

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية.

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي.

جامعة عبد الحميد بن باديس -مستغانم-

معهد التربية البدنية والرياضية .

قسم التربية البدنية والرياضية.

بحث مقدم ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في

التربية البدنية والرياضية.

تحت عنوان

أثر الوحدات التعليمية المقترحة في تعليم بعض المهارات الأساسية في الطائرة

بحث تجريبي أجري على تلاميذ السنة الثالثة ثانوي لثانوية ديدوش مراد زمالة الامير عبد القادر -
تيارت-

إشراف:

* أ / ابراهيم حرباش.

لجنة المناقشة:

رئيسا: د. الطاهر طاه

عضوا: خالد وليد

إعداد الطالبان :

* مريزق لخضر.

* يوسف محمد الأمين.

السنة الجامعية: 2014/2013

كلمة شكر

نحمد الله ونشكره ونطيق على من لا نبي بعده عليه الصلاة والسلام

نشكر كل من ساعدنا على إتمام هذا البحث المتواضع

وخاصة الأستاذ المشرف " ابراهيم حرياش " الذي لم يبخل علينا

بمعلوماته وتوجيهاته ونصائحه القيّمة، والأستاذ خالد وليد. وكل أساتذة

المعهد

كما نشكر اساتذة التربية البدنية والرياضية بثانوية ديدوش مراد

" جمال ومحمد " اللذان ساعدانا في تطبيق الوجدان، بدون ان ننسى

التلاميذ وكذا العمال .

وشكر خاص لكل الأصدقاء وزملاء الدراسة بمعهد التربية البدنية والرياضية-

مستغانم- خاصة دفعة ماستر 2013-2014

وكل من ساندنا بنصيحة وأخر دعوانا أن الحمد لله رب العالمين

إهداء

الحمد لله والصلاة والسلام على رسول الله
تم بعون الله إتمام هذا البحث المتواضع الذي أهديه
إلى أعز ما أملك في هذا الوجود التي تتألم لآلامي وتفرح لأفراحى إلى نبع الحب والعطف
والحنان الوالديتين.

إلى الذي عبد لي الطريق دون أن يبالي بأحمالي ومتاعبي وهمه الوحيد لذلك أبي
العزیز

إلى الشموع التي تنير لي الطريق إخوتي الأعزاء الى جميع الأقارب صغارا وكبارا وكل من
يحمل اسم مريزق.

إلى جميع الأصدقاء والأحباب ، خاصة الى رفيق الدرب زميلي في المذكرة محمد
الأمين

إلى الأستاذة "عبد القادر" سليمان" كمال "محمد" زكرياء" عبد القادر بن شريك" فتحي".

إلى كل المعلمين والأساتذة الذين ساهموا في تكويني وإلى كل من علمني ولو حرفا

إلى كل من ساعدني ولو بنصيحة ، إلى كل من قرأ هذه المذكرة

إلى كل هؤلاء أهدي عملي هذا الذي أرجوا من المولى عز وجل

أن يكون عملا مفيدا وأن يكون انطلاقا لمسيرة أخرى.

خاتمة

إهداء

أحمد الله وأشكره على إتمام بحشنا هذا

والصلاة والسلام على رسول الله

أهدي ثمرة جهدي

إلى أول كلمة نطقها لساني وأول نظرة رأتها عيني وأول دفء في حياتي

إلى التي إن أعطيتها كنوز الأرض ما وفيتها إلى أمي العزيزة (حليمة)

وإلى الذي عبد لي الطريق دون أن يبالي بأحمالي ومتاعبي

أبي العزيز أطل في عمره (الحاج لخضر)

وإلى كل الأخوة والأخوات وكل العائلة

وإلى رفقاء العمر وكل الأصدقاء والأحباب خاصة لخضر وليد، يوسف، مالك، محمد،

عباس عادل، الشابي، زكريا، فتحي يعقوب"

إلى المدير المثالي عبد القادر صفراني

وإلى كل نسيهم قلبي وحفظهم قلبي

وإلى كل من قرأ هذه المذكرة

أهدي ثمرة جهدي.

محمد الأمين

المحتويات

ب.	كلمة شكر
ج	الإهداء
س	الجداول
ش	الأشكال
	الجانب التمهيدي
01	1-المقدمة
03	2-الاشكالية
04	3-الأهداف
04	4-الفرضيات
04	5-الأهمية
05	6-مصطلحات البحث
07	7- الدراسات والبحوث المشابهة
	الباب الأول : الجانب النظري
	الفصل الأول
	التربية البدنية والرياضية
12	1- تمهيد
13	1- مفهوم التربية و اهمية التربية
14	2- مفهوم التربية البدنية:
15	3- مفهوم التربية الرياضية:
15	4- الفرق بين التربية البدنية والرياضية:
16	5- مفهوم التربية البدنية والرياضية:
17	6- طبيعة التربية البدنية والرياضية
17	7- أهمية التربية البدنية والرياضية:
18	8- الاسس العلمية للتربية البدنية:
20	9- مهام التربية البدنية والرياضية:
21	10- حصة التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي:
21	10-1. مفهوم حصة التربية البدنية والرياضية:
21	10-2. تقسيم حصة التربية البدنية والرياضية:
22	10-3. درس التربية البدنية والرياضة في الطور الثانوي:

22 واجبات المدرس تجاه التلميذ المراهق في هذه المرحلة: 4-10
23 أهداف حصة التربية البدنية والرياضية في المرحلة الثانوية: 5-10
23 المبادئ الأساسية لإنجاز حصة تعليمية: 6-10
24 أهداف الأنشطة الرياضية المقدمة في حصة التربية البدنية والرياضية: 7-10
24 دور حصة التربية البدنية والرياضية في الحد من التقلبات السلوكية للمراهق: 8-10
26 خلاصة:

الفصل الثاني المتطلبات المهارية في الكرة الطائرة

29 تمهيد
30 1- تاريخ ونشأة الكرة الطائرة:
31 2- خصائص لعبة الكرة الطائرة:
31 3- المهارات الأساسية في لعبة الكرة الطائرة
34 1-3- مهارة الإرسال:
34 3-1-2- أهمية ومميزات الإرسال:
34 3-1-3- أنواع الإرسال:
35 أ- الإرسال من أسفل:
35 ب- الإرسال من أعلى:
36 3-2- مهارة التميرير من امام الراس الى الامام:
36 3-2-1. طريقة الاداء الحركي
37 3-3. مهارة الاستقبال:
38 3-3-1. طريقة اداء الحركة
39 3-3-2. اللاعب الحر ودوره في استقبال الارسال:
40 3-3-3. استقبال الإرسال:
40 3-3-4. وقفة الاستعداد للاستقبال.
42 3-3-5. الأخطاء الشائعة في استقبال الإرسال:
42 3-4- مهارة الضرب الساحق المواجه:
42 3-4-1. طريقة الاداء الحركي

43:مهارة الصد:5-3
43:تعريف مهارة الصد : 1-5-3
44:أنواع حائط الصد:3-5-3
1:طريقة أداء الصد:4-5-3
44:مهارة الدفاع عن الملعب:6-3
44:تعريف مهارة الدفاع عن الملعب : 1-6-3
45:أهمية الدفاع عن الملعب : 2-6-3
45:أنواع الدفاع عن الملعب:3-6-3
46:مفهوم التعلم:4
47:اسس بناء الوحدات التعليمية 5
	الفصل الثالث
	المراھقة في الطور الثانوي
48:تمھيد
49:تعريف المراهقة:
49:1-1 المراهقة حسب بعض العلماء:
50:1.1.1 المراهقة حسب كستمبرغ –kestemberg:
50:2-1-1 المراهقة حسب لوھال -lehalle-:
51:2- مراحل المراهقة:
51:1-2 المراهقة المبكرة (11-14 سنة):
51:2-2 مرحلة المراهقة المتوسطة(15-17سنة):
52:3-2 المراهقة المتأخرة (18-21سنة):
52:3- مظاهر النمو في المراهقة:
52:1-3 النمو الجسمي:
53:2-3 النمو العقلي و المعرفي:
54:3-3 النمو الانفعالي:
54:1. 3-3 مظاهر النمو الانفعالي:
55:2. 3-3 العوامل التي تؤثر في الانفعالات:
55:4-3 النمو الاجتماعي:
56:5-3 النمو الفسيولوجي:

566-3.النمو الحركي:
567-3. النمو الحسي :
568-3. النمو الديني :
574- المراقبة في الطور الثانوي :
571-4. خصائص نمو تلاميذ الطور الثانوي:
572-4. مميزات المراقق في الطور الثانوي :
583-4. مشاكل المراقق في الطور الثانوي:
594-4. متطلبات المراقبة في الطور الثانوي:
595-4. متطلبات المراقبة من الناحية البدنية :
606-4. المراقبة وممارسة التربية البدنية والرياضية:
601-6-4. علاقة المراقق بالمدرسة:
602-6-4. علاقة المراقق بأستاذ التربية البدنية:
613-6-4. علاقة المراقبة بممارسة النشاط البدني:
627-4. وظيفة الثانوية في توجيه المراققين:
628-4. ارشادات للقائمين على تربية المراققين.
63 خلاصة

الفصل الأول

منهجية البحث و الإجراءات الميدانية

66	تمهيد.....
67	1- الدراسة الاستطلاعية:.....
68	2- الأسس العلمية للاختبارات :.....
69	1-2 ثبات الاختبارات:.....
69	2-2- صدق الاختبار:
70	2-3. موضوعية الاختبارات:.....
70	3- الدراسة الأساسية:.....
70	1-3 المنهج المتبع في الدراسة:.....
70	2-3. المجتمع و عينة البحث:.....
72	3-3- مجالات البحث:.....
72	1-3-3 المجال البشري.....
72	2-3-3 المجال الكاني:
72	3-3-3 المجال الزماني:.....
73	3-4-متغيرات البحث:
73	1-4-3 المتغير المستقل:
73	2-4-3 المتغير التابع:.....
73	3-6 - أدوات البحث:
73	1-6-3. المراجع والمصادر.....
73	2-6-3. بطارية الإختبارات.....
73	3-7. الوحدات التعليمية المقترحة:.....
74	1-7-3 خطوات إعداد الوحدات التعليمية:.....
74	2-7-3 الأسس التي بني عليها الوحدات التعليمية:.....
75	3-7-3. مكونات الوحدات التعليمية:.....
76	3-7-5. تنفيذ الوحدات التعليمية:.....
76	3-8- الاختبارات المهارية :.....
81	3-9- الأدوات الاحصائية:.....
83	3-10- صعوبات البحث:.....
84	الخاتمة.....

الفصل الثاني عرض وتحليل النتائج

87	تمهيد.....
88	1- عرض و مناقشة النتائج :.....
88	1-1. عرض و مناقشة نتائج الاختبار القبلي لعينات البحث:.....
89	2-1. عرض و مناقشة نتائج الاختبارات القبلية والبعدي لعينات البحث:.....
89	1-2-1. عرض نتائج اختبار استقبال الكرة من الارسال :.....
91	2-2-1. عرض نتائج اختبار دقة الاستقبال:.....
94	3-2-1. عرض نتائج اختبار تمرير الكرة من اسفل واعلى على الحائط (30ثا) :.....
96	4-2-1. عرض نتائج اختبار الدقة في الاعداد :.....
99	5-2-1. عرض نتائج اختبار الضربة الساحقة :.....
101	3-1. المقارنة بين نتائج المجموعتين أثناء المنافسة (الفعالية المهارية الهجومية).....
102	2- الاستنتاجات:.....
102	1-2. الاستنتاج العام :.....
103	3- مناقشة الفرضيات:.....
103	1-3. الفرضية الأولى:.....
103	2-3. الفرضية الثانية:.....
103	3-3. الفرضية الثالثة:.....
104	4-3. الفرضية الرابعة:.....
104	4- خلاصة عامة:.....
105	5- الاقتراحات والتوصيات:.....

المصادر والمراجع

الملاحق

الملخص

قائمة الجداول

الرقم	عنوان الجدول	الصفحة
01	يوضح معامل ثبات و صدق الاختبارات	69
02	يوضح نسبة تمثيل عينة البحث من المجتمع الأصلي	71
03	يبين تجانس عينة البحث بمعامل الالتواء	71
04	يبين المجال الزمني للدراسة الأساسية للبحث	72
05	يبين الأهداف التعليمية المطبقة للبرنامج	75
06	يوضح التجانس بين العينة الضابطة و التجريبية في نتائج الاختبارات القبليّة باستخدام اختبار لدلالة الفروق ت ستودنت.	88
07	يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري للفروق وقيمتي (T) المحسوبة والجدولية في الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة لاختبار استقبال الكرة من الارسال	89
08	ا يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمتي (T) المحسوبة والجدولية للمجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي في استقبال الكرة من الارسال	90
09	يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري للفروق وقيمتي (T) المحسوبة والجدولية في الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة لاختبار دقة الاستقبال	91
10	يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمتي (T) المحسوبة والجدولية للمجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي في دقة الاستقبال:	92
11	يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري للفروق وقيمتي (T) المحسوبة والجدولية لاختبارين القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة لاختبار تمرير الكرة من أعلى على الحائط	94
12	يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمتي (T) المحسوبة والجدولية للمجموعتين التجريبية والضابطة في اختبار تمرير الكرة من اسفل وأعلى على الحائط	95
13	يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري للفروق وقيمتي (T) المحسوبة والجدولية في الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة في اختبار الدقة في الاعداد:	96

97	يبين لأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمتي (T) المحسوبة والجدولية للمجموعتين التجريبية والضابطة في اختبار الدقة في الاعداد	14
99	يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري للفروق وقيمتي (T) المحسوبة والجدولية في الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة اختبار الضربة الساحقة	15
100	يبين لأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمتي (T) المحسوبة والجدولية للمجموعتين التجريبية والضابطة في اختبار الضربة الساحقة	16
101	يبين نتائج الفعالية الهجومية للعينتين:	17

قائمة الأشكال

الرقم	عنوان الشكل	الصفحة
01	يوضح مهارة التمير من امام الراس الى الامام	37
02	يوضح مهارة الاستقبال من الاسفل	39
03	يوضح وقفة الاستعداد لاستقبال الكرة	41
04	يوضح مهارة الضرب الساحق المواجه	43
05	يبين الأوساط الحسابية للمجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار والقبلي البعد في استقبال الكرة من الارسال.	91
06	يبين الأوساط الحسابية للمجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار والقبلي البعد في دقة الاستقبال.	93
07	يبين الأوساط الحسابية للمجموعتين التجريبية والضابطة في اختبار تمرير الكرة من اسفل واعلى على الحائط	96
08	يبين الأوساط الحسابية للمجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار والقبلي البعد في اختبار الدقة في الاعداد.	98
09	يبين الأوساط الحسابية للمجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار والقبلي البعد في اختبار الضربة الساحقة.	100
10	يبين نتائج الفعالية الهجومية للعينتين:	102

التعريف بالبحث

1. مقدمة

تعد التربية البدنية والرياضية جزء من التربية العامة لكونها تعني و تراعي الجسم وصحته، وقد يشير كويسكي - كوزيل" أن فهم التربية البدنية و الرياضية على أنها جسم قوي فقط أو مهارة رياضية أو ماشابه ذلك هو إتجاه خاطئ، فهي فن من فنون التربية العامة، تهدف الى إعداد المواطن الصالح جسسيا عقليا، و خلقيا، وقادرا على الإنتاج و القيام بواجباته نحو مجتمعه ووطنه". (أمين أنور الخولي، 1996، صفحة 39). كما أن هناك مفهوم اخر للتربية البدنية و الرياضية " انها مجموعة الأنشطة و المهارات و الفنون التي يتضمنها البرنامج بمختلف مراحل التعليم، و تهدف إلى إكساب التلميذ مهارات و ادوات تساعد على عملية التعلم ، حيث يمكنه الاعتماد على التجربة الشخصية و الممارسة الذاتية ،و أن يكتسب الآليات الضرورية التي تجعله في وضع يسمح له بالملاحظة ، النظر ، السماع ، الاكتساب ، الفهم الابتكار التعبير و التبليغ . وترمي التربية البدنية إلى العناية بالكفاءة البدنية أي صحة الجسم و نشاطه رشاقته وقوته، كما تهتم بنمو الجسم و قيام اجهزته بوظائفها. (المركز الوطني للوثائق التربوية، 1997، الصفحات 4-5)

ولكن أصبحت حصة التربية البدنية و الرياضية يراها البعض مجرد ألعاب ترفيهية آلية تنجز بطريقة عشوائية وغير مقننة والبعض الآخر يراها مجرد فترة للراحة بعد عناء الدروس، ومن خلال هذا فقدت ميزاتها التربوية، وهذا ما يؤثر سلبا على دور المربين الذين يعملون على تنشيط حصصهم بطريقة أو بأخرى وهذا ما يفسره التذبذب في المستوى الذي تشهده الحركة الرياضية الوطنية ومن هذا المنطلق إرتأينا أن نهتم بمادة التربية البدنية والرياضية ولكن بأكثر دقة حيث تطرقنا إلى المدرسة الثانوية لأنها إحدى المؤسسات التربوية في تكوين الشباب، وبالتحديد الى نشاط الكرة الطائرة وممارسة هذه رياضة خلال البرنامج التربوي.

إن الكرة الطائرة من بين الألعاب الجماعية الأكثر إنتشارا وممارسة في أوساط الجماهير، ولها تأثير إيجابي في ميدان التربية الرياضية داخل المؤسسات التربوية وسهلة التطبيق في حصص التربية البدنية

و الرياضية، فهي تتميز بقانون مبسط، تمارس بكلا الجنسين ومختلف الأعمار وينعدم فيها الإحتكاك بين الفريقين الخصمين، وهذا ما يقلل من مظاهر العنف والإصابات في مبارياتها، بالإضافة إلى فائدتها الشاملة لجميع

أجزاء الجسم، لما تحمله منافساتها من سرعة وكفاح مستمر بين المهاجمين والمدافعين. وإذا ألقينا نظرة في حصة التربية

البدنية والرياضية على مدارسنا الثانوية لوجدنا أن الكرة الطائرة تتطلب نصيب كبير من الإهتمام، فهي تتطلب

تحضيرا جيدا على المستويات الثلاثة: البدني، المهاري، التكتيكي، ولكن الحركات المهارية تحتل الصدارة لممارسة

هذه الرياضة والقاعدة التي تركز عليها، ويعتبر " الإستقبال " من بين المهارات الأساسية الصعبة في لعبة الكرة

الطائرة، حيث يقول محمد سعد زغلول أن الاستقبال هو أول مبدأ من المبادئ الأساسية في الكرة الطائرة، ويمثل الاستقبال قدرة المبادرة على العمل الهجومي (محمد سعد زغلول ومحمد لطفي السيد، 2001، صفحة 64) ، والذي هو موضوع بحثنا تحت عنوان " أثر وحدات تعليمية مقترحة في تحسين مهارة الإستقبال لبناء الهجوم في الكرة الطائرة في المرحلة الثانوية " وما دفعنا إلى الدراسة والقيام بهذا البحث هو ملاحظتنا للنقص الموجود في أداء مهارة الإستقبال وضعف في الفعالية الهجومية عند تلاميذ الثانوية خاصة السنة الثالثة.

وستضمن محتوى الدراسة على بابين، الباب الأول مخصص للدراسة النظرية مقسم إلى ثلاث فصول الفصل الأول تطرقنا فيه إلى إعطاء مفهوم شامل لحصة التربية البدنية والرياضية وأساليبها وطرقها كذلك الدور الذي يتميز به الأستاذ في هذه الحصة داخل الثانوية ، كما تضمن الفصل الثاني على المتطلبات المهارية في الكرة الطائرة، واحتوى الفصل الثالث على دراسة المراهقة وخصائص المرحلة العمرية (17-20) سنة، فتطرقنا إلى التغيرات التي يتميز بها المراهق والمشاكل التي يعانها وكذا العلاقة التي تربطه بالتربية البدنية والرياضية وإيجاد بعض الحلول للقضاء على مشاكله وانفعالاته.

أما الباب الثاني فقد خصص إلى الدراسة الميدانية وهو مقسم إلى ثلاث فصول، تطرقنا في الفصل الأول إلى منهجية البحث و الإجراءات الميدانية البداية كانت التجربة الاستطلاعية وكذلك الأسس العلمية في صدق وثبات الموضوعية واهم الوسائل الإحصائية المستعملة، ، حيث استخدمنا المنهج التجريبي، أما مجتمع البحث هم تلاميذ الصف الدراسي الثالثة ثانوي اخترنا منهم 24 تلميذ، أما الفصل الثالث فتضمن عرض وتحليل ومناقشة النتائج مع الاستعانة بالوسائل الإحصائية المناسبة، حيث تم عرضها في جداول والتعبير عنها بيانياً بواسطة أشكال، ومن ثم مناقشة فرضيات البحث استناداً إلى ما تم التطرق إليه في الجانب النظري والبحوث المشاهدة والخروج بمجموعة من الاستنتاجات ، وأخيراً تم الخروج بمجموعة من التوصيات والتي نأمل في المستقبل ولو بالقليل في إفادة الطلبة المقبلين على بحوث جديدة.

2. إشكالية البحث :

تعتبر لعبة الكرة الطائرة بصورتها الحالية إحدى الألعاب الراقية التي تمارس في اللقاءات الدولية وتجذب العديد من جمهور المشاهدين وذلك بسبب كونها مميزة عن باقي الألعاب الجماعية الأخرى من ناحية الأداء المهاري والخططي الذي يقوم به اللاعبين في الميدان، وهذا كله أثناء الممارسة التطبيقية لها، وجميعها خصائص وضعت للعبة في مصاف الألعاب الجماعية الأخرى، ولقد تطورت لعبة الكرة الطائرة تطورا كبيرا خاصة خلال الحقبة الأخيرة من هذا القرن، حيث إتسع نطاق إنتشارها ليشمل بلدان عديدة في جميع أنحاء العالم، ويتمثل هذا التطور في أشكال الأداء المهاري وكذا خطط اللعب وطرقه، هذا بالإضافة إلى التخطيط الجيد لها من قبل المختصين في هذه اللعبة. وككل الألعاب تتطلب لعبة الكرة الطائرة مهارات حركية يجب تعلمها وإتقانها قصد الوصول إلى المستوى المناسب والتي تتباين في نوعها وأهدافها ودرجة تعقيدها بحيث توجد مهارات هجومية (إرسال - إعداد - ضربات ساحقة) ومهارات دفاعية (إستقبال - صد - دفاع عن الملعب) ومن جملة هذه المهارات الدفاعية مهارة الإستقبال التي تعتبر من أهم مهارات الدفاع، بحيث إذا تم التحكم فيه من الجانب التقني السليم بإمكانه أن يعطي للفريق فرصة في بناء هجمة معاكسة قد تكون فعالة وتضع الفريق في نقطة قوة. وللإستقبال عدة أنواع وهذا حسب تقنية وخصائص كل لاعب وحسب موقعه في الملعب، كما تعتبر هذه التقنية من التقنيات الأساسية لدرجة أن أهميتها لم تجعلها إختيارية في المباراة، بل ضرورة ولا بد منها. ومن خلال تجاربنا نحن كأساتذة متربصين داخل الثانويات لاحظنا وجود نقص كبير في الفعالية الهجومية، وهذا راجع الى نقص في المهارات الاساسية في الكرة الطائرة وخاصة مهارة الاستقبال وكذا النقص المتباينة الموجودة لدى التلاميذ الطور الثانوي في أداء هذه المهارة والتي صعبت من مهمة ممارستها حيث أصبح لزاما عليهم تأدية جميع متطلباتها الفنية والخططية فكلما زادت قدرات التلاميذ مهارية زادت قدراتهم على حسن تطبيق الواجب الخططي سواء الدفاعي أو الهجومي، ولذلك ومما سبق يمكن أن نطرح التساؤلات التي بإمكانها أن ترفع اللبس عن مفهوم هذه المهارة ودورها في بناء الهجوم في الكرة الطائرة ومنه ينبثق لنا التساؤل التالي: **مامدى تأثير بعض الوحدات التعليمية المقترحة في تعليم بعض المهارات الاساسية في الكرة الطائرة لدى تلاميذ المرحلة الثانوية؟**

التساؤلات الفرعية:

- هل الوحدات التعليمية المقترحة تساعد على تعليم بعض المهارات الاساسية في الكرة الطائرة لدى تلاميذ المرحلة الثانوية ؟

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين العينتين التجريبية والظابطة في الاختبار البعدي ؟

3. أهداف البحث:

يهدف الطالبان الباحثان الى :

- إقتراح وحدات تعليمية بإمكانها أن تساعد على تعليم بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة لدى تلاميذ الثانوية.

- التعرف على أثر بعض المهارات الأساسية في بناء الهجوم في الكرة الطائرة لدى تلاميذ الثالثة ثانوي.

4. فرضيات البحث:

إنطلاقاً من التساؤلات التي طرحت في الإشكالية السابقة الذكر تم وضع الفرضيات التي تمهد لمعالجة البحث

على النحو التالي:

1-4. الفرضية العامة:

* للوحدات التعليمية المقترحة أثر إيجابي في تعليم بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة لدى تلاميذ الثالثة ثانوي.

2-4. الفرضيات الجزئية:

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين العينتين التجريبية والظابطة في الاختبار البعدي لصالح العينة التجريبية.

- نسبة التحسن للمجموعة التجريبية أعلى من المجموعة الضابطة في تعلم المهارات الأساسية في الكرة الطائرة .

5. -أهمية البحث والحاجة له :

✓ إن إختيار هذا البحث راجع إلى قلة التركيز على بعض المهارات الأساسية للكرة الطائرة لدى تلاميذ الطور الثانوي.

✓ مدى دور بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة والتركيز عليها وإعطائها الأهمية التي تحتاجها في

هذه المرحلة من السن وهذا لضمان تكوين كامل وكلي للشباب مما يدعم تقدم الكرة الطائرة ككل.

✓ و اثرها مكتبتنا وتعميم الفائدة في هذا البحث العلمي المتواضع وتدعيم ميدان البحث.

6. مصطلحات البحث:

1- المهارات الأساسية :

و تشمل المهارات الهجومية والدفاعية و تعتبر هذه المهارات بمثابة العمود الفقري للعبة ، و حقيقة ان للعبة ثلاثة أركان هامة بجانب الناحية النفسية و الإعداد البدني يراعى عند وضع مادة التدريب خلال المواسم الرياضية ، و هي الإعداد البدني و المهارات الحركية و خطط اللعب (التكريني، بدون سنة، صفحة 24).

2- مفهوم المهارة الحركية :

يعرف عصام عبد الخالق المهارة الحركية فيقول " أنها الأداء الحركي الإرادي الثابت المتميز بالتحكم و الدقة والاقتصاد في الجهد و سرعة الاستجابة للمواقف المتغيرة لإنجاز أفضل النتائج. (عصام عبد الخالق، 1992، صفحة 167).

كما يرى محمد عوض بسيوني و فيصل ياسين الشاطي أن المهارة الحركية " هي الحركة التي تؤدي بطريقة أوتوماتيكية و التي تسمح بالاقتصاد في الجهد" (فيصل ياسين الشاطي: محمد عوض بسيوني ، 1992، صفحة 32) ويقول مفتي إبراهيم حماد حول المهارة الحركية: " مدى كفاءة الأفراد في أداء واجب حركي معين". (مفتي إبراهيم حماد، 2002، صفحة 19).

3- الهجوم في الكرة الطائرة:

يعتمد اللعب القوي في الكرة الطائرة أساسا على شكل الهجوم فالضرب القوي للضربات الهجومية الساحقة داخل الملعب يشكل في الحقيقة عامل حيوي بالنسبة للاعب بصفة خاصة ولل فريق بصفة عامة يجب الإهتمام به والتركيز عليه، وعلى كل حال فإننا نرى أن الهدف الأساسي من الهجوم يتمثل في التسجيل ولكن ليس هذا فقط بل أن لاعب الكرة الطائرة الحقيقي والمؤثر هو ذلك اللاعب الذي غالبا ما يكون فعالا (خاصة إذا إتسمت ضربة الهجوم بالقوة). (حسن زكي محمد ، 1998، صفحة 72)

- إجرائيا: هو مجموعة من المهارات المتسلسلة بين افراد الفريق (الارسال، الاستقبال، الاعداد، السحق) لتسجيل نقاط .

4- الكرة الطائرة:

هي لعبة جماعية وبسيطة تتكون من فريقين، بستة لاعبين لكل منهما ملعبها عبارة عن مربعين ضلع كل منهما تسعة أمتار وتفصل بينهما شبكة إرتفاعها (2,43 م). للرجال. و(2,24) للنساء وهدف اللعبة جعل

الكرة تسقط في ملعب الخصم بطريقة لا تمكنه من إعادتها فوق الشبكة ولكسب الفريق نقطته عندما يفشل الفريق المنافس في (إعادة الكرة). (خطابية، 2002، صفحة 20)

-5 التلميذ:

" هوذلك الفرد الذي يسلم نفسه للمعلم حتى يتعلم منه صفة أو علما و سعيا في طلب العلم و المعرفة (فيصل عياش، 1987، صفحة 36) 1 و في مفهوم آخر "هو الشخص الذي يتلقى درسا معيناً في مجال معين" (فيصل عياش، 1987، صفحة 37)

-6 الثانوية :

" هي المدارس التي ينتقل إليها التلاميذ ما بعد الإكمالية تحضيراً لدراساتهم في الجامعة " . (فيصل عياش، 1987، صفحة 36)

7. الدراسات والبحوث المشابهة :

تعتبر الدراسات السابقة والمشاهدة من أهم الجوانب التي تجيب على كل باحث تناولها لإغناء بحثه من خلالها، وتستعمل هذه الدراسات للحكم أو المقارنة أو الإثبات أو النفي، ولأجل إثراء هذا البحث قمنا بمحاولة الإستشهاد ببعض البحوث التي تسبق إنجازها والتي تشابه موضوع بحثنا هذا إلا أنه نلمس نقص كبير في هذا الميدان فوجدنا على سبيل المثال:

الدراسة الأولى : 2008/2007. الأطرش زبير، والتي جاء موضوعها* : "فعالية مهارة الصد في الكرة الطائرة ومدى تأثيرها على مستوى أداء الفريق ضمن المنافسات الوطنية" وتناول فيها الباحث الإشكالية التالية:

- ما مدى تأثير فعالية مهارة الصد على مستوى أداء الفريق ؟

والهدف منها هو دراسة تأثير فعالية مهارة الصد على مستوى أداء الفريق. والفرضية العامة هي: تقنية السحق مرتبطة بمدى تطور صفة الارتقاء عند لاعبي الكرة الطائرة اما المنهج المتبع في الدراسة هو المنهج التجريبي ، النتيجة التي توصل اليها الباحثون هي لمهارة الصد اثر ايجابي في رفع مستوى ادؤ لاعبي الكرة الطائرة.

