



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة عبد الحميد بن باديس - مستغانم

معهد التربية البدنية والرياضية

قسم : التدريب الرياضي التنافسي



مذكرة مقدمة ضمن متطلبات نيل شهادة الليسانس في التدريب الرياضي
التنافسي بعنوان:

مستوى الجانب المعرفي لدى مدربين الفئات الناشئة

لخطط اللعب في كرة الطائرة

- دراسة ميدانية أجريت على مدربي الفئات الشابة لولاية مستغانم -

تحت إشراف:

أ.د/ بن خالد
الحاج

من إعداد الطالب:

- عريف أبو بكر

السنة الجامعية: 2020-2019

كلمة شكر

نقدم أسى آيات الشكر والامتنان والتقدير والمحبة إلى الذين حملوا أقدس

رسالة في الحياة...

إلى الذين مهدوا لنا طريق العلم والمعرفة...

إلى جميع أساتذتنا الأفاضل.....و على رأسهم الأستاذ المشرف

"د/ بن خالد حاج" الذي لم يبخل علينا بنصائح و إرشاداته القيمة

أكرمه الله تعالى من عظيم كرمه

إهداء

إلى من كلله الله بالهيبة والوقار .. إلى من علمني العطاء بدون انتظار .. أبي العزيز

إلى ملاكي في الحياة .. إلى معنى الحب وإلى معنى الحنان والتفاني .. إلى بسملة الحياة وسر
الوجود ... أمي الحبيبة

إلى كل الأهل و الأحاب

إلى استاذي المتفاني الذي ساعدنا في هذا العمل "د/ بن خالد"

إليكم جميعاً أهدي عملي

زكريا

ملخص الدراسة:

هدفت الدراسة إلى إبراز المستوى المعرفي لخطط اللعب لدى مدري كرة الطائرة للناشئين، واعتمدنا في دراستنا على المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي حيث قمنا بتوزيع استمارة استبائية تم إعدادها من طرف الطالب الباحث و تزيعها على عينة البحث المكونة من 06 مدربين لكرة الطائرة للناشئين بمدينة مستغانم للإجابة عنها و بعد تحليل النتائج و تفرغها توصل الطالب الباحث إلى أن المستوى المعرفي لخطط اللعب الهجومية و الدفاعية لدى مدربي كرة الطائرة للناشئين منخفض، و من خلال النتائج المتوصل إليها اقترح الطالب الباحث القيام بتكوين مدربي كرة الطائرة للناشئين في مجال الجانب المعرفي لخطط اللعب من خلال إجراء تـربصـات و ملتقيات، و توفير الوسائل التكنولوجية التي تساعد على إيصال الفكرة للاعب كرة الطائرة الناشئ عبر التقنيات المرئية بالحاسوب.

الكلمات المفتاحية:

- الكرة الطائرة
- خطط اللعب
- المدرب

résumé de l'étude

L'étude visait à mettre en évidence le niveau cognitif des plans de jeu des managers juniors de volleyball dans la ville de Mostaganem, dans notre étude nous nous sommes appuyés sur une approche descriptive dans la méthode d'enquête. Après avoir analysé et déballé les résultats, l'étudiant chercheur a conclu que le niveau cognitif des plans de jeu offensifs et défensifs des entraîneurs de volleyball juniors est faible, et à travers les résultats des résultats, l'étudiant chercheur a suggéré de former des entraîneurs de volleyball juniors dans le domaine de l'aspect cognitif des plans de jeu en conduisant des formations et Des réunions et la mise à disposition de moyens technologiques qui contribuent à transmettre l'idée au volleyeur en herbe grâce aux technologies informatiques et visuelles.

les mots clés:

- volleyball
- Plans de jeu
- niveau cognitif

قائمة الجداول

الرقم	العنوان	الصفحة
01	توزيع عينة البحث حسب متغير السن	69
02	يمثل الشهادة التدريبية المتحصل عليها	70
03	يمثل سنوات الخبرة لعينة البحث	71
04	يبين نتائج الإجابة عن السؤال رقم (04)	72
05	يبين نتائج الإجابة عن السؤال رقم (05)	73
06	يبين نتائج الإجابة عن السؤال رقم (06)	74
07	يبين نتائج الإجابة عن السؤال رقم (07)	75
08	يبين نتائج الإجابة عن السؤال رقم (08)	76
09	يبين نتائج الإجابة عن السؤال رقم (09)	77
10	يبين نتائج الإجابة عن السؤال رقم (10)	78
11	يبين نتائج الإجابة عن السؤال رقم (11)	79
12	يبين نتائج الإجابة عن السؤال رقم (12)	80
13	يبين نتائج الإجابة عن السؤال رقم (13)	81
14	يبين نتائج الإجابة عن السؤال رقم (14)	82
15	يبين نتائج الإجابة عن السؤال رقم (15)	83
16	يبين نتائج الإجابة عن السؤال رقم (16)	84
17	يبين نتائج الإجابة عن السؤال رقم (17)	85
18	يبين نتائج الإجابة عن السؤال رقم (18)	86
19	يبين نتائج الإجابة عن السؤال رقم (19)	87
20	يبين نتائج الإجابة عن السؤال رقم (20)	88
21	يبين نتائج الإجابة عن السؤال رقم (21)	89
22	يبين نتائج الإجابة عن السؤال رقم (22)	90
23	يبين نتائج الإجابة عن السؤال رقم (23)	91

قائمة الأشكال

الرقم	العنوان	الصفحة
01	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم 01	69
02	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم 02	70
03	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم 03	71
04	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم 04	72
05	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم 05	73
06	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم 06	74
07	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم 07	75
08	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم 08	76
09	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم 09	77
10	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم 10	78
11	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم 11	79
12	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم 12	80
13	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم 13	81
14	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم 14	82
15	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم 15	83
16	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم 16	84
17	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم 17	85
18	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم 18	86
19	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم 19	87
20	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم 20	88
21	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم 21	89
22	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم 22	90
23	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم 23	91

قائمة المحتويات

الصفحة	المحتويات
ب	كلمة شكر
ج	إهداء
د	ملخص الدراسة
خ	قائمة الجدول و الأشكال
ذ	قائمة المحتويات
الفصل التمهيدي: التعريف بالبحث	
2	1. مقدمة
4	2. الإشكالية
3	3. فرضيات الدراسة
6	4. أهمية البحث
6	5. مصطلحات البحث
8	6. الدراسات المشابهة
11	7. التعليق على الدراسات
11	8. نقد الدراسات
الإطار النظري	
الفصل الأول: المهارات الخططية في الكرة الطائرة	
14	تمهيد
15	1-1. تعريف الكرة الطائرة
16	2-1. أهم القوانين الخاصة بالكرة الطائرة
18	3-1. الصفات البدنية الخاصة بلاعبي الكرة الطائرة
19	4-1. التقنيات الأساسية في الكرة الطائرة
27	5-1. الإعداد الخططي في الكرة الطائرة
29	6-1. خطط اللعب بالكرة الطائرة أسلوب التعليم الخططي
31	7-1. الخطط الهجومية
32	8-1. أنواع الخطط الهجومية

35	9-1. الخطط الجماعية الدفاعية
43	خلاصة الفصل
الفصل الثاني: التدريب الرياضي	
45	تمهيد
46	1-2. مفهوم التدريب الرياضي
47	2-2. خصائص التدريب الرياضي
50	3-2. الإعداد المتكامل للتدريب الرياضي
51	4-2. أهداف التدريب الرياضي
52	5-2. واجبات التدريب الرياضي الحديث
54	6-2. قواعد التدريب الرياضي
55	7-2. المدرب الرياضي
57	8-2. خصائص المدرب الرياضي
60	9-2. واجبات المدرب الرياضي
61	خلاصة الفصل
الإطار التطبيقي	
الفصل الأول: منهجية البحث وإجراءاته الميدانية	
63	تمهيد
63	1-1. منهج البحث
63	2-1. مجتمع وعينة البحث
63	3-1. مجالات البحث
64	4-1. متغيرات البحث
64	5-1. أدوات البحث
65	6-1. الدراسة الاستطلاعية
65	7-1. الأسس العلمية للاختبارات المستخدمة
66	8-1. الدراسة الإحصائية

67	خلاصة الفصل
الفصل الثاني: عرض و تحليل النتائج و مناقشة الفرضيات و الإستنتاجات	
69	1-2. عرض و تحليل النتائج
92	2-2. مناقشة الفرضيات
93	3-2. الإستنتاجات
94	4-2. الإقتراحات و التوصيات
96	قائمة المصادر و المراجع
الملاحق	

الفصل التمهيدي

التعريف بالبحث

1. المقدمة:

تعتبر لعبة الكرة الطائرة إحدى الألعاب الجماعية وشكلا آخر من أشكال ألعاب الكرة الجماعية والتي أصبحت تحتل مكانة بارزة بين سائر الألعاب الجماعية الأخرى إذ أنها طرقت باب العلم الحديث في النصف الثاني من القرن الماضي وطرقته بشدة وأخذت من أسسه وقوانينه، فلم تقتصر في ذلك على فرع واحد من العلوم بل امتدت في كل الاتجاهات وأخذت من كل فروع العلم والمعرفة ما يفيدها في التطور والانتشار فأخذت من علم التدريب الرياضي، وطرق التدريس، علم النفس والاجتماع، التشريح والفسولوجية... الخ وسخرت كل هذه العلوم بما تعبر عن تطورها وهذا يساعدها على معالجة مشكلاتها بأسلوب علمي إلى أن وصلت إلى ما هي عليه الآن بفضل هذا الترابط العلمي فيما بينهما، إن مواقف اللعب في الكرة الطائرة متباينة الصعوبة وفي حالة من الديناميكية ليس في المباراة الواحدة وفي أشواطها وإنما في كل نقطة من نقاط الشوط أثناء اللعب (عباس، 2019، صفحة 01).

إن مهارات الكرة الطائرة تتميز بترابطها وتواليها الواحدة بعد الأخرى جعل الاهتمام بتدريب المهارات بشكل متوازن وهي الحالة المثالية في التدريب وبما أن مواقف اللعب في المباراة يسودها الجو الانفعالي إذ أنها تضمنت عامل المفاجأة المستمر في تنفيذ الأساليب الخطئية علاوة على عدم تحديد القانون لأزمة الأشواط والمباراة يجعل من المدربين في حالة توقع وترقب مستمرين لما يمكن حدوثه من لاعبيهم ولاعبي الفريق المنافس (عباس، 2019، صفحة 01).

والكرة الطائرة من الألعاب الجماعية التي يرتبط فيها الهجوم بالدفاع ارتباطاً وثيقاً لدرجة لا يمكن أن يفصل بينهما فالفريق يتخذ وضع الهجوم والدفاع بسرعة في توقيت متزامن وخاصة أن انتقال الكرة من الفريق المهاجم إلى الفريق المدافع لا يأخذ وقتاً كبيراً بل يتم بأقصى سرعة وبطريقة غير مباشرة حيث حدد القة بعليودلانوالفريق الحق في ثلاث لمسات لذلك أصبح لزاماً على اللاعبين أن ينهوا خطة الهجوم من اللسة الثانية أو الثالثة وكذلك على الفريق المدافع أن يتخذ وضع الدفاع بشكل سريع وذلك لمنع نجاح الهجوم وكسب نقطة (العمر، 2019/2018، صفحة 23).

وبناءً على ما سبق تم تقسيم بحثنا إلى ثلاث جوانب على الشكل التالي:

الإطار المنهجي: ويضم الفصل التمهيدي و يمثل الإطار العام للبحث.

الإطار النظري: و يضم فصلين:

▪ **الفصل الأول:** المهارات الخطئية في الكرة الطائرة وتناولنا فيها التعريفات و القوانين

و خصائص الكرة الطائرة، والمهارات الخطئية الهجومية و الدفاعية بكل أنواعها و

هي جوهر البحث.

▪ **الفصل الثاني:** التدريب الرياضي و تناولنا فيه كل ما يخص التدريب الرياضي و

مدرب الكرة الطائرة من تكوين أكاديمي و الجوانب المعرفية و الخصوصيات التي

يتوفر عليها المدرب

أما الجانب التطبيقي: فقسمناه إلى قسمين:

- **الفصل الأول:** و يضم منهجية البحث و إجراءاته الميدانية.
- **الفصل الثاني:** خصصناه لعرض و تحليل النتائج ومقابلتها بالفرضيات إضافة إلى الإستنتاجات و ختمناه بالإقتراحات و التوصيات.

2. الإشكالية:

ويعتبر التدريب الرياضي أساس الرياضة التنافسية في جميع المراحل السنية ومختلف مستويات الممارسة إذ الهدف الرئيسي منه هو إعداد وتحضير الفرد والفريق الرياضي للوصول إلى أعلى المستويات الممكنة وهذا الإعداد يشمل عدة جوانب خطية ونفسية، معرفية ومهارية بدنية (العمر، 2018/2019، صفحة 02).

وتعد المهارات الخطية (tacticalskills) بمثابة ترجمة الجوانب الإعداد الأخرى، وحيث عرفها الفرنك وآخرون (2004) في الألعاب الجماعية بأنها قدرة اللاعب الفردية في تنفيذ الإجراء المناسب في اللحظة المناسبة، وبسرعة التكيف مع متغيرات جديدة من اللعب وتداول الكرة، حيث يحتاج اللاعب إلى دراية كاملة ومعرفة بلعبة الرياضية فإلي جانب النواحي الشخصية للاعب وقدراته الفنية والمهارية يكون على معرفة بالمهارات الخطية المتطورة، وهذا ينطبق على الألعاب التي تعتمد على الهجوم مثل كرة القدم التي يتنافس فيها اللاعبون وخصمهم على نفس ارض الملعب، ولأن البيئة في هذه الألعاب تتغير باستمرار لذا يجب اتخاذ القرارات يتطلب المهارات الخطية الجيدة بشكل دقيق، وسريع .

تعد تدريبات المقتربات الخطئية من أهم التدريبات التي تعمل على تطوير مستوى اللاعب وتقدمه فنيا وخططيا وذلك من خلال كونها مشابهة لواجباته في المباراة كما إنها تعمل على تطوير عناصر اللياقة البدنية والمهارات الأساسية وأسس العمل الخططي وتعتبر من التمرينات الخاصة التي تساهم في التقدم بمستوى اللاعبين والارتقاء به وبذلك أصبحت جزءا لا يتجزأ من عمل الفريق داخل الملعب وبدونها أصبح الفوز صعبة في المباريات نظرا لتطور أساليب العمل الخططي للفرق المنافسة في الكرة الطائرة، وارتفاع مستوى الأداء مما يتطلب من المدربين تطوير مستوى اللاعبين والارتقاء به لتحقيق النتائج المطلوبة عن طريق إعداد البرامج التدريبية التكتيكية الخاصة التي تساهم في التقدم في المستوى التكتيكي والخططي لدى اللاعبين.

وانطلاقا مما سبق ذكره توصل الباحث إلى طرح التساؤلات التالية.

التساؤل العام:

- ما هو المستوى المعرفي لخطط اللعب لدى مدربي كرة الطائرة للناشئين؟

التساؤلات الجزئية:

- ما هو المستوى المعرفي لخطط اللعب الدفاعية لمدربي كرة الطائرة للناشئين؟
- ما هو المستوى المعرفي لخطط اللعب الهجومية لمدربي كرة الطائرة للناشئين؟

3. فرضيات الدراسة:

الفرضية العامة:

- المستوى المعرفي لخطط اللعب لمدربي كرة الطائرة للناشئين منخفض.

الفرضيات الجزئية:

- المستوى المعرفي لخطط اللعب الدفاعية لمدربي كرة الطائرة للناشئين منخفض.
- المستوى المعرفي اللعب الهجومية لمدربي كرة الطائرة للناشئين منخفض.

4. أهمية الدراسة:

تكمن أهمية الدراسة في إبراز دور الإعداد الخططي من خلال تنمية المهارات الخططية للناشئين في رياضة كرة الطائرة ودورها في تحقيق النتائج الإيجابية، حيث أن إعداد لاعب الكرة الطائرة الناشئ مهارياً، بدنياً و نفسياً لا يكون متكاملًا إذا ما أهملنا الجانب الخططي، و يلعب المستوى المعرفي للمدرب دوراً هاماً و أساسياً في تمكين اللاعب الناشئ من أداء أدواره الخططية الفردية و الجماعية على أرض الملعب، الدفاعية منها و الهجومية.

5. مصلحات البحث:

• كرة الطائرة:

التعريف الإصطلاحي: تعد لعبة كرة الطائرة من الألعاب الرياضية التي تضم فريقين، يتكوّن كل منهما من ستة لاعبين، ويستخدم اللاعبون أيديهم لضرب الكرة ذهاباً وإياباً عبر شبكة عالية، ومحاولة جعل الكرة تلمس أرض الملعب في الجهة التي يتواجد فيها الخصم قبل إرجاعها من قبلهم، ولمنع ذلك، يضرب أحد اللاعبين في الفريق المنافس الكرة بيده نحو

الطرف الآخر قبل أن تمس الكرة سطح الملعب، كما قد يمرر اللاعب الكرة لشخص آخر في نفس الفريق قبل تمريرها عبر الشبكة للفريق الآخر، ويُسمح للفريق الواحد بثلاث لمسات فقط للكرة قبل إعادتها إلى الفريق الآخر. (Volleyball, Britannica, 2020).

التعريف الإجرائي: هي رياضة جماعية يتقابل فيها فريقين فوق ميدان اللعب وهذا الميدان يفصل بشبكة، وهدف اللعبة إسقاط الكرة في الجهة الأخرى للشبكة أي في جهة الفريق الخصم ومحاولة عدم تركها تسقط في منطقته، تبدأ في اللعب عن طريق اللاعب الخلفي الأيمن، يبدأ بضرب الكرة وبيعثها إلى منطقة الخصم فوق الشبكة.

• الإعداد الخططي:

التعريف الإصطلاحي: يعرف على أنه: "إكساب اللاعب للمعارف والمعلومات والقدرات الخططية وإتقانه لها بالقدر الذي يمكنه من حسن التصرف في مختلف المواقف المتعددة والمتغيرة في أثناء المباراة" (الكرعاوي، ب س، صفحة 22).

التعريف الإجرائي: هو عمل جماعي يظهر فيه تعاون الفريق وروح الجماعة ومدى الارتباط والتفاهم بين جميع اللاعبين للوصول بالفريق إلى أفضل النتائج ، وإن لعبة الكرة الطائرة هي اللعبة الجماعية الوحيدة التي يرتبط بها الهجوم والدفاع ارتباطا وثيقا لدرجة لا يمكن أن تفصل بينهما.

6. الدراسات السابقة:

الدراسة الأولى: دراسة د. حرباش براهيم و د. سنوسي عبد الكريم، و د. خلول غانية بعنوان: " فاعلية التدريس باستخدام أسلوب حل المشكلات في تحسين الجانب المعرفي في الكرة الطائرة لدى طلبة السنة الثانية ليسانس (16-18 سنة)" معهد التربية البدنية و الرياضية بمستغانم 2020.

هدفت الدراسة إلى معرفة فاعلية استخدام الأسلوب الغير مباشر " أسلوب حل المشكلات " في تنمية الجانب المعرفي في الكرة الطائرة لدى طلبة السنة الثانية ليسانس.

عينة البحث: شملت عينة البحث على 40 طالب اختيروا بطريقة عشوائية تتراوح أعمارهم ما بين 16 - 18 سنة، وزعوا على مجموعتين من معهد التربية البدنية والرياضية بمستغانم.

تم الإعتماد على المنهج الوصفي باستخدام بعض الاختبارات المعرفية في كرة الطائرة.

النتائج: وبعد جمع المعلومات الخام وإخضاعها للمعالجة الإحصائية، توصل الباحثون إلى أن طلبة السنة الثانية ليسانس بإمكانهم تعلم المهارات الأساسية في كرة الطائرة.

الإقتراحات:

ضرورة الاهتمام و التركيز على هذه الأساليب التدريسية غير المباشرة وتلقين الطلبة المهارات الأساسية في الكرة الطائرة، من خلال المزيد من البحوث العلمية والحصص البيداغوجية والتنوع في أساليب التدريس.

الدراسة الثانية: دراسة أمن الله رشيد بعنوان: "الأسلوب القيادي للمدرب و علاقته بتحقيق السمات الدافعية للاعبين الدرجة الأولى لكرة الطائرة، بالجزائر العاصمة" جامعة المسيلة 2011.

وهدفت الدراسة إلى إظهار السلوك القيادي للمدرب و علاقته بتحقيق السمات الدافعية للاعبين كرة الطائرة.

أدوات الدراسة: تم استعمال مقياس الأسلوب القيادي للمدربين و مقياس الدافعية للاعبين الذي أعده توماس أ تتكو ريتشارد (1972)، و أعدا تصويره محمد حسن علاوي سنة (1985).

عينة الدراسة: 52 لاعبا و مدريا من فرق كرة الطائرة بالجزائر العاصمة.

النتائج: توصل الطالب إن نتائج مفادها:

- مدربي الدرجة الأولى للكرة الطائرة بالجزائر يسيطر عليهم الأسلوب الأوتوقراطي.
- هناك علاقة ارتباطية بين أسلوب المدرب و سمات الدافعية.
- تصدرت سمة الثقة بالنفس سمات الدافعية عند اللاعبين.
- بالنسبة للعلاقة الارتباطية بين الأسلوب الأوتوقراطي و سمات الدافعية كانت ترتيب السمات على النحو التالي: العدوانية - المسؤولية - محور القيادة.

الدراسة الثالثة: دراسة بن سالم سالم، بن القمر هشام و بن هني عبد القادر بعنوان: " أثر برنامج تدريبي مقترح لتطوير القوة المميزة بالسرعة للارتقاء لحائط الصد لدى لاعبي الكرة الطائرة - صنف أشبال - (دراسة ميدانية على لاعبي نادي الكرة الطائرة بوسعادة - NVB) جاءت أهمية هذه الدراسة و التي تهدف إلى التعرف على تأثير البرنامج التدريبي المقترح في تطوير القوة المميزة بالسرعة للأطراف السفلية للارتقاء لحائط الصد في الكرة الطائرة .

العينة: قام الباحثون بأخذ مجموعتين "شاهدة و تجريبية" كل منهما مكونة من 10 لاعبين صنف أشبال من نادي الكرة الطائرة "بوسعادة"،

طبقتنا البرنامج التدريبي على المجموعة التجريبية و الذي استغرق 8 أسابيع مع تطبيق 3 اختبارات، 2 منهم بدنية و اختبار مهاري على كلتا المجموعتين (قبلي و بعدي).

النتائج:

أظهرت نتائج بحثنا وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي و البعدي عند المجموعة التجريبية، و كذا وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي و البعدي بين المجموعتين و الصالح المجموعة التجريبية في الاختبارات الثلاثة.

7. التعليق على الدراسات:

اختلفت الدراسات السابقة من حيث المجال المكان الزمني و تفاوتت عيناتها من حيث المراحل العمرية، كما لاحظنا اختلافا في متغيرات الدراسة بين الدراسات السابقة، إضافة إلى اختلاف مجتمع البحث من حيث الأندية الرياضية المحترفة، بينما اعتمدت بعض الدراسات على الأندية المدرسية، وكذا من حيث المدربين و المدرسين.

8. نقد الدراسات:

اقتصرت دراستنا عن باقي الدراسات السابقة التي تم ذكرها، في أنها اهتمت بمستوى الجانب المعرفي للمدربين لخطط اللعب الهجومية و الدفاعية في كرة الطائرة، وهذا ما لم يتم تداوله في مختلف الدراسات التي عرضناها، و الدور الذي يلعبه المدرب من خلال إثراء اللاعبين من حيث التنظيم في أرضية الملعب إلى جانب احترام قوانين اللعبة و مراعاة الدور الملقي على كل لاعب.

