

سرعة الاستجابة الحركية وعلاقتها بدقة أداء المهارات الدفاعية بالكرة الطائرة

المدرس المساعد
بسمة نعيم خلف

المدرس المساعد
نعمة زيدان خلف

الأستاذ المساعد الدكتور
ولهان حميد هادي

ملخص البحث

- الباب الأول : التعريف بالبحث

- احتوى هذا الباب على المقدمة وأهمية البحث إذ تم التطرق فيها إلى لعبة الكرة الطائرة والتي تتميز بالمواقف والخالات الكثيرة والمتغيرة ، إذ ان طبيعة الأداء في هذه اللعبة يتميز بالايقاع السريع والمباغطة فضلاً عن مهاراتها المتسلسلة والمتتالية والتي تتطلب مستوى عالٍ من الدقة في الاداء ، كما تناول الباحثون سرعة الاستجابة الحركية باعتبارها إحدى القدرات الحركية والتي لها دوراً مهماً في الأداء التكنيكي للمهارات الهجومية والدفاعية وتشكل مع باقي العوامل إحدى الأسس الهامة في حسم الموقف ، إذ ان اللاعب المدافع في الكرة الطائرة يجب أن يتميز بقصر زمن استجابته الحركية لاجل الوصول الى الكرة قبل لمسها الأرض ، وتكمن مشكلة البحث بوجود امتلاك لاعب الكرة الطائرة مستوى عالٍ من القدرات البدنية والمهارية والعقلية ، وتمثل سرعة الاستجابة الحركية إحدى هذه القدرات والتي تحتل مكانة متميزة في تنفيذ الاداء المهاري للمهارات الدفاعية للكرة الطائرة نتيجة التعديلات في القواعد القانونية لها وما صاحبها من تغير في ايقاع اللعب الذي اتسم بالسرعة.

- اما هدف البحث فكان :

١. التعرف على العلاقة بين سرعة الاستجابة الحركية ودقة اداء المهارات الدفاعية بالكرة الطائرة .

في حين كان فرض البحث :

١. هنالك علاقة ارتباط ذات دلالة احصائية بين سرعة الاستجابة الحركية ودقة اداء المهارات الدفاعية بالكرة الطائرة .

اما مجالات البحث فهي :

- المجال البشري : طلاب الصف الرابع - كلية التربية الرياضية - جامعة ديالى للعام الدراسي ٢٠٠٤-٢٠٠٥ .

- المجال الزمني : للمدة من ٢٠/٣/٢٠٠٥ ولغاية ١٨/٧/٢٠٠٥ .

- المجال المكاني : قاعة كلية التربية الرياضية / جامعة ديالى .

الباب الثاني : الدراسات النظرية

اشتمل على ثلاثة محاور تخص موضوع البحث ، اذ تناول المحور الاول مفهوم سرعة الاستجابة الحركية ، اما المحور الثاني فتضمن اقسام سرعة الاستجابة الحركية ، فيما تضمن المحور الثالث اهمية سرعة الاستجابة الحركية في المهارات الدفاعية بالكرة الطائرة .

الباب الثالث : إجراءات البحث

واحتوى على منهجية البحث اذ تم استخدام المنهج الوصفي باسلوب الدراسات الارتباطية وكان مجتمع البحث يتكون من (٣٠) طالبا من طلاب المرحلة الرابعة في كلية التربية الرياضية ، وتم اعداد استمارة خاصة تتضمن اختبارات المهارات الدفاعية واختبار سرعة الاستجابة الحركية وتم عرضها على مجموعة من الخبراء في مجال لعبة الكرة الطائرة ، وبعد جمع الاستمارات وتفريغها حصلت الاختبارات التالية على اجماع الخبراء [اختبار سرعة الاستجابة الحركية الانتقالية (نيلسون) ، اختبار استقبال الارسال، واختبار الدفاع عن الملعب مركز (٦) ، اختبار حائط الصد من مركز (٢) . اما الوسائل الاحصائية المستخدمة فهي الوسط الحسابي ، الانحراف المعياري ، النسبة المئوية، الوسيط ، معامل الارتباط ، معامل الارتباط البسيط (بيرسون) .

الباب الرابع : عرض النتائج ومناقشتها

تناول هذا الباب عرض نتائج المعالجات الاحصائية وتبويبها في جدولي ، اذ تم عرض الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والارتباطات بين متغيرات البحث ، ومن ثم تم مناقشتها باسلوب علمي دقيق ومدعم بالمصادر ذات العلاقة بموضوع الدراسة بغية تحقيق اهداف البحث .

الباب الخامس : الاستنتاجات والتوصيات

تضمن هذا الباب على الاستنتاجات التي خرج بها الباحثون من خلال دراستهم وهي :

أولاً : ظهور علاقة ارتباط غير معنوية بين سرعة الاستجابة الحركية ومهارة استقبال الارسال .

ثانياً : ظهور علاقة ارتباط غير معنوية بين سرعة الاستجابة الحركية ومهارة الدفاع عن الملعب.

ثالثاً : ظهور علاقة ارتباط بين سرعة الاستجابة الحركية ومهارة حائط الصد الدفاعي .

وقد وضع الباحثون مجموعة من التوصيات :

أولاً : التأكيد على متغير سرعة الاستجابة الحركية والتي لها تاثير مباشر على الاداء المهاري للمهارات الدفاعية .

ثانياً : الاهتمام بالمهارات الدفاعية والاستفادة من التعديلات القانونية للعب .

ثالثاً : ضرورة التاكيد على بعض التمارين لتطوير سرعة الاستجابة الحركية باستغلال الادوات والتجهيزات المتوفرة .

رابعاً : ابتكار العديد من الوسائل التعليمية والتدريبية المساعدة التي تعمل على تطوير سرعة الاستجابة لما لها من دور مهم في دقة اداء المهارات الدفاعية.

الباب الأول

١ . التعريف بالبحث

١ - ١ . المقدمة وأهمية البحث

تمثل لعبة الكرة الطائرة مكانة متميزة في العالم وما تزال تنال الشعبية والإعجاب الجماهيري عند متتبعي الرياضة ، فقد أولى الباحثون في مجال التربية الرياضية هذه اللعبة اهتماماً كبيراً أدى الى رفع مستواها وزيادة الإقبال على ممارستها وجعلها لعبة مثيرة ذات الانتشار الواسع .

وتتميز لعبة الكرة الطائرة بالمواقف والحالات الكثيرة والمتغيرة ، إذ يتم الانتقال من الهجوم الى الدفاع وبالعكس بسرعة عالية مما يتطلب إعداداً بدنياً ومهارياً وخطياً ونفسياً تمكن اللاعبين من السيطرة في الملعب والتصرف بالشكل الأمثل ((أن طبيعة الأداء في لعبة الكرة الطائرة يتميز بالإيقاع السريع والمباغته فضلاً عن مهاراتها المتتالية والمتسلسلة التي تتطلب مستوى عال من الدقة في الأداء ، وهذا ما يفرض على اللاعبين التكيف والاستعداد لتلك المواقف ومنها امتلاك قدرات بدنية ومهارية وعقلية تتناسب مع المتغيرات التي تشهدها المباريات لا سيما الحاسمة منها والمتقاربة النتائج))^(١) .

وفي لعبة الكرة الطائرة تعد سرعة الاستجابة الحركية من القدرات الحركية التي لها دوراً مهماً في الأداء التكنيكي للمهارات الهجومية والدفاعية وتشكل مع باقي العوامل إحدى الأسس الهامة في حسم الموقف ، إذ أن اللاعب المدافع في الكرة الطائرة يجب أن يتميز بقصر زمن استجابته الحركية لأجل الوصول الى الكرة قبل لمسها الأرض ، بمساعدة التوقع المسبق لأجل سيرها ودقة الملاحظة

١ - محمد صبحي حسنين وحمدى عبد المنعم ، الأسس العلمية للكرة الطائرة وطرق القياس ، ط١ (القاهرة ، مركز الكتب للنشر ، ١٩٩٧ ، ص ١٤٩ .

والانتباه والتركيز على اللاعب المهاجم ، ومن هنا تكمن أهمية البحث لدراسة سرعة الاستجابة الحركية وعلاقتها بدقة أداء المهارات الدفاعية بالكرة الطائرة .

