

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة القادسية

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

بعض القدرات الحركية وعلاقتها بمستوى أداء الضرب الساحق

بالكرة الطائرة لطلاب المرحلة الرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
جامعة القادسية

بحث تخرج مقدم إلى :

مجلس كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة القادسية وهو جزء من
متطلبات نيل شهادة البكالوريوس في علوم التربية الرياضية

من قبل :

ساره يوسف حمود

بإشراف :

م.م. مروه عبد الكاظم فضول

1444 هـ

2023 م

الباب الأول

1- التعريف بالبحث

1-1 المقدمة أهمية البحث

1-2 مشكلة البحث

1-3 أهداف البحث

1-4 فروض البحث

1-5 مجالات البحث

1- التعريف بالبحث (1) :-

1-1 المقدمة وأهمية البحث

الضرب الساحق: وهو عبارة عن ضرب الكرة بإحدى اليدين بقوة وتميرها بالكامل فوق الشبكة وتوجيهها إلى ملعب الفريق المنافس بطريقة قانونية الهدف من الضرب الساحق في لعبة الكرة الطائرة هو الحصول على نقطة من نقاط المباراة أو الحصول على الإرسال فلو ظلت لعبة الطائرة تلعب بدون الضربات الساحقة إلى أيامنا هذه واقتصرت على مجرد تمرير الكرة بين اللاعبين ووضعها في المكان الخالي من ارض ملعب الفريق الآخر لاستمرت مباراة الكرة الطائرة يوما كاملا بسبب ارتفاع مستوى الفرق الرياضية في تكنيكات الدفاع الحديثة واتخاذ المواقع المناسبة والسليمة يحول دون إيجاد ثغرات تتيح للحصول على نقاط بطريقة سهلة لهذا ظهرت مهارة الضرب الساحق في الكرة الطائرة والتي تعتبر المهارة الهجومية الأساسية التي تعمل على تفوق الفرق المنافسة وتتطلب هذه المهارة نوعية معينة من اللاعبين يتميزون بسرعة البديهية وحسن التصرف والثقة بالنفس وارتفاع القائمة، وقوة عضلات الرجلين والسرعة والحركة الحركية الفائقة والرشاقة والتوافق الحركي وتوجيه الضربات في نقطة معينة بالإضافة إلى الهبوط الصحيح وفي نفس الوقت الاستعداد للدفاع.

1 - علي مصطفى طه: الكرة الطائرة، تاريخها ، تعلم، تحليل، قانون : القاهرة، دار الفكر العربي ، 1999 ، ص112.

1 - 2 مشكلة البحث :-

يعتبر التدريب في الكرة الطائرة أساساً من أهم الأسس التي يحتاج إلى إعداد الرياضي أعداداً جيداً من الناحية البدنية والناحية المهارية إضافة إلى العناصر الأخرى وإن إتقان التدريب من قبل المدرب في لعبة ما سوف يؤدي إلى إنجاز المستوى العالي في عملية الضرب الساحق ومن خلال الملاحظة المستمرة لطلبة المرحلة الرابعة وجد هناك ضعفاً في مستوى أداء مهارة الضرب الساحق والسبب في ذلك يعود إلى إهمال تنمية القدرات الحركية التي توجد في اختصاص الكرة الطائرة إذ يستوجب اختيار وسائل تدريبية فاعلة في تنمية هذه المهارة .

1 - 3 هدف البحث :-

التعرف على العلاقة بين بعض القدرات الحركية وأداء مهارة الضرب الساحق بالكرة الطائرة لدى طلاب المرحلة الرابعة .

1 - 4 فرض البحث :-

هناك علاقة معنوية بين بعض القدرات الحركية وأداء مهارة الضرب الساحق بالكرة الطائرة لدى طلاب المرحلة الرابعة .

1 - 5 مجالات البحث :-

1-المجال البشري :- طلاب المرحلة الرابعة - كلية التربية البدنية وعلوم

الرياضة - جامعة القادسية 2022 - 2023 .