الإطار النظري

الفصل الأول
المهارات الخططية
في الكرة الطائرة

تمهيد :

تعتبر الكرة الطائرة من بين الرياضيات الأكثر شعبية في العالم، ومن أجل تطوير وترقية هذه الرياضة وضعت الإتحادية الدولية لكرة الطائرة عدة مخططات لجذب عدد كبير من اللاعبين وذلك بهدف جعلها الرياضة العالمية الأولى . وهذا ما يبرز دخولها في الألعاب الأولمبية مبكرا، بالرغم من ذلك لم تفقد مميزات كونها رياضة شيقة تهدف إلى الإحتفاظ بالياقة البدنية والإنسجام وأيضا للسهولة وهي رياضة للجميع أفراد المجتمع كونها غير مكلفة وتعتبر الرياضة الجماعية الأقل إحتكاكا بين اللاعبين لأن الملعب مقسم إلى قسمين بينهما شبكة.

1-1. تعريف الكرة الطائرة :

لقد كان تطور لعبة الكرة الطائرة منذ نشأتها ولحد الآن تطورا سريعا ويؤكد ذلك تزايد عدد الدول المنظمة للإتحاد الدولي ويعتبر إتحاد الرياضي بعد كرة القدم وكذلك عدد ممارسين هذه اللعبة، وتعتبر الكرة الطائرة إحدى الألعاب الجماعية والشعبية التي أخذت مكان الصدارة من حيث انتشارها في العالم كما في لعبة كرة القدم والسلة، وتطورت من لعبة لي قضاء الوقت الفراغ إلى لعبة أولمبية تحتاج إلى أعلى درجة التكتيك واللياقة البدنية والطرق التربوية والتكتيكية ... (رشيد، 1987، صفحة 16)

والكرة الطائرة هي رياضة جماعية يتقابل فيها فريقين فوق ميدان اللعب وهذا الميدان يفصل بشبكة، وهدف اللعبة إسقاط الكرة في الجهة الأخرى للشبكة أي في جهة الفريق الخصم ومحاولة عدم تركها تسقط في منطقته، تبدأ في اللعب عن طريق اللاعب الخلفي الأيمن، يبدأ بضرب الكرة وبيعثها إلى منطقة الخصم فوق الشبكة.

و للفريق الواحد الحق بضرب الكرة ثلاث مرات بدون أن تحسب العدد لإرجاع الكرة إلى منطقة الخصم ولا يحق للاعب الواحد بلمس الكرة مرتين متتاليتين، تبادل اللعب يستمر حتى تلامس الكرة الأرض أو ترمي الكرة خارج الميدان، أو أحد الفريقين.

وفي الكرة الطائرة إلا الفريق الذي له الإرسال هو الذي يستطيع تسجيل النقاط إلا في حالة الشوط الخامس، وعند اكتساب الفريق للإرسال يقوم أفراد بالدوران من منطقة إلى أخرى في اتجاه عقارب الساعة.

وهذا التغيير يفرض على كل اللاعبين في كل المناطق الستة للميدان، للفريق يفوز بالشوط عندما يسجل خمسة عشر نقطة، بفارق نقطتين على خصمه، يفوز بالقاء بعد فوزه أشواط وفي حالة التعادل (16 / 16) الفريق الذي يسجل النقطة (17) يفوز بالشوط وبفارق نقطتين في الشوط الخامس ... (FIVB, 1993-1996).

1-2. أهم القوانين الخاصة بالكرة الطائرة :

1-2-1. الملعب: إن ميدان اللعب يأخذ شكلا مستطيلا طول ضلعه 18 متر، وعرضه 9

أمتار محاط بمنطقة حمراء تبلغ على الأقل 3 أمتار عرضا في كل الاتجاهات .

1-2-2. فضاء اللعب الحر: هو فضاء يقع فوق مساحة اللعب خالي من كل العوائق على

علوا يبلغ على الأقل 7 أمتار ومقاس من بدأ مساحة اللعب وفي المناسبات الدولية FIVB

المنطقة الحرة تبلغ على الأقل 5 أمتار من بداية الخطوط الجانبية، وعلى الأقل 8 أمتار من

بداية الخطوط الخلفية وفضاء اللعب يجب أن يكون على علو يبلغ 12.5م على الأقل

والمقاس ابتداء من مساحة اللعب (www.fivb.org، 2020/2017).

1-2-3. الكرات: يجب أن تكون الكرة دائرية بغلاف من الجلد الطري الطبيعي أو المركب

يحتوي من الداخل على مثانة مطاطية أو مواد مماثلة.

يجب أن تكون الكرات ذات لون وان واحد فاتح أو تمثيل ترابط بين الألوان، وفي المنافسات

الدولية الرسمية يجب أن تكون الكرات مطابقة لمعايير الفدرالية العالمية لكرة الطائرة حيث

محيط الكرة بين 65 م 67 سم ووزنها ما بين 260 و 280 غرام والضغط الداخلي يجب أن يكون من 0.300 حتى 0.325 كغ / سم².

1-2-4. الشبكة: طول الشبكة يكون 9.50م وعرضها واحد متر وتكون ممتدة عموديا فوق خط الوسط ويوجد على حافتي الشبكة عصي طول كل واحدة منها 1.8م وبقطر 10ملم مصنوعة من ألياف زجاجية فابير كلاس تدعى بالعصي الهوائية Antennes وتكون هذه العصي ممدودة للأعلى بطول 80 سم يبلغ علو الشبكة بالنسبة للرجال 2.34م للسيدات 2.24م ...

1-2-5. الفرق: الفريق يتكون من 12 لاعب على الأكثر ومدرب ونائبه، معالج وطبيب يستطيع كل لاعب قيادة الفريق ماعد اللاعب الحر، ويجب أن يكون معيان في ورقة المباراة، ولا يحق لأي لاعب غير مسجل في ورقة المباراة دخول ميدان اللعب والمشاركة في اللقاء ولا يحق تغيير تشكيلة الفريق بعد إمضاء أو توقيع ورقة المباراة من طرف القائد أو المدرب.

1-2-6. اللاعب الحر Libero: اللاعب الحر دفاعي فقط، ممنوع عليه القيام بالإرسال الصد والسحق من أي مكان، إذا كانت الكرة من أي مكان، إذا كانت الكرة فوق ارتفاع الشبكة ...

يلبس اللاعب الحر ثياب مختلفة عن ثياب فريقه، تغيرات اللاعب ليست محدودة ولكن في حدود المنطقة الدفاعية (www.fivb.org، 2020/2017).

1-2-7. الحكام: يدير المباراة هيئة من الحكام تتكون من:

▪ الحكم الأول: وهو مكلف بتحديد:

✓ طبيعة الخطأ.

✓ الفريق الذي يقوم بالإرسال.

✓ اللاعب المخطئ.

▪ الحكم الثاني: وهو مكلف بتحديد:

✓ طبيعة الخطأ.

✓ اللاعب المخطئ.

✓ الفريق الذي سيقوم بالإرسال (www.fivb.org، 2020/2017).

1-2-8. المسجل: يقوم بالتسجيل كل من النقاط، الأخطاء الخاصة باللاعبين والتبديلات

1-2-9. الشوط الفاصل: التاي براك يستمر حتى 15 نقطة فقط وينتهي حين يكون الفرق

بين الفريقين مثلا (15-13) أو (15-17) ...

1-3. الصفات البدنية الخاصة بلاعبي الكرة الطائرة :

من بين الصفات البدنية المطلوبة في الكرة الطائرة تطوير إمكانيات لاعب الكرة الطائرة على

كل المستويات، المداومة العامة، السرعة (السرعة الحركية) وقوة السرعة، القوة المطلقة،

القوة الديناميكية، القوة السكونية، الإرتقاء الرشاقة، المرونة وكذلك المهارات المحددة بمقياس السرعة ودقة الهدف المنشود والقدرة على التحكم في التغيرات الخارجية مثلها مثل الرشاقة.

هذه الصفات تمرن حسب اللاعب وشدة الحمولة اللازمة التي تغير من فئة إلى أخرى ومن صنف إلى آخر وهذا في جدول التمرن لبعض المقاييس حسب السن، هذه الصفات تدرّب حسب سن اللاعب وجنسه وذلك لأسباب سيكولوجية والتي تكون اللاعب في هذه المرحلة من العمر، بعض الدراسات بينت أن هذه (14-16) سنة هو السن المثالي الأحسن تحضير وأكثر تقييم التقنيات والمدة اللازمة لتطوير المهارات التعليمية المعقدة وكذا تحضير الرياضي ذو المستوى العالي، إن قوة الديناميكية (قوة المداومة) تكون قصوى بين (11-13) سنة وتكون شبه قصوى في سن (15-16) وبالتالي يجب الضغط على الأطفال الصغار وتدريبهم على القوة الديناميكية بل يجب استعمال القوة الثابتة غالبا لأن خطر التشوهات الإرتقاء متوسط بين (11-13) سنة شبه قصوى بين (14-15) سنة يعكس المرونة التي نجدها بين (13-14) سنة وشبه قصوى بين (13-14) سنة حتى 15 سنة، أما بالنسبة للقوة المطلقة فهي شبه قصوى بين (13-14) سنة ومتوسطة بين (14-16) سنة ...

(www.fivb.org، 2020/2017).

4-1. التقنيات الأساسية في الكرة الطائرة:

نقسم المهارات الأساسية في الكرة الطائرة إلى مهارات بالكرة ومهارات بدون كرة .

1-4-1. المهارات بدون كرة :

1-1-4-1. وضعيات الإستعداد الأساسية:

إن اتخاذ الوضعيات الأساسية بالصورة الصحيحة هي التي تتيح للمعلم سرعة الحركة وسهولتها، في جميع الاتجاهات مع المحافظة على اتزان الحسم، وإن تقدم على أدائها تساعده على التهيئة بالصورة الجيدة قبل وصول الكرة بغية القدرة على إعدادها بالصورة الصحيحة إلى الزميل، وترجع أهمية إتخاذ الوضعيات الأساسية إلى فائدتها في إستقبال الكرة وضد الكرات القوية من الإرسال والضربات الساحقة وكذلك حركات الخداع وتنقسم وضعيات الإستعداد إلى ثلاث أنواع تختلف تبعا للمسافة بين القدمين ومدى إنتقاء مفاصل الجسم خاصة مفاصل المركبة وهي كالاتي (Hossania، 1987، صفحة 29):

وضعية الإستعداد المرتفعة: تستخدم هذه في تحقيق عملية التمريم، وإعداد الكرة عاليا إلى الزميل، وكذلك في بعض حالات التمرير من الوثب حيث تكون فيها وضعية الجسم في حالة وقوف مع إقتراب مع بعضها البعض وانثناء طفيف على مستوى الركبتين حيث يكون الجسم عموديا.

وضعية الاستعداد المتوسطة: تختلف هذه الوضعية عن السابقة بحيث تكون المسافة بين القدمين تتراوح ما بين 30-40 سم تقريبا مع إنشاء الركبتين قليلا ويوزع ثقل الجسم على القدمين وميل الجذع إلى الأمام، تستخدم هذه الوضعية أساسا في عملية إستقبال الكرات من الإرسال ويكون التمرير من الأسفل باليدين.

وضعية الاستعداد المنخفضة: تستخدم أساسا في عملية التمير باليد الواحدة أو اليدين واستقبال الكرات المنخفضة مع عملية السقوط على الأرض، حيث تكون فيها زيادة إثناء المفاصل خاصة في الركبتين الى درجة كبيرة مقارنة بالوضعيات السابقة مع إزدياد حدة ميل الجذع أماما ونقل مركز ثقل الجسم على القدم الأمامية قريبا من الأرض (قيمي، 1990، الصفحات 11-12).

تقرض فروض اللعب ومتطلباته أن يتحرك اللاعب في كثير من الأحيان بإتجاه الكرة ليقوم بتمريرها أو بإعدادها أو يرجع الى منطقة الخصم التحرك في الملعب يختلف في لهبة الكرة الطائرة عن الألعاب الأخرى في كون اللاعب لا يحتاج للتحرك لمسافات طويلة بل تنحصر معظم تحركاته في حدود مسافات قصيرة تتراوح ما بين 3-4 أمتار ومختلف أنواع التحركات الأكثر استخداما خلال اللعب .

- التحرك الى الأمام و يؤدي بأخذ خطوة إلى الأمام تنقل القدم الأمامية مسافة قصيرة للأمام تدفعها القدم الخلفية بخفة وسرعة بحيث تعود المسافة بين القدمين الى ما كانت عليه قبل التحرك ويتخذ المتعلم وضعية الاستعداد بانتظار الكرة (قيمي، 1990، صفحة 21).

- التحرك الى الجانبين، يؤدي الأسلوب السابق فتؤخذ خطوة القدم القريبة من إتجاه التحرك وتتبعها القدم الأخرى مع الاحتفاظ بالمسافة المناسبة للاتزان مع اتخاذ وضعية الاستعداد.

التحرك إلى الخلف يؤدي بالتحرك بخطوات سريعة قصيرة تتناسب وسرعة الكرة ليتمكن من الوصول إلى المكان المطلوب بحيث يكون الجسم خلف الكرة عند استقبالها مع اتخاذ وضعية الاستعداد .

1-4-1-2. المهارات بالكرة :

1-4-1-2-1. الإرسال: يعتبر الإرسال في الكرة الطائرة من بين أهم المهارات التي تطورت بدرجة كبيرة ومن أهم ضربات الهجوم المباشر التي تستعمل خلال المباراة، فالإرسال هو الضربة التي يبدأ بها اللعب ويستأنف عقب انتهاء الأشواط أو عقب حدوث خطأ وهي عبارة عن وضع الكرة في حالة العب بضربها باليد المفتوحة أو المقبوضة وبأي جزء من الذراع لإرسالها إلى منطقة الخصم وظهرت عدة أنواع من الإرسال كلها تهدف التحقيق إحدى الغرضين هما (الوحاشي، صفحة 131):

▪ إكتساب نقطة سريعة مباشرة.

▪ تصعيب عملية القيام بهجوم من الخصم.

الإرسال العادي من الأسفل إلى الأعلى: هو أبسط أنواع الإرسال والأكثر استخداما عند المبتدئين، يؤدي بتقديم إحدى القدمين عن الأخرى بحيث تكون القدم المتقدمة عكس اليد الضاربة مع ثني الركبتين قليلا وميل لجذع إلى الأمام بالاتزان بحيث يقع ثقل الجسم على القدمين بالتساوي، تحمل الكرة بإحدى اليدين حسب طبيعة المرسل وتوضع أمام الجسم

بارتفاع الوسط، بينما تتأرجح الذراع الضاربة إلى الخلف ثم إلى الأمام بجانب الجسم لتضرب الكرة بعد تركها من اليد الأخرى حيث يكون اتجاه اليد الضاربة من الأسفل إلى الأعلى.

الإرسال الأمامي من الأعلى: إن إتقان هذا النوع من الإرسال يحتاج إلى التوافق والانسجام بين حركات الذراعين ومفاصل الجسم ويؤدي بأن يقف وجنبه موجهة إلى الشبكة أي الجنب المعاكس للذراع الضاربة بحيث تكون بين القدمين مسافة مناسبة للالتزان ويقع ثقل الجسم على كليتهما بالتساوي، تمسك الكرة باليد غير الضاربة أو باليدين معا أمام الجسم ثم تقذف عاليا ويتقوس الجسم للخلف مع إنشاء المرفق على مستوى الرأس وفي اللحظة التي تبدأ فيهما الكرة بالهبوط تمتد مفاصل الرجل الخلفية بينما ترتفع الذراع الضاربة للكرة وتمتد جميع مفاصل الجسد وتستمر حركة الذراع الضاربة خلف الكرة بإعطائها القوة والتوجيه الصحيح (الوحاشي، صفحة 139).

1-4-1-2- الإستقبال: هو إستقبال الكرة المرسله من لاعب فريق المنتفس لتهيئتها للاعب المعد وذلك بإمتصاص قوتها وتمريرها من أسفل لأعلى بالساعتين أو التمرير من اعلى حسب قوة الكرة وسرعتها ووضع اللاعب المستقبل وتؤدي عملية لإستقبال كما يلي:

الإستعداد: يتحرك اللاعب الى المكان الصحيح بطريقة سريعة لضمان جسمه خلف الكرة حيث يقف اللاعب والقدمان متلاعدتان أوسع من الحوض قليلا لأمام ، ثقل الجسم موزع على القدمين بالتساوي النظر الى المنافس والذراعان متباعدتان عن بعضهما مسافة إتباع

الكتفين وممدودتان للأمام مع وضع اليد منقبضة ويزداد انحناء الركبتين الأسفل لحظة التأهب لاستلام الكرة (سحن، صفحة 34).

المرحلة الرئيسية: عند وصول الكرة الملامسة لسطح الساعدين يبدأ اللاعب بفرد أجزاء الجسم المثبتة الأعلى ، فيبدأ بفرد القدمين فيكون البدء بالقدم الخلفية ثم مفصل الركبة ويتبعه مفصل الفخذ والجزء العلوي من الجسم للأمام وللأعلى م يتحرك الذراعان من مفصل الكتفين مع ثبات الذراعين مفرودتين دون اشتراكهما الفعلي وذلك أثناء فرد الجذع وفي لحظة استلام الكرة على بعد اللاعب من الشبكة كلما كان اللاعب قريب من الشبكة كلما زاد ارتفاع الذراعان الأعلى وتلعب الكرة بأكبر سطح ممكن للساعدين ويعتمد فرد أجزاء الجسم على قوة واتجاه والمسافة المراد تمرير الكرة إليها.

المرحلة الختامية: يستمر اللاعب في فرد جميع أجزاء الجسم إلى أن يصل إلى الوقوف على الأصابع والإستعداد لمتابعة عملية اللعب من جديد (سحن، صفحة 35).

1-4-1-2-3. التمرير: يعتبر من أهم المهارات الأساسية في الكرة الطائرة وأكثرها استخداماً خلال اللعب والتي يمكن استخدامها في الهجوم واستغلالها كإحدى طرق الهجوم المباشر أو غير المباشر أو كوسيلة دفاعية فالتمرير باليد الواحدة أو باليدين معا على مستوى منخفض أو في وضعية وقوف أو من وضعية ارتماء أو من وضعية أخرى، يعتبر إحدى الحلقات الهامة للعب كما تؤثر على هذا الأخير ، فإن عدم إتقانها لا يستطيع المتعلم

من توجيه الكرة للزميل بصورة صحيحة أو القيام بعملية الإعداد أو اعتراض رميات الإرسال أو الضربات الساحقة ومن أنواع التمرير ما يلي (طه، 1999 ، صفحة 30):

التمرير من الأعلى: هو الأكثر استخداما في اللعب للمسافات القصيرة أو المتوسطة الطويلة أو في عملية الإعداد أو استقبال الكرات القوية السريعة ومن بين أنواع التمرير من الأعلى.

التمرير من الأعلى إلى الأمام: يؤدي بتقديم إحدى القدمين على الأخرى بمسافة صغيرة بينما تنثني الركبتين قليلا ويميل الجذع إلى الأمام باتزان وتنثني الذراعين من مفصل المرفقين ويوضعان بجانب الجسم أما اليدين فتكونان متجاورتين أمام الصدر والأصابع منتشرة وممتدة بارتخاء بحيث تكونان شكلا كرويا أوسع قليلا عن الكرة وعند وصول الكرة إلى ارتفاع قريب من مستوى الرأس تتحرك اليدين إلى الأعلى قليلا لاستقبال الكرة، وعند ملامستها للأصابع تقوم الذراعان بحركة رجعية خفيفة تمهيدا لتوجيهها بين الركبتين، الجذع والذراعين مع ملاحظة استمرار حركة الذراعين خلف الكرة لإعطائها القوة المطلوبة.

التمرير الى الخلف: يؤدي بإنجاز نفس وضعية التمرير من الأعلى إلى الأمام مع ملاحظة مد الذراعين على أعلى قليلا من الوضع الأصلي وعند وصول الكرة فوق الرأس يقوم بحركة تقوس مناسبة مع قذف الرأس للخلف وعند لمس الكرة تمدد مفاصل الجسم خلف الكرة .

التمرير مع الدرجة: يؤدي بنفس الوضعية السابقة مع ثني الركبتين أكثر قليلا من الوضع السابق وعند اقتراب الكرة يميل المتعلم للخلف ببطء وتتحرك الرجل الخلفية الى الأمام بحيث

▪ الهبوط.

1-4-1-2-5. الصد: أصبحت تقنية اللعب في الكرة الطائرة كله يتأثر بعملية الصد تأثيرا مباشرا في خطط الهجوم لما يحمله من خصوصيات تقنية وتكتيكية ، وباتخاذ طابعان هجومي ودفاعي يسمح بإيقاف الضربة الساحقة على مستوى الشبكة وإرجاعها إلى منطقة الخصم أو الحد من قوتها إن فعالية عملية الصد على عدد اللاعبين المشاركين في هذه العملية ومدى قدراته على الارتقاء الجيد وسرعة رد الفعل وكذا الخبرة التكتيكية ، فالصد عبارة عن عملية تتم بمواجهة الشبكة وقريبا منها، يقوم بها لاعب أو لاعبين أو ثلاثة عن طريق الوثب إلى أقصى ارتفاع مع مد الذراعين عاليا والى الأمام قليلا بحيث يتكون حائط يقابل اتجاه الكرة عند أداء العملية (عملية الضربة الساحقة) من قبل الفريق المضاد (طه، 1999 ، صفحة 40).

1-5. الإعداد الخططي في الكرة الطائرة:

1-5-1. الخطة:

هي عمل جماعي يظهر فيه تعاون الفريق وروح الجماعة ومدى الارتباط والتفاهم بين جميع اللاعبين للوصول بالفريق إلى أفضل النتائج ، وإن لعبة الكرة الطائرة في اللعبة الجماعية الوحيدة التي يرتبط بها الهجوم والدفاع ارتباطا وثيقا الدرجة لا يمكن أن انفصل بينهما.

تنقسم الخطط في الألعاب الرياضية إلى: الخطط الهجومية : ويقصد بها غالبا كل التحركات التي يقوم بها الفريق عندما تكون الكرة في حيازته. الخطط الدفاعية : وهي كل التحركات التي يقوم بها الفريق عندما تكون الكرة في حيازة الفريق المنافس. كما تنقسم الخطط الهجومية والدفاعية إلى ما يلي (الكرعاوي، ب س، صفحة 10):

خطط فردية : وتتمثل في اختيار واستخدام مختلف المهارات الحركية الأساسية

خطط جماعية : وتنقسم إلى:

▪ خطط مجموعة محددة من لاعبي الفريق.

▪ خطط الفريق بأكمله

1-5-2. أهم مميزات طريقة اللعب الجيدة (الهجومية أو الدفاعية) ما يلي:

▪ سهولة تنفيذها.

▪ مرونتها.

▪ ضمان موازنتها بين الهجوم والدفاع.

▪ التوزيع العادل لقوة الفريق .