١ - ٢ . مشكلة البحث :

تمثل سرعة الاستجابة الحركية مكانة متميزة في تنفيذ الأداء المهاري للمهارات الدفاعية بالكرة الطائرة نتيجة التعديلات والتغيرات في القواعد القانونية لها وما صاحبها من تغير في إيقاع اللعب الذي اتسم بالسرعة ، إذ أن التغيير في اتجاه الضرب الساحق للتخلص من حائط الصد أو لحاق حائط الصد بالضرب الساحق وإيقافه والدفاع عن الملعب يبين مدى الحاجة الضرورية لهذه القدرة الحركية والتركيز عليها في لعبة الكرة الطائرة ، إذ تعد من أهم القدرات التي تسمح للاعب بالتقدم في المستوى ، لذا ارتأى الباحثون معرفة العلاقة بين سرعة الاستجابة الحركية ودقة أداء المهارات الدفاعية بالكرة الطائرة .

١ - ٣ . هدف البحث

١ . التعرف على العلاقة بين سرعة الاستجابة الحركية ودقة أداء المهارات الدفاعية بالكرة الطائرة .

١ - ٤ . فرض البحث

١ . هناك علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية بين سرعة الاستجابة الحركية ودقة أداء المهارات الدفاعية بالكرة الطائرة .

١ - ٥ . مجالات البحث

١ - ٥ - ١ . المجال البشري : طلاب الصف الرابع - كلية التربية الرياضية - جامعة ديالى للعام الدراسي ٢٠٠٤ - ٢٠٠٥ .

١ - ٥ - ٢ . المجال المكاني : قاعة كلية التربية الرياضية - جامعة ديالى .

١ - ٥ - ٣ . المجال الزمني : الفترة من ٢٠/٣/٢٠٠٥ ولغاية ١٨ / ٧ / ٢٠٠٥ .

الباب الثاني

٢ . الدراسات النظرية والمشابهة

٢ - ١ . الدراسات النظرية

٢ - ١ - ١ . مفهوم سرعة الاستجابة الحركية .

تعد سرعة الاستجابة الحركية من القدرات المهمة التي لا يخلوا منها أي نشاط رياضي وتختلف الأنشطة فيما بينها بمدى احتياجها لها حسب المتطلبات المهارية والخطوية لكل نشاط وتظهر أهميتها في كثير من الألعاب التي تتميز بطبيعة الأداء غير الثابت والتغيير السريع لظروف المنافسة .
وقد اختلفت الآراء حول تعريف سرعة الاستجابة الحركية وأقسامها وسوف نتناول جزءاً من هذه التعاريف .

إذ عرفت بأنها ((قدرة الفرد على الاستجابة الحركية لمثير معين في أسرع زمن ممكن وتتكون من سرعة رد الفعل والسرعة الحركية))^(٢) .
ويشير محمد حسن علاوي ، ومحمد نصر الدين رضوان الى أن سرعة الاستجابة الحركية تعني ((الربط بين زمن الرجوع وزمن الحركة أي أنها عبارة عن الزمن الكلي الذي ينقضي ما بين حدوث المنبه (المثير) والانتهاى من إتمام الحركة أو العمل))^(٣) .

٢ - محمد حسن علاوي ، علم التدريب الرياضي (القاهرة ، دار المعارف ، ١٩٧٥) ، ص ١٥٢ .
٣ - محمد حسن علاوي ، ومحمد نصر الدين رضوان ، اختبارات الأداء الحركي ، ط ١ ، (القاهرة ، دار الفكر العربي) ، ١٩٨٢ ، ص ٢٣٢ .

أما عصام عبد الخالق فقد عرفها بأنها ((قدرة الفرد على التلبية الحركية لمثير معين في أقل زمن ممكن))^(٤) .

كما عرفت بأنها ((الفترة الواقعة بين الإثارة والإجابة الكاملة المناسبة بأقصر وقت ويعتمد ذلك على إيعازات الجهاز العصبي وقابلية الجهاز العضلي في التنفيذ الحركي))^(٥) .

كما عرفها (جلال كمال ، نقلاً عن stalling) بأنها ((كل ما يرد به الكائن الحي على تنبيه أعضاء الحس ، فقد تكون استجابة لفظية أو انفعالية أو الاحتفاظ بوضعية الجسم أو أحد أطرافه إذ قد تكون بالكف عن الحركة بدلاً من القيام بها))^(٦) .

ومن خلال ما تقدم يمكن تعريف سرعة الاستجابة الحركية بأنها مجموع زمن رد الفعل وزمن الأداء الحركي أي أنها الوقت الذي يستغرق منذ لحظة ظهور المثير ووصوله الى المراكز العصبية الى لحظة الانتهاء من الأداء الحركي.

وتحدث سرعة الاستجابة الحركية من خلال عمليات عصبية وهي بمثابة

الأعداد للاستجابة الحركية المطلوبة وهي :^(٧)

- ١ . تأثير مؤثر على المستقبلات الحسية .
- ٢ . توصيل المثير الى المراكز العصبية .
- ٣ . خروج المثير الى الشبكة العصبية وبناء الإشارة الحركية .
- ٤ . دخول الإشارة الحركية من المراكز العصبية الى العضلات .
- ٥ . إثارة العضلات وظهور نشاط ميكانيكي حركي فيها .

^٤ - عصام عبد الخالق ، التدريب الرياضي - نظريات تطبيق ، ط٩ (الاسكندرية ، منشأة المعارف ، ١٩٩٩) ، ص١٣٨ .

^٥ - جمعة محمد عوض (١٩٩٦) اقتبسته فاتن محمد رشيد ، سرعة الاستجابة الحركية والقوة الانفجارية لعضلات الأطراف السفلى وعلاقتها ببعض المهارات الأساسية وبعض المتغيرات الوظيفية لدى لاعبي الكرة الطائرة ، أطروحة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، ١٩٩٩ ، ص ١١ .

^٦ - جلال كمال ناصر ، تأثير بعض التمرينات المقترحة لتطوير سرعة الاستجابة الحركية والأداء المهاري في الملاكمة ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، ١٩٩٩ ، ص ١١ .

٢ - ١ - ٢ . أقسام سرعة الاستجابة الحركية :

لقد اتفقت أغلب المصادر الى أن سرعة الاستجابة الحركية تمر بثلاث مراحل رئيسية وهي كالآتي :

أولاً . زمن التوقع الحركي :

أن زمن التوقع الحركي هو ((الفترة الزمنية للكشف عن هدف حركات الزميل واللاعب المنافس والكرة وكيفية تجاوزها قبل ظهور المثير وهي فترة قصيرة جداً بزمنها وسريعة بفعالها))^(٨) .

ثانياً . زمن رد الفعل :

أن لزمن رد الفعل أهمية بالغة في الفعاليات الرياضية ويعد عاملاً حاسماً في بعض هذه الألعاب ، وفي الكرة الطائرة تبرز أهمية زمن رد الفعل واضحاً من خلال أداء اللاعب المهاري لكثير من المهارات الأساسية، مثلاً مهارة حائط الصد والضرب الساحق تعتمد من أجل نجاحها على زمن رد الفعل لدى اللاعب .

ويعرف زمن رد الفعل بأنه ((الفترة الزمنية بين استخدام منبه والاستجابة له))^(٩) وعرف أيضاً بأنه ((الزمن الذي ينقضي على بدء حدوث المثير وبدء

^٨ - علي سبهان صخي الكعبي ، التوقع وسرعة الاستجابة الحركية وعلاقتها بدقة أداء المهارات الدفاعية للاعب الحر بالكرة الطائرة ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، ٢٠٠٤ ، ص ١٦ .

^٩ - مروان عبد المجيد ، الموسوعة العلمية للكرة الطائرة : (عمان ، مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع ، ٢٠٠١) ، ص ٢٥٠ .

حدوث الاستجابة))^(١٠) كما عرف بأنه ((الزمن الذي يستغرقه الفرد لبدء الاستجابة الحركية الإرادية لمثير معين))^(١١) .

أما عقيل الكاتب فعرفه بأنه ((مقدار فترة استجابة الشخص لأي مؤثر ومقدار النقل الحركي للعضلات والأعصاب للاستجابة لهذا المثير))^(١٢) وعرف على أنه ((الفترة الزمنية الواقعة ما بين حدوث المثير (البصري أو السمعي) وأول انقباض عضلي كرد فعل لهذا المثير))^(١٣) .

