**وزارة التعليم العالي والبحث العلمي**

**جامعة القادسية**

**كليـــة التـــربية البدنية وعلوم الرياضة**

**التوافق الحركي وعلاقته بدقة الارسال المواجه من الاعلى في كرة الطائرة لطلاب المرحلة الرابعة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة**

**للعام الدراسي 2022 -2022**

**البحث مقدم** من قبل الطالب

**احمد محمد صالح زاني**

**إشراف**

**أ. جميل كاظم جواد**

**2023م 1444هـ**

**بسم الله الرحمن الرحيم**

**بسم الله الرحمن الرحيم**

ﭽ ﯳ ﯴ ﯵ ﯶ ﯷ ﯸ ﯹ ﯺﯻ ﯼ ﯽ ﯾ ﯿ ﰀ ﭼ

صدق الله العلي العظيم

سورة الزمر (الاية9)

الاهداء

الى كل من صحبني في رحلتي هذا البحث داعما ومشجعا وناصحا ومرشدا صابرا ومضحيا...

الى امي . التي احاطتني بعطفها وحنانها

الى ابي ... الذي رعاني وانار لي دربي

الى زوجتي الحبيبة ورفيقة دربي التي شاركتني ولازمتني هذا الجهد

الى اخوتي شموع دربي ... الذين منحوني الدعم المستمر

الى كل اصدقائي ورفاقي

الى كل من علمني حرفا

الى كل شهيد وجريح دافع من اجل تحرير العراق

الى كل المدافعين عن حقوق الانسان

اهدي هذا الجهد المتواضع

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ت** | **المحتويات** | **الصفحة** |
| **1** | **العنوان** |  |
| **2** | **الاية القرانية** |  |
| **3** | **شكر وتقدير** |  |
| **4** | **الملخص** |  |
| **5** | **قائمة المحتويات** |  |
| **الفصل الاول** | | |
| **6** | **التعريف بالبحث** |  |
| **7** | **المقدمة واهمية البحث** |  |
| **8** | **مشكلة البحث** |  |
| **9** | **اهداف البحث** |  |
| **10** | **فروض البحث** |  |
| **11** | **مجالات البحث** |  |
| **12** | **المجال البشري** |  |
| **13** | **المجال الزماني** |  |
| **14** | **المجال المكاني** |  |
| **الفصل الثاني** | | |
| **15** | **الدراسات النظرية الدراسات المشابهة** |  |
| **16** | **الدراسات النظرية** |  |
| **17** | **التوافق الحركي** |  |
| **18** | **المهارات الاساسية لكرة الطائرة** |  |
| **19** | **مهارات الارسال** |  |
| **20** | **اهمية الارسال** |  |
| **21** | **الدراسات المشابهة** |  |
| **الفص الثالث** | |  |
| **22** | **منهجية البحث وأجراءته الميدانية** |  |
| **23** | **منهج البحث** |  |
| **24** | **عينة البحث** |  |
| **25** | **اجهزة وأدوات البحث** |  |
| **26** | **وسائل جمع البيانات** |  |
| **27** | **الاختبارات المستخدمة في البحث** |  |
| **28** | **الاختبار التوافق الحركي** |  |
| **29** | **اختبار دقة أداء مهارة الارسال** |  |
| **30** | **التجربة الاستطلاعية** |  |
| **31** | **التجربة الرئيسية** |  |
| **32** | **الوسائل الاحصائية** |  |
| **الفصل الرابع** | |  |
| **33** | **عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها** |  |
| **34** | **عرض الاوساط الحسابية والانحرافات وقيمة (ر) المحتسبة بين التوافق الحركي ودقة الارسال** |  |
| **الفصل الخامس** | |  |
| **35** | **الاستنتاجات** |  |
| **36** | **التوصيات** |  |
| **37** | **المصادر** |  |