▪ إمكانية سرعة الانتقال من الهجوم للدفاع وبالعكس

1-6. خطط اللعب بالكرة الطائرة أسلوب التعليم الخططي:

تهدف عملية التعليم الخططي إلى إكساب اللاعب للمعارف والمعلومات والقدرات الخططية وإتقانه لها بالقدر الذي يمكنه من حسن التصرف في مختلف المواقف المتعددة والمتغيرة في أثناء المباراة

وتشتمل عملية التعليم الخططي على المكونات التالية التي ترتبط فيما بينها مكونة وحدة واحدة تؤثر كل منها في الأخرى وتتأثر بها:

1-6-1. اكتساب المعارف الخططية الخاصة: تحتل عملية اكتساب المعارف الخططية

الخاصة على درجة كبيرة من الأهمية ، إذ يتأسس عليها اكتساب وتثبيت السلوك الخططي الصحيح في أثناء المباريات نظرا لأن المعارف النظرية التي يكتسبها اللاعب والتي تجد صداها في التطبيق العملي في المباراة هي التي تشمل الخبرات المختلفة للاعب والتي يطلق عليها مصطلح (خبرة المباريات) ويأتي ذلك من خلال المراحل الآتية (الكرعاوي، ب س، صفحة 12):

المرحلة الأولى: شرح قواعد وقوانين اللعب الأساسية.

المرحلة الثانية: وصف طرق اللعب المختلفة مع الشرح الوافي لمراكز اللاعبين والواجبات الملقاة على عاتق كل لاعب.

المرحلة الثالثة: التحليل الوافي لكل مرحلة من مراحل اللعب، مع توجيه النظر الأهم الأخطاء التي يحتمل حدوثها أو تلك الأخطاء التي ارتكبها بعض الزملاء أو المنافسين.

المرحلة الرابعة: معالجة بعض المواقف الخطئية التي تختلف في درجة صعوبتها ووضع أنسب الحلول لها. وينبغي مراعاة تشكيل عملية الشرح والوصف بصورة تتسم بالوضوح والتشويق ، ولذا يحسن استخدام النماذج المختلفة للملعب واللاعبين واللوحات والأفلام والرسومات البيانية و غيرها من الوسائل المعينة التي تصبغ عملية التعلم بالصبغة المحببة إلى النفس. كما ينبغي مراعاة الاشتراك الإيجابي للاعب في المناقشات.

كما يمكن تقويم وتحليل بعض المنافسات الهامة أو بعض المنافسات التي اشترك فيها اللاعب لضمان زيادة رصيد خبرة الفرد الرياضي في مختلف النواحي الخطئية.

1-6-2. إتقان وتثبيت الأداء الخطئي: إن إتقان الفرد والفريق للأداء الخطئي الصحيح

يشكل الأساس الهام للمستوى الرياضي العالي وفي هذه المرحلة يجب العناية بأداء نموذج يوضح الطريقة الصحيحة للأداء مع ارتباطه بالإيضاح والشرح، ثم يعقب ذلك الممارسة العملية للاعب، ويحسن ارتباط الأداء بمعرفة اللاعب لنوع الاستجابات المختلفة التي يحتمل قيام المنافس بها وطريقة مجابتهها بمعنى مواجهتها، مع مراعاة ضرورة تكرار الأداء لضمان تحليل تلك المواقف تحليلاً كافياً يضمن قدرة الفرد على إتقان مجابتهها (الكرعاوي، ب س، صفحة 14).

1-6-3. تنمية القدرات الخلاقة: تسهم القدرات الخلاقة بقدر وافر في العمل على سرعة

إدراك اللاعب لمواقف اللعب المختلفة والحكم الصحيح عليها والاستجابة طبقاً لذلك. وعلى ذلك فإن هذه القدرات هي التي يتأسس عليها حسن استخدام اللاعب للمعارف والمعلومات

والأداء الخططي. وعملية تنمية القدرات الخلاقة تحتاج إلى قدر كبير من الخبرة الطويلة من الممارسة العملية. شروط وضع الخطة في الكرة الطائرة:

- أن تكون مناسبة لكفاءة أفراد الفريق وخبراتهم.
- أن تراعي الخطة طباع اللاعبين وحالتهم النفسية والصحية.
- أن تراعي الخطة الظروف الجوية والطبيعية.
- أن تراعي الخطة مستوى الفريق الآخر ونقاط قوته وضعفه.
- أن تتضمن الخطة عدم وقوع اللاعبين في أخطاء فنية لقانون اللعب.

1-7. الخطط الهجومية: وهي مجموعة التحركات والتشكيلات التي يقوم بها الفريق بغرض إحراز نقطة، وتختلف صعوبة أو سهولة الخطة الهجومية من خلال سير المباراة ومدى مقاومة الخصم وطرق دفاعه لمجابهة طرق الهجوم الموضوعة للفريق، فكلما ارتفع الأداء الدفاعي للخصم كلما زادت صعوبة تنفيذ الخطة الهجومية بنجاح فضلا عن ذلك فإن وصول الفريق إلى مستوى مهاري معين هو الذي يفرض طريق الهجوم وعدد اللاعبين المشاركين في هذه الخطة (الكرعاوي، ب س، صفحة 15).

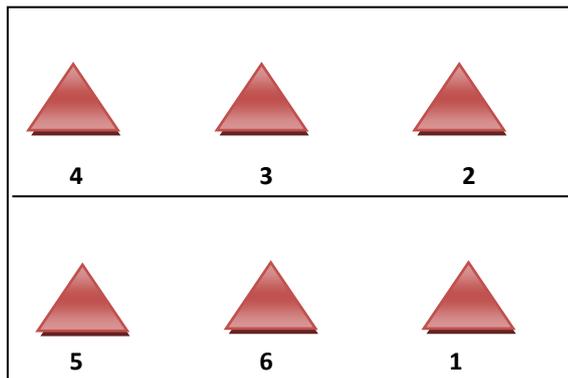
طرق الهجوم في الكرة الطائرة:

- الهجوم الأساسي ينفذه ضاربان ومعد واحد.
- الهجوم المعقد ينفذه ثلاثة ضاربين ومعد واحد.

- الهجوم بالخداع ينفذه عدد من اللاعبين.
- الهجوم بضربة الإرسال وإن كانت طرق استقبالها قد تطورت مما أضعف فاعليتها كهجوم مباشر.
- توجيه الكرة إلى مكان خالي بملعب الفريق المناسب.
- ضرب الكرة المرتدة من الفريق المنافس.

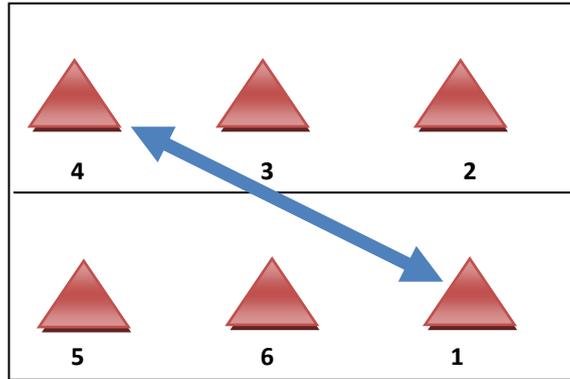
1-8. أنواع الخطط الهجومية:

1-8-1. طريقة اللعب بدون الضربة الساحقة: تعد هذه الطريقة أسهل طرق اللعب في الكرة الطائرة وتستخدمها الفرق المبتدئة إذا تلعب بدون استعمال الضرب الساحق لذا لا يكون هنالك حائط صد ، وتستخدم مع الفرق الضعيفة في الأداء الفني للمهارات الأساسية وغالبا ما يستعمل فيها أنواع الإرسال من الأسفل والتمرير من الأسفل أو من الأعلى وهذه الطريقة لا تتطلب مواصفات معينة من اللاعبين إذ يؤدي اللاعبون واجباتهم في المراكز فقط واستعمال الثلاث لمسات طوال فترة اللاعب و الشكل التالي يوضح هذه الطريقة (الكرعاوي، ب س، صفحة 15):

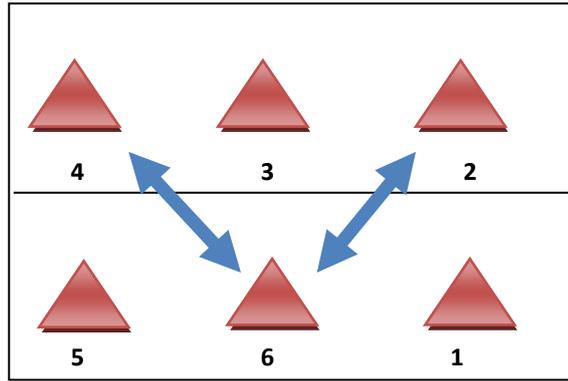


1-8-2. الطريقة الزوجية: وهي الطريقة التي يتبعها الفريق عند إعداد الكرة من احد لاعبي المنطقة الأمامية المعد (للضارب في جميع أوقات المباراة وفيها يكون عدد الضاربين من مركزي (2-4) وفيما يلي شرح لهذه الطرق): (3-3) (2-4) ضاربين وتكون على النحو التالي

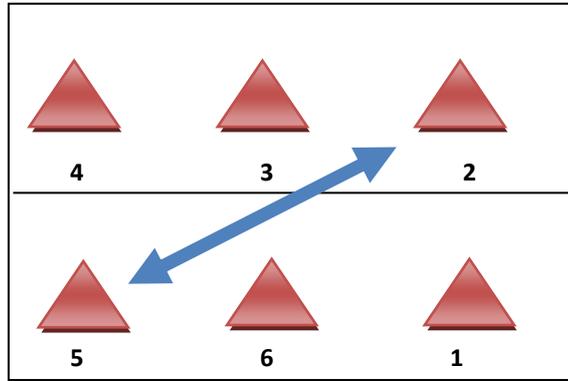
1-8-3. طريقة (2-4): في هذه الطريقة يكون وجود مهاجمين اثنين و أربعة لاعبين يقومون بالإعداد يقف اللاعبان (1-4) ونجد في كل دورة تغيير المراكز وجود لاعبا مهاجما - المهاجمان متقابلين في مراكز واحدا في الخط الأمامي على الشبكة ويقف بين كل منهما لاعبان معدان وإن هذه الطريقة تستخدم مع الفرق الضعيفة والتي لا يوجد فيها عدد كافي من المهاجمين ، والشكل التالي يوضح هذه الطريقة.



1-8-4. طريقة (3-3): في هذه الطريقة يكون وجود ثلاثة لاعبين مهاجمين وثلاثة لاعبين معدين وتتميز هذه الطريقة بوجود لاعب ضارب ولاعب معد على التوالي وتعتبر هذه الطريقة أفضل من السابقة من خلال وجود ضاربين في بعض الأحيان على الشبكة والشكل التالي يوضح هذه الطريقة.

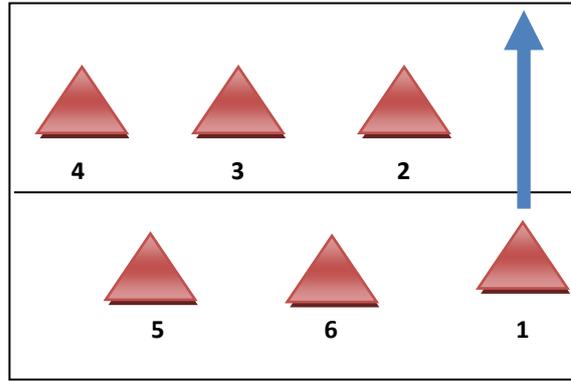


1-8-5. طريقة (2-4): تتميز هذه الطريقة بوجود أربعة لاعبين مهاجمين ولاعبين اثنين يقومان بالإعداد يقفان متقابلين بحيث يكون احدهما دائما إماما مع لاعبي خط الهجوم والآخر خلفا مع لاعبي الخط الخلفي وتتميز هذه الطريقة بوجود مهاجمين اثنين دائما على الشبكة في كل دوران، والشكل التالي يوضح هذه الطريقة (الكرعاوي، ب س، صفحة 18).



1-8-6. طريقة العداء: تتميز هذه الطريقة باستخدام لاعب واحد معد من الخط الخلفي فبعد تنفيذ ضربة الإرسال للفريق المنافس على اللاعب المعد مباشرة العدو للأمام على الشبكة الإعداد الكرة ، وفائدة هذه الطريقة هي إتاحة الفرصة لاستغلال لاعبي الخط الأمامي الثلاثة في أداء الضرب الساحق على الشبكة والتمويه على الفريق المنافس حتى لا يتمكن

اللاعب من معرفة اللاعب الذي سوف ينفذ الهجوم وتتطلب هذه الطريقة مستوى عالي من اللياقة البدنية لضمان سرعة التحرك من مكان لآخر في الوقت المناسب وسرعة رد الفعل وقوة التحمل كذلك تحتاج هذه الطريقة تفاهما وتعاوننا كبيرا بين أفراد الفريق إضافة إلى إجابة تامة لجميع مهارات اللعبة وخطتها وتستخدم هذه الطريقة مع الفرق ذات المستويات العليا. ومن عيوب هذه الطريقة هي زيادة العبء على لاعبي الخط الخلفي المدافعين عند تحرك المعد للمنطقة الأمامية والشكل التالي يوضح هذه الطريقة.

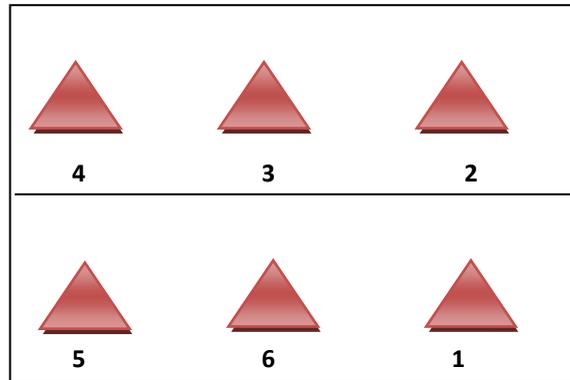


9-1. الخطط الجماعية الدفاعية: تعتبر مهارة الدفاع من المهارات المهمة لأي لاعب وتعادل فاعليتها فاعلية الهجوم ويعرف الدفاع بأنه التحركات والطرق التي يتبعها الفريق لاتخاذ موقف الاستعداد الدفاعي.

1-9-1. تشكيلات الخطط الدفاعية: إن الفريق الذي يمتلك خطوط دفاعية جيدة تكون كفته أفضل من الفريق الآخر في

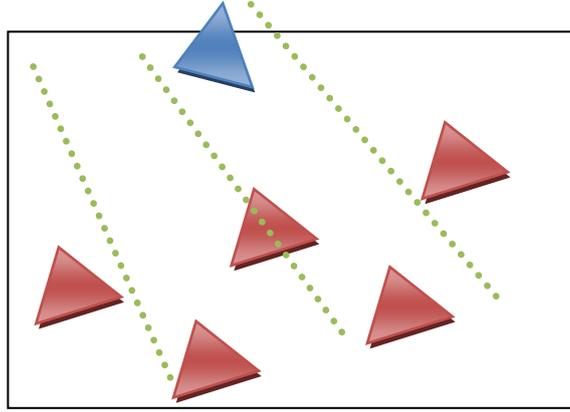
إحراز الفوز كما وان طريقة وقوف اللاعبين استعدادا للدفاع خلال هجوم الفريق المنافس هي من أهم عوامل نجاح أي فريق ، وتقسم التشكيلات الدفاعية إلى:

أ. **التشكيل السداسي:** ويشترك في هذه الطريقة جميع اللاعبين في الاستقبال دون استثناء ويتحرك احد اللاعبين بعد الاستقبال للإعداد ويكون التحرك للاعب المعاكس لذهاب الكرة فإذا ذهبت كرة الإرسال إلى جهة اليمين فيتحرك اللاعب رقم (4) أو (5) للإعداد وإذا ذهبت كرة الإرسال إلى جهة اليسار يتحرك اللاعب رقم (2) أو (1) للإعداد وتستعمل هذه الطريقة عند وجود فريق متكامل وعالي المستوى حيث يستطيع كل لاعب الإعداد والضرب الساحق بشكل جيد ، ولا يحبذ استعمالها في الفرق الضعيفة أو المتوسطة كذلك فان استخدامها نادرا "حتى في الفرق العالية المستوى لصعوبة تطبيقها لأنها تحتاج إلى تفاهم كبير بين اللاعبين، وفي الحقيقة إن هذا التشكيل على الورق فقط ولم يستعمل لكونها مثلى و الشكل أدناه يوضح ذلك النوع (الكرعاوي، ب س، صفحة 20).

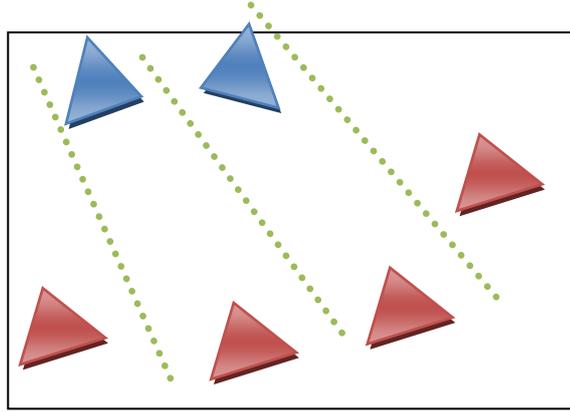


ب. **التشكيل الخماسي:** الخطط الجماعية الدفاعية إن هذه الطريقة تضمن تغطية جيدة للملعب وتساعد في بناء هجوم ملائم بعد الاستقبال وذلك لكون الإعداد يكون على عاتق احد الذين لا يشتركون في الاستقبال بينما يركز باقي اللاعبين جهودهم للدفاع عن الإرسال وتستعمل هذه الطريقة من قبل اغلب الفرق المتوسطة بحيث تكون الجهة اليمنى من هذا (W) المستوى ويكون وقوف اللاعبين على شكل حرف منحرفة لخط الهجوم وقريبة منه.

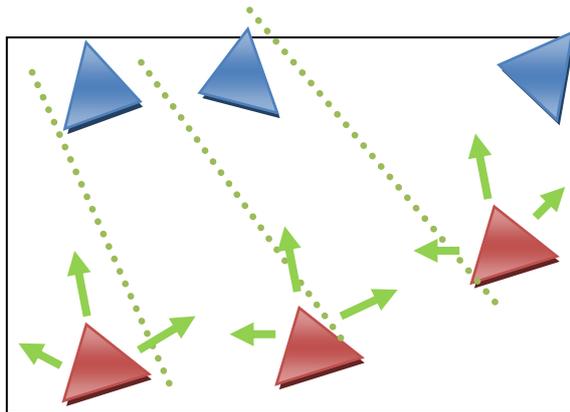
أما في الجهة اليسرى فيكون وقوف اللاعب على بعد متر ونصف من خط الهجوم ومتر ونصف من خط الجانب ، أما لاعب الوسط فيكون وقوفه في وسط الساحة تماما "ويكون اللاعب الأيمن على بعد خطوتين من الخط الجانبي بحيث لا يستقبل أي كرة لا تكون في متناول يده ، وهؤلاء اللاعبين لهم واجب استقبال الكرة التي تكون أمامهم والى جانبهم فقط ، أما إذا ذهب الكرة للخلف فتكون من واجب اللاعبين الخلفيين حيث يكون اللاعب الأيسر الخلفي بين لاعب الوسط واللاعب الأيسر الأمامي. أما اللاعب الأيمن الخلفي فيقف بين اللاعب الوسط الأمامي والأيمن وعلى بعد مترين للخلف على الأقل ، وتختلف هذه المسافة حسب قوة وشدة الإرسال الموجه لهم ، أما واجبهم فهو حماية المنطقة الخلفية ، وعند سقوط الإرسال في الوسط فاللاعب الذي تكون الكرة على يمينه يكون له أفضلية استقبال الإرسال كما في الشكل التوضيحي (الكرعاوي، ب س، صفحة 21).



ج . التشكيل الرباعي: يستخدم هذا النوع من قبل الفرق ذات المستوى العالي ويتطلب هذا النوع قابليات بدنية عالية جدا للانتقال بسرعة من الدفاع إلى الهجوم وهو من أفضل التشكيلات في الانتقال للهجوم ، ويقف (4) لاعبين على شكل قوس وعلى امتداد الملعب كما في الشكل. و إن لهذا التشكيل أيضا نوعان كما في الوقفة الخماسية وهي العميقة إلى الخلف و القصيرة التي يتقدم فيها اللاعبون للأمام لمجابهة الإرسالات القصيرة إلى منطقة وسط الملعب ومنطقة الهجوم أو الإرسالات، كذلك فإن هذه الطريقة تتيح للعداء الفرصة من التقدم لجميع الجهات والى الأمام للإعداد الشكل يوضح تحرك العداء من مركز (1) للإعداد. والشكل التوضيحي يبين تحرك العداء من مركز (6) للإعداد. والشكل التوضيحي يبين تحرك العداء من مركز (5) للإعداد.



د . **التشكيل الثلاثي:** وهذه الطريقة استعملها السوفيت والأمريكان بكثرة بعد أن سمح للاعب الأمامي بعمل حائط صد أو ضرب لإرسال المنافس وبعد تعديلات دورة لوس انجلوس ألغيت هذه الحالة وإن الفرق تستعمل هذه الطريقة بعد أن يتخصص قسم من اللاعبين بالاستقبال فقط ويتفرغ اللاعبون الإماميين و المعد لتنفيذ مركبات اللعب على الشبكة ، وهذه الطريقة تتسم بصعوبتها لحاجتها إلى رد فعل وإتقان لمهارة الاستقبال الوجود فراغات كثيرة وكما مبين في الشكل.



هـ . **التشكيل الثنائي:** استعملت هذه الطريقة في مطلع الثمانينات من قبل الأمريكان من خلال اعتماد لاعبين فقط للاستقبال وهم على درجة عالية من التكنيك بهدف إيصال الكرة

بدقة للمعد لعمل مركبات اللعب ، وقد تسيد الأمريكان دون منازع وتوجت بطلا لدورة لوس انجلوس وبطولة العالم في طوكيو لعام 1985 وبطولات كثيرة كما بدأ السوفيت باستعمال هذه الطريقة والتي لا ينصح باستعمالها من قبل دول العالم الثالث وبعض الدول المتقدمة كونها تحتاج إلى لاعبين نموذجيين للتغطية عن الملعب ولتدريب طويل (الكرعاوي، ب س، صفحة 24).

تشكيلات الصد ودفاع الملعب:

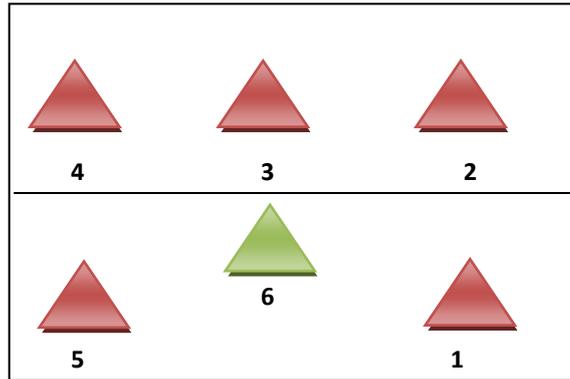
إن الهدف من تشكيلات الصد هو إيقاف هجوم المنافس ونلاحظ إن هناك عملا " مشتركا " بين لاعبي الصد والدفاع عن الملعب في المنطقة الخلفية حتى يستطيعوا أداء الدفاع بنجاح ويجب أن يمتلك الفريق القدرة في التنوع في تشكيلات الدفاع المختلفة وحسب نوع الهجوم، و على اللاعبين الغير مشتركين في عملية الصد الرجوع للخلف بسرعة لتغطية جميع أجزاء الملعب.

أنواع تشكيلات الصد:

أ. تشكيلات الصد بلاعب واحد.

