الضرب الساحق	% 100	√
5	حائط الصد	%85	√
6	الدفاع عن الملعب	%42	X

3-5-2 تحديد أنواع المهارات الأساسية في لعبة الكرة الطائرة :

تم تحديد المهارات الأساسية الخاصة بلعبة الكرة الطائرة من خلال عرضها على مجموعة من الخبراء ولغرض تحديد أنواع هذه المهارات التي تم ترشيحها قام الباحث بتصميم استمارة استبانته خاصة الملحق (4) بأنواع المهارات المحددة وتم عرضها على (7) من الخبراء وهم نفس الخبراء الذين قاموا بتحديد المهارات الأساسية المناسبة للبحث وبعد تأشير الاستمارة قام الباحث باستبعاد المهارات التي حصلت على نسبة اتفاق (70%) فما دون من كلا النوعين وكما مبين في الجدول (3) .

الجدول (3)

يمثل النسب المئوية لتحديد أنواع المهارات الأساسية

التأشير	النسبة المئوية	أنواع المهارات	ت	المهارات	ت
X	صفر%	الإرسال من الأسفل المواجه الأمامي .	1	الإرسال	1
X	14 %	الإرسال من الأسفل الجانبي	2		
X	57%	الإرسال المواجه من الأعلى (التنس).	3		
√	71%	الإرسال المتموج .	4		
X	صفر%	الإرسال الجانبي الخطافي .	5		
X	42%	الإرسال الساحق .	6		
√	100%	استقبال الإرسال بالذراعين من الأسفل والأعلى .	1	استقبال الإرسال	2
√	85%	الضرب الساحق القطري	1	الضرب الساحق	3
X	42%	الضرب الساحق المواجه المستقيم الأمامي .	2		
X	57%	الضرب الساحق القطري والمستقيم .	3		
X	57%	حائط الصد بلاعب واحد	1	حائط الصد	4
√	100%	حائط الصد بلاعبين	2		
X	14%	حائط الصد بثلاثة لاعبين .	3		

3-5-3 ترشيح الاختبارات :

بعد تحديد المهارات الأساسية وأنواعها الملائمة لتجربة البحث ، تم توزيع استمارة استبانة خاصة لترشيح الاختبارات المهارية لبعض المهارات الأساسية المحددة على (8) من الخبراء (*) وقام الباحث باختيار الاختبارات التي حصلت على نسبة اتفاق (70) % فما فوق ولكل مهارة اختبار واحد كما موضح في الملحق (5) ، وبذلك تم تحديد

الاختبارات التالية وكما مبين بالجدول (4) :

1. اختبار دقة الإرسال للمناطق المحددة .

2. اختبار استقبال الإرسال (2) .

3. اختبار الضرب الساحق القطري .

4. اختبار حائط الصد الزوجي من مركز (4) .

الجدول (4)

يبين النسب المئوية لترشيح الاختبارات الخاصة ببعض أنواع المهارات الأساسية بالكرة الطائرة

ت	أنواع المهارات	ت	اسم الاختبار	النسبة المئوية	التأشير
1	الإرسال المتموج	1	اختبار دقة الإرسال لمناطق محددة .	50 %	X ^o
		2	اختبار دقة الإرسال الطويل .	62 %	X
		3	اختبار دقة الإرسال للمناطق الصعبة .	87 %	√
		4	اختبار دقة الإرسال القصير .	37 %	X
2	استقبال الإرسال بالذراعين من الأسفل والأعلى	1	اختبار دقة الاستقبال من الكرات المرمية	صفر %	X
		2	اختبار دقة الاستقبال من الإرسال .	50 %	X
		3	اختبار استقبال الإرسال (1) .	62 %	X
		4	اختبار استقبال الإرسال (2) .	100 %	√
3	الضرب الساحق	1	اختبار دقة الضرب الساحق القطري .	75 %	√
		2	اختبار دقة الضرب الساحق من مركز (4) نحو مركز (5)	صفر %	X
		3	اختبار دقة الضرب الساحق من مركز (3) نحو مركز (5)	25 %	X
4	حائط الصد	1	اختبار صد الضرب الساحق .	25 %	X
		2	اختبار حائط الصد الزوجي من مركز (2)	62 %	X
		3	اختبار حائط الصد الزوجي من مركز (3)	50 %	X
		4	اختبار حائط الصد الزوجي من مركز (4)	87 %	√

3 - 6 شروط ومواصفات اختبارات المهارات الأساسية بالكرة الطائرة :

شملت اختبارات المهارات الأساسية بالكرة الطائرة على أربعة اختبارات ، تم الاستعانة بها من مصادر علمية وهي اختبارات مقننة تم عرض تفاصيلها على (3) من الخبراء (*) في مجال الكرة الطائرة لمعرفة ما تحتاجه هذه الاختبارات من تعديل تماشياً مع تقدم وتطور اللعبة وقانونها واتضح للباحث إن نسبة اتفاق الخبراء هي (100 %) وتم عرض الاختبارات مفصلاً مع إيضاح ما عدل كما موضح في الملحق (10) .

3 - 7 التجربة الاستطلاعية .

" إن التجربة الاستطلاعية هي تدريب عملي للباحث من اجل الوقوف على السلبيات والايجابيات التي تقابله أثناء إجراء الاختبار لتفاديها " (1) ، ولغرض التعرف على هذه السلبيات والايجابيات التي قد تظهر عند تنفيذ التجربة الرئيسية قام الباحث بأجراء تجربة استطلاعية يوم الثلاثاء الموافق 20 / 6 / 2006 على مجموعة من اللاعبين بلغ عددهم (10) لاعبين من نادي (الكرخ) من المجتمع الأصلي للبحث وخارج عينة البحث ، من خلال تطبيق الاختبارات المهارية واستمارة مقياس التصور العقلي .

إن من أهم أغراض إجراء التجربة الاستطلاعية هي (2) :

1. معرفة الصعوبات والمشاكل التي تواجه الباحث .
2. التأكد من كفاءة فريق العمل المساعد ومدى الدقة في تنفيذ الاختبارات والقياسات

(1) قاسم المنذلاوي (وآخرون) ؛ الاختبارات والقياس والتقويم في التربية الرياضية : (الموصل ، مطابع التعليم العالي ، 1990) ص 107 .

(2) نوري إبراهيم الشوك ورافع صالح فتحي ؛ مصدر سبق ذكره ، 89 - 90 .

(*) 1 - نوري إبراهيم الشوك ، أستاذ ، اختبارات وقياس الكرة الطائرة /كلية التربية الرياضية / جامعة بغداد .

2 - عامر جبار السعدي ، أستاذ ، الكرة الطائرة /كلية التربية الرياضية / جامعة بغداد .

3 - حسين سبهان / مدرس مساعد / الكرة الطائرة / مدرب المنتخب الوطني للمعوقين / كلية التربية الرياضية /

3. اختبار صلاحية الأدوات والأجهزة المستخدمة واستمارة جمع البيانات .

4. إيجاد الشروط العلمية للاختبارات .
- ومن التجربة الاستطلاعية توصل الباحث إلى ماياتي:
 1. صلاحية مقياس التصور العقلي لعينة البحث .
 2. صلاحية الاختبارات المهارية المستخدمة وسهولة تطبيقها .
 3. عدم وجود صعوبة بالإجابة على فقرات مقياس التصور العقلي من قبل عينة البحث نظرا لوضوح عباراته .
 4. كفاءة فريق العمل المساعد في تطبيق اختبارات المقياس والاختبارات المهارية .

3 - 8 الأسس العلمية لمقياس التصور العقلي والاختبارات المهارية :

إن لتوافر الأسس العلمية في الاختبارات أهمية كبيرة وأساسية لتطبيق الاختبارات المعدة للدراسة . لذا قام الباحث بإيجاد معاملات الصدق والثبات والموضوعية .

3 - 8 - 1 صدق الاختبارات :

هو " أن تكون مهمة الاختبار قياس وتقويم الصفة التي وضع من أجلها الاختبار فعلا " (1) ، ولأجل التحقق من صدق المقياس والاختبارات المهارية قام الباحث باستخراج صدق المحتوى ويعني " قياس لمدى تمثيل الاختبار لنواحي الجانب المقاس لبحثه عن طريق تحليل مواد الاختبار وعناصره تحليلا منطقيا لتحديد الوظائف والجوانب الممثلة فيه ونسبة كل منها إلى الاختبار بأكمله " (2) إذ تم عرض مفردات المقياس والاختبارات على مجموعة من الخبراء في مجال (علم النفس الرياضي والاختبارات والقياس والكرة الطائرة) والذين أكدوا على إن محتواها صادق فيما يراد قياسه .

(1) علي سلوم جواد الحكيم ؛ الاختبارات والقياس والإحصاء في المجال الرياضي : (جامعة القادسية ، الطيف للطباعة ، 2004) ص 22 .

(2) مصطفى باهي ؛ المعاملات العلمية بين النظرية والتطبيق : (القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 1999) ص 28 .

3 - 8 - 2 ثبات الاختبارات:

يعد معامل ثبات الاختبار واحد من أهم الأسس العلمية للوثوق بنتائجه ، ويمكن تعريف بأنه " إعادة تطبيق الاختبار على نفس الأفراد وفي نفس الظروف مرة أخرى بعد

انقضاء فترة زمنية ، إذ يعبر معامل الارتباط بين التطبيق الأول والثاني عن معامل الثبات أو الاستقرار " (1) . وتم معاملة نتائجها عن طريق استخدام معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بين درجات الاختبار الأول والثاني ، إذ تم تطبيق الاختبار وإعادته على عينة التجربة الاستطلاعية خلال (7) أيام مع مراعاة الظروف نفسها قدر الإمكان وكما مبين في الجدول (5) .

3 - 8 - 3 موضوعية الاختبارات :

إن الموضوعية واحدة من الأسس العلمية التي يجب توافرها في الاختبارات ، فهي " معيار تقويمي للمعرفة التي تتصف باليقين كما تقوم على أدلة يمكن للغير أن يتثبتوا من صحتها " (2) إذ إنها معيار تقويمي يعكس صلاحية القياس ويؤثر في ثبات العامل ولحساب الموضوعية بين نتائج المحكمين الذين قاموا بعملية تقويم العينة نفسها (*) ، عن طريق استخدام معامل الارتباط البسيط (بيرسون) لإيجاد علاقة الارتباط بين تلك النتائج وفي ضوء ذلك تم إيجاد علاقة الارتباط بين نتائج المحكمين لحساب موضوعية الاختبارات المستخدمة وقد دلت النتائج على وجود ارتباط عالي بين نتائج المحكمين بالنسبة للاختبارات المهارية ومن خلال إجابات اللاعبين على مفردات المقياس بالنسبة للتصور العقلي وكما مبين في الجدول (5) .

(1) محمد صبحي حسانين ؛ القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية . ج 1 . ط 3 : (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1995) ص 197 .

(2) قيس ناجي وبسطويسي احمد ؛ الاختبارات ومبادئ الإحصاء في المجال الرياضي : (بغداد ، مطبعة جامعة بغداد ، 1984) ص 100 .

(*) 1 - مجاهد حميد رشيد : مدرس مساعد / كلية التربية الرياضية / جامعة ديالى .

2 - شهباء احمد العزاوي - مدرس مساعد / كلية التربية الرياضية / جامعة ديالى .