الدراسة الثانية دراسة أحمد رواق :: وجاء موضوعها* تقدير الذات البدنية والمهارية وعلاقتها بدقة أداء المهارات الهجومية لدى لاعبي الكرة الطائرة، وتناول فيها الباحث الإشكالية التالية : هل هناك علاقة إيجابية بين مستوى تقدير الذات البدنية والمهارية وبين (الهجومية لدى لاعبي الكرة الطائرة صنف أشبال). والهدف منها هو دراسة تقدير الذات البدنية والمهارية وعلاقتها بدقة أداء المهارات الهجومية لدى لاعبي الكرة الطائرة. والفرضية العامة هي: الذات البدنية والمهارية وعلاقتها بدقة أداء المهارات الهجومية لدى لاعبي الكرة الطائرة اما المنهج المتبع في الدراسة هو المنهج التجريبي ، اما عينة البحث شملت العينة التي تم اختيارها رائد شباب المسيلة، النتيجة التي توصل اليها الباحثون هي تقدير الذات البدنية والمهارية اثر ايجابي بدقة أداء المهارات الهجومية لدى لاعبي الكرة الطائرة

الدراسة الثالثة: 2008-2007 كعلول عصام و اخرون والتي جاء موضوعها " تأثير برنامج تدريبي مقترح لصفة الارتقاء علي تطوير تقنية السحق لدي لاعبي الكرة الطائرة صنف أشبال." وتناول فيها الباحثون الإشكالية التالية: " ما تأثير برنامج تدريبي مقترح لصفة الارتقاء علي تطوير تقنية السحق لدي لاعبي الكرة الطائرة صنف أشبال" والهدف منها هو دراسة تأثير صفة الارتقاء على تقنية السحق عند لاعبي الكرة الطائرة . والفرضية العامة هي: تطوير تقنية السحق مرتبطة بمدى تطور صفة الارتقاء عند لاعبي الكرة الطائرة اما المنهج المتبع في الدراسة هو

المنهج التجريبي ، اما عينة البحث شملت العينة التي تم اختيارها فريق (fanar) عين أزال صنف أشبال بولاية سطيف و التي تنشط في القسم الوطني الثاني للكرة الطائرة النتيجة التي توصل اليها الباحثون هي للبرنامج التدريبي اثر ايجابي في صفة الارتقاء علي تطوير تقنية السحق لدي لاعبي الكرة الطائرة .

أ- التعليق على الدراسات

يتضح من خلال عرض الدراسات المرتبطة العلاقة بين الدراسات بعضها البعض و بين الدراسة الحالية حيث تركزت معظم الدراسات حول عملية التقويم البرامج و الأهداف والجانب المهاري ، وسوف يتناول الطالبان الباحثان فيما يلي هذه الدراسات بشيء من التفصيل.

- 1- من حيث المجال الزمني : أجريت هذه الدراسات في الفترة ما بين عام 2007 حت عام 2008
 - 2- من حيث العنوان: على الرغم من اختلاف عناوين الدراسات السابقة إلا أن محورها جميعا يدور حول تحديد الحالة الراهنة للمستوى، باستخدام الاختبارات ، المهاري و المعرفي أو دراسات تحليلية للمستوى أو وضع بطارية اختيار للقياس المستوى مع استخلاص تقويم مناهج و وحدات والبرامج التربية الرياضية.
 - 3- من حيث المنهج :استخدمت معظم الدراسات التجريبي.
 - 4- من حيث العينة :اشتملت العينة في معظم الدراسات من الطلاب و الطالبات بمراحل التعليم العام مدرسي و مدرسات التربية الرياضية
 - 5- من حيث النتائج :كانت أهم النتائج التي توصلت إليها الدراسات المرتبطة و التي ترتبط حاور هذاالبحث وهي : *دارسة المتغيرات المهارية و البدنية و أثرها على نتيجة الأداء.*
قياس الأداء المهاري و المعرفي باستخدام الاختبارات للتعرف على المستوى.
فروق ذات دلالة إحصائية في نتائج العينة في جميع الاختبارات المهارية و البدنية.
تصميم بطارية اختبار بدنية و مهارية و معرفية أو قياس لتقويم مستويات الأداء.
*تحقق الأهداف التعليمية لمنهاج التربية الرياضية بدرجات متفاوتة
 - 7 - من حيث المتغيرات : اختلفت المتغيرات المقاسة في الابحاث السابقة الذكر، لكنها جميعا تركزت على قياس المتغيرات البدنية و المهارية و المعرفية للتلاميذ المرحلي الثانوية .
- ب- مدى استفادة الطالبان من تلك الدراسات :

تعتبر الدراسات السابقة خبرات علمية و عملية فتحت المجال أمام الطالبان الباحثان في مشوار بحثه، حيث استفاد الباحث من: * صياغة أهداف و فروض البحث بدقة.

* طريقة اختيار العينة بدقة و عناية.

* تحديد المنهج المستخدم لطبيعة الدراسة.

* اختيار متغيرات البحث و كيفية قياسها.

* تحديد الخطوات المتبعة في إجراءات البحث سواء من الناحية النظرية أو الميدانية.

* كيفية استخدام المعالجة الإحصائية المناسبة لطبيعة البحث.

* تميم نتائج البحث من خلال الدراسات السابقة.

الباب الأول

الدراسة النظرية

الفصل الأول:

التربية البدنية والرياضية

12	تمهيد:
13	3- مفهوم التربية اهمية التربية.....
14	4- مفهوم التربية البدنية:.....
15	5- مفهوم التربية الرياضية:.....
15	6- الفرق بين التربية البدنية والرياضية:
16	7- مفهوم التربية البدنية والرياضية:.....
17	8- طبيعة التربية البدنية والرياضية
17	9- أهمية التربية البدنية والرياضية:
18	10- الاسس العلمية للتربية البدنية:
20	11- مهام التربية البدنية والرياضية:.....
21	12- حصة التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي:.....
26	خلاصة.....

تمهيد:

تحتل التربية البدنية والرياضية مكانة هامة في المنظومة التربوية لا يمكن تجاهلها أو الاستغناء عنها في حياة التلميذ، وخاصة وأنه يمر بمرحلة هامة في حياته وهي فترة المراهقة، وما تضمنه من تربية وصقل لكل مركباته البدنية، النفسية، الفكرية والاجتماعية. فعلى المربين وخاصة أساتذة التربية البدنية أن يهتموا بالواقع اليومي المعاش بمساعدة المتعلمين، وتحضيرهم بصفة جيدة ومنتزعة، وتكوينهم وترغيبهم في الحياة السليمة والنشيطة وحب بذل الجهد، وذلك من خلال إعطاء ثقافة عامة حول التربية البدنية والرياضية التي لا تنحصر في اكتساب مهارات فنية بل تفتح المجال لمعرفة سلوكيات نفعية وتبني مواقف حميدة لتكوين مواطن الغد المتفتح النشط.

1- التربة

1-1 مفهوم التربية

للتربية مفاهيم كثيرة مختلفة فبعض المربون يرونها فيها تبليغ الشيء الى اكماله او هي كماله او هي كما يقال المحدثون تنمية الوظائف النفسية بالتمارين حتى تبلغ كمالها شيئاً فشيئاً تقول ربيت الولد اذ قويته، ملكته ونميت قدراته وهذبت سلوكه حتى أصبح صالحاً للحياة في بيئة معينة.

والتربية عبارة عن طريقة يتوصل بها نمو قوي للإنسان بصفة طبيعة فتطوري تحتها جميع ضروب التعليم والتهذيب التي شأنها ائارة العقل وتقويم الطبع واصلاح العادات والمشارب واعداد الانسان لنفع نفسه (تركي، 1990، صفحة 17)

1-1-1 التربية في اللغة

التربية في اللغة مأخوذة من فعل ربى اي غذى الولد وجعله ينمو، ربي الولد هذبه، يربو اي زاد ونمى ومن جعل اصلها -رب- فلا بد ان يجعل المصدر ترتيب الاترية يقال رب القوم يربهم بمعنى ساسهم وكان فوقهم رب النعمة زادهم. (تركي، 1990، صفحة 18)

1-1-2 التربية في الاصطلاح

معناه التنمية وهي تتعلق بكل كائن حي النبات والحيوان والانسان ولكل منها طرق خاصة لتربية وتربية الانسان تبدأ في الحقيقة قبل الولادة ولا تنتهي الا بموته وهي تعني باختصار نمى الظروف المساعدة للفرد لنموه نمو متكامل ومن جميع نواحي الشخصية العقلية والخلفية والجسمية والروحية (تركي، 1990، صفحة 19)

1-2-3. اهمية التربية:

التربية عملية يحتاجها الفرد والمجتمع لأنها اساس البناء والتكوين الخلقي الذي هو اساس المجتمعات وبنائها على اسس سليمة بل كانت سببا رئيسيا في تنمية الشعوب والمجتمعات اقتصاديا واجتماعيا وسياسيا وثقافيا وعسكريا، والاسلام على سبيل المثال لم ينشر بقوة السيف وانما انتشر بقوة سلاح الفضيلة والاخلاق وفي هذا المعنى يقول الفيلسوف الفرنسي الكبير " فولتير " في كتابه الاخلاق وليس بصحيح ما يدعى عن الاسلام انه استولى قهرا بالسيف على اكثر من نصف الكرة الارضية، بل كان سبب انتشاره شدة رغبة الناس فيه بعدما اقنع عقولهم، واكبر سلاح استعمله المسلمون لبث الدعوة هو اتصافهم بالشيم العالية اذ لا يخفى ولوع المغلوب بتقليد الغالب، وبذلك تبرز اهمية التربية في زيادة قدرة الشعوب على مواجهة التحديات العنصرية في جوانب كثيرة منها رأي "أحمد محمد الطيب":

- انها عامل هام في التنمية الاقتصادية.
- انها عامل هام في التنمية الاجتماعية.
- انها عامل هام في ارساء الديمقراطية الصحيحة.
- انها عامل هام في احداث التغيير الاجتماعي.
- انها اصبحت استراتيجية قومية كبرى لشعوب كاملة.
- انها ضرورة لبناء الدولة العصرية.

2- مفهوم التربية البدنية:

التربية البدنية "هي العملية التربوية التي تهدف إلى تحسين الأداء الإنساني من خلال وسيط هو الأنشطة البدنية المختارة لذلك"

كما تعرف من وجهة نظر الحركة على أنها "التربية من أجل الحركة ومن خلالها (أمين أنور الخولي وجمال الدين الشافعي، 2000، صفحة 25)

ومن الناحية الفسيولوجية فتعني " جميع العمليات المختلفة والمتواصلة التي تحدث داخل أجهزة الجسم المختلفة لتغيير البناء المورفولوجي والوظيفي لحياة الفرد". (غالب، 2002، صفحة 61) وهو تغير تؤكد أهميته بالنسبة للمراهق العديد من الدراسات والبحوث في مجال فسيولوجيا النمو والتعلم الحركي.

ومن خلال مجمل التعاريف السابقة التي تعرف التربية البدنية من نواحي مختلفة يمكن القول أن التربية البدنية هي:

مجموعة الأساليب والطرق التي تستخدم بطريقة منظمة ومنهجية لتحقيق النمو الفسيولوجي والحركي للفرد.

11- مفهوم التربية الرياضية:

يفهم البعض من الناس التربية الرياضية على أنها ممارسة أنواع الرياضة فقط، والبعض الآخر يظن أنها تنمية القدرات الجسمية فقط، إلا أنها تتعدى تلك المفاهيم ويمكن توضيح ذلك من خلال التعاريف التالية:

" التربية الرياضية هي تربية عن طريق الرياضة "

والتربية تعني بمفهومها العام "جميع العمليات التي يستطيع الفرد بواسطتها تنمية قدراته واتجاهاته وغير ذلك من أشكال القيم الايجابية للسلوك في المجتمع الذي يعيش فيه (الكاشف، 2004، صفحة 13).

فبهذا المعنى فالتربية الرياضية تنمي وتعزز الجوانب الايجابية للسلوك من خلال تربية وتنمية البدن.

انطلاقاً من تعريف التربية فالتربية الرياضية هي عملية اكتساب الفرد للمهارات وتعمل على تطوير الخصائص والصفات البدنية، وتكوين العادات الصحية السليمة للفرد (شرف، 2005، صفحة 17).

ويعرفها تشارلز بوتشر على أنها "جزء متكامل من التربية العامة وميدان تجريبي هدفه تكوين المواطن الصالح من النواحي المختلفة وذلك عن طريق ممارسة أنواع من النشاط البدني." (شرف، 2005، صفحة 18)

فهو يرى أن التربية الرياضية أصبحت علم، لأن العلم بمفهومه الحديث يساوي التجربة فمختلف النظريات الخاصة بالتربية الرياضية حديثاً تستمد من تلك البحوث والتجارب التي تقام في المعاهد وكليات التربية الرياضية.

12- الفرق بين التربية البدنية والرياضية:

عند تحليل التعاريف السابقة للتربية البدنية والتربية الرياضية، يمكن إيجاد الفرق بينهما فلو نظرنا إلى تعريف تشارلز بوتشر للتربية الرياضية، فإنه يدل على اكتساب صفة التكامل سواء من الناحية العقلية، الانفعالية والاجتماعية، عن طريق ممارسة ألوان الرياضة المختلفة فالشجاعة لا تعود على البدن فقط، ولكن تكتسب نتيجة ممارسة الفرد لبعض المواقف التربوية والتعليمية التي يتعرض لها أثناء ممارسته للرياضة، فهي عبارة عن تربية بدنية ورياضية وبالتالي فالتربية الرياضية أكثر عمقا وأشمل معنى من التربية البدنية (عزمي، 2004، الصفحات 12-13).

ولا يختلف عبد الحميد شرف عن الفرق السابق فانطلاقاً من نظرية "وحدة الفرد" والتي تقول بأن الفرد ذو أبعاد أربعة رئيسية بدني، عقلي، نفسي واجتماعي ؛ فالتربية البدنية تهتم بتطوير البدن دون النظر إلى مظاهر النمو الأخرى أما التربية الرياضية فتجمع بين مختلف

الجوانب ولا يمكن تنمية جانب دون أن تتأثر باقي الجوانب، وبهذا تكون التربية البدنية جزء التربية الرياضية كل (شرف، 2005، الصفحات 26-27).

4-1. من حيث الأهداف:

الرياضة تسعى وراء النتيجة وتحقيق الأرقام القياسية والسعي وراء الشهرة أما التربية البدنية والرياضية فتهدف إلى تربية التلميذ تربية شاملة.

4-2. من حيث الوسائل:

تعتمد الرياضة على التدريب الشاق والتكرار أما التربية البدنية والرياضية فتعمل على تكيف المحتويات لمستوى التلاميذ، باستعمال طرق نشطة.

4-3. من حيث الشروط:

تعتمد الرياضة على المهارات الفنية العالية والمراقبة الطبية المستمرة أما التربية البدنية والرياضية فهي مخصصة لجميع المتدربين (اللجنة الوطنية للمناهج، 2005، صفحة 103). وهو ما يؤكد أن التربية البدنية والرياضية لا تحتاج إلا إلى الحد الأدنى من اللياقة البدنية لممارستها وتحقي التعلم والتربية من خلالها.

5- مفهوم التربية البدنية والرياضية:

يمكن وصف التربية البدنية والرياضية بطرق عديدة مختلفة، فالبعض يراها مرادفا لمفاهيم مثل: التمارينات، الألعاب، اللعب، الترويح، المسابقات الرياضية، لكن مثل هذه المفاهيم جميعها في الواقع تعبر عن أطر وأشكال الحركة المتضمنة في المجال الأكاديمي الذي يطلق عليه اسم التربية البدنية والرياضية (الحويلي، 2001، صفحة 24).

فبعض الأفراد يعتقدون أن التربية البدنية والرياضية هي مجرد إبراز للعضلات أو الجري والتعرق والترفيه وكل هذه الأفكار السائدة أعطت مفهوم خاطئ للتربية البدنية والرياضية.

فالتربية البدنية والرياضية هي " مجموعة من النشاطات البدنية والرياضية التي يتم تدريسها بهدف تحقيق الأبعاد التربوية المراد تنميتها في مرحلة من مراحل التعلم.

6- طبيعة التربية البدنية والرياضية:

يمكن النظر إلى مادة التربية البدنية والرياضية من عدة جوانب:

6-1. التربية البدنية والرياضية كبرنامج:

وهو المنظور القدم للتربية البدنية والرياضية ويعبر عن برامج الأنشطة البدنية التي تتيح الفرصة للتلاميذ للاشتراك في أنشطة حركية متفاعة بتتابع منطقي وعبر وسط تربوي منظم.

6-2. التربية البدنية والرياضية كنظام تربوي:

ويظهر ذلك من خلال دراسة عدة مباحث وعلوم كعلم وظائف الأعضاء وعلم النفس الرياضي وعلم الاجتماع الرياضي الميكانيكا الحيوية ومناهج وطرق تدريس التربية البدنية والرياضية.

6-3. التربية البدنية والرياضة كمهنة:

وهذا من خلال العدد المعتبر من الأخصائيين المتخرجين من كليات التربية البدنية والرياضية والمعاهد، والمتوجهين لعملية التدريس، وكذلك بفضل الجهود الرامية إلى منح الفرصة للمؤهلين في هذا المجال لتطوير مناهج وأساليب التدريس (أمين أنور الخولي وجمال الدين الشافعي، 2000، صفحة 25). وبالتالي فطبيعة مادة التربية البدنية والرياضية كباقي المواد الدراسية في المدرسة، إلا أن الاختلاف يكمن في المحتوى المقدم على شكل أنشطة حركية وبرامج رياضية.

7- أهمية التربية البدنية والرياضية:

اهتم الانسان منذ القدم بصحته وجسمه ولياقته كما تعرف عبر ثقافته المختلفة على الفوائد والمنافع التي تعود عليه من جراء ممارسته للأنشطة البدنية، والتي اتخذت أشكالاً متعددة كاللعب والرقص والتدريب البدني، كما أدرك أن المنافع الناتجة عن ممارسة هذه الأشكال من الأنشطة لم تتوقف على الجانب الصحي والبدني فحسب، وإنما تعرف على الآثار الإيجابية لها على الجوانب

النفسية، الاجتماعية، العقلية والمعرفية وكذا الجوانب المهارية الحركية، وهي في مجملها تشكل شخصية الفرد تشكيلا متكاملًا.

ونظرا لأهميتها فهي تحتل مكانة هامة في المنظومة التربوية، لذا أولتها وزارة التربية الوطنية العناية الكاملة وأدرجتها كمادة تعليمية في جميع مراحل التعليم حتى تأخذ مكانتها وتلعب دورها المنوط بها والمتمثل في:

- المساهمة الفعالة في التربية الشاملة عن طريق النشاط الحركي الذي يمنح للتلميذ معايشة حالات متنوعة واقعية ومحسدة، تستلزم وتستدعي تجنيد طاقاته الكامنة، لتتبلور بعد ذلك وتساهم في استقلالته و تصرفاته، عن طريق اكتساب ميكانيزمات التكيف الذاتي ضمن تعلمات ذات أبعاد تربوية تسعى من خلالها تنمية كفاءات تؤهله لمواجهة الحياة.
- المواجهة المستمرة لقواعد الحركة وأنظمة الأنشطة البدنية والرياضية بمختلف أشكالها، بحيث تستوجب تعديل مجهوداته وتوزيعها وتكييفها في الزمان والمكان، وحسب كل وضعية أو موقف تعليمي يفيد (جونانان دوهرتي وريتشارد بايلي، 2005، صفحة 20).
- و بالتالي تتضح أهميتها أيضا باعتبارها مادة أساسية في المنهج الدراسي المعتمد، وتقر إدارة التربية والتشغيل، على أن التربية البدنية والرياضية تنمي القدرات التنافسية البدنية والثقة لدى التلاميذ، كما تنمي قدرتهم على استخدامها في أداء عدد من الأنشطة، كما تعزز المهارات البدنية ونمو الجسم والمعرفة به في وضع الحركة واكتشاف التلاميذ لقدراتهم ورغباتهم ويختارون النشاط البدني الذي سوف يمارسونه طوال الحياة (اللجنة الوطنية للمناهج، 2005، صفحة 96). أي أن التربية البدنية والرياضية تهيأ الفرد لتحقيق مسار ايجابي في الحياة.

8- الاسس العلمية للتربية البدنية:

يتساءل من العديد من الطلاب الدراسيين بمعهد التربية البدنية والرياضية حول الأهمية والقيمة الأكاديمية لهذا الكم الهائل من المعلومات في علوم التربية البدنية، ويتحدثون كثيرا بان بعد تخرجهم لا يستخدمون هذه المعلومات بل تدخل في عالم النسيان، حيث تستند التربية البدنية والرياضية في وضع برامجها على قاعدة علمية ثابتة: بيولوجيا، نفسيا، حركيا واجتماعيا. وتتناول هذه الأسس مستخدمين في ذلك الخطوط العامة والعريضة التي وضعها "تشارلز" في مؤلفه القيم (اسس التربية البدنية) وهي الاسس البيولوجية والاجتماعية للتربية البدنية والرياضية.

8-1. الاسس البيولوجية للتربية البدنية الرياضية:

ان جسم الانسان ذو ديناميكية معقدة جدا ولا بد ان يكون هذا التركيب مألوما لكل مربي ولذلك يدرس الطالب التربية البدنية و الرياضية جسم الرياضي بالتفاصيل خلال فترة اعداده ليكون قادرا على اعطاء تفسيريا علميا لطبيعة عمل العضلات اثناء كل تمرين وكذا كل ما يتصل بها من اجهزة تمددها بالوقود مثل اجهزة الدوري التنفسي والجهاز العظمي التي تعمل اجزائه كروافع تقوم بما العضلات.

8-2. الاسس النفسية للتربية البدنية والرياضية:

لما كانت التربية البدنية والرياضية تحتل منزلة كبيرة في حياة المجتمعات الحديثة فان ذلك لا يؤثر على النمو والاعداد البدني واكن ذلك يمتد ويشمل الصفات الخلقية والإدارية وانواع رياضات عديدة متنوعة لكنها تتطلب الاشتراك في المباريات وكذلك الانضمام في عمليات التدريب لنوع النشاط الممارس واعداد طرق تدريب لهذه الانشطة ذات فعالية لا يتحقق بدون دراسة وتشخيص خصائص وطبيعة النشاط البدني الرياضي من ناحية اخرى وبجانب ذلك فان معرفة الاسس النفسية يمكن ان تعطي تحليل لاهم نواحي النشاط البدني والرياضي ويساهم في التحليل الدقيق للعمليات النفسية المرتبطة بالنشاط الحركي وكذلك اعداد طرق للتعليم والتدريب الرياضي لكافة الانشطة (الشاطي، 1992، صفحة 29)

8-3. الاسس الاجتماعية للتربية البدنية والرياضية:

علم الاجتماع هو العلم الذي يهتم بدراسة الناس وجمعاتهم، انشطتهم وهويتهم بصفة خاصة بأصل المجتمع ونشاته من نظم، مل الدين والاسرة، والتعليم والترويح كذلك يهتم علم الاجتماع بتسمية حياة اجتماعية افضل تتميز بالخير والسعادة والتسامح والمساوة وتستطيع التربية البدنية والرياضية ان تلعب دورا هاما في تحسين اسلوب الحياة اليومية والديمقراطية حيث تعتبر مادة علمية اذ تساعد الفرد على التكيف مع الجماعة فيها اللعب الا احد المظاهر التالف الاجتماعي وعن طريقه يمكن ان تزداد الاخوة والصدقة بين الطلبة.

ان التربية البدنية تنمي العلاقات الانسانية السليمة المتفقة مع السن، وكما ذكرنا سابقا بماله من اوجه نشاط متعددة تستطيع تنمية الصفات الاجتماعية لتحقيق المصالح الشخصية وفي نفس الوقت تؤكد الخصائص الضرورية للحياة الاجتماعية (بسيون، 1992، صفحة 29)

ان التربية البدنية والرياضية ليست فقط وسيلة للمحافظة على الصحة ورفع المستويات الرياضية بل هي حاجة وضرورة لجميع المواطنين على هذا الاساس يجب على الاستاذ ان يفرض ان عمله ذا قيمة عالية ومسؤولية معتبرة.

تعتمد برامج التربية البدنية والرياضية على الانشطة الحركية والبدنية الرياضية الفردية والجماعية وهي ما يميزه عن غيره من حيث طبيعة المادة والحصيلة التي يمكن انجازها وتحقيقها بشكل اكبر.

ولقد تغيرت اهداف التربية البدنية منذ العصور القديمة الى وقتنا هذا ونفقا للتغيرات التي حدثت للعوامل الثقافية والاقتصادية (المدلاوي، 1990، صفحة 10)

9- مهام التربية البدنية والرياضية:

9-1. المهمة الاقتصادية:

تعتبر التربية البدنية والرياضية بمثابة استثمار غير مباشر حيث تعمل على جعل جملة الانتاج تدور بمعدلات اكبر وفق موارد بشرية لائقة بدنيا وصحيا حيث تكون او تنتج الكفاية الانتاجية (خلفوني، 2000، صفحة 124)

9-2. المهمة الاجتماعية:

تقوم الملاعب والبرامج الرياضية سواء في المدارس او غيرها من المؤسسات المجتمع فرصا للتببع على مقدرات ومعايير المجتمع حيث توزيع الادوار ولعبها والتنسيق فيما بينها من خلال قواعد اللعب منضبطة الامر الذي يكاد يجعلها تشبه بملعب المجتمع مصغر تربوي وتمهيدي للمجتمع الام وهو المفهوم الذي تناوله " ادريان " فيما اطلق عليه "التكيف القبلي" (خلفوني، 2000، صفحة 125)

9-3. المهمة السياسية:

يعتبر الشباب امل المجتمع واداته في تحقيق التقدم والازدهار من خلال برامج التنمية والتطلع، فالشباب على المستوى البيولوجي من افضل المراحل عموما طاقة ونشاطا في حياة الانسان ولهذا فقد عمدت عدة دول متقدمة الى رعاية الشباب من خلال اجهزة التوجيه الثقافي او السياسي التي اصبحت مرتبطة بالنشاط البدني والرياضي.

9-4. المهمة الصحية:

تتمثل الوظيفة الصحية للرياضة البدنية في اكتساب الفرد والصحة اذ تساهم في التنمية اعضاء الجسم وقيامها بوظائفها على اكمل وجه وتعمل على اكتساب الفرد القدرات والمهارات الحركية: القوة، السرعة، التحمل، المرونة، الرشاقة، والتوازن كما يكتسب الفرد اللياقة البدنية.

10- حصة التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي:

10-1. مفهوم حصة التربية البدنية والرياضية:

إن الحصة هي "الشكل الأساسي الذي تتم فيه عملية التربية والتعليم في المدرسة".

وحصة التربية البدنية والرياضية ينطبق عليها نفس المفهوم، وذلك من خلال مزاولة الأنشطة الرياضية في المدرسة، وتتميز بعدة خصائص فهي "محددة زمنيا تبعا للقانون المعمول به، كما أنها جزء من وحدة متكاملة وهي المنهاج الذي تؤدي فيه الحصة وظيفة هامة" (ناهد محمود سعد ونيللي رمزي فهم، 2004، صفحة 61). وهي عنصر هام تؤثر بشكل إيجابي أو سلبي على تحقيق الأهداف المسطرة.

وتعرف في المنهاج الرسمي على أنها "الحصة التي يتم فيها تطبيق الهدف الإجرائي للدرس وتستدعي معايير التنفيذ المرتبطة بالسلوك المنتظر الذي يتم تفعيله في وضعيات تعلم مناسبة للهدف الإجرائي في إطار نشاط فردي أو جماعي، يستدعي مهارات حركية وتصرفات مكيفة مناسبة لهذه النشاطات كدعامة للعمل" (اللجنة الوطنية للمناهج، 2003، صفحة 91).

إن هذا التعريف يتضمن مختلف المتغيرات المؤثرة بشكل أساسي في عملية التعلم خلال حصة التربية البدنية والرياضية، والتي تستعمل بشكل تكاملي في سبيل تحقيق هدف الدرس.

فدرس التربية البدنية والرياضية هو اللبنة الأساسية أو الوحدة المصغرة التي تبنى وتحقق بتتابع واتساق محتوى المنهاج، وتنفيذ درس التربية البدنية من أهم واجبات المدرس، فلكل درس أغراضه التعليمية من المنظور السلوكي (حركي، معرفي، وجداني) وتتكون الوحدة التعليمية من عدد من دروس التربية البدنية.

10-2. تقسيم حصة التربية البدنية والرياضية:

هناك تقسيم عام متفق عليه وهو أن الحصة تنقسم بشكل عام إلى جزء تمهيدي، جزء رئيسي وجزء ختامي.

- الجزء التمهيدي: ويشتمل على الإجراءات التنظيمية والإدارية والإحماء.
 - الجزء الرئيسي: ويشتمل على النشاط التعليمي والتطبيقي لأغراض الدرس.
 - الجزء الختامي: ويشتمل على التهدئة والعودة إلى الفصل (أمين أنور الخولي وجمال الدين الشافعي، 2000، صفحة 33).
- إن هذا التقسيم لا يعني استقلال كل جزء بشكل خاص عن سابقه، فالإحماء لا بد أن يرتبط بمضمون الجزء الرئيسي، أي أن يركز على إحماء العضلات والمفاصل التي سيتم التركيز عليها لتحمل أحمال عالية في الجزء

الرئيسي، كما أن الجزء الختامي وأنواع النشاطات التي يتم القيام بها تتوقف على كمية ونوع الحمل في الفترة الرئيسية.

10-3. درس التربية البدنية والرياضة في الطور الثانوي:

إن تحديد أهداف أي مادة تعليمية يكون انطلاقاً من خصائص المرحلة السنوية الموافقة لها فتلاميذ المرحلة الابتدائية يختلفون عن تلاميذ المرحلة الثانوية، وعن طلاب الجامعة وغيرهم، فدراسة مظاهر النمو لأي مرحلة يساعد على تحديد طرق وأساليب التعامل معها.

10-4. واجبات المدرس تجاه التلميذ المراهق في هذه المرحلة:

يجب عليه مراعاة ما يلي:

- فصل الجنسين لوجود اختلافات كبيرة في النضج الاجتماعي والجسماني والميول.
- الحث على العناية بالغذاء الذي يقدم للتلميذ من حيث الكم والنوع.
- مراعاة عدم الاختلال بين فترات الراحة والعمل للتلاميذ في تلك المرحلة.
- الاهتمام بالأوضاع السليمة للتلميذ من حيث المشي والجلوس والوقوف.
- توفير الفرص المختلفة أمام التلميذ من أجل إظهار ميوله واستعداداته.
- توجيه التلميذ بحذر حيث أنه يحتاج إلى معاملة خاصة، لأنه يشعر بأنه رجل على درجة كبيرة من النضج (زغلول، 2002، صفحة 59، 60).

فمراعاة هذه المبادئ يمكن كسب ثقة المراهق وتحويل تلك الاضطرابات والطاقة الزائدة لأوجه النشاط

الرياضي المفيد.

10-5. أهداف حصة التربية البدنية والرياضية في المرحلة الثانوية:

10-5-1. تقسيم الأهداف في حصة التربية البدنية والرياضية:

إن هذا التقسيم تطور مع تطور مفهوم التربية البدنية والرياضية من خلال نظرية "وحدة الفرد" وهي النظر إلى الإنسان على أنه وحدة واحدة (بدنية، نفسية عقلية واجتماعية) (شرف، 2000، صفحة 25).

وهو ما ذهب إليه "بلوم" في تصنيفه للأهداف، والذي يعتبر من أشهر التصنيفات، وقد اتفق الكثير من

علماء التربية وعلم النفس والتربية الرياضية على هذا التصنيف، والذي يتألف من ثلاثة مجالات رئيسية:

- **المجال المعرفي (الإدراكي):** وهذا المجال يهتم بالنمو العقلي وتنمية مهارات التفكير، ويقسم إلى ستة مستويات (الحفظ والتذكر، الفهم والاستيعاب، التطبيق، التحليل، التركيب والتقويم).
- **المجال الوجداني (الانفعالي):** وهذا المجال يهتم بالمشاعر والانفعالات وينقسم إلى المستويات التالية (الاستقبال، الاستجابة، التقدير، تنظيم القيم وأخيراً تمثيل هذه القيم وتجسيدها)
- **المجال النفس حركي:** وهو عبارة عن مجموعة المهارات المكتسبة عبر عدة خطوات كما يلي: (المحاكاة، التناول والمعالجة، الدقة، الترابط، الإبداع) (زغلول، 2001، صفحة 37). فتقسيم بلوم هذا يتفق مع أغلب التقسيمات، وهو المعمول به كونه يربط بين مختلف نواحي وجوانب الشخصية.