يستخدم هذا التشكيل عندما يقوم اللاعب بهجوم مفاجئ كما وإنه يؤدي عند الهجوم البعيد عن الشبكة وغالبا ما يقوم به اللاعب المواجه للاعب المهاجم وينفذ تشكيل الصد بلاعب واحد من مركز (2) أو مركز (3) أو مركز (4) وإن هنالك نوعان من التغطية لحائط الصد وهي بتقدم اللاعب مركز (6) والثاني بتأخر اللاعب مركز (6) فالأولى تكون أمينة إذ

يتحرك اللاعب بمركز (6) للأمام وخلف حائط الصد ليقوم بواجب التغطية فقط، وتستعمل هذه الطريقة مع الفرق المبتدئة وبعض الفرق المتقدمة وان منطقة التغطية تكون من قبل لاعب مركز (6) والشكل التالي يوضح ذلك ويشترك في الدفاع عن الملعب باقي اللاعبين.



ب . تشكيلات الصد بلاعبين:

يعد الصد بلاعبين من أفضل الطرق المستخدمة لإيقاف هجوم المنافس وان فرصة نجاح هذا النوع كبيرة وفي نفس الوقت يوجد أربعة لاعبين منتشرين في جميع أجزاء الملعب للتغطية ، ويستخدم هذا النوع من في اغلب الفرق المتوسطة والعالية المستوى ، إذ يتحرك اللاعب في مركز (3) لتشكيل حائط صد مع اللاعب في مركز (2) إذا كان الهجوم في مركز (4) ويتحرك إلى جهة اليسار و إلى جانب اللاعب في مركز (4) .

ج. الصد بثلاث لاعبين: ينفذ هذا النوع عند وجود مهاجم رئيسي قوي عند الفريق المنافس عندها يشترك ثلاثة لاعبين من الخط الأمامي للحد من خطورته من خلال انضمام لاعب مركز (2) ولاعب مركز (4) إلى لاعب مركز (3) ويعد استخدام هذا النوع مجازفة كبيرة لصعوبة عملية التوقيت فيما بين اللاعبين (الكرعاوي، ب س، صفحة 25).

د. تشكيلات الدفاع عن الملعب / تغطية المهاجم أنواعه:

أ- الدفاع عن الملعب بتقدم مركز (6) أمام.

ب- الدفاع عن الملعب بتأخر مركز (6) خلفا.

ت- الدفاع عن الملعب بوجود مركز (6) في المنتصف.

خلاصة الفصل:

من خلال هذا الفصل تم التطرق إلى أبرز المفاهيم التي تخص الكرة الطائرة إلى جانب القوانين، إلى جانب الحديث عن الإعداد الخططي في الكرة الطائرة حيث قمنا بعرض خطط اللعب الجماعية الهجومية والدفاعية بالتفصيل و إرفاقها بالصور للتوضيح.

الفصل الثاني التدريب الرياضي

تمهيد:

يعتبر التدريب الرياضي عملية تربوية مهمة في أي مجال رياضي سواء كان فردي أو جماعي، فلا يمكن لأي رياضي القيام بإعداد نفسه بدنيا، مهاريا أو نفسيا دون الحاجة إلى مدرب، و يعتبر المدرب العامل الأساسي و الهام في عملية التدريب حيث يقوم بإعداد اللاعب أو مجموعة من اللاعبين من خلال الحصص التدريبية إعداد متكامل يمكنه من المنافسة، ويرتكز النجاح في عملية التدريب على المدرب و اللاعب معا، ويكمل كل منها الآخر.

2-1. مفهوم التدريب الرياضي:

التدريب الرياضي هو " العمليات المختلفة التعليمية والتربوية والتنشئة، وإعداد اللاعبين والفرق الرياضية من خلال التخطيط والقيادة التطبيقية بهدف تحقيق أعلى مستويات الرياضية والحفاظ عليها لأطول فترة ممكنة" وهو أيضا " العمليات التي تعتمد على الأسس التربوية، والعلمية، والتي تهدف إلى قيادة وإعداد وتطوير القدرات والمستويات الرياضية في كافة جوانبها لتحقيق أفضل النتائج في الرياضة الممارسة" (حماد، 1998، صفحة 19).

كما يعرف التدريب: "على انه جميع العمليات التي تشمل بناء وتطوير عناصر اللياقة البدنية، وتعلم التكنيك، التكتيك، وتطوير القابليات العقلية ضمن منهج علمي مبرمج وهادف خاضع لأسس تربوية قصد للوصول بالرياضي إلى أعلى المستويات الرياضية الممكنة" (ناهد، 2002، صفحة 09).

ويعرفه محمد علاوي: "التدريب الرياضي عملية تربوية وتعليمية منضمة تخضع للأسس والبادئ العلمية، وتهدف أساسا إلى إعداد الفرد لتحقيق أعلى مستوى رياضي ممكن في المنافسات الرياضية أو في نوع معين من أنواع الرياضة" (علاوي، 2002، صفحة 17).

ويفهم مصطلح التدريب الرياضي: " أنه عبارة عن القوانين والأنظمة الهادفة إلى إعداد الفرد للوصول إلى مستوى الإنجاز عن طريق الإعداد الكامل لعموم أجهزة الرياضي

وصحته الجسمية العامة، كما يتحسن التوافق العصبي والعضلي ويسهل تعليم المسار الحركي فضلا عن زيادة قابلية الإنتاج لدى الفرد" (حسين، 1997، صفحة 78).

2-2. خصائص التدريب الرياضي:

نظرا لكون هذه العملية معقدة تهدف إلى الوصول باللاعب إلى الأداء الرياضي الجيد من خلال إعداده إعدادا متكاملًا. لذلك يجب على كل مدرب أن يكون ملما إماما كاملا بخصائص التدريب الرياضي ويعتبر أهمها في ما يلي:

2-2-1. التدريب الرياضي وعلاقته بالأسس التربوية والتعليمية:

العملية التدريب الرياضي وجهان يرتبطان معا برباط وثيق، ويكونان وحدة واحدة، أحدهما تعليمي والآخر تربوي نفسي، فالجانب التعليمي من عملية التدريب الرياضي يهدف أساسا إلى اكتساب وتنمية الصفات البدنية العامة والخاصة، وتعليم وإتقان الهرات الحركية والرياضية والقدرات الخططية لنوع النشاط الرياضي التخصصي بالإضافة إلى اكتساب المعارف، والمعلومات النظرية المرتبطة بالرياضة بصفة عامة، ورياضة التخصص بصفة خاصة.

2-2-2. التدريب الرياضي مبني على الأسس والمبادئ العلمية:

كانت الموهبة الفردية قديما في الثلاثينيات والأربعينيات، تلعب دورا أساسيا في وصول الفرد إلى أعلى المستويات الرياضية دون ارتباطها بالتدريب الرياضي العلمي الحديث والذي كان أمرا مستبعدا.

فالتدريب الرياضي الحديث يقوم على المعارف والمعلومات والمبادئ العلمية المستمدة من العديد من العلوم الطبيعية والعلوم الإنسانية، الطب الرياضي، والميكانيك الحيوية وعلم الحركة، وعلم النفس الرياضي، والتربية، وعلم الاجتماع الرياضي".

يرى "احمد مفتي إبراهيم" أن الأسس والمبادئ العلمية التي تساهم في عمليات التدريب

الرياضي الحديث تتمثل:

- علم التشريح.
- وظائف أعضاء الجهد البدني.
- بيولوجية الرياضة.
- علوم الحركة الرياضية.
- علم النفس الرياضي.
- علوم التربية.
- علم الاجتماع الرياضي.
- الإدارة الرياضية (حماد، 1998، صفحة 45).

2-2-3. التدريب الرياضي والدور القيادي للمدرب:

يتميز التدريب الرياضي بالدور القيادي للمدرب بارتباطه بدرجة كبيرة من الفاعلية ومن ناحية اللاعب الرياضي، بالرغم من إن هناك العديد من الواجبات التعليمية، والتربوية،

والنفسية، والنفسية التي تقع على كاهل المدرب الرياضي الإمكان التأثير في شخصية اللاعب وتربية شاملة متزنة تتيح له فرصة تحقيق أعلى المستويات الرياضية التي تتناسب مع قدراته وإمكانياته، إلا أن هذا الدور القيادي للمدرب لن يكتب له النجاح إلا إذا ارتبط بدرجة كبيرة من الفاعلية والاستقلال وتحمل المسؤولية والمشاركة الفعلية من جانب اللاعب الرياضي، إذ أن عملية التدريب الرياضي تعاونية لدرجة كبيرة تحت قيادة المدرب الرياضي (علاوي، 2002، الصفحات 22-23).

كما تتسم عملية التدريب الرياضي في كرة القدم بالدور القيادي للمدرب للعملية التدريبية والتي يقودها من خلال تنفيذ واجبات وجوانب وأشكال التدريب، والعمل على تربية اللاعب بالاعتماد على علم النفس والاستقلال في التفكير و الابتكار المستمر والتدريب القوي من خلال إرشادات وتوجيهات وتخطيط التدريب (أبو عبده، 2001، الصفحات 27-28).

2-2-4. التدريب الرياضي تتميز عملياته بالاستمرارية:

التدريب الرياضي عملية تتميز بالاستمرارية ليست عملية (موسمية) أي أنها لانشغل فترة معينة أو موسما معيناً ثم تنقضي وتزول، وهذا يعني أن الوصول إلى أعلى المستويات الرياضية العليا يتطلب الاستمرار في عملية الانتظام في التدريب الرياضي طوال أشهر السنة كلها، فمن الخطأ أن يترك اللاعب التدريب الرياضي عقب انتهاء موسم المنافسات الرياضية، ويركن للراحة التامة إذ أن ذلك يساهم بدرجة كبيرة في هبوط مستوى اللاعب

ويتطلب الأمر البدء من جديد محاولة تنمية وتطوير مستوى اللاعب عقب فترة الهدوء والراحة السلبية.

استمرار عملية التدريب الرياضي منذ بدء التخطيط لها مروراً بالانتقاء، حتى الوصول لأعلى المستويات الرياضية دون توقف حتى اعتزال اللاعب التدريب (علاوي، 2002، الصفحات 24-25).

2-3. الإعداد المتكامل للتدريب الرياضي:

لكي يمكن إعداد اللاعب إعداداً شاملاً لعملية التدريب الرياضي لكي يحقق أعلى المستويات الرياضية التي تسمح بما قدراته واستعداداته فمن الضروري أن يراعي في إعداد أربع جوانب ضرورية وهي:

2-3-1. الإعداد البدني:

يهدف إلى إكساب اللاعب مختلف الصفات أو القدرات البدنية العامة، و الخاصة بنوع النشاط الرياضي التخصصي.

2-3-2. الإعداد المهاري :

يهدف إلى تعليم وإكساب اللاعب الرياضي المهارات الحركية المرتبطة بالنشاط الرياضي التخصصي الذي يمارسه، ومحاولة إتقانها وتثبيتها، واستخدامها بفعالية.

2-3-3. الإعداد الخططي:

يهدف إلى تعليم وإكساب اللاعب الرياضي القدرات الخططية الفردية والجماعية الضرورية للمنافسات لرياضية، ومحاولة إتقانها وتثبيتها، واستخدامها بفعالية تحت نطاق مختلف الظروف، والعوامل في المنافسات الرياضية.

2-3-4. الإعداد التربوي والنفسي:

يهدف إلى تعليم وإكساب اللاعب الرياضي مختلف القدرات والسمات، والخصائص والمهارات النفسية وتنميتها، وكذلك توجيهه، وإرشاده، ورعايته بصورة تسهم في إظهار كل طاقاته وقدراته، واستعداداته في المنافسات الرياضية، بالإضافة إلى مساعدة اللاعب الرياضي في تشكيل وتنمية شخصية متزنة وشاملة لكي يكتسب الصحة النفسية والبدنية الجيدة (علاوي، 2002، الصفحات 24-25).

2-4. أهداف التدريب الرياضي:

من بين الأهداف العامة للتدريب الرياضي ما يلي: الارتقاء بمستوى عمل الأجهزة الوظيفية لجسم الإنسان من خلال التغيرات الإيجابية للمتغيرات الفيزيولوجية، النفسية، والاجتماعية، الوظيفية، ويمكن تحقيق أهداف عملية التدريب الرياضي بصفة عامة من خلال جانبين أساسيين على مستوى واحد من الأهمية هما الجانب التعليمي (التدريبي والتدريسي) الجانب التربوي ويطلق عليها واجبات التدريب الرياضي، فالأول يهدف إلى إكساب وتطوير القدرات البدنية (السرعة، القوة التحمل)، والمهارية والخططية والمعرفية، أو

الخبرات الضرورية للاعب في النشاط الرياضي الممارس، والثاني متعلق في المقام الأول بإيديولوجية المجتمع، ويهتم بتكميل الصفات الضرورية للأفعال الرياضية معنويا وإداريا، ويهتم بتحسين التذوق، التقدير وتطوير الدوافع، والحاجات وميول الممارس، واكتسابه السمات الخلقية والإدارية الحميدة الروح الرياضية المثابرة، ضبط النفس والشجاعة، إلخ (البساطي، 1998، صفحة 12).

كما يهدف "التدريب الرياضي إلى وصول اللاعب للفورمة الرياضية من خلال المنافسات والعمل على استمرارها لأطول فترة ممكنة، والفورمة الرياضية تعني تكامل كل الحالات البدنية، الوظيفية والمهارية، والخطئية، والنفسية والذهنية، والخلقية والمعرفية، والتي تكمن في الأداء المثالي خلال المنافسات الرياضية.

بالإضافة إلى ذلك فإن التدريب الرياضي يساهم في تحقيق الذات الإنسانية للبطل وذلك بإعطائه الفرصة بإثبات ذاته الطبيعية وتحقيق ذاته عن طريق التنافس الشريف والعدل وبذل الجهد، فهو يعد دائما عاملا من عوامل تحقيق تقدمه الاجتماعي" (حماد، 1998، صفحة 21).

2-5. واجبات التدريب الرياضي الحديث:

يمكن تحديد واجب التدريب الرياضي الحديث والتي يمكن اعتبارها واجب المدرب كما

يلي:

2-5-1. الواجبات التربوية: وتشمل مايلي:

- تربية النشء على حب الرياضة، وأن يكون المستوى العالي في الرياضة التخصصية حاجة من الحاجات الأساسية.
- تشكيل دوافع وميول اللاعب والارتقاء بما بصورة تستهدف أساسا خدمة الوطن.
- تربية وتطوير السمات الخلقية الحميدة كحب الوطن والخلق الرياضي وروح الرياضية.
- بث وتطوير الخصائص والسمات الإدارية.

2-5-2. الواجبات التعليمية:

- التنمية الشاملة المتزنة للصفات البدنية الأساسية والارتقاء بالحالة الصحية للاعب.
- التنمية الخاصة للصفات البدنية الضرورية للرياضة التخصصية.
- تعلم وإتقان المهارات الحركية في الرياضة التخصصية واللازمة للوصول لأعلى مستوى رياضي ممكن.
- تعلم إتقان القدرات الخطئية الضرورية للمنافسة للرياضة التخصصية (تعلم وإتقان المهارات).

2-5-3. الواجبات التنموية:

التخطيط والتنفيذ لعمليات تطوير مستوى اللاعب والفريق إلى أقصى درجة ممكنة تسمح به القدرات المختلفة بهدف تحقيق للوصول لأعلى المستويات في الرياضية التخصصية باستخدام أحدث الأساليب العلمية المتاحة (مفتي، 2001، صفحة 30).

2-6. قواعد التدريب الرياضي:

لما كانت عملية التدريب عملية تربوية علمية مستمرة تستغرق سنين عديدة حتى يصل اللاعب إلى الأداء الرياضي المثالي المطلوب، لذلك تنطبق عليه القواعد التي تنطبق على العمليات التربوية الأخرى وهي:

2-6-1. التنظيم: يتحتم على المدرب أن ينضم عملية التدريب على النحو التالي:

- تخطيط وتنظيم عملية التدريب من يوم إلى يوم، ومن أسبوع إلى أسبوع، ومن شهر إلى شهر، وأخيرا من سنة إلى أخرى.
- تنظيم كل وحدة تدريبية ، وذلك بوضع واجبات مناسبة مبنية على ما سبق أن تدرب عليه اللاعبين .
- أن يرتبط الهدف من التدريب في كل وحدة تدريب بجدف وحدة التدريب السابقة، وهدف وحدة التدريب اللاحقة.

2-6-2. التدرج: أصبح التدرج للوصول إلى أحسن مستوى من الأداء قاعدة هامة في

التدريب ومبدأ هاماً في الحمل، والتدرج في التدريب يكون أثناء دورة الحمل الكبيرة، والتدرج

يعني سير خطة التدريب وفقاً لما يأتي :

- من السهل إلى الصعب.
- من البسيط إلى المركب.
- من القريب إلى البعيد.
- من المعلوم إلى المجهول (مختار، الصفحات 45-46).

2-7. المدرب الرياضي

تتحدد العملية التدريبية في الألعاب الجماعية بمحددات أهمها اللاعب، المحتوى

التدريبي الاتصال الجيد لتوصيل المعلومات وتوجيه الدوافع المشاركة الرياضية حتى يمكن

الوصول لتحقيق الهدف العام للتدريب وهو الارتقاء بمستوى الرياضي و تطوير الجوانب

الفنية والبدنية وال نفسية الخ، ولا يأتي ذلك إلى تحت قيادة رياضية مؤهلة وهي

المدرب.

2-7-1. مفهوم المدرب الرياضي:

يمثل المدرب الرياضي العامل الأساسي والهام في عملية التدريب كما يمثل أيضاً أحد

أهم المشاكل التي تقابل الرياضة والمسؤولين عنها سواء في الأندية أو على مستوى

المنتخبات الوطنية فهم أغلبية وكثرة، من يصلح؟ فتلك هي المشكلة. فالمدرّب المتميز لا يصنع بالصدفة، بل يجب أن يكون لديه الرغبة للعمل كمدرّب، يفهم واجباته ولم بأفضل أحدث طرق التدريب أساليبه وحاجات لاعبيه، متبصر بكيفية الاستخدام الجيد لمعلوماته الشخصية وخبراته في مجال لاعبه واختصاصه (أبو زيد، 2003).

"هو الشخصية التربوية التي تتولى عملية تربية وتدريب اللاعبين وتؤثر في مستواهم الرياضي تأثيرا مباشرا، وله دور فعال في تطوير شخصية اللاعب تطويرا شاملا ومتزنا، لذلك يجب أن يكون المدرّب مثلا يحتذي به في جميع تصرفاته ومعلوماته، ويمثل المدرّب العامل الأساسي والهام في عملية التدريب، فتزويد الفرق الرياضية بالمدرّب المناسب يمثل أحد المشاكل الرئيسية التي تقابل اللاعبين المسؤولين ومديري الأندية المختلفة (السيدة، 2002، صفحة 25).

ويطلق على المدرّب مسميات عديدة " فهو القائد ومرشد ورائد الحلقة، يتميز بعمق البصيرة مما يجعله في مركز متميز يسعى إليه المشاركون لنهل المعرفة والخبرة" (الحسين، 2004، صفحة 121).

المدرّب الرياضي هو المحرك الأول للفرق، وفي بعض المواقف الأداء الصعب يصبح المدرّب بمثابة المعلم، فمهنته الأساسية بناء لاعبيه وإعدادهم بدنيا ونفسيا و مهاريا وفنيا للوصول بهم إلى أعلى المستويات، فهو أولا وأخيرا يجب علينا توضيح حقيقة هامة وهي

أن مهنة التدريب تعتبر من الوظائف الصعبة وتحتاج إلى شخصية ذات طابع خاص فهذه كرة المهنة تحتاج إلى مجهود ذهني وجسماني كبير.

2-8. خصائص المدرب الرياضي:

ويتضمن نوعية السمات الشخصية التي يتسم بها المدرب الرياضي ومدى تفاعل هذه السمات مع بعضها البعض، وكذلك نمط السلوك المفضل لدى المدرب الرياضي وكما إذا كان هذا النمط السلوكي ينمو نحو الاهتمام بالأداء و والاهتمام بمشاعر اللاعبين والأداء معا وكذلك مقدار نفوذ الشخصي أو نفوذ المنصب أو المركز الذي يساهم في التأثير و التوجيه على سلوك اللاعبين (ناهد، 2002، صفحة 131).

وفي ما يلي نذكر بعض الخصائص والصفات التي يتميز و يتمتع بها المدرب الرياضي وهي كما يلي (أبو عبده، 2001، صفحة 30):

- أن يكون مؤمنا محبا لعمله معتنيا بقيمته في تدعيم، وتربية، وتدريب اللاعبين للوصول بهم إلى المستويات العليا.
- أن يكون معدا مهنيا حتى يستطيع التقدم باستمرار.
- أن يكون قادر على اختيار الكلمات المناسبة والمعبرة عن أفكاره تعبيراً واضحاً.
- إن يتميز بعين المدرب الخبرة في اكتشاف المواهب.
- أن يكون ذكياً، ممتعا بمستوى عالي من الإمكانيات و القدرات العقلية .

■ أن يبني علاقته على الحب: المتبادل والاحترام المتبادل مع زملائه في الأجهزة التي يعمل معها الجهاز الفني (الإداري. الطبي - الحكام - الجمهور)، وكذلك احترام تنفيذ القوانين ومراعاة اللعب التنافس النظيف والشريف.

كما يضيف " الدكتور مفتي إبراهيم " بعض الخصائص التي يتميز أو التي يجب أن

يكون عليها المدرب الرياضي، وهي كالآتي:

- حسن المظهر، حسن التصرف، الصحة الجيدة، والقدرة على قيادة الفريق.
- الثقافة و المعلومات التدريبية في الرياضية التخصصية، والمقدرة على تطبيقها.
- التماسك بمعايير الأخلاق (الأمانة، الشرف، العدل، المثابرة، الولاء، المسؤولية الصدق).
- التمتع بالسمات الشخصية الإيجابية، الثبات الانفعالي، الانبساطية ، الصلابة، التحكم الذاتي الاجتماعي.
- يجب أن يكون مثلاً ونموذجاً يقتدي به محباً لعمله ويخلص له، ويوفر الوقت الكافي.
- التمتع بالسمات الشخصية الإيجابية، (التنظيم، المثابرة، الإبداع، المرونة، القدرة)

2-9. واجبات المدرب الرياضي:

إن ضمان الوصول باللاعب إلى أعلى مستويات الرياضية يلقي على المدرب الرياضي أو المدير الفني مسؤولية تحقيق العديد من الواجبات سواء في عملية التدريب الرياضي أو في المنافسات الرياضية.

2-9-1. الواجبات التعليمية:

تتضمن الواجبات التعليمية جميع العمليات التي تستهدف التأثير في قدرات ومهارات و معلومات و معارف اللاعب الرياضي و تشمل أهم هذه الواجبات التعليمية على مايلي:

- التنمية الشاملة المتزنة للصفات أو القدرات البدنية الأساسية، كالقوة العضلية، السرعة، التحمل، المرونة، الرشاقة، وغيرها من الصفات أو القدرات البدنية الأساسية.
- التنمية الخاصة للصفات أو القدرات البدنية الضرورية لنوع النشاط الرياضي الذي يتخصص فيه اللاعب الرياضي.

- تعليم المهارات الحركية الأساسية لنوع النشاط الرياضي التخصصي و اللازم للوصول إلى أعلى مستويات الرياضية.

2-9-2. الواجبات التربوية النفسية:

تتضمن الجوانب التربوية النفسية وكل المؤثرات المنظمة التي تستهدف إكساب وتنمية الجوانب التربوية و النفسية الهامة للاعب الرياضي، وتشمل أهم هذه الجوانب على ما يلي:

تربية النشء على حب الرياضية، و العمل على أن يكون النشاط الرياضي ذو المستوى العالي من الحاجات الأساسية للناشئ.