**الفصل الاول**

**1- التعريف بالبحث**

**1-1 المقدمة وأهمية البحث**

**1-2 مشكلة البحث**

**1-3 أهداف البحث**

**1-4 فروض البحث**

**1-5 مجالات البحث**

**1-5-1 المجال البشري**

**1-5-2 المجال الزماني**

**1-5-3 المجال المكاني**

**الفصل الآول**

**1-التعريف بالبحث**

**1-1المقدمة واهمية البحث**

يعد التقدم العلمي من مميزات عصرنا الحاضر اذ يشمل جوانب الحياه كافة بما فيها الجانب الرياضي الذي تفاعل مع علوم طبيعيه وانسانيه كثيره لاعداد الفرد اعدادأ شاملا منتزنا تمهيديأ الوصو ل الى مستويات العليا في النشاط الرياضي المختار وبما ان اعداد الفرد لا يتحقق من غير هذه العلوم فلابد من وضع طرائق واساليب حديثة تساهم في تطوير الانشطه الرياضيه كافة ولا سيما لعبه الكرة الطائرة التي تحتاج الى تهيئه بدنيه و مهاره عاليه وخطة هادفة لتحقيق الارتقاء بمستوى الصفات البدنية والحركية المهمه ومنها  
 ( التوافق الحركي)لمارسي اللعبه من اجل تحقيق الاداء الافضل وفي لعبه كره الطائره يوجد هنالك عدد من المهارات الاساسيه التي تحتاج بدورها الى مستوى عالي من الصفات البدنيه ومنها (الا رسال ) حيث نجد ان مهارت الارسال من المهارات المهمه التي يحتاجها الفريق لغرض التغلب على الفريق الخصم كما ان اللاعب المرسل يتمكن من كشف نقاط الضعف اثناء تأديه الارسال ولمهارة الارسال خصوصية منها يستطيع الفريق من خلالها حسم نقطه وبتالي حسم الشوط المباراة لصالحه . ونضرأ لاهميه مهاره الارسال حاول الباحث دراستها لانها من الطرق المهمه التي تمكن الفريق المرسل من الحصول على النقاط والحد من خطوره دفاع الفريق المنافس فضلأ عن دراسه بعض الصفات البدنيه المرتبطه بهذة المهاره وعليه فان اهميه البحث تمكن بالارتقاء بمستوى الآداء المهاري ووضع تلك العلاقات بين التوافق الحركي ومهاره الارسال في ايدي مدريسنا وطلابنا و لتكون خطه لتطوير تلكه الصفات البدنيه التي تساهم في تطويرالاداء المهاري

**1-2 مشكله البحث :**

من خلال متابعه الباحث لاداء مهارة الارسال بالكره الطائرة لاحظ وجود ضعف في مستوى الاداء مهاره الارسال الناتجه عن عدم المعرفة الصحيحة واختلاف الاداء بين المختصين والمدرسين على مدى أهمية التوافق الحركي وعلاقتها بمهاره الارسال المطلوب تطويرها حيث تطلب هذه المهارة صفات بدنيه ومنها  
 ( التوافق الحركي ) ومدى علاقتها ونسبه مساهمتها في تحسين مستوى هذه المهاره لضمان افضل النتائج

**1-3 هدف البحث :**

- التعرف على العلاقه بين التوافق الحركي ودقة اداء مهاره الارسال الموجة من الاعلى بالكرة الطائرة

لدى عينه البحث

**1-4 فرض البحث :**

- وجود علاقه ارتباط ذات دلاله احصائيه بين التوافق الحركي ومهاره الارسال في كره الطائره .

**1-5 مجالات البحث :**

1-5-1 المجال البشري :طلاب المرحلة الرابعة للعام الدراسي 2023/2022

في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة القادسيه

1-5-2 المجال الزماني :الفتره من 2022/11/2 ولغاية 2023/2/1

1-5-3 المجال المكاني :ملعب كره الطائره في كليه التربيه البدنية وعلوم الرياضه / جامعه القادسيه .

**الفصل الثاني**

**2-الدراسات النظرية والدراسات المشابهة**

**2-1الدراسات النظرية**

**2-1-1 مفهوم التوافق**

**2-1-2 تعريف التوافق**

**2-1-3 انواع التوافق**

**2-1-4 اهمية التوافق بالنسبة لكرة الطائرة**

**2-1-5 مسارات التوافق**

**2-1-6 أنظمة التوافق**

**2-1-7 المهارات الاساسيه بكرة الطائرة**

**2-2 الدراسات المشابهة**

**2-1-1مفهوم التوافق**

**مفهوم التوافق العضلي العصبي:**

يؤدي التوافق العضلي العصبي دورا ً أساسيا ً وفعالا ً في مختلـف حركـات الإنسان لذلك فإن الحاجة إلى التوافق تكون مهمة في أداء المهارات الرياضـية وإننا نجد بجانب دقة الاستيعاب الحركي بواسطة المعلومات المتأتية من حاسـة الشعور العضلي وأيضا المعلومات المتأتية من الحواس الأخرى ومـن ضـمنها حاسة النظر ولذلك تزداد وتتحسن حاسة النظر فيما يخـص الوضـع وأجـزاء الحركة وكذلك وضع الخصم ووضع الكرة المراقبة عن طريق النظـر . ويعتبـر التوافق بين العين واليد والرجل أكثر العوامل أهمية بالنسبة لأداء الرياضي حيث انه خلال الأداء يكون هناك انتقال للإشارات العصبية بين الجهـازين العـصبي والعضلي ولذلك فان جميع الحركات التي يقوم بها الفرد سواء كانت الحركـات العادية اليومية أو حركات ترتبط بمجال الأداء الرياضي أنما تتطلـب قـدر مـن التوافق بين الجهاز العصبي والجهاز العضلي.

" و يعد التوافق من عناصر اللياقة البدنية ومن مكوناتها المتعددة التي متى ما يكتسبها الرياضي ستحدد له الخبرة الحركية التي هي حاصل جمع وتمـازج عناصر ومكونات اللياقة البدنية المختلفة ".