10-6. المبادئ الأساسية لإنجاز حصة تعليمية:

وهي مختلف الأسس التي يجب مراعاته لنجاح الحصة وهي كما يلي:

- تكون مشتقة من الوحدة التعليمية، وتستجيب لهدف تعليمي ينجزه الأستاذ.
- تستدعي سلوكيات التلاميذ الخاضعة للملاحظة والتقييم
- تستدعي تصرفات تربوية من طرف الأستاذ.
- استعمال وسائل عمل حسب الإمكانيات المتاحة تناسب وطبيعة التعلم.
- المزج بين المهارات الفنية الرياضية والسلوكيات المراد تحقيقها في إطار تنمية الكفاءة المنتظرة.
- تستجيب لظروف الإنجاز المطابقة لحقيقة الميدان وخصائص النشاط، ومؤشرات الكفاءة المنتظرة.
- تستدعي العمل النشط والحيوي والمشاركة الفعلية للتلميذ.
- تستجيب لرغبة التكامل وخدمة المواد التعليمية الأخرى، وتساعد على التطلع والاكتشاف والتجربة (اللجنة الوطنية للمناهج، 2005، صفحة 140).

بالإضافة إلى المبادئ المذكورة، يجب الأخذ بعين الاعتبار طبيعة وخصائص التلاميذ الذين سوف يتم تعليمهم، وفقاً لمبدأ مراعاة الفروق الفردية.

10-7. أهداف الأنشطة الرياضية المقدمة في حصة التربية البدنية والرياضية:

➤ الأنشطة الجماعية:

- التعلم عن طريق الأنشطة الجماعية يهدف إلى تنمية المعاشية الجماعية، بحثاً عن تدعيم قدرات الاتصال والتكيف الجماعي، التوازن، احترام الغير... الخ.

- تجد هذه القدرات مداها في مختلف مستويات الكفاءة المصاغة والمترجمة في المشروع البيداغوجي، عن طريق أهداف تماشى والصفات الحميدة المراد غرسها وتنميتها لدى التلميذ، والمتمثلة في لعب أدوار إيجابية ونشطة ضمن الجماعة التي ينتمي إليها.

➤ الأنشطة الفردية:

تساهم في تنمية الاستقلالية لدى التلميذ (التسيير الذاتي) وشعوره بروح المسؤولية، وأخذ المعلومات اللازمة للقيام بمهام مسندة إليه.

كما تسمح هذه النشاطات بتنمية قدرات التنقل الصحيح في فضاءات مميزة، وقدرة تنسيق الحركات البسيطة والشبه معقدة وربطها في الزمان والمكان، والتمكن من تقديرها كمنتج صحيح وهادف (اللجنة الوطنية للمناهج، 2005، صفحة 107).

8-10. دور حصة التربية البدنية والرياضية في الحد من التقلبات السلوكية للمراهق:

تلعب حصة التربية البدنية والرياضية دورا هاما في التقليل من السلوكيات الغير مرغوب فيها والصادرة من التلميذ في مرحلة المراهقة، هذا بفضل حنكة الأستاذ وأساليب تعامله معه من خلال:

- توفير مجموعة كبيرة من الألعاب والرياضات في البرنامج الدراسي.
- توفير الوقت العملي الكافي لتحسين الأداء المهاري.
- استغلال حب التلاميذ للأبطال المشهورين في تحسين الأداء المهاري.
- استخدام أساليب التدريس الحديثة (حل المشكلات، الوسائط المتعددة...)
- العناية بالفروق الفردية. (زغلول، 2002، صفحة 60).
- إعطاء أهمية لكل ما يقوم به التلميذ المراهق من نشاط.
- توقع ظهور سلوكيات غير طبيعية كونها عفوية من أثر اللعب.
- العمل على إدماج التلاميذ المنعزلين عن الفوج أو جماعة العمل.
- تجنب الإرهاق والعمل الممل الخالي من المتعة والمنفعة.
- إعطاء الأولوية للعمل النوعي قبل العمل الكمي.
- السهر على غرس روح الاجتهاد والمثابرة والتمسك بالأخلاق الحسنة.

إن ما يصدر من سلوكات من طرف المراهق، سواء كانت إيجابية أو سلبية فهي ناتجة من مختلف المؤثرات النفسية والنفسية، وكذلك المثيرات الخارجية المحيطة بعملية التعلم.

خلاصة

تلعب التربية البدنية والرياضية دورا كبيرا وفعالا في تكوين شخصية التلميذ المراهق في المرحلة الثانوية، خاصة وأنها المادة الوحيدة التي تنمي الجوانب المختلفة لشخصيته سواء على المستوى البدني، الذهني النفسي أو الاجتماعي، وبالتالي وجب على أستاذ التربية البدنية والرياضية التخطيط الجيد للدرس ليضمن تحقيق أهدافه في ظل إحساس التلاميذ بالمتعة والرغبة خلال الممارسة.

الفصل الثاني:

المتطلبات المهارية للكرة الطائرة

29	تمهيد
30	تاريخ ونشأة الكرة الطائرة:.....
31	خصائص لعبة الكرة الطائرة:.....
31	المهارات الاساسية في لعبة الكرة الطائرة
34	3-1- مهارة الإرسال:.....
36	3-2- مهارة التمير من امام الراس الى الامام :.....
37	3-3. مهارة الاستقبال :.....
39	3-3-2. اللاعب الحر ودوره في استقبال الارسال :.....
40	3-3-3. استقبال الإرسال:.....
42	3-4-. مهارة الضرب الساحق المواجه :.....
43	3-5. مهارة الصد:.....
44	3-6. مهارة الدفاع عن الملعب:.....
46	4- مفهوم التعلم:.....
47	5- الأسس التي تبني عليها الوحدات التعليمية:.....

تمهيد :

لعبة الكرة الطائرة من الألعاب الرياضية التي شهدت تطوراً ، إذ أصبحت في العديد من دول العالم تحتل المراتب الأولى من حيث ممارستها واجتذاب عدد كبير من اللاعبين والمشاهدين لها، وذلك لما تمتاز به من إيقاعات سريعة ومتابعة وتبادلات مستمرة بين المهارات الهجومية والدفاعية لما تحويه هذه من طابع يتسم بدقة الأداء الفني وسرعته ، وسنتناول في هذا الفصل خصائص هذه المرحلة ومميزاتها وكذا علاقتها بالثانوية.

1- تاريخ ونشأة الكرة الطائرة:

فكرة طيران الكرة في الهواء وإعادتها هي لعبة قديمة جدا أي منذ 3000 سنة تقريبا قبل الميلاد وهو تدل عليها الآثار الموجودة في مقابر الفراعنة، وهناك صور أخرى قديمة في أمريكا واندونيسيا تشير إلى قذف الكرة ولقفها من جانب إلى آخر وذلك منذ حوالي 2000 سنة، أما في اليابان قديما فقد كانت محاولات لعب الكرة تدور حول قذف الكرة نحو هدف وهناك معلومات وتقارير نظرية تشير إلى انه في البرازيل وفي شمال أمريكا كانت محاولات لعب الكرة تقام بين فريقين كل منهما يحاول الحصول على الكرة ويرميها لفريقه.

أما حديثا فيقال أن الشعب الإيطالي عرف لعبة تشبه الكرة الطائرة خلال العصور الوسطى ثم انتقلت إلى ألمانيا عام 1893م وكانت تسمى "فوست بول" ذلك بالرغم من أن التاريخ الرياضي يعتبر الكرة الطائرة من الألعاب الحديثة التي جاءت عن طريق البحث عن طريقة جديدة لقضاء أوقات الفراغ (زينب فهمي عبد الله المعط 1994)

ويرجع منشأ الكرة الطائرة إلى "ويليام مورغان" مدرس التربية البدنية والمدير السابق لجمعية الشبان المسيحية ببوليود بولاية "ماسا شوسني" وقد أطلق عليها اسم "المينونيت" وقد شاهد هذه اللعبة "د. هالستيد"، حيث اقترح تغيير اسمها إلى الكرة الطائرة، نظرا لأن الفكرة الرئيسية للعبة هي طيران الكرة عاليا وخلفا، وأماما لعبور الشبكة وكان

هذا عام 1895م، وقد استعمل "ويليام مورغان" شبكة التنس وثبتها على ارتفاع 6 أقدام من الأرض (1.84 سم).

وقد انتشرت لعبة الكرة الطائرة في العالم أجمع منذ ذلك الوقت، ومما ساعد على انتشارها بين الشباب هو رغبتهم في إيجاد ألعاب صيفية مناسبة كالألعاب الشتوية يستطيعون ممارستها، وانتشرت الكرة الطائرة على المستوى العالمي سنة 1900م، عندما أصبحت كندا تتبنى هذه اللعبة، وفي نفس العام انتقلت إلى الهند ثم القبلين والبيرو عام 1910م ثم انتقلت إلى إنجلترا عام 1914م وقد دخلت الكرة الطائرة إلى أوروبا عن طريق الجيش الأمريكي أثناء الحرب العالمية الأولى، وبعد انتهاء الحرب انتشرت اللعبة في يوغسلافيا سنة 1918م وفي تشيكوسلوفاكيا وبولندا سنة 1919م وفي إفريقيا 1923م (طه، 1999، صفحة 11)

2- خصائص لعبة الكرة الطائرة:

- يعتبر ملعب الكرة الطائرة أصغر ملعب في الألعاب الجماعية.
- يعتبر ملعب الكرة الطائرة أكبر هدف في الألعاب الجماعية يمكن التصويب عليه.
- اللعبة الجماعية الوحيدة التي تمس الكرة الأرض.
- يمكن إعادة الكرة الطائرة ولعبها حتى ولو خرجت خارج الملعب.
- يمكن للاعب أن يلعب في جميع المراكز الأمامية والخلفية ما عدا اللاعب الحر (الليبرو) فهو يلعب في المراكز الخلفية فقط.
- لكل فريق ملعب خاص به حيث لا يمكن للفريق دخول ملعب الفريق المنافس.
- لعبة الكرة الطائرة ليس لها وقت محدد (خطائية، 2002، صفحة 59).
- حتمية أداء ضربة الإرسال لجميع أفراد الفريق.
- تتميز بعدم وجود احتكاك جسماني أثناء الأداء.
- كل شوط مستقل بذاته.
- سهولة التكاليف.
- لا بد أن تنتهي المباراة بفوز أحد الفريقين.
- لا يمكن التقدم بالكرة للأمام حيث أنها لا تمسك ولا تحمل.
- لا يوجد بها تسليم وتسلم (طه، 1999، صفحة ص16).

3- المهارات الأساسية في لعبة الكرة الطائرة

تمثل المهارات الأساسية في لعبة الكرة الطائرة مجموعة من الحركات الهادفة سواء كانت هذه الحركات بسيطة (مفردة) أو مركبة (فريقية) ، نحتاج الى ادائها في جميع المواقف التي تتطلبها اللعبة تقريبا .

اذ ان الغرض الاساسي من اداء الحركات هو الوصول الى افضل النتائج مع الاقتصاد التام في المجهود لذلك يجب ان يجيدها لاعب الكرة الطائرة اجادة تامة ، اذ عن طريقها وبالتعاون مع جميع افراد الفريق يمكن تنفيذ الخطط الفنية الموضوعية سواء كانت للدفاع او الهجوم والتي تهدف في النهاية الى تحقيق الفوز . (حسن، 66، 2001-67)

وينبغي ان يؤدي جميع اللاعبين المهارات الأساسية كلها على مستوى متكافئ حتى يتمكن كل لاعب من تنفيذ المهام المكلف بها بالملعب كما يجب تحليل المهارات الفنية الى خطوات متعددة حتى يسهل تعلمها والحصول على افضل النتائج فمثلا في التدريب على مهارات الضرب الساحق او الارسال من اعلى يجب ان تضرب الكرة في

اعلى نقطة يصل اليها اللاعب وعلى ذلك يكون الغرض الاساسي من تدريبه هو الوصول الى هذه النقطة وبالإضافة الى ذلك مراعاة الظروف المصاحبة لاداء المهارات الاساسية الذي يتطلب الامر من اللاعب القائم بالضرب الساحق وتوجيه الكرة الى مكان خال بالملعب او الى لاعب معين لايجيد الدفاع(الخطيب،32،2000).

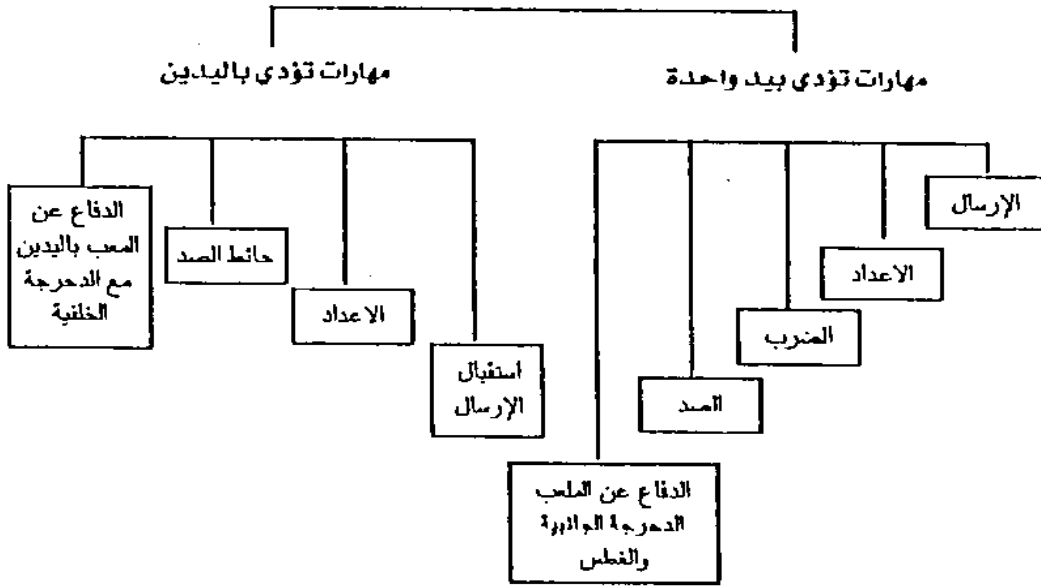
كما ان مقابلة احتياجات قانون اللعبة عنصر هام من عناصر فن الحركة ففي الكرة الطائرة تتباين وتختلف مهاراتها الفنية التي قد ينظر اليها من اول وهلة على انها مهارات سهلة الاداء تعتمد على انتقال الكرة من مكان الى مكان ومن الملعب الى الاخر باطراف الاصابع ، الامر الذي يختلف مع الواقع فالكرة الطائرة لعبة من العاب الكرة ذي طبيعة خاصة فعدم ارتباطها بزمن معين ، وكذلك طريقة التعامل مع الكرة ، فنحن تارة نرى ان هناك الكرة المتعامل معها باطراف الاصابع ، وتارة اخرى نرى هناك كرة مضروبة ومرة نشاهدها كرة (مصدرة)(مصدودة من البلوك) وتارة مضروبة بالرجل ، الامر الذي جعل لهذه اللعبة خصائص معينة ميزتها عن سائر الالعاب . (حسن،68،2001-69).

3-1. اقسام المهارات الاساسية بالكرة الطائرة :

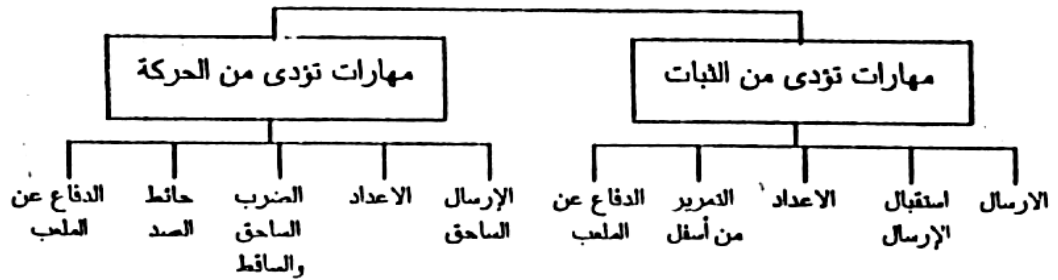
(حسن،2001) تطرق الى مجموعة من التقسيمات او التصنيفات التي تم حصرها من العديد من

المراجع العربية والاجنبية والابحاث العلمية وكما ياتي :

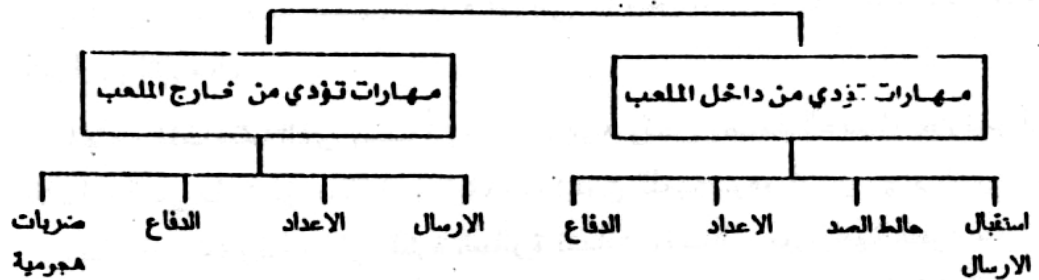
التقسيم الرابع : المهارات الاساسية حسب ارتباطها بشكل عمل اليد



التقسيم الخامس : المهارات الاساسية في الكرة الطائرة حسب الحركة



التقسيم السادس : المهارات الاساسية حسب مكان تنفيذها في الملعب



قسمت المصادر العلمية الوارد ذكرها المهارات الاساسية الى اقسام عامة دون الفصل بين المهارات الهجومية

والدفاعية ، وهي موضحة كما يأتي :

1.التمرير

2.الارسال

3.الاستقبال من الاسفل (الدفاع عن الارسال)

4.الضرب الساحق.

5.حائط الصد.

6. مهارة الدفاع عن الملعب.

3-1- مهارة الإرسال:

3-1-1. تعريف مهارة الإرسال :

الإرسال هو الضربة التي يبدأ بها اللعب في المباراة، ويستأنف عقب انتهاء الشوط، وبعد كل خطأ، وهو عبارة عن جعل الكرة في حالة لعب بواسطة اللاعب الذي يشغل المركز الخلفي الأيمن في الفريق والذي يضرب الكرة باليد مفتوحة أو مقلبة بهدف إرسالها من فوق الشبكة إلى ملعب الفريق المنافس.

3-1-2- أهمية ومميزات الإرسال:

ترجع أهمية الإرسال إلى انه أحد المهارات الأساسية ذات الطابع الهجومي حيث أن الفريق لا يستطيع تحقيق النقاط بدون الاحتفاظ به، فيجب على لاعبي الكرة الطائرة أن يدركوا أن الإرسال ليس مجرد عبور الكرة فوق الشبكة، ولكن يجب على لاعبي الفريق أن يجيدوا أداء الإرسال بطريقة جيدة ودقيقة، ويستطيع الفريق إحراز النقاط من خلال

الإرسال ، وللاعب الإرسال يكون مستقلا في أدائه وبدون تأثير من زملائه أو الفريق المنافس (الخواج، 1999، صفحة 20)

3-1-3 أنواع الإرسال :

نستطيع من خلال التكنيك الصحيح لأداء ضربات الإرسال تصنيفها إلى نوعين رئيسيين:

أ- الإرسال من أسفل:

- الإرسال من أسفل المواجه الأمامي.

- الإرسال من أسفل الجانبي.

- الإرسال من أسفل الجانبي المعكوس (الروسي).

* الأخطاء الشائعة في الإرسال من أسفل:

- ضرب الكرة بأصابع اليد.
- عدم ضرب الكرة بالقوة اللازمة مما يؤدي إلى عدم عبورها الشبكة.
- قذف الكرة بعيدا للأمام حيث لا يستطيع اللاعب من ضربها باليد كاملة.
- عدم نقل الجسم أثناء الأرجحة للخلف على القدم الخلفية، واثنا الضرب على القدم الأمامية.

ب- الإرسال من أعلى:

- الإرسال من أعلى برؤوس الأصابع.
- الإرسال من أعلى المواجه (التنس).
- الإرسال الجانبي الخطائي والجانبي المواجه الخطائي.
- الإرسال المتموج (الأمريكسي) (طه، 1999، صفحة 57).
- قذف الكرة مبكرا قبل أرجحة الذراع خلفا.

* الأخطاء الشائعة في الإرسال من أعلى:

- قذف الكرة بعيدا عن الجسم خلفا أو جانبا مما يؤدي بالمرسل إلى تغيير وضع الامتداد وعدم السيطرة عليها.
- عدم امتداد الجسم والذراع أثناء الضرب.
- عدم الأرجحة الكافية للذراع وعدم الاستفادة من الجذع لزيادة قوة الضرب.
- عدم القدرة على التوقيت بين سرعة الكرة وحركة الضرب.
- مرجحة الذراع بقوة كبيرة لضرب الكرة مما يؤدي إلى خروجها خارج حدود الملعب.
- عدم الدخول إلى الملعب بعد القيام بالإرسال مباشرة، وعدم متابعة الجسم لاستمرارية الحركة.

3-2- مهارة التمير من امام الراس الى الامام :

هو أكثر انواع التمير استعمالا واطمنها لسهولة ادائه ويعد اساسا" لجميع التميريات حيث يتوقف اداء اغلب التميريات للكرة الطائرة على اتقان اداء هذا النوع من التمير من حيث الارتفاع والبعد والاتجاه حتى تكون لدى الاغلبية القدرة على مواجهة كافة الظروف التي يتعرض لها اثناء اللعب .

3-2-1. طريقة الاداء الحركي

تمر هذه المهارة بثلاث اقسام هي :

القسم التحضيرى : يقف اللاعب وقفة الاستعداد اذ يقف اللاعب والقدمان باتساع الحوض واحدة تسبق

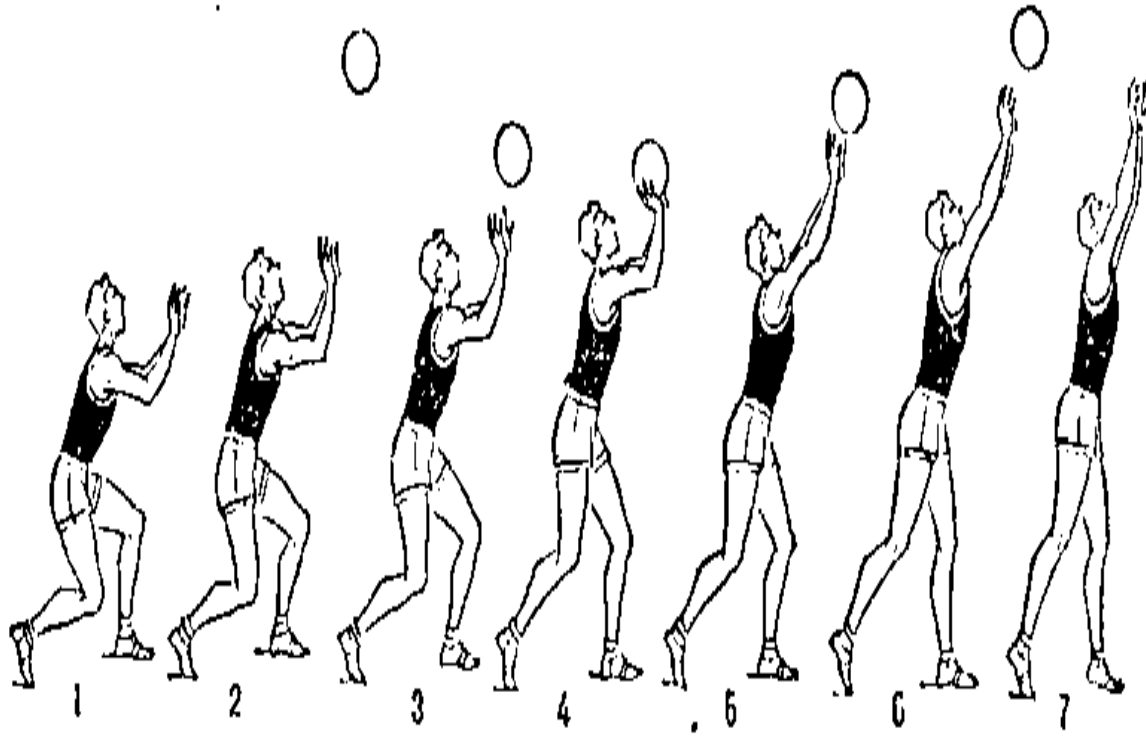
الاحرى ، الركبتان مشنيتان قليلا ، ثقل الجسم موزع على القدمين بالتساوي ، الجذع مائل قليلا للامام ، الرأس عمودي على مستوى الكتفين والنظر في اتجاه خط سير الكرة ، الذراعان مشنيتان قليلا امام الجسم والمرفقان للاسفل وللخارج ويشكل الساعد والعضد زاوية حادة مفتوحتان والاصابع منتشرة وغير متصلبة ومقعرة على شكل الكرة والشكل المرقم (6) يوضح ذلك .

القسم الرئيسى : عند وصول الكرة الى ارتفاع 15-20 سم تقريبا عن مستوى الرأس تتحرك اليدين الى اعلى قليلا

لاستقبال الكرة ، وعند ملامستها سلاميات الاصابع تقوم الذراعان بحركة رجوعية خفيفة تمهيدا لتمريرها في الاتجاه المطلوب فتغطي سلاميات الاصابع النصف الخلفي السفلي للكرة وهما متباعدتان وفي مستوى واحد مع مراعاة المسافة بين الابهام والسبابة وعند لحظة الملامسة يجب ان تكون الاصابع مشدودة وتؤدي التمريرة بمد جميع مفاصل الجسم والعقبين والركبتين والذراعين . بحيث يتناسب فرد اجزاء الجسم مع المسافة والارتفاع والاتجاه المراد تمرير وتوجيه الكرة اليه . وكما يجب استمرار حركة الذراعين خلف الكرة لاعطائها القوة المطلوبة والمناسبة .

القسم الختامى : بعد تنفيذ التمريرة وفرد جميع اجزاء الجسم والذراعين على اللاعب المحافظة على توازنه والتحكم

بالجسم في نهاية الحركة وذلك بنقل الرجل الخلفية للامام واستعدادا " لاستقبال الكرة من الزميل او من الفريق الخصم . (خطايبه ، 103، 1996، 105)



الشكل رقم: 01

يوضح مهارة التمرير من امام الراس الى الامام

3-3. مهارة الاستقبال :

تعد مهارة استقبال الارسال او الدفاع عن الارسال احدى المهارات الاساسية الدفاعية في الكرة الطائرة وقد تطور الاداء الفني لهذه المهارة وحدثت تغييرات جذرية في طريقة الاداء نتيجة تنوع الارسال وازدياد مستوى فاعليته. (السعدي، 24، 1988) وتزداد اهمية مهارة الاستقبال اذا عرفنا بان أي خطأ يمكن ان يحدث اثناء الاستقبال ينتج عنه خسارة الفريق نقطة مباشرة وكذلك ان الدفاع اذا استطاع ان يستقبل الكرة بصورة غير جيدة فان ذلك يؤثر حتما على نوعية الاعداد وبالتالي يؤثر على الضرب الساحق وشدته وقد عرفت الفرق ذات المستوى العالي في لعبة الكرة الطائرة هذه الحقيقة لذلك نرى في البطولات العالمية والدولية والاولمبية دقة التوصيل حتى انه لم تسجل أي اخطاء مباشرة.

3-3-1. طريقة اداء الحركة

تمر هذه المهارة بثلاث اقسام هي :

القسم التحضيري : يتحرك اللاعب في اتجاه الكرة لياخذ وقفة الاستعداد خلف الكرة يقف اللاعب والقدمان

اوسع من الحوض والركبتان مثنيتان قليلا والفخذان مع الساقان يشكلان زاوية قائمة وميل الجذع قليلا
للامام ، الرأس عمودي على الكتفين ، الذراعان ممدودتان للامام وضم الساعدان لبعضهما مع وضع اليد
منقبضة داخل الاخرى ويزداد انثناء الركبتين لاسفل لحظة التاهب لاستلام الكرة .

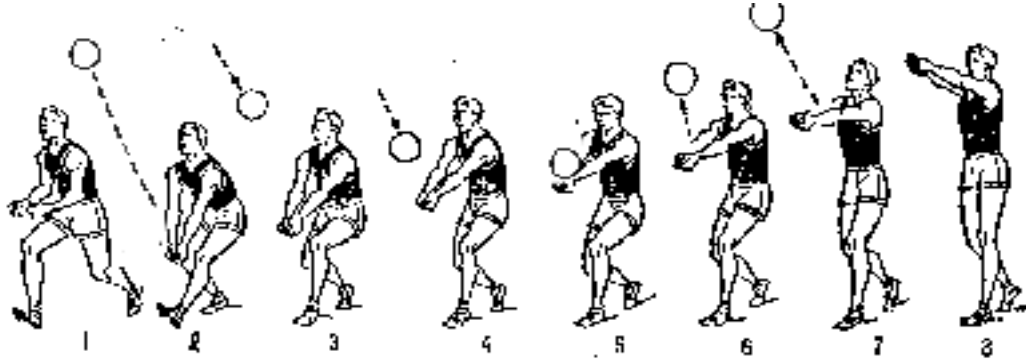
القسم الرئيسي : عند وصول الكرة لملامسة سطح الساعدين (Flat surface) يبدأ اللاعب بفرد اجزاء الجسم

المثنية للاعلى فيبدأ بفرد القدمين فيكون البدء بالقدم الخلفية ثم الساقين (مفصل الركبة) ويتعد مفصل
الفخذ واجزاء العلوي من الجذع للامام وللأعلى . ثم يتحرك الذراعان من مفصل الكتفين مع ثبات
الذراعين مفردتين دون اشتراكهما الفعلي وذلك اثناء فرد الجذع ويعتمد مقدار الزاوية بين الذراعين والجذع
(الجزء العلوي من الجسم) في لحظة استلام الكرة على بعد اللاعب من الشبكة فكلما كان اللاعب قريبا
من الشبكة كلما زاد الذراعان للاعلى وتلعب الكرة باكبر سطح ممكن للساعدين ، ويعتمد فرد اجزاء
الجسم على قوة واتجاه المسافة المراد تمرير وتوجيه الكرة اليها .

القسم الختامي : يستمر اللاعب في فرد جميع اجزاء الجسم الى ان يصل الوقوف على الاصابع والاستعداد لمتابعة

عملية اللعب من جديد والشكل المرقم (7) يوضح طريقة الدفاع عن الارسال .

(خطايبية ، 94، 1996-95)



الشكل رقم 02:

يوضح مهارة الاستقبال من الاسفل

3-3-2. اللاعب الحر ودوره في استقبال الارسال ، 1975، 226، عن

إن من التعديلات التي أدخلت على لعبة الكرة الطائرة هو استخدام مايسمى بنظام اللاعب الحر الذي أعطى
أهمية مضافة إلى مهارة استقبال الإرسال كونها من المهام الرئيسية لهذا اللاعب الذي سمح له القانون باللعب في
المراكز الخلفية حصراً لدعم المهارات الدفاعية بصورة رئيسية وقد كان تبرير الاتحاد الدولي بإدخال هذا النظام هو

لزيادة القدرة الدفاعية للفرق أولاً ثم إتاحة الفرصة للاعبين المتوسطين القادمة للاشتراك في اللعبة بعد أن أصبحت لعبة النخبة من اللاعبين طوال القامة .

ويتضمن هذا النظام السماح بإدخال لاعب واحد ضمن تشكيلات الفريق للعب ضمن المنطقة الخلفية حصراً ويقوم هذا اللاعب بصورة رئيسية بالمهام الدفاعية التي ينحصر بمهارة استقبال الإرسال والدفاع عن اللعب وكذلك الإعداد بصورة محدودة فإذا كان (التمرير بالأصابع) من الخط الأمامي فلا يجوز . وكذلك على اللاعب الحر إن يرتدي فانيلة بلون مغاير لبقية الفريق .

