



## تأثير استخدام الستار التدريبي علي مهارة استقبال الارسال في الكرة الطائرة

ابراهيم حسن ابراهيم الديب

مدرس مساعد بكلية التربية الرياضية ( بنين - بنات ) بالعرش

## المخلص



يهدف البحث إلى التعرف على تأثير التدريبات باستخدام الستار التدريبي علي مهارة استقبال الارسال، واستخدم الباحث تحقيقاً لأهداف الدراسة المنهج التجريبي باستخدام القياس القبلي والبعدي للمجموعة الواحدة (عينة البحث الأساسية)، وذلك لمناسبته لطبيعة البحث، قام الباحث باختيار عينة الدراسة من لاعبي الكرة الطائرة بنادي الفيروز الرياضي- بمحافظة شمال سيناء بالطريقة العمدية نظراً لتوافر عينة الدراسة بفريق الكرة الطائرة بالنادي. وقد

توصل الباحث من خلال تطبيق البرنامج التدريبي باستخدام الستار التدريبي إلي تحسن واضح في المجموعة التجريبية قيد البحث ويعزي الباحث هذا التقدم إلي استخدام البرنامج التدريبي المقترح باستخدام الستار التدريبي ، ومن أهم النتائج أن البرنامج التدريبي المقترح للاعبين الكرة الطائرة قد أثر تأثيراً إيجابياً على تحسين وتنمية مهارة استقبال الارسال، ومن أهم التوصيات استخدام الستار التدريبي لتنمية وتطوير المهارات المختلفة في الكرة الطائرة.

## المقدمة:

التحكيم والتعليم والتدريب وتأهيل الرياضيين وغير الرياضيين وقد حظيت لعبة الكرة الطائرة في الآونة الأخيرة باهتمام عالمي كبير نظراً لأنها من الألعاب الجماعية التي تتميز مبارياتها بالإيقاع السريع والخطط الهجومية والدفاعية المستمرة طوال المباراة. وبالتالي فإن إتقان المهارات الأساسية للكرة الطائرة من أهم العوامل التي تحقق الفوز والانتصار للفريق لأن نجاح أي فريق يتوقف على مدى قدرة جميع لاعبيه على أداء المهارات الأساسية بأنواعها المختلفة بتفوق وبأقل قدر من الأخطاء. (3: 153)

وقد حظيت الكرة الطائرة باهتمام كبير في الآونة الأخيرة وذلك نظراً لأنها تمتاز بالإيقاع السريع والخطط الدفاعية والهجومية طوال فترة المباراة، وبالتالي فإننا نحتاج إلى لاعبين يمتازون بأداء وإتقان المهارات الأساسية للعبة لأنها العمود الفقري لها، ومن خلالها يصل

من أهم المميزات للعصر الحديث هو التقدم والتطور العلمي في كافة المجالات العلمية، الأمر الذي دفع العديد من الدول إلى إخضاع كافة الإمكانيات للبحث العلمي والتجريب حتى تتمكن من مسايرة الركب والتطور بداية بالتعرف على المشكلات العلمية ومحاولة إيجاد الحلول المناسبة له، وفي الوقت الراهن أصبح التدريب الرياضي علم يخضع للبحث العلمي مما ساهم في تطوير العديد من نظرياته ومفاهيمه وأيضاً الكثير من أساليبه الأمر الذي سيؤدي إلى الارتقاء بمستوى اللاعبين ووصولهم لأعلى مستوى ممكن والحفاظ على هذا المستوى لأطول فترة ممكنة. (7-8)

وقد طرقت التربية الرياضية في الآونة الأخيرة أبواب التكنولوجيا الحديثة، حيث يصمم الآن أجهزة رياضية تساعد في

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي لصالح القياس البعدي في تحسن بعض الصفات البدنية (سرعة رد الفعل- الرشاقة).

#### المصطلحات الواردة في البحث:

#### الستار التدريبي the training screen

جهاز مصنوع من مادة القماش المتين أو البلاستيك الذي يعمل على حجب الرؤية بين الملعبين يكون طوله مساوي لطول الشبكة وارتفاعه 250سم ويتم التحكم في ارتفاع الجهاز وانخفاضه بواسطة المدرب.