״هو عملية مقرونة بإمكانيات الجهاز الحركي على تنظيم القوة الداخلية مع القوة الخارجية المؤثرة ويعد التوافق من الصفات المهمة لنمو الطفل حركيا في مرحلة الطفولة ״[[1]](#footnote-1)

״هو التنظيم والتنسيق والترتيب للجهد المبذول للكائن الحي طبقا للهدف وهو جوهر التعلم وهو عملية مقرونة بإمكانية الجهاز الحركي والقوة المؤثرة على هذا الجهاز وكذلك بالتغييرات الحاصلة بالداخل وكل هذا مرتبط ارتباطا تاما بالمركز العصبي المركزي والتي تتم فيه فهم واستيعاب المعلومات والمنهج والهدف الذي يسبق الحركة وكذلك باستيعاب المعلومات والمنهج والهدف بعد الحركة ״[[2]](#footnote-2)

״التنظيم والترتيب والتبويب وتنظيم الجهد المبذول من قبل الشخص على مرفق الهدف الموضوع وتؤثر فيه التجارب الحركية والتكرارات وطريقة التعلم ״[[3]](#footnote-3)

**2-1-2 تعريف التوافق:**

ويعرف بأنه " قدرة الفرد للسيطرة على عمل أجـزاء الجـسم المختلفـة والمشتركة في أداء واجب حركي معين وربط هـذه الأجـزاء بحركـة أحاديـة بانسيابية ذات جهد فعال لانجاز ذلك الواجب الحركي وينقسم إلى توافـق عـام وخاص ".

أن التوافق هو " قدرة الفرد على أداء عدد من الحركـات التكتيكيـة فـي وقت واحد ".

ويعرف التوافق بين الإطراف المتعددة " بكونه القدرة علـى التنـسيق أو التوافق بين حركات مجموعة من الإطراف عندما تعمل معا ً في وقـت واحـد ، ويعرف التوافق الكلي للجسم بأنه القدرة على التنسيق بين حركات أجزاء الجسم المختلفة عندما تقوم بحركات شاملة ".

وهو " قدرة الفرد للسيطرة على عمل أجزاء الجسم المختلفة والمـشتركة في أداء واجب حركي معين وربط هذه الأجزاء بحركة أحاديـة الانـسيابية ذات جهد فعال لأخذ ذلك الواجب الحركي "

**2-1-3 انواع التوافق:**

أنواع التوافق العضلي العصبي :

١- التوافق العام والخاص : فالتوافق العام يلاحظ عند أداء بعض المهارات الحركيـة الأساسـية مثـل

المشي والركض والوثب والدفع والتسلق ..

إما التوافق الخاص فأنه ذلك النوع الذي يتماشى مع نوع وطبيعة الفعالية أو النشاط الحركي ففي جميع الفعاليـات الرياضية مثل كرة القدم ، كرة الطائرة ، الـسلة ، الـساحة والميـدان .. الـخ يستوجب من الرياضي أداء توافق خاص طبقا ً لنوع المهارة التوافق العـضلي والعصبي في مهارة كرة القدم أو مهارة الضرب الساحق في الكرة الطائرة .

٢- التوافق بين أعضاء الجسم :

هذا التوافق يحدد طبقا ً لعمل الجسم خلال أداء المهارات فهناك حركـات أو مهارات تتطلب مشاركة وتوافق جميع أعضاء الجسم ككل بينما هنـاك حركـات تتطلب مشاركة القدمين أو الذراعين فقط.

٣- توافق القدمين – العين والذراعين والعين والكرة:

ويحدد التوافق هنا بنوعين ويعتبران إحدى مكونات القدرة الحركية العامـة

وهما :

**أ – توافق القدمين – العين .**

**ب – توافق الذراعين – العين .**

**2-1-4 أهمية التوافق بالنسبة لكرة الطائرة :**

وتظهر أهمية الإدراك الحس حركي والتوافق العضلي العصبي في الكرة الطائرة من خلال إحساس اللاعب بحركة أجزاء جسمه ورؤية الكرة ثم تنفيذ الحركة والكرة بالهواء ومدى السيطرة على تغيير وضع الجسم وفقا لما يتطلبه الواجب الحركي (وضع الجسم والكرة خلال اللعب).

**2-1-5 مسارات التوافق[[4]](#footnote-4):**

١ ــ التوافق الحركي الخام :

هو المرحلة التي يتم فيها أداء الحركة أو المهارة بشكلها الأولي وتسمى مرحلة اكتساب المسار الأساسي والأولي للحركة أو هو توافق وتصور أولي للحركة يعتمد التطور فيه على المدة التي يستغرقها الرياضي في التدريب وعدد التكرارات للمهارات وعدد مرات الفشل وعندما يحصل الفرد على التوافق معناه إن الفرد نجح بمحاولة أداء المهارة بشكلها الخام بما ينسجم وهدف التصرف الحركي .

٢ ــ التوافق الحركي الدقيق :

هو تنظيم عمل القوة الداخلية لتنسجم مع القوة الخارجية فتتجنب الحركات الزائدة ولهذا يصبح التوافق والتنظيم ينسجم وحاجة الحركة أي إن القوة المستعملة بالأداء مجدية .

٣ ــ التوافق الحركي الثابت :

هي المرحلة الأخيرة أي تحول الحركة إلى الإلية ويعني الوصول بالمهارة لمتطلبات التكنيك التي تأهل ألاعب للدخول في المنافسات مع ردود فعل حركية عالية وسرعة في التطبع وتوازن القوة مع المتطلبات المختلفة .

**2-1-6 أنظمة التوافق: [[5]](#footnote-5)**

إن التوافق الحركي يتم بالتدرج من نظام الاستعلامات ( الكوبرنيتك ) وهو نظام ينظم الحركة على أساس استقبال المعلومات وهضمها وترتيبها على شكل دوائر وأنظمة توافقية منطقها التحليل والتخطيط ويشمل :

١ ــ نظام التوافق الحركي البسيط :

هو خزن المعلومات من خلال الأداء المتكرر للمنهج الحركي ويتم التعلم عن طريق المدرب بعرض الحركة وشرحها .