لايجوز للاعب الحر إكمال الضربة الهجومية من أي مكان (بما في ذلك ساحة اللعب والمنطقة الحرة) , إن كانت الكرة لحظة التماس أعلى من حافة الشبكة العليا وكذلك لايتحدد اللاعب الحر بالاستبدالات فهي تعد غير منتظمة كما إنها غير محدودة ولكن يجب إن يكون لعب بين كل استبدالين للاعب الحر .

3-3-3. استقبال الإرسال:

أول مبدأ من المبادئ الأساسية في الكرة الطائرة وعليه يتوقف نجاح اللاعب وعلى اللاعب أن يستقبل الكرة من الخصم باستخدام يده وذراعيه استخداماً صحيحاً أي في توافق وانسجام مع جميع مفاصل الجسم لكي يسقطها في المكان المناسب ولكي تؤدي عملية استقبال الإرسال بصورة صحيحة فعلى اللاعب أن يتخذ أوضاع معينة وهناك وضع عام يتخذه اللاعب ومنه يستطيع التحرك بسهولة ويسر إلى جميع الاتجاهات فقد أثبتت التجارب إن الوضع الصحيح لاستقبال الإرسال يتطلب مرانا مستمر لكي يصبح آلياً ويرد فعل مكتسب .

ويمثل استقبال الإرسال قدرة المبادرة على العمل الهجومي بسبب وقوع المنافس بخطأ أي المحافظة على المبادرة الهجومية . إن إجادة اللاعب لمهارة استقبال الإرسال في الكرة الطائرة يرجعه بعض المدربين إلى الناحية النفسية لكن هناك مهمة دفاعية تقع على عاتق اللاعب من خلال استخدام الساعدين لاستقبال الإرسال وهي الدفاع المنخفض (محمد سعد زغلول ومحمد لطفي السيد ، 2001، صفحة ص64) .

3-3-4. وقفة الاستعداد للاستقبال.

١. القدمين متباعدتين باتساع الحوض و الوقوف على الأمشاط.

٢. الركب مثنية بزواوية منفرجة.

٣. الذراعين مفرودة أمام الجسم موازية للركبتين.

٤. الظهر مائل للأمام.



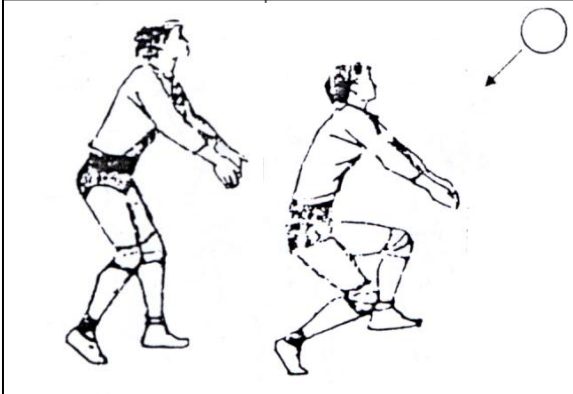
٥. النظر للإمام و على الملعب المقابل.

من وقفة الاستعداد هذه يمكن للطلاب التحرك في اتجاهات الملعب كاملة فهناك تدريبات للتعرف على أبعاد الملعب وإتقان التحركات الجانبية و الأمامية و الخلفية مع مراعاة الجري و المحافظة على وقفة الاستعداد (الجري المنخفض.)

3-3-5. الأهداف المرجوة من هذه التدريبات.

١. إتقان الطالب لوقفة الاستعداد و التعود على أدائها في الملعب.
٢. تعرف الطالب على إبعاد الملعب بشكل جيد و التعرف على مراكز الملعب.
٣. إتقان الطالب للتحركات في مختلف الاتجاهات.
٤. تقوية عضلات الرجلين.
٥. حفظ التوازن من الجري المنخفض.



1 القسم الختامي /	2 القسم الثاني / الداحة	3 القسم الثالث / الداحة
		
<p>مد الساقين الى ان يصل اللاعب على اطراف الاصابع ، التحرك وراء الكرة والدخول للملعب</p>	<p>ملامسة الكرة لظهر الساعدين من الداخل ، تحريك الذراعين من مفصل الكتف وهي ممدودة ، مد أجزاء الجسم المثنية ، سحب الكتف الى الامام ، ضرب الكرة بالساعدين من الداخل .</p>	<p>الاستعداد لاستلام الكرة ، القدمان اوسع من الحوض ، الركبتان مثنيتان قليلا ، الجذع مائل قليلا للامام ، الذراعان متشبكتان امام الجسم، زيادة الانثناء بالركبتين عند التأهب .</p>

الشكل رقم 03 يوضح وقفة الاستعداد لاستقبال الكرة

3-3-6. الأخطاء الشائعة في استقبال الإرسال:

- المرجحة الزائدة للذراعين أماما ولأعلى للعب الكرة مما يؤدي إلى زيادة قوة وسرعة طيران الكرة خارج حدود اللعب.
- عدم تساوي السطح الداخلي للساعدين عند ضرب الكرة مما يؤدي إلى طيرانها جانبا.
- وضع الذراعين بمستوى عالي جدا مما يجعل طيران الكرة عموديا وقصير المسافة.
- ثني اللاعب للمرفقين أثناء ضرب الكرة مما يؤدي إلى طيرانها خلفا.
- ضرب الكرة باليدين وليس على سطح الساعدين مما يؤدي إلى طيرانها لأحد الجانبين.
- عملية امتصاص قوة الكرة على الساعدين كبيرة جدا مما يؤدي إلى طيران الكرة لمسافة قصيرة (الحسن، 1998، صفحة 14).

3-4- مهارة الضرب الساحق المواجه :

يعد هذا النوع من اكثر الانواع تكرر في الملعب مقارنة بالأنواع الأخرى وتؤدي عملية ضرب الكرة في السطح العلوي بحيث تغطي اليد الكرة لتجعلها في حركة دوارنية ويكون اتجاه الضرب في اتجاه الركضة التقريبية ، ويمرّح اللاعب الذراع بكاملها اثناء الضرب وتكون الزاوية بين الساعد والعضد قائمة لاعطاء اكبر قوة للضربة الساحقة ، وفي الغالب يؤدي هذا النوع من الضرب الساحق من مركز (4) و (2) باتجاه الخطوط الجانبية للملعب الفريق المنافس .

3-4-1. طريقة الاداء الحركي

بعد مرحلة الاقتراب والتي تنتهي بخطوتين تمر هذه المهارة بثلاث اقسام هي :

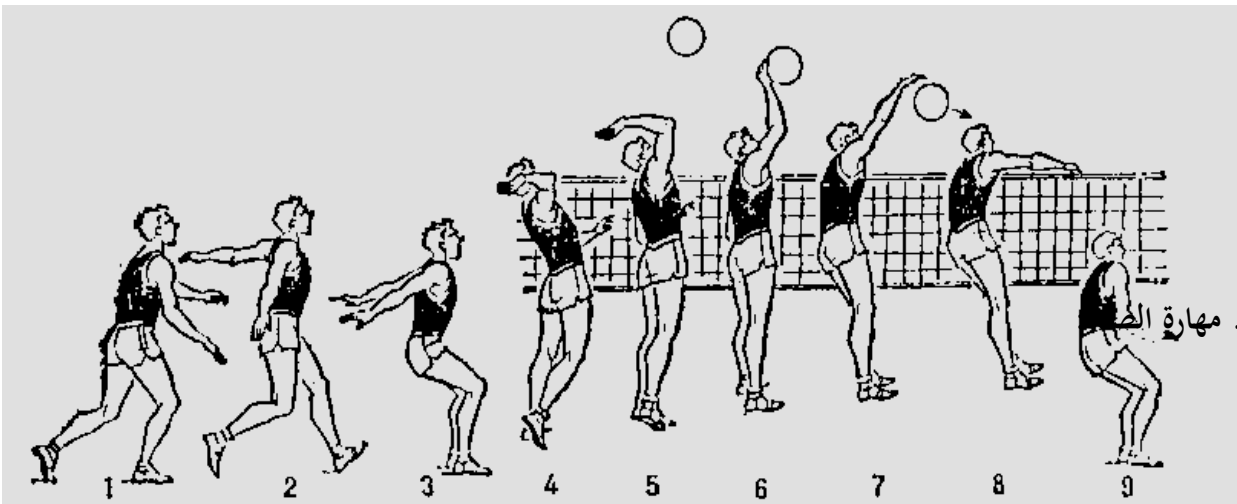
القسم التحضيري : بعد خطوتي الاقتراب يكون مركز ثقل الجسم خلف الكعبين وتكون القدمان مفتوحتين باتساع الحوض وتكون متوازيتين او واحدة تسبق الاخرى قليلا" وتخرج الذراعان من اسفل للخلف والاعلى بقدر الامكان استعدادا لعملية الارتقاء للاعلى لتتحول القوة والسرعة الافقية من الجري الى قوة وسرعة عمودية .

القسم الرئيسي : اثناء نقل الحركة من العقبين الى المشطين تمرّح الذراعان من الخلف لاسفل ثم امام ولاعلى

باقصى قوة بحيث تكون الذراع الضاربة خلف الرأس وتتحرك الذراع الحرة بزاوية قائمة امام الجسم للمحافظة على اتزان الجسم في الهواء، ويحدث لحظة الضرب انقباض لعضلات البطن والكتف والذراع وتنفذ الضربة الساحقة بتغطية اليد للكرة لاسابها حركة دوارنية وتضرب بشدة .

القسم الختامي : بعد انتهاء الضربة تسحب اليد الضاربة لاسفل مباشرة ويهبط اللاعب على القدمين بخفة او

قدم تلي الاخرى والمسافة بينهما باتساع الحوض ومواجهة للشبكة وثني قليل للركبتين لامتصاص شدة الهبوط والجذع مائل قليلا للامام والرأس والنظر للاعلى لاستقبال الكرات المرتدة من حائط الصد والاستعداد للعب مرة ثانية .



3-5. مهارة الضرب

3-5-1. تعريف مهارة الصد :

حائط الصد هو عملية يقوم بها لاعب أو اثنان أو ثلاثة لاعبين من المنطقة الأمامية في مواجهة الشبكة لاعتراض الكرة المضروبة ساحقا من ملعب الفريق المنافس فوق الحافة العليا للشبكة.

3-5-2. أهمية مهارة الصد :

يعتبر الصد من المهارات الأساسية والهامة في عملية الدفاع عن الملعب أمام الضربات المختلفة على الشبكة وهو وسيلة لإحباط عزم الفريق المنافس من خلال منع مهاجميه من ضرب الكرة الساحقة فوق الشبكة.

3-5-3. أنواع حائط الصد:

- الصد الهجومى.

- الصد الدفاعى.

3-5-4. طريقة أداء الصد:

- وقفة الاستعداد.

- الوثب.

- الصد.

- الهبوط.

3-5-5. أشكال حائط الصد:

ينقسم الصد إلى ثلاثة أقسام:

- الصد بلاعب واحد.

- الصد بلاعبين.

- الصد بثلاثة لاعبين.

3-6. مهارة الدفاع عن الملعب:

3-6-1. تعريف مهارة الدفاع عن الملعب :

الدفاع عن الملعب هو استقبال الكرة المضروبة ضربا ساحقا من الفريق المنافس أو المرتدة من حائط الصد وتميرها من أسفل لأعلى بتوجيهها لزميل من الملعب (طه، 1999، صفحة 85).

3-6-2- أهمية الدفاع عن الملعب :

يعتبر الدفاع عن الملعب أحد المهارات الدفاعية المهمة ضد الضربات الساحقة القوية في الجزء الخلفي من الملعب وتغطية حائط الصد، وضربات الخداع وتغطية عملية الهجوم للفريق المنافس، ولهذا فإن الدفاع يتساوى في أهميته مع الهجوم وهو من أصعب المهارات في الكرة الطائرة ، حيث أنها تتطلب مستوى عال من القوة والرشاقة والقدرة على سرعة رد الفعل والتركيز لفترة طويلة، والتحمل والجرأة والشجاعة في استخدام الجسم عند أداء الدرجة والطيران والانزلاق لإنقاذ الكرات البعيدة.

3-6-3 أنواع الدفاع عن الملعب:

- الدفاع باليدين من الوقوف.
- الدفاع بيد واحدة من الوقوف.
- الدفاع باليدين أو بيد واحدة بالسقوط المخرج.
- الدفاع باليدين أو بيد واحدة بالسقوط الغاطس (طه، 1999، صفحة 151).

4- مفهوم التعلم:

يعرفه إبراهيم وجيه محمد بأنه ((العملية الأساسية التي تحدث في حيات الفرد باستمرار نتيجة احتكاكه بالبيئة الخارجية ، و اكتساب أساليب سلوكية تساعده على زيادة التكيف مع البيئة ، و ملائمة نفسه كما تتطلبه (محمد، 1995، صفحة 35).

ويضيف أرنون: ((التعلم هو التغير نسبيا في السلوك يحدث نتيجة الخبرة (أرفوف، 1992، صفحة 144).
-و كما عرفه صالح عبد العزيز((هو التحسن أو التقدم الملا حض على حركات الطفل آدا السلوك الذي يسلكه الفرد بحيث يؤثر في سائر سلوكه فيحسنه و يكون سببا في تقدمه (النجيد، 1989، صفحة 168).

4-1 . طرق التعلم

هناك عدة طرق لتعلم المهارات الحركية المختلفة ، و لكل واحدة منها أساليبها التي يمكن استخدامها في التدريب و بصورة عامة هناك ثلاثة طرق رئيسية هي

4-1-1. الطريقة الجزئية

و هي الطريقة الأكثر شيوعا في تعلم المهارات الصعبة المركبة من بعض الأجزاء المعقدة ، و تناسب خاصة المهارات التي يمكن تقسيمها إلى أجزاء.

و يستعمل الكثيرون من المدربين هذه الطريقة معتمدين على المبدأ القائل : ((لإتقان الكل يجب إتقان الأجزاء، فتعليم الأجزاء يسهل نسبيا في تعليم الحركة ككل.))
ومن خلال هذه التعارف ، نعرف الطريقة الجزئية بأنها الطريقة التي تعتمد على التجزئة كمبدأ أساسي أساسها إدراك جزء التمرين حتى الإتقان ثم الربط بين الأجزاء أداء المهارة و إتقانها دفعة واحدة

4-1-2. الطريقة الكلية

هذه الطريقة لا تتجزأ فيها المهارة بل تعرض و يدركها المتعلم كوحدة غير مجزأة ثم يتدرب عليها كذلك دون تقسيم. و من مميزات هذه الطريقة أنها تساعد المتعلم على إدراك العلاقات بين عناصر المهارات الحركية ، و بخصوص علاقة نوع المهارة و ما يناسبها من الطرق تذكر (عفاف عبد الكريم) ما يلي (يجب أن تعلم المهارات المختلفة بشكل كلي قدر الإمكان لان إبقاء الحركة التي تؤدي في أجزاء لا تتماثل مع إيقاع الحركة الكلية ، فكل جزء من الحركة هو في الحقيقة تمهيد للجزء الموالي وهكذا.

4-2-3. الطريقة المختلطة

من الطبيعي إن الطريقتين الجزئية و الكلية لهما مميزاتهما و عيوبهما و كذلك انه هناك بعض المهارات التي تفضل استخدام الطريقتين الجزئية و الكلية معا حتى تمكن الاستفادة من مزايا كل منهما ، و في نفس الوقت نتفادى عيوب كل طريقة .

و يرى (عباس احمد صالح السمرائي): (أما الطريقة المثلى في التعلم الحركي بحيث يعتبر الطريقة الجزئية و الكلية و ما نسميها المختلطة حلا وسطا للطريقتين) (احمد، 1984، صفحة 43).

- و توضح عفاف عبد الكريم بقولها: (يوحى الكثير من أصحاب الفكر في التعلم بأنه يجب أن يتاح للمتعلم فرصة العمل بالحركة الكلية قبل العمل بالأجزاء و يكون التقدم هنا).

5- الأسس التي تبني عليها الوحدات التعليمية:

تم مراعاة الأسس التالية عند وضع الوحدات التعليمية والمتمثلة فيما يلي:

- الأهداف الإجرائية المصاغة تتناسب مع حاجات التلاميذ .

- اختيار مهارات حركية بسيطة لتنمية مهارات الحركات الأساسية، والتي تتطلب تعليمات قصيرة مع عدم الإطالة في الشرح.

- مراعاة عوامل الأمن والسلامة من خلال اختيار الأنشطة الرياضية التي تستخدم الأدوات الثابتة والأدوات المصنوعة من مواد غير صلبة.

- استخدام الطرق البيداغوجية الملائمة على حسب درجة صعوبة المهارة الحركية.

- استخدام وسائل بيداغوجية مختلفة في الشكل والحجم ومتنوعة في اللون.

- الأخذ بعين الاعتبار العناية بالصحة الجسمية والنفسية .

- استشارة اهتمام التلاميذ لممارسة النشاط الرياضي سواء داخل المؤسسات التربوية أو خارجها .

1-4 . مكونات الوحدات التعليمية:

*الإحماء: و يطلق عليه في بعض الأحيان التسخين أو فترة التهيئة و الذي سعى الباحث من خلاله إلى تهيئة

التلاميذ نفسيا و بدنيا

* الجزء الرئيسي:

يحتوي الجزء الرئيسي على التمارين الرياضية و الألعاب التي تعمل على تحقيق هدف الوحدة التعليمية حيث يتم

البدء بشرح ماهية المهارة المراد تعلمها مع تقديم النموذج من قبل المعلم بحيث يتم اختيار التشكيلات و أساليب

التعليم المناسبة و التدرج في إيصال المعلومة مع تكرارها لتثبيتها.

* الجزء الختامي:

تضمن الجزء الختامي على تمارين الاسترخاء و التهدئة، حيث يهدف إلى العودة إلى الحالة الطبيعية .

خلاصة

تعد الكرة الطائرة من بين الرياضات الجماعية الحديثة النشأة والتي تشغل حيزا كبيرا في الساحة الدولية اليوم، والتي انتشرت في جميع دول العالم بشكل سريع ومن بينها الجزائر التي أسست اتحادية وطنية لهذه اللعبة سنة 1963 وعمدت إلى نشرها في كامل أرجاء الوطن، ولعل طريقة وأسلوب وخصائص وقوانين هذه اللعبة هي التي ساهمت بشكل فعال في ممارسة هذه الرياضة وإلى كثرة الإقبال عليها من جميع الفئات والأجناس، كما تفرعت واخترعت منها رياضات أخرى كالكرة المصغرة والكرة الطائرة الشاطئية، كما تغيرت وتطورت قوانين وطريقة ممارسة هذه الرياضة اليوم مقارنة مع الماضي نتيجة تطور المستوى الفني لها.

تمهيد :

تحدث عدة تغيرات نفسية وعقلية واجتماعية وجسمية للفرد تؤثر عليه بصورة مباشرة و غير مباشرة. وتعتبر هذه المرحلة من أهم مراحل النمو التي تظهر فيها السمات الأولية لشخصية الفرد, ويكتمل فيها النضج البدني ,و الجنسي,و العقلي ,و النفسي وهذا ما تكتسبه من أهمية بالغة في حياة الفرد خاصة في مجال الرياضة نظرا للتفاعل المتبادل بين هذه الأخيرة ومرحلة المراهقة وإيماننا منا بهذا. قمنا في بداية الفصل بشرح الأهمية البالغة لدراسة مختلف مراحل النمو وتطرقنا إلى ما بهمنا في بحثنا هذا من دراسة لمرحلة المراهقة وعلاقتها بالثانوية وكذا بحصة التربية البدنية والرياضية، و توضيح إبعادها الجسمية, و الفيزيولوجية و النفسية , و كذا الحركية.

1- تعريف المراهقة:

* لغة :

- هي من الفعل "راهق" و راهق الغلام أي قارب الحلم أي بلغ حد الرجال فهو مراهق (السبتاني، 1995، صفحة 255).

(السبتاني، 1995، صفحة 156)

- تعني الاقتراب و الدنو من الحلم ، و المراهقة بهذا المعنى : الفتى الذي يدنو من الحلم و معنى المراهقة بالانجليزية (adolescence) و المشتقة من الفعل اللاتيني (adolesceh) و معناها الاقتراب من النضج البدني و الجسمي و العقلي والانفعالي و الاجتماعي ، و المراهقة تقع بين نهاية الطفولة وبداية الرشد بذلك فالمراهق لم يعد طفلا وليس راشد .

اصطلاحا :

- تعرف المراهقة على أنها المرحلة ما بين 12 إلى 20 سنة و هذه التحديدات غير دقيقة لان ظهور المراهقة و مدتها يختلفان حسب الجنس و الظروف البيئية و العوامل الاجتماعية والاقتصادية

- إن المراهقة قد تسبق سن 13 سنة بعامين وقد تتأخر إلى 21 سنة أي ما بين 11 إلى 21 سنة (شرادي، 2000، الصفحات 235-236).

- تعرف المراهقة على أنها فترة الحيات الواقعية بين البلوغ و النضج و تتميز بتغيرات جسمية و نفسية ملحوظة كالحساسية الزائدة و الوقوف على القيم المجردة بحيث يصبح هناك اهتمام بالمظهر والدين (العيسوي، 2002، صفحة 36)

- المراهقة هي مرحلة يمكن تحديدها ببدء نضج الوظائف الجنسية و تنتهي بسن الرشد و إشراف القوى العقلية المختلفة على تمام النضج (الهنداوي، 2002، الصفحات 288-289)

1-1. المراهقة حسب بعض العلماء:

المراهقة حسب كل من "دوبيس" ، "كستيمبورغ" ، "لوهال"

المراهقة حسب دوبيس -debesse-:

يرى "دوبيس" إن المراهقة تعتبر عادة مجموعة من التحولات الجسمية و النفسية التي تحدث بين الطفولة سن الرشد .

كذلك المراهقة مرحلة انتقالية تحدث فيها تغيرات من جانبيين أساسيين هما :

* تغيرات جسمية :

- تتمثل في النضج الفسيولوجي الذي يبلغ ذروته في هذه المرحلة إذ يكتمل نمو الأعضاء الداخلية و الخارجية ، بحكم هذه التغيرات المورفولوجية التي تطرأ على المراهق ، يميل هذا الأخير إلى العزلة و الانطواء .

* **تغيرات نفسية :**

- تتميز بتجديد النشاط الجنسي و نضجه إلى جانب نمو القدرات العقلية كالقدرة على التفكير المنطقي و التجريد و التخيل ، كما تتخيل المراهقة الأزمات و القلق و التوتر ، باعتبارها مرحلة الانبثاق الوجداني و فترة التحولات النفسية العميقة ، التي تؤدي بالمراهق لسعي في هذه المرحلة ، إلى التخلص من رباط التعلق الطفولي بوالديه راغبا في التحرر و تأكيد الذات .

1.1.1. المراهقة حسب كستمبرغ -kestemberg:

بالنسبة لـ "كستمبرغ" المراهقة مرحلة إعادة التنظيم النفسي مهدتها الجنسية الطفيلية ، على المدى الطويل و مختلف الاستثمارات المعقدة التي حدثت في الطفولة و كذلك في مرحلة الكمون. ويرى كستمبرغ أن مرحلة المراهقة ليس عفوية ، ولا منفصلة عن باقي مراحل النمو السابقة بحيث إن هذه الأخيرة تتفاعل خبراتها و على أساسها تبني مرحلة المراهقة ، فما تختلف الطفولة من آثار تعود بوضوح على المراهقة ، إذ يعتبر كستمبرغ المراهقة فترة تعديل لبنة سابقة لئلا و ذلك بسبب التغير الجنسي الذي يتمثل في اكتساب النضج الجنسي مما يرفض على المراهق ضرورة إدماج هذا النضج التطوري في نظام العلائقي اللبيدي (شرادي، 2000، الصفحات 235-236-237).

1-1-2. المراهقة حسب لوهال -lehalle:-

أما "لوهال" فيرى المراهقة هي البحث عن الاستقلالية الاقتصادية و الاندماجية بالمجتمع الذي تتوسطه العائلة، و بهذا تظهر المراهقة كمرحلة انتقالية حاسمة ، تسعى إلى تحقيق الاستقلالية النفسية و التحرر من التبعية الطفولية، الأمر الذي يؤدي إلى تغيرات على المستوى الشخصي لا سيما في علاقته الجدلية بين الأنا و الآخرين. وكذلك يرى "لوهال" أن المراهقة هي مرحلة جديدة لعملية التحرر الذاتي من مختلف أشكال التبعية. إذ تتضمن البحث عن الاستقلال الوجداني و الاجتماعي و الاقتصادي (شرادي، 2000، الصفحات 239-240).

نستخلص من التعاريف السابقة إن المراهقة مرحلة من المراحل النمو تتميز بعدة خصائص أبرزها التغيرات الجسمية و النفسية.

2- مراحل المراهقة:

تعتبر المراهقة مرحلة من المراحل النمو وتقع بين الطفولة و الرشد و يمكن تقسيم مراحلها إلى ثلاث مراحل:

1-2. المراهقة المبكرة (11-14 سنة) :-

تعتبر فترة تقلبات عنيفة و حادة و مصحوبة بتغيرات في مظاهر الجسم ووظائفه مما يؤدي إلى الشعور بالتوازن

كما تظهر اضطرابات انفعالية مصاحبة بتغيرات فيزيولوجية و ضغوط الدوافع الجنسية التي لا يعرف المراهق كيفية كبحها والسيطرة عليها و ترتبط هذه المرحلة بثلاثة مظاهر:

❖ الاهتمام بتفحص الذات و تحليلها و وصف المشاعر الذاتية مثل مذكرات المراهقين.

❖ الميل إلى قضاء أكثر الوقت خارج البيت بعيدا عن أفراد الأسرة و مراقبتهم .

❖ التمرد على التقاليد القائمة و المعايير السائدة (رمضان محمد القذافي ، 1997، الصفحات 353-354).

و تتميز هذه المرحلة بالانفعالات العنيفة و التناقض الانفعالي من حب و كره و شجاعة و خوف.

كما تنعكس حاجة المراهق من المزيد من الحرية في العديد من الأمور فيبدأ برفض جميع أفكار و معتقدات الأهل و

يشعر بالإحراج إن تواجد في مكان واحد مع أهله ، وتبدو هذه

المرحلة في غاية العشوائية بالنسبة للأهل ولكن عليهم التحلي بالصبر و الإصغاء إلى احتياجات أبنائهم و دعمهم

لتطوير شخصياتهم المستقلة والخاصة (الشاذلي، 2001، الصفحات 245-246).

2-2. مرحلة المراهقة المتوسطة (15-17 سنة) :

- يملك المراهق في هذه المرحلة طاقة هائلة و القدرة على العمل و إقامة علاقات متبادلة مع الآخرين إيجاد نوع من

التوازن مع العالم الخارجي دون الاعتماد كثيرا على الغير حيث يزداد الشعور بالاستقلالية (رمضان محمد القذافي ، 1997، الصفحات 353-354).

تقابل هذه المرحلة الثانوية و هنا تتباطأ سرعة النمو الجسمي نسبيا و تزداد الحواس دقة و يقرب الذكاء إلى الاكتمال

و تظل الانفعالات قوية و تتسم بالحماسة. (الشاذلي، 2001، الصفحات ص245-246)

يصبح المراهق أكثر تصادما مع العائلة و يصبر على ما يجلو له و يجرب الكثير من المراهقين الأمور الممنوعة كمصادقة

رفقاء السوء، مخدرات، كحول، كنوع من التحدي للأهل و لفرض رأيهم الخاص .

2-3. المراهقة المتأخرة (18-21 سنة) :

- يسعى المراهق في هذه المرحلة إلى توحيد جهوده من اجل إقامة وحدة متألفة من مجموعة أجزائه و مكوناته، كما

يتميز المراهق في هذه المرحلة بالقوة والشعور بالاستقلال.

حيث يشير العلماء إلى أن هذه المرحلة تعتبر مرحلة تفاعل و توحيد أجزاء الشخصية وتنسيق فيما بينها، بعد أن

أصبحت الأهداف واضحة و القرارات مستقلة.

في نهاية هذه المرحلة يتم النضج الجسمي و يصل الذكاء إلى قممه و يبدأ الاستعداد للحصول على عمل دائم و تكوين أسرة.

و في هذه المرحلة يعود الكثير من المراهقين لطلب النصيحة و الإرشاد من الأهل و هذا التصرف يكون مفاجئ للأهل . إذ يعتقد الكثير منهم أن النزاع و الصراع أمر محتم قد لا ينتهي أبدا و تبقى قيم و تربية الأهل واضحة و ظاهرة في هذه الشخصيات الجديدة إذا أحسن الأهل التصرف في هذه المرحلة (رمضان محمد القذافي ، 1997 ، الصفحات 356 -357) .

3- مظاهر النمو في المراهقة:

3-1. النمو الجسمي:

- تمتاز المراهقة بتغيرات جسمية سرعة و خاصة في السنوات الأولى بسبب زيادة إفراز هرمونات النمو، كما تميزها الحساسية النفسية و ظهور حب الشباب عند البعض فهذا يسبب الإحراج للمراهق لأنه يشوه مظهر وجهه كما أن التفكير أو التأخير في النمو الجسمي و الجنسي له مشكلات نفسية اجتماعية فالنضج المبكر لدى الإناث يسبب لمن الضيق و الحرج أما عند الذكور فينتج عنه الثقة بالنفس و تقدير مرتفع للذات و إن تأخير النضج عند الذكور يجعلهم أكثر نشاط.

مرحلة طفرة في النمو الجسمي طولا و عرضا في أجهزة الجسم الداخلي و الخارجي و قد تبدأ هذه الطفرة عند الأولاد الأصحاء في سن مبكر تصل سن عشرة سنوات و نصف.

يتفوق البنون على البنات في القوة الجسمية حيث تنمو عضلاتهم بشكل أسرع في حين أن البنات يتراكم الدهن حول الحوض و في العضدين و الفخذين و البطن (الهنداوي، 2002، الصفحات 296-295-239).

يؤثر في عملية النمو عاملان : أحدهما داخلي وهو الوراثة ، والثاني خارجي وهو البيئة ولا يمكن فصلهما عن بعضهما والواقع أن أي عيب أو شذوذ في النمو الجسماني للمراهق يعتبر بحق تجربة قاسية له فبعض العيوب الجسمية كحب الشباب أو الاعوجاج في الجسم أو عدم نماء العضلات يقلق المراهق يشعره بنقص كبير عندما يقارن مع زملائه.

3-2. النمو العقلي و المعرفي :

- ينمو الذكاء العام للمراهق و تزداد قدرته على القيام بالكثير من العمليات العقلية العليا كالتفكير و التذكر القائم على الفهم و الاستنتاج و التعلم و التخيل.

تنمو بعض المفاهيم المجردة كالحق و العدالة و الفضيلة حيث يتجه التخيل من المحسوس إلى المجرد كما تنمو لديه الميولات و الاهتمامات و الاتجاهات القائمة على الاستدلال العقلي و يظهر اهتمام المراهق لمستقبله المهني و الدراسي

و تزداد قدرة الانتباه و التركيز، و يميل المرهق إلى التفكير النقدي حيث لا يسلم بالأمر دون دلائل أو حقائق كما تكثر أحلام اليقظة حول المشكلات أو الحاجات حيث يلجأ لها المراهق لا شعوريا لإشباع حاجيات . تتميز هذه المرحلة بمرونة التفكير والقدرة على فحص الحلول البديلة بشكل منظم والجمع بين الحلول الممكنة للتوصل إلى إيجاد قانون عام (رمضان محمد القذافي ، 1997، الصفحات 56-57).

فترة النمو العقلي السريع ، حيث يصبح فيها الفرد قادرا على التفسير والتوافق مع ذاته ومع بيئته وتزداد قدرة المراهق على الانتباه لما حوله لمدة أطول مما كان عليه سابقا ويصبح بإمكانه استيعاب مشكلات معقدة بيسر ، وتصبح لديه قدرة كبيرة على الحفاظ والتذكر وتظهر الفروق الفردية في النمو العقلي واضحا (الهنداوي، 2002، الصفحات - 303).