وفي هذا الخصوص يشير (محمد الشيخ ، ١٩٦٩) أن الحركة لا تحدث مباشرة عقب حدوث المثير ، ولكن تمر فترة زمنية يختلف مداها من فرد الى آخر ومن مثير الى مثير آخر بالنسبة للفرد الواحد نتيجة المثير الضوئي أو الصوتي أو الحسي ، ويكون زمن رد الفعل قصير جداً أو ما يسمى برد الفعل البسيط عندما يكون نوع المثير معروف مسبقاً وسهل مثلاً عندما يستجيب الإنسان لإثارة ضوئية بحركة بسيطة ويكون زمن رد الفعل أطول أو ما يسمى برد الفعل المعقد ، ويكون خاصة في الحركات المركبة المعقدة والجديدة التي لم يتعود عليها الإنسان بعد .

وأن زمن رد الفعل لا يبقى ثابتاً على نفس الفترة التي يستغرقها ولكن بالتدريب والممارسة وتكرار العمل العضلي ، فإن زمن رد الفعل يقصر وينتظم^(١٤) .

الثا . زمن الحركة :

عرف زمن الحركة بأنه ((الزمن الذي ينقضي ما بين بداية الحركة ونهايتها))^(١٥) .

١٠ - أبو العلا عبد الفتاح ، وحمد حسن علاوي ، فسيولوجيا التدريب الرياضي ، ط١ (القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٨٨) ص ٧٥ .

١١ - محمد صبحي حسنين ، القياس والتقويم في التربية البدنية ، ج ١ ، ط٢ (القاهرة ، دار الفكر العربي ١٩٨٧) ص ٧٥ .

١٢ - عقيل الكاتب ، الكرة الطائرة ، التدريب والخطط الجماعية ، ج ١ (بغداد ، مطبعة الجامعة ، ١٩٨٨) ، ص ٣٠٤ .

١٣ - عبد الله حسين اللامي ، الأسس العلمية للتدريب الرياضي ، جامعة القادسية ، مطبعة اللطيف ، ٢٠٠٢ ، ص ٦١ .

١٤ - محمد يوسف الشيخ ، ياسين صادق ، فسيولوجيا الرياضة والتدريب : (الاسكندرية ، دار نبع الاسكندرية ، ١٩٦٩) ص ١٨٨ .

١٥ - شيماء أحمد كريم ، تطوير سرعة رد الفعل الحركي وأثره في مستوى الأداء ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، ١٩٨٧ ، ص ٣٢ .

كما عرف أيضاً بأنه ((القيمة الزمنية لوضعية حركة النقاط العادية للجسم ونظامه الحركي من بداية وأثناء ونهاية الحركة))^(١٦) .

((وهو الفترة الزمنية المحصورة بين نهاية زمن رد الفعل أي بداية الحركة حتى نهايتها))^(١٧) .

كما يضيف (محمد حسن علاوي ، ومحمد نصر الدين ، ١٩٨٢) بأن زمن الحركة هو جزء من الفعل أي أنه الزمن الذي ينقضي منذ لحظة بدء الحركة وحتى الانتهاء منها ويعبر زمن الحركة عن المعدل الذي تنقبض به العضلة ، وأن السرعة الحركية لانقباض العضلات تختلف اختلافاً كبيراً بين الأفراد ، إذ أنه قد يتميز شخص معين بسرعة كبيرة في حركات الساقين في حين يتميز شخص آخر بسرعة كبيرة في حركات الذراع^(١٨) .

٢ - ١ - ٣ . الشروط الأساسية لتطوير سرعة الاستجابة :^(١٩)

- ١ . قدرة الجهاز العصبي المركزي .
- ٢ . قدرة التوازن والتناسق الحركي وكلما كانت عملية التوازن خلال المباراة جيدة كلما زادت القدرة الدفاعية في الألعاب القتالية والفرقية .
- ٣ . مستوى الكفاءة الفنية والخطوية .
- ٤ . مستوى الكفاية والقدرة على الإبداع والابتكار وتعتمد على قدرة التفكير وكذلك كفاءة الموقع والتبصير .
- ٥ . كفاءة الملاحظة والمراقبة (دقة الإدراك البصري والسمعي) .
- ٦ . تحديد الاتجاه .
- ٧ . قدرة الإرادة .
- ٨ . القدرة على التنفيذ وكفاءة الحمل حتى نهاية السباق .

^{١٦} - لؤي غانم الصمدي ، البيوميكانيك والرياضة (الموصل ، مطابع الجامعة ، ١٩٨٧) ، ص ٦٤ .
^{١٧} - انتصار عويد ، قياس وتقويم زمن التوقع والاستجابة الحركية للمهارات الدفاعية في كرة السلة باستخدام تقنية الحاسوب وتحليل المباراة ، أطروحة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، ٢٠٠٠ ، ص ٢٣ .
^{١٨} - محمد حسن علاوي ، نصر الدين رضوان ، المصدر السابق ، ص ٢٣٧ .
^{١٩} - قاسم المنذلاوي ، ومحمود الشاطي ، التدريب الرياضي والأرقام القياسية : (بغداد ، مطابع الجامعة ، ١٩٨٧) ص ٨١ .

٢ - ١ - ٤ . أهمية سرعة الاستجابة الحركية في المهارات الدفاعية بالكرة الطائرة :

تعد سرعة الاستجابة الحركية من المتطلبات المهمة لدى لاعب الكرة الطائرة والذي يتعرض لمواقف سريعة ومفاجئة متعددة ومختلفة التعقيد خلال تطبيق الخطط الدفاعية والهجومية مما يتطلب من اللاعبين استجابات سريعة عند ظهور المثير والذي تمثله الكرة أو اللاعب في هذه اللعبة مع إكمال الاستجابة وفق متطلبات اللعبة وقانونها ، لذلك يتطلب من اللاعب امتلاك سرعة استجابة حركية صحيحة في الوقت المناسب تتلاءم مع المواقف المختلفة.

وبهذا الخصوص تشير (فاتن محمد رشيد ، ١٩٩٩) ((أن لسرعة الاستجابة الحركية دوراً بارزاً في لعبة الكرة الطائرة ، إذ يستوجب على اللاعب قانوناً عدم الاحتفاظ بالكرة مما يزيد من صعوبة الأداء فغالباً ما يكون الأداء سريعاً وخاطفاً لذلك يتطلب من اللاعب امتلاك سرعة رد فعل عالية سواء في التكنيك الدفاعي في متابعة الكرات أو في التكنيك الهجومي عند المشاركة بمركبات اللعب المختلفة فضلاً عن اتخاذ القرار في التنفيذ الحركي^(٢٠).

كما يضيف (علي سبهان الكعبي ، ٢٠٠٤) ((أن التخطيط الدفاعي الجيد يبني على قدرة اللاعب المدافع في سرعة تحليل الحالات المتوقعة حدوثها واختيار الاستجابة الدفاعية المناسبة وبمنتهى السرعة لتعود الى التوقع الحركي لذا يتطلب الدفاع توقع المكان المستقبلي للهدف على أساس المعلومات الجارية والموجودة آنذاك ومن ثم القيام بالاستجابة الحركية من أجل أن يتزامن الإنجاز مع الوصول الى الهدف بنقطة محددة مسبقاً^(٢١) .

ويؤكد (عصام الوشاحي ، ١٩٩٤) أن سرعة الاستجابة الحركية ضرورية للاعب الكرة الطائرة فهو يحتاج الى التكيف والتحول السريع لما سيقوم به المنافس

^{٢٠} - فاتن محمد رشيد الجبوري ، سرعة الاستجابة الحركية والقوة الانفجارية لعضلات الأطراف السفلى وعلاقتها ببعض المهارات الأساسية وبعض المتغيرات الوظيفية لدى لاعبي الكرة الطائرة ، أطروحة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، ١٩٩٩ ، ص ٢ .

^{٢١} - علي سبهان صخي الكعبي ، المصدر السابق ، ص ١٣ .