- تشكيل مختلف دوافع و حاجات وميول اللاعب و الارتقاء، بما بصورة تستهدف أساسا الارتقاء بمستوى اللاعب ومستوى الجماعة أو الفريق الرياضي.
- اكتساب وتنمية السمات الخلقية الحميدة، كالخلق الرياضي و الروح الرياضية و اللعب النظيف وغيرها من السمات التربوية لدى اللاعب الرياضي.

خلاصة الفصل:

من خلال ما سبق حاولنا الإمام بكل ما يخص التدريب الرياضي و المدرب بصفة عامة، و تعتبر مهمة التدريب كما لاحظنا مهمة شاقة، تركز على أسس و قواعد، لا يجب إغفالها أو الحياد عنها، وتكفل العملية التدريبية بالنجاح من خلال إحرار نتائج جيدة في المنافسات و المسابقات،

الإطار التطبيقي

الفصل الأول
منهجية البحث
و إجراءاته الميدانية

تمهيد:

سنتطرق في هذا الفصل منهجية البحث وهذا من خلال منهج الدراسة وعينة البحث، و بعد دراستنا للإطار النظري ارتأينا أن نحاول في هذا الجزء الإلمام بموضوع بحثنا ودراسته بغية إعطائه منهجا علميا، عن طريق تفرغ الاستمارة وتحليل الجداول الإحصائية، للخروج بنتائج يتم من خلالها الإجابة عن تساؤلات البحث و إثبات صحة الفرضيات.

1-1. منهج البحث:

تبعاً للمشكلة المطروحة ارتأينا استخدام المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي الذي يعد من أبرز المناهج استخداماً استجابة لموضوع البحث.

1-2. مجتمع و عينة البحث:

تمثل مجتمع من أندية كرة الطائرة للناشئين وتكون من 140 بين لاعبين و مدربين و إداريين و تقنيين بينما تكونت عينة البحث من 06 مدربين للكرة الطائرة للناشئين، وترجع قلة عدد أفراد العينة إلى الظروف الصحية التي مرت بها البلاد والعالم ككل من خلال ظهور وباء كورونا حيث تم التواصل معهم بالبريد الإلكتروني بسبب إجراءات الحجر الصحي المفروضة للحفاظ على سلامة المواطنين.

1-3. مجالات البحث البشري:

▪ **المجال المكاني:** أندية كرة الطائرة للناشئين بولاية مستغانم.

▪ **المجال الزمني:** و امتدت من 2020/02/12 إلى غاية منتصف شهر أوت لسنة 2020.

1-4. ضبط متغيرات البحث:

1-4-1. المتغير المستقل: خطط اللعب في الكرة الطائرة

و يعرف بأنه ذو طبيعة استقلالية حيث يؤثر في المتغيرين التابع والدخيل دون أن يتأثر بهما.

1-4-2. المتغير التابع: المستوى المعرفي للمدربين

يتأثر مباشرة بالمتغير المستقل في كل شيء سواء الإتجاه السلبي أو الإتجاه الإيجابي فإن كان المتغير المستقل إيجابي كان لمتغير التابع مباشرة إيجابي والعكس صحيح.

1-5. أدوات البحث:

❖ **المصادر و المراجع:** وتم الاعتماد على الكتب و المجالات و المذكرات المتوفرة

باللغة العربية و الأجنبية.

❖ **الإستمارة:**

تم إعداد استمارة إستبائية من طرف الطالب البحث وزعت على المدربين و احتوت على 23 سؤالاً، و اعتمدنا فيها على نوع واحد من الأسئلة وهو استبيان مغلق، و تتحصر فيها الإجابة بنعم أو لا أو نوعاً ما و تكونت من 03 محاور.

المحور الأول: الجانب المعرفي لخطط اللعب في الكرة الطائرة

المحور الثاني: الجانب المعرفي لخطط اللعب الدفاعية

المحور الثالث: الجانب المعرفي لخطط اللعب الهجومية

1-6. الدراسة الاستطلاعية:

تعذر على الطالب الباحث القيام بالدراسة الاستطلاعية وهذا بسبب إجراءات الحجر الصحي المفروضة على المواطنين، عقب انتشار وباء، كورونا (Covid-19)، حيث اكتفى الطالب الباحث بالاتصال بالمدربين من خلال شبكة الأنترنت و الهاتف، لاطلاعهم على كافة المعلومات الخاصة بالأندية التي كان من المفترض زيارتها.

1-7. الأسس العلمية للاختبارات المستخدمة:

الثبات: ويقصد بثبات الاختبار مدى الدقة او الاتساق او استقرار نتائجه فيم لو طبق على عينة من الأفراد في مناسبتين مختلفتين. (مقدم، 1993، صفحة 152)

كما يقول فان فالين (Van Valin) عن ثبات الاختبار "إن الاختبار يعتبر ثابتاً إذا كان يعطي نفس النتائج باستمرار إذا ما تكرر على نفس المفحوصين و تحت نفس الشروط. (حسانين م، 1995، صفحة 193)

وإستخدام الطالب الباحث إحدى طرق حساب ثبات الاختبار وهي طريقة "تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه" (معامل الارتباط Test -Retest) للتأكد من مدى دقة واستقرار نتائج الاختبار.

الصدق: صدق الاختبار أو المقياس يشير إلى الدرجة التي يمتد إليها في قياس ما وضع من أجله فالاختبار أو المقياس الصادق هو الذي يقيس بدقة كافة الظاهرة التي صمم لقياسها. (حسانين م، 1995، صفحة 193) وباستعمال الوسائل الإحصائية التالية تم حساب ثبات و صدق الاختبار.

معامل الارتباط "ر" لبيرسون

1-8. الدراسة الإحصائية:

حتى نتمكن من التعليق أو تحليل نتائج الإستمارة استخدمنا أسلوب التحليل الإحصائي

عن طريق تحويل الإجابات إلى أرقام و نسب مئوية وكذلك كما² وهذا بإتباع القوانين التالية:

$$\text{النسبة المئوية} = \frac{\text{نسبة التكرار} * 100}{\text{عدد العينة}}$$

$$\text{كا}^2 = \frac{(\text{تكرار المشاهد} - \text{تكرار المتوقع})}{\text{تكرار المتوقع}}$$

خلاصة الفصل:

للوصول إلى نتائج مرضية، وجب علينا ضبط مجالات الدراسة الميدانية على أساس

الفرضيات التي تم وضعها والتي كان علينا الوصول إليها.

وقد اعتمدت الباحث على جمع بيانات الاستمارة للحصول مجموعة من النتائج والتي

سيتم تحليلها ومناقشتها في الفصل التالي.

الفصل الثاني

عرض و تحليل النتائج

2-1. عرض و تحليل النتائج:

المعلومات الشخصية:

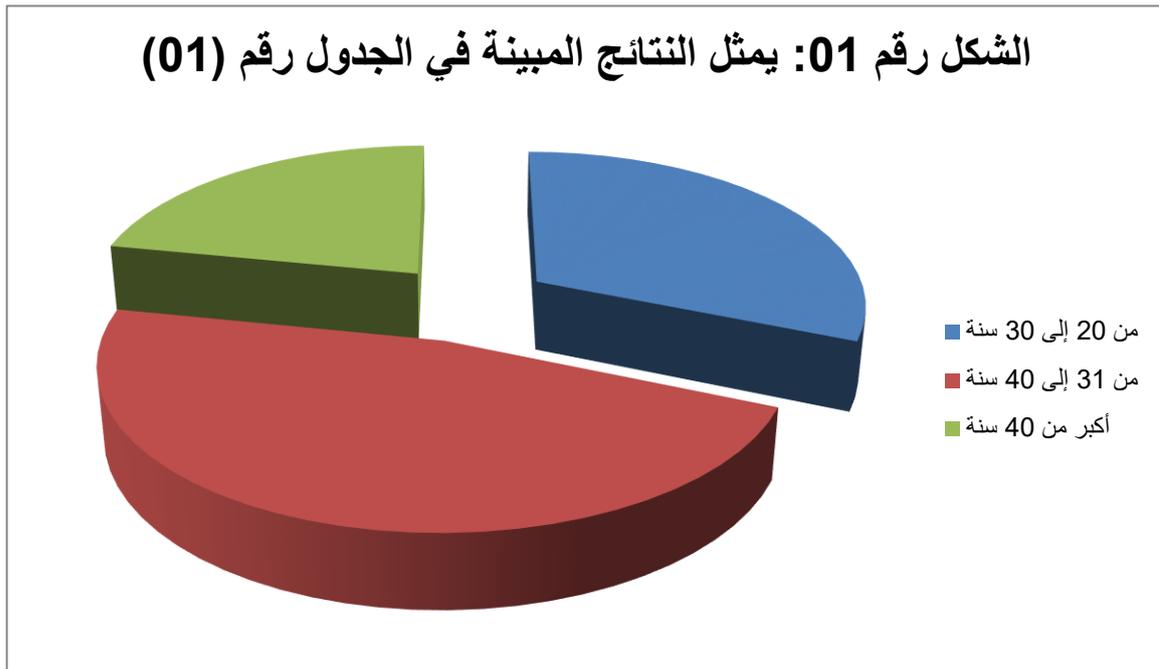
الجدول رقم (01): توزيع عينة البحث حسب متغير السن:

النسبة المئوية %	التكرارات	
33.33	02	من 20 إلى 30 سنة
50.00	03	من 31 إلى 40 سنة
16.66	01	41 سنة فما فوق

من خلال النتائج المبينة في الجدول رقم 01 و التي يبين توزيع عينة البحث حسب متغير السن، نرى أن مدربين (02) تراوحت أعمارهم بين 20-30 سنة بنسبة 33.33% و 03 مدربين تتراوح أعمارهم بين 31-40 سنة، ما يمثلون نسبة 50.00% من إجمالي عينة البحث، أما من يفوق سنهم الـ 40 سنة فتمثل في مدربا واحد بنسبة 16.66% .

ومنه نستنتج أن أغلبية المدربين من الشباب.

الشكل رقم 01: يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (01)

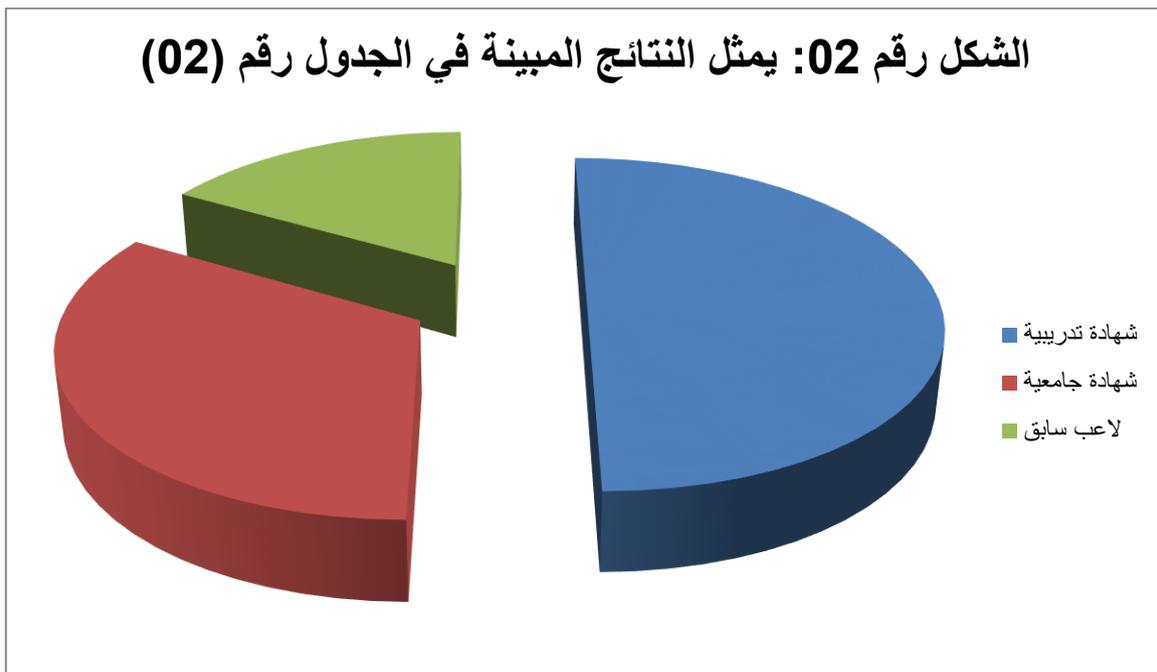


الجدول رقم (02): يمثل الشهادة التدريبية المتحصل عليها

النسبة المئوية %	التكرارات	
50.00	03	شهادة تدريب
33.33	02	شهادة جامعية
16.66	01	لاعب سابق

من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نلاحظ أن 50% من المدربين لديهم شهادة تدريبية و يبلغ عددهم 03 مدربين، بينما مدربين 02 يحوزون على شهادة جامعية بنسبة 33.33%، ومدربا واحدا من مجموع عينة البحث يمتهن التدريب باعتباره مدربا سابقا ويمثل ما نسبته 16.66% من عينة البحث.

الشكل رقم 02: يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (02)



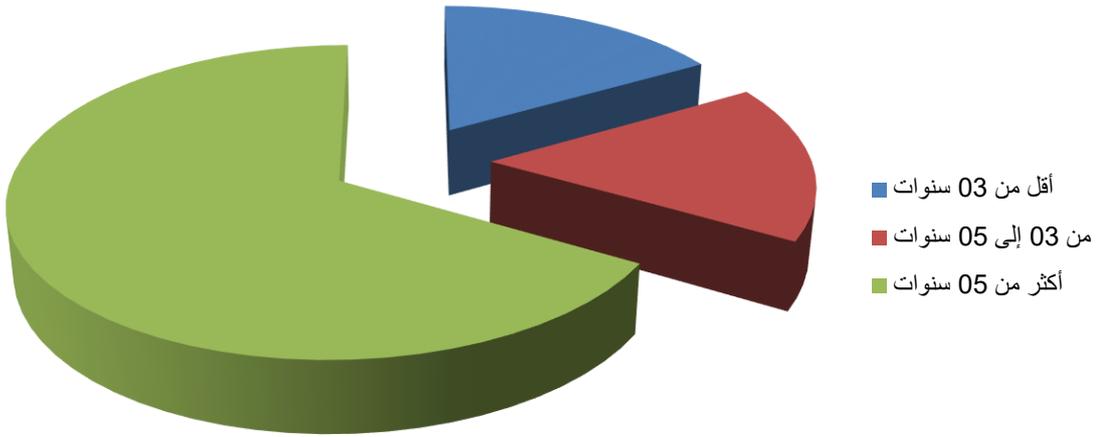
الجدول رقم (03): يمثل سنوات الخبرة لعينة البحث

النسبة المئوية %	التكرارات	
16.66	01	أقل من 03 سنوات
16.66	01	من 03 إلى 05 سنوات
66.66	04	أكثر من 05 سنوات

من خلال النتائج المبينة في الجدول رقم (03) و الذي يبين سنوات الخبرة لعينة البحث، نلاحظ أن أعلى نسبة تمثل 66.66% ما مجموعه 04 مدربين لديهم خبرة تفوق الـ 05 سنوات من التدريب، تم تليها نسبة 16.66% لكلا الإجابتين "أقل من 03 سنوات" و "ما بين 03 إلى 05 سنوات" مدربا واحدا لكل إجابة.

ومنه نستنتج أن عينة البحث تتمتع بالخبرة اللازمة في مجال التدريب

الشكل رقم 03: يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (03)



المحور الأول: الجانب المعرفي لخطط اللعب في الكرة الطائرة

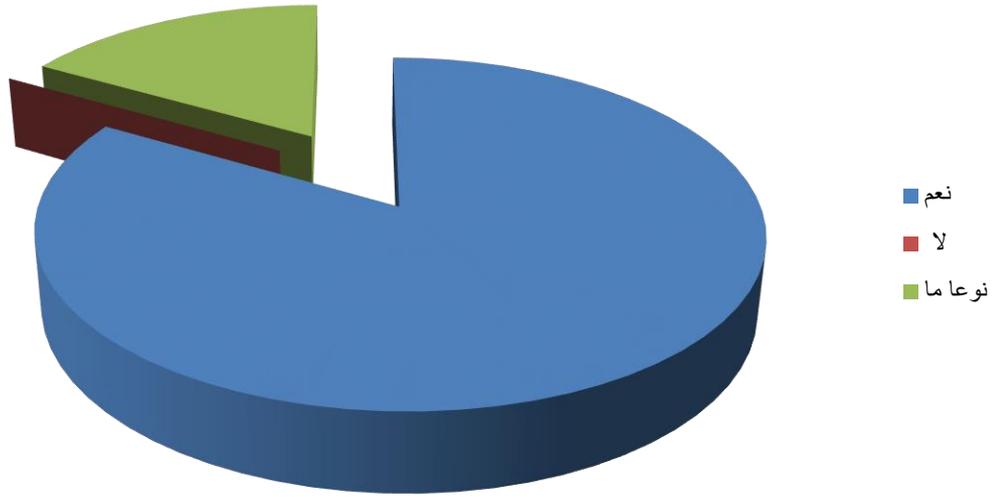
الجدول رقم (04): يبين نتائج الإجابة عن السؤال رقم (04)

التكرارات	النسبة المئوية %	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية	الدلالة الإحصائية عند 0.05
نعم	83.33	05		
لا	00.00	00		
نوعا ما	16.66	01	7.00	دال إحصائيا
المجموع	100	06	5.99	

من خلال النتائج المبينة في الجدول نرى أن 05 مدربين أجابوا بنعم بنسبة 83.33%، و مدربا واحدا أجاب بنوعا ما بنسبة 16.66%، ولا مدربا أجاب بلا بنسبة معدومة، حسب النتائج التحليل الإحصائي بلغت قيمة كا² المحسوبة 7.00 و هي أعلى من قيمة كا² الجدولية القدرة ب 5.99، عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية ن=2، وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الإجابة بنعم.

ومنه نستنتج أن اكتساب المعارف الخططية في الكرة الطائرة له أهمية كبيرة.

الشكل رقم 04: يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (04)

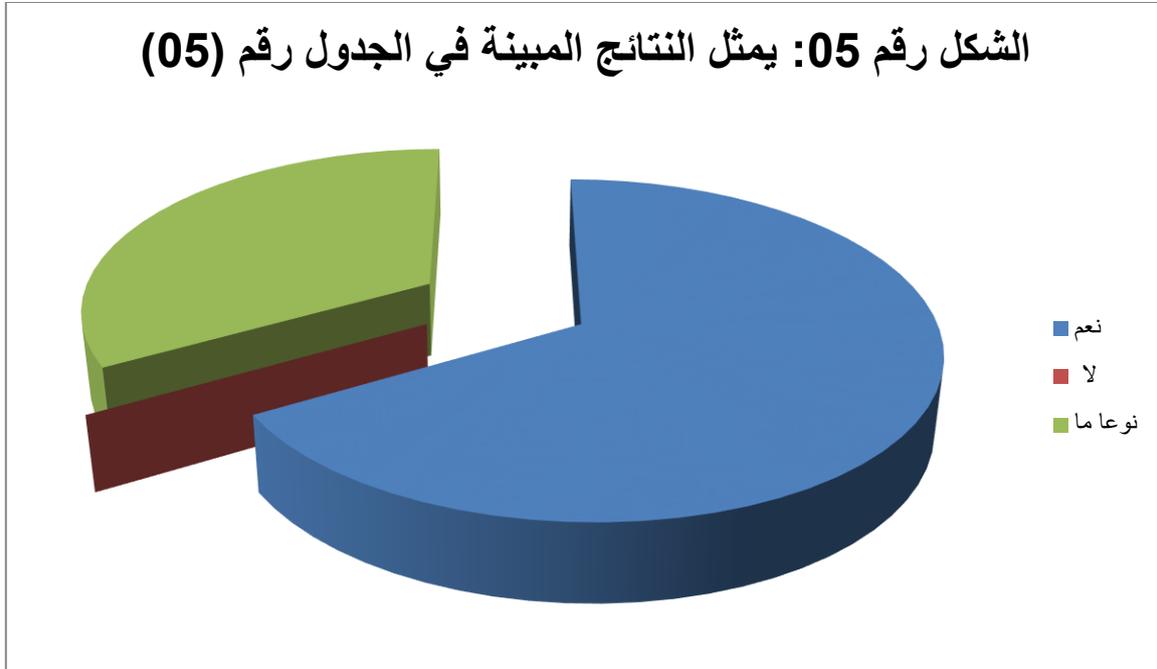


الجدول رقم (05): يبين نتائج الإجابة عن السؤال رقم (05)

التكرارات	النسبة المئوية %	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية	الدلالة الإحصائية عند 0.05
نعم	66.66	04		
لا	00.00	00		
نوعا ما	33.33	02	5.99	غير دال إحصائيا
المجموع	100	06		

من خلال النتائج المبينة في الجدول نرى أن 04 مدربين أجابوا بنعم بنسبة 66.66%، و 02 مدربين أجابوا بنوعا ما بنسبة 33.33%، و لا مدريا أجاب بلا، وحسب نتائج التحليل الإحصائي المبينة في الجدول رقم (05)، نرى أن قيمة كا² الجدولية بلغت 4.00 وهي أصغر من قيمة كا² الجدولية عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية ن=2. وهذا ما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية.

ومنه نستنتج أن بعض المدربين فقط يعتقدون أن شرح خطط اللعب الأساسية يساعد في اكتسابها.



الجدول رقم (06): يبين نتائج الإجابة عن السؤال رقم (06)

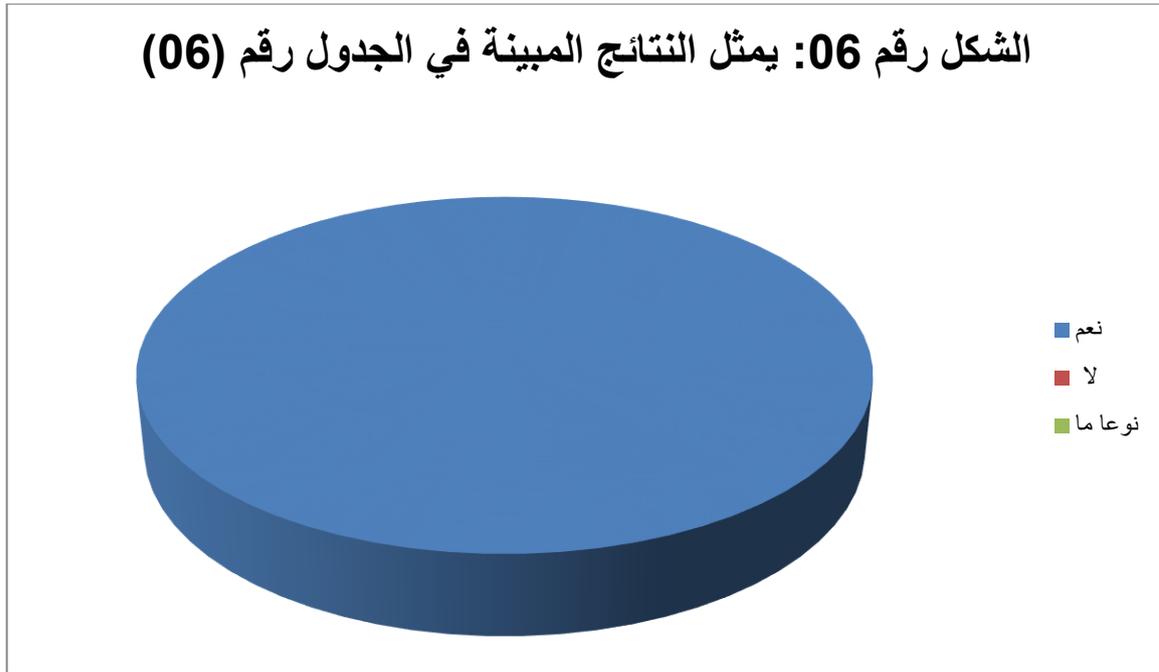
التكرارات	النسبة المئوية %	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية	الدلالة الإحصائية عند 0.05
نعم	100.00	06	00.00	
لا	00.00	00	12.00	
نوعا ما	00.00	00	5.99	دال إحصائيا
المجموع	100	06		

من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه و التي تبين نتائج إجابة عينة البحث عن السؤال رقم (06)، نرى أن كل المدربين أجابوا بنعم بنسبة 100%، أما من أجابوا بلا و نوعا ما كانت نسبتهم معدومة، وحسب نتائج التحليل الإحصائي نرى أن كا² المحسوبة بلغت قيمتها 12.00 وهي أكبر من قيمة كا² الجدولية المقدر بـ 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05

و درجة الحرية $n=2$ ، وهذا ما يدا على وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الإجابة بنعم.