الميول العقلي للمراهق يبدوا في اهتماماته بأوجه النشاطات المختلفة كالميل للقراءة والاستطلاع الرحلات فهو يحاول التعبير عن ذاته ويحللها وينفذها فيصنف مشاعره الذاتية وخبراته الوجدانية ، حيث يهتم المراهق بما يدور حوله وما يؤثر فيه من أحداث يومية .

3-3. النمو الانفعالي:

المراهقة فترة نمو متزايدة لجميع الطاقات التي يملكها الفرد بما فيها النفسية والانفعالية وتمتاز انفعالاته في هذه المرحلة بالعنف والتهور والإرهاق ولا يستطيع التحكم فيها ويسعى المراهق للاستقلال الانفعالي أو الفطام النفسي والاعتماد. تتميز هذه المرحلة بالحياة والجلل بسبب التغيرات الجسمية . إن الأنماط الانفعالية في مرحلة المراهق هي نفس الأنماط الانفعالية في مرحلة الطفولة ولكنها تختلف من حيث الدرجة والنوع (الهنداوي، 2002، صفحة 300).

ترتبط الانفعالات بتغيرات عضوية دالية يصاحبها مشاعر وجدانية وتغيرات فزيولوجية و كيميائية داخل الجسم ويؤثر العالم الخارجي في هذه الانفعالات فيهمل الكثير منها .

3-3. 1. مظاهر النمو الانفعالي:-

❖ التذبذب في المشاعر وسلوكيات والتوجيهات .

❖ الاندفاعية وركوب الخطر.

❖ سرعة الغضب والانفعال وعدم ضبط العواطف وبذاءة اللسان.

❖ تعجل المراهقة وذلك بفعل الأمور مثل :

- تضخم الصوت .

- الشارب واللحية.

- لبس الأحذية ذات الكعب العالي.

- المبالغة في الزينة.

❖ الرغبة في تأكيد الذات وذلك بعدة أمور منها :

- لبس ملابس متميزة

- التصنع في الكلام والمشى.

- إقحام النفس في مناقشات فوق مستوى المراهق.

- التدخين لإثبات الرجولة و الاستقلالية.

❖ مقاومة السلطة :

- التمرد على الأسرة.

- التمرد على المدرسة.

- الميل للنقد.

3-2. العوامل التي تؤثر في الانفعالات:

التغيرات الجسمية التي تطرأ على المراهق .

نمو القدرات العقلية وتأثيرها على تغير انفعالات المراهق واستجاباته .

التوتر والحرَج الذي يصيب المراهق عند اختلاطه وتعامله مع الجنس الآخر.

نوع العلاقات الأسرية القائمة بين الأبوين والإخوة والأقارب والإخوة فيما بينهما

المظهر الانفعالي الديني في هذه المرحلة يبدو واضحاً إذ تنتاب المراهق الشك والصراع الديني فهو يميل

لمناقشة وتحليل وفهم الأمور والقيم الدينية فهم منطقياً وما يزيد من الانفعالات المراهق شعوره بالإثم والخطيئة نتيجة ما

يرتكبه من أخطاء تتعارض مع القيم الدينية (علي فاتح الهنداوي، 2002، صفحة 303).

3-4. النمو الاجتماعي:

حياة المراهق الاجتماعية مليئة بالصراعات و الغموض و التناقضات فيعيش صراعاً بين آراء أصدقائه وآراء أسرته

وبين الرغبة في الاستقلال عن الوالدين وبين حاجته إلى مساعدتهم وبين رغبته في إشباع الدافع الجنسي وبين القيم

الدينية والاجتماعية وكل هذا يؤدي إلى عيشه متناقضا تظهر في سلوكه وتفكيره بحيث يقول ولا يفعل ويجب و ينفر في نفس الوقت، يتمثل للجماعة ويرغب في السيطرة وتأكيد الذات .

يتجه المراهق إلى الاهتمام بمظهره الشخصي وتوسيع دائرة علاقاته أمام البنات فعادة ما يتجهن إلى الاهتمام بمظهرهن أكثر من الذكور (رمضان محمد القذافي ، 1997 ، صفحة 355).

يسود المراهق في هذه المرحلة مشاعر الحب والود و يهتم بردود أفعال الآخرين اتجاه سلوكه ومشاعره، ويفكر في كيفية تحقيق استقلاله الاقتصادي (جبل، 2001، صفحة 427).

يتميز المراهق بركة المشاعر وسرعة الانفعال والتمركز حول الذات والقابلية للإيحاء و النقد وحب الاطلاع والمعرفة والميل إلى التضحية والبحث عن المثل العليا (الميلادي، 2004، صفحة 56).

النمو الاجتماعي هما محصلة عاملين هما الفرد الإنساني ذاته ثم بيئته المحيطة به وما فيها من مؤثرات ثقافية واجتماعية ، فالمرهق ينفع سلبا وإيجابا مع المجتمع ، ومن أهم أنماط السلوك الاجتماعي في فترة المراهقة التقليد والمحاكاة إذ أنها تنشأ من الشعور بعدم الأمن في المواقف الاجتماعية الجديدة .

3-5. النمو الفسيولوجي:

تحدث مع بداية المراهقة تغيرات كثيرة لوظائف الأعضاء ومن العوامل التي تؤثر في النمو الفسيولوجية نضج الغدد الصماء وزيادة إفرازاتها واهم حدث فسيولوجي يحدث في هذه المرحلة هو البلوغ الجنسي .

❖ تقوم الغدد الصماء بدور كبير إذ تساعد على النمو الأعضاء التناسلية والأعضاء الأخرى التي تكون الصفات الجنسية الثانوية ، كما تؤثر عوامل التغذية والوراثة و البيئة في النمو الفسيولوجية للمراهق (الهنداوي، 2002، صفحة 313).

3-6. النمو الحركي:

- تصبح حركات المراهق أكثر توافقا وانسجاما ويزداد نشاطه قوة ويزداد إتقان الذكور الألعاب الرياضية والإناث للمهارات الحركية ويتفوق البنون على البنات في نمو القوة والمهارات الحركية (الهنداوي، 2002، صفحة 366).

زيادة القوة ونموها تؤدي إلى ارتفاع مستوى القدرة على الحركة وممارسة العديد من النشاطات البدنية والرياضية (رمضان محمد القذافي ، 1997 ، صفحة 354).

يميل النشاط الحركي إلى الاستقرار والرزانة و التأزر التام وتزداد المهارات الحسية الحركية بصفة عامة ، يشير مصطلح اللياقة الحركية للدلالة على الكفاءة في أداء المهارات الحركية الأساسية والمرتبطة بالنشاط الرياضي .

3-7. النمو الحسي :

- لا يحدث إلا تغير طفيف في درجة الإحساس لجميع الحواس وتزداد الحساسية الانفعالية لدى المراهقين نتيجة زيادة الإحساس، فيظهر الخجل واحمرار الوجه، وتغيرات داخلية و خارجية عنده لكنه تبقى ضمن مجموعة الانفعالات العادية.

في مرحلة المراهق تكتمل جميع الحواس وبتالي يصل الإحساس إلى ذروته لأنه مرتبط بالإدراك الذي يصل إلى مستوى عالي في هذه المرحلة.

3-8. النمو الديني :

- مما يعمل على جلب اليقظة الدينية عند المراهق نمو الثقة بالذات و النضج الجنسي و تنمو لديه جميع القوى النفسية و يزداد لديه حب الاستطلاع خاصة فيما يخص الجانب الديني. تحتفظ الأغلبية الساحقة من المراهقين باتجاهات الوالدين الدينية و تدل مناقشات المراهقين و جدلهم الحاد على وجود اليقظة الدينية، و لا شك أن الأخلاق الدينية تنظم سلوك الفرد و الجماعة و تنمي الضمير الفردي و الضمير الاجتماعي (الهنداوي، 2002، صفحة 369).

4- المراهقة في الطور الثانوي :

4-1. خصائص نمو تلاميذ الطور الثانوي:

تعتبر المرحلة الثانوية المرحلة الأولى للمراهقة وتمتد من (15-18 سنة) ومن أهم مظاهر النمو ما يلي:

- النمو السريع غير المنتظم، فنمو العظام يكون أسرع من نمو العضلات.
- تغير الصوت وشكل الحنجرة وزيادة نمو حجم القلب.
- زيادة نشاط بعض الغدد(مثل النخامية والتناسلية)
- تسبق البنات البنين من جهة النمو الجسمي في تلك المرحلة (زغلول، 2002، صفحة 33). إن هذه التغيرات تختلف في درجتها من تلميذ لآخر، إلا أنها في عمومها يمكن ملاحظتها من قبل المدرس، وبالتالي وجب عليه مراعاتها.

4-2. مميزات المراهق في الطور الثانوي :

يمكن ملاحظة أهم سلوكيات التلميذ المراهق في المرحلة الثانوية كما يلي :

لاهتمام بالذات وتفحصها تحليلها .

- ✓ الاضطرابات الانفعالية الحادة والتناقص الانفعالي.
- ✓ البعد عن الأسرة وقضاء أوقات الفراغ خارج المنزل.
- ✓ العصيان والتمرد على الأعراف والتقاليد والمعتقدات الخاصة بالمجتمع.
- ✓ ضغوط الدوافع الجنسية.
- ✓ عدم إتباع نصيح الكبار ومحاولة الابتعاد عنهم.
- ✓ البحث عن الجنس الأخر.
- ✓ النضج الجنسي
- ✓ تظهر لديه الميول المختلفة وكذا نمو خياله واتجاه تفكيره إلى الأشياء المجردة.
- ✓ الميل إلى التفكير الديني، واتجاهه بصفة مستمرة للمناقشة.
- ✓ اعتماده على المنطق أكثر من اعتماده على الذاكرة الآلية.
- ✓ الارتباك في السلوك بسبب نموه الجسمي.
- ✓ التقرب إلى أصدقائه من نفس الجنس.

قد تصحب هذه المرحلة فترة من عدم ثبات نشاط التلميذ، وما يصاحبها من تذبذب في مستوى الطاقة التي يمكن أن تبذل، الأمر الذي يظهر حالات الصداع ونزيف الأنف والعصبية وظهور حب الشباب لبعضهم . (

ناهد محمود سعد ونبيل رمزي فهميم، 2004، صفحة 209)

إن معرفة مميزات وخصائص التلميذ في هذه المرحلة ليس إلا محاولة توجيه اهتمام الأستاذ نحو تكييف التلميذ لهذه الظروف، وتجاوز هذه المرحلة بصفة إيجابية.

4-3. مشاكل المراهق في الطور الثانوي:

*المشاكل الأسرية:

- ❖ نقد الوالدين للمراهق.
- ❖ معاملة المراهق كطفل.
- ❖ استعمال القسوة ضد المراهق.
- ❖ تدخل الوالدين في أمور الشخصية للمراهقة.

*المشاكل المدرسية :

- ❖ عدم الاحترام الأساتذة والعناد معه.
- ❖ السلوك العدواني في التهريج دال القسم.
- ❖ عدم الانتظام في الدراسة.
- ❖ مقاطعة الأستاذ أثناء الشرح.
- ❖ الخوف من الامتحان .

*المشاكل النفسية:

- ❖ الشعور بالقلق والحجل والحساسية تجاه الآخرين.
- ❖ البحث عن الذات والهوية.
- ❖ المعانات من الإحباط والصراعات المتكررة.

*المشاكل الاجتماعية:

- ❖ قلة عدد الأصدقاء.
- ❖ التمرد على معايير المجتمع.
- ❖ اختلاف حاجات المراهق المنافية لقيم المجتمع.

*المشاكل الصحية:

- ❖ الإصابة بالأمراض المزمنة.
- ❖ الإصابة بالصداع.
- ❖ الإصابة بالألم المعدة.

4-4. متطلبات المراهقة في الطور الثانوي:

تعتبر مرحلة المراهقة مرحلة حرجة وقصيرة لدى المراهقين بما فيها من تغيرات التي تطرأ على المراهق خاصة في الطور الثانوي لذا يجب على كل أسرة أن تعتني به وترعاه وتتعامل مع هذه المرحلة بجذر ولعل من متطلبات هذه المرحلة :

- ❖ الحاجة إلى الاحترام.
- ❖ الحاجة إلى إثبات الذات.
- ❖ الحاجة إلى الحب والحنان.
- ❖ الحاجة للمكانة الاجتماعية.
- ❖ الحاجة للتوجيه الايجابي.

شرح مفهوم النشاط الجنسي للمراهق من منطلق الشريعة الإسلامية وأخطاره عن طريق الممارسة غير شرعية والفرق بين نظرة المجتمع الغربي للجنس والمجتمع الإسلامي.

4-5. متطلبات المراهقة من الناحية البدنية :

تختلف أهداف النشاط البدني الرياضي حسب إستراتيجية كل الدول في مجال التعليم لكن هناك عناصر مشتركة سنتطرق إليها ونحصرها في مجموعة من النقاط.

حيث يعطي الدكتور محسن محمد الأهداف في النقاط التالية :

- ❖ العمل على الوقاية الصحية للتلاميذ وتنمية القوام السليم.
- ❖ تنمية الصفات البدنية وفق خصائص التلاميذ ومستوياتهم وأولوياتهم.
- ❖ تعليم وتنمية المهارات الحركية للأنشطة الرياضية الممارسة.
- ❖ التدريب على تطبيق المهارات الفنية والخطوية بالدرس وخارجه.
- ❖ رعاية النمو النفسي لتلاميذ المرحلة في ضوء السمات النفسية لهم.
- ❖ تنمية الجوانب الاجتماعية والخلقية (الروح الرياضية القيادية التبعية الواعية التعاون ،الاحترام)
- ❖ العمل على نشر الثقافة الرياضية المرتبطة بها (صحية تنظيمية تشريحية)

الاهتمام بالجانب الترويحي من خلال الأنشطة الممارسة

4-6. المراهقة وممارسة التربية البدنية والرياضية:

4-6-1. علاقة المراهق بالمدرسة:

يعتبر الطور الثانوي من التعليم منعرجا حاسما في حياة التلميذ، وهذا لما يخفيه من سلوكات و أعمال يؤديها التلميذ في مختلف سنوات هذه المرحلة في التحصيل الدراسي حيث تميل سلوكاته نحو أشياء التي ينجذب إليها بدون شعور أنها بكل بساطة المراهقة وما تخفيه من علاقة مباشرة مع التلميذ هذا نظرا لسنهم الذي يساير أوجه المراهقة وحدثها في التأثير عليهم وللثانوية تأثير كبير في تشكيل مفهوم المراهق عن ذاته، حيث تعتبر مجتمع أكثر اتساعا و أكثر تعقيدا من المجتمع الأسري وهي تترك أثرها على اتجاهات المراهق "عاداته" وأدائه فنجده يتأثر تأثيرا قويا بالخبرات المكتسبة و التي يتعرض لها في الثانوية وتتأثر كذلك بالعلاقات السائدة في هذه المؤسسة هذا إن دل على شيء ما إنما يدل على كوزن المراهق يقضي معظم أوقاته في هذه المؤسسة الاجتماعية. والثانوية تزود المراهق بالخبرات الاجتماعية وتنمي وتصلح مهاراتة المختلفة أو عن طريقها يتلقى التلاميذ قواعد السلوك الاجتماعي و الأخلاقي.

4-6-2. علاقة المراهق بأستاذ التربية البدنية:

إن علاقة أستاذ التربية البدنية تلعب دورا أساسيا في بناء المراهق لدرجة أنه يمكن اعتبارها المفتاح الموصل إلى الموقف التعليمي وفشله، إذ يعتبر التلاميذ مرآة تعكس حال الأستاذ المزاجية، واستعداداته وانفعالاته، فإن هو أظهر روح التفتح للحياة والاستعداد للعمل بكل جد وحزم، فإننا نجد نفس الصفات عند تلاميذه وان كانت غير هذا فإن النتيجة التي يجنيها، الأستاذ تكون حتما سلبية، حيث يميل التلاميذ إلى الانسحاب إلى العدوان أو الانحراف.

إذا فالعلاقة التي تربط الأستاذ وتلاميذه ليست أمرا سهلا و بسيطا كما يتصور البعض إذ أن النجاح أو الفشل لهذه العلاقة مرتبطة ارتباطا وثيقا بمجموعة من العوامل المعقدة ومنه علاقة التلميذ بوالديه المبنية على الاحترام فبال تأكيد تكون كذلك مع أستاذه. وإذا كانت العكس فكذلك، إذن فالعلاقة التي تربط الطرفين، وما يمكن استنتاجه مما سبق أن الحقيقة الثانية للأستاذ الناجح هي أنه قبل كل شيء، إنسان قادر على التأثير بصورة بناءة في حياة تلاميذه، ومن الطبيعي أن يؤدي مثل ذلك الأستاذ دوره في توجيه المسار النهائي للناشئ ويساعده على اكتشاف قدراته العقلية وتحقيقها، ومساعدته على الصعوبات الخاصة بالتكيف، وعلى مواجهة الاتجاهات الشاذة والعادات المدمرة وغيرها من المعوقات التي تعرقل صيرورته ككائن سوي وشخصية نامية (بيوكر، 1964، صفحة 453).

4-6-3. علاقة المراهقة بممارسة النشاط البدني:

إن الإنسان عبارة عن وحدة متكاملة عقلا وجسما ووجدانا فلا نستطيع أن نقوم بتجربة حركية لوحدها بل لابد من عملية تفكير في الأداء الحركي مع الانفعال والتصرف إزاء هذا الموقف ومن هذا المنطلق أصبحت ممارسة النشاط البدني و الرياضي تهدف إلى تنمية النشئ تنمية كاملة من الناحية الصحية الجسمانية والعقلية والاجتماعية والنهوض به إلى المستوى الذي يصبح فيه عنصرا فعالا في مجتمعه ووطنه، وراعت في ذلك مراحل نمو الطفل منذ ولادته، ومتابعة هذا الطفل والاعتناء به خاصة في مرحلة المراهقة، وذلك بوضع برامج معدلة تتماشى مع ميوله ورغباته وانفعالاته وتكوينه الجسماني وإعداده الصحي، وتهدف ممارسة الرياضة إلى أهداف كثيرة منها تنمية الكفاءات البدنية وتنمية الكفاءات العقلية والكفاءات الحركية وتنمية العلاقات الاجتماعية (بيوكر، 1964، صفحة 227)

أي أنها تؤدي إلى تغيرات فيزيولوجية ونفسية، بحيث توفر نوعا من التداوي الفكري والبدني كما تزيدهم المهارات والخبرات الحركية نشاطها ملموس وأكثر رغبة من الحياة، كما أن التربية البدنية تعمل على صقل

المواهب وتحسين القدرات الفكرية وممارستها بصفة دائمة ومنظمة تؤدي إلى ابتعاد التلاميذ عن الكسل وتنتهي الإحساس بالملل والضجر وتملاً فراغ التلاميذ الذي يضيعه في أشياء تافهة. لهذا يجب على مناهج التربية البدنية والرياضية أن تتيح المجال للتلاميذ من أجل تطوير الطاقات البدنية والنفسية وإنما الحركات الرياضية بدلا أن تكون عائقا أمامهم، وهذا لا يأتي إلا بتكليف ساعات حصص التربية البدنية والرياضية داخل الثانوية لا تُخدم وقتا مهما لدى المراهقين، حينما يحس بالملل والقلق.

4-7. وظيفة الثانوية في توجيه المراهقين:

إن طور التعليم الثانوي يعتبر مخرجا حاسما في حياة التلاميذ المراهق، فإذا كان المنزل هو المكان الأول الذي عمل تكوين شخصية المراهق، وتوجيهه توجيهها متكاملان فان المدرسة لها دور كذلك في هذا الصدد حيث المدرس الناجح في الوقت الحاضر لا يعمل فقط على تزويد التلاميذ بالمعارف داخل المؤسسة التعليمية، كما أن على التلميذ المراهق أن يكون ذاته ويشعر بالمسؤولية، كما عليه التفكير بطريقة موضوعية، ايجابية مع أقرانه، لأن مقياس تقدم الشعوب في العصر الحالي مبني على ما توفر هذه الشعوب من فرص تعليمية وتكوينية لشبابها، والتعليم الثانوي بدوره يستمد أهميته من حضارة القرن الجاري.

4-8. إرشادات للقائمين على تربية المراهقين:

- اعطاء المراهق جانبا من الحرية وحمله المسؤوليات التي تتناسب مع استعداداته وقدراته.
- تركه يدلي عن آرائه وعدم الإسراف في إعطائه الأوامر.
- عدم فرض قيود شديدة عليه.
- عدم إحراجه أمام زملائه حتى لا ينفر منك.
- لا تكن قاسيا معه فينفر منك، ولا تكن لينا معه حتى لا يتجاوز حدوده.
- لا تستخدم معه العقاب اللفظي والجسدي حتى لا تولد لديه أزمات نفسية.
- عدم التحيز في المعاملة حتى لا يشعر بالفروق الفردية.
- دعه يصحح أخطائه بنفسه، فالتجربة خير معلم.
- كن متسامحا معه إلى أبعد حد ممكن حتى يشعر بالثقة والأمان .

الخلاصة:

يلاحظ أن المراهق في الثاتوية لهم قابليات هائلة لاكتساب خصائص بدنية ونفسية وحركية، وذلك من خلال التحولات المورفولوجية والوظيفية التي تطرأ على المراهق في هذه المرحلة وتعتبر هذه المرحلة أساسية في تنمية الصفات النفسية الحركية.

في سن (15-18 سنة) المراهقون يكتسبون (90%) من حجم المهارات الحركية خلال كل حياتهم، وبالتالي إذا لم يتم المراقبون باستغلال الطاقات المخزنة في المراهق فان ذلك يصبح صعب المنال في المستقبل. التنشيط البدني والرياضي له مكانه هامة في حيات المراهق ونموه لدوره الهام في تنمية مختلف الأنظمة من اجل نمو متناسق مما يجري إلى الأخذ بعين الاعتبار معرفة مختلف التحولات أثناء الممارسة للنشاط الرياضي وما يتطلبه لجهد بدني ونفساني باستعمال الطريقة التي تلي مختلف رغبات عن طريق اللعب.

الباب الثاني

الدراسة التطبيقية

الفصل الأول

منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

66	تمهيد.....
67	1- الدراسة الاستطلاعية:.....
68	2- الأسس العلمية للاختبارات :.....
70	3- الدراسة الأساسية:.....
70	1-3 المنهج المتبع في الدراسة:.....
70	2-3. المجتمع و عينة البحث:.....
72	3-3- مجالات البحث:.....
73	3-4-متغيرات البحث:.....
73	3-6 - أدوات البحث:.....
73	3-6-1. المراجع والمصادر.....
73	3-6-2. بطارية الإختبارات.....
73	3-7. الوحدات التعليمية المقترحة:.....
76	3-8- الاختبارات المهارية :.....
81	3-9- الأدوات الاحصائية:.....
83	3-10- صعوبات البحث:.....
84	الخاتمة.....

تمهيد:

للقيام بالبحث الميداني يتوجب على الطالبان الباحثان القيام ببعض الإجراءات التي تساهم في ضبط الموضوع، وجعله ذو قيمة علمية، فالبحث الميداني لا يعني القيام باختبارات فقط، وإنما معالجة كل حيشياته من حيث الدراسة الأولية، والأسس العلمية للاختبار، والضبط الإجرائي للمتغيرات، كما أن لمشكل البحث فروض علينا إتباع المنهج التجريبي الذي يساعد على اختيار المشكلة، وتحديدتها، ووضع فرضياتها، ومعرفة العوامل التي تؤثر في موضوع الدراسة .

1- الدراسة الاستطلاعية:

مما لاشك فيه أن ضمان السير الحسن لأي بحث ميداني لا بد على الباحث القيام بدراسة استطلاعية لمعرفة مدى ملائمة ميدان الدراسة لإجراءات البحث الميدانية والتأكد من صلاحية الأداة المستخدمة والصعوبات التي قد تعترض الباحث.

وعليه فقد قمنا بإجراء دراسة استطلاعية بثانوية ديدوش مراد بولاية تيارت (مدينة زمالة الأمير عبد القادر) على 06 تلاميذ من مجتمع البحث و قد تم استبعاد أفراد التجربة الاستطلاعية عن التجربة الأساسية (أفراد العينة الأصلية) و قد كان هدف هذه التجربة معرفة مدى صلاحية هذه الاختبارات المراد استعمالها في التجربة الأساسية و معرفة صدق و ثبات و موضوعية الاختبارات، و للوصول إلى نتائج دقيقة و مضبوطة و مضمونة أثناء تطبيق الاختبارات و غرض من هذه التجربة ما يلي:

- التحكم و تحديد الأدوات اللازمة لإجراء الاختبارات.
 - مراعاة تطبيق الاختبارات.
 - معرفة مختلف الصعوبات أثناء الاختبارات.
 - معرفة كفاءة الاختبارات المستخدمة.
 - قدرة العينة على إنجاز المهارات حتى نتمكن من بناء الوحدات التعليمية.
- و قد أجريت التجربة الاستطلاعية في حصتين تدريسييتين:

* الاختبار القبلي: حصة الأولى يوم الثلاثاء: 2013/12/03

* الاختبار البعدي: حصة الثانية يوم الثلاثاء: 2013/12/ 10

2- الأسس العلمية للاختبارات :

حتى تكون الاختبارات التي وضعت لقياس متغيرات الدراسة ذات مصداقية وتقيس ما وضعت لأجله ينبغي أن تتوفر فيها شروط الاختبارات الجيدة (الصدق، الثبات، الموضوعية).

1-2 ثبات الاختبارات:

يعتبر ثبات الاختبار هو شرط أساسي في تقنين الإختبار، ونعني به أن يكون الاختبار على درجة عالية من الدقة والإتقان في ما وضع لقياسه.

يقصد بثبات الاختبار حسب مروان عبد المجيد إبراهيم " الثبات هو محافظة الاختبار على نتائجه إذا ما أعيد على نفس العينة " (مروان عبد المجيد إبراهيم، 1995، صفحة 193).

ويؤكد محمد صبحي حسانين " الثبات أن يعطي الاختبار نفس النتائج إذا ما أعيد على نفس الأفراد وفي نفس الظروف ". (محمد صبحي حسانين، 1987، صفحة 107).

وتعتبر طريقة الاختبار وإعادة الاختبار، من أحسن وأكثر الطرق صلاحية في حساب معامل الثبات بالنسبة للاختبارات في المجال الرياضي.

قمنا بإجراء اختبارات استطلاعية أولية على عينة من التلاميذ الثالثة ثانوي (ذكور) بثانوية ديدوش مراد بزماله الامير عبد القادر، تم اختيارهم بطريق عشوائية .

أجريت الاختبارات على عينة تتكون من 06 تلاميذ (ذكور) تم إختبارهم، وأعيد الاختبار على نفس العينة بعد أسبوع في نفس المكان وبنفس العتاد وتحت نفس الظروف وبنفس الطريقة التي تمت في الاختبارات القبليّة

وبعد أداء الاختبارات قام الطالبان الباحثان بمعالجة النتائج إحصائيا باستخدام معامل الارتباط البسيط الذي يعرف باسم ارتباط بيرسون وذلك عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (ن - 1)

وأقرت المعالجة الإحصائية النتائج الموضحة في الجدول رقم(01):

الجدول (1): يوضح معامل ثبات و صدق الاختبارات

معامل الصدق	القيمة المحسوبة (معامل الثبات)	القيمة الجدولية	مستوى الدلالة	درجة حرية (ن-1)	حجم العينة	الدراسة الإحصائية
						الاختبارات
0.95	0.92	0.76	0,05	5	06	1. اختبار استقبال الكرة من الإرسال
0.98	0.97					2. اختبار دقة الاستقبال
0.92	0,85					3. اختبار تمرير الكرة من اسفل واعلى على الحائط خلال (30) ثانية.
0.94	0.90					4. اختبار دقة الاعداد
0.89	0.80					5. اختبار مهارة السحق

- ثبات الاختبار:

تم استخدام معامل الارتباط البسيط بيرسون و بعد الكشف في جدول الدلالات المعامل الارتباط عند مستوى الدلالة (0.05) و درجة الحرية (5) و جد أن القيمة المحسوبة لكل اختبار هي أكبر من القيمة الجدولية (0.76) هذا ما يؤكد بان الاختبارات تتمتع بدرجة ثبات عالية كما هو موضح في الجدول رقم (1).

2-2- صدق الاختبار:

من أجل التأكد من صدق الاختبار استخدمنا الصدق الذاتي و الذي يقاس بحساب الجذر التربيعي لمعامل ثبات الاختبار و قد وجد أن القيمة المحسوبة أكبر من القيمة الجدولية (0.76) عند مستوى الدلالة (0.05) و درجة

الحرية (5)، حيث أدنى قيمة (0.80) و أعلى قيمة (0.98)، و هنا ما يعني أن الاختبارات تتمتع بصدق الذاتي و عالي كما هو موضح في الجدول رقم (1).

2-3. موضوعية الاختبارات:

تعتبر الموضوعية احد أشكال الثبات فهي من العوامل المؤثرة على ثبات الاختبار ،خاصة في الاختبارات التي تعتمد على تقدير المحكمين (الفاحصين) فقد أشارت ليلي السيد فرحات "ففي المجال الرياضي لابد من إيضاح التعليمات الخاصة بتطبيق الاختبار من حيث إجراءاته وإدارته وتسجيل النتائج . ونجد ذلك عند قيام مجموعة من المحكمين بقياس الأداء لمجموعة من الأفراد وسجلوا نفس النتائج ، وبمعنى آخر الموضوعية هي اتفاق بين حكمين عند قياس فرد في النتائج وذلك باستخدام معامل الارتباط بين النتائج " (ليلي السيد فرحات، 2001، صفحة 169).

ويتفق معها محمد صبحي حسنين إذ يقول " أي أن الفرد يحصل على نفس الدرجة على الاختبار ولو اختلف المحكمين " (محمد صبحي حسنين، 1995، صفحة 194).

أما محمد حسن علاوي وأسامة كامل راتب يقصد بالموضوعية حسابها " الموضوعية تعني تحرر الباحث من التحيز، وإن يتصف الباحث بصفات العالم المدقق للحقائق، المتحمس لمعرفة الأسباب الفعلية للنتائج " (محمد حسين علاوي وأسامة كامل راتب، 1999، صفحة 218).

إن مجموعة الاختبارات المستخدمة في الدراسة سهلة ومفهومة واضحة للفاحص ،وتتوفر على إجراءات ومواصفات تسمح بتسجيل النتائج وفقا لذلك ،كما أن الباحث نفسه اشرف على الاختبارات مما يجعلها تتميز بصفة الموضوعية.

ومن خلال هذه الدراسة الاستطلاعية يمكن استخلاص أن الاختبارات التي هي قيد التطبيق في هذه الدراسة تتوفر فيها الشروط العلمية للاختبار،وقمنا بتحكيمها عند (06) أساتذة وقمنا بإختيار بعض الإختبارات منها على حسب المحكمين ،مما يجعلها مناسبة وصالحة لقياس ما وضعت لأجله.

3- الدراسة الأساسية:

3-1 المنهج المتبع في الدراسة:

استخدم الطالبان الباحثان المنهج التجريبي.

3-2. المجتمع و عينة البحث:

يعرفه " Grawitz " على أنه: (مجموعة منتهية او غير منتهية من العناصر المحددة مسبقا والتي تركز عليها الملاحظات) (موريس أنجوس، 2004، صفحة 298).