وهذا يعتمد على سرعة حركته باتجاهات وأوضاع مختلفة ، وكذلك القدرة على الدوران والتخليق والدرجة دون هبوط مستواه المهاري والبدني وأن تنفيذ واجب الحركة يستلزم متطلبات عديدة منها سرعة رد الفعل وسرعة التحرك وضبط الجسم والدقة الحركية فاللاعب يكون مشغولاً لتحديد مسار الكرة وسرعتها وموضع هبوطها لذلك يتطلب منه اختيار الاستجابة المناسبة ضمن قوانين اللعبة وأن هذا التعاقب والتتابع للحركات في اللعبة هو الاستجابة الفردية للاعب الذي تواجهه المشكلة^(٢٢) .

تمتاز المهارات الدفاعية بالقدرات البدنية والذهنية التي تؤدي الى سرعة في التنفيذ والرشاقة في القفز والاقتراب من الكرة والدقة في التوجيه وتعتبر سرعة الاستجابة الحركية من أهم القدرات البدنية التي لها تأثير إيجابي كبير في دقة أداء المهارات الدفاعية ، لذا ترى أغلب الباحثين يؤكدون على أهمية هذا المتغير بوصفه عاملاً مهماً يجب أن يحتسب له .

٢ - ٢ . الدراسات المشابهة :

٢ - ٢ - ٧ . دراسة (علي سبهان صخي ، ٢٠٠٤)^(٢٣) .

عنوان الدراسة (التوقع وسرعة الاستجابة الحركية وعلاقتها بدقة أداء المهارات الدفاعية للاعب الحر بالكرة الطائرة)

أهداف الدراسة :

١ . تصميم اختبار خاص بالتوقع الحركي للمهارات الدفاعية للاعب الحر بالكرة الطائرة باستخدام تقنية الحاسوب .

٢ . التعرف على العلاقة بين التوقع وسرعة الاستجابة الحركية ودقة أداء المهارات الدفاعية للاعب الحر بالكرة الطائرة .

عينة الدراسة :

^{٢٢} - عصام الوشامي ، الكرة الطائرة الحديثة مفتاح الوصول الى المستوى العالمي : (القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٤ ، ص ٢٧٣ - ٢٧٦ .

^{٢٣} - علي سبهان صخي الكعبي ، المصدر السابق .

اشتملت الدراسة على عينة قوامها (٨) لاعبين يمثلون ستة أندية للدرجة الممتازة .

إجراءات الدراسة :

من أجل قياس التوقع الحركي تم الاستعانة بالحاسوب عن طريق تصميم برنامج خاص لقياس التوقع الحركي للمهارات الدفاعية ، أما قياس سرعة الاستجابة الحركية فقد تم استخدام اختبار (الاستجابة الحركية الانتقائية ، نيلسون) في حين تم استخدام اختباري (الدفاع عن الملعب من المراكز ١ - ٦ - ٥ واستقبال الإرسال من المراكز ١ - ٦ - ٥ لقياس المهارات الدفاعية للاعب الحر.

الاستنتاجات :

- ١ . وجود علاقة ارتباط معنوية بين التوقع الحركي لاستقبال الإرسال في المراكز ١ - ٦ - ٥ ودقة استقبال الإرسال في المراكز (١ - ٦ - ٥) .
- ٢ . عدم وجود علاقة ارتباط معنوية بين سرعة الاستجابة الحركية ودقة استقبال الإرسال في مركز رقم (١) .
- ٣ . وجود علاقة ارتباط معنوية بين سرعة الاستجابة الحركية ودقة استقبال الإرسال في المراكز (٥ - ٦) .
- ٤ . وجود علاقة ارتباط معنوية بين التوقع الحركي للدفاع عن الملعب في المراكز (١ - ٦ - ٥) ودقة الدفاع عن الملعب في المراكز (١ - ٦ - ٥) .
- ٥ . عدم وجود علاقة ارتباط معنوية بين سرعة الاستجابة الحركية ودقة الدفاع عن الملعب في مركز رقم (١) .
- ٦ . وجود علاقة ارتباط معنوية بين سرعة الاستجابة الحركية ودقة الدفاع عن الملعب في المراكز (٥ - ٦) (٢٤) .

٢٤ - علي سبهان صخي الكعبي ، المصدر السابق .

٢ - ٢ - ٢ . دراسة (فاتن محمد رشيد ، ١٩٩٩)^(٢٥) .

عنوان الدراسة (سرعة الاستجابة الحركية والقوة الانفجارية لعضلات الأطراف السفلى وعلاقتها ببعض المهارات الأساسية وبعض المتغيرات الوظيفية لدى لاعبي الكرة الطائرة) .

أهداف الدراسة :

- ١ . التعرف على العلاقة بين سرعة الاستجابة الحركية والقوة الانفجارية لعضلات الأطراف السفلى وبعض الاختبارات الوظيفية .
- ٢ . التعرف على العلاقة بين القوة الانفجارية لعضلات الأطراف السفلى وبعض الاختبارات المهارية وبعض الاختبارات الوظيفية .
- ٣ . التعرف على العلاقة بين بعض الاختبارات المهارية وبعض الاختبارات الوظيفية .
- ٤ . التعرف على العلاقة بين متغيرات الدراسة (سرعة الاستجابة الحركية ، القوة الانفجارية لعضلات الأطراف السفلى ، وبعض الاختبارات المهارية والوظيفية ، العمر ، الوزن ، الطول) .

عينة الدراسة :

لقد اشتملت عينة الدراسة على (٣١) لاعباً من أندية الدرجة الممتازة والذي يمثلون أندية (الجيش ، الصناعة ، السلام ، الرميثة ، راوة ، الكوفة ، الدغارة ، الناصرية) .
إجراءات الدراسة :

^{٢٥} - فاتن محمد رشيد ، المصدر السابق .

لقد تم اختيار مهارتي حائط الصد والضرب الساحق من مجموع المهارات الأساسية بعض عرضها في استمارة خاصة على الخبراء ، وقد استخدمت الباحثة الاختبارات الآتية لقياس متغيرات الدراسة .

١ . جهاز منصة قياس القوة ، لقياس القوة الانفجارية لعضلات الأطراف السفلى .

٢ . جهاز كهربائي (إلكتروني) لقياس سرعة الاستجابة الحركية .

٣ . اختبار الضرب الساحق القطري ، لقياس دقة مهارة الضرب الساحق.

٤ . اختبار تكرار حائط الصد لقياس قدرة اللاعب على الأداء المتكرر لمهارة حائط الصد .

الاستنتاجات

١ . ظهور علاقة ارتباط عكسية دالة إحصائياً بين سرعة الاستجابة الحركية والقوة الانفجارية لعضلات الأطراف السفلى في اختبار الوثب للصد في المراكز الثلاثة (٣ - ٤ - ٢) وفي اختبار الوثب للهجوم في مركز (٣) فقط .

٢ . ظهور علاقة ارتباط عكسية دالة إحصائياً بين سرعة الاستجابة الحركية مع مهارة الضرب الساحق في مركز (٣) فقط ومع مهارة حائط الصد في المراكز الثلاثة (٣ - ٤ - ٢) وفي اختبار الوثب للصد وفي اختبار الوثب للهجوم في المركز (٤) فقط مع مهارة الضرب الساحق وغير دالة إحصائياً مع مهارة حائط الصد بجميع المراكز .

٣ . ظهور علاقة ارتباط دالة إحصائياً بين القوة الانفجارية لعضلات الأطراف السفلى ومهارة الضرب الساحق في المركزين (٤ - ٢) وغير دالة إحصائياً مع مهارة حائط الصد في اختبار الوثب للصد ،

وفي اختبار الوثب للهجوم ظهرت العلاقة دالة احصائياً في مركز (٤)
فقط وغير دالة مع مهارة حائط الصد وفي جميع المراكز .

الباب الثالث

٣ - منهج البحث وإجراءاته :

٣ - ١ - لقد تم استخدام المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية لملاءمته
مشكلة البحث.

٣ - ٢ - عينة البحث :

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من طلاب المرحلة الرابعة في كلية
التربية الرياضية بجامعة ديالى للعام الدراسي ٢٠٠٤ - ٢٠٠٥ والبالغ عددهم (٣٠)
(طالباً ، ولغرض معرفة صحة اختيار العينة ومدى توزيعها طبيعياً تم اعتماد
قانون معامل الالتواء لمعرفة مدى تجانس العينة في متغير (الطول ، الوزن ،
العمر) وكما مبين في الجدول (١) علماً أن معامل الالتواء في تلك المتغيرات
انحصر بين $_{-} + ٣$ لذا تعد العينة موزعة توزيعاً طبيعياً .