2-المجال المكاني :- القاعة المغلقة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة -

جامعة القادسية .

3-المجال الزمني :- 2022/11/4 - 2023/ 4/4

الباب الثاني

2- الدراسات النظرية والدراسات المشابهة

2 - 1 الضرب الساحق

2 - 2 التوافق الحركي

2 - 2-1 تعريف التوافق الحركي

2 - 3 الرشاقة

2- الدراسات النظرية والدراسات المشابهة :

2-1- الدراسات النظرية :

2 - 1 - 1 - الضرب الساحق (1) :-

تعد مهارة الضرب الساحق إحدى المهارات الأساسية في لعبة الكرة الطائرة إذ يقفز اللاعب ويضرب الكرة بسرعة من فوق الشبكة إلى ملعب المنافس وبطريقة قانونية. كما تعتبر المهارة السلاح الأول لإحراز النقاط للفريق ومن أهم المهارات الهجومية التي لها تأثير مباشر وفعال في تحقيق الفوز وتفوق فريق على فريق آخر.

أنواع الضرب الساحق :-

1- الضرب الساحق بالدوران .

2- الضرب الساحق المواجه والعالي.

3- الضرب الساحق الجانبي والخطاف.

4- الضرب الساحق بالرسغ.

5- الضرب الساحق بالخداع.

6- الضرب الساحق من الملعب الخلفي.

2 - 1 - 2 - التوافق الحركي :-

1 - ناهده عبد زيد : تأثير التداخل في أساليب التمرين على تعلم مهارتي الإرسال الساحق والضرب الساحق في الكرة الطائرة ، أطروحة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد ، 2002.

تبرز أهمية التوافق الحركي عندما يقوم الفرد بحركات تتطلب استخدام أكثر من عضو من أعضاء الجسم في وقت واحد إذا كانت الأعضاء تعمل في أكثر من اتجاه في نفس الوقت فالتوافق هو قدرة الفرد على إدماج أنواع من الحركات في قالب واحد يتسم بالانسائية وحسن الأداء ويتطلب مكون التوافق تعاوناً كاملاً من الجهازين العضلي والعصبي لتمكن أداء الحركات على أفضل صورة ممكنة خاصة المعقدة منها أي تلك الحركات التي يستخدم في أدائها أكثر من جزء من أجزاء الجسم في وقت واحد والتي تتطلب ادماج حركات من أنواع مختلفة في إطار واحد وإن تنمية التوافق تعد أحد الأهداف الرئيسة للتربية البدنية كما لا يقتصر أهمية التوافق على المجال الرياضي فقط بل إن الفرد يحتاج إلى آلية في حياته اليومية ففي المشي وتقدير المسافات بين الفرد والمركبات وقيادة السيارات تحتاج إلى توافق حركي بين العينين والذراعين والقدمين حتى تكتمل عملية التوافق الحركي⁽¹⁾.

2 - 2-1 تعريف التوافق الحركي⁽²⁾

نعني بالتوافق الحركي: - ترتيب وتبويب عدة أشياء وهذا الترتيب يختلف من علم إلى آخر، أي التوافق بين الحركة التي يتكون منها الأداء إذا كانت حركة أو بينهما وبين حركات أخرى إذا كانت حركات متكررة وسلسلة حركية.

ومثال على ذلك طرق السباحة وخاصة عن التوفيق بين حركات الذراعين والرجلين أو في سلسلة الحركية في الجمناستك.

¹ - ريسان مجيد : موسوعة الاختبار والقياس في التربية البدنية، الجزء الأول طبعة 1989.

² - نجاح مهدي شلش: التعلم الحركي - جامعة البصرة - كلية التربية الرياضية 2000.

إن للتوافق أهمية كبيرة وذلك لأنه يعتبر أحد الأهداف الرئيسة للتربية البدنية وأهمية التوافق الحركي لا تستحوذ في التربية البدنية فقط بل تستمر إلى الحياة اليومية العامة للفرد وكذلك فالمشي وركوب السيارات والكتابة على آلة العزف على البيانو تتطلب قدرا معيناً من التوافق بين الأطراف والجسم ككل والعين واليدين .