٢ ــ نظام المقارنة بين ما يجب إن يتم وما تم :

يعتمد على أساس جمع المعلومات من خلال أداء الواجب الحركي ومقارنته مع الواجب الحركي المطلوب

٣ ــ نظام تحليل المعلومات :

هو نظام استقبال المعلومات واستيعابها وتحليلها وهو جزء من التوافق ويحدث عن طريق الحواس والشعور العضلي

٤ ــ نظام التصرف الحركي :

هو تحقيق الهدف ذهنيا قبل الأداء الحركي أو توقع للحركة مقرونة بالأداء وهو على مرحلة في الأداء الحركي للفعالية

**2-1-7 المهارات الاساسيه بكره الطائره**

مازالت كره الطائره تعمد على المهارات الاساسيه في تنفيذ الوجبات الخططيه أي يبقى دائمأ المهارات الاساسيه العامل المهم في لعبه كره الطائره وهي عماد الاداء فيها وبدون اجادها تصبح مهما تنفيذ الخطط صعبه فيها الوسيله الوحيده تعامل اللاعب مع الكره وهنالك علاقه قويه بين اجاده المهارات وارتفاع مستوى الاداء وان تقان هذه المهارات يجعل اللاعب يصل الى تنفيذ بصوره اليه وتفهم المهارات بكره الطائره وهي [[6]](#footnote-6)

1-الارسال

2-استقبال الارسال

3-الاعداد

4-الضرب الساحق

5-حائط الصد

6-الدفاع عن الملعب

**الارسال في الكرة الطائرة**

الارسال أحد المهارات الاساس في لعبة الكرة الطائرة ذات الطابع الهجومي ، أي ان الفريق لا يستطيع وضع الكرة في حالة اللعب الا من خلال الارسال.

" ويعد الارسال من أهم ضربات الهجوم المباشر التي يستخدمها اللاعب خلال اللعب التي قد تضع الفريق المنافس في وضع دفاعي ، فكلما كان الارسال قوياً ومتقناً وفي المكان المناسب كانت مهمة الفريق المنافس أصعب "[[7]](#footnote-7)(1).

" ويستطيع الفريق المرسل احراز النقاط من خلال لاعب الارسال الذي يكون اداؤه مستقلاً ومن دون تأثير من زملائه في الفريق او الفريق المنافس "[[8]](#footnote-8)(2).

وعليه لا بد للاعبين من اجادة أداء الارسال بطريقة جيدة ، ودقيقة فضلاً عن مراعاتهم للمسافة والارتفاع والمكان المحدد ، وهذا ما يدفع لاعبي الفريق المنافس الى اتخاذ مواقف دفاعية جيدة ومناسبة .

ونظراً لأهمية مهارة الارسال اذ انه " مفتاح الحصول على النقاط في حالة اتقانه "[[9]](#footnote-9)(3). اذ لابد من التدريب على هذه المهارة واتقانها .

**ولمهارة الارسال في الكرة الطائرة انواع عدة :**

يرى كل من ناهدة عبد زيد الدليمي[[10]](#footnote-10)(1) ، وعقيل الكاتب[[11]](#footnote-11)(2) انه من خلال الاداء الفني ( التكنيك ) الصحيح لاداء الارسال نستطيع تقسيمه الى نوعين رئيسيين على وفق وضع الكرة بالنسبة لمستوى كتف اللاعب وكما ياتي :

**اولاً :- الارسال المواجه من الاسفل**

**ثانياً :- الارسال من الاعلى وأنواعه :**

1. الارسال المواجه من الاعلى ( ارسال التنس ) .
2. الارسال المتموج الامامي ( الامريكي ).
3. الارسال المتموج الجانبي ( الياباني ) .
4. الارسال من القفز وتشمل :-
5. الارسال المتموج .
6. الارسال الساحق .

**اهمية الارسال**

يعد الإرسال عاملاً مهماً وأساسياً في المباراة فهو مفتاح الحصول على النقاط للفريق في حالة إتقانه،كما يعد من أهم ضربات الهجوم المباشر التي يستعملها اللاعب خلال اللعب التي قد تضع الفريق المنافس في وضع دفاعي ضعيف، فكلما كان قوياً ومتقناً وفي المكان المناسب كانت مهمة الفريق المنافس أصعب.

وتتميز مهارة الإرسال بالصعوبة العالية والمعقدة وتحتاج إلى دقة وتوقيت عاليين بضرب الكرة ولهذا فإنها تحتاج إلى الكثير من التدريب المستمر حتى يصل اللاعب إلى المستوى الجيد في الأداء من حيث السيطرة والإتقان،فضلاً عن السرعة في الحركة،لهذا أصبح التدريب على الإرسال في الآونة الأخيرة يحتل جزءاً كبيراً من الوحدة التدريبية.

**طريقة الاداء الفني لمهارة الارسال المواجه من الاعلى**

**طريقة الأداء الفني للإرسال المواجه من الأعلى :-** تكون مراحل الأداء الفني للإرسال المواجه من الأعلى(إرسال التنس) كما يأتي:-

-يقف اللاعب بوضعية المشي المواجه للشبكة وتكون فتحة الرجلين مناسبة بعرض الكتف والنظر إلى اتجاه منطقة توجيه الإرسال.