#### القراءات النظرية :

#### الأدوات والأجهزة المستخدمة في مجال

#### تدريب الكرة الطائرة:

يذكر فريد خشبة وآخرون (2002م) أن مدرب الكرة الطائرة يجب أن يضع في اعتباره أن توافر الأدوات والأجهزة في الموقف التعليمي أو التدريبي لا يكفل في حد ذاته جودة التعليم أو التدريب، حيث أن زيادة فاعلية التعليم والتدريب نتيجة استخدام الأجهزة والأدوات إنما ترجع إلى مهارة المدرب في كيفية استخدامها والإستفادة من إمكانياتها لخدمة الموقف التعليمي أو التدريبي وتوظيفها بالقدر المشابه للمواقف الفعلية التي تحدث في المباريات ، كما أن الأجهزة والأدوات المساعدة لا يقتصر استخدامها في مرحلة التعليم المهارى والخطى فقط بل يمتد استخدامها إلى مرحلة التدريب على إتقان مهارات وخطط اللعب حيث تساعد الأدوات والأجهزة المستخدمة في عمليتي التعليم والتدريب في حصول اللاعب على خبرات متنوعة تمكنه من التصرف في المواقف الفعلية التي تحدث في المباراة كذلك تساعد اللاعب على تصحيح الأخطاء التي تكتشف في أدائه وإستخدامها كوسائل لقياس مستوى

الفريق إلى تحقيق الانتصارات لان نجاح أي فريق يتوقف على مدى قدرة جميع لاعبيه على أداء المهارات الأساسية بأنواعها المختلفة بتفوق وبأقل قدر من الجهد والأخطاء.

ويشير " مفتى إبراهيم " ( 1990م ) إلى أن التخطيط للتدريب يعتبر الوسيلة الرئيسية لتطوير أداء اللاعبين، ولما كان التدريب هو الوسيلة الرئيسية للوصول إلى هذا التطور في أدائهم كان أمراً ضرورياً تخطيط التدريب ضماناً لإحداث أفضل درجة ممكنة في المستوى وتقدمه. ( 5 : 256 )

#### مشكلة البحث:

ومن خلال عمل الباحث كلاعب كرة طائرة سابق و حكم كرة طائرة بمنطقة بورسعيد و مدرس مساعد بكلية التربية الرياضية بالعريش بقسم نظريات وتطبيقات الألعاب الرياضية والعباب المضرب ومدبر فني لفريق الكرة الطائرة بنادي الفيروز الرياضي وجد ضعف في مستوى المهارات الدفاعية في الكرة الطائرة على حساب المهارات الهجومية مما يؤدي إلى عدم التوازن بين الدفاع والهجوم ولاحظ الباحث هذا الضعف في مهارة استقبال الارسال لدي فريق الكرة الطائرة بنادي الفيروز الرياضي.

#### هدف البحث:

- 1- أثر الستار التدريبي على مهارة استقبال الارسال.
- 2- أثر الستار التدريبي على بعض الصفات البدنية (سرعة رد الفعل- الرشاقة).

#### فروض البحث:

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي لصالح القياس البعدي في تحسن مهارة استقبال الارسال.