الجدول (5)

يبين معامل الثبات والموضوعية لمقياس التصور العقلي والاختبارات المهارية المستخدمة في البحث (الإرسال ، استقبال الإرسال ، الضرب الساحق ، حائط الصد)

الموضوعية	الثبات	الاختبارات	المهارات	ت	المتغير	ت
0.89	0.85	اختبار مقياس التصور العقلي	الإرسال	1	التصور العقلي	1
0.94	0.90	اختبار مقياس التصور العقلي	استقبال الإرسال	2		
0.96	0.96	اختبار مقياس التصور العقلي	الضرب الساحق	3		
0.88	0.86	اختبار مقياس التصور العقلي	حائط الصد	4		
0.90	0.88	اختبار دقة الإرسال للمناطق الصعبة	الإرسال	1	الأداء المهاري	2
0.98	0.98	اختبار استقبال الإرسال (2)	استقبال الإرسال	2		
0.93	0.90	اختبار دقة الضرب الساحق القطري	الضرب الساحق	3		
0.87	0.85	اختبار حائط الصد الزوجي من مركز (4)	حائط الصد	4		

3 - 9 التجربة الرئيسة :

بعد إعداد المقياس والاختبارات المهارية بالصورة النهائية والتأكد من صلاحية تطبيقها على عينة البحث ، قام الباحث بأجراء التجربة الرئيسة على عينة البحث الأساسية والبالغ عددها (55) لاعبا في يوم الخميس المصادف 6 / 7 / 2006 ، إذ تم تطبيق المقياس والاختبارات المهارية في أثناء وحداتهم التدريبية بعد الحصول على موافقة مدرب الفريق بأخذ نصف وقت الوحدة التدريبية لأجراء الاختبارات ، وقد استغرق إجراء الاختبارات يومين لكل نادي ، إذ تم اختبار مهارتين وقياسها عقليا في اليوم الأول والمهارتين الأخرين في اليوم الثاني لكل نادي وبمساعدة فريق العمل المساعد (*) ، إذ قام الباحث باختبار هذه المهارات ومن ثم قياسها عقليا لأن إجراء هذه الاختبارات يعتمد على حقيقة هي " جعل المفحوص يؤدي الحركة ثم يباشر بالإجابة عن الاستبانة بخصوص الحركة " (1) ، وقد أجريت الاختبارات بعد شرحها من قبل الباحث

(*) فريق العمل المساعد الملحق (11) .

(1) يورب خيون ، التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق . (بغداد ، مكتبة الصخره للطباعة ، 2002) ص 131 .

تلا ذلك توزيع الاستمارات الخاصة بمقياس التصور العقلي على أفراد العينة وشرح أهداف البحث ومفردات المقياس والتأكيد على ضرورة الإجابة على جميع مفردات المقياس بعناية ودقة وصدق إذ " يجب أن يعلم الفرد المختبر بان الباحث مهتم بإجراء بنود البحث

الخاص به بدقة وتركيز " (1) فضلا عن ذلك الإجابة على الأسئلة والاستفسارات حول مفردات المقياس ، هذا وقد استغرق وقت الإجابة على مفردات المقياس من (10 - 15) دقيقة .

وتم وضع درجات الاختبارات المهارية من قبل المحكمين على ضوء شروط التسجيل للاختبارات ، أما المقياس فتم تفرغ درجاته بالاعتماد على مفاتيح الأسئلة إذ اعتمد كل الدرجات الخام كنتائج للاختبارات ومن ثم تحويلها إلى درجات نهائية .

(1) Alderman ,R .B Psychological Behaiovir Sport Landon . w : Bsaundors Company .

1974 . P . 136 .

3 - 10 الوسائل الإحصائية :

مج س

1 - الوسط الحسابي = _____ (1)

$$\frac{\text{مج س} - 2 \text{ (مج س)}}{2} - \frac{\text{مج س} - 2 \text{ (مج س)}}{2} = \text{قانون الانحراف المعياري}$$

$$\frac{\text{مج س} \times \text{مج ص}}{\text{مج س ص} - \text{مج س ص}}$$

$$3 - \text{معامل الارتباط البسيط (بيرسون)} = \frac{\left[\frac{\text{مج س} - 2 \text{ (مج س)}}{2} \right] \times \left[\frac{\text{مج ص} - 2 \text{ (مج ص)}}{2} \right]}{\text{مج س ص} - \text{مج س ص}}$$

الجزء

$$4 - \text{النسبة المئوية} = \frac{100 \times \text{الكل}}{\text{الكل}} \quad (2)$$

(1) وديع ياسين التكريتي و حسن محمد عبد ؛ التطبيقات الإحصائية واستخدامات الحاسوب في بحوث التربية الرياضية (الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ، 1999) ص 187 ، 155 ، 214 .

(2) قيس ناجي وشامل كامل ؛ مبادئ الإحصاء في التربية الرياضية : (بغداد ، مطبعة التعليم العالي ، 1988)

ص 107.

س - م

$$5 - \text{قانون الدرجة المعيارية} = \frac{\text{ع}}{\text{ع}} \quad (1)$$

ع

مجموع حاصل ضرب الدرجات المعيارية
المتقابلة

$$6 - \text{ قانون معامل ارتباط الدرجات المعيارية} = \frac{\text{عدد الأفراد}}{(2) \cdot \dots}$$

-
- (1) رمزية الغريب ؛ التقويم والقياس النفسي والتربوي : (القاهرة ، مكتبة الانجلو المصرية للطباعة ، 1995)
ص 477 .
- (2) فؤاد البهي السيد ؛ علم النفس الإحصائي وقياس العقل البشري . ط3 : (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1979)
ص 321 .

الباب الرابع

4 - عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها .

4 - 1 عرض نتائج قياس التصور العقلي والاختبارات المهارية قيد البحث وتحليلها .

4 - 2 عرض نتائج مصفوفة الارتباط بين التصور العقلي والأداء المهاري وتحليلها ومناقشتها .

4 - 3 عرض نتائج تحليل التباين بين الأندية لمهارات (الإرسال ، استقبال الإرسال ، الضرب الساحق ، حائط الصد) وتحليلها ومناقشتها .

4 - 3 - 1 عرض نتائج تحليل التباين بين الأندية في التصور العقلي .

4 - 3 - 2 عرض نتائج تحليل التباين بين الأندية في الأداء المهاري .

4 - 4 مناقشة نتائج تحليل التباين بين أندية الدراسة في التصور العقلي والأداء المهاري .

4 - 5 عرض نتائج الأداء المهاري والتصور العقلي وفقا لدرجة ارتباطها وتحليلها ومناقشتها .

4 - عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها .

4 - 1 عرض نتائج قياس التصور العقلي والاختبارات المهارية قيد البحث وتحليلها .

لغرض التعرف على نتائج قياس التصور العقلي واختبارات بعض المهارات الأساسية وهي (الإرسال ، استقبال الإرسال ، الضرب الساحق ، حائط الصد) ، قام الباحث بحساب الوسط الحسابي والانحراف المعياري للتصور العقلي والأداء المهاري لكل مهارة على حدة كما مبين في الجدول (6)

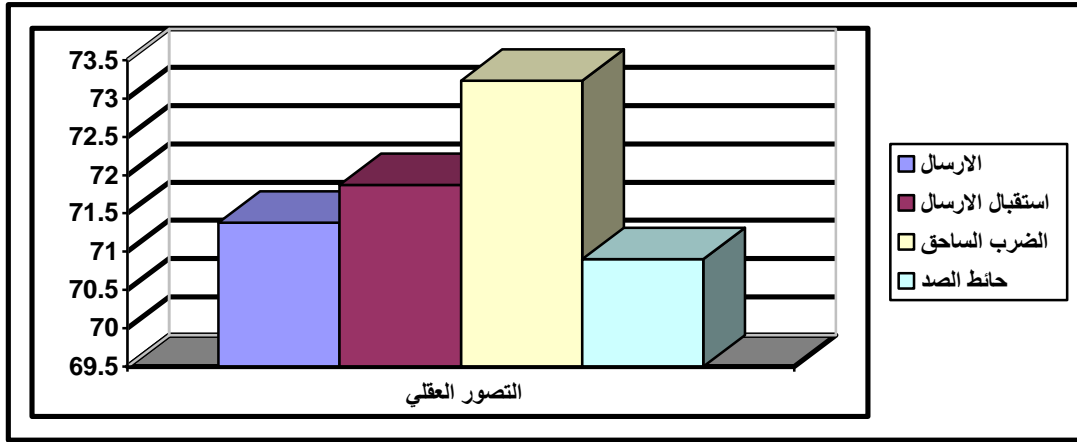
الجدول (6)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للتصور العقلي والأداء المهاري للمهارات قيد البحث (الإرسال ، استقبال الإرسال ، الضرب الساحق ، حائط الصد) לנוادي(الصناعة ، الشورجة ، متين ، اربيل ، الرمادي)

الأداء المهاري ن = 55		التصور العقلي ن = 55		المتغيرات
ع+	س-	ع+	س-	
4.64	33.78	16.57	71.38	الإرسال/ درجة
4.37	31.60	11.01	71.87	استقبال الإرسال/ درجة
0.08	17.40	11.87	73.23	الضرب الساحق/ درجة
1.53	6.58	12.18	70.90	حائط الصد/ درجة

تبين نتائج الجدول (6) قيمة الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للتصور العقلي والأداء المهاري ، إذ بلغت قيمة الوسط الحسابي للتصور العقلي لمهارة الإرسال (71.38) درجة وقيمة الانحراف المعياري (16.57) درجة ، وقيمة الوسط الحسابي لمهارة استقبال الإرسال (71.87) درجة وقيمة الانحراف المعياري (11.01) درجة ، وقيمة الوسط الحسابي لمهارة الضرب الساحق (73.23) درجة وقيمة الانحراف المعياري (11.87)

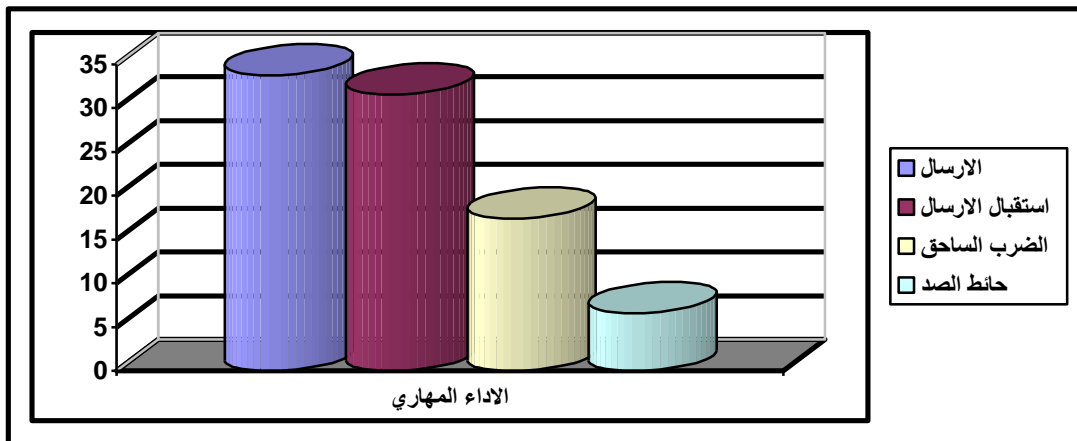
درجة ، أما مهارة حائط الصد فقد بلغت قيمة الوسط الحسابي لها (70.90) درجة والانحراف المعياري (12.18) درجة وكما موضح في الشكل (4) .



الشكل (4)

يوضح الأوساط الحسابية للتصور العقلي للمهارات قيد البحث

كما بلغ الوسط الحسابي لاختبار مهارة الإرسال (33.78) درجة والانحراف المعياري (4.64) درجة و بلغ الوسط الحسابي لمهارة استقبال الإرسال (31.60) درجة و بانحراف معياري (4.37) وبلغ الوسط الحسابي في اختبار مهارة الضرب الساحق (17.40) درجة و بانحراف معياري (0.08) درجة ، وبلغ الوسط الحسابي (6.58) درجة وقيمة الانحراف المعياري (1.53) في مهارة حائط الصد كما في الشكل (5) وبهذا يكون قد تحقق الهدف الأول .



الشكل (5)

يوضح الأوساط الحسابية للأداء المهاري للمهارات قيد البحث

4 - 2 عرض نتائج مصفوفة الارتباط بين التصور العقلي والأداء المهاري وتحليلها ومناقشتها .

لأجل الكشف عن علاقة الارتباط بين التصور العقلي والأداء المهاري للمهارات قيد البحث ، قام الباحث بحساب معامل الارتباط بطريقة الدرجات المعيارية .
يبين الجدولان (7 ، 8) قيم معامل الارتباط للتصور العقلي والأداء المهاري ، إذ قام الباحث بتحويل الدرجات الخام للتصور العقلي والأداء المهاري إلى درجات معيارية وذلك لاختلاف درجات قياس مقياس التصور العقلي والاختبارات المهارية إذ أن " الدرجات الأصلية في صورتها الخام للمقياس الأول والمقياس الثاني لاتصلح للمقارنة إلا إذا اشتركت في مبدأ واحد للتدرج وكانت وحداتها متساوية " (1) ، إذ قسم الباحث درجات العينة بعد ترتيبها تنازليا لمجموعتين (الفئة العليا والفئة الدنيا) تلا ذلك استخراج معامل الارتباط .