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية وعن طريق إجراء القرعة على قسمين من تلاميذ المرحلة الثالثة ثانوي ذكور بثانوية ديدوش مراد لمدينة زمالة الأمير عبد القادر ولاية تيارت، وبعد إجراء عملية السحب اتضح أن القسم (أ) هو المجموعة الضابطة والقسم (ب) هو المجموعة التجريبية، بلغ عدد أفراد العينة (24) تلميذ وبواقع (12) تلميذ لكل مجموعة حيث تم استبعاد الاناث و التلاميذ الذين لديهم خبرة سابقة في الميدان الرياضي ويشاركون في بعض الفرق الرياضية كما تم استبعاد أيضا التلاميذ الذين شاركوا في الدراسة الاستطلاعية.

وتعتبر العينة من الأدوات الأساسية في البحوث العلمية والهدف الأساسي منها الحصول على معلومات وبيانات على المجتمع الأصلي للبحث، يقول عبد العزيز فهمي " عينة البحث هي معلومات عن عدد الوحدات التي تسحب من المجتمع الأصلي لموضوع الدراسة، بحيث تكون ممثلة تمثيلا صادقا " (عبد العزيز فهمي، 1994، صفحة 95).
حيث إن نسبة عينة البحث تشكل (2.60%) من مجموع المجتمع الأصلي البالغ (920) تلميذ.

الجدول رقم(02) يوضح نسبة تمثيل عينة البحث من المجتمع الأصلي

النسبة المئوية	العدد	
100%	920	المجتمع الأصلي
2.6%	24	عينة البحث

تجانس عينة البحث: - لتجنب العوامل التي تؤثر في نتائج التجربة، وحتى يستطيع الباحث أن يرجع الفروق إلى العوامل التجريبية ومن اجل تحقيق التجانس بين أفراد المجموعتين قام الباحث باستعمال الأسلوب الإحصائي (معامل الالتواء) بين متوسطات العمر والطول والوزن وكما هو مبين في الجدول (3) .

الجدول (03) يبين إعتدالية عينة البحث بمعامل الالتواء (+_ 3)

ت	المتغيرات	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
1	العمر	سنة	19,76	19,8	1,27	0,09
2	الطول	متر	171,76	170,8	10,36	0,49
3	الوزن	كغ	68,1	69,8	10,62	1,78

يتبين من الجدول (1) إن العينة كانت متجانسة في متغيرات العمر والطول والوزن إذ كانت قيمة معامل الالتواء تتراوح بين (+_3) وهذا يدل على إعتدالية أفراد العينة.

3-2-1 المجموعة التجريبية:

تكونت من 12 تلميذ من السنة الثالثة ثانوي ،الغرض من توظيفها معرفة مقدار تأثير المتغير التجريبي (الإستقبال) على المتغير التابع أو النتيجة (فعالية الهجوم) .

3-2-2 المجموعة الضابطة:

وتكونت من 12 تلميذا من السنة الثالثة ثانوي ،الغرض من توظيفها مقارنة مقدار النمو في مهارة الاستقبال لدى المجموعة التجريبية التي تخضع للوحدات التعليمية المقترحة مع مقدار نمو مهارة الاستقبال لدى المجموعة الضابطة غير الخاضعة لهذه الوحدات .

3-3-3 مجالات البحث:

3-3-1 المجال البشري:

دائما ما يحمل المجال البشري عدد أفراد البحث بالتدقيق، ونحن في موضوع بحثنا 30 تلميذ من السنة الثالثة ثانوي ،استخدمنا منها 06 تلاميذ للدراسة الاستطلاعية و 24 تلميذ في الدراسة الاساسية.

3-3-2 المجال المكاني:

تمثل في الملعب الخاص بثانوية ديدوش مراد مدينة زمالة الامير عبد القادر الواقعة بولاية تيارت.

3-3-3 المجال الزمني:

وحسب الضبط الاجرائي لمتغيرات الدراسة، وعلني أساسيات المركز قمنا ببرنامجنا كما هو مبين في الجدول

رقم (04) التالي:

الجدول رقم "04" يبين المجال الزمني للدراسة الأساسية للبحث:

الاختبارات البعدية	الاختبارات القبلية	التوقيت	عينة البحث
2014/03/19	2014/01/08	15:00 سا إلى 17:00 سا	المجموعة التجريبية
2014/03/20	2014/01/09	15:00 سا إلى 17:00 سا	المجموعة الضابطة

3-4-متغيرات البحث:

تكتسب مرحلة تحديد وضبط متغيرات البحث أهمية كبيرة، لهذا يمكننا القول أنه لكي تكون فرضية البحث قابلة للتحقيق ميدانياً، لا بد من العمل على صياغة وتجميع كل متغيرات البحث بشكل سليم ودقيق، إذ أنه لا بد أن يحرص كل باحث حرصاً شديداً على التمييز بين متغيرات البحث محل الدراسة.

3-4-1 المتغير المستقل:

يكون المتغير المستقل هو الذي يؤثر دائماً ولا يتأثر وعند التعمق في عنوان الدراسة نجد المتغير المستقل هو: الوحدات التعليمية المقترحة.

3-4-2 المتغير التابع:

علي عكس المستقل وهو المتغير الذي يتأثر دائماً بالمتغير المستقل وفي دراستنا نجده في: مهارة الاستقبال لبناء الهجوم في الكرة الطائرة لدى تلاميذ الثانوية .

3-5-3 المتغيرات المشوشة (المخرجة):

وتتمثل في الضبط الإجرائي لمتغيرات الدراسة وقد تعرفنا إليها وتم ضبطها بعد الدراسة الاستطلاعية.

3-6- أدوات البحث:

3-6-1. المراجع والمصادر: كتب ومجلات ومذكرات تخرج.

3-6-2. بطارية الاختبارات :

بطارية الاختبارات التي إقترحناها تتضمن أربعة اختبارات في مهارة الاستقبال الكرة الطائرة .

الهدف من الإختبار هو معرفة مدى تأثير الوحدات التعليمية المقترحة لتحسين مهارة الإستقبال لبناء الهجوم في الكرة الطائرة.

3-7. الوحدات التعليمية المقترحة:

قام الطالبان الباحثان بإعداد وحدات تعليمية في التربية البدنية والرياضية نشاط الكرة الطائرة ،بعد ملاحظة النقص في فعالية الهجوم في الكرة الطائرة، والمناقشة مع الاستاذ المشرف وكذا بعض اساتذة معهد التربية البدنية والرياضية بمستغانم ،ومن جهة أخرى بعد الإطلاع على المراجع والدراسات توصل الطالبان الباحثان إلى ضرورة تصميم وحدات تعليمية حسب النقص الموجود في الاستقبال التي هي قيد الدراسة لتنمية فعالية الهجوم ،وهذا انطلاقا من مبدأ أن كل استقبال سليم للكرة يبني هجوم جيد في الكرة الطائرة ومن ثم التوجه إلى الإعداد المهاري، مما اقتضى القيام بإعداد هذه الوحدات التعليمية.

3-7-1 خطوات إعداد الوحدات التعليمية:

تم إعداد هذه الوحدات التعليمية هذا البرنامج بعد الإطلاع على عدد كبير من المراجع والمصادر المختصة في البرامج التعليمية والتربوية،وعلى مجموعة من الدراسات والبحوث في سيكولوجية ووحدات تعليمية وكذا مساعدة الاستاذ المشرف ،ومن خلال المقابلات الشخصية الخبراء المختصين العاملين في مجال التربية البدنية بهدف الاستفادة مما ورد في تخطيط وبناء هذه الوحدات التعليمية .

3-7-2 الأسس التي بني عليها الوحدات التعليمية:

تم مراعاة الأسس التالية عند وضع الوحدات التعليمية لتحسين مهارة الاستقبال لتلاميذ الثانوية ،والمتمثلة فيما يلي:

- الأهداف الإجرائية المصاغة تتناسب مع حاجات التلاميذ .
- اختيار مهارات حركية بسيطة لتنمية مهارات الحركات الأساسية ،والتي تتطلب تعليمات قصيرة مع عدم الإطالة في الشرح.
- مراعاة عوامل الأمن والسلامة من خلال اختيار الأنشطة الرياضية التي تستخدم الأدوات الثابتة والأدوات المصنوعة من مواد غير صلبة.
- استخدام الطرق البيداغوجية الملائمة على حسب درجة صعوبة المهارة الحركية.
- استخدام وسائل بيداغوجية مختلفة في الشكل والحجم ومتنوعة في اللون.
- الأخذ بعين الاعتبار العناية بالصحة الجسمية والنفسية .

- استشارة اهتمام التلاميذ لممارسة النشاط الرياضي سواء داخل المؤسسات التربوية أو خارجها .

الجدول رقم (05) يبين الأهداف التعليمية المطبقة للبرنامج

الرقم	الهدف التعليمي	التاريخ
01	تعليم وضعية الاستعداد في الحالة الطبيعية	2014/01/15
02	التحكم في الكرة	2014/01/22
03	التحكم في مسار الكرة (الدقة)	2014/01/29
04	تعليم التلميذ الوضعية الأساسية أثناء الاستقبال	2014/02/05
05	الاستقبال مع الحركة	2014/02/12
06	التحكم في مهارة الاستقبال من مهارة الاستقبال	2014/02/19
07	إرسال الكرة في المنطقة الأمامية للشبكة	2014/02/26
08	الإرسال و التمير	2014/03/05
09	الإرسال و الاستقبال	2014/03/12

3-7-3. مكونات الوحدات التعليمية:

*الإحماء: و يطلق عليه في بعض الأحيان التسخين أو فترة التهيئة و الذي سعى الباحث من خلاله إلى تهيئة

التلاميذ نفسيا و بدنيا

* الجزء الرئيسي:

يحتوي الجزء الرئيسي على التمارين الرياضية و الألعاب التي تعمل على تحقيق هدف الوحدة التعليمية حيث يتم البدء بشرح ماهية المهارة المراد تعلمها مع تقديم النموذج من قبل المعلم بحيث يتم اختيار التشكيلات و أساليب التعليم المناسبة و التدرج في إيصال المعلومة مع تكرارها لتثبيتها.

* الجزء الختامي:

تضمن الجزء الختامي على تمارين الاسترخاء و التهدئة، حيث يهدف إلى العودة إلى الحالة الطبيعية .

3-7-4. بناء الوحدات التعليمية:

لقد حدد الباحث الوقت الإجمالي للوحدة التعليمية بـ 60 دقيقة 10 دقائق للإحماء و 40 دقيقة للتعلم في الجزء الرئيسي، و 10 دقائق للتهدئة في الجزء الختامي.

3-7-5. تنفيذ الوحدات التعليمية:

لقد أشرف الطالبان الباحثان الباحث شخصيا على تنفيذ محتوى الوحدات التعليمية بمساعدة مدرس النشاط الرياضي بالثانوية، و قد عمد الطالبان الباحثان إلى وضع خطة معينة لسير الوحدة التعليمية تبدأ بالإحماء حيث يتم تحضير التلاميذ بدنيا و نفسيا للدرس في الجزء التحضيري، ثم الانتقال إلى الجزء الرئيسي الذي يبدؤه الباحث بشرح المهارة المراد تعلمها شرحا يسيرا بمساعدة مدرس المدرسة تم تقديم عرض نموذجي من قبل الطالبان الباحثان عرضا يظهر تفاصيل المهارة حتى يأخذ التلميذ صورة صحيحة عن المهارة المراد تعلمها التي من شأنها توصيل المعلومة و تحقيق الغاية في أقل وقت.

3-8- الاختبارات المهارية :

لقياس مؤشرات تطور المهارات الحركية الأساسية استخدم الطالبان الباحثان الاختبارات المهارية التالية :

1- اختبار استقبال الكرة من الإرسال :

- الغرض : قياس مهارة التلاميذ في استقبال الكرة .
- الأدوات: 3 كرات الطائرة ، شريط قياس ، جبر لتخطيط مكان الاختبار ، ملعب الكرة الطائرة .
- الإجراءات : يخطط الملعب كما في الشكل 02.

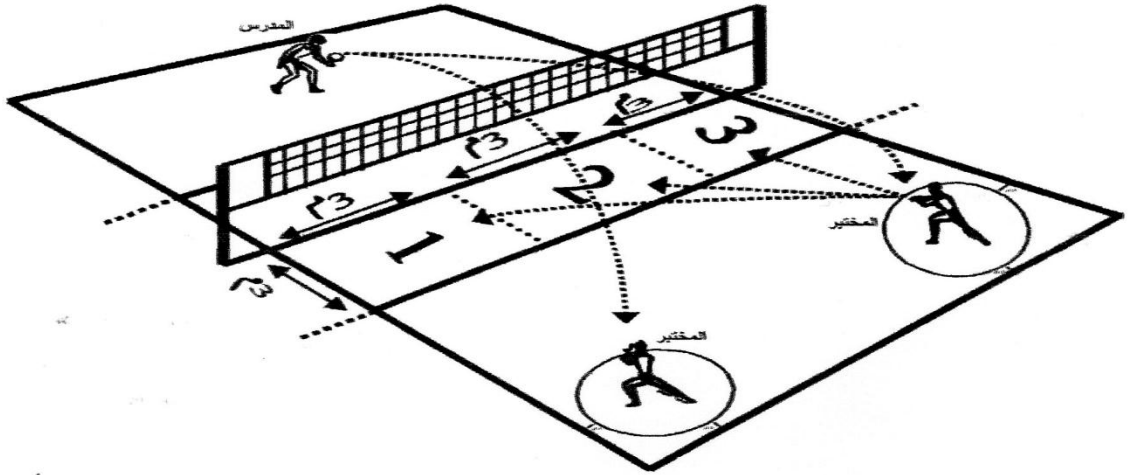
يقف التلميذ داخل إحدى الدائرتين الموجودتين في الزاويتين للنصف الأول من الملعب مواجهها للشبكة ، بينما يقف المدرس في النصف الثاني للملعب ويقوم بإرسال الكرة بطريقة الإرسال العادي (من أسفل إلى أعلى إلى التلميذ .ويقوم هذا الأخير باستقباله بطريقة أداء مهارة الاستقبال من أسفل نحو الأعلى مع توجيهها إلى إحدى المناطق المحددة في الملعب كما في الشكل البياني رقم 02، ويعطى لكل مختبر 15 محاولة من داخل كل دائرة بمجموع 30 محاولة .

تلغى المحاولات التي يتم فيها إرسال الكرة من قبل المدرس إلى المختبر بطريقة غير مناسبة أو خارج الدائرة التي يقف فيها التلميذ، كما يجب الالتزام بتسلسل أداء المحاولات كالنحو التالي : يحدد المنطقة للتلميذ التي توجد بها الكرة و يعطى خمسة محاولات في كل منطقة بالنسبة لكل دائرة.

- حساب الدرجات : يسجل لكل تلميذ مجموع الدرجات التي يتحصل عليها من خلال 30 محاولة وذلك وفق الأسلوب التالي:

- سقوط الكرة داخل المنطقة المحددة تمنح له 3 درجات .
- سقوط الكرة خارج المنطقة المحددة بجوار المنطقة المجاورة تمنح له درجتين .
- سقوط الكرة خارج المنطقة المحددة وداخل الملعب تمنح له درجة واحدة .

- سقوط الكرة خارج الملعب تمنح 0 درجة .
- وبهذا يكون مجموع درجات الاختبار 90 درجة بمجموع 30 محاولة.



الشكل البياني رقم 02: يوضح اختبار استقبال الإرسال.

2- اختبار دقة الاستقبال

دقة استقبال الإرسال من الكرات المرمية (حسانين، 1997، الصفحات 204 - 205)

الغرض من الاختبار: قياس دقة استقبال الإرسال .

الأدوات: ملعب كرة طائرة، مصطبة تمرينات، كرات طائرة عدد (5)

مواصفات الأداء : توضع المصطبة في المركز (3) يقف المختبر في المركز (6) يقوم المدرب الذي يقف في المركز (6) من نصف الملعب الثاني برمي الكرة إلى المختبر الذي يقوم بدوره تسقيط الكرة على المصطبة (يستخدم تمريره استقبال الإرسال بالذارعين) .

التسجيل :

- 4 نقاط لكل تمريره صحيحة تسقط فيها الكرة على المصطبة .
- 3 نقاط لكل تمريره صحيحة تسقط فيها الكرة بحيث تلامس حدود المصطبة .
- نقطتان لكل تمريره صحيحة تسقط فيها الكرة داخل حدود 3م .
- نقطة واحدة لكل تمريره صحيحة تسقط فيها الكرة على أحد جانبي 3م .
- لكل طالب (5) محاولات .
- تحسب مجموع درجات المحاولات الخمسة (الدرجة الكلية 20) .

3- اختبار تمرير الكرة من أسفل وأعلى على الحائط خلال (30) ثانية:

- اسم الاختبار: اختبار كلفتون Clifton لمهارة تمرير الكرة على الحائط (حميد، الصفحات 282-283).

- **الغرض من الاختبار:** قياس مهارة الاستقبال والتمرير من اسفل واعلى .

- **الأدوات اللازمة:** ساعة إيقاف، كرة طائرة ، حائط أملس طوله (3) متر وعرضه (2,30) متر

- **وصف الأداء:** يرسم خط موازيا للحائط وعلى بعد (2,15) متر ويراعى أن تكون المسافة لخط ال(3) أمتار كافية لتمرير الكرة، بعد الإشارة يقوم المختبر برمي الكرة نحو الحائط وعندما ترتد يقوم بتمريرها محاولة باليدين ومحاولة بالساعدين نحو الحائط أكبر عدد ممكن من المرات خلال (30) ثانية ويجب أن تكون التمريرة من خلف خط البداية وقانونية وتعطى محاولتان.

- **طريقة التسجيل:** تحتسب عدد المرات التي تلمس الكرة الحائط خلال (30) ثانية ولا تحتسب عدة إذا مررت الكرة بشكل غير قانوني، وتعطى درجة واحدة لكل تمريرة صحيحة تلمس فيها الكرة منطقة التمرير، وإذا لمست خط التمرير على الحائط تحتسب الكرة كأنها لمست منطقة التمرير، والدرجة النهائية هي مجموع ما يحصل عليه اللاعب في المحاولتين معا.

4- اختبار الدقة في الإعداد :

الغرض: قياس الدقة في إعداد الكرة قرب الشبكة .

• **الأدوات:** 3كرات الطائرة ، شريط قياس ، جبر لتخطيط مكان الاختبار ، ملعب الكرة الطائرة .

• **الإجراءات:** يخطط الملعب كما في الشكل البياني رقم 03.

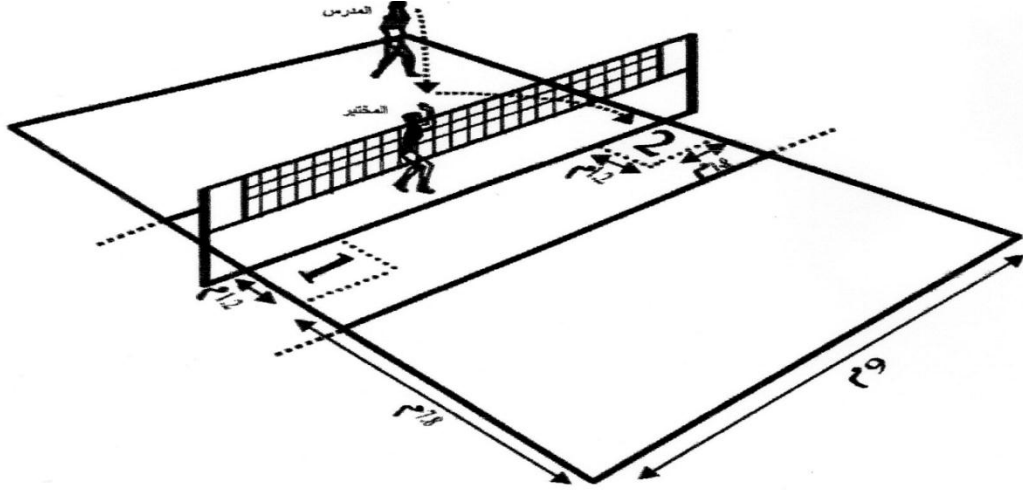
يقف المدرس في إحدى زوايا النصف الأول من الملعب (اليمنى أو اليسرى) ، وعلى بعد حدود زوايا الملعب ب 1.54 متر ، بينما يقف التلميذ بقرب الشبكة و في النصف الأول للملعب و بداخل المنطقة الهجومية (منطقة 3 متر) مواجهها إحدى المنطقتين (2-1) ويرسل المرسل الكرة عاليا باليدين للتلميذ ، ويقوم هذا الأخير بتمريرها (تمريره من أعلى باليدين معا) لتمر فوق الشبكة وتسقط في إحدى المنطقتين المحددة له (المنطقة المقابلة للمدرس) كما هو موضح في الشكل البياني رقم 03 ويعطى للتلميذ 10 محاولات في كل منطقة بمعدل 20 محاولة ككل .

• **حساب الدرجات :** تمنح درجة واحدة لكل كرة تسقط في المنطقة المحددة ، ولا تمنح أي درجة إذا لمست

الكرة الشبكة أو سقطت خارج المنطقة المحددة أو عدم أداء التمريرة من الأعلى باليدين بالطريقة

الصحيحة (تقنية صحيحة)، ويكون مجموع الدرجات الإجمالي بنسبة 20 محاولة ب 20 درجة (محمد

صبيح حسنين، حمدي عبد المنعم، 1997، صفحة 247،249،251)



الشكل البياني رقم 03: يوضح اختبار الدقة في إعداد الكرة.

5- اختبار الضربة الساحقة :

- الغرض : قياس الضربة الساحقة المستمرة في المثلث الداخلي من ملعب الخصم.
- الأدوات: 3 كرات الطائرة ، شريط قياس ، جبر لتخطيط مكان الاختبار ، ملعب الكرة الطائرة .
- الإجراءات : يخطط الملعب كما في الشكل البياني رقم 04.

يقف المدرس بجانب الشبكة و في منتصف المنطقة الهجومية (3متر) للنصف الأول للملعب ، بينما يقف التلميذ مقابلاً له وبجانب حدود الملعب مقابلاً للشبكة ، وعلى بعد 3 متر عنها ، يقوم المدرس بتمرير الكرة (التمرير إلى أعلى باليدين) للتلميذ على مستوى الشبكة ، ويقوم هذا الأخير بالضربة الساحقة موجهاً الكرة نحو المثلث الداخلي لجهة الشبكة كما في الشكل البياني رقم 04 يعطى للتلميذ 5 محاولات، ويلزم أن يكون الإعداد جيداً في كل محاولة .

- حساب الدرجات : تعطى الدرجات وفق مكان سقوط الكرة ، وتسجل مجموع الدرجات المتحصل عليها خلال 5 محاولات ويكون بتالي مجموع الدرجات الإجمالي للاختبار 25 درجة (1 - محمد حسن علاوى، نصر الدين رضوان، 1987، صفحة 344، 347,349,433)

3-9- الأذوات الاحصائية:

أ- المتوسط الحسابي:

$$\bar{س} = \frac{\sum س}{ن}$$

حيث: $\bar{س}$: المتوسط الحسابي

$\sum س$: هي مجموع القيم

ن : عدد القيم . (عبد القادر حلبي، 1992، صفحة 45)

ب- الانحراف المعياري:

$$ع = \sqrt{\frac{\sum (س - \bar{س})^2}{ن - 1}}$$

حيث ع: الانحراف المعياري.

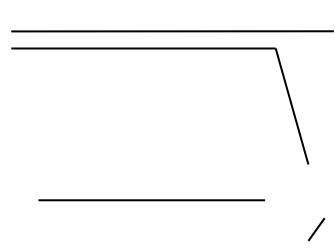
س: المتوسط الحسابي.

س: قيمة عددية (نتيجة الاختبار).

ن: عدد العينة (عبد القادر حلبي، 1992، صفحة 53).

ج- اختبار توزيع تسودنت:

$$س_1 - س_2$$

$$= T$$


$$^2(2ع) + ^2(1ع)$$

ن - 1

حيث T: معيار تسيودنت.

س1: المتوسط الحسابي للمجموعة الأولى.

س2: المتوسط الحسابي للمجموعة الثانية.

ن: عدد أفراد العينة.

ع1: الانحراف المعياري للمجموعة الأولى.

ع2: الانحراف المعياري للمجموعة الثانية (نزار مجيد الطالب ومحمد السمراي، 1980، صفحة 76)

د- معامل الارتباط لبيرسون:

$$ن \text{ مع (س X ص) - (مع س X مع ص)}$$

$$= ر$$

بحيث:

$$[ن \text{ مع س}^2 - (\text{مع س})^2] [ن \text{ مع ص}^2 - (\text{مع ص})^2]$$

ر : معامل الارتباط لبيرسون.

س : قيم الاختبار الاول

س: المتوسط الحسابي للاختبار الأول

ص : قيم الاختبار الثاني

ص: المتوسط الحسابي للاختبار الثاني (قيس ناجي عبد الجبار، شامل كامل محمد، 1988، صفحة 53)

هـ- صدق الاختبار:

يستعمل لمعرفة مدى صدق الاختبار وهو عبارة عن معامل جذر الارتباط.

$$ص = \frac{\text{الشبهات}}{\text{القياس القبلي}}$$

حيث : ص: صدق الاختبار (نزار مجيد الطالب ومحمد السمراي، 1980، صفحة 89).

و- النسبة المئوية للتحسن:

استخدمها الباحثان بغرض التعرف على مقدار التقدم في التحصيل نتيجة الوحدات التدريبية المقترحة على اللاعبين.

$$\text{النسبة المئوية للتقدم} = \frac{\text{القياس البعدي} - \text{القياس القبلي}}{\text{القياس القبلي}} \times 100$$

3-10- صعوبات البحث:

لا يكاد يخلو أي بحث علمي من صعوبات وعراقيل تصادفه وتعترض طريقه، وكذلك بالنسبة لبحثنا فقد صادفتنا بعض الصعوبات من أهمها:

- صعوبة المنهج المستخدم في البحث و هو المنهج التجريبي لما يتطلبه من ضبط ودقة تامة للحصول على نتائج دقيقة و صعوبة تهيئة الظروف اللازمة لتطبيقه.
- صعوبة الحصول و حصر عينة البحث بحسب المعطيات و المتغيرات اللازم توفرها فيها لكي تكون العينة التجريبية والضابطة متماثلتين .
- احيانا الاحوال الجوية تكون غير ملائمة خاصة عدم وجود قاعة نضطر الى تقديم او تأخير الحصة .

الخاتمة

إن تحديد وضبط مجال الدراسة الميدانية يعتبر العنصر المهم والسييل الأجمع للوصول إلى نتائج هادفة للدراسة، وقد قمنا في دراستنا هذه بضبط محالات الدراسة الميدانية على أساس الفروض التي وضعناها و التي نريد الوصول إلى تحقيقها.

و يعتبر هذا الفصل أيضا مقدمة للقيام بدراسة استطلاعية لأخذ انطباع ينتهي بنا في الدراسة الأساسية إلى التعرف على تنفيذ أفضل و أدق الطرق للوصول إلى النتائج مع إيماننا بعدم وجود منهج علمي جامد ذي خطوات محددة تلزم كل باحث بتتبعها بنفس الترتيب، و لكن يبقى الإلمام بالمبادئ الأساسية لمناهج البحث.

الفصل الثاني

عرض ومناقشة النتائج

87	تمهيد.....
88	1. عرض و مناقشة النتائج :.....
88	1.1. عرض و مناقشة نتائج الاختبار القبلي لعينات البحث:.....
89	2.1. عرض و مناقشة نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة لعينات البحث:.....
89	1-2-1. عرض نتائج اختبار استقبال الكرة من الارسال :.....
91	2-2-1. عرض نتائج اختبار دقة الاستقبال:.....
94	3-2-1. عرض نتائج اختبار تمرير الكرة من اسفل واعلى على الحائط (30ثا) :.....
96	4-2-1. عرض نتائج اختبار الدقة في الاعداد :.....
99	5-2-1. عرض نتائج اختبار الضربة الساحقة :.....
101	3.1. المقارنة بين نتائج المجموعتين أثناء المنافسة (الفعالية المهارة الهجومية).....
102	2. الاستنتاجات:.....
103	3. مناقشة الفرضيات:.....
105	4. الاقتراحات والتوصيات:.....

تمهيد

تضمن هذا فصل عرض وتحليل نتائج الاختبارات المهارية للمجموعتين التجريبية والضابطة في كل من الاختبارين القبلي والبعدي، ووضعها في جداول وأشكال بيانية تسهل ملاحظة الفروق والمقارنة بينهما ومن ثم مناقشتها لغرض الوصول إلى تحقيق أهداف البحث والتحقق من فروضه.

2- عرض و مناقشة النتائج :

لقد تم استخدام اختبار (T) للعينان المتناظرة لمعرفة الفروق بين الأوساط الحسابية للاختبارات القبليّة والبعديّة لكل مجموعة على انفراد للتحقق من تأثير الوحدات التعليمية الموضوعّة على مهارة الاستقبال كما تم حساب النسبة المئوية للتطور لمعرفة مدى التحسن الذي حصل.

1-1. عرض و مناقشة نتائج الاختبار القبلي لعينات البحث:

بغرض إصدار أحكام موضوعية حول طبيعة التجانس القائم بين عينات البحث التجريبية و الضابطة من خلال نتائج مجموع الاختبارات القبليّة، عمل الطالبان الباحثان على معالجة مجموعة من الدرجات الخام المتحصل عليها و ذلك باستخدام اختبار دلالة الفروق ت "ستودنت" كما هو مبين في الجدول الموالي رقم (06) الجدول رقم (06): يوضح التجانس بين العينة الضابطة و التجريبية في نتائج الاختبارات القبليّة باستخدام اختبار لدلالة الفروق ت ستودنت.

المقاييس الإحصائية الاختبارات	العينة الضابطة		العينة التجريبية		ت المحسوبة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	ت الجدولية	الدلالة الإحصائية
	ع	س	ع	س					
1. اختبار استقبال الكرة من الإرسال	23.85	2.53	23.75	0.40	0.30	22	0.05	2.07	غير دال إحصائياً
2. اختبار دقة الاستقبال	8.25	2.62	8.16	0.30	1.38				غير دال إحصائياً
3. اختبار تمرير الكرة من أسفل وأعلى على الحائط خلال (30) ثانية	22.91	3.21	22.91	1.41	0.54				غير دال إحصائياً
4. اختبار الدقة في الإعداد	10.16	1.52	9.91	0.32	0.22				غير دال إحصائياً
5. اختبار الضربة الساحقة	10.58	2.59	10.83	1.73	0.09				غير دال إحصائياً

لقد تبين من خلال الجدول أن جميع القيم "ت" المحسوبة و التي تأرجحت بين 1.38 كأكبر قيمة و 0.09 كأصغر قيمة و هي أصغر من قيمة "ت" الجدولية التي بلغت 2,07 عند درجة الحرية 22 ومستوى

الدلالة 0,05 مما تؤكد على عدم وجود فروق معنوية بين هذه المتوسطات أي أن الفروق الحاصلة بين المتوسطات ليس لها دلالة إحصائية و هذا يدل على مدى التجانس القائم بين عينات البحث

1-2-1. عرض و مناقشة نتائج الاختبارات القبلية والبعدي لعينات البحث:

1-2-1.1. عرض نتائج اختبار استقبال الكرة من الارسال :

الجدول (07) يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري للفروق وقيمتي (T) المحسوبة والجدولية في الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة لاختبار استقبال الكرة من الارسال:

المجموعة	الفرق بين الاختبارين		قيمة (T) المحسوبة	قيمة (T) الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية	نسبة التطور %
	ع	ف ⁻						
التجريبية	0.71	8.08	13.58	2.20	11	0,05	معنوي	34.02%
الضابطة	0.90	0.5	1.25				غير معنوي	2.12%

يبين الجدول (07) نتائج اختبار استقبال الكرة من الارسال لعينة البحث في الاختبارين القبلي والبعدي فقد أظهرت النتائج وجود فرق معنوي إذ بلغ الوسط الحسابي للفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية (8.08) وبانحراف معياري للفروق (0.71) وباستخراج قيمة (T) المحسوبة والبالغة (13.58) اتضح إنها أكبر من قيمة (T) الجدولية البالغة (2.20) تحت درجة حرية (11) وبمستوى الدلالة (0,05) وهذا يدل على وجود فرق معنوي بين الاختبارين القبلي والبعدي، أما النسبة المئوية للتطور فبلغت (34.02%).