2. قام محمد محمد عبده المتولي (2012م) بدراسة بعنوان: " تأثير تدريبات التوقع الحركي على بعض الاداءات المهارية الدفاعية للاعبين الكرة الطائرة " وتهدف الدراسة إلى التعرف على تأثير تدريبات التوقع الحركي على بعض الاداءات المهارية الدفاعية للاعبين الكرة الطائرة واستخدم الباحث المنهج التجريبي ومن أهم نتائج الدراسة- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي في (مهارة استقبال الإرسال- مهارة حائط الصد- مهارة الدفاع عن الملعب) قيد البحث لصالح القياس البعدي. (8)
3. قامت إيناس محمد عبد المنعم هاشم (2009م) بدراسة بعنوان: " برنامج تدريبي باستخدام جهاز قاذف للكرات لتحسين التوقع الحركي وتأثيره على بعض المهارات الدفاعية لناشئ الكرة الطائرة "" وتهدف الدراسة إلى تصميم برنامج تدريبي مقترح باستخدام القاذف للكرات وذلك للتعرف على تأثير البرنامج التدريبي باستخدام الجهاز القاذف للكرات لتحسين التوقع الحركي . تأثير البرنامج التدريبي باستخدام الجهاز القاذف للكرات لتحسين بعض المهارات الدفاعية للكرة الطائرة (استقبال الإرسال - الدفاع عن الملعب - الصد) واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي ومن أهم نتائج الدراسة البرنامج التدريبي قيد البحث باستخدام الجهاز القاذف للكرات أدى إلى الارتقاء بمستوي التوقع الحركي بفروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي كما أدى إلى الارتقاء بمهارات ( استقبال الإرسال - الدفاع عن الملعب - حائط
- اللاعبين بتوفير عدة شروط خاصة بعملية القياس وهناك عدم نقاط يجب توافرها في الأداة أو الجهاز المستخدم في عملية التعليم أو التدريب منها:
- 1- أن يكون مناسباً لتحقيق الهدف التعليمي أو التدريبي .
  - 2- أن يكون ملائماً لمستوى اللاعبين وخبراتهم .
  - 3- إثارة إهتمام اللاعبين وزيادة دافعيتهم نحو التعليم أو التدريب .
  - 4- أن يكون سهل الإستخدام.
  - 5- أن يكون قليل التكاليف.
  - 6- أن يستغرق فترة زمنية قصيرة ومجهود قليل في إعداده للإستخدام.
  - 7- يفضل أن يفيد في تعليم أو التدريب على أكثر من مهارة. ( 4 : 34)
- الدراسات المرتبطة:**
1. قام احمد راضى هاشم اللواتي (2013م) بدراسة بعنوان " برنامج تدريبي لتطوير مكونات التوقع الحركي وأثره علي مستوي الأداء لبعض المهارات الدفاعية لناشئ الكرة الطائرة " وتهدف الدراسة إلى تطوير أداء بعض المهارات الدفاعية (حائط الصد الهجومي- حائط الصد الدفاعي- الدفاع عن الملعب) لدى ناشئ الكرة الطائرة. واستخدم الباحث المنهج التجريبي ومن أهم نتائج الدراسة ان البرنامج التدريبي المقترح أدى إلى تطوير متطلبات التوقع الحركي البدنية و تطوير متطلبات التوقع الحركي الإدراكية و تطوير متطلبات البدنية و الإدراكية أدى إلى الارتقاء بمستوى حائط الصد الهجومي و الدفاعي ومهارة الدفاع عن الملعب . (1)

**تجانس العينة:**

تم إجراء التجانس على عينة البحث الأساسية للمجموعة التجريبية والبالغ عددها (12) لاعبا من نادي الفيروز الرياضي بمحافظة شمال سيناء في الفترة من السبت 2018/8/23 م إلى الاثنين 2018/8/25 م في الأتي.

■ معدلات النمو: عن طريق حساب المتغيرات الأساسية (السن- الطول- الوزن).

■ المستوى البدني: استخدم الباحث اختبارات (سرعة رد الفعل, القدرة). مرفق (2)

■ المستوى المهاري: تم تحديد الاختبار المهاري لمهارة استقبال الارسال لكرة الطائرة وذلك بناء على المسح المرجعي للأبحاث والدراسات العلمية المرتبطة بالبحث. مرفق (1)

**تجانس عينة البحث في المتغيرات قيد****البحث:**

يتضح من الجدول (1) أن قيم معاملات الالتواء لعينة البحث المختارة في متغيرات السن والطول و الوزن قد انحصرت بين (-3 ، +3) مما يدل على اعتدال العينة وتجانس أفراد عينة البحث في هذه المتغيرات قبل تطبيق البرنامج المقترح .