جدول (١)

يبين متغيرات (الطول ، الوزن ، العمر) وقيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء لإفراد عينة البحث

عدد العينة	قيمة معامل الالتواء	الوسيط	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	المعالجات الإحصائية
					المتغيرات
٣٠	٠.٣٤٥ -	١٧٨.٥	٨.٩٨٩	١٧٧.٤٦٦	الطول / سم
	٠.٢٧٢	٧٢.٥	١١.٧٣٧	٧٣.٥٦٦	الوزن / كغم
	٠.٠٥٨ -	٢٩٠.٥	٨.٦٥٢	٢٩٠.٠٣٣	العمر / شهر

٣ - ٣ : الأجهزة والأدوات والوسائل المساعدة :

٣ - ٣ - ١ : الوسائل المساعدة :

- المصادر العربية .
- استمارة تقييم سرعة الاستجابة الحركية .
- استمارة تقييم دقة استقبال الإرسال ، دقة الدفاع عن الملعب ، حائط الصد .

- الاختبارات المستخدمة في البحث .

- الوسائل الإحصائية .

- فريق العمل المساعد* .

٣ - ٣ - ٢ : الأجهزة والأدوات :

- جهاز لقياس الطول والوزن .
- ساعة توقيت إلكترونية نوع (Dimond) .
- شريط متري لقياس المسافة .
- أشرطة لاصقة ملونة .
- ملعب كرة طائرة قانوني ، كرات طائرة قانونية .

* فريق العمل المساعد ١ - رافد حبيب / بكالوريوس ، كلية التربية الرياضية .

٢ - علي قاسم / بكالوريوس ، كلية التربية الرياضية .

٣ - إسراء / بكالوريوس ، كلية التربية الرياضية .

٣ - ٤ : الاختبارات المستخدمة في البحث .

قام الباحثون بإعداد استمارة خاصة تتضمن اختبارات المهارات الدفاعية واختبار سرعة الاستجابة الحركية وتم عرضها على مجموعة الخبراء* في مجال لعبة الكرة الطائرة من أجل اختيار أنسبها ، وبعد جمع الاستمارات وتقريقتها حصلت الاختبارات الآتية على اجماع الخبراء لاستخدامها وكما مبينة مواصفات أدائها في ملحق (٢٦) .

الاختبار الأول : (استقبال الإرسال) (٢٧) .

الاختبار الثاني : (الدفاع عن الملعب من مركز (٦)) (٢٨) .

الاختبار الثالث : (حائط الصد من مركز (٢)) (٢٩) .

٣ - ٥ : الوسائل الإحصائية :

تم استخدام الوسائل الإحصائية الآتية في معالجة النتائج (٣٠) .

- الوسط الحسابي .
- الانحراف المعياري .
- النسبة المئوية .
- الوسيط .
- معامل الالتواء .
- معامل الارتباط البسيط (بيرسون) .

أسماء الخبراء

١. أ.د. نوري ابراهيم الشوك .

٢. أ.د. ثريا نجم عبد الله .

٢٦ - محمد صبحي حساتين ، وحمدي عبد المنعم ، المصدر السابق ، ص ٢٤٤ - ٢٤٥ .
٢٧ - محمد صبحي حساتين وحمدي عبد المنعم ، المصدر السابق ، ١٩٩٧ ، ص ٢٤٤ - ٣٢١ .
٢٨ - مروان عبد المجيد ، المصدر السابق ، ص ٣٢١ .
٢٩ - مروان عبد المجيد ، المصدر السابق ، ص ٣٢١ .
٣٠ - وديع ياسين التكريتي ، وحسن محمد العبيدي ، التطبيقات الإحصائية واستخدامات الحاسوب في بحوث التربية الرياضية ، (الموصل : دار الكتب ، ١٩٩٩) ص ٣٣ .

٣.أ.د. عامر جبار السعدي .

٤. م.د. اسماء حكمت .

٥. يوسف منصور .

الباب الرابع

٤ . عرض النتائج ومناقشتها .

٤ - ١ . عرض النتائج :

الجدول (٢)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لسرعة الاستجابة الحركية
والمهارات الدفاعية لعينة البحث

الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	المعاليم الإحصائية المتغيرات
٠.٥٠٦	٩.٥٨٤	سرعة الاستجابة الحركية
١٠.٤٩١	٦٢.٢٦٦	استقبال الإرسال
٢.٥٩٨	٦.٠٦٦	الدفاع عن الملعب
٢.٦٨٦	٨.٢٣٣	حائط الصد

جدول (٣)

يبين الارتباط بين سرعة الاستجابة الحركية ودقة المهارات الدفاعية لعينة البحث

قيمة (ر) الجدولية	قيمة (ر) المحتسبة	المعالم الإحصائية المتغيرات
٠.٣٦١	٠.١٣ -	استقبال الإرسال
	٠.٠٢٧ -	الدفاع عن الملعب
	٠.٤٤٦	حائط الصد

تحت مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (٢٨) .

٤ - ٢ . مناقشة النتائج :

من خلال الجدول (٢) تبين أن علاقة الارتباط بين سرعة الاستجابة الحركية ودقة أداء مهارة استقبال الإرسال ومهارة الدفاع عن الملعب كانت غير معنوية ويعزى السبب الى عدم وجود الخبرة لدى عينة البحث وافتقارهم الى المعلومات السابقة التي تساعدهم في تحديد المثيرات المحيطة وتوهمهم من الاستجابة السريعة لكل حالة من حالات اللعب .

إذ أن الاستجابة المناسبة متأثرة بالمعلومات السابقة (٣١) مما جعلهم لا يستطيعون اختيار الموقف الملائم للرد على هجمات المنافس ((فكلما عرف المدافع حركة المهاجم بسرعة كلما كان الدفاع جيداً أو مؤثراً)) (٣٢) .

أن سرعة الاستجابة ضرورية للاعب المدافع فهو يحتاج إلى سرعة التحرك وإدراك ما سيقوم به الفريق المنافس ، وتبين كذلك أن علاقة الارتباط بين سرعة الاستجابة الحركية ودقة أداء مهارة حائط الصد كانت معنوية ، ويعزى السبب الى سهولة تنفيذ هذه المهارة وسرعة الانتقال بين المراكز لأن اللاعب المعد إعداداً بدنياً ومهارياً جيداً يكون في حالة جيدة لأداء وتنفيذ حائط الصد .

فسرعة الاستجابة الحركية ضرورية لأداء مهارة حائط الصد فاللاعب يحتاج الى التكيف والتحول السريع ومراقبة ما يقوم به المنافس وهذا يعتمد على سرعة تحرك اللاعب لأن مهما كان حائط الصد متكامل وفعال وعلى درجة عالية

٣١ - يوسف الشيخ ، التعلم الحركي : (القاهرة ، دار المعارف ، ١٩٨٤) ، ص ١٨٥ .
٣٢ - مهدي نجم ، الدفاع في كرة السلة ، (بغداد ، مطابع دار الزمان ، ١٩٧١) ، ص ٥ .

من الأداء المهاري فهناك مهاجم يستطيع اختراق حائط الصد بشتى الطرق ((
فكلما قصر زمن سرعة الاستجابة الحركية استطاع اللاعب أن يقوم بالتصرف
السليم في الوقت المناسب لا سيما ألعاب الخداع التي يقوم بها المنافس (((٣٣) .
وتشكل سرعة الاستجابة عنصر مهماً لحائط الصد فضلاً عن تمتعه بدقة
الملاحظة وحسن التصرف والثقة بالنفس وعدم الخوف من قوة الضربة الهجومية،
فاللاعب الذي يستطيع عمل حائط صد ناجح فسوف يحصل على نقاط كثيرة
لفريقه مما يؤثر على الفريق المهاجم ويشنت انتباه ويؤدي الى عدم تركيزه
وإرباكه .

إذ يعد حائط الصد الخط الدفاعي الأول ضد هجمات المنافس لذا يتطلب
جدار صد سريع وبوقت قصير للرد على هجوم المنافس وهذا يحتاج الى انتباه
وتركيز واستعداد لمواجهة الخصم ومراقبته طول فترة اللعب للقيام بالموقف
الدفاعي المناسب الذي يؤدي الى تقليل نسبة نجاح هجوم المنافس .