-يكون ثقل الجسم موزعاً بالتساوي على الرجلين وتكون الرجل اليسرى للأمام إذا كان اللاعب يؤدي الإرسال بالذراع اليمنى.

-تكون الكرة محمولة باليد اليسرى أو بكلتيهما أمام الجسم ويترك ذلك للاعب حسب رغبته.

-يرمي اللاعب بعد ذلك الكرة إلى الأعلى، ويجب التأكيد على إن ارتفاع الكرة لا يقل من(1)م إلى(2)م وبصورة متقنة وصحيحة بحيث تكون قريبة من الجسم وقريبة من الكتف الأيمن(اليد الضاربة)،كما يجب أن يعرف اللاعب إن ارتفاع الكرة سوف يحدد سرعتها فكلما كان الأداء سريعاً كلما كانت الكرة على ارتفاع اقل.

-ينتقل ثقل الجسم إلى الرجل الخلفية مع انثناء بسيط في الركبتين وفي هذه الأثناء يكون تقوس الظهر للخلف،وكلما كان التقوس كبيراً مع مرجحة الذراع كلما استطاع اللاعب الوصول إلى السرعة المناسبة التي يتطلبها هذا الشكل من الإرسال.

-تتجه الذراع الضاربة للخلف أكثر ما يمكن وبصورة مثنية من المرفق،كما هو موضح في الشكل(1).



**الشكل (1)**

**يوضح رمي الكرة وضربها في الإرسال من الأعلى المواجه(التنس)**

**2-2 الدراسات المشابهه**

**2-1 دراسة أ.م.د محمد عبد الرضا كريم م.د أحمد حسن صابر كمية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة ميسان**

**(أثير منهاج تعليمي في تطوير التوافق الحركي وعلاقته بدقة أداء مهارتي الارسال المواجه من الاعلى التنس والضرب الساحق المواجه العالي لدى ناشئي الكرة الطائرة)**

**ممخص البحث :**

**تجمت أٌهمية البحث استخدام المنهج التعليمي بتطوير قدرة التوافق الحركي وعلاقتٍا بدقة اداء بالمهارات الاساسية لمكرة الطائرة**

**والمهارات الٍهجومية خاصة كالأرسال الموجه من الاعلى والضرب الساحق , ولابد هن الاشارة الى ان الاداء الفني المميز يحتاج**

**الى التوافق الحركي وهي حالة اساسية وفي تحسين وتطوير الاىجاز , لذلك عمد المدربين إعطاء اٌهمية كبيرة لتوافق**

**الحركي .استخدم الباحث الهىٍج التجريبي بتصميم المجموعتين التجريبية والضابطة , تتكون العيىة من (10) لاعبا بأعمار (15– 17) سىة واستغرق تطبيق المنهج لمدة ( 8) أسابيع وبواقع ( 3) وحدات في الأسبوع وكان زمن الوحدة ( 90) دقيقة . وأظهٍرت**

**الىتائج وجود وتطور واضح في اختباارت القدارت الحركية والاداء الفني والدقة لمهٍارة الارسال المهواجه من الاعلى والضرب**

**الساحق بالكرة الطائرة ولصالح الهجهوعة التجريبية .وأوصى الباحث بضرورة استخدام المنهج التعليمي المقترح لما له من تأثير**

**ايجابي في تطوير متغيرات البحث.**

**2-2 حسناء ستار جبار الزهيري (2000)**([[12]](#footnote-12)).

**" التوافق الحركي وعلاقته باداء مهارة الارسال بنوعيه (المستقيم والقاطع) في التنس الارضي"**

**أهداف الدراسة:**

1. التعرف على بعض المتغيرات الكينماتيكية المؤثرة في مستوى أداء مهارة الإرسال وبنوعية (المستقيم والقاطع).
2. التعرف على العلاقة بين التوافق الحركي للارسالين (المستقيم والقاطع) في التنس الأرضي.

**اهم الاستنتاجات:**

1. وجود علاقة ارتباط معنوية بين التوافق الحركي للارسالين (المستقيم والقاطع) في التنس الأرضي.

**الفصل الثالث**

**3- منهجية البحث واجراءاته الميدانية**

**3-1 منهج البحث**

**3-2 عينة البحث**

**3-3 تجانس عينة البحث**

**3-3-1 وسائل جمع المعلومات**

**3-3-2 الادوات والاجهزة المستخدمة**

**3-4 اجراءات البحث الميدانية**

**3-4-1تحديد متغيرات البحث :**

**3-4-2 تحديد الاختبارات المستعملة بالبحث**

**3-4-3 التجربة الاستطلاعية**

**3-4-4 التجربة الرئيسية**

**3-5 الوسائل الاحصائية**

**-منهج البحث و أجراءته الميدانية**

**3-1 منهج البحث**

استخدم الباحث منهج الوصفي المسحي كونه انسب المناهج ملائمة للمشكلة البحث فهو يعد ( أسلوب يعتمد على دراسة الواقع أو ظاهرة كما توجد في الواقع ويهتم بوصفها وصفا دقيقا ويعبر عنها تعبيرا كميا أو كيفيا )(1)

**3-2 مجتمع وعينة البحث**

شملت عينة البحث على (20) طالب من المرحلة الرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة القادسيه للعام الدراسي 2023/2022 لدراسة الصباحية وقد اختيرت العينة بالطريقة العشوائية وشكلت نسبة قدرها (20%) من المجتمع الأصلي البالغ ( 100 ) طالب .