**الاختبارات البدنية:**

تم تحديد الصفات البدنية والاختبارات التي تقيس هذه الصفات وذلك وفقا للمسح المرجعي للمراجع والدراسات العلمية حيث اتضح وجود اتفاق في الاختبارات المطبقة علي نفس المرحلة السنوية قيد الدراسة. كما هو موضح بالجدول (2)

الصد ( بفروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي . (2)

**4. قام محمد فتحي عبد التواب**

(2007م) بدراسة بعنوان: " تأثير تنمية

التوقع على مستوى أداء الضرب

الساحق لناشئ الكرة الطائرة " وتهدف

الدراسة إلى - تصميم وتقنين جهاز

لقياس التوقع الحركي. التعرف على

تأثير تنمية التوقع الحركي على مستوى

أداء مهارة الضرب الساحق لناشئ الكرة

الطائرة، واستخدم الباحث المنهج

التجريبي ومن أهم نتائج الدراسة حقق

الجهاز مؤشرات صدق وثبات مرتفعة،

مواصفات الجهاز تسمح له باستخدامه

لقياس التوقع الحركي داخل الملعب ،

يساعد الجهاز في تصنيف اللاعبين وفقا

لمستوياتهم. (9)

**إجراءات البحث:****منهج البحث:**

إستخدم الباحث المنهج التجريبي ذو المجموعة الواحدة وذلك لملائمته وطبيعة البحث.

**مجتمع وعينة البحث:**

يتمثل مجتمع البحث في فريق الكرة

الطائرة بنادي الفيروز الرياضي وقد بلغ

عددهم (20) لاعب وقام الباحث بإجراء

الدراسة الاستطلاعية والدراسة الأساسية

على أفراد مجتمع عينة البحث.

**عينة البحث:**

قام الباحث بأجراء الدراسة

الاستطلاعية الأولى على (8) لاعبين من

مجتمع البحث وخارج المجموعة

التجريبية، تم اختيار عينة البحث بالطريقة

العمدية لمناسبتها لطبيعة البحث، حيث بلغ

عدد العينة (12) لاعبا .

**جدول (1): التوصيف الإحصائي لعينة البحث في متغيرات السن والطول والوزن في القياس القبلي ن=12**

م	المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي س/	الانحراف المعياري ±ع	معامل الالتواء
1	السن	لأقرب سنه	21.08	2.53	1.48
2	الطول	سم	177.50	6.27	0.90
3	الوزن	كجم	76.41	11.66	0.65

**جدول (2): الاختبارات البدنية الخاصة لعينة البحث**

م	العناصر البدنية المختارة	الاختبارات المستخدمة	وحدة القياس	المراجع
1	سرعة رد الفعل	اختبار نيلسون للاستجابة الحركية الانتقائية	ثانية	(67-10)
2	الرشاقة	اختبار (9-3-6-3-9)	ثانية	(143-10)

**جدول (3): التوصيف الإحصائي لعينة البحث في الاختبارات البدنية قيد البحث في القياس القبلي. ن = 12**

م	المتغيرات	الاختبارات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي س/	الانحراف المعياري ±ع	معامل الالتواء
1	سرعة رد الفعل	اختبار نيلسون للاستجابة الحركية الانتقائية	ثانية	2.43	.06	.52
2	الرشاقة	اختبار (9-3-6-3-9)	ثانية	9.14	.59	1.33

الرشاقة ( كانت على التوالي: (0.52)، (1.33) وهذه القيم قد انحصرت بين (-3، +3) مما يدل على أعتدالية البيانات وتجانس أفراد عينة البحث في هذه المتغيرات قبل تطبيق البرنامج المقترح.

**تجانس عينة البحث في الاختبارات البدنية قيد البحث**

يتضح من الجدول (3) أن قيم معاملات الالتواء لعينة البحث المختارة في الاختبارات البدنية ( سرعة رد الفعل ،

- الاختبارات المهارية:**
- تحديد اختبارات قياس المستوى المهاري:
- قام الباحث بإجراء مسح مرجعي للمراجع والبحوث والدراسات العلمية التي أمكن الحصول عليها والمتاحة لدي الباحث بهدف تحديد واختيار الاختبارات أو المقاييس التي تقيس المهارات الحركية في كرة الطائرة وقد رأي الباحث استخدام هذه الاختبارات للأسباب التالية:
- أنها مقننة علي عينة مصرية.
  - إمكانية تطبيقها وسهولة فهم الاختبارات وأدواتها .
- استخدمت الاختبارات في العديد من الدراسات العلمية السابقة .
- إن الاختبارات شاملة علي المهارات التي حددت في الدراسة.
- يتضح من الجدول رقم (5) أن قيم معاملات الالتواء لعينة البحث المختارة في اختبار استقبال الإرسال كانت (0.72) وهذه القيم قد انحصرت بين (-3،+3) مما يدل على اعتدالية البيانات وتجانس أفراد عينة البحث في هذا المتغير قبل تطبيق البرنامج المقترح.