يقسم التوافق الحركي إلى قسمين هما :-

1-التوافق الخاص : فإنه ذلك النوع الذي يتماشى مع نوع وطبيعة الفعالية أو

النشاط الحركي الممارس فكرة القدم تستوجب نوع من التوافق الخاص خلال أداء مهارات مختلفة.

2- التوافق بين أعضاء الجسم ككل وتوافق الأطراف : وهذا التوافق يحدد

بالتوافق الذي يشارك فيه الجسم ككل أما توافق الأطراف فإنه يستخدم الحركات التي تتطلب مشاركة الفريق فقط أو اليدين والقدمين معا.

2 - 3 - الرشاقة (1) :-

هي قدرة الفرد على أداء المهارات الحركية بشكل عالي ودقيق مع السيطرة على الواجبات الحركية المعقدة وعلى التوافق الصعب والتوافق الحركي، وتعني أيضا(القدرة على تغيير أثناء الحركة السريعة في أقل زمن ممكن وبدقة، ان الرشاقة صفة جامعة لكل الصفات وإنما ليست صفة مكتسبة لمهارة واحدة وإنما هي مجموعة كاملة لعدة مهارات وهي صفة للنشاط الرياضي الذي يتراوح وهي صفة التغيير وصفة ربط الحركات وضبط المهارة المعقدة وهي السيطرة على التوافق والقدرة على التغيير

¹ - قيس ناجي عبد الجبار: الاختبارات ومبادئ الإحصاء في المجال الرياضي 1984

- الصفات الحركية كافة وللرشاقة أهمية خاصة ليس في المجال الرياضي فقط بل تتعدى هذه الأهمية إلى مجال الحياة اليومية عامة وتقسم الرشاقة إلى قسمين هما:-
- 1- **رشاقة عامة:-** وتعني إمكانية الفرد على مدى التوافق والانجاز الجيد للحركات.
 - 2- **الرشاقة الخاصة:-** تعني أيضا مقدرة اللاعب على التصرف في إنجاز تكتيك الفعاليات الرياضية بأعلى كفاءة ممكنة .

الباب الثالث

3 - منهجية البحث وإجراءاته

3 - 1 منهج البحث

3 - 2 عينة البحث

3 - 2 - 1 ادوات البحث

3 - 2 - 2 الأجهزة المستخدمة

3 - 2 - 3 التوصيف والاختبارات

3 - 3 إجراءات البحث الميدانية

3-4 التجربة الرئيسية

3-5 الوسائل الاحصائية

الباب الثالث

3 - منهجية البحث وإجراءاته الميدانية :

3 - 1 منهج البحث

إن الدراسة الطبيعية التي تطرقت إليها الباحثة هي استخدام المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لملائمته طبيعة بحثها للمنهج لان المنهج الصحيح (هو عبارة عن طريقة يصل بها الإنسان إلى الحقيقة) ويتم الوصول إلى هذه الحقائق العلمية من خلال البحث والاستقصاء كما إن الفكرة الأساس التي يعتمد عليها المنهج البحث تكون عبارة عن محاولة الباحثة التحكم في الموقف المراد دراسته باستثناء المتغير أو المتغيرات التي يعتقد إنها السبب الرئيسي في حدوث تغيير معين قد يحدث في ذلك الموقف) لذا نجد إن كل ظاهرة طبيعية لها منهج معين يتلاءم مع طبيعة فكرتها ومسارها ولأجل ذلك فقد اعتمدت الباحثة على المنهج التجريبي لكونه يتلاءم مع طبيعة المشكلة المدروسة.

3 - 2 مجتمع وعينة البحث :-

حددت الباحثة مجتمع بحثها والمتمثل بطلاب المرحلة الرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة القادسية واختارت عينة بحثها بالطريقة العشوائية بنسبة مئوية 27% من مجتمع الأصل بعد إفراز الطلبة الراسبين ولاعبين الأندية.