الجدول (7)

يبين معامل الارتباط للفئة العليا بين التصور العقلي والأداء المهاري للمهارات قيد البحث (الإرسال ، استقبال الإرسال ، الضرب الساحق ، حائط الصد) لنوادي (الصناعة، الشورجة ، متين ، اربيل ، الرمادي)

الأداء المهاري التصور العقلي للمهارات	الإرسال	استقبال الإرسال	الضرب الساحق	حائط الصد
الإرسال	0.79 *	—	—	—
استقبال الإرسال	—	0.96 *	—	—
الضرب الساحق	—	—	0.73 *	—
حائط الصد	—	—	—	0.95 *

* معنوي عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (26) وقيمة (ر) الجدولية (0.374)

(1) فؤاد البهي السيد ؛ مصدر سبق ذكره ، ص 322 .

ويبين الجدول (7) درجات الارتباط بين التصور العقلي للمهارات والأداء المهاري للمهارات قيد البحث ، وقد بلغ معامل الارتباط لمهارة الإرسال (0.79) درجة واستقبال الإرسال (0.96) درجة والضرب الساحق (0.73) درجة وحائط الصد (0.95) درجة ، وبما إن قيمة (ر) المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية البالغة (0.374) عند درجة حرية (26) ومستوى دلالة (0.05) مما يدل على إنها ذات دلالة معنوية ، إذ إن "التأثير المتبادل بين الحركة والإدراك من خلال نظام معرفي وبرنامج حركي يمكنه أن يفسر المدخلات الحسية والصور الخيالية إلى مخرجات حركية تخدم هدف الحركة وتحقق الواجب " (1) .

كما إن تحقيق المزيد من الفهم لطبيعة أداء المهارات يساعد في تطوير الأداء البدني ومن ثم الأداء المهاري بشكل أكثر آلية وانسيابية (2) .

ويرى كل من (شمعون 1990) و (Cordon 1972) و (راتب 1990) إن التصور العقلي لأداء مهارة معينة ينتج عنه نشاط عضلي محدود تكمن فائدته في تقوية الممرات العصبية المرسله من الجهاز العصبي للعضلات العاملة في جميع أجزاء الجسم لأداء المهارة (3) .

(1) نبيل محمود شاكر ؛ مصدر سبق ذكره ، ص 73 .

(2) أسامة كامل راتب (1995) ؛ مصدر سبق ذكره ، ص 317 .

(3) فراك عبد الجبار ؛ مصدر سبق ذكره ، ص 131 .

الجدول (8)

يبين معامل الارتباط للفئة الدنيا بين التصور العقلي والأداء المهاري للمهارات قيد البحث (الإرسال ، استقبال الإرسال ، الضرب الساحق ، حائط الصد) لنوادي (الصناعة، الشورجة ، متين ، اربيل ، الرمادي)

الأداء المهاري	التصور العقلي للمهارات	الإرسال	استقبال الإرسال	الضرب الساحق	حائط الصد
الإرسال		*0.70	_____	_____	_____
استقبال الإرسال		_____	* 0.87	_____	_____
الضرب الساحق		_____	_____	* 0.70	_____
حائط الصد		_____	_____	_____	* 0.91

* معنوي عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (25) وقيمة (ر) الجدولية (0.381)

كذلك يبين الجدول رقم (8) درجات الارتباط بين التصور العقلي والأداء المهاري للفئات الدنيا لمهارات قيد البحث ، إذ بلغت درجة الارتباط لمهارة الإرسال (0.70) درجة ومهارة استقبال الإرسال (0.87) درجة ومهارة الضرب الساحق (0.70) درجة ومهارة حائط الصد (0.91) درجة ، بما إن هذه الارتباطات اكبر من القيمة الجدولية البالغة (0.381) عند درجة حرية (25) وتحت مستوى دلالة (0.05) مما يدل على أنها علاقة ذات دلالة معنوية أيضا . ويعزو الباحث ذلك الى الأداء الجيد للاعب الكرة الطائرة ووصوله إلى مرحلة النخبة إذ لا يتحقق إلا إذا امتلك اللاعب القدرة على التصور الجيد للأداء المهاري ومواقف اللعب المختلفة وتحقيقه للإنجازات من خلال إبراز قدراته المهارية في اللعب وسيطرته على هذه الجوانب التي ترتبط بقدرة اللاعب

الواسعة على التصور العقلي للأداء وتؤكد (هانا فورد 1995) على إن الدماغ رتقي

بواسطة النشاط الجسدي والحركة توقظ وتنشط العديد من القدرات العقلية كما إن الحركة تدمج وتثبت المعلومات والخبرة في الشبكات العصبية وأنها حيوية لكل الأفعال التي يجسد بها الفرد تعلمه وفهمه (1) .

إضافة لذلك من التصور العقلي يستطيع اللاعب تحسين قدرته على التركيز ومن جهة أخرى يكون قادراً على التصور بفاعلية من خلال قدرته على تركيز انتباهه على التصورات المطلوبة (2) .

كما ويعد التصور العقلي من المهارات النفسية المهمة للاعب الكرة الطائرة وهذا ما أفرزته نتائج الاختبارات إذ أن التصور العقلي لجميع أجزاء المهارة بشكل دقيق وواضح يعطي للاعب قدرة على الأداء الجيد إلى جانب الأداء الحركي للمهارة وهذا ما يتفق مع ما أشار إليه (Martenz 1987) " أن التصور الصحيح للمهارات الحركية ينتج عنه استجابات عصبية عضلية مماثلة للاستجابات الفعلية إذ تؤدي عملية التصور إلى إرسال أشارات عصبية من الجهاز العصبي إلى العضلات لتنفيذ المهارة المطلوبة " (3) .

وان درجات التفاوت في معاملات الارتباط بين التصور العقلي والأداء المهاري لمهارات قيد البحث ناتج عن طبيعة المهارات من حيث مراحل أدائها الحركي وصعوبتها إضافة إلى قابلية اللاعب في تصور المهارات بدقة ووضوح جيد لجميع أجزائها .

(1) Hanna Ford , Carlo ,Smart Moves : Why Learning Is Not All In Your Head . VA : (Great Ocean Publishers , 1995).p.30.

(2) كامل طه لويس ؛ تدريب المهارات النفسية ، محاضرة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، 2005 ، ص 3 .

(3) عرب خيون ؛ مصدر سبق ذكره ، ص 130 .

4 - 3 عرض نتائج تحليل التباين بين الأندية لمهارات (الإرسال ، استقبال الإرسال ، الضرب الساحق ، حائط الصد) وتحليلها .

4 - 3 - 1 عرض نتائج تحليل التباين بين الأندية في التصور العقلي :

يبين الجدول (9) قيم تحليل التباين للنوادي قيد البحث في التصور العقلي ، إذ أظهرت النتائج إن قيمة (F) المحسوبة لمهارة الإرسال (0.609) درجة ومهارة استقبال الإرسال (0.609) درجة ومهارة الضرب الساحق (1.092) درجة ومهارة حائط الصد (0.799) درجة وجميع هذه القيم هي اصغر من قيمة (F) الجدولية البالغة (2.606) تحت مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (4) مما يدل على عدم وجود فروق معنوية بين الأندية كما موضح في الجدول (9) .

الجدول (9)

يبين نتائج الفروق قياس التصور العقلي بين النوادي
(الصناعة ، الشورجة ، متين ، اربيل ، الرمادي) .

المتغيرات	مصدر التباين	مجموع مربعات الانحرافات	درجة الحرية	متوسط مربعات الانحرافات	قيمة F المحسوبة	دلالة الفروق
التصور العقلي للإرسال	بين المجموعات	326.388	4	81.597	0.609	عشوائي
	داخل المجموعات	6688.594	50	133.771		
التصور العقلي لاستقبال الإرسال	بين المجموعات	304.585	4	76.146	0.609	عشوائي
	داخل المجموعات	6243.524	50	124.870		
التصور العقلي للضرب لساحق	بين المجموعات	769.873	4	192.468	1.092	عشوائي
	داخل المجموعات	8807.836	50	176.156		
التصور العقلي لحائط الصد	بين المجموعات	518.188	4	129.547	0.799	عشوائي
	داخل المجموعات	8101.740	50	162.034		

* قيمة (F) الجدولية (2.606) عند مستوى دلالة (0.05) .

4 - 3 - 2 عرض نتائج تحليل التباين بين الأندية في الأداء المهاري :

الجدول (10)

يبين نتائج الفروق للأداء المهاري بين النوادي
(الصناعة ، الشورجة ، متين ، اربيل ، الرمادي) .

المتغيرات	مصدر التباين	مجموع مربعات الانحرافات	درجة الحرية	متوسط مربعات الانحرافات	قيمة F المحسوبة	دلالة الفروق
الأداء المهاري للإرسال	بين المجموعات	131.315	4	32.828	1.280	عشوائي
	داخل المجموعات	1282.067	50	25.641		
الأداء المهاري الاستقبال للإرسال	بين المجموعات	173.814	4	43.453	2.528	عشوائي
	داخل المجموعات	459.386	50	17.187		
الأداء المهاري للضرب الساحق	بين المجموعات	8.942	4	2.235	0.943	عشوائي
	داخل المجموعات	118.440	50	2.368		
الأداء المهاري لحائط الصد	بين المجموعات	11.719	4	2.929	0.567	عشوائي
	داخل المجموعات	257.990	50	5.159		

• قيمة (F) الجدولية (2.606) عند مستوى دلالة (0.05) .

والجدول (10) يوضح قيم تحليل التباين للنوادي قيد البحث بالأداء المهاري ، إذ أظهرت النتائج إن قيمة (F) المحسوبة لمهارة الإرسال (1.280) درجة ومهارة استقبال الإرسال (2.528) درجة ومهارة الضرب الساحق (0.943) درجة ومهارة حائط الصد (0.567) ، إذ إن جميع هذه القيم اصغر من قيمة (F) الجدولية البالغة (2.606) وتحت مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (4) مما يدل على عدم وجود فروق معنوية بين الأندية في التصور العقلي والأداء المهاري .

4 - 4 مناقشة نتائج تحليل التباين بين أندية الدراسة في التصور العقلي والأداء المهاري :

من استعراض نتائج الجدولين (9 ، 10) يتضح إن تحليل التباين بين الأندية للأداء المهاري والتصور العقلي تشير إلى نتائج عشوائية مقارنةً بالقيمة الجدولية مع وجود نسبة من التباين بين الأندية في الدرجة العشوائية .

ويعزو الباحث هذه النتائج إلى عوامل مختلفة تؤدي إلى تجانس عينة البحث في قبلياتهم وقدراتهم العقلية والبدنية إذ إن " للخبرات والقابلية العقلية والطول والوزن والنمط الجسمي والصفات الحركية التي يتميز بها الفرد دورا مؤثرا للأداء الحركي " (1) .

إن طبيعة عينة البحث التي تمثل نخبة اللاعبين في هذه اللعبة وتميزهم بمواصفات جسمية وخبرات تدريبية متقاربة فضلا عن تقارب أساليب التدريب لأنها ضمن مدرسة تدريبية واحدة وفرت قدرا كبيرا من تجانس المستويات والمهارات وسيرها في مسار متقارب في الانجاز بين أندية موضوع البحث وعدم ظهور فروقات معنوية في نتائج قياس التصور العقلي والأداء المهاري .

(1) وجيه محبوب ، علم الحركة للتعلم الحركي ، ج 1 ، (الموصل ، جامعة الموصل ، 1985) ص 98 .

4 - 5 عرض نتائج الأداء المهاري والتصور العقلي وفقا لدرجة ارتباط وتحليلها ومناقشتها .

تبين النتائج تراتب قيم معاملات الارتباط بين التصور العقلي للمهارات وأدائها الحركي تنازليا كما يأتي في الجدول (11) .

الجدول (11)

يبين تراتب قيمة معاملات الارتباط بين التصور العقلي للمهارة وأدائها الحركي للفئات العليا والدنيا .

الفئات الدنيا	الفئات العليا	تراتب القيم
المرتبة	المرتبة	المهارات
3	3	الإرسال
2	2	استقبال الإرسال
3	4	الضرب الساحق
1	1	حائط الصد

يبين الجدول أعلاه إن تراتب قيم الارتباط للفئات العليا كما يأتي :

1. حائط الصد .
2. استقبال الإرسال .
3. الإرسال .
4. الضرب الساحق .