جدول (4): اختبارات قياس الأداء المهاري.

م	الاختبارات	وحدة القياس	هدف الاختبار	المراجع
1	اختبار استقبال الإرسال	درجة	قياس مهارة اللاعب في استقبال الإرسال	(10-243)

جدول (5): التوصيف الإحصائي لعينة البحث في الاختبارات المهارية قيد البحث في القياس القبلي. ن = 12

م	الاختبارات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي س'	الانحراف المعياري $\pm$ ع	معامل الالتواء
2	اختبار استقبال الإرسال	درجة	13.83	2.20	0.720

- تجانس عينة البحث في الاختبارات المهارية :
- أدوات جمع البيانات:
- لجمع البيانات الخاصة بالدراسة استخدم الباحث الأدوات والأجهزة التالية:
- الرستميتير لقياس الطول لأقرب 1/2 سم.
- ملعب كرة طائرة .
- جهاز الستار التدريبي .
- ساعة إيقاف.
- ميزان الكتروني لقياس الوزن لأقرب 1/2 كم.
- كرات طائرة قانونية.
- صفارة .
- أقماع.

2018/8/23 م إلى الخميس 2018/8/28 م وذلك من أجل التعرف على :

- التأكد من صدق وثبات الاختبارات البدنية و المهارية .
- تم تحديد ارتفاعات الجهاز (الستار التدريبي).
- التأكد من أن الستار التدريبي يعمل على حجب الرؤية بين الملعبين .
- مدي جاهزية الستار التدريبي لتنفيذ البرنامج .
- التدريب على كيفية إجراء التجربة بهدف اكتساب بعض المهارات اللازمة لأداء التجربة من جانب الباحث مثل كيفية التعامل مع اللاعبين أو إرشادهم أو توجيههم أثناء العمل بالبرنامج.
- اختبار صلاحية الأجهزة والأدوات والمكان المستخدم لتنفيذ البرنامج.

### الدراسات الاستطلاعية:

تم إجراء الدراسة الاستطلاعية على عينة (8) لاعبين من مجتمع البحث وخارج عينة البحث وهم من لاعبي نادي الفيروز الرياضي للموسم الرياضي 2019/2011م.

### الدراسة الاستطلاعية الأولى :

تهدف الدراسة الاستطلاعية الأولى إلي التأكد من صلاحية الاختبارات المستخدمة في البحث وإجراء المعاملات الإحصائية لها، وتجريب البرنامج ، ولتحقيق ذلك قام الباحث بتحديد الاختبارات البدنية المهارية من المراجع والبحوث العلمية المتخصصة وإجراء المعاملات العلمية لهذه الاختبارات (الصدق ، الثبات) للتأكد من صلاحيتها للتطبيق وفق المرحلة السنية قيد البحث وذلك في الفترة من السبت

### جدول (6): نموذج للتوزيع الزمني لمحتوى الوحدات التدريبية خلال الأسبوع الأول بحمل عالي 2018

اليوم	السبت	الأحد	الاثنين	الثلاثاء	الأربعاء	الخميس	الجمعة
درجة الحمل							
أقصى							
عالي							
متوسط							
زمن التدريب بالدقائق	120ق	150ق	90ق	120ق	150ق	90ق	

