جامعة بنها
كلية التربية الرياضية للبنين
قسم الألعاب

استخدام التدريبات الموقفية لتحسين التصرف الخططى للضربة الهجومية لناشئى الكرة الطائرة

١٤٢٨هـ - ٢٠٠٧م

إعداد
م٠م/ أحمد المغاورى مروان السيد

إشراف
أ٠د/ محمـود يحيى سعد
أ٠د/ نبيـل خليـل نـدا

ملخص البحـث باللغة العربية

مشكلة البحث وأهميته:

يقوم الباحث باستعراض مشكلة البحث من خلال طرح عدد من التساؤلات والإجابة عليها معضداً ذلك بما جاء فى المراجع والدراسات العلمية٠

س: لماذا عمد الباحث إلى اختيار الضربة الهجومية لإخضاعها للبحث والدراسة؟

ج: تشير **إلين وديع فرج ١٩٨٩م** إلى أن الضربة الهجومية فى الكرة الطائرة تحتل وضعاً رئيسياً فى اللعب لأهميتها فى تفوق الفرق المتنافسة، حيث تصمم هذه الضربة للفوز بنقطة وتمييز مسار الكرة بالقوة والسرعة مما لا يسمح للاعبى المنطقة الخلفية للفريق المنافس برد الفعل بمجرد ضرب الكرة٠

ويتفق كل من **محمود متولى بندارى ١٩٩٢م وعبدالعاطى عبدالفتاح السيد ١٩٩٦م وعلى مصطفى طه ١٩٩٩م وجارى روزنيثال Garry Rosenthal** ١٩٨٣م على أن الضربة الهجومية تعتبر من أهم المهارات الهجومية من حيث فعاليتها ودرجة تأثيرها على نتائج المباريات فى رياضة الكرة الطائرة، وتشكل الجزء النهائى من الخطط الهجومية، حيث تشير الإحصائيات العالمية أن ٨٠% من نقاط المباراة تتم من خلال المهارات الهجومية ومن أهم هذه المهارات الضربة الهجومية، حيث تعتبر وسيلة موجهة للتغلب على دفاع المنافس بقوة عظمى بمقارنتها بمختلف الوسائل الهجومية الأخرى٠

س: لماذا قام الباحث بتحديد التصرف الخططى للضربة الهجومية كأحد متطلبات الأداء الناجح لمهارة الضربة الهجومية؟

ج: يعتقد الباحث أنه عندما تتساوى الفرق المتنافسة فى رياضة الكرة الطائرة كأحد الألعاب الجماعية فى الإمكانات البدنية والفنية فإن العامل الهام الذى يلعب دوراً كبيراً فى تحديد الفوز هو كيفية اختيار التصرف المناسب للموقف الجديد المتغير دائماً وهو التصرف الخططى الهجومى، حيث يتضح أن كثيراً من هجمات الفرق قد تفشل أثناء المباراة بما يؤثر على النتيجة النهائية، فالذى يفرق بين فوز فريق وهزيمة آخر قد يرجع بدرجة كبيرة إلى حسن تصرف اللاعب باختياره لمهارة هجومية معينة فى موقف معين، حيث توجد العديد من أساليب الأداء الخططى الهجومى المبتكرة نتيجة لأثر كل من التنافس القائم بين المهاجمين والمدافعين٠

ويتفق ذلك مع ما أشار إليه **محمد أحمد الحفناوى ٢٠٠٠م وزانج ران Zhang Ran١٩٩٠م** على أن فاعلية الأداء الخططى المرتبط بالفكر السليم والأسس العلمية الحديثة وصحة التصرف المبنى على سرعة الاستجابة هى من العوامل الهامة التى تؤثر إيجابياً فى نتائج المباريات لفرق المقدمة حيث أن الخبرة الخططية (التكتيكية) نسبية فبعض اللاعبين يتلقون من خلال التدريب والمحاضرات المعلومات النظرية والعلمية إلا أنهم يظلون غير قادرين على تطبيقها فى المباريات أو الاستفادة منها أقصى فائدة- بينما يستطيع لاعبون آخرون أقل لياقة وبمستوى فنى أن يكونوا أكثر فائدة وقدرة لأنهم يجيدون استغلال قدراتهم بصورة ناجحة ومناسبة لمواجهة الظروف التى تستجد أثناء المباراة وعلى ذلك فإن غرس وتربية الذكاء الخططى لدى اللاعبين فى التدريب له أثر كبير فى تحسين قدرة اللاعبين على الاستخدام الصحيح والأمثل لأساليب اللعب٠