3 - 2 - 1 أدوات البحث

1- المصادر والمراجع العربية.

2- الاختبارات الموضوعية.

3- الاستبيان

3 - 2 - 2 الأجهزة المستخدمة

- 1- اشارات وأرقام .
- 2- أجهزة القياس .
- 3- أجهزة والمعدات الرياضية .
- 4- استمارة تسجيل البيانات .
- 5- استمارة التسجيل الخاصة بالتقويم للطلاب أثناء الاداء الفني للمهارات.

3 - 2 - 3 التوصيف والاختبارات (1)

اسم الاختبار :-

اختبار الرشاقة (الجري المتعرج بين الأعلام من خلال التمارين المتقدمة.

الغرض من الاختبار :-

هو استخدام الحركات الرياضية والتوافقية التي تحتاج إلى دقة والسرعة في قياس الرشاقة وتسجيل الزمن المتفرق إلى اللاعب عند أداء التمارين والحركات.

1 - ريسان مجيد خريبط (موسوعة القياس والاختبار في التربية الرياضية ، الجزء الأول ، 1989 ، ص165)

الأجهزة والأدوات المستخدمة في الاختبار:-

1- أعلام عدد (9)

2- رسم بداية ونهاية بواسطة الأصباغ

وصف الأداء :-

يبدأ الجري من خلف خط البداية ومن بين الأعلام حتى النهاية ثم يعود في خط مستقيم يمر بين خط البداية ويكرر الجري المتعرج بين الأعلام ثم يمر من بين علمين النهاية يمر من خط المنتصف حتى خط البداية حيث يحسب الزمن المستغرق بساعة إيقاف إلى أقرب 10 ثانية .

التسجيل :-

يسجل المختبر الزمن الذي استغرقه من الجري أثناء التكرار (التمرين)

اسم الاختبار :-

اختبار تقويم الدقة لمهارة الضرب المستقيم الساحق بالكرة الطائرة.

الغرض من الاختبار:-

قياس الدقة لمهارة الضرب الساحق المستقيم في المثلث الداخلي من ملعب المنافس.

الأجهزة والأدوات المستخدمة :-

1- ملعب كرة طائرة قانوني.

2- كرات طائرة قانونية.

3- شريط لاسق ملون لتقسيم الملعب.

4- شبكة في منتصف الملعب.

5- ساعة توقيت .

مواصفات الأداء :-

يقوم الطالب المختبر بالأداء الضرب الساحق من مركز رقم (4) بحيث يقوم المدرس أو أحد الفريق العمل المساعد بإعداد الكرات له من مركز رقم (3) ويقوم الطالب المختبر بالأداء المهارة الضرب الساحق محاولا إسقاط الكرة في المثلث الداخلي للملعب مقابل المقسم إلى ثلاث مناطق هي (A - B - C).

شروط الأداء :-

1- لكل طالب مختبر (5) محاولات متتالية.

2- يجب أن يكون الإعداد جيدا في كل محاولة.