**3-3 تجانس عينة البحث**

جدول (1) مبين الاوساط الجانبية الانحرافات المعيارية والمنوال ومعامل الالتواء لعنية البحث

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| متغيرات التجانس | الوحدة | س- | ع | المنوال | معامل الالتوء |
| العمر | سنه | 20,8 | 1,29 | 20.5 | 0,194- |
| طول | سم | 162 | 1,724- | 179 | 0,27 |
| الكتلة \ الوزن | كغم | 61.12 | 4,255 | 69 | 0,352 |

ظهر الجدول اعلى قيم معامل الالتواء هي اقل من (+1) وهذا يدل على تجانس افراد عينة البحث في المتغيرات (العمر – طول - وزن)

ــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــ

1. ذوقان عيدان وآخرون البحث العلي وأساليب ,القاهرة ,دار الفكر العربي 2008 ص 187

**3-3-1 وسائل جمع المعلومات**

1. **المصادر العربية والاجنبية**
2. **الاختبار والقياس**
3. **استمارة تسجيل البيانات**

**3-4 الأدوات المستخدمة**

1. ملعب كرة الطائرة
2. كرات عدد 5
3. صافرة
4. كرة تنس عدد 4
5. حاسبة
6. شريط قياس

**3-5 الاختبارات المستخدمة**

تم اختيار الاختبارات بعد الاتفاق مع السيد المشرف وبعد الرجوع الى المصادر.

1. الاختبار الأول : اختبار رمي واستقبال وضرب الكرة [[13]](#footnote-13)

غرض الاختبار : قياس التوافق بين العين واليد

الادوات : كرة تنس حائط يرسم خط على بعد خمسة امتار من الحائط

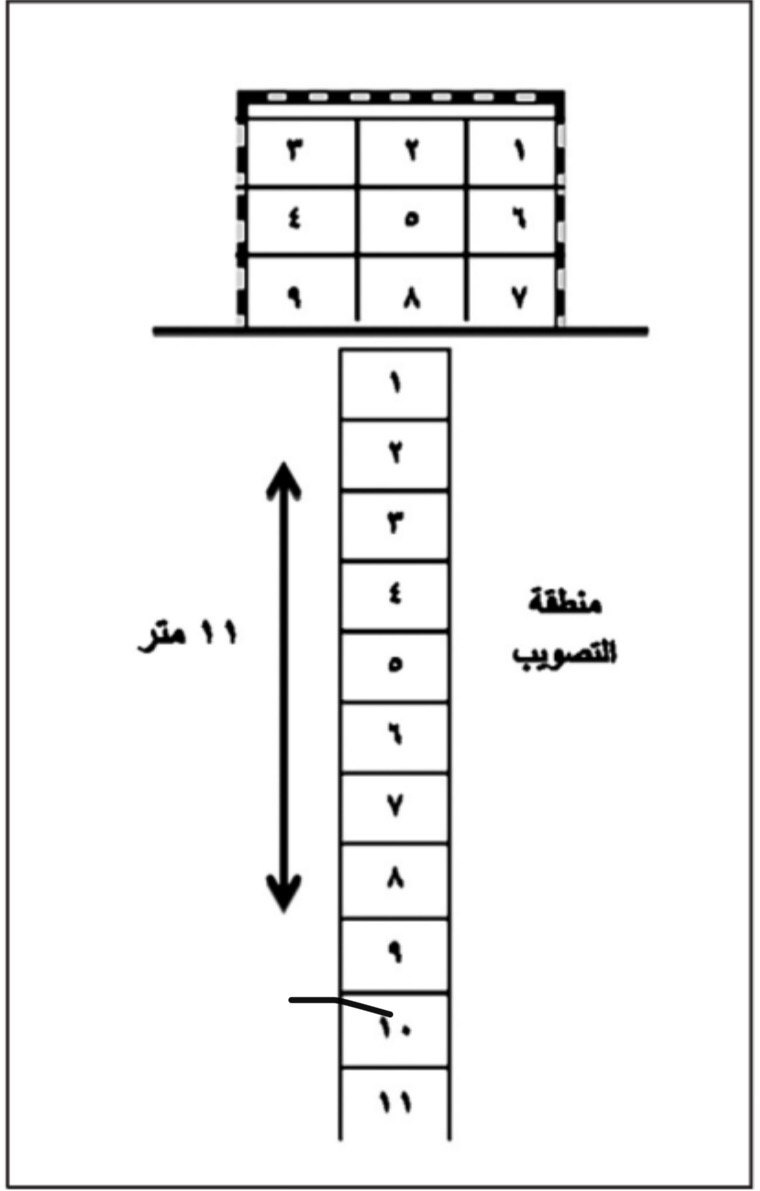
مواصفات الاداء يقف المختبر امام الحائط وخلف الخط المرسوم على الارض حيث يتم الاختبار وفقا للتسلسل الاتي

رمي الكره خمس مرات متتاليه باليد اليمنى على ان يستقبل المختبر الكره بعد ارتدادها من الحائط بنفس اليد

رمي الكره خمس مرات متتاليه باليد اليسرى على ان يستقبل المختبر الكره بعد ارتدادها من الحائط بنفس اليد