كذلك يبين الجدول تراتب قيم الارتباط للفئات الدنيا وكما يأتي :

1. حائط الصد .
2. استقبال الإرسال .
3. الإرسال والضرب الساحق .

ويمكن تفسير هذا تراتب من خلال طبيعة المهارات نفسها ، فيتضح في تراتب الفئات العليا إن مهارة حائط الصد في المرتبة الأولى إذ إن طبيعة المهارة من حيث مراحل أدائها ودرجة صعوبتها تلعب دورا بارزا في إتقانها وهي أكثر سهولة في التعلم من بقية المهارات إضافة إلى أمكانية تصورها بشكل واضح وينعكس ذلك بنفس النتيجة بالنسبة

للفئات الدنيا لهذه المهارة ، إذ إن التصور الجيد للمهارة يعكس أداء جيد للاعب وهذا يتفق مع ما أشار إليه (أسامة كامل 1990) " إن اللاعب الذي يتصور أداءه في مهارة معينة بصورة سليمة ينعكس ذلك في تحسين أداء اللاعب لهذه المهارة الحركية " (1) .

واحتلت مهارة استقبال الإرسال المرتبة الثانية في الفئات العليا والدنيا ، إذ إن هذه المهارة تعتمد على درجة تركيز اللاعب على اللاعب المرسل والتحرك لمكان سقوط الكرة إضافة لذلك اعتماد هذه المهارة على اللاعب الذي يوجه نحوه الإرسال فهي سهلة الأداء والتحرك وتعتمد على تركيز جيد من اللاعب وانسيابية في الحركة لإتقانها وهذا ما يوضح تراتبها في المرتبة الثانية ، أما مهارة الإرسال فتعد من المهارات الصعبة فهي تحتاج إلى قابلية بدنية ومهارية وعقلية وتدريب مستمر لإتقانها ولها الدور الأساسي في فوز الفريق فقد شغلت هذه المهارة المرتبة الثالثة للفئات العليا والدنيا وفيها يجب على اللاعب مراعاة الارتفاع والمسافة والمكان المحدد الذي يتم إرسال الكرة إليه وهي من المهارات التي تتطلب أظهار المستوى المهاري المطلوب أثناء اللعب بشكل كبير .

أما مهارة الضرب الساحق فقد حققت المرتبة الرابعة بالنسبة للفئات العليا والمرتبة الثالثة بالنسبة للفئات الدنيا إذ تعد من المهارات الصعبة مما تتطلبه من قوة وسرعة ودقة في التصور لمراحل أدائها إذ يتفاوت إتقان اللاعبين لها نظرا لاختلاف قدراتهم الحركية والعقلية ومميزاتهم البدنية فهي تتطلب دراسة دقيقة وتكوين صورة عقلية واضحة جدا لها وتدريب مستمر لإتقانها، وإن إتقان المهارات أمر أساسي في أظهار صفة التكامل العقلي والبدني للاعب النخبة وقد جاءت نتائج الدراسة متطابقة مع ما افترضه الباحث وبهذا يكون الباحث قد حقق أهداف البحث .

(1) أسامة كامل راتب ؛ دوافع التفوق في النشاط الرياضي : (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1990) ص 188 .

الباب الخامس

5 - الاستنتاجات والتوصيات .

5 - 1 الاستنتاجات .

5 - 2 التوصيات .

5 - الاستنتاجات والتوصيات .

5 - 1 الاستنتاجات .

من ماتقدم توصل الباحث للاستنتاجات الآتية :

1. إن للتصور العقلي أهمية بالغة في تحسن قابلية اللاعب في أداء مهارات الإرسال واستقبال الإرسال والضرب الساحق وحائط الصد .
2. كلما زادت قابلية اللاعب على التصور كلما ارتقى مستوى أدائه .
3. عشوائية الفروق بين نتائج الأندية في التصور العقلي كونهم يمثلون نخبة لاعبي هذه اللعبة في القطر
4. قلة اهتمام المدربين في تخصيص وحدات تدريبية لتنمية القابليات العقلية للاعبين من خلال تفاوت مستوى قدراتهم وعدم وصولها الى درجة الإتقان .
5. وجود بعض الفروق الفردية بين اللاعبين في أندية عينة البحث في قياس التصور العقلي والأداء المهاري لمهارات الكرة الطائرة .
6. إن تراتب قيم معاملات الارتباط بين التصور العقلي للمهارة وأدائها الحركي تنازلياً كالأتي :

(1) حائط الصد .

(2) استقبال الإرسال .

(3) الإرسال .

(4) الضرب الساحق .

5 - 2 التوصيات .

يوصي الباحث ويقترح مايلي :

1. الاهتمام بتطوير التصور العقلي الذي من خلاله يصل الرياضي إلى مرحلة تكوين المفاهيم العقلية المكتسبة والمزاوجة بين الإدراك والحركة.
2. توفير بيئة غنية بالمتغيرات والمعلومات الخاصة بنوع المهارة الرياضية كالعرض السينمائي والصور وغيرها من الوسائل التي تسهم في تطوير التصور العقلي وترفع من مستوى الأداء المهاري لدى لاعبي الكرة الطائرة .
3. إقامة دورات للمدربين عن كيفية استخدام التصور العقلي لتطوير قابلية لاعبيهم على التصور العقلي الصحيح للمهارات الرياضية .
4. إجراء دراسات وبحوث مشابهة لدراسة الحالية ولفئات عمرية مختلفة وألعاب مختلفة .

المصادر

- أولا : المصادر العربية .
- ثانيا : المصادر الأجنبية .

أولاً : المصادر العربية :

✽ القرآن الكريم .

✽ احمد حامد السويدي ؛ تأثير أسلوبى التدريب الذهنى المباشر وغير المباشر فى تطوير بعض النواحي المعرفية والمهارية بالكرة الطائرة : (أطروحة دكتوراه ، جامعة الموصل ، كلية التربية الرياضية ، 2004) .

✽ ارنوف ولنڊال ؛ ترجمة عادل عز الدين (وآخرون) ؛ مقدمة فى علم النفس : (القاهرة ، مطبعة الأهرام ، 1983) .

✽ أزداد حسن قادر؛ الإيقاع الحيوى للدورة البدنية والانفعالية والعقلية لدى لاعبي الكرة الطائرة وعلاقته فى مستوى الانجاز المهارى : (أطروحة دكتوراه ، جامعة صلاح الدين (اربيل) ، 2003) .

✽ أسامة كامل راتب ؛ تدريب المهارات النفسية وتطبيقاتها فى المجال الرياضى . ط2 : (القاهرة ، دار الفكر العربى للطبع والنشر ، 2004) .

✽ أسامة كامل راتب ؛ علم النفس الرياضى المفاهيم والتطبيقات . ط3 : (القاهرة ، دار الفكر العربى ، 2000) .

✽ أسامة كامل راتب ؛ علم النفس الرياضى المفاهيم - التطبيقات . ط1 : (القاهرة ، دار الفكر العربى ، 1995) .

✽ أسامة كامل راتب ؛ دوافع التفوق فى النشاط الرياضى : (القاهرة ، دار الفكر العربى ، 1990) .

✽ أكرم زكى خطايبية ؛ موسوعة الكرة الطائرة الحديثة . ط1 : (عمان ، دار الفكر للطباعة ، 1996) .

✽ الاتحاد العربى للكرة الطائرة ؛ قواعد الدولية للعبة الكرة الطائرة : (بغداد ، دار القادسية ، 2002) .

✽ أئين وديع فرج ؛ الكرة الطائرة دليل المعلم والمدرّب واللاعب : (الإسكندرية ، منشأة المعارف للنشر ، 1990) .

✽ جورج اسكندر (وآخرون) ؛ الكرة الطائرة . ج1 : (القاهرة ، دار المعارف ، 1981) .

- ❖ خليل إبراهيم ؛ تأثير استخدام أسلوب التعلم التعاوني بطريقة التدريب الدائري في تعلم بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة : (أطروحة دكتوراه ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، 2003) .
- ❖ رمزية الغريب ؛ التقويم والقياس النفسي والتربوي : (القاهرة ، مكتبة الانجلو المصرية للطباعة ، 1995) .
- ❖ سعد حماد الجميلي ؛ الكرة الطائرة (عمان ، دار زهران للنشر والتوزيع ، 2001) .
- ❖ سعد حماد الجميلي ؛ الكرة الطائرة تعليم وتدريب وتحكيم : (ليبيا منشورات جامعة السابع من ابريل ، 2004) .
- ❖ سعد محمد قطب ولؤي غانم الصميدعي ؛ الكرة الطائرة بين النظرية والتطبيق: (الموصل ، مديرية مطبعة الجامعة ، 1985) .
- ❖ شهباء احمد الغزاوي ؛ بعض القدرات البدنية الخاصة وعلاقتها بدقة أداء المهارات الهجومية للاعبين الكرة الطائرة : (رسالة ماجستير ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، 2002) .
- ❖ عبد علي الجسماني ؛ علم النفس وتطبيقاته : (بغداد دار الفكر العربي ، 1984) .
- ❖ عبد الستار جبار الضمد ؛ فسيولوجيا العمليات العقلية في التربية الرياضية . ط1 : (عمان ، دار الفكر للطباعة والنشر ، 2000) .
- ❖ عقيل الكاتب (وآخرون) ؛ الكرة الطائرة التكنيك والتكتيك الفردي : (بغداد ، مطبعة التعليم العالي ، 1987) .
- ❖ عقيل الكاتب (وآخرون) ؛ التكنيك الفردي في الكرة الطائرة : (بغداد ، مطبعة الجامعة ، 1979) .
- ❖ عصام الوشاحي ؛ المبادئ العلمية في الكرة الطائرة : (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1991) .
- ❖ علي الأمير ؛ فسلجة النفس : (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 2002) .

- ✻ علي مصطفى طه ؛ الكرة الطائرة . ط 1 : (القاهرة ، دار الفكر العربي للطباعة والنشر ، 1999) .
- ✻ علي سلوم جواد الحكيم ؛ الاختبارات والقياس والإحصاء في المجال الرياضي : (جامعة القادسية ، الطيف للطباعة ، 2004) .
- ✻ فؤاد البهي السيد ؛ علم النفس الإحصائي وقياس العقل البشري . ط 3 : (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1979) .
- ✻ فرات عبد الجبار ؛ تأثير استخدام أساليب متنوعة للتدريب العقلي في النواحي المعرفية و المهارية والخطوية بكرة القدم : (أطروحة دكتوراه ، جامعة بغداد ، 2001) .
- ✻ قاسم حسن حسين ؛ علم النفس الرياضي مبادئه وتطبيقاته في مجال التدريب : (بغداد ، مطابع التعليم العالي ، 1990) .
- ✻ قاسم لزام ؛ موضوعات في التعلم الحركي : (بغداد ، 2005) .
- ✻ قاسم المندلاوي (وآخرون) ؛ الاختبارات والقياس والتقويم في التربية الرياضية : (الموصل ، مطابع التعليم العالي ، 1990) .
- ✻ قيس ناجي وشامل كامل ؛ مبادئ الإحصاء في التربية الرياضية : (بغداد ، مطبعة التعليم العالي ، 1988) .
- ✻ قيس ناجي وبسطويسي احمد ؛ الاختبارات ومبادئ الإحصاء في المجال الرياضي : (بغداد ، مطبعة جامعة بغداد ، 1984) .
- ✻ كلين - ه - أيكسرون وفراش سكافس (ترجمة) فريق كموه (وآخرون) ؛ سلسلة الاكتشاف الرياضي الكرة الطائرة : (الموصل ، مطابع التعليم العالي ، 1990) .
- ✻ كامل طه لويس ؛ المهارات النفسية ، محاضرة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، 2005 .
- ✻ محمد احمد عبد الله ؛ تأثير برنامج التدريب العقلي على الأداء الدفاعي لحراس المرمى في هوكي الميدان : (المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية ، جامعة حلوان ، العدد التاسع والعشرين ، 1997) .