ويعتقد الباحث أن لعبة الكرة الطائرة تتطلب ما هو أكثر من المهارات الأساسية والخطط فهى تتطلب من اللاعبين القدرة على التفكير والتصرف السليم فى مواقف اللعب المتغيرة وهو ما يخلق اللاعب الماهر المبتكر ذو المبادأة الناجحة والمؤثرة فى سير المباراة٠

وتشير نتائج دراسة الماجستير التى أجراها الباحث إلى انخفاض مستوى فعالية الأداء الخططى الهجومى الفردى باستخدام الضربات الهجومية للفريق المصرى، ويعزى الباحث هذا الانخفاض إلى عدم قدرة اللاعبين على حسن التصرف الخططى للضربة الهجومية خلال المواقف الدفاعية المتعددة والمتغيرة والمرتبطة بالتكوينات الهجومية المختلفة والمتمثلة

فى نوع الضربات الهجومية المستخدمة وعلاقتها بحائط الصد ومكان توجيه الكرات المضروبة٠

ويتفق ذلك مع أشار إليه ناب **Knapp ١٩٨٣م** أن أداء المهارة بدرجة عالية من الآلية لا تعنى علامة نهائية لقدرة اللاعب، بل تكون المقدرة هى طرق وأساليب أدائها فى اللحظة المناسبة حتى تكون ذات فعالية٠

ويرى الباحث أن الكرة الطائرة من الرياضات التى يتم فيها انتقال الكرة بين اللاعبين بسرعة عالية جداً دون توقف بصورة أكبر من الرياضات الأخرى التى تعطى اللاعب الفرصة فى التفكير واتخاذ القرار قبل الأداء المهارى، فقد حدد قانون اللعبة للفريق لمس الكرة ثلاث مرات بخلاف لمسة الصد مما يصعب من التصرف الخططى للاعبين ويتطلب أن يكون اللاعبين على درجة عالية جداً من القدرات الذهنية التى تسهم فى التصرف الخططى٠

وعلى ذلك وفى ضوء قلة الزمن المخصص للضارب لإنهاء الهجوم يرى الباحث ضرورة العمل على إخضاع اللاعبين منذ مراحل الناشئين للتدريب على التصرفات الخططية المثلى عند أداء الضربات الهجومية فى مختلف مواقف اللعب٠

س: ما هو السبب الرئيسى الذى دفع الباحث لاستخدام مواقف اللعب كأسلوب للتدريب؟

ج: يعتقد الباحث أن الهدف الأساسى من استخدام أسلوب مواقف اللعب التنافسية هو بذلك أقصى جهد ممكن فى التدريب على اللعبة وتنمية الإعداد البدنى والمهارى والخططى ثم تسجيل وتقييم المنافسة وتؤدى اللعبة بواسطة تقسيم اللاعبين إلى فريقين أو اللعب مع فريق آخر بهدف التدريب من خلال مواقف اللعب الحقيقية٠

ويتفق ذلك مع ما أشار إليه **أكرم زكى خطابيه ١٩٩٦م** فى أن هذا النوع من التدريب يكون هناك منافس إيجابى ويكون التدريب على عملية التفكير والتصرف الخططى حسب المواقف المتغيرة غير الثابتة خلال المنافسة مما يدفع الحماس والتفكير للتغلب على المنافس والفوز عليه٠

س: لماذا حدد الباحث مرحلة الناشئين لتطبيق البحث؟

يعتقد الباحث أنه من الصعوبة بمكانة إهمال العمل على تحسين التصرف الخططى للضربة الهجومية لناشئ الكرة الطائرة لما لذلك من أهمية قصوى فى الارتقاء بالمستوى الفنى وكذلك زيادة فعالية الأداء الهجومى باستخدام الضربة الهجومية للفرق

المصرية فى مرحلة الدرجة الأولى– حيث يرى الباحث أن القاعدة الأساسية للارتقاء بمستوى لعبة الكرة الطائرة يجب أن تبدأ من مراحل الناشئين٠

يستخلص الباحث مما سبق ضرورة الاهتمام بتدريبات التصرف الخططى للضربة الهجومية وذلك باستخدام الأنواع المتعددة من الضربات الهجومية وعلاقتها بحائط الصد ومكان توجيه الكرة المضروبة خلال العملية التدريبية لمراحل الناشئين وعدم اقتصارها على تنمية الجوانب البدنية والمهارية الخاصة بالضربة الهجومية فقط٠

هـدف البحـث:

يهدف البحث إلى التعرف على تأثير استخدام التدريبات الموقفية على تحسين التصرف الخططى للضربة الهجومية لناشئ الكرة الطائرة ويتحقق ذلك من خلال التعرف على:

- مستوى التصرف الخططى للضربة الهجومية من مراكز الملعب الأمامية(٤، ٣، ٢) مناطق (D,C,B,A) قبل وبعد استخدام التدريبات الموقفية٠
- مستوى التصرف الخططى للضربة الهجومية من مراكز الملعب الخلفية (٦، ١) مناطق (D,B) قبل وبعد استخدام التدريبات الموقفية٠
- مستوى الأداء المهارى للضربة الهجومية من منطقتى الملعب الأمامية والخلفية قبل وبعد تطبيق البرنامج٠

فـروض البحـث:

- توجد فروق بين القياس القبلى والبعدى لصالح القياس البعدى فى مستوى تحسن التصرف الخططى للضربة الهجومية من مراكز الملعب الأمامية (٤، ٣، ٢) مناطق (D, C, B, A)٠
- توجد فروق بين القياس القبلى والبعدى لصالح القياس البعدى فى مستوى تحسن التصرف الخططى للضربة الهجومية من مراكز الملعب الخلفية (٦، ١) مناطق (D, B)٠
- توجد فروق بين القياس القبلى والبعدى لصالح القياس البعدى فى مستوى تحسن الأداء المهارى للضربة الهجومية من منطقتى الملعب الأمامية والخلفية٠

إجـراءات البحـث:

منهـج البحث:

استخدم الباحث المنهج الوصفى (الدراسات المسحية التحليلية) وذلك عند تحليل مباريات بطولة العالم للناشئين ٢٠٠١م، كما استخدم المنهج التجريبى لمناسبته وطبيعة البحث باستخدام التصميم التجريبى للمجموعة التجريبية الواحدة، والذى يعتمد على القياس القبلى والتتبعى والبعدى للمتغيرات قيد البحث٠

عينـة البحث:

تم اختيار عينة البحث التحليلية بالطريقة العمدية لمباريات الفرق الفائزة بالمراكز من الأول وحتى المركز الثامن من دور الثمانية وحتى الترتيب النهائى لبطولة العالم للناشئين ٢٠٠١م والبالغ عددهم (١٢) مباراة، كما تم اختيار عينة البحث التجريبية بالطريقة العمدية من ناشئ الكرة الطائرة مواليد ١٩٨٧م، ١٩٨٨م بنادى الشباب الرياضى بطوخ بمنطقة القليوبية والبالغ عددهم (١٢) ناشئ٠

وسائل وأدوات جمع البيانات التحليلية :

استخدم الباحث فى جمع البيانات المتعلقة بهذا البحث الوسائل والأدوات التالية:

- بطاقة تفسير الأداء المهارى للضربة الهجومية٠
- استمارة ملاحظة التصرف الخططى للضربة الهجومية٠
- استمارة ملاحظة تكرارات أشكال حائط الصد فى مراكز المنطقة الأمامية (٢، ٣، ٤)٠
- استمارة ملاحظة تكرارات أنواع الضربات الهجومية المستخدمة من المنطقتين الأمامية والخلفية٠

وسائل وأدوات جمع البيانات التجريبية:

- استمارة تسجيل بيانات اللاعب الشخصية والاختبارات البدنية٠
- استمارة تسجيل بيانات اللاعب الشخصية والاختبارات المهارية٠
- استمارة تسجيل بيانات اللاعب الشخصية واختبارات التصرف الخططى للضربة الهجومية٠
- الاختبارات البدنية قيد البحث٠
- الاختبارات المهارية الخاصة بالضربة الهجومية٠
- اختبارات التصرف الخططى للضربة الهجومية٠
- اختبار الذكاء (المصفوفات المتتابعة) لجون رافن٠

الدراسات الاستطلاعيـة:

الدراسات الاستطلاعية التحليلية:

*** الدراسة الاستطلاعية التحليلية الأولى:**

أجريت هذه الدراسة على المباراة المقامة بين فريقى فرنسا وتايبيه بهدف التأكد من صلاحية الأدوات والأجهزة المستخدمة فى عملية التحليل بالإضافة إلى تدريب المساعدين على كيفية تحليل المباريات وتسجيل البيانات وكذلك التعرف على الصعوبات التى قد تواجه الباحث والمساعدين أثناء التحليل٠