الباب الخامس

٥ . الاستنتاجات والتوصيات

٥ - ١ . الاستنتاجات :

- ١ . ظهور علاقة ارتباط غير معنوية بين سرعة الاستجابة الحركية
ومهارة استقبال الارسال.
- ٢ . ظهور علاقة ارتباط غير معنوية بين سرعة الاستجابة الحركية
ومهارة الدفاع عن الملعب.
- ٣ . ظهور علاقة ارتباط معنوية بين سرعة الاستجابة الحركية ومهارة
حائط الصد الدفاعي .

٥ - ٢ . التوصيات :

- ١ . التأكيد على متغير سرعة الاستجابة الحركية والتي لها تأثير مباشر
على الأداء المهاري للمهارات الدفاعية .

٣٣ - قصي حازم محمد ، سرعة الاستجابة الحركية وعلاقتها بالقوة المميزة بالسرعة للأطراف السفلى لحراس مرمى
كرة القدم ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الموصل ، ١٩٩٣ ، ص ٢٥ .

- ٢ . الاهتمام بالمهارات الدفاعية والاستفادة من التعديلات القانونية للعب .
- ٣ . ضرورة التأكيد على بعض التمارين لتطوير سرعة الاستجابة الحركية باستغلال الأدوات والتجهيزات المتوفرة .
- ٤ . ابتكار العديد من الوسائل التعليمية والتدريبية المساعدة التي تعمل على تطوير سرعة الاستجابة لما لها من دور مهم في دقة أداء المهارات الدفاعية .

المصادر

- ١ . أبو العلا عبد الفتاح ومحمد حسن علاوي ، فسيولوجيا التدريب الرياضي ، ط ١ : (القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٨٨) .
- ٢ . انتصار عويد ، قياس وتقويم الاستجابة الحركية للمهارات الدفاعية في كرة السلة باستخدام تقنية الحاسوب وتحليل المباراة ، أطروحة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، ٢٠٠٠ .
- ٣ . جلال كمال ناصر ، تأثير بعض التمرينات المقترحة لتطوير سرعة الاستجابة الحركية والأداء المهاري في الملاكمة ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، ١٩٩٩ .
- ٤ . جمعة محمد عوض (١٩٩٦) اقتبسته فاتن محمد رشيد ، سرعة الاستجابة الحركية والقوة الانفجارية لعضلات الأطراف السفلى وعلاقتها ببعض المهارات الأساسية وبعض المتغيرات الوظيفية لدى

- لاعبي الكرة الطائرة ، أطروحة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية ،
جامعة بغداد ، ١٩٩٩ .
- ٥ . شيماء أحمد عبد الكريم ، تطوير سرعة رد الفعل الحركي واثره في
مستوى الأداء ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة
ديالى ، ١٩٨٧ .
- ٦ . عبد الله حسن اللامي ، الأسس العلمية للتدريب الرياضي ، (جامعة
القادسية ، مطبعة اللطيف ، ٢٠٠٢) .
- ٧ . عصام الوشامي ، الكرة الطائرة الحديثة مفتاح الوصول الى المستوى
العالمي ، (القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٤ .
- ٨ . عصام عبد الخالق ، التدريب الرياضي - نظريات - تطبيق ، ط٩١ ،
(الاسكندرية ، منشأة المعارف ، ١٩٩٩) .
- ٩ . علي سبهان صخي الكعبي ، التوقع وسرعة الاستجابة الحركية
وعلاقتها أداء المهارات الدفاعية للاعب الحر للكرة الطائرة ، رسالة
ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، ٢٠٠٤ .
- ١٠ . قاسم المندلاوي ومحمود الشاطي ، التدريب الرياضي والأرقام
القياسية : (بغداد ، مطابع الجامعة ، ١٩٨٧) .
- ١١ . قصي حازم محمد ، سرعة الاستجابة الحركية وعلاقتها بالقوة المميزة
بالسرعة للأطراف السفلى لحراس مرمى كرة القدم ، رسالة ماجستير
، كلية التربية الرياضية ، جامعة الموصل ، ١٩٩٣ .
- ١٢ . لؤي غانم الصميدعي ، البايوميكانيك والرياضة ، (الموصل ، مطبعة
الجامعة ، ١٩٨٧) .
- ١٣ . عثيل الكاتب ، الكرة الطائرة ، التدريب والخطط الجماعية ، ج ١ :
بغداد ، مطبعة الجامعة ، ١٩٨٨) .
- ١٤ . محمد حسن علاوي ، علم التدريب الرياضي : (القاهرة ، دار
المعارف ، ١٩٧٥) .

١٥. محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان ، اختبارات الأداء الحركي ، ط ١ (القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٨٢) .
١٦. محمد صبحي حسنين ، القياس والتقويم في التربية البدنية ، ج ١ ، ط ٢١ ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٨٧ .
١٧. محمد صبحي حسنين وحمدي عبد المنعم ، الأسس العلمية للكرة الطائرة وطرق القياس ، ط ١ ، (القاهرة ، مركز الكتب للنشر ، ١٩٩٧) .
١٨. محمد يوسف الشيخ وياسين صادق ، فسيولوجيا التدريب الرياضي ، (الاسكندرية ، دار نبع الاسكندرية ، ١٩٦٩) .
١٩. مروان عبد المجيد ، الموسوعة العلمية للكرة الطائرة ، (عمان ، مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع ، ٢٠٠١) .
٢٠. مهدي نجم ، الدفاع بكرة السلة ، (بغداد ، مطابع دار الزمان ، ١٩٧١) .
٢١. وديع ياسين التكريتي وحسن محمد العبيدي ، التطبيقات الإحصائية واستخدامات الحاسوب في بحوث التربية الرياضية ، (الموصل ، دار الكتب ، ١٩٩٩) .
٢٢. يوسف الشيخ ، التعلم الحركي ، (القاهرة ، دار المعارف ، ١٩٨٤) .

الملحق (١)

استمارة استبيان

لترشيح أهم الاختبارات المهارية للمهارات الدفاعية بالكرة الطائرة
واختبار سرعة الاستجابة الحركية

الأستاذ الفاضل المحترم

يروم الباحثون إجراء بحثهم الموسوم ((سرعة الاستجابة الحركية وعلاقتها بدقة أداء المهارات الدفاعية بالكرة الطائرة)) على عينة من طلاب الصف الرابع / كلية التربية الرياضية / جامعة ديالى .
ونظراً لما تتمتعون به من خبرة ومعرفة علمية نكون شاكرين لو أبدتكم المساعدة الممكنة حول ترشيح أهم الاختبارات لقياس المهارات الدفاعية بالكرة الطائرة .
نرجو وضع علامة (√) أمام الاختبارات المهمة لهذه المهارات .

مع وافر الشكر والتقدير

أسم الخبير :
الاختصاص :
اللقب العلمي :
مكان العمل :

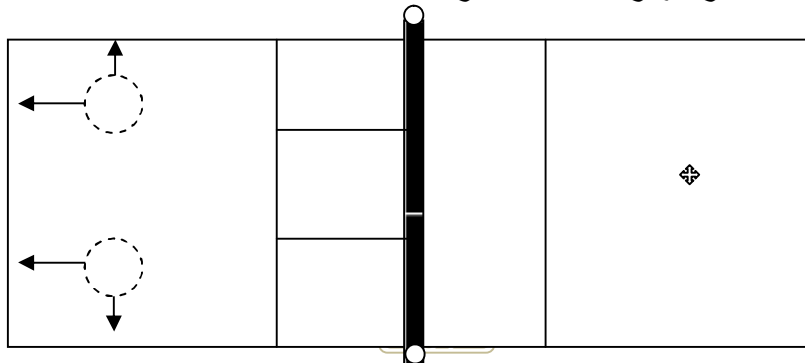
استمارة ترشيح الاختبارات المهارية واختبار سرعة الاستجابة الحركية