- ❖ محمد العربي شمعون و عبد النبي الجمال ؛ التدريب العقلي في التنس : (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1996) .
- ❖ محمد العربي شمعون ؛ علم النفس الرياضي والمقياس النفسي . ط 1 : (القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 1999) .
- ❖ محمد صبحي حسانين وحدي عبدا لمنعم ؛ الأسس العلمية لكرة الطائرة وطرق القياس : (القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 1997) .
- ❖ محمد صبحي حسانين ؛ القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية ج 1 ط 3 : (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1995) .
- ❖ محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان ؛ القياس في التربية الرياضية و علم النفس الرياضي . ط 1 : (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1979) .
- ❖ محمود عبد الفتاح ؛ سيكولوجية التربية البدنية والرياضية النظرية والتطبيق والتجريب : (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1995) .
- ❖ محمود بسيوني وباسم فاضل ؛ الأعداد النفسي للاعبين : (القاهرة ، دار الفكر للطباعة ، 1994) .
- ❖ مجاهد حميد رشيد ؛ انتقل اثر التعلم في الاكتساب والاحتفاظ بمهارتي الإرسال الساحق والضرب الساحق في الكرة الطائرة : (رسالة ماجستير ، جامعة ديالى ، كلية التربية الرياضية ، 2004) .
- ❖ مروان عبد المجيد ؛ الموسوعة العلمية لكرة الطائرة . ط 1 : (الأردن ، عمان ، مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع ، 2001) .
- ❖ مروان عبد المجيد ؛ أسس علم الحركة في المجال الرياضي . ط 1 : (الأردن ، عمان ، مؤسسة الوراق ، 2000)
- ❖ مصطفى باهي ؛ المعاملات العلمية بين النظرية والتطبيق : (القاهرة ، مركز الكتاب لنشر ، 1999) .
- ❖ مصطفى زيدان ؛ موسوعة تدريب كرة السلة . ط 1 : (القاهرة ، دار الفكر العربي للطباعة والنشر ، 1997) .

- ❖ نبيل محمود شاكر ؛ معالم الحركة الرياضية والنفسية والمعرفية. ط 1 : (ديالى ، مطبعة المتنبى ، 2007) .
- ❖ نوري إبراهيم الشوك و رافع صالح فتحي ؛ دليل الباحث لكتابة الأبحاث في التربية الرياضية : (بغداد ، مطبعة دار الشهد ، 2004) .
- ❖ وجيه محجوب ؛ البحث العلمي ومناهجه : (بغداد ، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر ، 2002) .
- ❖ وجيه محجوب ؛ علم الحركة - للتعلم الحركي . ج 1 : (الموصل ، جامعة الموصل ، 1985) .
- ❖ وديع ياسين التكريتي وحسن محمد عبد العبيدي ؛ التطبيقات الإحصائية واستخدامات الحاسوب في بحوث التربية الرياضية : (الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ، 1999) .
- ❖ ولهان حميد هادي (وآخرون) ؛ الكرة الطائرة وكرة الشاطئ : (بغداد ، مطبعة المستقبل ، 2006) .
- ❖ يعرب خيون ؛ التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق : (بغداد ، مكتب الصخرة للطباعة ، 2002) .

ثانيا : المصادر الأجنبية .

- * Alderman ,R .B Psychological Behaiovir Sport Landon . w : (Bsaundors Company . 1974) .
- * Hanna Ford , Carlo ,Smart Moves : Why Learning Is Not All In Your Head . VA : (Great Ocean Publishers , 1995)
- * Marion Y . L . A . Lecender : Akineiological Analvis of The Spike In Volley Ball Technical :(Joural-no, November ,1980).
- * Schmidt , A . Richard , Craig , Weisberg ; Motor Learning and Performance (Second Edition , Human Kinetics , 2000) .
- * Overby L.Y: A comparison of Novice and Experienced pincer Imagery Ability (Journal of mental Imagery ,NO.14, 1996) .
- * WWW. Mental Skills . htm 2007@ yahoo.Com .

الملاحق

ملحق (1)

بسم الله الرحمن الرحيم

استمارة استبانة لتثبيت فقرات مقياس التصور العقلي

الأستاذ الفاضل.....المحترم.

تحية طيبة

في النية إجراء البحث الموسوم "التصور العقلي وعلاقته بأداء بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة لدى للاعبي أندية النخبة " ولغرض تثبيت فقرات المقياس وبيان ملاءمة وعدم ملاءمة ومدى حاجتها إلى التعديل ، آذ تضمنت الاستبانة ثلاثة حقول (ملائمة ، غير ملائمة ، التعديلات المقترحة) .

نظرا لما تتمتعون به من خبرة ومكانة علمية في مجال تخصصكم راجين تفضلكم بتأشير كل فقرة من فقرات المقياس لبيان مدى ملاءمتها لقياس التصور العقلي للاعبي الكرة الطائرة علما إن المقياس من تصميم رينر مارتنز(1982) وقد أضاف كل من (فالي) و (ألتر) (1993) بعدين هما البعد الخامس والسادس وقام بترجمته للغة العربية محمد العربي شمعون وماجدة إسماعيل (1996) وتطبيقه على البيئة العربية ويحتوي المقياس على أربعة مواقف وستة أبعاد مع الشكر الوافر والتقدير.

طالب الماجستير

حسنين ناجي حسين

اسم الخبير :

اللقب العلمي :

الاختصاص :

مكان العمل :

التوقيع :

الموقف الأول : الممارسة الفردية

1- اختر مهارة واحدة معينة أو موقف معين في النشاط الرياضي :

(الإرسال ، استقبال الإرسال ، الإعداد ، الضرب الساحق ، حائط الصد ، الدفاع عن الملعب) .

2- تصور نفسك تؤدي هذه المهارة أو الموقف في المكان الذي تتدرب فيه عادة (صالة تدريب) مع عدم تواجد أي شيء آخر .

3- غلق العينين لمدة دقيقة تقريبا مع محاولة أن ترى نفسك في هذا المكان تستمع إلى الأصوات ، تشعر بجسمك أثناء أداء الحركة .

4- حاول أن تكون واعيا بحالتك العقلية والانفعالية .

5- حاول أن ترى نفسك من داخل جسمك .

قدر درجة التصور العقلي عن طريق وضع دائرة حول الرقم الذي يتفق مع ماتراه

ت	العبارات	ملائم	غير ملائم	التعديلات المقترحة
1-	كيف رأيت نفسك وأنت تؤدي المهارة المطلوبة ؟			
2-	كيف رأيت نفسك تستمع للأصوات المصاحبة للأداء ؟			
3-	كيف تشعر بجسمك أثناء أداء المهارة المطلوبة ؟			
4-	ما درجة الوعي بالحالة الانفعالية المصاحبة ؟			

م	العبارات	ملائم	غير ملائم	التعديلات المقترحة
5-	إلى أي مدى يمكن التحكم في الصورة ؟			

م	العبارات	ملائم	غير ملائم	التعديلات المقترحة
6-	هل يمكن رؤية الصورة من داخلك؟			

الموقف الثاني : الممارسة مع الآخرين

- 1- التصور العقلي لنفس المهارة السابقة أو الموقف ولكن في وجود كل من المدرب وحضور أعضاء الفريق .
 - 2- التصور العقلي لأداء خطأ أمكن ملاحظته من الجميع .
 - 3- غلق العينين لمدة دقيقة تقريبا .
 - 4- التصور العقلي للأداء الخاطئ بأقصى درجة من الوضوح قدر الإمكان .
 - 5- حاول أن ترى الصورة من داخل جسمك .
- قدر درجة وضوح التصور العقلي عن طريق وضع دائرة حول الرقم الذي يتفق مع ما تراه

م	العبارات	ملائم	غير ملائم	التعديلات المقترحة
1-	كيف رأيت نفسك في هذا الموقف ؟			
2-	كيف رأيت نفسك في هذا الموقف ؟			
3-	كيفية الإحساس الحركي بالأداء في هذا الموقف ؟			
4-	كيف تشعر بالحالات الانفعالية في هذا الموقف ؟			
م	العبارات	ملائم	غير ملائم	التعديلات المقترحة

	ملائم		
			5- إلى أي مدى يمكن التحكم في الصورة في هذا الموقف ؟

م	العبارات	ملائم	غير ملائم	التعديلات المقترحة
6-	هل يمكن رؤية الصورة من داخلك؟			

الموقف الثالث : مشاهدة الزميل

- 1- التفكير في زميل أو احد اللاعبين يؤدي مهارة أو موقف معين في منافسة .
- 2- غلق العينين لمدة دقيقة تقريبا .
- 3- التصور العقلي للموقف بوضوح وواقعية قدر الإمكان أثناء الأداء الناجح في جزء هام من المنافسة.

قدر درجة وضوح التصور العقلي عن طريق وضع دائرة حول الرقم الذي يتفق مع ما تراه

م	العبارات	ملائم	غير ملائم	التعديلات المقترحة
1-	كيف رأيت زميلك في هذا الموقف ؟			
2-	كيف رأيت نفسك تسمع الأصوات في هذا الموقف ؟			
3-	كيف شعرت بجسمك أو حركاتك في هذا الموقف ؟			
4-	كيف تشعر بالحالات الانفعالية في هذا الموقف ؟			

م	العبارات	ملائم	غير ملائم	التعديلات المقترحة

			5- إلى أي مدى يمكن التحكم في الصورة في هذا الموقف؟
--	--	--	--

م	العبارات	ملائم	غير ملائم	التعديلات المقترحة
6-	هل يمكن رؤية الصورة من داخلك؟			

الموقف الرابع : الأداء في المنافسة

- 1- التصور العقلي لأداء نفس المهارة أو الموقف السابق في أحد المنافسات .
- 2- التصور العقلي للأداء الناجح والفائق مع تصور التشجيع الايجابي لأعضاء الفريق والجمهور .
- 3- غلق العينين لمدة دقيقة تقريبا .
- 4- التصور العقلي في أقصى درجة من الوضوح قدر الإمكان .

قدر درجة وضوح التصور العقلي عن طريق وضع دائرة حول الرقم الذي يتفق مع ماتراه

م	العبارات	ملائم	غير ملائم	التعديلات المقترحة

			1- كيف رأيت نفسك في موقف المنافسة ؟
			2- كيف استمعت إلى الأصوات في موقف المنافسة ؟
			3- كيف شعرت بالأداء الناجح في المنافسة ؟
			4- كيف تشعر بالانفعالات في هذا الموقف ؟

م.	العبارات	ملائم	غير ملائم	التعديلات المقترحة
5-	إلى أي مدى يمكن التحكم في الصورة ؟			

م	العبارات	ملائم	غير ملائم	التعديلات المقترحة
6-	هل يمكن رؤية الصورة من داخلك؟			

مفتاح التصحيح للاختبار:

يتم تقدير الدرجات في هذا المقياس وفقا لما يلي :

أولا : جمع الدرجات التي تم الحصول عليها في العبارة رقم (1) في المواقف الأربعة لتمثل التصور البصري.

ثانيا : جمع الدرجات التي تم الحصول عليها في العبارة رقم (2) في المواقف الأربعة لتمثل التصور السمعي .

ثالثا : جمع الدرجات التي تم الحصول عليها في العبارة رقم (3) في المواقف الأربعة لتمثل الإحساس الحركي.

رابعا : جمع الدرجات التي تم الحصول عليها في العبارة رقم (4) في المواقف الأربعة لتمثل الحالة الانفعالية المصاحبة .

خامسا : جمع الدرجات التي تم الحصول عليها في العبارة رقم (5) في المواقف الأربعة لتمثل القدرة على التحكم في التصور العقلي .

سادسا : الاستجابة (نعم) على العبارة رقم (6) في المواقف الأربعة تحدد التصور العقلي من منظور داخلي ، والاستجابات (لا) تحدد التصور العقلي من منظور خارجي .
تقدير المستوى :

يتم التقدير لمستوى التصور العقلي في كل بعد على حدة وفقا لما يلي :

1	ممتاز	20 - 18
2	جيد	17 - 15
3	متوسط	14 - 12
4	ضعيف	11 - 8
5	ضعيف جدا	7 - 4

ملحق (2)

بسم الله الرحمن الرحيم

مقياس التصور العقلي بالصورة النهائية

تحية طيبة

يروم الباحث إجراء البحث الموسوم (التصور العقلي وعلاقته بأداء المهارات الأساسية بالكرة الطائرة لدى للاعبي أندية النخبة) وهو بحث مسحي وجزء من متطلبات نيل شهادة الماجستير في التربية الرياضية ، يرجى من حضاراتكم الإجابة على المقياس الموضحة فقراته لاحقاً ولكم الشكر الجزيل والتقدير .

الباحث

حسنين ناجي حسين

اسم اللاعب:

اسم النادي:

التوقيع:

قبل البدء في تطبيق هذا المقياس تذكر إن :

التصور العقلي أكثر من مجرد الرؤية بعيون العقل .