رمي الكره خمس مرات متتاليه باليد اليمنى على ان يستقبل المختبر الكره بعد ارتدادها من الحائط باليد اليسرى

تسجيل الدرجات : لكل محاوله صحيحه تحسب للمختبر درجة اي ان الدرجه النهائيه هي 15 درجه



شكل الاختبار رقم (1)

1. **اختبار الدقة لمهارة الإرسال المواجه من الأعلى ([[14]](#footnote-14))**

* **الهدف من الاختبار** : قياس الدقة لمهارة الإرسال المواجه من الأعلى.
* **الادوات المستخدمة** : ملعب كرة طائرة قانوني ، وكرات طائرة قانونية عدد (5) ، وشريط لاصق ملون لتقسيم مناطق الملعب ، كما هو موضح في الشكل (2) .
* **مواصفات الأداء** : يقف الطالب المختبر في منتصف الخط النهائي للملعب أي ( في النصف المواجه لنصف الملعب المقسم الى درجات ) على بعد 9 أمتار من الشبكة ، وفي هذا المكان يكون الطالب المختبر ممسك بالكرة ليقوم باداء الارسال لتعبر الكرة الشبكة الى النصف المقسم من الملعب .
* **شروط الأداء :** في حالة عدم عبور الكرة للشبكة أو في حالة عبورها لكن خروجها عن حدود الملعب المقابل (المقسم) تحسب محاولة للطالب المختبر من ضمن المحاولات الخمس الممنوحة له ، ولا تحتسب درجتها .
* **التسجيل :**

يأخذ الطالب المختبر درجة المنطقة التي تقع فيها الكرة لكل ارسال صحيح ،و لكل طالب (5) محاولات ، ولكون الدرجات موزعة على المناطق من (1-5) درجات فان الدرجة الكلية لهذا الاختبار هي (25) درجةً ، وكما موضح في الشكل (3) .

الكرات

\* \* \* \* \*

3 م

3 م

3 م

4

2

3

1

4

2

5

الشكل( 2)

**3-6 التجربة الاستطلاعية**

قام الباحث بأجراء تجربة استطلاعية على عينة خارج عينة البحث وعددهم (12) في يوم الثلاثاء المصادف 2023/1/17 الساعة الحادية عشر صباحا وعلى ملعب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة وذلك للوقوف على أهم المعوقات التي ترافق الاختبار.

**3-7 التجربة الرئيسية**

قام الباحث بأجراء تجربة رئيسة على طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة القادسيه يوم الخميس المصادف 2023/1/19 في الساعة الحادية عشر صباحا وعلى ملعب الكلية حيث ثم أجراء اختبار التوافق واختبار الارسال على عينة البحث والمتكونة من 20 طالب وحرص الباحث على أن توفر نفس ظروف التجربة الاستطلاعية.

**3-8 الوسائل الإحصائية[[15]](#footnote-15)**

* الوسط الحسابي
* الانحراف المعياري
* معامل ارتباط بيرسون
* معامل الالتواء
* المنوال

الفصل الرابع

4 - عرض النتائج وتحليل النتائج

4-1 عرض النتائج

4-2 تحليل النتائج

4**\_عرض ومناقشة النتائج لاختبار التوافق الحركي ودقة الارسال**

**4\_1\_عرض ومناقشة نتائج اختباري التوافق الحركي ودقة الارسال**

جدول رقم (2)

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| التوافق الحركي | الارسال | قيمة (ر) المحتسبة | قيمة (ر)الجدولية | مستوى الدلائل |
| س- ع  1,51 0,5 | س- ع  12,1 3,03 | 0.82 | 0.441 | معنوي |

من خلال الجدول (2)يتضح ان الوسط الحسابي لصفة التوافق الحركي بلغت (7.51) وبانحراف معياري قدره (0.5) بينما كان الوسط الحسابي لاختبار الارسال (12,1) وبانحراف معياري (3,03) ومن خلال ايجاد حاصل الارتباط البسيط (ر) ظهرت لنا قيمة (ر) المحتسبة (0.82) وهي اكبر من قيمة (ر) الجدولية (0.441) تحت درجة حرية (19)ومستوى دلاله (0,05) مما يدل على وجود ارتباط بين الصفة البدنيه والمهارية .

ويعزز الباحث سبب ذلك الى ان هناك ارتباط الصفات البدنية ولا سيما صفة التوافق الحركي لدى عينة البحث لذلك ظهرت علاقة ارتباط بين صفة التوافق الحركي ومهارة الارسال لدى العينة حيث يجب التاكد على تدريب الصفات البدنية العلمية الصحيحة وخصوصا صفة التوافق الحركي التي تتسم بشكل كبير في تطوير المهارات الفنية ولا سيما مهارة الارسال .

حيث ان اداء هذه المهارة يتطلب من المؤدي توافق حركي بين الحواس الداخلة في اداء هذا المهارة حيث لابد من وجود توافق حركي بين الذراع الضاربة والاداة (الكرة) لضمان نجاح اداء هذه المهارة .