زمن حمل الأسبوع العالي = 720ق

## جدول (7): الأسبوع الأول من 2018/9/6 م إلى 2018/9/11 م

الخميس 2018/9/11 م				الثلاثاء 2018/9/9 م				الأحد 2018/9/7 م				اليوم
13.5ق				18ق				22.5ق				الزمن التطبيقي
راحة	مجموعة	تكرار	رقم	راحة	مجموعة	تكرار	رقم	راحة	مجموعة	تكرار	رقم	
-	4	8	2	30	4	8	16	15	4	8	1	الجزء المهاري
15	4	8	20	30	4	8	17	30	4	8	32	1- حائط الصد
15	3	6	56	30	3	8	55	15	3	8	45	2- الاستقبال
15	3	6	47	15	3	8	46	15	3	8	68	

## النتائج:

## توصلت الدراسة الاستطلاعية الأولى

## إلى:

- صدق وثبات الاختبارات البدنية والمهارية.
- تم تحديد ارتفاعات الجهاز (الستار التدريبي).
- الستار التدريبي يعمل على حجب الرؤية بين اللاعبين.
- جاهزية الستار التدريبي لتنفيذ البرنامج.
- البرنامج يعمل بصورة مرضية على الأجهزة ولا توجد مشاكل في التشغيل.
- أبدى اللاعبون سعادتهم في التمرين باستخدام الستار التدريبي .
- عدم وجود صعوبة في فهم الألفاظ المصاحبة لعرض البرنامج.

## الدراسة الأساسية:

## القياسات القبليّة:

تم إجراء القياسات القبليّة لجميع أفراد عينة البحث وعددهم (12) لاعب

في ملعب الكرة الطائرة بنادي الفيروز الرياضي , واستغرقت ثلاث أيام في الفترة من الثلاثاء الموافق 2018/9/2 م إلى الخميس الموافق 2018/9/4 م واشتملت هذه القياسات علي:

الاختبارات البدنية.

الاختبارات المهارية.

## التجربة الأساسية:

تم تطبيق البرنامج المقترح علي "المجموعة التجريبية" وذلك لمدة (12) أسبوع في الفترة من 2018/9/6 م إلى 2018/11/27 م. بواقع ثلاث وحدات تدريبية في الأسبوع وهي كالتالي: أيام (الأحد, الثلاثاء, الخميس)

الظهر حتى الساعة 5 مساء. وكان دور الباحث عمل نموذج وتدريب اللاعبين والملاحظة والتوجيه والإرشاد في حالة حدوث أي خطأ وذلك في المجموعة التجريبية.

## القياسات البعدية:

تم إجراء القياسات البعدية في نهاية المدة المقررة لتنفيذ البرنامج أي بعد ثلاثة



المحسوبة 10.34 أكبر من الجدولية مما يدل على تحسن أفراد عينة البحث في متغير سرعة رد الفعل

وجاءت نسبة متغير الرشاقة عند العينة قيد البحث في المتوسط الحسابي لإختبار الرشاقة 9.14 فى القياس القبلى وبلغ فى القياس البعدى 8.27 وحيث جاءت قيمة ت المحسوبة 16.01 أكبر من الجدولية مما يدل على تحسن أفراد عينة البحث فى متغير الرشاقة.

يتضح من الجدول (9) وجود فروق دالة إحصائية لصالح القياسات البعدية عن القبالية لمجموعة قيد البحث فى الاختبارات المهارية قيد البحث حيث بلغ المتوسط الحسابي لإختبار استقبال الإرسال 13.83 فى القياس القبلى وبلغ فى القياس البعدى 19.25 وحيث جاءت قيمة ت المحسوبة 18.83 أكبر من الجدولية مما يدل على تحسن أفراد عينة البحث فى متغير استقبال الإرسال.

أشهر (12 أسبوع ) لمجموعة البحث للتعرف على مستوى أداء المهارات الأساسية قيد الدراسة وذلك يومي السبت 2018/11/29 م والأحد 2018/11/30م

#### المعالجات الإحصائية:

قام الباحث بمعالجة البيانات وذلك باستخدام المعادلات التالية:

المتوسط الحسابي.

معامل الالتواء (لتوصيف عينة البحث).

معامل ارتباط بيرسون .

الانحراف المعياري.

اختبار (ت) لدلالة الفروق الإحصائية .