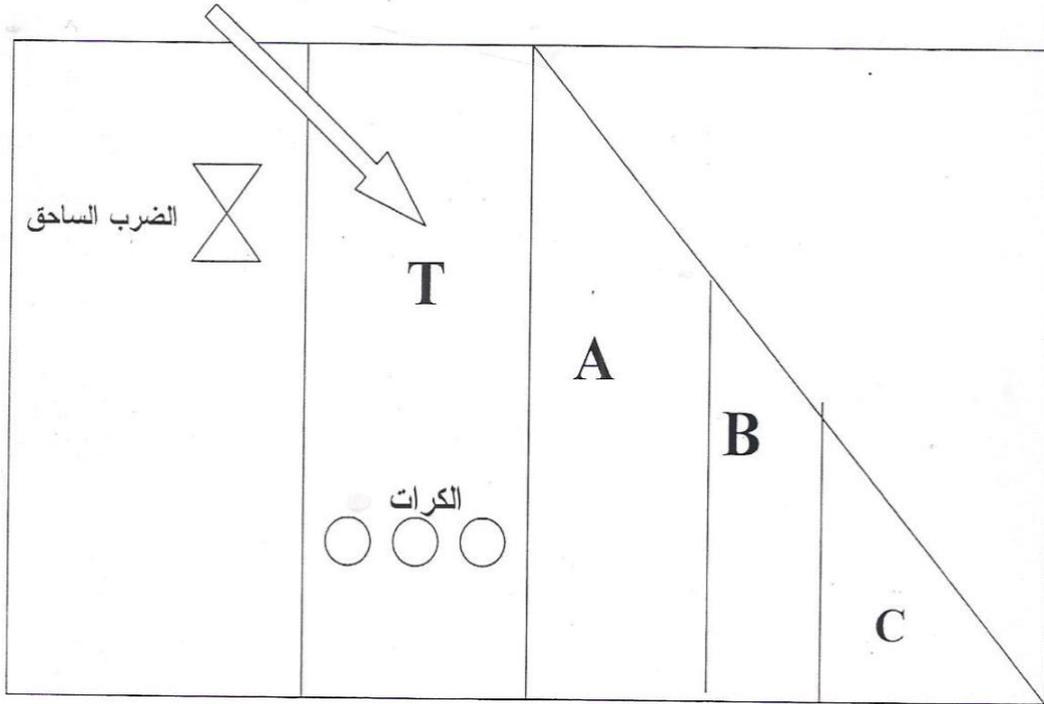
3- تحتسب الدرجات على وفق مكان سقوط الكرة وكما يلي :-

كيفية احتساب الدرجات لكل طالب مختبر (1) :-

1- في منطقة (A) ثلاث درجات .

2- في منطقة (B) درجة واحدة .

3- في منطقة (C) خمس درجات .



التسجيل :-

تحتسب الدرجات للطالب المختبر التي يحصل عليها من المحاولات الخمس علما أن

الدرجة الكلية هي (25) درجة .

اسم الاختبار (1) :-

التوافق الحركي لكافة الحركات التي يؤديها الجسم .

الغرض من الاختبار :-

يهدف الاختبار إلى قياس قدرة الفرد على تغير من وضع الجسم أثناء حركة إلى الأمام بسرعة .

الأجهزة والأدوات :-

1- قائما وثب عالي المسافة بينهما (10) قدم .

2- عارضة توضع فوق القائمين بالارتفاع مساوي لارتفاع المختبر .

3- ساعة إيقاف .

مواصفات الأداء :-

يقف المختبر على الجانب الأيمن لأحد القائمين عند سماع إشارة يقوم المختبر بالجري على شكب حرف (8) كما هو موضح حيث يعمل المختبر أربع دورات كل دورة تنتهي في نفس المكان إلي يبدأ منه .

توجيهات :-

1- يجب إتباع السير المحدد .

2- يجب عدم لمس القوائم أو العارضة .

1 - ريسان مجيد خربيط : موسوعة القياس والاختبار في التربية المدنية ، الجزء الأول ، طبعة 1989 ،

اسم الاختبار:-

التوازن والوقوف بالقدم طويلة على العارضة.

الغرض من الاختبار:-

قياس التوازن الثابت على حافة العارضة بإحدى القدمين.

الأجهزة والأدوات :-

1- ساعة إيقاف .

2- صندوق مصنوع من الخشب مثبت في منطقة عارضة ارتفاعها (20) سنتمتر وطولها (60) سنتمتر .

مواصفات الأداء:-

يقف المختبر على حافة العارضة بأحدى قدميه على أن توضع القدم بحيث تكون طويلة على العارضة هذا ويضع المختبر القدم الثانية على اللوحة أو على الأرض، عند سماع إشارة البدء يقوم المختبر برفع الرجل التي على اللوحة أو الأرض بحيث يرتكز على العارضة ويستمر بل التوازن وفق العارضة إلى أكبر وقت ممكن يؤدي نفس العمل بالقدم الأخرى.