ومنه نستنتج أن جل المدربين يقومون بشرح واف لمراكز اللاعبين و الواجب الملقى عليهم.

الشكل رقم 06: يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (06)



الجدول رقم (07): يبين نتائج الإجابة عن السؤال رقم (07)

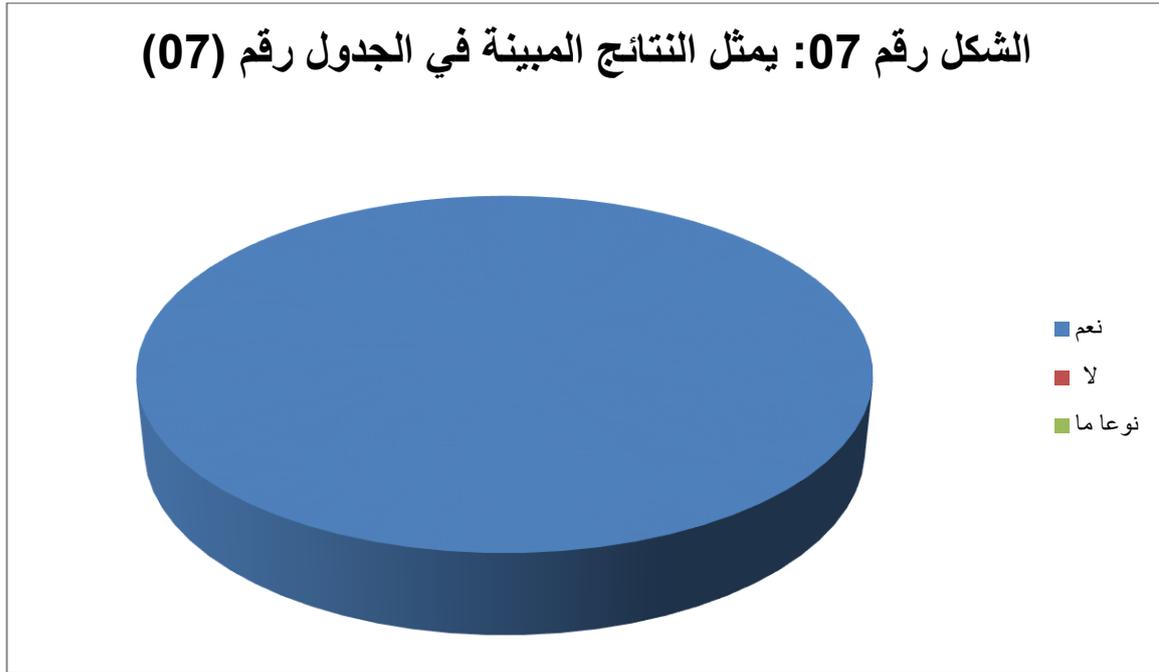
التكرارات	النسبة المئوية %	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية	الدلالة الإحصائية عند 0.05
نعم	100.00	06	06	
لا	00.00	00	06	
نوعا ما	00.00	00	06	دال إحصائيا
المجموع	100	06	06	

من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نرى أن 06 مدربين أجابوا بنعم بنسبة 100%، أما من أجابوا بلا و نوعا ما كانت نسبتهم معدومة، وحسب نتائج الجدول الإحصائي نرى أن قيمة كا² المحسوبة أكبر من قيمة كا² الجدولية ($5.99 < 12.00$) عند

مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرين $n=2$ ، وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الإجابة الأولى.

ومنه نستنتج أن كل المدربين يقومون بمراجعة الأخطاء و تصحيحها بعد و أثناء المنافسة.

الشكل رقم 07: يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (07)



الجدول رقم (08): يبين نتائج الإجابة عن السؤال رقم (08)

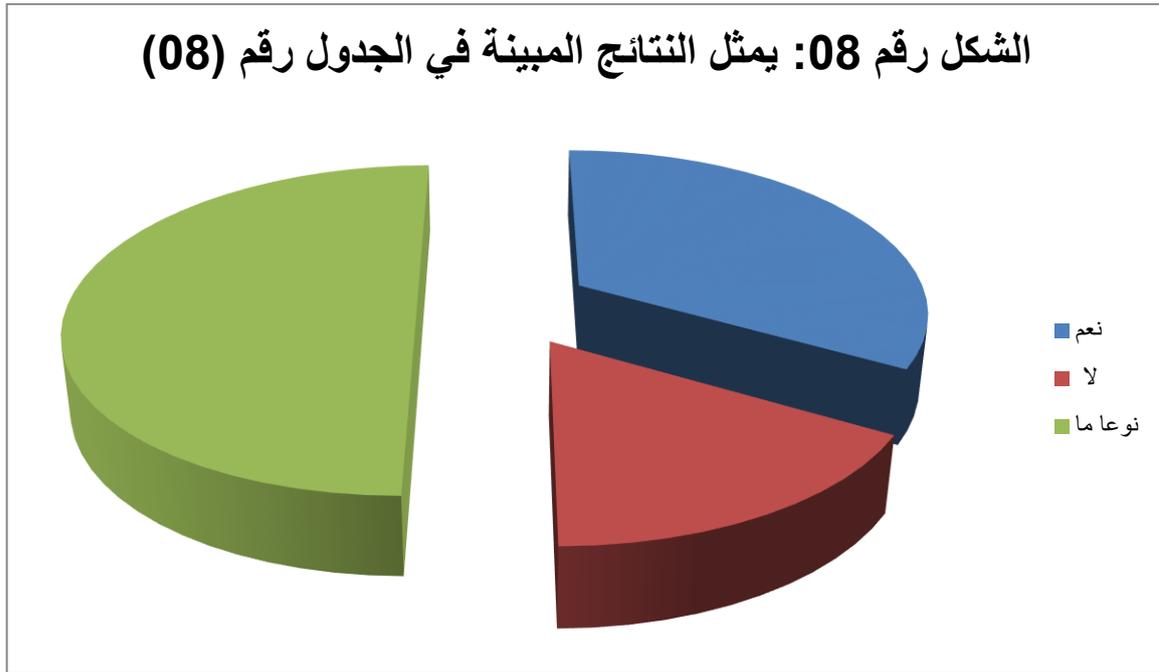
التكرارات	النسبة المئوية %	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية	الدلالة الإحصائية عند 0.05
نعم	33.33	02		
لا	16.66	01		
نوعا ما	50.00	03	1.00	غير دال إحصائيا
المجموع	100	06		

من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه سجلنا مدربين إثنين أجابوا بنعم بنسبة 33.33%، و مدربا واحدا أجاب بلا بنسبة 16.66%، و 03 مدربين أجابوا بنوعا ما بنسبة

50.00%، إذن فحسب نتائج التحليل الإحصائي بلغت قيمة χ^2 المحسوبة 1.00 وهي أصغر من قيمة χ^2 الجدولية المقدره بـ 5.99، وهذا يدل على عدم وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية $n=2$.

ومنه نستنتج أن هناك نقض في الوسائل التكنولوجية في فرق كرة الطائرة الخاصة بالناشئين، والتي تحول دون استعمالها في شرح خطط اللعب.

الشكل رقم 08: يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (08)



المحور الثاني: الجانب المعرفي للخطط الدفاعية

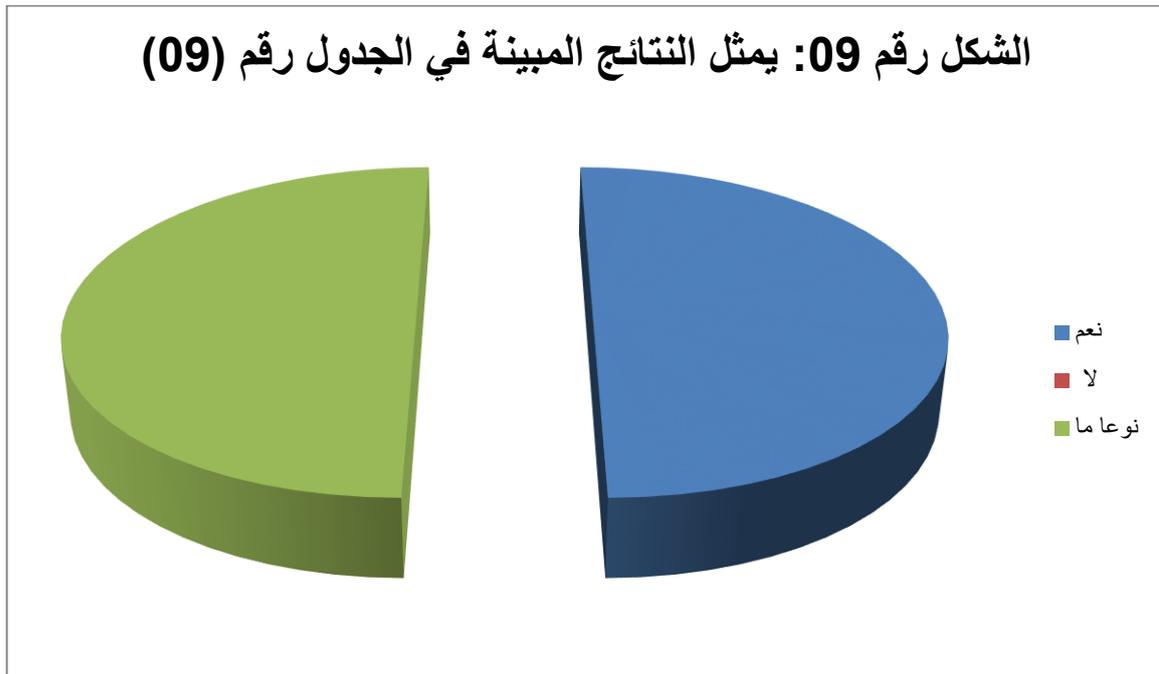
الجدول رقم (09): يبين نتائج الإجابة عن السؤال رقم (09)

التكرارات	النسبة المئوية %	χ^2 المحسوبة	χ^2 الجدولية	الدلالة الإحصائية عند 0.05
نعم	50.00	3.00	5.99	غير دال إحصائياً
لا	00.00			
نوعا ما	50.00			
المجموع	100			

من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نرى أن 03 مدربين أجابوا بنعم بنسبة 50%، وهي تمثل نفس النسبة و نفس العدد لمن أجابوا بنوعا ما، أما من أجابوا بلا فكانت نسبتهم معدومة، وحسب نتائج الجدول الإحصائي نرى أن قيمة χ^2 المحسوبة أصغر من قيمة χ^2 الجدولية ($5.99 > 3.00$) عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية $n=2$ ، وهذا ما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية.

ومنه نستنتج أن ليس كل المدربين لديهم معرفة شاملة حول خطط اللعب الدفاعية

الشكل رقم 09: يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (09)

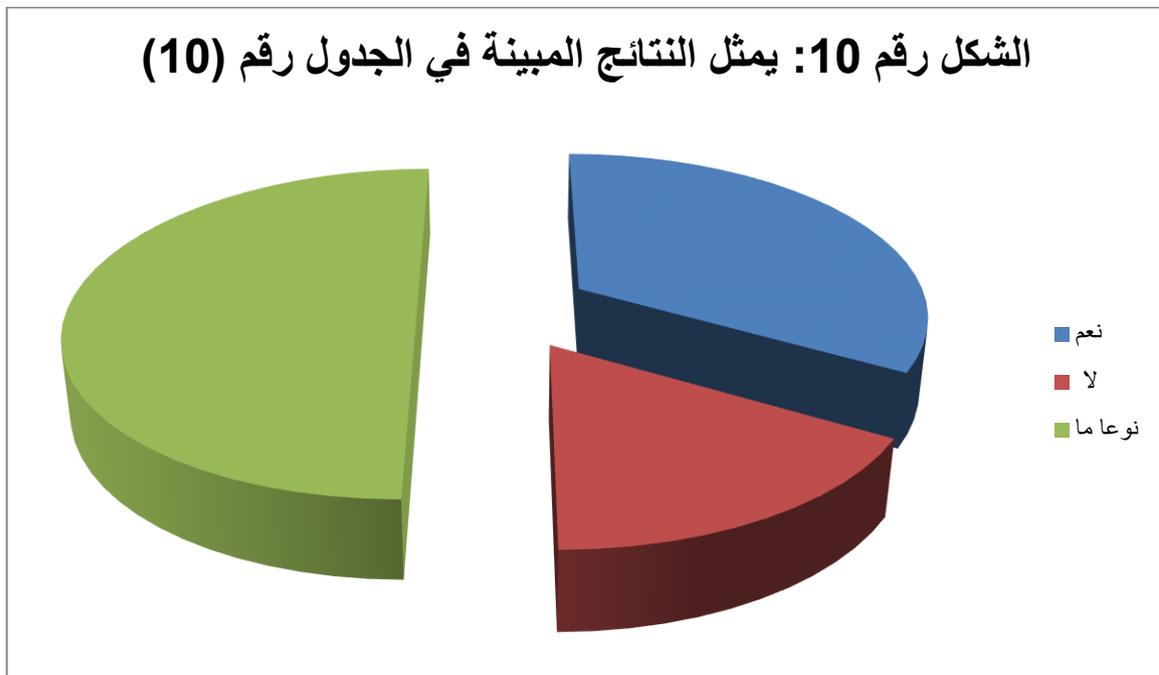


الجدول رقم (10): يبين نتائج الإجابة عن السؤال رقم (10)

التكرارات	النسبة المئوية %	χ^2 المحسوبة	χ^2 الجدولية	الدلالة الإحصائية عند 0.05
نعم	33.33	02		
لا	16.66	01		
نوعا ما	50.00	03	5.99	غير دال إحصائيا
المجموع	100	06		

من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه سجلنا مدربين إثنين أجابوا بنعم بنسبة 33.33%، و مدريا واحدا أجاب بلا بنسبة 16.66%، و 03 مدربين أجابوا بنوعا ما بنسبة 50.00%، إذن فحسب نتائج التحليل الإحصائي بلغت قيمة χ^2 المحسوبة 1.00 وهي أصغر من قيمة χ^2 الجدولية المقدرة بـ 5.99، وهذا يدل على عدم وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية $n=2$.

ومنه نستنتج أن المدربين ليست لديهم معرفة شاملة حول تشكيلات الصد ودفاع الملعب.

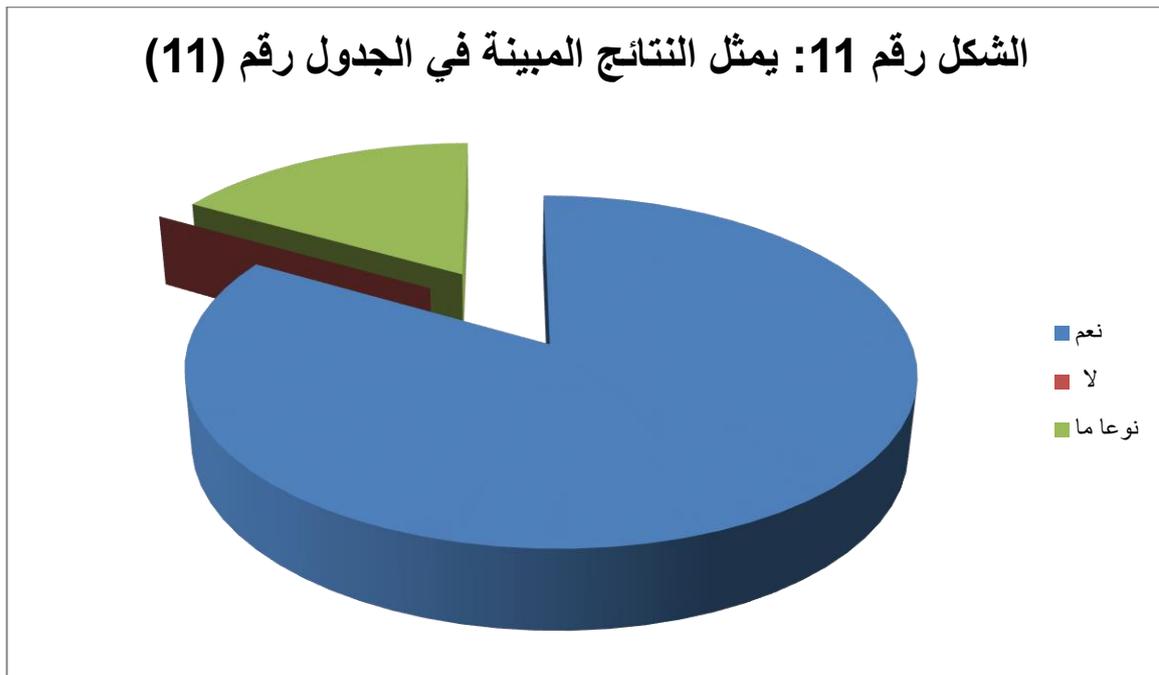


الجدول رقم (11): يبين نتائج الإجابة عن السؤال رقم (11)

التكرارات	النسبة المئوية %	χ^2 المحسوبة	χ^2 الجدولية	الدلالة الإحصائية عند 0.05
نعم	83.33	05		
لا	00.00	00	5.99	دال إحصائيا
نوعا ما	16.66	01		

من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نلاحظ أن 05 مدربين أجابوا بنعم بنسبة 83.33%، ومدربا واحد أجاب بنوعا ما بنسبة 16.66%، ولا مدريا واحدا أجاب بلا بنسبة معدومة، وحسب نتائج الجدول الإحصائي نرى أن قيمة χ^2 المحسوبة بلغت 7.00 وهي أكبر من قيمة χ^2 الجدولية المقدره بـ 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرين $n=2$ ، وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الإجابة بنعم. ومنه نستنتج أن معظم المدربين يعتمدون على الخطط الدفاعية الجماعية.

الشكل رقم 11: يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (11)



الجدول رقم (12): يبين نتائج الإجابة عن السؤال رقم (12)

التكرارات	النسبة المئوية %	χ^2 المحسوبة	χ^2 الجدولية	الدلالة الإحصائية عند 0.05
04	66.66	4.00	5.99	غير دال إحصائيا
01	16.66			

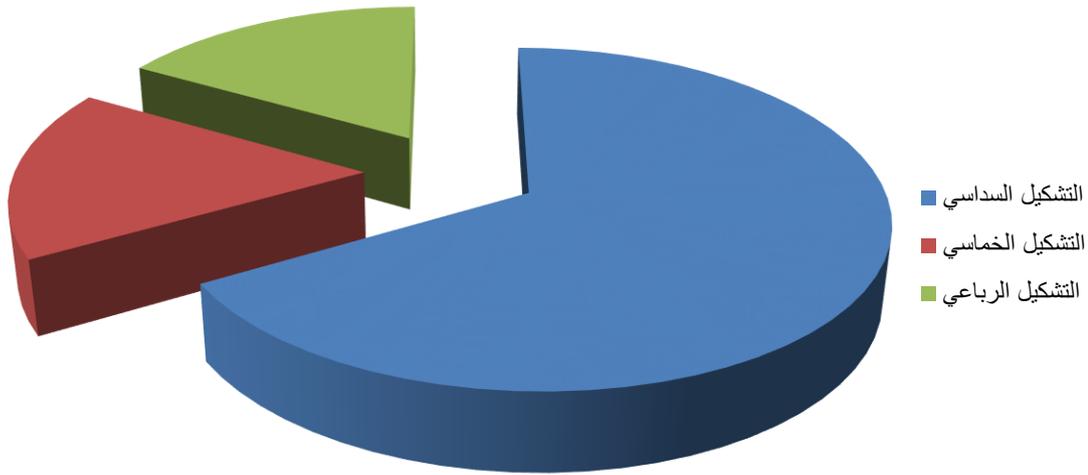
التشكيل الرباعي 01 16.66

المجموع 06 100

من خلال نتائج الجدول أعلاه، نلاحظ أن 04 مدربين أجابوا بالتشكيل السداسي بنسبة 66.66%، ومدربا واحدا أجاب بالتشكيل الخماسي بنسبة 16.66%، ونفس العدد و النسبة لمن أجابوا بالتشكيل الرباعي و حسب نتائج التحليل الإحصائي كانت قيمة χ^2 المحسوبة أصغر من القيمة الجدولية ($5.99 > 4.00$) عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية $n=2$.

ومنه نستنتج أن المدربين يختلفون في تشكيلات الدفاع عن الملعب بين التشكيل السداسي، الخماسي و الرباعي.

الشكل رقم 12: يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (12)



الجدول رقم (13): يبين نتائج الإجابة عن السؤال رقم (13)

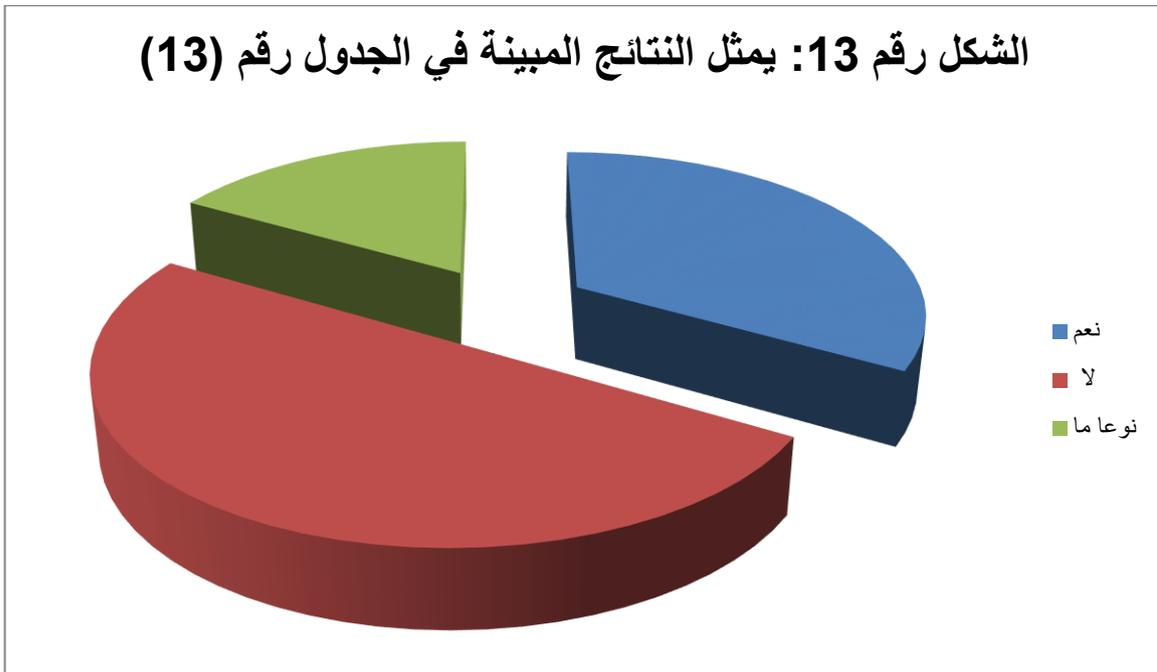
التكرارات	النسبة المئوية %	χ^2 المحسوبة	χ^2 الجدولية	الدلالة الإحصائية عند 0.05
02	33.33	1.00	5.99	غير دال إحصائيا

لا	03	50.00
أحيانا	01	16.66
المجموع	06	100

من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نرى أن مدربين أجابوا بنعم بنسبة 33.33%، و 03 مدربين أجابوا بلا بنسبة 50.00%، و مدربا واحدا أجاب بأحيانا بنسبة 16.66%، إذن فحسب نتائج الجدول الإحصائي نرى أن قيمة كاسي المحسوبة أصغر من قيمة كاسي الجدولية ($5.99 > 1.00$) عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرين $n=2$ ، وهذا ما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الإجابة الأولى.