#### عرض نتائج الفرض الأول :

يتضح من الجدول (8) وجود فروق دالة إحصائية لصالح القياسات البعدية عن القبالية لمجموعة قيد البحث فى الاختبارات البدنية قيد البحث حيث بلغ المتوسط الحسابي لإختبار سرعة رد الفعل 2.43 فى القياس القبلى وبلغ فى القياس البعدى 2.24 وحيث جاءت قيمة ت

جدول (8): دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدى لأفراد عينة البحث في الاختبارات البدنية الخاصة. ن = 12

م	المتغيرات	الاختبارات	القياس القبلي		القياس البعدى		فرق متوسطات	قيمة " ت " المحسوبة
			س <sup>1</sup>	ع±	س <sup>2</sup>	ع±		
1	سرعة رد الفعل	اختبار نيلسون للاستجابة الحركية المتتقانية	2.43	0.06	2.24	.05	0.19	10.34
2	الرشاقة	اختبار (9-3-6-3-9)	9.14	0.59	8.27	0.49	0.87	16.01

قيمة ( ت ) الجدولية عند مستوى دلالة 0.05 = 2.20

سرعة رد الفعل والرشاقة (10.34)،  
16.01) أكبر من قيمة ت الجدولية  
مما يدل على تحسن المجموعة  
التجريبية في المتغيرات البدنية قيد  
البحث وهذا ما تشير إليه دراسة احمد  
راضى هاشم اللواتي 2013 وتتفق  
نتائج هذه الدراسة مع ما أشار إليه  
حمدي عبد المنعم احمد 1984م  
ومحمد عبدالمهدى البكرى 2011م  
وهذا يدل على أهمية البرنامج المقترح  
قيد البحث للمجموعة التجريبية.

### مناقشة نتائج الفرض الأول:

والذي ينص علي أنه " توجد فروق دالة  
إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي  
للمجموعة التجريبية في المتغيرات  
البدنية قيد البحث لصالح القياس  
البعدي".

تشير نتائج جدول (8) إلى وجود  
فروق ذات دلالة إحصائية بين  
القياسين القبلي والبعدي لصالح  
القياس البعدي للمجموعة التجريبية في  
المتغيرات البدنية قيد البحث حيث  
بلغت نسبة ت المحسوبة في متغير

جدول (9): دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي لأفراد عينة البحث في اختبار  
استقبال الارسال المهاري ن = 12

م	الاختبارات	القياس القبلي		القياس البعدي		فرق متوسطات	قيمة " ت " المحسوبة
		س <sub>1</sub>	ع±	س <sub>2</sub>	ع±		
1	استقبال الارسال	13.83	2.20	19.25	1.71	5.42	18.83

قيمة ( ت ) الجدولية عند مستوى دلالة  $0.05 = 2.26$

### مناقشة نتائج الفرض الثاني:

والذي ينص علي أنه " توجد فروق دالة  
إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي  
للمجموعة التجريبية في المتغيرات المهاريّة  
قيد البحث لصالح القياس البعدي".

تشير نتائج جدول (9) إحصائياً  
إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية  
بين القياسين القبلي والبعدي لصالح  
القياس البعدي للمجموعة التجريبية في  
المتغيرات المهاريّة قيد البحث حيث  
بلغت نسبة ت المحسوبة في متغير  
استقبال الارسال (18.83) ( أكبر من

ويشير " مفتى إبراهيم " ( 1990م )  
إلى أن التخطيط للتدريب يعتبر الوسيلة  
الرئيسية لتطوير أداء اللاعبين ، ولما كان  
التدريب هو الوسيلة الرئيسية للوصول إلى  
هذا التطور في أدائهم كان أمراً ضرورياً  
تخطيط التدريب ضماناً لإحداث أفضل  
درجة ممكنة في المستوى وتقدمه.

ومن خلال مناقشة النتائج  
والدراسات السابقة يتضح مدي تحقق  
الفرض الثاني:

الرشاقة) بفروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي .  
**التوصيات:**

استنادا لما أشارت إليه نتائج البحث وفي حدود عينة البحث يوصي الباحث بما يلي:

1- ضرورة استخدام الستار التدريبي - قيد البحث في تدريب لاعبي الكرة الطائرة في جميع الأندية الرياضية ومنتخبات الكرة الطائرة.