التسجيل :-

يسجل المختبر الزمن الذي استطاع خلاله الاحتفاظ بتوازنه فوق العارضة وذلك من لحظة مغادرة قدمه الحرة اللوحة الأرض وحتى لمس اللوحة أو الأرض بأي جزء من أجزاء الجسم.

3 - 3 إجراءات البحث الميدانية :-

1- التجربة الاستطلاعية:-

قامت الباحثة 11 / 12 / 2022 بإجراء تجربة استطلاعية على عينة بلغ عددها 5 طلاب للتحقق من الأمور التالية :-

1- ثبات موضوعية الاختبار .

2- كفاءة فريق العمل (1) .

3- مستوى صعوبة الاختبار وملائمتها لأفراد العينة .

كفاءة الأجهزة والأدوات المستخدمة .

3-4- التجربة الرئيسية :-

قامت الباحثة بإجراء التجربة الرئيسية على عينة بحثها بتاريخ 18 / 12 / 2022 في القاعة المغلقة في كلية التربية الرياضية في الساعة العاشرة صباحاً .

3 - 5 الوسائل والقوانين الإحصائية (1) :-

مج س

$$1- \text{الوسط الحسابي} = \frac{\text{مج س}}{\text{ن}}$$

مج (س - س) 2

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

مج ح س × ح ص

$$3- \text{معامل ارتباط بيرسون} = \frac{\text{مج ح س} \times \text{ح ص}}{\sqrt{\text{مج ح 2} \times \text{س 2} \times \text{ح 2} \times \text{ص 2}}}$$

¹ - وديع ياسين : التطبيقات الإحصائية واستخدام الحاسوب في بحوث التربية الرياضية ، جامعة الموصل ،

الباب الرابع

4- عرض النتائج ومناقشتها

4 - 1 عرض النتائج

4 - 2 تحليل النتائج

4 - 2 - 1 تحليل النتائج

4 - 2 - 2 تحليل النتائج

الباب الرابع

4- عرض النتائج ومناقشتها :-

4 - 1 عرض النتائج :-

بعد جمع البيانات توصل الباحثة إلى عدد من النتائج التي ارتأت على شكل جدول

وكما يلي :-

جدول رقم (1)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لنتائج الاختبارات للقدرات الحركية
ودقة الضرب الساحق بالكرة الطائرة

الاختبار	وحدة القياس	س	ع
1- اختبار الرشاقة (الجري المتعرج بين الأعلام)	الزمن الثانية وأجزائها	7	3,2
2- اختبار التوافق الحركي (الجري لقياس قدرة الفرد على التغيير من وضع الجسم أثناء الحركة للأمام)	الزمن الثانية وأجزائه	6	1,1
3- اختبار التوازن اختبار التوازن الثابت على العارضة بالقدم الطويلة	الزمن الثانية وأجزائه	7	1,8
4- اختبار الضرب الساحق		6	3

4 - 2 تحليل النتائج :

جدول (2)

يبين قيمة (ر) المحتسبة والجدولية لنتائج الاختبار الرشاقة ودقة الضرب الساحق بالكرة الطائرة لأفراد العينة

معنوية الارتباط	مستوى الدلالة	درجة الحرية ن - 1	قيمة ر الجدولية	قيمة ر المحتسبة
معنوي	0,5	10	%28	%50

يوضح الجدول أعلاه قيمة (ر) المحتسبة والتي قد بلغت (50%) والجدولية (28%) ودرجة الحرية (10%) ومستوى الدلالة (0,5%) وهي قيمة مئوية (وهذا يعني إن هناك توجد علاقة ارتباط بين الرشاقة ودقة الضرب الساحق بالكرة الطائرة وهذا ما يتفق مع فروض البحث.