*** الدراسة الاستطلاعية التحليلية الثانية:**

أجريت هذه الدراسة على عدد (٢) مباراة للكرة الطائرة بين كل من (مصر والتشيك)، (مصر وبولندا) بهدف حساب المعاملات العلمية للاستمارات قيد البحث٠

الدراسات الاستطلاعية التجريبية:

الدراسة الاستطلاعية التجريبية الأولى:

قام الباحث بإجراء هذه الدراسة فى الفترة من ٢٠٠٦/٧/٨م إلى ٢٠٠٦/٧/٢٨م على ناشئ نادى بنها الرياضى موالد ١٩٨٧م، ١٩٨٨ بهدف التأكد من صلاحية الأدوات والأجهزة المستخدمة فى البحث وكذلك تدريب المساعدين على كيفية إجراء القياسات والاختبارات ودقة التسجيل بالإضافة إلى حساب المعاملات العلمية للاختبارات المستخدمة٠

الدراسة الاستطلاعية التجريبية الثانية:

قام الباحث بإجراء هذه الدراسة فى الفترة من ٢٠٠٦/٧/٢٩م إلى ٢٠٠٦/٨/١٨م على عينة البحث التجريبية بهدف:

- تطبيق بعض نماذج من التدريبات الموقفية٠
- تناسب محتوى الوحدة التدريبية مع الزمن المخصص٠
- تحديد الأحمال التدريبية من حيث (الشدة- الحجم- الكثافة)٠
- تقنين حمل التدريب باستخدام معادلة معدل النبض المستهدف (THR)٠
- ملائمة وصلاحية المكان المستخدم فى تنفيذ الوحدات التدريبية٠
- التأكد من سلامة الحالة الصحية لأفراد عينة البحث التجريبية٠

تنفيذ تجربة البحث:

تم تنفيذ البرنامج التدريبى المستخدم فى تحسين التصرف الخططى للضربة الهجومية باستخدام التدريبات الموقفية على ناشئ الكرة الطائرة مواليد ١٩٨٧م، ١٩٨٨م بنادى الشباب الرياضى بطوخ لمدة (١٢) اثنى عشر أسبوعاً خلال فترة الإعداد من ٢٠٠٦/٨/٢٦م إلى ٢٠٠٦/١١/١٧م والتى تسبق فترة المنافسات موسم ٢٠٠٦-٢٠٠٧م بالإضافة إلى أسبوعان أحدهما قبل تنفيذ تجربة البحث لإجراء القياس القبلى والآخر بعد نهاية تنفيذ تجربة البحث لإجراء القياس البعدى وبعد نهاية الأسبوع السادس قام الباحث بإجراء القياس التتبعى٠

المعالجات الإحصائية:

استخدم الباحث المعالجات الإحصائية التالية:

- النسبة المئوية٠ - المتوسط الحسابى٠ - الوسيط٠
- الانحراف المعيارى٠ - الالتواء٠ - الربيع الأدنى٠
- الربيع الأعلى٠ - الخطأ المعيارى٠ - معامل ارتباط بيرسون٠
- حساب دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية٠
- تحليل التباين٠ - قيمة أقل فرق معنوى٠ - درجات الحرية٠
- نسبة التحسن٠ - النسبة المئوية لمستوى الفعالية٠

الاستنتاجات:

- وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلى والقياس البعدى توضح التأثير الإيجابى لاستخدام تدريبات التدرج الخططى والتدريبات الموقفية فى تحسين التصرف الخططى للضربة الهجومية من مراكز الملعب الأمامية (٤، ٣، ٢) مناطق (D, C, B, A) لصالح القياس البعدى٠
- وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلى والقياس البعدى توضح التأثير الإيجابى لاستخدام تدريبات التدرج الخططى والتدريبات الموقفية فى تحسين التصرف الخططى للضربة الهجومية من مراكز الملعب الخلفية (٦، ١) مناطق (D, B) لصالح القياس البعدى٠
- وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلى والقياس البعدى توضح التأثير الإيجابى للبرنامج التدريبى فى تحسين مستوى الأداء المهارى للضربة الهجومية من منطقة الملعب الأمامية مراكز(٤، ٢) ومنطقة الملعب الخلفية مراكز (٥، ١) لصالح القياس البعدى٠

التوصيــات:

- ضرورة استخدام تدريبات التدرج الخططى والتدريبات الموقفية على جميع الفرق باختلاف درجاتها (ناشئين- مستويات عليا) وكذلك فرق البنات مع التركيز على جوانب التصرف الخططى للضربة الهجومية الأكثر فعالية٠
- ضرورة تدريب اللاعبين على الأداء فى مختلف مراكز الملعب وكذلك على ضرب أنواع الكرات المختلفة من حيث الاتجاه والارتفاع حتى يكون لدى المدرب اللاعب المتكامل الذى يجيد الأداء فى أكثر من مركز مع مراعاة التوجيه الدائم من قبل المدرب على أفضل أنواع التصرف الخططى للضربة الهجومية٠
- ضرورة تفكيك الموقف الهجومى المركب (معد وأكثر من ثلاث ضاربين) والتدريج به فى التدريب من السهل إلى الصعب فى صورة تدريبات تدرج خططى (فردى، جماعى) حتى يصل اللاعب من خلال التدريب على إتقان الموقف الهجومى أثناء تنفيذ التكوينات الهجومية فى صورة (تدريبات موقفية) مع التركيز الدائم والمستمر على حسن تصرف اللاعب المنهى للهجمة فى ضوء المواقف الدفاعية المتغيرة والمرتبطة بتكوينات الهجوم٠

مستخلص البحث باللغة العربية

عنوان البحث: "استخدام التدريبات الموقفية لتحسين التصرف الخططى للضربة الهجومية لناشئ الكرة الطائرة"٠

ضمن متطلبات الحصول على درجة دكتوراه الفلسفة فى التربية الرياضية

اسم الباحث: أحمد المغاورى مروان السيد ١٤٢٨هـ – ٢٠٠٧م

يهدف البحث إلى التعرف على تأثير استخدام التدريبات الموقفية على تحسين التصرف الخططى للضربة الهجومية لناشئ الكرة الطائرة٠

وقام الباحث بتصنيف الدراسات السابقة وفقاً للهدف من الدراسة وتم ترتيبها تصاعدياً من الأقدم إلى الأحدث وقد بلغ عددها (٢٩)دراسة مرتبطة ومشابهة٠

وقد استخدم الباحث المنهجين الوصفى (الدراسات المسحية التحليلية) والتجريبى باستخدام التصميم التجريبى لمجموعة تجريبية واحدة عن طريق استخدام القياسات القبلية والتتبعية والبعدية لاختبارات التصرف الخططى والاختبارات المهارية قيد البحث٠

واشتملت عينة البحث التحليلية على عينة عمدية قوامها (١٢) مباراة للفرق الثمانية الأولى من دور الثمانية وحتى الترتيب النهائى لبطولة العالم للناشئين ٢٠٠١م بالقاهرة٠ بينما اشتملت عينة البحث التجريبية على عينة عمدية قوامها (١٢) ناشئ من ناشئى نادى الشباب الرياضى بطوخ للموسم الرياضى ٢٠٠٦م/٢٠٠٧م٠

وقد بلغ عدد أسابيع تطبيق تجربة البحث (١٢) أسبوع بالإضافة إلى أسبوعان لإجراء القياسات القبلية والبعدية وقد استخدم الباحث تدريبات التدرج الخططى للضربة الهجومية من مراكز الملعب المختلفة والتدريبات الموقفية المستخلصة من نتائج تحليل عينة البحث التحليلية٠ وبعد تطبيق تجربة البحث وضعت البيانات فى جداول وتم معالجتها إحصائياً وكان من أهم نتائج البحث وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلى والبعدى توضح التأثير الإيجابى لاستخدام التدريبات المقترحة لتحسين التصرف الخططى للضربة الهجومية من مراكز ومناطق الملعب الأمامية والخلفية٠

وكان من أهم توصيات البحث ضرورة استخدام تدريبات التدرج الخططى والتدريبات الموقفية على جميع الفرق باختلاف درجاتها وكذلك فرق البنات مع التركيز على جوانب التعرف الخططى للضربة الهجومية الأكثر فعالية مع ضرورة تدريب اللاعبين على الأداء فى مختلف مراكز الملعب وكذلك على ضرب أنواع الكرات المختلفة من حيث الاتجاه والارتفاع ومراعاة أفضل أنواع التصرف الخططى للضربة الهجومية فى كل موقف والعمل على تفكيك الموقف الهجومى المركب (معدد أكثر من ثلاث ضاربين)٠ والتدرج به من السهل إلى الصعب فى صورة تدريبات تدرج خططى (فردى، جماعى) ثم تنفيذ التكوينات الهجومية فى صورة تدريبات موقفية مع التركيز الدائم على حسن تصرف اللاعب المنهى للهجمه فى ضوء المواقف الدفاعية المتغيرة والمرتبطة بتكوينات الهجوم٠