يتطلب التصور العقلي استخدام العديد من الحواس مثل :

السمع، اللمس ، الشم ، و التذوق هذا بالإضافة إلى معايشة الحالة الانفعالية المصاحبة

ويشتمل هذا المقياس على أربعة مواقف رياضية هي :

- 1- الممارسة الفردية .
- 2- مشاهدة الزميل .
- 3- اللعب مع الآخرين .
- 4- الأداء في المنافسة .

وتتم الاستجابة لكل موقف عن طريق الإبعاد الخمسة الآتية :

- 1- التصور البصري .
- 2- التصور السمعي .
- 3- الإحساس الحركي .
- 4- الحالة الانفعالية المصاحبة .
- 5- التحكم في الصورة .

تعليمات عامة :

- 1- التصور العقلي لهذه المواقف الرياضية أو المهارات المحددة فقط .
 - 2- التصور العقلي بأدق التفاصيل حتى يمكن الوصول إلى الصورة الحقيقية بقدر المستطاع .
 - 3- استخدام التصور العقلي في الوصول إلى أقصى درجة من الوضوح والنقاء .
- تعليمات خاصة بالموقف :

- 1- التفكير في الموقف الرياضي المحدد .
- 2- التفكير في مكان وتوقيت حدوث الموقف الرياضي.
- 3- غلق العينين مع التنفس العميق عدة مرات للوصول إلى أقصى مدى ممكن من

الاسترخاء.

- 4- عزل جميع الأفكار الأخرى جانبا .
 - 5- الاحتفاظ بغلق العينين للوصول إلى أقصى درجة من وضوح التصور العقلي .
- ستجد عدداً من العبارات المرتبطة بالتصور العقلي في كل موقف من المواقف الأربعة وفي الإبعاد الخمسة أيضا .

أقرأ كل عبارة بعناية ثم قرر :

- الاستجابة بطريقة مباشرة معبرة عن درجة التصور العقلي والشخصي .
- هناك مستويات للاستجابة لكل عبارة .

ويجب مراعاة النقاط الآتية :

- ليست هناك تصورات صحيحة وأخرى خاطئة .
- الاستجابة وفقا لما ينطبق مع تصورك .
- رجاء الإجابة على جميع العبارات في كل موقف .
- إن جميع المعلومات التي ستقوم بالإجابة عليها هي معلومات سرية تخص الباحث فقط .
- المطلوب عند الإجابة وضع علامة (√) في المكان الذي ينطبق مع درجة تصورك العقلي.

الموقف الأول : الممارسة الفردية

1- اختر مهارة واحدة معينة أو موقف معين في النشاط الرياضي :

(الإرسال ، الإعداد ، الضرب الساحق ، حائط الصد).

2- تصور نفسك تؤدي هذه المهارة أو الموقف في المكان الذي تتدرب فيه عادة (صالة

تدريب) مع عدم تواجد أي شيء آخر .

3- غلق العينين لمدة دقيقة تقريبا مع محاولة أن ترى نفسك في هذا المكان تستمع إلى

الأصوات ، تشعر بجسمك أثناء أداء الحركة .

4- حاول أن تكون واعيا بحالتك العقلية والانفعالية .

5- حاول أن ترى نفسك من داخل جسمك .

قدر درجة التصور العقلي عن طريق وضع دائرة حول الرقم الذي يتفق مع ماتراه

م	العبارات	عدم	صورة	صورة	صورة	صورة
---	----------	-----	------	------	------	------

واضحة تماما	واضحة	متوسطة الوضوح	غير واضحة	وجود صورة		
					كيف رأيت نفسك تؤدي المهارة المطلوبة؟	1-
					كيف رأيت نفسك تستمع للأصوات المصاحبة للأداء؟	2-
					كيف تشعر بجسمك أثناء أداء المهارة المطلوبة؟	3-
					ما درجة الوعي بالحالة الانفعالية المصاحبة؟	4-

تحكم كامل	تحكم فوق المتوسط	تحكم متوسط	صعوبة التحكم	عدم التحكم	العبارات	م
					إلى أي مدى يمكن التحكم في الصورة .	5-

الموقف الثاني : الممارسة مع الآخرين

1- التصور العقلي لنفس المهارة السابقة أو الموقف ولكن في وجود كل من المدرب وحضور أعضاء الفريق .

2- التصور العقلي لأداء خطأ أمكن ملاحظته من الجميع .

3- غلق العينين لمدة دقيقة تقريبا .

4- التصور العقلي للأداء الخاطئ بأقصى درجة من الوضوح قدر الإمكان .

5- حاول أن ترى الصورة من داخل جسمك .

قدر درجة وضوح التصور العقلي عن طريق وضع دائرة حول الرقم الذي يتفق مع ما تراه

م	العبارات	عدم وجود صورة	صورة غير واضحة	صورة متوسطة الوضوح	صورة واضحة	صورة واضحة تماما
1-	كيف رأيت نفسك في هذا الموقف؟					
2-	كيف رأيت نفسك في هذا الموقف؟					
3-	كيفية الإحساس الحركي بالأداء في هذا الموقف؟					
4-	كيف تشعر بالحالات الانفعالية في هذا الموقف؟					

م	العبارات	عدم التحكم	صعوبة التحكم	تحكم متوسط	تحكم فوق المتوسط	تحكم كامل
5-	إلى أي مدى يمكن التحكم في الصورة في هذا الموقف .					

الموقف الثالث : مشاهدة الزميل

- 1- التفكير في زميل أو احد اللاعبين يؤدي مهارة أو موقف معين في منافسة .
- 2- غلق العينين لمدة دقيقة تقريبا .
- 3- التصور العقلي للموقف بوضوح وواقعية قدر الإمكان أثناء الأداء الناجح في جزء هام من المنافسة.

قدر درجة وضوح التصور العقلي عن طريق وضع دائرة حول الرقم الذي يتفق مع ما تراه

م	العبارات	عدم وجود صورة	صورة غير واضحة	صورة متوسطة الوضوح	صورة واضحة	صورة واضحة تماما

تماما		الوضوح	واضحة	صورة		
					كيف رأيت زميلك في هذا الموقف؟	1-
					كيف رأيت نفسك تسمع الأصوات في هذا الموقف؟	2-
					كيف شعرت بجسمك أو حركاتك في هذا الموقف؟	3-
					كيف تشعر بالحالات الانفعالية في هذا الموقف؟	4-

تحكم كامل	تحكم فوق المتوسط	تحكم متوسط	صعوبة التحكم	عدم التحكم	العبارات	م
					إلى أي مدى يمكن التحكم في الصورة في هذا الموقف .	5-

الموقف الرابع : الأداء في المنافسة

- 1- التصور العقلي لأداء نفس المهارة أو الموقف السابق في أحد المنافسات .
- 2- التصور العقلي للأداء الناجح والفائق مع تصور التشجيع الإيجابي لأعضاء الفريق والجمهور .
- 3- غلق العينين لمدة دقيقة تقريبا .
- 4- التصور العقلي في أقصى درجة من الوضوح قدر الإمكان .

قدر درجة وضوح التصور العقلي عن طريق وضع دائرة حول الرقم الذي يتفق مع ما تراه

صورة واضحة	صورة واضحة	صورة متوسطة	صورة غير واضحة	عدم وجود	العبارات	م

تماما		الوضوح	واضحة	صورة		
					كيف رأيت نفسك في موقف المنافسة؟	1-
					كيف استمعت إلى الأصوات في موقف المنافسة؟	2-
					كيف شعرت بالأداء الناجح في المنافسة؟	3-
					كيف تشعر بالانفعالات في هذا الموقف؟	4-

تحكم كامل	تحكم فوق المتوسط	تحكم متوسط	صعوبة التحكم	عدم التحكم	العبارات	م
					إلى أي مدى يمكن التحكم في الصورة .	5-

ملحق (3)

بسم الله الرحمن الرحيم

استمارة استنبانه لتحديد المهارات الأساسية في لعبة الكرة الطائرة

الأستاذ الفاضل المحترم .

تحية طيبة

في النية إجراء البحث الموسوم التصور العقلي وعلاقته بأداء بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة لدى لاعبي أندية النخبة وهو بحث مسحي على لاعبي أندية النخبة وجزء من متطلبات نيل درجة الماجستير في التربية الرياضية ، نظرا لما تتمتعون به من خبرة ومكانة علمية في مجال تخصصكم راجين تحديد المهارات الأساسية التي تصلح لأجراء البحث مع الشكر والامتنان.

ملاحظة

* يتم التحديد بوضع علامة (√) أمام المهارة .

* يرجى أبداء أي ملاحظة ترونها مناسبة تخدم الباحث والبحث .

طالب الماجستير

حسنين ناجي حسين

اسم الخبير :

اللقب العلمي :

الاختصاص :

مكان العمل :

التوقيع :

ت	المهارات الأساسية	تصلح	لا تصلح	الملاحظات
---	-------------------	------	---------	-----------

			الإرسال	1
			استقبال الإرسال	2
			الأعداد	3
			الضرب الساحق	4
			حائط الصد	5
			الدفاع عن الملعب	6

ملحق (4)

بسم الله الرحمن الرحيم

استمارة استبانة لتحديد أنواع بعض المهارات الأساسية

في لعبة الكرة الطائرة

الأستاذ الفاضل المحترم .

تحية طيبة

في النية إجراء البحث الموسوم التصور العقلي وعلاقته بأداء بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة لدى لاعبي أندية النخبة وهو بحث مسحي على لاعبي أندية النخبة وجزء من متطلبات نيل درجة الماجستير في التربية الرياضية ، نظرا لما تتمتعون به من خبرة ومكانة علمية في مجال تخصصكم راجين تحديد أنواع بعض المهارات الأساسية التي تصلح لأجراء البحث مع الشكر والامتنان .

ملاحظة

* يتم التحديد بوضع علامة (√) أمام نوع المهارة .

* يرجى إضافة أي نوع من أنواع المهارات الأساسية لم يتم ذكره وترونيه مناسباً من وجهة نظركم .

طالب الماجستير

حسنين ناجي حسين

اسم الخبير :

اللقب العلمي :

الاختصاص :

مكان العمل :

التوقيع :

ت	المهارات	ت	أنواع المهارات	تصلح	لا تصلح	الملاحظات
1	الإرسال	1	الإرسال من الأسفل المواجه الأمامي .			
2		2	الإرسال من الأسفل الجانبي			

			الإرسال المواجه من الأعلى (التنس).	3		
			الإرسال المتموج .	4		
			الإرسال الجانبي الخطافي	5		
			الإرسال الساق .	6		
			استقبال الإرسال بالذراعين من الأسفل والأعلى .	1	استقبال الإرسال	2
			الضرب الساق القطري	1	الضرب الساق	3
			الضرب الساق المواجه المستقيم الأمامي .	2		
			الضرب الساق القطري والمستقيم .	3		
			حائط الصد بلاعب واحد	1	حائط الصد	4
			حائط الصد بلاعبين	2		
			حائط الصد بثلاثة لاعبين	3		

ملحق (5)

بسم الله الرحمن الرحيم

استمارة استبانة لترشيح الاختبارات الخاصة بأنواع بعض المهارات الأساسية في لعبة الكرة الطائرة

الأستاذ الفاضل المحترم .

تحية طيبة

في النية إجراء البحث الموسوم التصور العقلي وعلاقته بأداء بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة لدى لاعبي أندية النخبة وهو بحث مسحي على لاعبي أندية النخبة وجزء من متطلبات نيل درجة الماجستير في التربية الرياضية ، نظرا لما تتمتعون به من خبرة ومكانة علمية في مجال تخصصكم راجين ترشيح الاختبارات الخاصة بأنواع بعض المهارات الأساسية المحددة مع الشكر والامتنان .

ملاحظة

* يتم التحديد بوضع علامة (√) أمام الاختبار.

* يرجى إضافة أي اختبار للمهارات الأساسية لم يتم ذكره وترونيه مناسباً .