الملاحظات	التأشير	الاختبارات	ت	المهارات الدفاعية
		اختبار مهارة استقبال الإرسال (١)	١	استقبال الإرسال
		اختبار مهارة استقبال الإرسال (٢)	٢	
		اختبار مهارة حائط الصد الفردي من مركز ٢	١	حائط الصد
		اختبار مهارة حائط الصد الفردي من مركز ٣	٢	
		اختبار مهارة حائط الصد الفردي من مركز ٤	٣	
		اختبار مهارة الدفاع عن الملعب من مركز ٥	١	الدفاع عن الملعب
		اختبار مهارة الدفاع عن الملعب من مركز ٦	٢	
		اختبار مهارة الدفاع عن الملعب من مركز ١	٣	
		اختبار سرعة الاستجابة الحركية الانتقالية نيلسون		سرعة الاستجابة الحركية

ملحق (٢)

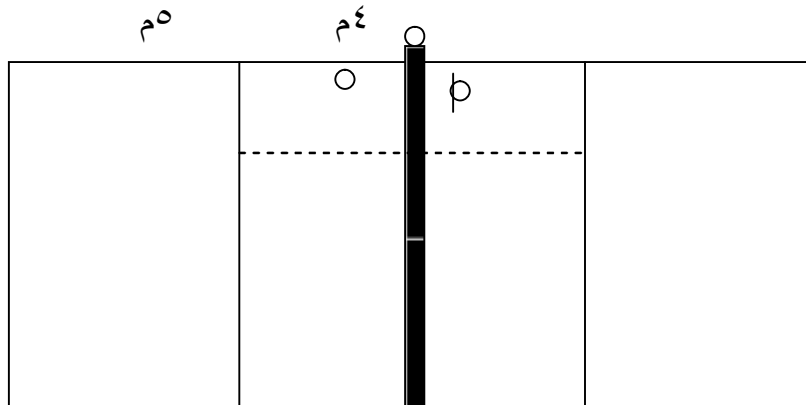
الاختبارات المهارية للمهارات الدفاعية في لعبة الكرة الطائرة

الاختبار الأول : اختبار مهارة استقبال الإرسال .



١.٥ م

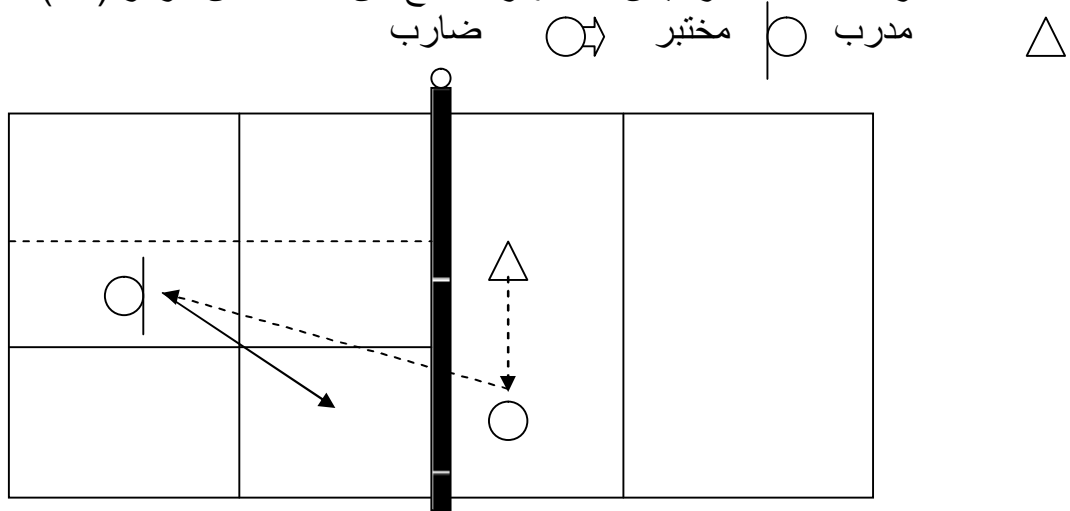
- الغرض من الاختبار : قياس دقة مهارة اللاعب في استقبال الإرسال .
- الأدوات :
- ١ . ملعب الكرة الطائرة ترسم دائرتان (أ - ب) في ركن الملعب بحيث تكون المسافة بين مركز الدائرة وخط الجانب (١.٥ م) في حين تكون المسافة بين مركزها _____ وخط النهاية (٣م) .
- ٢ . تقسيم منطقة (٣ م) الى ثلاث مناطق متساوية .
- ٣ . توضع علامة (x) في نصف الملعب المقابل وعلى بعد (٣ م) من خط النهاية ، و(٤.٥م) من الجانب .. كما موضح بالشكل .
- مواصفات الأداء : يقف المختبر داخل الدائرة (أ) وهو مواجه للشبكة وعلى المدرب إرسال خمس كرات إليه ليقوم باستقبالها الى داخل المنطقة (١) وكذلك خمس كرات توجه للمنطقة (٢) وخمس كرات توجه للمنطقة (٣) ويكرر نفس العمل بنفس عدد المحاولات من الدائرة (ب) .
- الشروط :
- ١ . لكل مختبر (١٥) محاولة من داخل الدائرة (أ) و (١٥) محاولة من داخل الدائرة (ب) ويستخدم في جميع المحاولات استقبال الإرسال من الأسفل باليدين .
- ٢ . تلغى المحاولة التي يتم إرسال الكرة فيها بطريقة غير مناسبة أو خارج الدائرة ويجب الالتزام بتسلسل المحاولات .
- التسجيل
- يسجل للمختبر مجموع النقاط التي حصل عليها من المحاولات الثلاثين الممنوحة .
- سقوط الكرة داخل المنطقة المحددة يمنح للمختبر (٣) درجات .
- سقوط الكرة خارج المنطقة وداخل المنطقة المجاورة يمنح (٢) درجة .
- سقوط الكرة خارج المنطقة وداخل الملعب يمنح (١) درجة .
- فيما عدا ذلك يحصل المختبر على صفر .
- وبهذا تكون الدرجة النهائية (٩٠) درجة .
- الاختبار الثاني : اختبار قياس دقة مهارة حائط الصد الفردي من مركز (٢) .



- الغرض من الاختبار : قياس دقة مهارة حائط الصد الفردي من مركز (٢) .
- الأدوات : ملعب الكرة الطائرة مقسم كما بالشكل ، شريط لتحديد الأهداف ، شريط قياس ، (١٠) كرات طائرة .
- مواصفات الأداء : يقوم المدرب بالضرب الساحق ويقف المختبر على مسافة ٢٥ سم من الشبكة ويقوم بالصد من مركز (٢) .

- شروط التسجيل : للمختبر ثلاث محاولات :
 - ٤ نقاط لكل محاولة داخل المنطقة أ
 - ٣ نقاط لكل محاولة داخل المنطقة ب
 - ٢ نقطة لكل محاولة داخل المنطقة ج
 - ١ نقطة لكل محاولة داخل المنطقة د
 - صفر عند سقوط الكرة خارج هذه المناطق .
 - عند سقوط الكرة بين خط مشترك بين منطقتين تحسب درجة المنطقة الأعلى .
 - تلغى المحاولة في حالة ارتكاب المختبر خطأ قانوني .

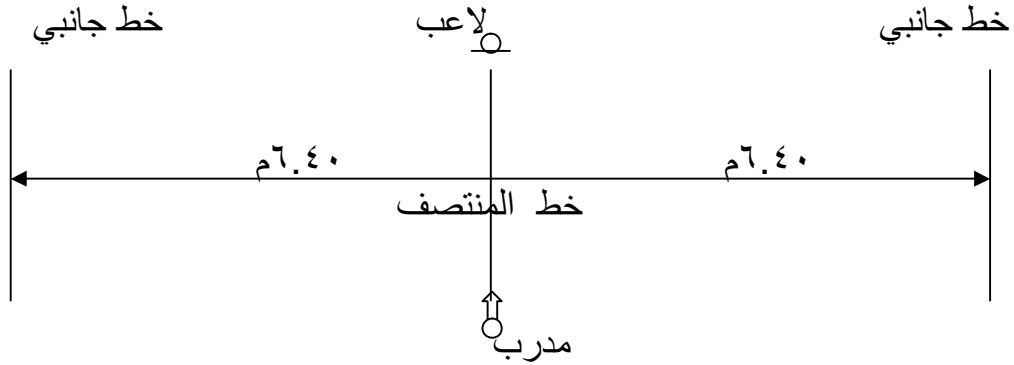
الاختبار الثالث : اختبار قياس دقة مهارة الدفاع عن الملعب من مركز (٦) .