ومنه نستنتج معظم المدربين لا يعتمدون على خطط اللعب الدفاعية الفردية.

الشكل رقم 13: يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (13)



الجدول رقم (14): يبين نتائج الإجابة عن السؤال رقم (14)

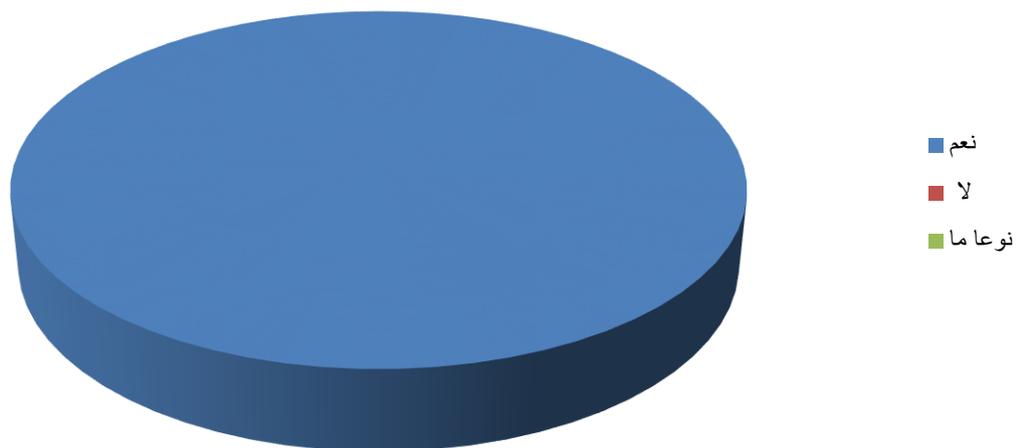
التكرارات النسبة المئوية % كاسي المحسوبة كاسي الجدولية الدلالة الإحصائية عند 0.05

			100.00	06	نعم
			00.00	00	لا
دال إحصائيا	5.99	12.00	00.00	00	أحيانا
			100	06	المجموع

من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نرى أن 06 مدربين أجابوا بنعم بنسبة 100%، أما من أجابوا بلا و أحيانا كانت نسبتهم معدومة، وحسب نتائج الجدول الإحصائي نرى أن قيمة χ^2 المحسوبة أكبر من قيمة χ^2 الجدولية ($5.99 < 12.00$) عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية $n=2$ ، وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الإجابة الأولى.

ومنه نستنتج أن كل المدربين يقومون بتغيير الخطط الدفاعية حسب طريقة لعب الخصم أثناء المنافسة

الشكل رقم 14: يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (14)



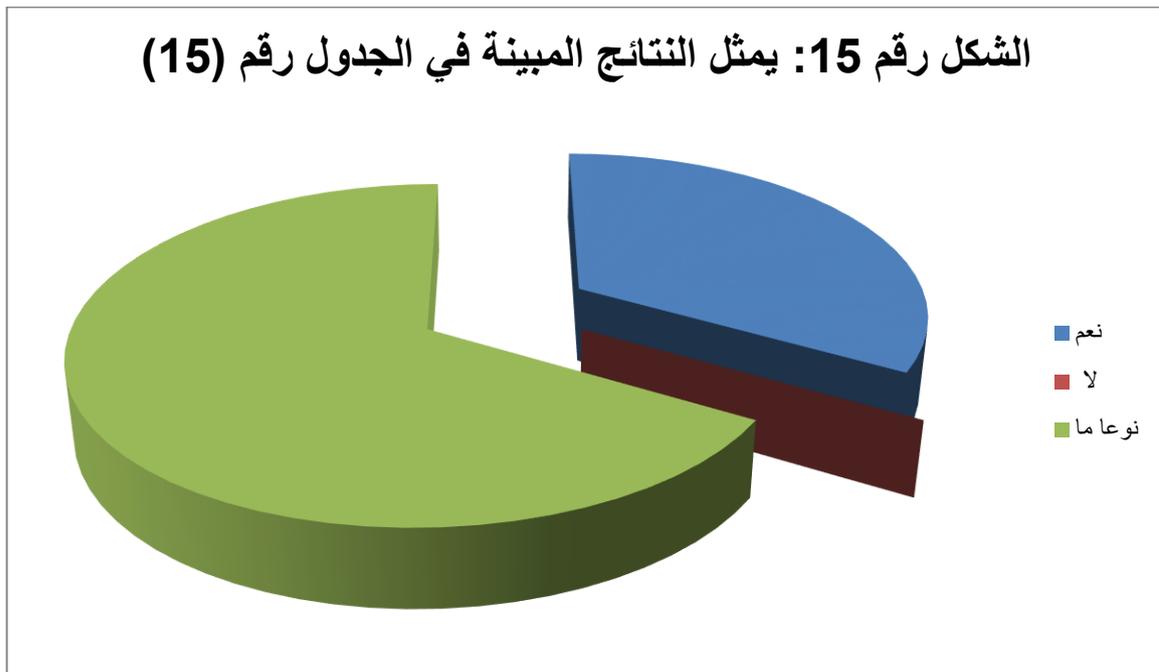
الجدول رقم (15): يبين نتائج الإجابة عن السؤال رقم (15)

التكرارات	النسبة المئوية %	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية	الدلالة الإحصائية عند 0.05
02	33.33			
00	00.00			
04	66.66	4.00	5.99	غير دال إحصائيا
06	100			

من خلال النتائج المتحصل عليها في الإجابة عن السؤال رقم (13)، يتبين لنا أنا مدربين أجابوا بنعم بنسبة 33.33%، و لا مدربا أجاب بلا بنسبة معدومة، بينما أجاب 04 مدربين بأحيانا بنسبة قدرها 66.66%، و حسب نتائج التحليل الإحصائي فقد بلغت قيمة كا² المحسوبة 4.00 وهي أصغر من قيمة كا² الجدولية المقدره بـ 5.99، عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية ن=2، ما يدل على عدم وجود فروق دالة إحصائيا.

ومنه نستنتج أن المدربين يجدون بعض الصعوبة في أداء الخطط الدفاعية أثناء المنافسة.

الشكل رقم 15: يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (15)



المحور الثالث: الجانب المعرفي لخطط اللعب الهجومية

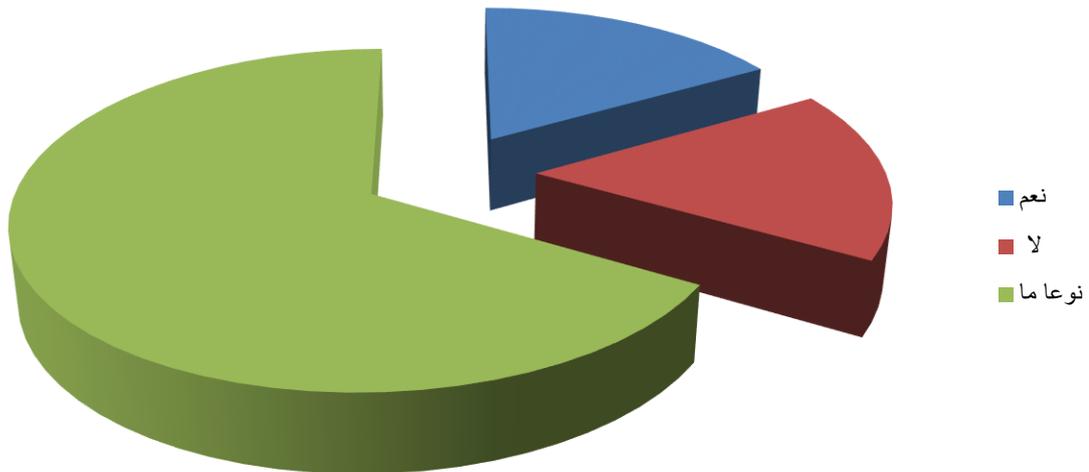
الجدول رقم (16): يبين نتائج الإجابة عن السؤال رقم (16)

التكرارات	النسبة المئوية %	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية	الدلالة الإحصائية عند 0.05
01	16.66			
01	16.66			
04	66.66	4.00	5.99	غير دال إحصائيا
06	100			

من خلال نتائج الجدول أعلاه، نلاحظ أن مدربا واحدا أجاب بنعم بنسبة 16.66%، ونفس العدد و النسبة لمن أجاب بلا، أما من أجابوا بنعم فبلغ عددهم 04 مدربين بنسبة 66.66%، و حسب نتائج التحليل الإحصائي كانت قيمة كا² المحسوبة أصغر من القيمة الجدولية (5.99 > 4.00) عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية ن=2، وهذا ما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية.2.

ومنه نستنتج أن ليس كل المدربين لديهم معرفة شاملة حول خطط اللعب الهجومية.

الشكل رقم 16: يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (16)



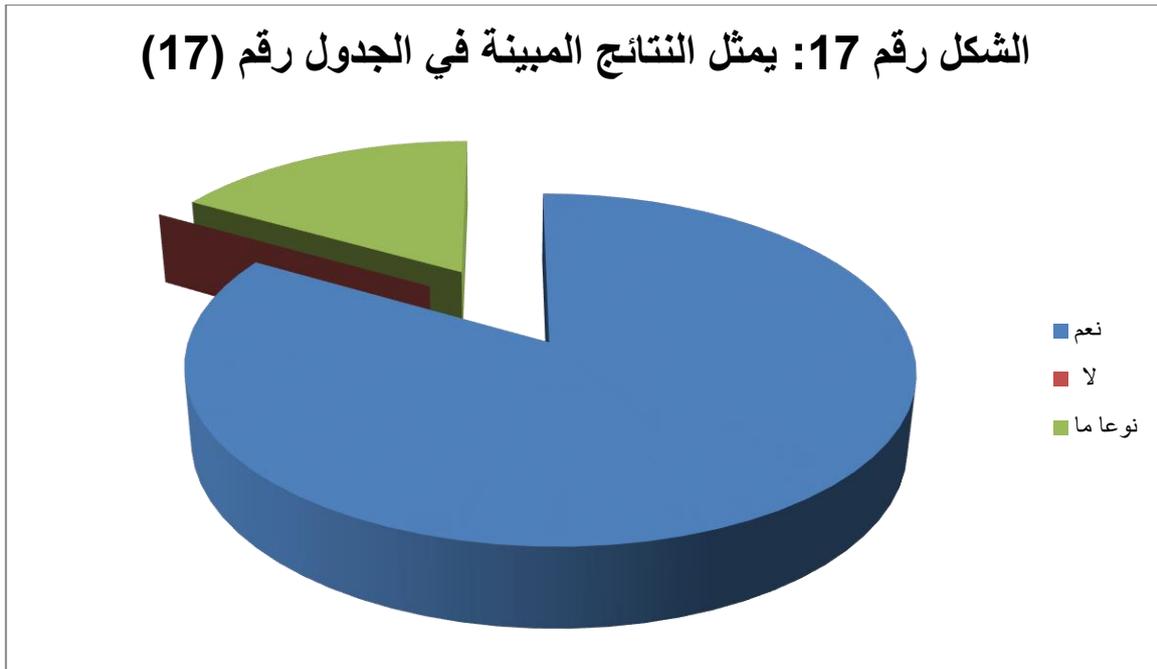
الجدول رقم (17): يبين نتائج الإجابة عن السؤال رقم (17)

التكرارات	النسبة المئوية %	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية	الدلالة الإحصائية عند 0.05
05	83.33			
00	00.00			
01	16.66	7.00	5.99	دال إحصائيا
06	100			

من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نرى أن 05 مدربين أجابوا بنعم بنسبة 83.33%، أما من أجابوا بلا فنسبتهم معدومة، ومن أجابوا بأحيانا كانت نسبتهم 16.66%، وحسب نتائج الجدول الإحصائي نرى أن قيمة كا² المحسوبة أكبر من قيمة كا² الجدولية (5.99 < 7.00) عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية ن=2، وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الإجابة الأولى.

ومنه نستنتج أن جل المدربين يعتمدون على خطط اللعب الهجومية الجماعية.

الشكل رقم 17: يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (17)



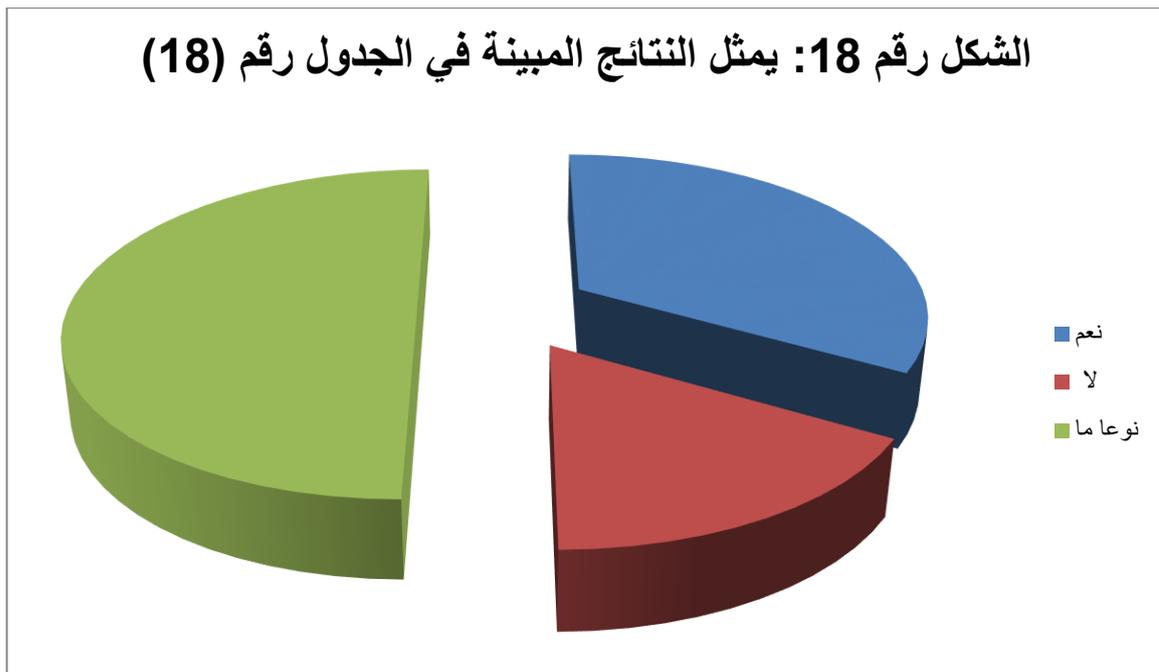
الجدول رقم (18): يبين نتائج الإجابة عن السؤال رقم (18)

التكرارات	النسبة المئوية %	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية	الدلالة الإحصائية عند 0.05
02	33.33			
01	16.66			
03	50.00	1.00	5.99	غير دال إحصائيا
06	100			

من خلال النتائج المبينة في الجدول رقم (16)، نلاحظ أن مدربين اجابوا بنعم بنسبة 33.33% ومدربا واحدا اجاب بلا بنسبة 16.66%، بينما اجاب 03 مدربين بأحيانا بنسبة 50.00%، و نتائج التحليل الإحصائي في الجدول تبين عدم وجود فروق دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية ن=2. حيث أن كا² المحسوبة أصغر من قيمة كا² الجدولية (5.99 > 1.00).

ومنه نستنتج أن ليس كل المدربين يعتمدون على الخطط الهجومية الفردية.

الشكل رقم 18: يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (18)



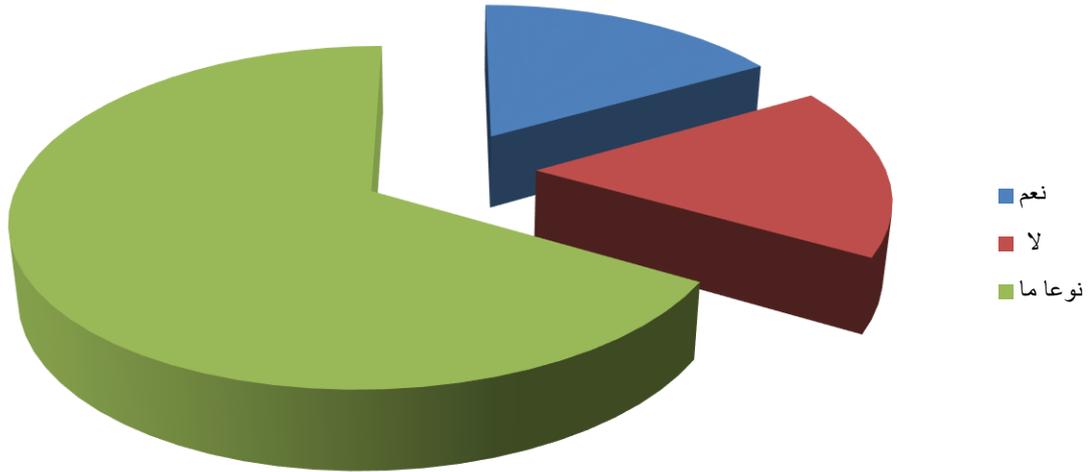
الجدول رقم (19): يبين نتائج الإجابة عن السؤال رقم (19)

التكرارات	النسبة المئوية %	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية	الدلالة الإحصائية عند 0.05
01	16.66			
01	16.66			
04	66.66	4.00	5.99	غير دال إحصائيا
06	100			

من خلال نتائج الجدول أعلاه، نلاحظ أن مدربا واحدا أجاب بنعم بنسبة 16.66%، ونفس العدد و النسبة لمن أجاب بلا، أما من أجابوا بنعم فبلغ عددهم 04 مدربين بنسبة 66.66%، و حسب نتائج التحليل الإحصائي كانت قيمة كا² المحسوبة أصغر من القيمة الجدولية (5.99 > 4.00) عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية ن=2، وهذا ما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية.

ومنه نستنتج أن ليس كل المدربين لديهم معرفة شاملة حول طريقة الهجوم بدون الضربة الساحقة.

الشكل رقم 19: يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (19)

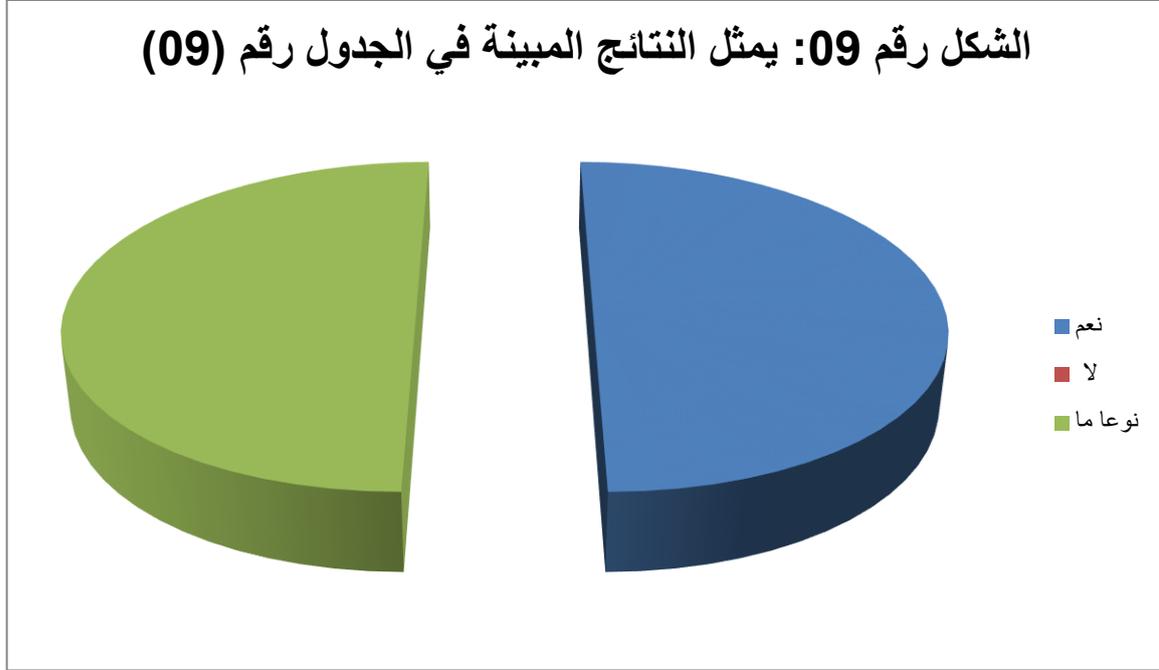


الجدول رقم (20): يبين نتائج الإجابة عن السؤال رقم (20)

التكرارات	النسبة المئوية %	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية	الدلالة الإحصائية عند 0.05
نعم	50.00	03		
لا	00.00	00		
نوعا ما	50.00	03	5.99	غير دال إحصائيا
المجموع	100	06		

من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نرى أن 03 مدربين أجابوا بنعم بنسبة 50%، وه تمثل نفس النسبة و نفس العدد لمن اجابوا بنوعا ما، أما من أجابوا بلا فكانت نسبتهم معدومة، وحسب نتائج الجدول الإحصائي نرى أن قيمة كا² المحسوبة أصغر من قيمة كا² الجدولية (3.00 > 5.99) عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرين ن=2، وهذا ما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية.

ومنه نستنتج أن ليس كل المدربين لديهم معرفة شاملة حول خطط الهجوم الزوجية (4-2)، (3-3) و (2-4).