أما الوسط الحسابي للفروق في المجموعة الضابطة فقد بلغ (0.5) وبانحراف معياري للفروق (0.90) وباستخراج قيمة (T) المحسوبة والبالغة (1.25) اتضح أنها أصغر من قيمة T الجدولية البالغة (2.20)، وهذا يدل على عدم وجود فرق معنوي بين الاختبارين القبلي والبعدي، أما النسبة المئوية للتطور فبلغت (2.12%).

ولغرض معرفة حقيقة الفروق للأوساط الحسابية بين نتائج المجموعتين التجريبية والضابطة فمن بعرض النتائج كما هو مبين في الجدول (08).

ولغرض معرفة حقيقة الفروق للأوساط الحسابية بين نتائج المجموعتين التجريبية والضابطة فمن بعرض النتائج كما هو مبين في الجدول (08).

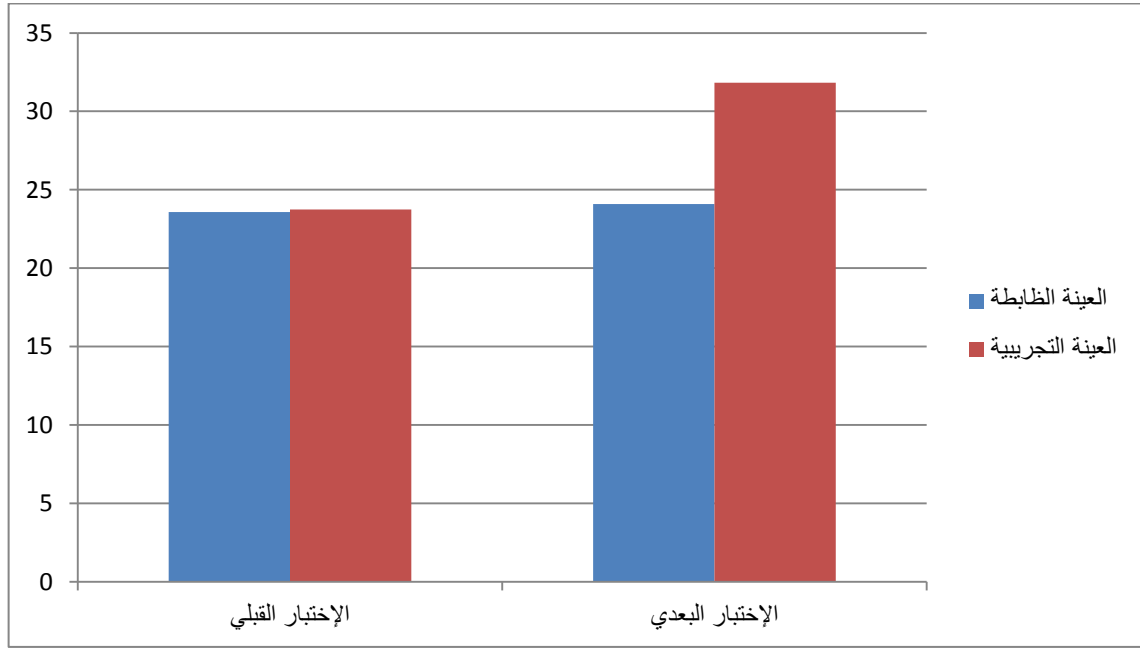
الجدول (08) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمتي (T) المحسوبة والجدولية للمجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي في استقبال الكرة من الإرسال:

المجموعة	الاختبار البعدي		قيمة (T)	قيمة (T)	درجة الحرية	مستوى الدلالة الإحصائية	الدلالة
	س ⁻	ع ⁺	المحسوبة	الجدولية			
التجريبية	31.83	8.02	6.70	2.07	22	0,05	معنوي
الضابطة	24.08	9,86					

أما نتائج عينة البحث في اختبار استقبال الكرة من الإرسال في الاختبار البعدي فقد بلغ الوسط الحسابي (31.08)، وبانحراف معياري (8.02) للمجموعة التجريبية و (24.08) ، وبانحراف معياري (9,86) للمجموعة الضابطة وباستخراج قيمة (T) المحسوبة والبالغة (6.70) فقد كانت أكبر من قيمة (T) الجدولية البالغة (2,07) تحت درجة حرية (22) وبمستوى الدلالة (0,05) وهذا يدل على وجود فرق معنوي بين الاختبارين لصالح الاختبار البعدي للعينة التجريبية .

ويفسر الطالبان الباحثان التطور الواضح للمجموعة التجريبية عن المجموعة الضابطة إلى تركيز الطالبان الباحثان على هذه المهارة من خلال الوحدات التعليمية إذ تعد المهارة أساسية ، إذ يرى سعد حماد بأنها تعد أول مهارة يجب أن يتعلمها اللاعب لكونها المهارة الأولى التي عرفها اللاعب ومارسها قبل غيرها من المهارات في تلك اللعبة (أجميلي، 2010، صفحة 221) ، ويمثل استقبال الإرسال قدرة المبادرة على العمل الهجومى بسبب وقوع المنافس بخطأ أي المحافظة على المبادرة الهجومية . إن إجادة اللاعب لمهارة استقبال الإرسال في الكرة الطائرة يرجعه بعض المدربين إلى الناحية النفسية لكن هناك مهمة دفاعية تقع على عاتق اللاعب من خلال استخدام الساعدين لاستقبال الإرسال وهي الدفاع المنخفض (محمد سعد زغلول ومحمد لطفي السيد، 2001)

الشكل رقم (05) يبين الأوساط الحسابية للمجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار والقبلي البعدي في استقبال الكرة من الارسال.



يؤكد الشكل البياني رقم(1) الفرق بين نتائج المتوسطات الحسابية القبلية والبعديتين لعينتي البحث في اختبار مهارة استقبال الارسال ، يتضح أن المجموعة التجريبية قد حققت أحسن تطور . ويبرر الطالبان الباحثان ذلك الى الوحدات التعليمية المقترحة في تحسين مهارة الاستقبال.

1-2-2. عرض نتائج اختبار دقة الاستقبال:

الجدول (09) يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري للفروق وقيمتي (T) المحسوبة والجدولية في الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة لاختبار دقة الاستقبال:

المجموعة	الفرق بين الاختبارين		قيمة (T) المحسوبة	قيمة (T) الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية	نسبة التطور %
	ع	ف ⁻						
التجريبية	2.45	5.09	7.95	2,20	11	0,05	معنوي	62.37%
الضابطة	2.63	0.91	1.38				غير معنوي	11.03%

يبين الجدول (09) نتائج اختبار دقة الاستقبال لعينة البحث في الاختبارين القبلي والبعدي فقد أظهرت النتائج وجود فرق معنوي إذ بلغ الوسط الحسابي للفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية (5.09) وبانحراف معياري

للفروق (2.45) وباستخراج قيمة (T) المحسوبة والبالغة (7.95) اتضح إنها أكبر من قيمة (T) الجدولية البالغة (2,20) تحت درجة حرية (11) وبمستوى خطأ (0,05) وهذا يدل على وجود فرق معنوي بين الاختبارين القبلي والبعدي، أما النسبة المئوية للتطور فبلغت (47.75%)

أما الوسط الحسابي للفروق في المجموعة الضابطة فقد بلغ (0.91) وبانحراف معياري للفروق (2.63) وباستخراج قيمة (T) المحسوبة والبالغة (1.38) اتضح أنها أصغر من قيمة T الجدولية البالغة (2,20)، وهذا يدل على عدم وجود فرق معنوي بين الاختبارين القبلي والبعدي، أما النسبة المئوية للتطور فبلغت (11.03%)

ولغرض معرفة حقيقة الفروق للأوساط الحسابية بين نتائج المجموعتين التجريبية والضابطة فمن بعرض النتائج كما هو مبين في الجدول (10)

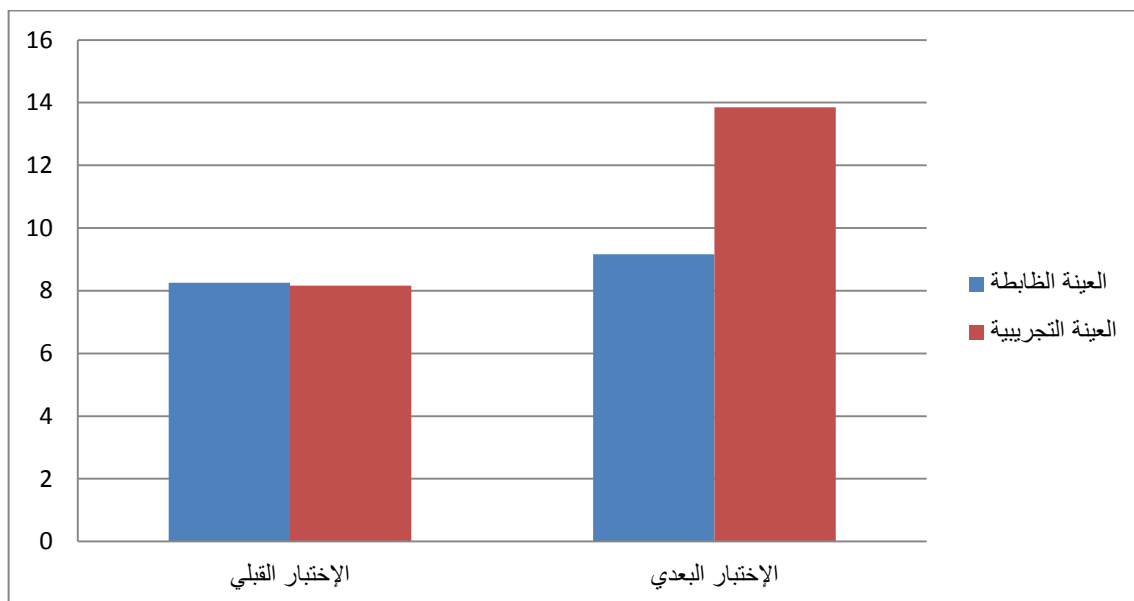
الجدول (10) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمتي (T) المحسوبة والجدولية للمجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي في دقة الاستقبال:

الدالة الإحصائية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	قيمة (T) الجدولية	قيمة (T) المحسوبة	الاختبار البعدي		المجموعة
					س ⁻	ع ⁺	
معنوي	0,05	22	2,07	6.60	2.72	13.25	التجريبية
					2.35	9.16	الضابطة

أما نتائج عينة البحث في اختبار دقة الاستقبال في الاختبار البعدي فقد بلغ الوسط الحسابي (13.25) ، وبانحراف معياري (2.72) للمجموعة التجريبية و (9.16) ، وبانحراف معياري (2.35) للمجموعة الضابطة وباستخراج قيمة (T) المحسوبة والبالغة (6.60) فقد كانت أكبر من قيمة (T) الجدولية البالغة (2,07) تحت درجة حرية (22) وبمستوى خطأ (0,05) وهذا يدل على وجود فرق معنوي بين المجموعتين، ولصالح المجموعة التجريبية.

ويفسر الطالبان الباحثان التطور الواضح للمجموعة التجريبية عن المجموعة الضابطة إلى تركيز الباحث لهذه المهارة خلال الوحدات التعليمية وتزداد أهمية مهارة الاستقبال اذا عرفنا بان أي خطأ يمكن ان يحدث أثناء الاستقبال ينتج عنه خسارة الفريق نقطة مباشرة وكذلك ان الدفاع اذا استطاع ان يستقبل الكرة بصورة غير جيدة فان ذلك يؤثر حتما على نوعية الاعداد وبالتالي يؤثر على الضرب الساحق (الكاتب واخران، 1987،42).

الشكل رقم (06) يبين الأوساط الحسابية للمجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار القبلي والبعدي في دقة الاستقبال.



يؤكد الشكل البياني رقم(02) الفرق بين نتائج المتوسطات الحسابية القبلية والبعدي لعينتي البحث في اختبار مهارة دقة الاستقبال ، يتضح أن المجموعة التجريبية قد حققت أحسن تطور . ويبرر الطالبان الباحثان ذلك الى الوحدات التعليمية المقترحة في تحسين مهارة الاستقبال.

3-2-1. عرض نتائج اختبار تمرير الكرة من اسفل واعلى على الحائط (30ثا) :

الجدول (11) يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري للفروق وقيمتي (T) المحسوبة والجدولية في

الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة اختبار تمرير الكرة من اسفل واعلى على الحائط :

المجموعة	الفرق بين الاختبارين		قيمة (T) المحسوبة	قيمة (T) الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية	نسبة التطور %
	ع	ف ⁻						
التجريبية	2,84	10.75	7.91	2.20	11	0,05	معنوي	46.92 %
الضابطة	2,11	2.08	1.80				غير معنوي	9.34 %

يبين الجدول (11) نتائج اختبار التمرير من الأسفل لعينة البحث في الاختبارين القبلي والبعدي فقد أظهرت النتائج وجود فرق معنوي إذ بلغ الوسط الحسابي للفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية (10.75) وبانحراف معياري للفروق (2,84) وباستخراج قيمة (T) المحسوبة والبالغة (7.91) اتضح إنها أكبر من قيمة (T) الجدولية البالغة (2,20) تحت درجة حرية (11) وبمستوى خطأ (0,05) وهذا يدل على وجود فرق معنوي بين الاختبارين القبلي والبعدي، أما النسبة المئوية للتطور فبلغت (46.92%).

أما الوسط الحسابي للفروق في المجموعة الضابطة فقد بلغ (2.08) وبانحراف معياري للفروق (2.11) وباستخراج قيمة (T) المحسوبة والبالغة (1.80) اتضح أنها أصغر من قيمة T الجدولية البالغة (2.20)، وهذا يدل على عدم وجود فرق معنوي بين الاختبارين القبلي والبعدي، أما النسبة المئوية للتطور فبلغت (9.34%).

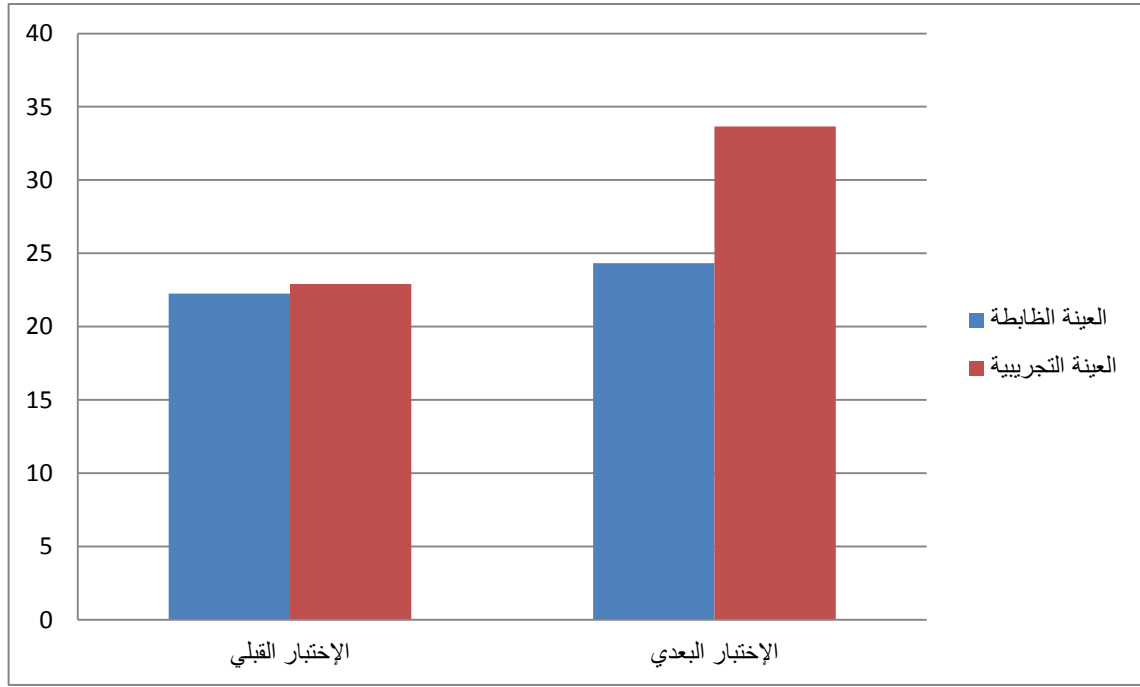
ولغرض معرفة حقيقة الفروق للأوساط الحسابية بين نتائج المجموعتين التجريبية والضابطة قمن بعرض النتائج كما هو مبين في الجدول (12)

الجدول (12) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمتي (T) المحسوبة والجدولية للمجموعتين التجريبية والضابطة في اختبار تمرير الكرة من اسفل واعلى على الحائط :

المجموعة	الاختبار البعدي		قيمة (T) المحسوبة	قيمة (T) الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
	س ⁻	ع ⁺					
التجريبية	33.66	10.23	8.28	2.07	22	0,05	معنوي
الضابطة	24.33	7.35					

أما نتائج عينة البحث في اختبار التمرير من الأسفل في الاختبار ألبعدي فقد بلغ الوسط الحسابي (33.66) ، وبانحراف معياري (10.23) للمجموعة التجريبية و (24.33) ، وبانحراف معياري (7.35) للمجموعة الضابطة وباستخراج قيمة (T) المحسوبة وبالبالغة (8.28) فقد كانت أكبر من قيمة (T) الجدولية البالغة (2,07) تحت درجة حرية (22) وبمستوى خطأ (0,05) وهذا يدل على وجود فرق معنوي بين المجموعتين، ولصالح المجموعة التجريبية. ويفسر الطالبان الباحثان التطور الواضح للمجموعة التجريبية عن المجموعة الضابطة إلى تركيز الباحث على هذه المهارة من خلال الوحدات التعليمية المقترحة إذ تعد هذه المهارة أساسية وهي استثمار القابليات الفنية للاعبين لإيصال الكرة إلى الزميل بالذراعين من أسفل وأعلى إذ يكون الترابط والتناسق بينهم بصورة متسلسلة وخالية من أي توقف أو تجزئه مما يجعل المهارة كوحدة واحدة متكاملة (أجملي، الكرة الطائرة مبادئها وتطبيقاتها الميدانية، ، 2008).

الشكل رقم (07) يبين الأوساط الحسابية للمجموعتين التجريبية والضابطة في اختبار تمرير الكرة من اسفل واعلى على الحائط :



يؤكد الشكل البياني رقم (03) الفرق بين نتائج المتوسطات الحسابية القبلية والبعديتين لعينتي البحث في اختبار تمرير الكرة من اسفل واعلى على الحائط :، يتضح أن المجموعة التجريبية قد حققت أحسن تطور . ويبرر الطالبان الباحثان ذلك الى الوحدات التعليمية المقترحة في تحسين مهارة الاستقبال.

1-2-4. عرض نتائج اختبار الدقة في الاعداد :

الجدول (13) يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري للفروق وقيمتي (T) المحسوبة والجدولية في

الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة في اختبار الدقة في الاعداد:

المجموعة	الفرق بين الاختبارين		قيمة (T) المحسوبة	قيمة (T) الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية	نسبة التطور %
	ع	ف ⁻						
التجريبية	5.89	3.42	3.44	2.20	11	0,05	معنوي	34.51 %
الضابطة	6.39	0.42	0.40				غير معنوي	4.13 %

يوضح الجدول (13) نتائج اختبار الدقة في الاعداد لعينة البحث في الاختبارين القبلي والبعدي فقد أظهرت

النتائج وجود فرق معنوي إذ بلغ الوسط الحسابي للفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية (3.42) وبانحراف معياري للفروق (5.89) وباستخراج قيمة (T) المحسوبة والبالغة (3.44) اتضح إنها أكبر من قيمة (T) الجدولية البالغة (2,20) تحت درجة حرية (11) وبمستوى خطأ (0,05) وهذا يدل على وجود فرق معنوي بين الاختبارين القبلي والبعدي، أما النسبة المئوية للتطور فبلغت (34.51%).

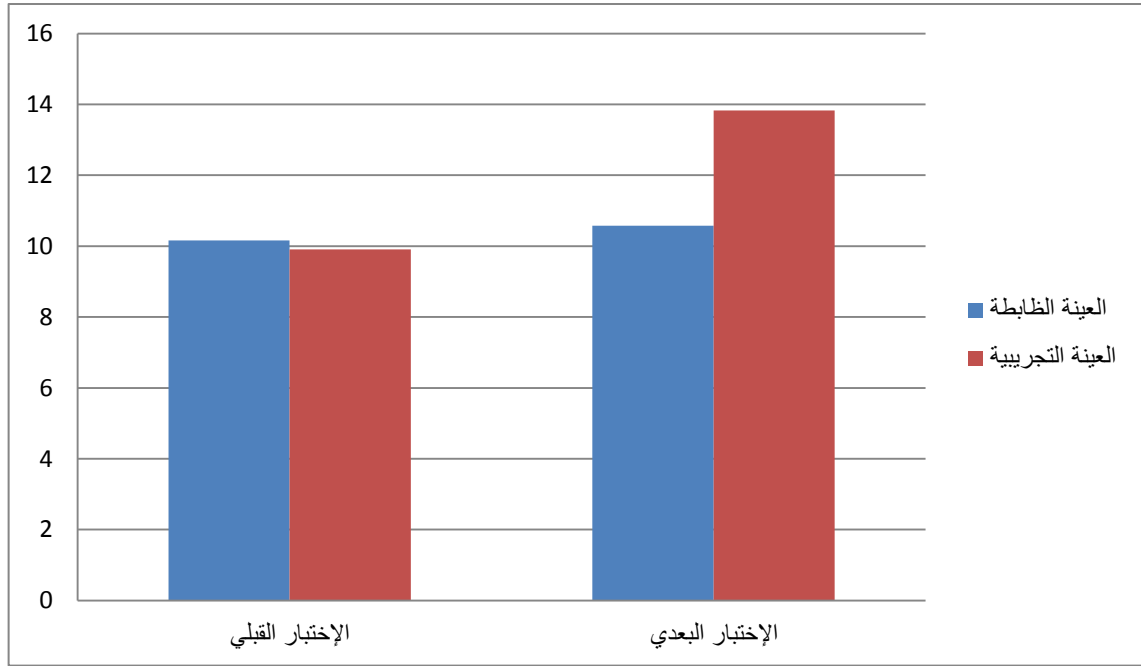
أما الوسط الحسابي للفروق في المجموعة الضابطة فقد بلغ (0.42) وبانحراف معياري للفروق (6.39) وباستخراج قيمة (T) المحسوبة والبالغة (0.40) اتضح أنها أصغر من قيمة T الجدولية البالغة (2,20)، وهذا يدل على عدم وجود فرق معنوي بين الاختبارين القبلي والبعدى، أما النسبة المئوية للتطور فبلغت (4.13%). ولغرض معرفة حقيقة الفروق للأوساط الحسابية بين نتائج المجموعتين التجريبية والضابطة فمن بعرض النتائج كما هو مبين في الجدول (14)

الجدول (14) يبين لأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمتي (T) المحسوبة والجدولية للمجموعتين التجريبية والضابطة في اختبار الدقة في الاعداد:

المجموعة	الاختبار البعدى		قيمة (T) المحسوبة	قيمة (T) الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
	س-	ع +					
التجريبية	13.83	7.11	2.96	2.07	22	0,05	معنوي
الضابطة	10.58	5.16					

أما نتائج عينة البحث في اختبار الدقة في الاعداد في الاختبار البعدى فقد بلغ الوسط الحسابي (13.83) ، وبانحراف معياري (7.11) للمجموعة التجريبية و (10.58)، وبانحراف معياري (5.16) للمجموعة الضابطة وباستخراج قيمة (T) المحسوبة والبالغة (2.96) فقد كانت أكبر من قيمة (T) الجدولية البالغة (2,07) تحت درجة حرية (22) وبمستوى خطأ (0,05) وهذا يدل على وجود فرق معنوي بين المجموعتين ولصالح المجموعة التجريبية. ويفسر الطالبان الباحثان التطور الواضح للمجموعة التجريبية عن المجموعة الضابطة إلى تركيز الباحث على هذه المهارة من خلال الوحدات التعليمية المقترحة إذ تعد هذه المهارة هي بعد مهارة الاستقبال استخداما في اللعب وهي نوع من الاستقبال ومن بين أنواع التمير من الأعلى هو استلام الكرة باليدين أو بيد واحدة من اعلى ومن الأسفل بتوجيهها للأعلى مع تغير اتجاهها بدون استقرارها على اليدين .

الشكل رقم (08) يبين الأوساط الحسابية للمجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار القبلي البعدى في اختبار الدقة في الاعداد.



يؤكد الشكل البياني رقم (04) الفرق بين نتائج المتوسطات الحسابية القبلية والبعديتين لعينتي البحث في اختبار مهارة استقبال الرسائل ، يتضح أن المجموعة التجريبية قد حققت أحسن تطور . ويبرر الطالبان الباحثان ذلك الى الوحدات التعليمية المقترحة.

1-2-5. عرض نتائج اختبار الضربة الساحقة :

الجدول (15) يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري للفروق وقيمتي (T) المحسوبة والجدولية في

الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة اختبار الضربة الساحقة:

المجموعة	الفرق بين الاختبارين		قيمة (T) المحسوبة	قيمة (T) الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية	نسبة التطور %
	ع	ف ⁻						
التجريبية	0.41	2.92	3.97	2,20	11	0,05	معنوي	26.96%
الضابطة	0.42	3.42	2.65				معنوي	32.32%

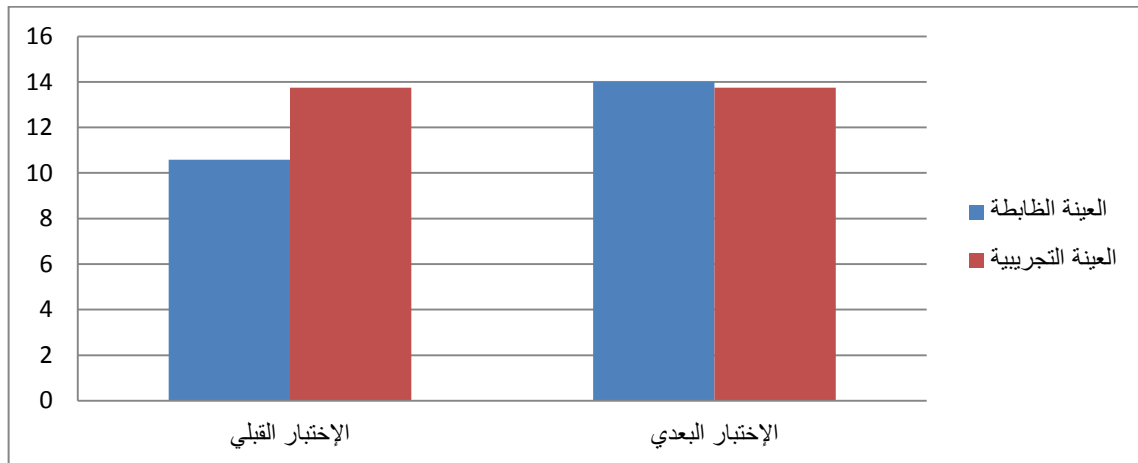
يوضح الجدول (15) نتائج اختبار الضربة الساقطة لعينة البحث في الاختبارين القبلي والبعدي فقد أظهرت النتائج وجود فرق معنوي إذ بلغ الوسط الحسابي للفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية (2.92) وبانحراف معياري للفروق (0.41) وباستخراج قيمة (T) المحسوبة والبالغة (3.97) اتضح إنها أكبر من قيمة (T) الجدولية البالغة (2,20) تحت درجة حرية (11) وبمستوى خطأ (0,05) وهذا يدل على وجود فرق معنوي بين الاختبارين القبلي والبعدي، أما النسبة المئوية للتطور فبلغت (26.96%) أما الوسط الحسابي للفروق في المجموعة الضابطة فقد بلغ (3.42) وبانحراف معياري للفروق (0.42) وباستخراج قيمة (T) المحسوبة والبالغة (2.65) اتضح أنها أكبر من قيمة T الجدولية البالغة (2,20)، وهذا يدل على وجود فرق معنوي بين الاختبارين القبلي والبعدي، أما النسبة المئوية للتطور فبلغت (32.32%). ولغرض معرفة حقيقة الفروق للأوساط الحسابية بين نتائج المجموعتين التجريبية والضابطة فمن بعرض النتائج كما هو مبين في الجدول (16)

الجدول (16) يبين لأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمتي (T) المحسوبة والجدولية للمجموعتين التجريبية والضابطة في اختبار الضربة الساقطة:

المجموعة	الاختبار البعدي		قيمة (T) المحسوبة	قيمة (T) الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
	س ⁻	ع ⁺					
التجريبية	13.75	5.07	0.22	2,07	22	0,05	غير معنوي
الضابطة	14	7.19					

أما نتائج عينة البحث في اختبار الضربة الساحقة في الاختبار البعدي فقد بلغ الوسط الحسابي (13.75) ، وبانحراف معياري (5.07) للمجموعة التجريبية و (14) ، وبانحراف معياري (7.19) للمجموعة الضابطة وباستخراج قيمة (T) المحسوبة والبالغة (2.65) فقد كانت اصغر من قيمة (T) الجدولية البالغة (2,07) تحت درجة حرية (22) وبمستوى خطأ (0,05) وهذا يدل على عدم وجود فرق معنوي بين المجموعتين ، ويفسر الطالبان الباحثان عدم ظهور فرق معنوي بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي رغم تطورهما عن الاختبار القبلي هو التكرار المتزايد لهذه المهارة في كل وحدة تعليمية يعد هذا النوع من اكثر الانواع تكرار في الملعب مقارنة بالأنواع الأخرى من المهارات (الجميلى، 2010، صفحة ص221)

الشكل رقم (09) يبين الأوساط الحسابية للمجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار والقبلي البعدي في اختبار الضربة الساحقة.



يؤكد الشكل البياني رقم(05) الفرق بين نتائج المتوسطات الحسابية القبلي والبعدي لعينتي البحث في اختبار الضربة الساحقة ، يتضح أن المجموعتين كانت مقاربتين في اداء مهارة السحق.