2- استخدام الستار التدريبي - قيد البحث على عينات مختلفة في السن والجنس.

3- إجراء المزيد من البحوث في تصميم الأجهزة الرياضية التي تساعد على تنمية وتطوير المهارات الأساسية في جميع الألعاب الرياضية.

4- على المدربين الاستفادة من مثل هذه الأبحاث وتطبيقها على فرقهم للنهوض بالرياضة وبمستوي الأداء.

#### المراجع :

احمد راضي هاشم اللواتي: (2013م) " برنامج تدريبي لتطوير مكونات التوقع الحركي وأثره على مستوى الاداء لبعض المهارات الدفاعية لناشئ الكرة الطائرة"

إيناس محمد عبد المنعم هاشم: (2009م) " برنامج تدريبي باستخدام جهاز قاذف للكرات لتحسين التوقع الحركي وتأثيره على بعض

قيمة ت الجدولية مما يدل على تحسن المجموعة التجريبية في المتغيرات المهارية قيد البحث.

وهذا ما تشير إليه دراسة إيناس محمد عبد المنعم هاشم (2009م) وتتفق نتائج هذه الدراسة مع ما أشار إليه فريد خشبة ، حسام خليفة، محمد بنداري 2002م وهذا يدل على أهمية البرنامج المقترح قيد البحث للمجموعة التجريبية.

**ومن خلال مناقشة النتائج والدراسات السابقة يتضح مدي تحقق الفرض الثاني:**  
**الاستنتاجات:**

من خلال ما تحقق من فروض البحث ووفقا لما أشارت إليه نتائج التحليل الإحصائي وفي ضوء عرض النتائج وفي حدود عينة البحث والأدوات المستخدمة أمكن للباحث التوصل إلي الاستنتاجات التالية :

1- قلة التكاليف المادية للجهاز المصمم قيد البحث .  
2- سهولة استخدام الجهاز المصمم قيد البحث .

3- البرنامج التدريبي قيد البحث باستخدام الجهاز ( الستار التدريبي) أدى إلى الارتقاء بمهارة (استقبال الإرسال) بفروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي .

4- البرنامج التدريبي قيد البحث باستخدام الجهاز (الستار التدريبي) أدى إلى الارتقاء بالمتغيرات البدنية قيد البحث (سرعة رد الفعل-

- المهارات الدفاعية لناشئ الكرة الطائرة " الأبتدائي, رسالة ماجستير غير منشورة, جامعة اسيوط .
- حمدي عبد المنعم احمد: (1984م )** الكرة الطائرة ( مهارات- خطط- قانون ) جامعة حلوان, مؤسسة كليبواترا, القاهرة .
- فريد خشبة، حسام خليفة، محمد بنداري: (2002م)** أساسيات الكرة الطائرة بين النظرية والتطبيق، مطابع وسط الدلتا
- مفتى إبراهيم حماد: (1990م )** " الهجوم في كرة القدم، دار الفكر العربي، القاهرة "
- محمد عبد الجواد محمد: (2012م)** برنامج تعليمي لتحسين سرعة الاستجابة الحركية وتأثيره عاى مستوى الاداء المهارى لبعض مهارات كرة الطائرة لمرحلة التعليم
- الابتدائي, رسالة ماجستير غير منشورة, جامعة اسيوط .
- محمد عبدالمهدى البكرى: (2011م)** " تأثير تنمية الإدراكات الحس- حركية على مستوى أداء بعض المهارات الأساسية لناشئ كرة القدم "
- محمد محمد عبده المتولي: (2012م)** " تأثير تدريبات التوقع الحركي على بعض الاداءات المهارية الدفاعية للاعبى الكرة الطائرة "
- محمد فتحى عبد التواب: (2007م)** " تأثير تنمية التوقع على مستوى أداء الضرب الساحق لناشئ الكرة الطائرة "
- محمد صبحي حسنين , حمدي عبد المنعم: (1997)** الأسس العلمية للكرة الطائرة وطرق القياس ( بدني- مهارى- معرفي- نفسي- تحليلي ), مركز الكتاب للنشر, القاهرة .