**الفصل الخامس**

**5- الاستنتاجات والتوصيات**

**5-1- الاستنتاجات**

**5-2- والتوصيات**

**5- الاستنتاجات والتوصيات:**

**5-1 الاستنتاجات**

**1- وجود علاقه ارتباط معنويه بين التوافق ودقه الارسال في كره الطائره**

**2- للتوافق الحركي اثر كبير في نجاح الارسال في الكرة الطائرة**

**3- عينه البحث تواجة صعوبة في اداء الارسال الموجة من الاعلى بالكرة الطائرة**

**5-2 التوصيات**

في ضوء ما توصل اليه الباحث من استنتاجات وضع التوصيات التالية

1- التأكد على التوافق خلال عمليات التعليم

2- اجراء بحوث ودراسات مشابهة على بقية الفعاليات الرياضية الاخرى

3- دراسة العلاقة بين التوافق وبعض المهارات الاساسية بكره الطائره

**المصادر العربيه**

**المصادر**

1- القران الكريم

2 - كمال عبد الحميد :أسس التدريب الرياضي , تنميه اللياقه البدنيه لتربيه الرياضيه , القاهره , دار الفكرفي ا العربي ,1997

3- نوال مهدي العبيدي : التدريب الرياضي لمرحله الرابعه , بغداد ,مطبعه دار الارقم للطباعه ونشر , 2008

4- فاطمه عبد مالح : التدريب الرياضي لمرحله الرابعه ,بغداد, مطبعه دار الارقم للطباعه ونشر ,2008

5- اكرم زكي خطابيه : موسوعه كره الطائره الحديثه , دار الفكر للطباعه ونشر وتوزيع ,1996

6- محمد حسن علاوي : البحث العلمي في التربيه الرياضيه وعلم النفس ,القاهره ,دار الفكر العربي ,ط2, 1999

7- ماهرعبد الاله عبد الستار : اثرجهاز مخترحه لتطوير سرعه دقه الارسال الساحق اللاعبي طائره الشباب رساله ماجستير ,كليه التربيه الرياضيه ,جامعه بغداد ,2007

8- قاسم المندلاوي (واخرون) :الاختبارات والقياس في التربيه الرياضيه وفي التربيه البدنيه , الموصل , مطابع التعليم العالي ,1989

9- وديع ياسين التكريتي وحسن محمد العبيدي ,التطبيقات الاحصائيه وستخدامات الحاسوب في البحوث التربيه الرياضيه ,الموصل ,1999

10- وديع ياسين وحسن محمد :- التطبيقات الاحصائيه واستخدام الحاسوب في بحوث تربية الرياضية / مطبعة جامعة الموصل 1999 ص 434

1. ناهدة عبد زيد : أساسيات في التعلم الحركي , النجف , دار الضياء ,٢٠٠٨ , ص٤٠ . [↑](#footnote-ref-1)
2. **www.badnia.net** [↑](#footnote-ref-2)
3. **عادل فاضل : التوافق الحركي مساراته ومنحنياته , الأكاديمية الرياضية العراقية , ٢٠٠٥.** [↑](#footnote-ref-3)
4. وجيه محجوب : علم الحركة ,الموصل , دار الكتب ,١٩٨٩ , ص٥٣ [↑](#footnote-ref-4)
5. 1 وجيه محجوب : مصدر سبق ذكره ,١٩٨٩ , ص٤٣ . [↑](#footnote-ref-5)
6. اكرم زكي خطابيه : موسوعه كره الطائره الحديثه ,دار الفكر للطباعه ونشر وتوزيع ,1996 , ص 75 [↑](#footnote-ref-6)
7. 1 Rennic Iidor . Dereloping mental skills serving , coching , volley ball , feb , March , 1995 , p . 16 . [↑](#footnote-ref-7)
8. (2) علي مصطفى طه : مصدر سبق ذكره ، ص37 . [↑](#footnote-ref-8)
9. (3) كلين . هـ . ايكسدون وفراش سكفاس : سلسلة الاكتشاف الرياضي للكرة الطائرة ( ترجمة ) فريق كمونة واخرون ، الموصل : مطابع التعليم العالي ، 1990 ، ص36 . [↑](#footnote-ref-9)
10. (1) ناهدة عبد زيد الدليمي : مصدر سبق ذكره ، 2002 م ، ص27 . [↑](#footnote-ref-10)
11. (2) عقيل الكاتب (وآخرون ) : الكرة الطائرة التكتيك والتكنيك الفردي ، بغداد : مطبعة التعليم العالي ، 2002 .، ص46 . [↑](#footnote-ref-11)
12. () حسناء ستار جبار الزهيري: التوافق الحركي وعلاقته باداء مهارة الارسال بنوعيه (المستقيم والقاطع) في التنس الارضي ، رسالة ماجستير ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية للبنات ، 2000 . [↑](#footnote-ref-12)
13. علي سلوم جواد : الاختبارات والقياس والاحصاء في المجال الرياضي ، النجف ، مطبعة الميزان ، 2004 ، ص149 [↑](#footnote-ref-13)
14. ناهده عبد زيد : تأثير التداخل في أساليب التمرين على تعلم مهارتي الإرسال الساحق والضرب الساحق بالكرة الطائرة ، أطروحة دكتوراه ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، 2002، ص57 . [↑](#footnote-ref-14)
15. وديع ياسين وحسن محمد :- التطبيقات الاحصائيه واستخدام الحاسوب في بحوث تربية الرياضية / مطبعة جامعة الموصل 1999 ص 434 [↑](#footnote-ref-15)