4 - 2 - 1 تحليل النتائج :

جدول (3)

يبين قيمة (ر) المحتسبة والجدولية لنتائج التوافق الحركي ودقة الضرب

الساحق بالكرة الطائرة لأفراد العينة

معنوية الارتباط	مستوى الدلالة	درجة الحرية ن - 1	قيمة ر الجدولية	قيمة ر المحتسبة
معنوي	0,5	10	%28	%57

الجدول أعلاه يبين قيمة (ر) المحتسبة والتي قد بلغت (57%) والجدولية (28%) ودرجة الحرية (10%) مستوى الدلالة (5%) وهي قيمة معنوية وهذا يعني ان هناك توجد علاقة بين التوافق الحركي والضرب الساحق بالكرة الطائرة وهذا ما يتفق مع فروض البحث.

4 - 2 - 2 تحليل النتائج :

جدول (4)

يبين قيمة (ر) المحتسبة والجدولية لنتائج الاختبار التوازن ودقة الضرب الساحق بالكرة الطائرة لأفراد العينة

قيمة ر المحتسبة	قيمة ر الجدولية	درجة الحرية ن - 1	مستوى الدلالة	معنوية الارتباط
%59	%28	10	0,5	معنوي

الجدول أعلاه يبين قيمة (ر) المحتسبة والتي قد بلغت (59%) والجدولية (28%) ودرجة الحرية (10%) مستوى الدلالة (5%) وهي قيمة معنوية وهذا يعني ان هناك توجد علاقة ارتباط بين التوازن ودقة الضرب الساحق بالكرة الطائرة وهذا ما يتفق مع فروض البحث

الباب الخامس

5- الاستنتاجات والتوصيات :-

5 - 1 الاستنتاجات:-

5 - 2 التوصيات

الباب الخامس

5- الاستنتاجات والتوصيات :-

5 - 1 الاستنتاجات:-

- 1- هناك علاقة ارتباط معنوي بين الرشاقة والدقة الضرب الساحق بالكرة الطائرة.
- 2- هناك علاقة ارتباط بين التوازن والدقة أداء الضرب الساحق بالكرة الطائرة.
- 3- هناك علاقة ارتباط بين التوافق الحركي والدقة الأداء الضرب الساحق بالكرة الطائرة.

5 - 2 التوصيات

- 1- الاهتمام بالتطوير القدرات الحركية لدى الطلبة من خلال التمارين الخاصة بالكرة الطائرة.
- 2- تحديد القدرات الأكثر أهمية لدى الأداء الفني للمهارات الأساسية والعمل على تطويرها بشكل متزامن مع تعلم هذه المهارات.
- 3- توصي الباحثة بأجراء متابعة على كافة المهارات الفنية والقدرات الحركية الأخرى.

المصادر والمراجع

المصادر والمراجع :-

- 1- علي مصطفى طه: كرة الطائرة، تاريخها ، تعلم، تحليل، قانون : القاهرة، دار الفكر العربي ، 1999 ، ص112.
- 2- عصام الوشاحي: الكرة الطائرة الحديثة مفتاح الوصول إلى المستوى العالي، القاهرة: دار الفكر العربي ، سنة 1992.

- 3- ناهده عبد زيد : تأثير التداخل في أساليب التمرين على تعلم مهارتي الإرسال الساحق والضرب الساحق في الكرة الطائرة ، أطروحة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد ، 2002.
- 4- نجاح مهدي شلش: التعلم الحركي - جامعة البصرة - كلية التربية الرياضية 2000.
- 5- علي جوهر الطاهر : البحث العلمي - بغداد ، 1986.
- 6- محمد حسن علاوي: البحث العلمي في التربية وعلم النفس الرياضي ، دار الفكر العربي ، 1999.
- 7- ريسان مجيد : موسوعة الاختبار والقياس في التربية البدنية، الجزء الأول طبعة 1989.
- 8- قيس ناجي عبد الجبار: الاختبارات ومبادئ الإحصاء في المجال الرياضي . 1984 .

استمارة تقويم الأداء الفني لمهارة الضرب الساحق

رقم المجموعة: اليوم
أسم المقوم: التاريخ
التوقيع: المكان

الملاحظات	المحاولات			الاسم	ت
	الثالثة	الثانية	الأولى		
					1
					2
					3
					4
					5
					6