طالب الماجستير

حسنين ناجي حسين

اسم الخبير :

اللقب العلمي :

الاختصاص :

مكان العمل :

التوقيع :

ت	أنواع المهارات	ت	اسم الاختبار	تصلح	لاتصلح	الملاحظات
---	----------------	---	--------------	------	--------	-----------

			1 اختبار دقة الإرسال لمناطق محددة .	الإرسال	1
			2 اختبار دقة الإرسال الطويل .	المتزوج	
			3 اختبار دقة الإرسال للمناطق الصعبة .		
			4 اختبار دقة الإرسال القصير .		
			1 اختبار دقة الاستقبال من الكرات المرمية	استقبال	2
			2 اختبار دقة الاستقبال من الإرسال .	الإرسال	
			3 اختبار استقبال الإرسال (1) .	بالذراعين من	
			4 اختبار استقبال الإرسال (2) .	الأسفل والأعلى	
			1 اختبار دقة الضرب الساحق القطري .	الضرب	3
			2 اختبار دقة الضرب الساحق من مركز (4) نحو مركز (5) .	الساحق	
			3 اختبار دقة الضرب الساحق من مركز (3) نحو مركز (5) .		
			1 اختبار صد الضرب الساحق .	حائط الصد	4
			2 اختبار حائط الصد الزوجي من مركز (2) .		
			3 اختبار حائط الصد الزوجي من مركز (3) .		
			4 اختبار حائط الصد الزوجي من مركز (4) .		

ملحق (6)

يمثل أسماء الأساتذة الذين أجرى الباحث معهم المقابلات الشخصية

ت	الاسم	اللقب العلمي	الاختصاص	مكان العمل
1	عامر جبار السعدي	أستاذ دكتور	الكرة الطائرة	كلية التربية الرياضية جامعة بغداد
2	نوري إبراهيم الشوك	أستاذ دكتور	اختبارات وقياس الكرة الطائرة	كلية التربية الرياضية جامعة بغداد
3	سامي مهدي العزاوي	أستاذ مساعد دكتور	علم النفس التربوي	مركز أبحاث الطفولة
4	فرات عبد الجبار	أستاذ مساعد دكتور	التعلم الحركي - كرة القدم	كلية التربية الرياضية جامعة ديالى
5	محمد كاظم	مدرس دكتور	فلسفة التدريب - الكرة الطائرة	كلية التربية الرياضية جامعة بغداد
6	ثائر رشيد مطر	مدرس مساعد	الكرة الطائرة	كلية التربية الرياضية جامعة ديالى
7	رياض عبد الجبار	مدرس مساعد	الكرة الطائرة	الجامعة التكنولوجية الوحدة الرياضية

ملحق (7)
أسماء السادة الخبراء

مكان العمل	الاختصاص	اللقب العلمي	الاسم	ت
كلية التربية الرياضية جامعة بغداد	علم النفس الرياضي	أستاذ دكتور	حازم علوان	1
كلية التربية الرياضية جامعة بغداد	علم النفس الرياضي	أستاذ دكتور	محمد جسام عرب	2
كلية التربية الرياضية جامعة ديالى	علم النفس الرياضي	أستاذ مساعد دكتور	احمد رمضان احمد	3
مركز أبحاث الطفولة	علم النفس التربوي	أستاذ مساعد دكتور	سامي مهدي العزاوي	4
كلية التربية الرياضية جامعة ديالى	علم النفس الرياضي	أستاذ مساعد دكتور	عكلة سليمان الحوري	5

أسماء السادة الخبراء

مكان العمل	الاختصاص	اللقب العلمي	الاسم	ت
كلية التربية الرياضية جامعة بغداد	الكرة الطائرة	أستاذ دكتور	عامر جبار السعدي	1
كلية التربية الرياضية جامعة بغداد	اختبارات وقياس الكرة الطائرة	أستاذ دكتور	نوري إبراهيم الشوك	2
كلية التربية الرياضية جامعة بغداد	الكرة الطائرة	أستاذ مساعد دكتور	رياض خليل	3
كلية التربية الرياضية جامعة ديالى	الكرة الطائرة	مدرس دكتور	أسماء حكمت	4
كلية التربية الرياضية جامعة بغداد	الكرة الطائرة	مدرس دكتور	سعد حماد الجميل	5
كلية التربية الرياضية جامعة بغداد	فلسجة التدريب - الكرة الطائرة	مدرس دكتور	محمد كاظم	6
كلية التربية الرياضية جامعة بغداد	الكرة الطائرة/ مدرب المنتخب الوطني للمعوقين	مدرس مساعد	حسين سبهان	7

أسماء السادة الخبراء

مكان العمل	الاختصاص	اللقب العلمي	الاسم	ت
كلية التربية الرياضية جامعة بغداد	اختبارات وقياس الكرة الطائرة	أستاذ دكتور	ثريا نجم	1
كلية التربية الرياضية جامعة بغداد	الكرة الطائرة	أستاذ دكتور	عامر جبار السعدي	2
كلية التربية الرياضية جامعة بغداد	اختبارات وقياس الكرة الطائرة	أستاذ دكتور	نوري إبراهيم الشوك	3
كلية التربية الرياضية جامعة بغداد	الكرة الطائرة	أستاذ مساعد دكتور	رياض خليل	4
كلية التربية الرياضية جامعة بغداد	الكرة الطائرة	مدرس دكتور	أسماء حكمت	5
كلية التربية الرياضية جامعة بغداد	الكرة الطائرة	مدرس دكتور	سعد حماد الجميلي	6
كلية التربية الرياضية جامعة بغداد	فلسجة التدريب - الكرة الطائرة	مدرس دكتور	محمد كاظم	7
كلية التربية الرياضية جامعة بغداد	الكرة الطائرة/ مدرب المنتخب الوطني للمعوقين	مدرس مساعد	حسين سبهان	8

ملحق (10)

الاختبارات المهارية المستخدمة

الاختبار الأول :

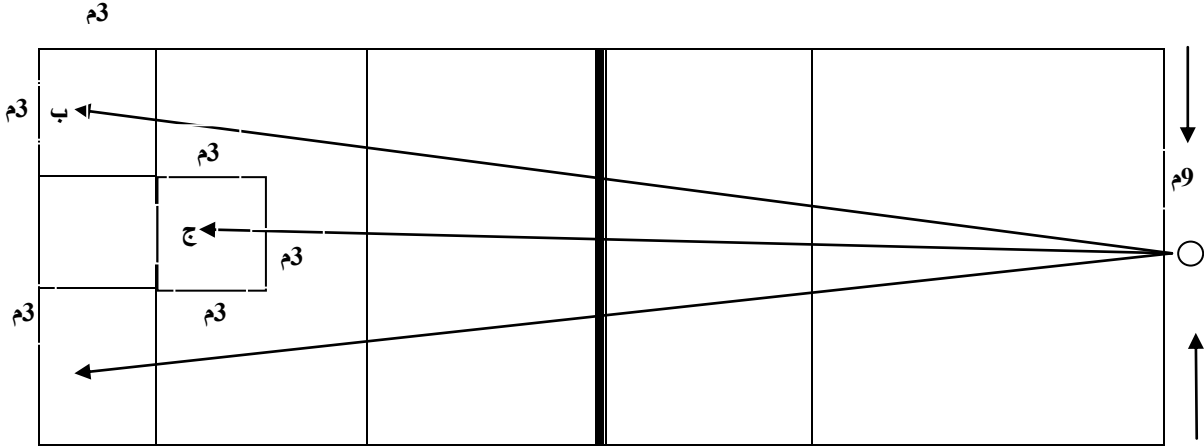
عنوان الاختبار: دقة الإرسال لمناطق صعبة محددة (1).

الغرض من الاختبار:

قياس دقة الإرسال لمناطق صعبة محددة .

الأدوات :

ملعب الكرة الطائرة ، 30 كرة طائرة ، يقسم الملعب كما هو موضح بالشكل (6) :



الشكل (6)

يوضح دقة الإرسال لمناطق صعبة محددة

مواصفات الأداء :

يقوم المختبر بالإرسال خمس محاولات لكل منطقة من المناطق الثلاث المحددة ، أي خمسة إرسالات إلى المنطقة (أ) وخمسة إرسالات إلى المنطقة (ب) وخمسة إرسالات إلى المنطقة (ج) (*) وتحسب فقط المحاولات الصحيحة التي تسقط فيها الكرة داخل المناطق المحددة .

التسجيل :

(4) نقاط لكل إرسال صحيح تسقط فيه الكرة داخل المنطقة المحددة.

(H) محمد صبحي حسنين وحمدى عبد المنعم ؛ مصدر سبق ذكره ، ص 211 = 212 .

الاختبار الثاني :

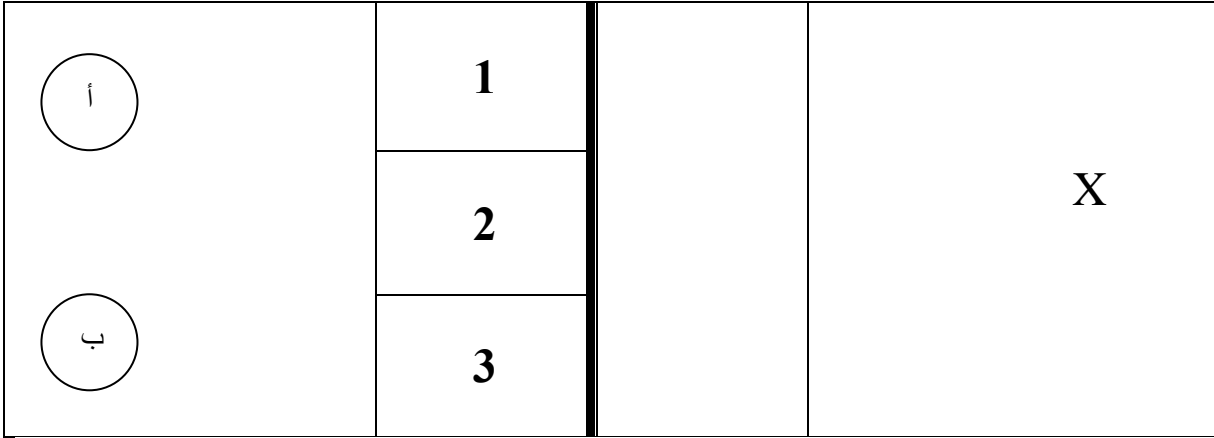
عنوان الاختبار : اختبار مهارة استقبال الإرسال (2) . (1)

الغرض من الاختبار:

قياس مهارة اللاعب في استقبال الإرسال

الأدوات :

1. ملعب الكرة الطائرة وشبكة بارتفاع قانوني للرجال .
2. تُرسم دائرتان (أ ، ب) في ركني الملعب بحيث تكون المسافة بين مركز الدائرة وخط الجانب (1.5) متر في حين تكون المسافة بين مركزها وخط النهاية (3) متر .
3. تقسم منطقة الهجوم إلى ثلاث مناطق متساوية (1 ، 2 ، 3) وبمسافة (3 * 3) متر لكل منطقة .
4. توضع علامة (x) في نصف الملعب المقابل على بعد (3) أمتار من خط النهاية و(4.5) متر من خط الجانب كما مبين في الشكل (7) .



الشكل (7)

يوضح قياس مهارة اللاعب في استقبال الإرسال

(*تم إجراء بعض التعديلات على اختبار مهارة الإرسال في المنطقة (ج) لم تكن محددة تم تحديدها بمسافة (3 * 3) متر ، وعدد المحاولات البالغة (10) محاولات إلى كل منطقة لتصبح (5) محاولات لكل منطقة لصعوبة المهارة .

(1) محمد صبحي حسنين وحمدى عبد المنعم ؛ مصدر سبق ذكره ، ص 243 - 245

مواصفات الأداء :

يقف المختبر داخل الدائرة (أ) وهو مواجه للشبكة وعلى المدرب إرسال الكرة إليه وهو في هذا المكان ليقوم باستقبالها ويوجهها إلى داخل المنطقة (1) ثلاث كرات مرسلة ،

وهكذا الأمر في ثلاث كرات تالية بحيث توجه إلى المنطقة (2) ، وكذلك ثلاث كرات التالية بحيث توجه إلى المنطقة (3) ، ويكرر نفس العمل وبنفس عدد المحاولات من الدائرة (ب)

الشروط :

1. لكل مختبر (9) محاولات من الدائرة (أ) و (9) محاولات من الدائرة (ب) .
2. يستخدم في جميع المحاولات الاستقبال من الأسفل والأعلى باليدين .
3. تلغى المحاولات التي يتم إرسال الكرة فيها من المدرب إلى المختبر بطريقة غير مناسبة أو خارج الدائرة التي يقف فيها المختبر .
4. يجب الالتزام بتسلسل المحاولات بحيث تكون (*):

1 - من الدائرة (أ)

- * ثلاث محاولات للمنطقة (1) .
- * ثلاث محاولات للمنطقة (2) .
- * ثلاث محاولات للمنطقة (3) .

