

" استخدام تدريبات الوسط الرملى لتحسين مستوى بعض القدرات البدنية والمهارية
للاعبات الكرة الطائرة جلوس "

*أ.م.د / محمد عبد الشافى محمد أحمد

ملخص البحث:

يهدف البحث إلى استخدام تدريبات الوسط الرملى لتحسين مستوى بعض القدرات البدنية والمهارية للاعبات الكرة الطائرة جلوس واستخدم الباحث المنهج التجريبي بالتصميم التجريبي لمجموعة واحدة باستخدام القياس القبلى والبعدى. يشمل مجتمع البحث لاعبات الكرة الطائرة جلوس والمسجلين بالاتحاد المصرى البارالمبى للكرة الطائرة وقد تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من لاعبات منتخب مص الكرة الطائرة جلوس للسيدات والبالغ عددهم (٢٠) لاعبه وعدد (١٠) لاعبات للكرة الطائرة جلوس من نادى المصرى القاهرى تم استخدامهم فى الدراسة الاستطلاعية وذلك من حجم العينة الاجمالي والبالغ عددهم (٣٠) لاعبه وقد أظهرت نتائج البحث ما يلى :-

١. وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات القياس القبلى والقياس البعدى لصالح القياس البعدى فى بعض القدرات البدنية للاعبات الكرة الطائرة جلوس قيد البحث.

٢. وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات القياس القبلى والقياس البعدى لصالح القياس البعدى فى بعض القدرات المهارية للاعبات الكرة الطائرة جلوس قيد البحث.