الجدول رقم (21): يبين نتائج الإجابة عن السؤال رقم (21)

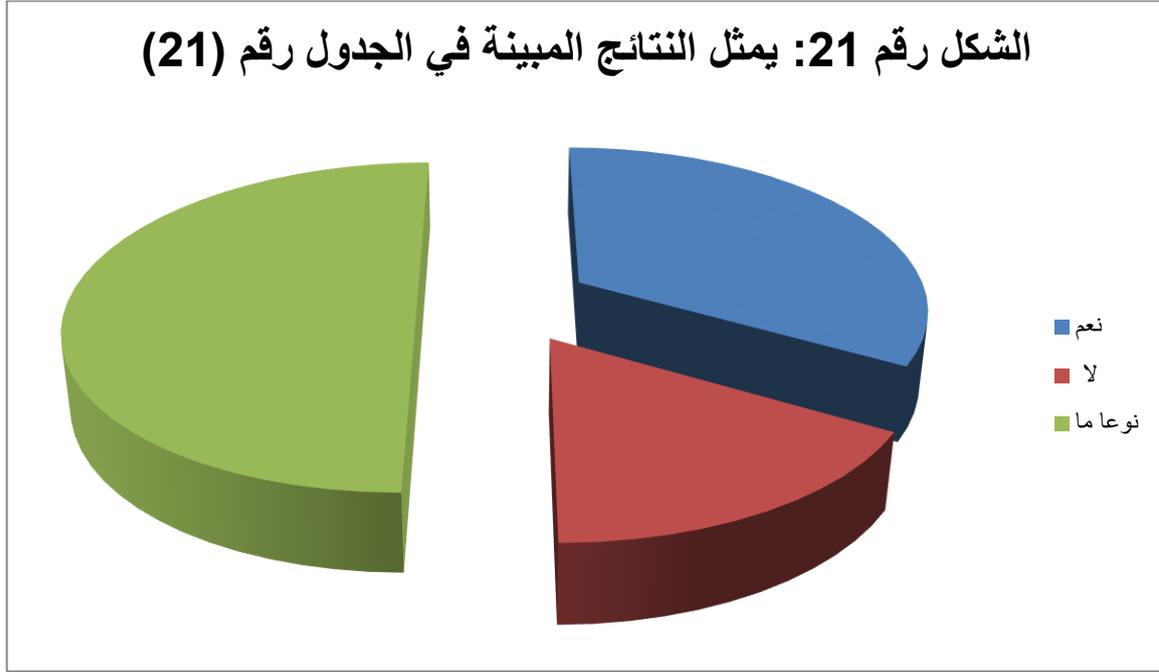
التكرارات	النسبة المئوية %	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية	الدلالة الإحصائية عند 0.05
نعم	33.33	02		
لا	16.66	01		
نوعا ما	50.00	03	1.00	غير دال إحصائيا
المجموع	100	06		

من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه سجلنا مدربين إثنين أجابوا بنعم بنسبة 33.33%، و مدربا واحدا أجاب بلا بنسبة 16.66%، و 03 مدربين أجابوا بنوعا ما بنسبة 50.00%، إذن فحسب نتائج التحليل الإحصائي بلغت قيمة كا² المحسوبة 1.00 وهي

أصغر من قيمة χ^2 الجدولية المقدره بـ 5.99، وهذا يدل على عدم وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية $n=2$.

ومنه نستنتج أن المدربين ليست لديهم معرفة شاملة حول خطة الهجوم بطريقة العداء.

الشكل رقم 21: يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (21)



الجدول رقم (22): يبين نتائج الإجابة عن السؤال رقم (22)

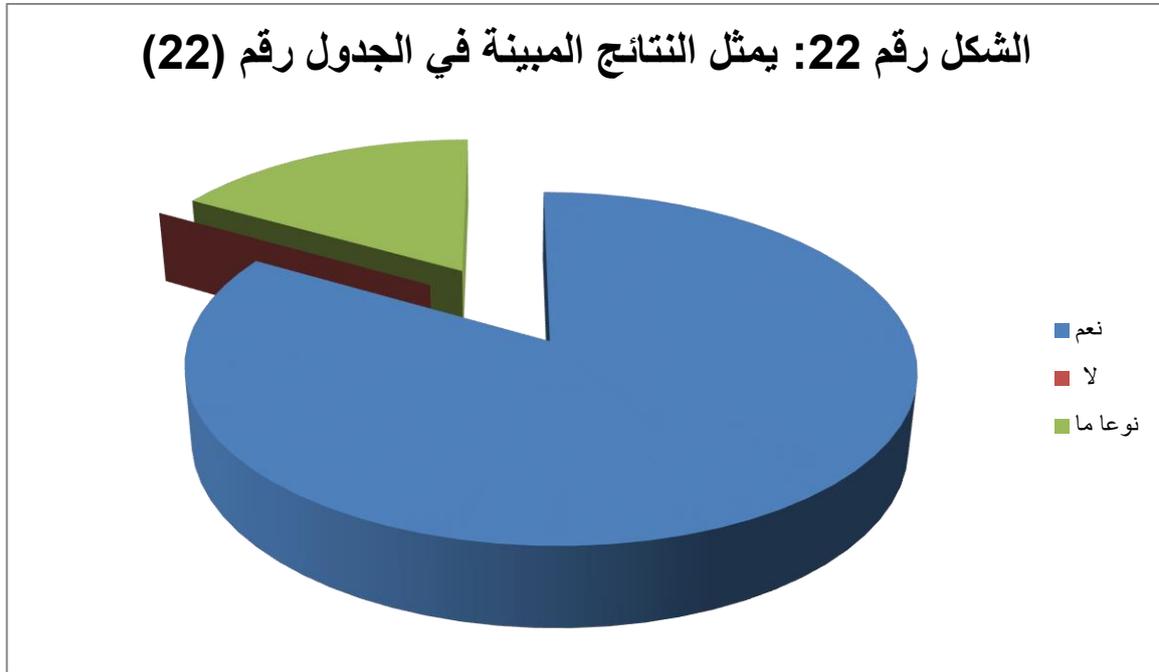
التكرارات	النسبة المئوية %	χ^2 المحسوبة	χ^2 الجدولية	الدلالة الإحصائية عند 0.05
نعم	83.33	7.00	5.99	دال إحصائياً
لا	00.00			
أحيانا	16.66			
المجموع	100			

من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نرى أن أكبر نسبة 83.33% لمن أجابوا بنعم، تليها نسبت 16.66% لمن أجابوا بأحيانا أما من أجابوا بلا فكانت نسبتهم معدومة.

نتائج التحليل الإحصائي المبينة في الجدول تدل على وجود فروق دالة إحصائيا لصالح الإجابة بنعم عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية $n=2$ ، حيث بلغت قيمة χ^2 المحسوبة 7.00 وهي أكبر من قيمة χ^2 الجدولية المقدره بـ 5.99.

ومنه نستنتج أن معظم المدربين يقومون بتغيير الخطط الهجومية حسب طريقة لعب الخصم

الشكل رقم 22: يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (22)

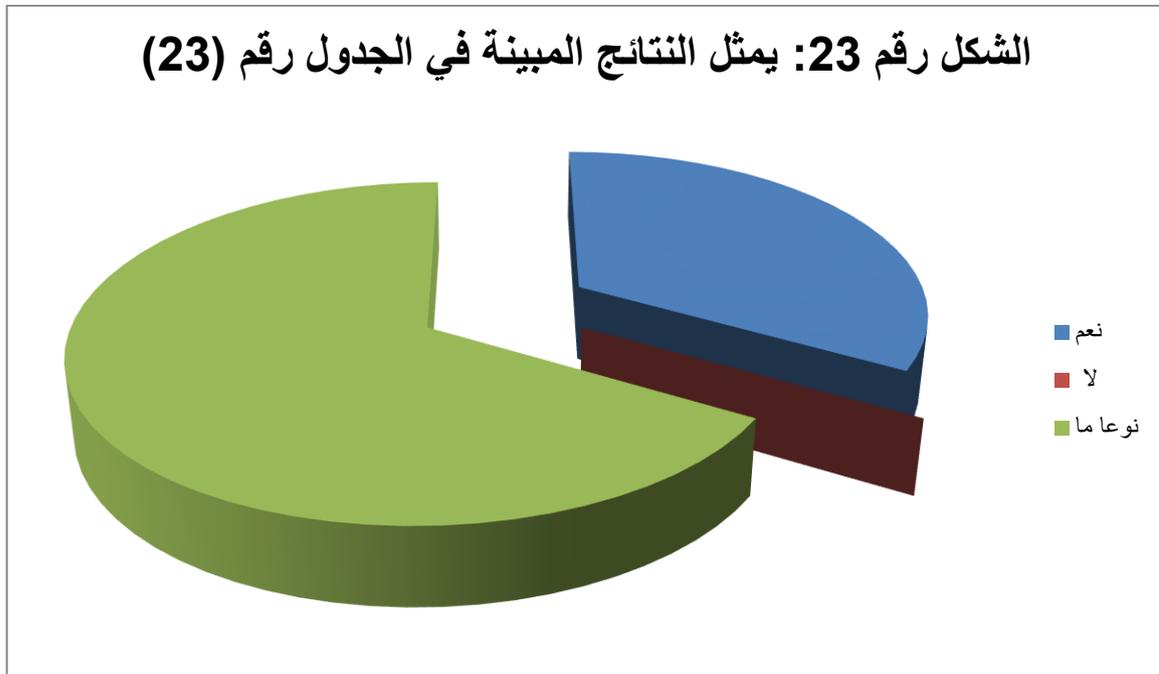


الجدول رقم (23): يبين نتائج الإجابة عن السؤال رقم (23)

التكرارات	النسبة المئوية %	χ^2 المحسوبة	χ^2 الجدولية	الدلالة الإحصائية عند 0.05
نعم	33.33	02		
لا	00.00	00		
أحيانا	66.66	04	5.99	غير دال إحصائيا
المجموع	100	06		

من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نرى أن مدربين 02 أجابوا بنعم بنسبة 33.33%، و 66.66% اجابوا بأحبانا وعددهم 04 مدربين بينما من اجابوا بلا فكانت نسبتهم معودمة. وحسب نتائج الجدول الإحصائي نرى أن قيمة كا² المحسوبة أصغر من قيمة كا² الجدولية (5.99 > 4.00) عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرين ن=2، وهذا ما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الإجابة الأولى.

ومنه نستنتج أن بعض المدربين يجدون صعوبة في أداء الخطط الهجومية.



2-2. مناقشة الفرضيات:

2-2-1. مناقشة الفرضية الجزئية الأولى:

من خلال النتائج المبينة في الجداول رقم (09)، (10)، (11)، (12)، (13)، (14)

و (15) نلاحظ أن مدربي الكرة الطائرة للناشئين يعتمدون على الخطط الدفاعية الجماعية و

ولا يحبذون الخطط الجماعية الفردية، وليست لديهم معرفة شاملة حول الخطط الدفاعية

الجماعية على تشكيلات الصد و الدفاع عن الملعب، ويعتمد أغلبهم على طريقة الدفاع بالتشكيل السداسي، ومن هنا يمكننا القول أن الفرضية الجزئية الأولى للدراسة صحيح، "مدربي كرة الطائرة لديهم مستوى معرفي منخفض لخطط اللعب الدفاعية في الكرة الطائرة".

2-2-2. مناقشة الفرضية الجزئية الثانية:

من خلال النتائج المبينة في الجداول رقم (16)، (17)، (18) (23) لاحظنا أن المدربين يعتمدون على خطط اللعب الجماعية و نادرا ما يعتمدون على خطط الهجوم الفردية، كما أوضحت النتائج أن مدربي كرة الطائرة للناشئين ليست لديهم معرفة شاملة حول خطط اللعب الهجومية كطريقة الهجوم بدون الضربة الساحقة، كما أظهرت النتائج أن نسبة كبيرة من المدربين ليست لديهم معرفة شاملة حول خطط الهجوم الزوجية (2-4)، (3-3) و (2-4)، وطريقة الهجوم بطريقة العداء، ومنه فإن الفرضية الجزئية الثانية للدراسة ثابتة و صحيحة "مدربي كرة الطائرة لديهم مستوى معرفي منخفض لخطط اللعب الهجومية في الكرة الطائرة".

2-2-3. مناقشة الفرضية العامة:

أظهرت النتائج من خلال أجوبة مدربي كرة الطائرة للناشئين على أسئلة المحاور (الثاني، الثالث و الرابع) أن مدربي كرة الطائرة لديهم مستوى معرفي متدني حول خطط اللعب الدفاعية كتشكيلات الصد و الدفاع عن الملعب وخطط اللعب الهجومية كالطرق

الزوجية و خطة الهجوم بدون الضربة الساحقة إضافة إلى طريقة العداء، و هذا ما يثبت صحة الفرضية العامة للدراسة: "مدربي كرة الطائرة للناشئين لديهم مستوى معرفي متدني حول خطط اللعب في الكرة الطائرة".

2-3. الإستنتاجات:

- معظم المدربين ليست لديهم معرفة شاملة حول خطط اللعب الدفاعية، و يعتمدون على الخطط الدفاعية الجماعية وناذرا ما يعتمدون على خطط اللعب الدفاعية الفردية و يقومون بتغيير الخطط الدفاعية حسب طريقة لعب الخصم أثناء المنافسة.
- مدربي كرة الطائرة للناشئين ليست لديهم معرفة شاملة حول تشكيلات الصد و الدفاع عن الملعب.
- مدربي الكرة الطائرة للناشئين ليست لديهم معرفة شاملة حول خطط اللعب الهجومي و يعتمدون خطط اللعب الهجومية الجماعية و يقومون بتغيير الخطط الهجومية حسب طريقة لعب الخصم بينما بعض المدربين يجدون صعوبة في أداء الخطط الهجومية.

2-4. الإقتراحات و التوصيات:

- تكوين مدربي كرة الطائرة للناشئين في مجال الجانب المعرفي لخطط اللعب من خلال إجراء تربية و ملتقيات.

■ توفير الوسائل التكنولوجية التي تساعد على إيصال الفكرة للاعب كرة الطائرة الناشئ عبر الحاسوب.

■ إجراء بحوث مماثلة في هذا المجال لجميع أصناف فئة الناشئين.

قائمة المصادر والمراجع

قائمة المصادر والمراجع

أ. المراجع باللغة العربية:

1. أبو زيد, ع. ف. (2003). المدرب الرياضي. مصر: الناشر للمعارف.
2. أبو عبده, ح. ا. (2001). الاتجاهات الحديثة في التخطيط وتدريب كرة القدم . الإسكندرية :مكتبة ومطبعة الإشعاع القتية.
3. البساطي, أ. ا. (1998). أسس وقواعد التدريب الرياحي وتطبيقاته. الإسكندرية :الناشر للمعارف، جلال جزي وشركائه.
4. الحسين, م. ح. (2004). طرق التدريب. عمان، الأردن :دار مجدلاوي.
5. السيدة, و. م. (2002). الأسس العلمية للتدريب الرياضي للاعب و المدرب. ألمينيا : دار الحدي.
6. الشراوي (1990). الفروق الفردية طبيعتها -تعريفها -توزيعها،الفروق الفردية. كلية التربية،جامعة عين الشمس .
7. العمر, ع. (2018/2019). مقرر مادة الكرة الطائرة. حماة -سوريا :جامعة حماة - كلية التربية الرياضية.
8. الكرعوي, ح. الكرة الطائرة لطلبة المرحلة الرابعة. العراق :كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة -جامعة كربلاء.
9. الوحاشي, م. ع. الكرة الطائرة للبنات والأولاد .بيروت :الشركة العربية للنشر والتوزيع.
10. بسطويس. ع. ا. (1988). طرق التدريس في مجال التربية البدنية و الرياضة . جامعة الموصل.

11. بشير، م. ر. (2004). تربية الناشئ المسلم بين المخاطر و الأمل. القاهرة.
12. جابر، ع. ا. (2012). الذكاء و مقاييسه. القاهرة: دار النهضة العربية.
13. حسن، غ. م. (2010). الذكاء كيف تنمي ذكاءك. الاسكندرية: مكتبة الأنجلو المصرية.
14. حماد، م. إ. (1998). التدريب الرياضي الحديث، تخطيط -تطبيق -قيادة . القاهرة، مصر: دار الفكر العربي.
15. دبور، ي. م. (1992). كرة اليد الحديثة. الإسكندرية -مصر: منشأة المعارف.
16. درويش، ك. ا. (2008). الأسس الفيسيولوجية لتدريب كرة اليد. القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
17. رابع. (1980).
18. رسن سكر ناهد. (2002). علم النفس الرياضي في التدريب والمنافسات الرياضية، دار الثقافة للنشر والتوزيع. عمان، الأردن: الدار العلمية الدولية للنشر والتوزيع.
19. رشيد، ع. ع. (1987). الكرة الطائرة التكتيك والتكتيك الفردي. جامعة بغداد كلية التربية الرياضية.
20. رعد، م. ع. (2010). الرياضات الكروية. عمان -الأردن: الجنادرية للنشر و التوزيع.
21. زياد، ح. م. (1995). واقع علمي أم مغالطة تفوق العلميين. مجلة كلية الآداب، جامعة الملك سعود.
22. سحن، ح. ا. الكرة الطائرة. القاهرة: دار الفكر العربي.

23. سيفي و بن عودة. (2014-2015). علاقة مستويات الذكاء بميول اللاعبين في كرة القدم (10-12) سنة نحو مراكز اللعب. مستغانم: معهد التربية البدنية و الرياضية.
24. صباح جاسم محمد الحياي. (2009). دراسة مقارنة في الذكاء الانفعالي بين مراكز اللعب لدى لاعبي منتخبات جامعات المنطقة الشمالية بكرة السلة. العراق.
25. صفوت ف. (1996). الذكاء ورسوم الأطفال. القاهرة: دار الثقافة.
26. طه، ع. م. (1999). الكرة الطائرة (تاريخ، التعلم، التدريب، تحليل، قانون). القاهرة: دار الفكر العربي.
27. عباس، و. ر. (2019). محاضرة عن طرق اللعب الهجومي في الكرة الطائرة. العراق: جامعة بابل - كلية التربية الرياضية.
28. عبد الرحمن العيسوي. (1999). دراسات في تفسير السلوك الإنساني. بيروت: دار الراتب الجامعية.
29. علام، ص. ا. (2011). القياس و التقويم التربوي والنفسي أساسياته، تطبيقاته و توجيهات المعاصرة. ط. 5. القاهرة: دار الفكر العربي للنشر والتوزيع.
30. علاوي، م. ح. (1992). سيكولوجية التدريب للمنافسات الرياضية. القاهرة: دار المعارف.
31. فخري، ع. ا. (2010). علم النفس المعرفي. عمان: دار أسامة للنشر و التوزيع.
32. فيصل بن عيسى. (2015-2016). مذكرة الماجستير في نظرية و منهجية التربية البدنية و الرياضية بعنوان دراسة الفروق في بعض عناصر اللياقة البدنية حسب مراكز اللعب للاعبي كرة اليد القسم الممتاز. تبسة: جامعة العربي التبسي - تبسة.

33. قاسم حسن حسين. (1997). علم التدريب الرياضي في الأعمار المختلفة. عمان، الأردن: دار الفكر والطباعة والتوزيع.
34. كمال، ع. ا. (1997). الممارسة التطبيقية لكرة اليد. دار الفكر العربي.
35. محمد حسن علاوي. (1992). علم النفس الرياضي. دار الفكر العربي.
36. محمد حسن علاوي. (2002). علم النفس الرياضي في التدريب والمنافسات الرياضية. القاهرة، مصر: دار الفكر العربي.
37. مختار، ح. م. الأسس العلمية في تدريب كرة القدم. مدينة نصر: دار الفكر العربية.
38. مراد على عيسى سعد ووليد سيد احمد خليفة ماسون. (2006). تكامل الذكاءات المتعددة وأساليب التعلم. الإسكندرية: دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر.
39. مفتي، ح. ب. (2001). التدريب الرياضي الحديث، تخطيط - تطبيق - قيادة. دار الفكر العربي.
40. ميخائيل، ا. ن. (2008). القياس النفسي. دمشق: جامعة دمشق، منشورات الجمعية التعاونية للطباعة.
41. ميساء، ل. س. (2007). اثر منهج مقترح في تطوير القدرات البدنية والحركية على مستويات مختلفة للذكاء. بغداد: جامعة بغداد - كلية التربية الرياضية للبنات.

ب. المراجع باللغة الأجنبية:

1. bayer, C. (1995). formation des joueurs. paris: edvigot.
2. FIVB. (1993-1996). Regles Officielles de volley ball. federation International de V.B.
3. Hossania. (1987). Analyse de la situation de service en volly balle de haut compétition. Mémoire majestère leps.

4. Stoddard, G. The Meaning of intelligence New York. The Macmillan.
5. Volleyball, Britannica. (2020, 02 15).
6. www.fivb.org. (2017/2020).

الملاحق

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة عبد الحميد ابن باديس - مستغانم -

معهد التربية البدنية والرياضية

قسم التربية البدنية والرياضية LMD

إستمارة إستبائية خاصة بالمدرسين

في إطار إنجاز مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الليسانس في التدريب الرياضي التنافسي تحت

عنوان:

مستوى الجانب المعرفي لدى مدرسين الفئات الناشئة لخطط اللعب في كرة الطائرة

لنا كل الشرف أن نضع بين أيديكم هذه الإستمارة، والتي نرجوا منكم الإجابة على الأسئلة بكل صراحة وشفافية ووضوح، لأن نتائج البحث تتوقف عليها، فإننا لن نأخذ إلا بعض الدقائق من وقتكم مع خالص الشكر والتقدير.

ملاحظة: الرجاء وضع علامة (x) أمام العبارات التي تراها صائبة ومناسبة حسب رأيك من أجل التوصل

إلى نتائج دقيقة تفيد دراستنا.

تحت إشراف الدكتور:

من إعداد الطالب:

- بن خالد حاج

■ عريف أبو بكر

السنة الجامعية 2020/2019

البيانات الشخصية

1. السن:

2. الشهادة التدريبية المحصل عليها:

شهادة الكفاءة شهادة جامعية بدون شهادة

3. سنوات الخبرة للتدريب الكرة الطائرة:

أقل من 03 سنوات من 03 إلى 05 سنوات أكثر من 05 سنوات

المحور الأول: الجانب المعرفي لخطط اللعب في الكرة الطائرة

4. هل تعتقد أن اكتساب المعارف الخططية في الكرة الطائرة له أهمية كبيرة؟

نعم لا نوعا ما

5. هل تعتقد أن شرح طرق اللعب الأساسية يساعد في اكتساب المعارف الخططية؟

نعم لا نوعا ما

6. هل تقوم بشرح وافي لمراكز اللاعبين و الواجب الملقى على كل لاعب؟

نعم لا أحيانا

7. هل تقومون بمراجعة الأخطاء و تصحيحها أثناء و بعد المنافسة؟

نعم لا أحيانا

8. هل تعتمدون على الوسائل التكنولوجية في شرح خطط اللعب؟

نعم لا أحيانا

المحور الثاني: الجانب المعرفي لخطط اللعب الدفاعية

9. هل لديكم معرفة شاملة حول خطط اللعب الدفاعية ؟

نعم لا نوعا ما

10. هل لديكم معرفة شاملة حول تشكيلات الصد ودفاع الملعب ؟

نعم لا نوعا ما

11. هل تعتمدون على الخطط الدفاعية الجماعية ؟

نعم لا أحيانا

12. ما هي التشكيلات التي تعتمدونها في الخطط الدفاعية الجماعية ؟

التشكيل السداسي التشكيل الخماسي التشكيل الرباعي

13. هل تعتمدون على خطط اللعب الدفاعية الفردية ؟

نعم لا أحيانا

14. هل تغيرون الخطط الدفاعية حسب طريقة لعب الخصم أثناء المنافسة ؟

نعم لا أحيانا

15. هل تجدون صعوبة في أداء الخطط الدفاعية أثناء المنافسة ؟

نعم لا أحيانا

المحور الثالث: الجانب المعرفي لخطط اللعب الهجومية

16. هل لديكم معرفة شاملة حول خطط اللعب الهجومية ؟

نعم لا نوعا ما

17. هل تعتمدون على الخطط الهجومية الجماعية ؟

نعم لا أحيانا

18. هل تعتمدون على خطط اللعب الهجومية الفردية ؟

نعم لا أحيانا

19. هل لديكم معرفة شاملة حول طريقة الهجوم بدون الضربة الساحقة ؟

نعم لا قليلا

20. هل لديكم معرفة شاملة حول خطط الهجوم الزوجية (2-4)، (3-3) و (4-2) ؟

نعم لا قليلا

21. هل لديكم معرفة شاملة حول خطة الهجوم بطريقة العداء ؟

نعم لا قليلا

22. هل تغيرون الخطط الهجومية حسب طريقة لعب الخصم أثناء المنافسة ؟

نعم لا أحيانا

23. هل تجدون صعوبة في أداء الخطط الهجومية أثناء المنافسة ؟

نعم لا أحيانا