- الغرض من الاختبار : قياس دقة مهارة الدفاع عن الملعب من مركز (٦)
- الأدوات المستخدمة : ملعب الكرة الطائرة وقسم كما بالشكل - شريط لتحديد الأهداف - شريط قياس ، ١٠ كرات طائرة.
- مواصفات الأداء : يقوم المدرب بإعداد الكرة للضارب فتوجه الكرة نحو المختبر فيقوم بالدفاع من مركز (٦) موجهاً الكرة نحو مركز (٢) المنطقة (أ) .
- شروط التسجيل : للمختبر ثلاث محاولات .
 - ٤ نقاط لكل محاولة داخل المنطقة أ .
 - ٣ نقاط لكل محاولة داخل المنطقة ب .
 - ٢ نقاط لكل محاولة داخل المنطقة ج .
 - ١ نقاط لكل محاولة داخل المنطقة د .

- صفر عند سقوط الكرة خارج هذه المناطق .
- عند سقوط الكرة على خط مشترك بين منطقتين تحسب درجة المنطقة الأعلى
- تلغى المحاولة التي يرتكب فيها المختبر خطأ قانوني .

الاختبار الرابع : اختبار نيلسون للاستجابة الحركية الانتقالية :



- الغرض من الاختبار : قياس القدرة على الاستجابة والتحرك بسرعة ودقة وفقاً لاختيار المثير .
- الأدوات : منطقة قضاء مستوية خالية من العوائق بطول ٢٠م وبعرض ٢م - ساعة توقيت إلكترونية - شريط قياس - شريط لاصق .
- الإجراءات : تخطط منطقة الاختبار بثلاثة خطوط المسافة بين كل خط وآخر ٦.٤٠م وطول كل خط ١م .
- وصف الاختبار :
- يقف المختبر عند نهايتي خط المنتصف في مواجهة المحكم الذي يقف عند نهاية الطرف الآخر للخط .
- يتخذ المختبر وضع الاستعداد بحيث يكون خط المنتصف بين القدمين بحيث ينحني بجسمه للأمام قليلاً .
- يمسك المحكم بساعة التوقيت بإحدى يديه ويرفعها الى أعلى ثم يقوم بسرعة بتحريك ذراعه أما ناحية اليسار أو اليمين وفي نفس الوقت يقوم بتشغيل الساعة .
- يستجيب المختبر لإشارة اليد ويحاول الجري بأقصى سرعة ممكنة في الاتجاه المحدد للوصول الى خط الجانب الذي يبعد عن خط المنتصف بمسافة (٦.٤٠م) .
- وعندما يقطع المختبر خط الجانب الصحيح يقوم المحكم بإيقاف الساعة .
- وأذ يبدأ المختبر الجري في الاتجاه الخاطئ فأن المحكم يستمر في تشغيل الساعة حتى يغير المختبر من اتجاهه ويصل الى خط الجانب الصحيح .
- يعطى للمختبر (٦) محاولات متتالية بين كل محاولة والأخرى (٢٠ثا) وبواقع ثلاث محاولات لكل جانب .
- تختار المحاولات في كل جانب بطريقة عشوائية متعاقبة ولتحقيق ذلك تعد ست قطع من الورق المقوى (الكروت) موحدة الحجم واللون ويكتب على ثلاثة منها كلمة يسار

- و على الثلاث الأخرى كلمة يمين ثم تقلب جيداً وتوضع في كيس ، ثم تسحب بدون النظر إليها .
- الشروط :
 - يعطي لكل مختبر عددا من المحاولات خارج القياس بغض النظر عن الشروط الأساسية وذلك بغرض التعرف على إجراءات الاختبار.
 - يجب على المحكم ان يتدرب على إشارة البدء ، وذلك حتى يتمكن من إعطاء هذه الإشارة بالذراع وتشغيل الساعة في الوقت نفسه .
 - يقوم المحكم قبل أن يجري الاختبار على المختبر يسحب الكروت الست السابقة بطريقة عشوائية وتسجيلها وفقاً لترتيب سحبها في بطاقة خاصة يقوم بوضعها في إحدى يديه لترشده في تسلسل اتجاهات الإشارات وتسجيل الزمن لكل مختبر على حده وهذا الإجراء يستخدم لمنع المختبر من توقع الاتجاه من محاولة الى المحاولة التالية .
 - يجب عدم معرفة المختبر بأن المطلوب منه أداء ستة محاولات موزعة على ثلاث محاولات في كل اتجاه وهذا الإجراء هام للحد من توقع المختبر .
 - يجب التنبيه على المختبر بأن عدد المحاولات التي سيؤديها ليست موزعة على الاتجاهين بالتساوي وإنما يحتمل أن يكون عدد محاولات اتجاه ما أكثر من الآخر وأن ترتيب أداء المحاولات يتم بطريقة عشوائية وهو يختلف من مختبر لآخر .
 - يجب أن يبدأ الاختبار بأن يعطي المحكم الإشارة الآتية :
 - استعداد - أبدأ وفي جميع المحاولات يجب أن تكون الفترة الزمنية بين كلمتي (أستعد و أبدأ) في مدى يتراوح بين ١.٥ الى ٢ ثانية .
 - يجب على المختبر القيام ببعض التمرينات الحقيقية بغرض الإحماء ويجب أن تكون منطقة أداء الاختبار خالية من أي موقع .
 - التسجيل
 - يحتسب الزمن الخاص بكل محاولة .
 - درجة المختبر هي : متوسط المحاولات الست .

Abstract

Motor Response speed Relation to Performance Accuracy of Defensive Skills in Volleyball

The study consists of five chapters :

Chapter One : Identifying the Research

The chapter comprises introduction and study importance , volleyball game was addressed as it is characterized by several varying situations , the performance of this game also characterized by quick rhythm and sequential skills that requires high level of accuracy in performing .Researchers have addressed motor response speed as it play an important role in offensive and defensive skill technique which is combined with other factors considered corner stone in deciding the situation , the defense volleyball player should possess shorter motor response speed to reach the ball before it land on floor . Study problem lies in that player should have high level of physical , skill and mental abilities , motor response speed is one of these abilities that has an important role in performing motor skills especially defensives in volleyball due to amendments of rules and the accompanied change in play rhythm that is marked by speed .

Research Objectives :

- 1- Identifying the relationship between motor response speed and the accuracy of defensive skills performance in volleyball .

Research Hypotheses :

- 1- There is a significant correlation between motor response speed and the accuracy of defensive skills performance in volleyball.

Scopes of Study :

- Humane scope : the students of the fourth year –college of physical education –University of Diyala , for the academic year 2004-2005.
- Time scope : for the period from 20 March 2005 to 18 July 2005
- Place scope : The hall of College of Physical education – University of Diyala .

Chapter Two : consists of theoretical and similar studies

The chapter comprises three aspects concern the topic , the first addressed the concept of motor response speed , the second dealt with the parts of motor response speed while the third aspect took into consideration the importance of motor response speed in defensive skills of volleyball game.

Chapter Three : Research Procedure

The chapter deals with research methodology , the descriptive methodology in correlation studies was used , sample of the study is 30 students in the fourth year –college of physical education , a special questionnaire form was prepared consists of defensive skills tests and test of the speed of motor response , the form was shown to a group of expert of the game , after reviewing it was agreed on the following tests :Test of Motor Response Speed (Nelson) , Serve receiving test , , court defense from position (6) test and block test from position (2) test .The statistical tools include arithmetic mean , standard deviation , percentage , median , reflection coefficient and simple correlation coefficient (Person) .

Chapter Four : Results and Discussion

This chapter includes results obtained , results were tabulated in two tables , where the means , standard deviation and correlations between variables were shown , the results were discussed in scientific manner to reach the study objectives .

Chapter Five : Conclusions and Recommendations

This chapter includes the conclusions the researchers reached in course of their study :

- There is an insignificant correlation between motor response speed and serve receiving skill .
- There is an insignificant correlation between motor response speed and court defending skill .
- There is a significant correlation between motor response speed defensive block skill .

Researchers have set forth several recommendations including :

- Focusing on response speed as it has direct influence on defensive skills performance .
- Taking care to defensive skills and get benefits of the rules amendments .
- The necessity of focusing on some exercises that develop motor response speed utilizing the available tools and supplies .
- Innovation of educational and training aids that develop motor response speed as it has prominent role in defensive skills performance .