2 - من الدائرة (ب)

- * ثلاث محاولات للمنطقة (1) .
- * ثلاث محاولات للمنطقة (2) .
- * ثلاث محاولات للمنطقة (3) .

(*تم إجراء بعض التعديلات على اختبار مهارة استقبال الإرسال في عدد المحاولات البالغة (15) محاولة من الدائرة (أ)

و (15) محاولة من الدائرة (ب) لتصبح (9) محاولة من الدائرة (أ) و (9) محاولة من الدائرة (ب)

التسجيل :

يسجل للمختبر مجموع النقاط التي يحصل عليها من المحاولات (18) الممنوحة له

(9) محاولات من كل دائرة وذلك وفقا للأسلوب الآتي :

- سقوط الكرة داخل المنطقة المحددة يمنح المختبر (ثلاث درجات) .
- سقوط الكرة خارج المنطقة وداخل المنطقة المجاورة يمنح المختبر (درجة واحدة) .
- وبذلك يكون عدد المحاولات لكل مختبر (18) محاولة .

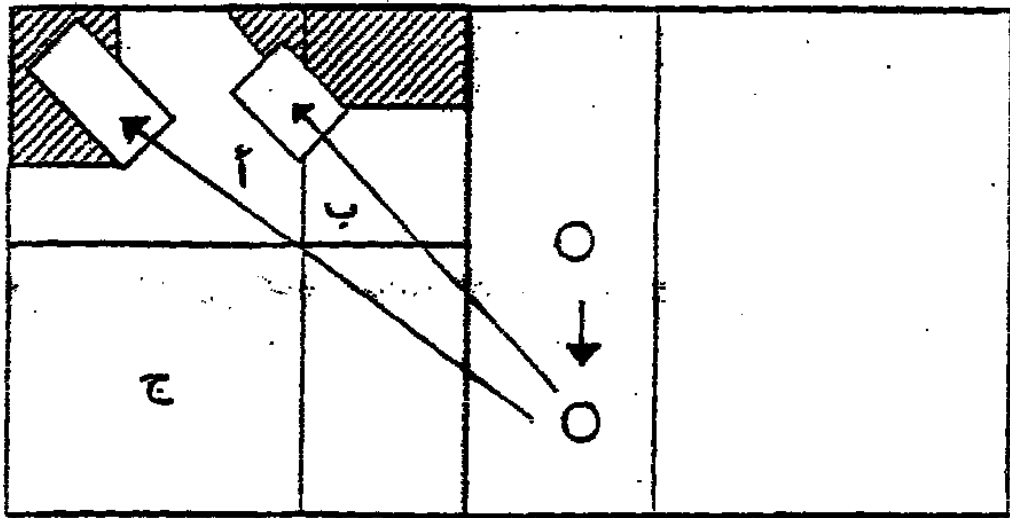
الاختبار الثالث :

عنوان الاختبار : اختبار مهارة الضرب الساحق .

الغرض من الاختبار : اختبار دقة الضرب الساحق في الاتجاه القطري .

الأدوات :

30 كرة طائرة ، ملعب كرة الطائرة ، مرتبتان توضع أحدهما في ركن الملعب بحيث تكون زاويتها الداخليتين على بعد (5) سم من خطي الجانب والنهائية ، وتوضع الأخرى كما هو موضح في الشكل (8)



الشكل (8)

اختبار دقة الضرب الساحق في الاتجاه القطري

مواصفات الأداء :

يقوم المختبر بالضرب الساحق من مركز (4) ، بحيث يقوم المدرب بالتمرير pass له من مركز (3) باستخدام التمرير الطويل القطري Lange Diagonal ، على المختبر أداء (*) (5) محاولات بالضرب الساحق على المرتبة الخلفية . ثم (5) محاولات أخرى على

المرتبة الأمامية ، يحسب للمختبر المحاولات الصحيحة المخصصة له وفقا لقواعد التسجيل .

التسجيل :

- (4) نقاط لكل ضربة ساحقة صحيحة تسقط فيها الكرة على المرتبة .
- (3) نقاط لكل ضربة ساحقة صحيحة تسقط فيها الكرة في المنطقة المخططة .
- نقطتان لكل ضربة ساحقة صحيحة تسقط فيها الكرة في المنطقة (أ ، ب) .
- نقطة لكل ضربة ساحقة صحيحة تسقط فيها الكرة في المنطقة (ج) .
- صفر لكل ضربة ساحقة تسقط فيها الكرة خارج المناطق المحددة والملعب .

الاختبار الرابع :

عنوان الاختبار : اختبار مهارة حائط الصد (1) .

الغرض من الاختبار :

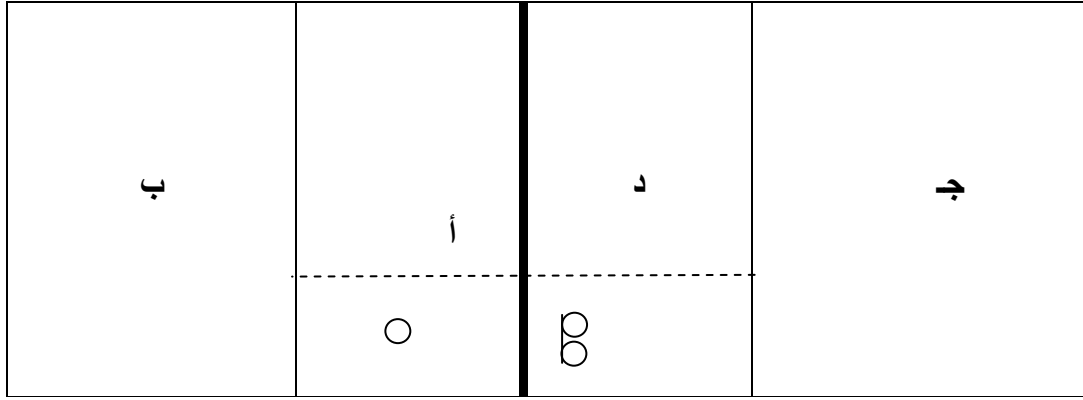
قياس دقة مهارة حائط الصد الزوجي من مركز (4) .

الأدوات :

ملعب كرة طائرة مقسم كما في الشكل (4) ، شريط لتخطيط الأهداف ، شريط قياس ،

(10) كرات طائرة . شكل (9)

(*) تم إجراء بعض التعديلات على اختبار مهارة الضرب الساحق في عدد المحاولات البالغة (15) ضربة ساحقة على المرتبة الخلفية و (15) ضربة ساحقة على المرتبة الأمامية لتصبح (5) ضربات ساحقة على المرتبة الخلفية و (5) ضربات ساحقة على المرتبة الأمامية وذلك لصعوبة المهارة .



الشكل (9)

دقة مهارة حائط الصد الزوجي من مركز (4)

مواصفات الأداء :

يقوم المدرب بالضرب الساحق ويقوم المختبر بأداء الصد .

شروط التسجيل :

- (4) نقاط لكل محاولة داخل المنطقة (أ) .
- (3) نقاط لكل محاولة داخل المنطقة (ب) .
- (2) نقاط لكل محاولة داخل المنطقة (ج) .
- (صفر) عند سقوط الكرة خارج هذه المناطق .
- عند سقوط الكرة على خط مشترك بين منطقتين تحسب درجة المنطقة الأعلى .
- تلغى المحاولة في حالة ارتكاب المختبر خطأ قانوني .

ملحق (11)
فريق العمل المساعد

مكان العمل	الاسم	ت
ماجستير تربية رياضية - جامعة صلاح الدين (اربيل)	بسيم بريس يونس	1
ماجستير تربية رياضية - كلية التربية الرياضية - جامعة ديالى	شهباء احمد الغزاوي	2
ماجستير تربية رياضية - كلية التربية الرياضية - جامعة ديالى	مجاهد حميد رشيد	3
طالب ماجستير - كلية التربية الرياضية - جامعة ديالى	عبد الكريم محمود عبد الله	4
طالب ماجستير - كلية التربية الرياضية - جامعة ديالى	محمد وليد شهاب	5

*Ministry Of Higher
Education And Scientific Research
Diyala University
College of sport education*



**The Mental Imagination and its Relation With
The Performance Of Some Basic Skills Of
Volleyball For the Players Of Elite Clubs**

**A Thesis submitted to
The Council of the College of physical Education as a
Partial Requirement for fulfilling the Degree of Master in
Physical Education**

By

Hassanain Naji Hussein

Supervised By

**Prof . Nabeel Mahmood Shaker(Ph . D)
Assist . Prof . Walhan Hameed Hadi (A .Ph . D)**

Abstract

The Mental Imagination and its Relation With The Performance Of Some Basic Skills Of Volleyball For the Players Of Elite Clubs

**By
Hassanain Naji Hussein**

**Supervised By
Prof . Nabeel Mahmood Shaker(Ph . D)
Assist . Prof . Walhan Hameed Hadi (A .Ph . D)**

The current study includes five chapters :

Chapter One :Introduction

The Introduction and Value of the study

This chapter deals With the introduction and Value of the study . It deals with the study of the mental imagination (MI) and some of the basic Skills for the players of elite clubs of Volleyball and with the investigation of the relation of the MI with the performance of the skills under study .This can be properly used to fulfill a better performance which in turn contributes the victory .

The Problem of the Study is the lack of the relation between MI with Sp. MI can be characterized by improving the performance of the player in addition to physical and psychological factors and other factors which play a respective role in improving the performance of volleyball players . It can be noted that the majority of previous studies did not tackle this phenomenon according to the best Knowledge of the researcher .

Aims of the Study

The study aims at :

- 1 . Measuring the MI and SP for elite clubs players .
- 2 . Pointing out the relation MI and SP with the performance of basic skill of Volleyball as the sample of the study.
- 3 . Finding the differences between the scores of the clubs and the study in the fiend of MI and performing some basic skills .

Hypotheses :

- 1 . there is a statistically significant relation between the measuring of MI and performing some basic skills of volleyball.
- 2 . There are hypothetical differences between the scores of the clubs in relation to MI and performing some basic skills in volleyball

Limits of the study :

- 1 . Human field : The players of the elite clubs in Iraq in volleyball for 2005 – 2006 .
- 2 . Time field : The period from 5 / 6 / 2006 up to 4/6/ 2007
- 3 . Place field : Chest fields of the clubs .

Chapter Two :

Theoretical Background and Previous Studies

This chapter includes several sections ; the types , principles , benefits and kinds of MI , the sense and its kinds , the psychological field and the basic skills of volleyball ,MI and its relationship with skill performance the concept of sending with how to receive it , the whelming kick , retreat in volleyball in addition to previous studies which have great link with the current study .

Chapter Three "Procedures"

This chapter deals with the procedures of the study, the sample, instruments used, limiting the scale of MI and building the test. Besides. It also deals with the experiment, the results and the statistical means.

Chapter four:

"The Findings, Analysis and Discussion"

This chapter shows the mathematical means and scale biases of the sample in relation to the MI and SP. The results of the coefficient between MI and SP have been analyzed and discussed. Besides, the results of difference analysis between the clubs have also been analyzed and discussed, in addition to grading the skill result used in the study according to the extent of the relation between MI and SP.

Chapter five : "Conclusions and Recommendations"

Conclusions

It has been concluded that :

- 1- MI has a great importance in developing the ability of the player in performing send, receiving kicks etc.**
- 2- The more the MI of the player, the better his performance.**
- 3- The random of difference among the result of the clubs in relation to the MI; this can be ascribed to that they are the elite players.**
- 4- It has been revealed the trainers have less interest in specifying training units to develop the mental abilities of the players.**
- 5- There are some differences among the players of the same club of the sample in responding to the scale of MI and SP of volleyball skill.**
- 6 – The gradation of the values of coefficient between MI of the skill as follows :**

- * Block .**
- * Serve Reception .**
- * Serve .**
- * Attack .**

Recommendations:

- 1- Developing MI enables the players to get the level of forming the acquired mental skills and of balancing between motion and sense .**
- 2- Providing the stimuli and the specified information for the skill like movies, pictures and other aids that contribute to the developing MI and upgrade the performance of volleyball players.**
- 3- Trainers should be subjected to courses about how to use MI . This can be done by giving them special programmes to develop the abilities to train the players for MI.**
- 4- Conducting related studies for various age ranks and different games.**