3-1. المقارنة بين نتائج المجموعتين أثناء المنافسة (الفعالية المهارية الهجومية)

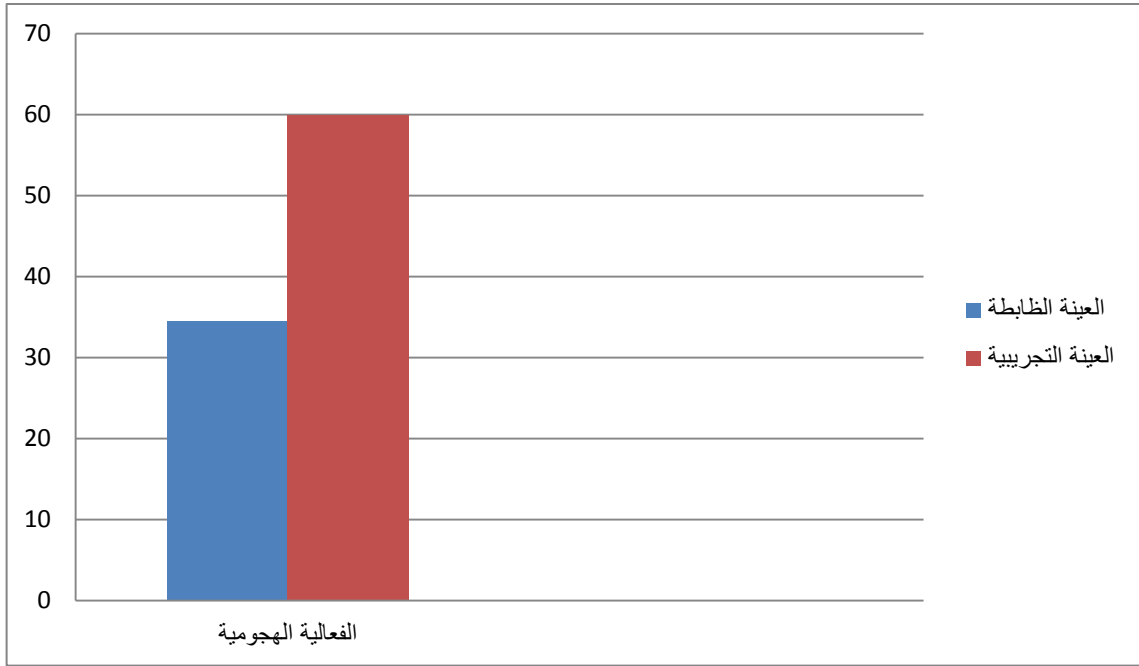
جدول رقم (17) يبين نتائج الفعالية الهجومية للعينتين:

الهجمات	عدد العينة	عدد الهجمات	عدد الهجمات المسجلة	النسبة المئوية	وقت المنافسة
المجموعة	12	30	18	60%	15د

					التجربة
15د	34.48%	10	29	12	المجموعة الطابطة

من خلال الجدول رقم (17) يتضح لنا من مقارنة نتائج الفعالية الهجومية تحصلت فيه المجموعة التجريبية على نسبة فعالية في الهجوم تقدر ب 60% والمجموعة الشاهدة تحصلت على 34.48% وهذا ما يدل على وجود فرق لصالح المجموعة التجريبية في عدد الهجمات المسجلة. مما سبق ذكره وانطلاقاً من الفرق الموجود بين النسبتين المئويتين التي تقدر والملاحظة الميدانية نستنتج أنه حدث تطور واضح في فعالية الهجوم لدى المجموعة التجريبية. ويفسر الطالبان الباحثان ذلك الى تحسن العينة التجريبية في اداء مهارة الاستقبال ، التي تلعب دور هام في رفع الفعالية الهجومية ونلاحظ ذلك في الشكل البياني رقم (06)

الشكل رقم (10) يبين نتائج الفعالية الهجومية للعينتين:



يؤكد الشكل البياني رقم (05) الفرق بين المجموعتين في الفعالية الهجومية ، يتضح أن المجموعة التجريبية كانت احسن اداء اثناء المنافسة.

2- الاستنتاجات:

- في ضوء المعالجات الإحصائية لنتائج اختبارات المهارة توصل الطالبان الباحثان إلى الاستنتاجات الآتية:
- الوحدات التعليمية المقترحة المطبقة على المجموعة التجريبية كان تأثيرها ايجابيا في تعليم بعض المهارات الاساسية .
- كانت نسبة تحسن أفراد المجموعة التجريبية أفضل في الاختبارات المهارة ، من أفراد المجموعة الضابطة الذين حصلوا على نسبة تطور أقل.
- فعالية الهجوم للمجموعة التجريبية احسن من المجموعة الضابطة .

2-1. الاستنتاج العام :

- للوحدات التعليمية المقترحة أثر إيجابي في تعليم بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة لدى تلاميذ الثالثة ثانوي.

3- مناقشة الفرضيات:

3-1. الفرضية الأولى:

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين العينتين التجريبية والظابطة في الاختبار البعدي لصالح العينة التجريبية. من خلال الجداول رقم (14.12.10.8) التي توضح الاختبارات البعدية لعيني البحث في اختبارات مهارة الاستقبال بكل انواعه من اعلى وأسفل ، نلاحظ أن العينة التجريبية حققت تحسن افضل نظرا لتطبيق عليها الوحدات التعليمية المقترحة ، مقارنة بالعينة الضابطة.

3-2. الفرضية الثانية:

- نسبة التحسن للمجموعة التجريبية أعلى من المجموعة الضابطة، من خلال الجداول (13.11.9.7) التي تبين النسب المئوية للتحسن في أداء مهارة الاستقبال والتي تراوحت ما بين 34.02% كأصغر نسبة و 62.37% كأكبر نسبة بالنسبة للعينة التجريبية ، توضح التحسن في أداء مهارة الاستقبال والفعالية الهجومية ، اعلى من المجموعة الضابطة التي تراوحت النسب ما بين 2.12% كأصغر قيمة و 32.32% كأكبر قيمة، ومنه فإن الفرضية القائلة نسبة التحسن للمجموعة التجريبية أعلى من المجموعة الضابطة في مهارة الاستقبال والفعالية الهجومية في الكرة الطائرة قد تحققت .

4- خلاصة عامة:

يجمع كثير من العلماء الباحثين في مجال التعليم الحديث الاعتماد على أسس علمية و هذا لرفع مستوى الانجاز و يكون هذا الانجاز تحت إطرارات علمية مؤهلة علميا و عمليا لأن التعليم عملية تربوية هادفة ذات تخطيط علمي لإعداد التلاميذ في مختلف الجوانب بدنيا، مها ريا و نفسيا و هناك عدة أساليب متبعة و متداولة عند كثير من المدرسين، كما أن التطور في مجال البحث العلمي ومنه التعليم الرياضي أصبح ضرورة من ضروريات التقدم الذي

يتصف به العصر الحديث، ومن المعروف أن الهدف الرئيسي للأبحاث الرياضية في مختلف المجالات بصفة عامة و الكرة الطائرة بصفة خاصة هو العمل على رفع مستوى أداء التلاميذ وعليه تم تقسيم البحث إلى بابين :

* الباب الأول:

و هو الدراسة النظرية و لقد تم التطرق إلى جمع معلومات تخدم موضوع البحث و تنظيمها في ثلاث فصول، حيث اشتمل الفصل الأول على التربية البدنية والرياضية أما الفصل الثاني فقد تضمن المتطلبات المهارية للكرة الطائرة أما الفصل الثالث فقد تضمن المرحلة العمرية وهي مرحلة المراهقة.

* الباب الثاني:

و هو الجانب التطبيقي حيث تم التطرق في هذا الباب إلى الدراسة الميدانية الذي يحتوي على فصلين، حيث يتضمن الفصل الأول منهجية البحث و إجراءاته الميدانية و الذي تضمن الدراسة الاستطلاعية كما شملت هذه الدراسة على الاختبارات المهارية الميدانية طبقت على خمسة (12) تلاميذ من ثانوية ديدوش مراد بتيارت و بعد المعالجة الإحصائية للنتائج المتحصل عليها باستخدام معامل بيرسون تأكدنا من صدق و ثبات الاختبارات و بعدها تم التطرق إلى الدراسة الأساسية التي تضمنت منهج البحث و مجالاته و عينة البحث و قد تم الاعتماد على المنهج التجريبي لملائمته لطبيعة مشكلة البحث و الذي من الممكن بواسطته الحصول على نتائج ذات درجة عالية من الموضوعية و طبقت الدراسة على (24) تلميذ تم تقسيمهم إلى عينتين متساويتين الأولى تمارس نشاطها بالبرنامج العادي و الثانية تمارس نشاطها بالوحدات المقترحة أما الفصل الثاني فقد تضمن :

- عرض و مناقشة النتائج المتحصل عليها باستخدام المقاييس الإحصائية التالية:

المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، اختبار دلالة الفروق « T » ستودنت ونسبة التحسن.

-الاستنتاجات و مناقشة فرضيات البحث حيث استخلصنا ما يلي:

-للبرنامج التعليمي المقترح اثر ايجابي في تحسين مهارة الاستقبال التي بدورها لها دور في بناء فعالية الهجوم في الكرة الطائرة.

5- الاقتراحات والتوصيات:

على ضوء النتائج التي تحصلنا عليها من خلال تطبيق المنهج التجريبي والإطلاع على الأسباب المختلفة تبين لنا بالرغم من أهمية " الإستقبال " في دورة الكرة الطائرة إلا أنه لم يحضى بعناية وأهمية في المخطط الدوري للكرة الطائرة.

وهذا ما يجعلنا نستخلص أن هذه المهارة ضرورية في المرحلة الثانوية وكذا في الكرة الطائرة. فالتلاميذ يقومون بأداء الإستقبال بالرغم من أنه لم يتعلموه ولم يعطى لهم إلا معلومات قليلة حول هذه المهارة ولنصل إلى تطوير وتعليم هذه التقنية بشكل أحسن نتقدم بهذه التوصيات والإقتراحات إلى كل المعنيين والمؤسسات التربوية والتعليمية.

- إدخال نشاط الكرة الطائرة ضمن الدورات الرياضية داخل المؤسسات التربوية.

- الزيادة من وقت الحصص التعليمية وكذا زيادة عدد حصص التربية البدنية خلال الأسبوع الواحد.

- إعطاء أهمية بالغة لرياضة الكرة الطائرة داخل المؤسسات التربوية وخارجها.

- القيام ببحوث مشاهجة على الصفات بدنية وعلاقتها بالأداء المهاري للكرة الطائرة.

المصادر والمراجع

1. أكرم زكي خطابية. (2002). موسوعة الكرة الطائرة الحديثة. القاهرة : دار الفكر العربي.
2. أمين أنور الخولي وجمال الدين الشافعي. (2000). مناهج التربية البدنية المعاصرة. القاهرة: دار الفكر العربي.
3. أمين أنور الخولي. (1996). أصول التربية البدنية و الرياضية البدنية و الرياضية. القاهرة.
4. أمين أنور الخولي. (2001). : أصول التربية البدنية والرياضية، ط3، ص . 24 . القاهرة: دار الفكر العربي.
5. أمين أنور الخولي. (2004). دائرة المعارف الرياضية والتربية البدنية سلسلة (1). القاهرة: دار الفكر العربي القاهرة.
6. جوناثان دوهيرتي وريتشارد بايلي. (2005). دعم التطور البدني والتربية البدنية في سنوات الطفولة المبكرة، ترجمة : منال كرم، ط1، ، 2005، . القاهرة: مجموعة النيل العربية.
7. حب الله علي سحن. (2003). الكرة الطائرة الجزء الأول. القاهرة: دار الفكر العربي.
8. حسن زكي محمد . (1998). بناء المهارات الفنية والخططية في الكرة الطائرة. الاسكندرية: منشأة المعارف.
9. حسن عبد الجواد. (1999). مبادئ الألعاب الإعدادية . القاهرة: دار الفكر العربي.
10. رايح تركي. (1990). اصول التربية والتعليم . الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية.
11. ريسان مجيد ولؤي غالب. (2002). : التربية البدنية والحركية للأطفال في سن ما قبل المدرسة، ط1، ، ، 2002، . عمان: دار الثقافة للنشر والتوزيع.
12. زكي محمد الحسن. (1998). ، الكرة الطائرة (بناء المهارات الفنية) . الإسكندرية : منشأة المعارف.
13. زينب فهمي عبد الله المعطي. (1994). ، الكرة الطائرة ، . طرابلس: الشركة العالمية للنشر.
14. سارلز بيوكر. (1964). أسس التربية البدنية، ترجمة حسن كمال،. القاهرة.
15. سعد حماد أجميلي. (2008). الكرة الطائرة مبادئها وتطبيقاتها الميدانية، . عمان: دار دجلة.
16. سعد حماد أجميلي. (2010). كرة الطائرة وتدريباتها الميدانية المهارية الإرسال الاستقبال الإعداد. عمان: دار دجلة.

17. سعد حماد أجميلي . (2010). كرة الطائرة وتدريباتها الميدانية المهارية الإرسال الاستقبال الإعداد. عمان: (، دار دجلة، 2010).
18. عبد الحميد الشاذلي. (2001). علم النفس ،، الطبعة الثانية ،، 2001 ص. الإسكندرية : المطبعة الجامعية الأزراطية .
19. عبد الحميد شرف. (2000). تكنولوجيا التعليم في التربية الرياضية ، ط1 . القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
20. عبد الحميد شرف. (2005). : التربية الرياضية والحركية للأطفال الأسوياء ومتحدي الإعاقة، ط2، . القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
21. عبد الرحمان العيسوي. (2002). ، سيكولوجيا النمو ، ، بدون طبعة ، . بيروت: دار النهضة العربية للطباعة والنشر.
22. عبد المنعم عبد القادر الميلادي. (2004). ، سيكولوجية المراهقة ، ، بدون طبعة . القاهرة: مؤسسة الشباب الجامعية.
23. عصام عبد الخالق. (1992). التدريب الرياضي (نظرياته و تطبيقاته).
24. علي فاتح الهنداوي. (2002). ، علم النفس الطفولة والمراهقة ، بدون طبعة. القاهرة: العين دار الكتاب الجامعي.
25. علي فاتح الهنداوي. (2002). ، علم النفس الطفولة والمراهقة ، بدون طبعة، . القاهرة: العين دار الكتاب الجامعي.
26. علي مصطفى طه. (1999). الكرة الطائرة، تاريخ، تعلم، تدريب قانون ط1. القاهرة: دار الفكر العربي.
27. فؤاد افرام السبتاني. (1995). منجد الطالب الطبعة الثالث و الأربعون ، ، . بيروت: دار المشرق.
28. فوزي محمد جبل. (2001). ، علم النفس العام ، ، بدون طبعة ، . مصر: المكتب الجامعي الحديث ، الأزراطية ، الإسكندرية.
29. فيصل عياش. (1987). الموجز في علم الحركة. مستغاثم: منشورات ومطبعة المدرسة العليا لأساتذة التربية البدنية والرياضية .

30. فيصل ياسين الشاطي: محمد عوض بسيوني . (1992). نظريات و طرق التربية البدنية.
31. قاسم المندلأوي. (1990). - دليل الطالب في التطبيقات الميدانية للتربية المدنية والرياضية ص 10. العراق: جامعة الموصل.
32. محمد حسن علاوى , محمد نصر الدين رضوان. (1987). الاختيارات البدنية والتقنية في مجال ت.ر.
33. محمد خلفوني. (2000). - مذكرة تخرج ليسانس المجتمع الجزائري و ممارسة المراءة للرياضية البدنية دفعة 124. الجزائر: جامعة الجزائر.
34. محمد سعد زغلول و محمد لطفي السيد . (2001). الأسس الفنية لمهارات الكرة الطائرة للمعلم والمدرّب , ط1 . القاهرة: مطابع امون .
35. محمد سعد زغلول. (2001). تكنولوجيا التعليم وأساليبها في التربية الرياضية، ط1، . القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
36. محمد سعد زغلول. (2002). مدخل التربية الرياضية، بدون طبعة، ، 2002، . . القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
37. محمد سعيد عزمي. (2004). : أساليب تطوير درس التربية الرياضية في مرحلة التعليم الأساسي بين النظرية والتطبيق، ط1،، ص . 12،13. الإسكندرية: دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر.
38. محمد وجيه محجوب. (1989). علم الحركة.
39. محمود عوض بسيون يفصل ياسين الشاطي. (1992). - : نظريات و طرق التربية البدنية 29. الجزائر : د/ المطبوعات الجامعية.
40. مفتي إبراهيم حماد. (2002). المهارات الرياضية (أسس التعليم والتدريب).
41. رمضان محمد القذافي . (1997). ،علم النفس النمو الطفولة و المراهقة ،، بدون طبعة ، مصر ، ، 353-354. الإسكندرية: المكتبة الجامعية الإسكندرية.
42. نادبة شرادي. (2000). ، التكيف المدرسي للطفل و المراهق ، الطبعة الأولى . ، بيروت : دار الراتب الجامعي.

43. ناهد محمود سعد ونيللي رمزي فهميم. (2004). : طرق التدريس في التربية الرياضية، ط2. القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
44. هنية محمود الكاشف. (2004). : دور التربية الرياضية في تنمية الوعي السياسي، ط1. الإسكندرية: دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر.
45. يحيى ندى. (بدون سنة). الكرة الطائرة. القاهرة: الدار العربية للعلوم.

المذكرات والمجلات:

1. - (FIVB) 2001-2004. القواعد الرسمية للكرة الطائرة
2. أحمد رواق : تقدير الذات البدنية والمهارية وعلاقتها بدقة أداء المهارات الهجومية لدى لاعبي الكرة الطائرة، رسالة ماجستير غير منشورة (معهد التربية البدنية والرياضية، سيدي عبد الله جامعة الجزائر).
3. الأطرش زبير : فعالية مهارة الصديفي الكرة الطائرة ومدى تأثيرها على مستوى أداء الفريق ضمن المنافسات الوطنية، (رسالة ماجستير غير منشورة)، معهد التربية البدنية والرياضية، سيدي عبد الله، جامعة الجزائر، 2007-2008
4. اللجنة الوطنية للمناهج. (2005). : الوثيقة المرافقة لمنهاج السنة الرابعة متوسط،، 2005، ص.103. الديوان الوطني للمطبوعات المدرسية: ،الجزائر.
5. مديرية التعليم الثانوي : مناهج التربية البدنية والرياضية للتعليم الثانوي،الجزائر، جوان1996
6. المركز الوطني للوثائق التربوية. (1997). من قضايا التربية - التربية البدنية.
7. وزارة التعليم الإبتدائي والثانوي، مديرية التكوين والتربية خارج المدارس خارج المديرية الفرعية للتكوين، دروس في التربية وعلم النفس سنة1973

الملاحق

التوزيع الزمني للوحدات التعليمية للمجموعة التجريبية:

الأسبوع الأول	الأسبوع الثاني	الأسبوع الثالث	الأسبوع الرابع
2014/01/09	2014/01/15	2014/01/22	2014/01/29
- اختبار قبلي لكل المهارات	الحصّة الأولى	الحصّة الثانية	الحصّة الثالثة
الأسبوع الخامس	الأسبوع السادس	الأسبوع السابع	الأسبوع الثامن
2014/02/05	2014/02/12	2014/02/19	2014/02/26
الحصّة الرابعة	الحصّة الخامسة	الحصّة السادسة	الحصّة السابعة
الأسبوع التاسع	الأسبوع العاشر	الأسبوع العاشر	الأسبوع العاشر
2014/03/05	2014/03/12	2014/03/12	2014/03/20
الحصّة الثامنة	الحصّة التاسعة	الحصّة التاسعة	- الإختبار البعدي - منافسة بعدية

الوحدات التعليمية المقترحة

لنشاط كرة الطائرة

مذكرة رقم : 01		المؤسسة : ثانوية ديدوش مراد		النشاط: الكرة الطائرة		
هدف النشاط :		-تعليم وضعية الاستعداد في الحالة الطبيعية.				
مراحل التعلم	الأهداف الإجرائية	وضعيات التعلم	ظروف الإنجاز	معايير النجاح		
مرحلة التحضير	- تهيئة نفسية وتحضير فيزيولوجي عام	- على شكل 04 أفواج . - جري خفيف حول الميدان , القيام ببعض الحركات الخاصة بالتسخين . - القيام بلعبة التمريرات العشرة مع القيام ببعض الترنينات الخاصة بالمرونة .	* اقتراح تمارين تسخينية من طرف التلاميذ .	- 04د عمل في كل ورشة و 04 د عمل بين الورشات .		
مرحلة التعلم	- الإحساس والتعود على ملامسة الكرة . - تعلم قواعد التمرير البسيط . - الإحساس بقوة الدفع .	- <u>الموقف الأول</u> : مدة الإنجاز..... 10د على شكل منافسة : - القيام بالتمريرات 10 وذلك بمسك الكرة باليدين ثم تمريرها بكلتي اليدين معا , والفريق الذي ينهي الأول دون اسقاط الكرة هو الفائز . - <u>الموقف الثاني</u> : مدة الإنجاز 15د..... - كل مجموعتين متقابلتين , الأول من كل مجموعة يمسك الكرة ثم يرفعها قليلا كي يدفعا بكلتي اليدين وهذا على بعد حوالي 3 أمتار . - <u>الموقف الثالث</u> : مدة الإنجاز..... 10د - نفس التمرين لكن هذه المرة بالزيادة في المسافة , إلى حوالي 10 أمتار .	* المسك الجيد للكرة أثناء الاستقبال وبكلتا اليدين معا . * دفع الكرة بمسار منحني وفي الاتجاه الصحيح الموجود فيه الزميل المقابل . * ملامسة الكرة بالأصابع واحترام المسافة .	- تجنب الاصطدامات والتدخلات العنيفة - تجنب دفع الكرة براحة اليد . - التركيز على الانحاء واستعمال الوضعية المنخفضة للجسم		
مرحلة التقييم	- مناقشة وتقييم .	- جمع التلاميذ ومناقشتهم حول الحصة . - فتح مجال المناقشة .	* المشاركة الفعالة.	- توجيه التلاميذ لأهمية الراحة و الاسترجاع.		

مذكرة رقم : 02		المؤسسة : ثانوية ديدوش مراد		النشاط : الكرة الطائرة	
هدف النشاط :		- التحكم في الكرة			
مراحل التعلم	الأهداف الإجرائية	وضعيات التعلم	ظروف الإنجاز	معايير النجاح	
مرحلة التحضير	<ul style="list-style-type: none"> - القيام بالتحضير البدني والنفسي قبل النشاط . - التجمع بالوضعيات . 	<ul style="list-style-type: none"> - كل فوج في منطقته : - يقوم التلاميذ بالحركة البسيطة والحرّة في كل الاتجاهات داخل الساحة .وعند سماع رقم أو وضعية معينة . مثل : جلوس ,وقوف , للأمام ,للوراء, قف , 02, 03 يقوم التلاميذ بانجازها بسرعة . 	<ul style="list-style-type: none"> - السرعة في انجاز الوضعيات . - الانتباه . - التركيز 	<ul style="list-style-type: none"> - 10د عمل . 	
مرحلة التعلم	<ul style="list-style-type: none"> - الدقة في التوجيه . - القدرة على الاحتفاظ بالكرة دون ارتكاب الأخطاء . - تطبيق الهدف المدروس 	<ul style="list-style-type: none"> - <u>الموقف الأول</u> : مدة الإنجاز.....15د - على شكل دائرة مشكّلة من التلاميذ , يتوسطها أحد التلاميذ , يقوم كل تلميذ بتمرير الكرة للوسط ويحاول الانتقال لأخذ مكانه , ثم يقوم باستقبال الكرة وتمريرها والانتقال إلى مكان زميله - <u>الموقف الثاني</u> : مدة الإنجاز.....10د - على شكل مثلث يقوم كل تلميذ بالاحتفاظ بالكرة عن طريق تمريرها في السماء والمشى بها للمسافة المحددة وإعطائها لزميله الذي بدوره يقوم بنفس العمل . - <u>الموقف الثالث</u> : مدة الإنجاز.....10د - على شكل منافسة بين الأفواج . - فريق ضد فريق في الملعب الرسمي . استعمال (3) تمريرات في الفريق الذي يحاول إسقاط الكرة في المنطقة المقابلة ويتفادى إسقاطها في منطقته / استعمال نظام الدورات . - ف1 =//= 3 ف - ف2 =//= 4 ف 	<ul style="list-style-type: none"> * استعمال الوضعية الأساسية أثناء التنقل نحو الكرة في حدود ضيقة . * تغطية مساحة اللعب بالتنقل السريع نحو الكرة . * التحكم في التنقلات نحو الكرة . * تطبيق الثلاثة تمريرات . 	<ul style="list-style-type: none"> - تمديد الذراعين في الاتجاه المطلوب بعد التمرير . - الانطلاقة تكون بالتمرير والاستقبال ولمس الكرة. - تحفيزهم على استعمال 3 تمريرات بين أعضاء المجموعة - توجيه الكرة . 	
مرحلة التقييم	<ul style="list-style-type: none"> - مناقشة وتقييم . 	<ul style="list-style-type: none"> - جمع التلاميذ ومناقشتهم حول الحصّة . - فتح مجال المناقشة . 	<ul style="list-style-type: none"> * البحث على تحسين النتيجة. 	<ul style="list-style-type: none"> - توجيه التلاميذ لأهمية التقييم 	

مذكرة رقم : 03		المؤسسة : ثانوية ديدوش مراد		النشاط : الكرة الطائرة	
هدف النشاط :		التحكم في مسار الكرة (الدقة) .			
مراحل التعلم	الأهداف الإجرائية	وضعيات التعلم	ظروف الإنجاز	معايير النجاح	
مرحلة التحضير	<ul style="list-style-type: none"> - القيام بالتحضير البدني والنفسي لبداية النشاط . - لعبة الأرقام والوضعيات . 	<ul style="list-style-type: none"> - كل فوج في منطقتة : - يقوم التلاميذ بالحركة البسيطة والحرة في كل الاتجاهات داخل الساحة . وعند سماع رقم أو وضعية معينة . مثل : جلوس , وقوف , للأمام , للوراء , قف , 02, 03, يقوم التلاميذ بانجازها بسرعة . 	<ul style="list-style-type: none"> - فهم قواعد اللعبة . - السرعة في الانجاز . 	<ul style="list-style-type: none"> - 10 د عمل . - الانتباه . - التصور المسبق 	
مرحلة التعلم	<ul style="list-style-type: none"> - كيفية امتصاص قوة مسار الكرة . - تعلم توجيه الكرة لليمين واليسار مع الحفاظ على الوضعية الأساسية للجسم . - تحسين التمرير والاستقبال أثناء التنقل . 	<ul style="list-style-type: none"> - <u>الموقف الأول</u> : مدة الإنجاز.....15د - عمل بالمجموعات : - كل مجموعة تقابل الأخرى والقيام بالتمرير والاستقبال على بعد (03)امتر , في البداية مع محاولة عدم مسك الكرة إلى للضرورة . - <u>الموقف الثاني</u> : مدة الإنجاز.....15د - عمل ثلاثي : - على شكل مثلث والقيام بالتمرير والاستقبال دون مسك الكرة والحفاظ على الوضعية الأساسية للجسم . - <u>الموقف الثالث</u> : مدة الإنجاز.....10د - شبه منافسة بين الأفواج . - بين (03) لاعبين والفريق الذي يحتفظ بالكرة لأكبر مدة زمنية هو الفائز 	<ul style="list-style-type: none"> *الانحناء والتنقل نحو اتجاه الكرة للاستقبال . * التحكم في التمرير والاستقبال . * الاثارة والتنافس . 	<ul style="list-style-type: none"> - استعمال التمريرة - تمرير الكرة عالية حتى يتسنى للآخر استقبالها وإرجاعها مع الحفاظ على الوضعية الأساسية للجسم . - الاعتماد على الاستقبال الجيد والتمريرات القصيرة 	
مرحلة	<ul style="list-style-type: none"> - مناقشة وتقييم . 	<ul style="list-style-type: none"> - جمع التلاميذ ومناقشتهم حول الحصه . - فتح مجال المناقشة . 	<ul style="list-style-type: none"> * البحث على تحسين النتيجة. 	<ul style="list-style-type: none"> - توجيه التلاميذ لأهمية التقييم الفردي 	

النشاط: الكرة الطائرة		المؤسسة : ثانوية ديدوش مراد		مذكرة رقم : 04
		تعليم التلميذ الوضعية الأساسية أثناء الاستقبال		هدف النشاط :
معايير النجاح	ظروف الإنجاز	وضعية التعلم	الأهداف الإجرائية	مراحل التعلم
<ul style="list-style-type: none"> - 10 د عمل . - احترام الزميل المسير والمشارك في التنظيم 	<ul style="list-style-type: none"> * الحفاظ على الايقاع المناسب أثناء الجري . 	<ul style="list-style-type: none"> - عمل بالأفواج . - جري خفيف حول الميدان , القيام ببعض الحركات الخاصة بالتسخين . تمارينات خاصة بالمرونة . - تمارينات خاصة بالتقوية العضلية . 	<ul style="list-style-type: none"> - تهيئة نفسية وتحضير فيزيولوجي عام 	مرحلة التحضير
<ul style="list-style-type: none"> - استعمال التمريرة - تمرير الكرة عالية حتى يتسنى للآخر استقبالها وإرجاعها مع الحفاظ على الوضعية الأساسية للجسم . - الاعتماد على الاستقبال الجيد والتمريرات القصيرة 	<ul style="list-style-type: none"> *الانحناء والتنقل نحو اتجاه الكرة للاستقبال . * التحكم في التمرير والاستقبال . * الاثارة والتنافس . 	<p>الحالة التعليمية رقم 02:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <u>الموقف الأول</u> : مدة الإنجاز.....15د - عمل بالمجموعات : - كل مجموعة تقابل الأخرى والقيام بالتمرير والاستقبال على بعد (03)امتر , في البداية مع محاولة عدم مسك الكرة إلى للضرورة . - <u>الموقف الثاني</u> : مدة الإنجاز.....15د - عمل ثلاثي : - على شكل مثلث والقيام بالتمرير والاستقبال دون مسك الكرة والحفاظ على الوضعية الأساسية للجسم . - <u>الموقف الثالث</u> : مدة الإنجاز.....10د - شبه منافسة بين الأفواج . - بين (03) لاعبين والفريق الذي يحتفظ بالكرة لأكثر مدة زمنية هو الفائز 	<ul style="list-style-type: none"> - كيفية امتصاص قوة مسار الكرة . - تعلم توجيه الكرة لليمين واليسار مع الحفاظ على الوضعية الأساسية للجسم . - تحسين التمرير والاستقبال أثناء التنقل . 	مرحلة التعلم
<ul style="list-style-type: none"> - تقديم النتائج وبعض الملاحظات 	<ul style="list-style-type: none"> - المشاركة في المناقشة والتقييم 	<ul style="list-style-type: none"> - تقديم ملاحظات وفتح النقاش مع الأستاذ . 	<ul style="list-style-type: none"> المشاركة في المناقشة والتقييم 	مرحلة

مذكرة رقم : 05		المؤسسة : ثانوية ديدوش مراد		النشاط : الكرة الطائرة	
هدف النشاط : 2		الاستقبال مع الحركة.			
مراحل التعلم	الأهداف الإجرائية	وضعية التعلم	ظروف الإنجاز	معايير النجاح	
مرحلة التحضير	- تهيئة نفسية وتحضير فيزيولوجي عام	- عمل بالأفواج . - جري خفيف حول الميدان , القيام ببعض الحركات الخاصة بالتسخين . - تمرينات خاصة بالمرونة . - تمرينات خاصة بالتقوية العضلية .	* الحفاظ على الإيقاع المناسب أثناء الجري .	- 10 د عمل . - احترام الزميل المسير والمشارك في التنظيم . (قائد الفوج)	
مرحلة التعلم	- الإحساس بقوة الدفع . - كيفية ارسال الكرة فوق الشبكة . - الدقة في توجيه الكرة لمنطقة الخصم .	الحالة التعليمية رقم 02: الموقف الأول : مدة الإنجاز10د عمل بالمجموعات : كل مجموعة تقابل الأخرى والقيام بمسك الكرة ودفعها على شكل ارسال للزميل المقابل على بعد حوالي (06) أمتار . الموقف الثاني : مدة الإنجاز15د عمل في الميدان الرسمي , من وراء خط النهاية المجموعة الأولى , كل واحد منهم يحمل كرة ويقوم بارسالها من وراء خط النهاية وفوق الشبكة إلى المنطقة الأمامية . الموقف الثالث : مدة الإنجاز 10د نفس العمل لكن هذه المرة بالتناوب والدقة في الارسال إلى المنطقة الأخرى . - 3 أمتار = 02 نقاط . - 6 أمتار = 01 نقطة	- الانحناء واتخاذ الوضعية المنخفضة أثناء الدفع وارسال الكرة . - استعمال مختلف الوضعيات . - اختيار منطقة (3) أمتار لسقوط الكرة . - اتمام الإرسالات الأخرى داخل المنطقة .	- ضرب الكرة بيد واحدة . - استعمال القوة في الدفع .	
مرحلة التقييم	المشاركة في المناقشة والتقييم	- تقديم ملاحظات وفتح النقاش مع الأستاذ .	- المشاركة في المناقشة والتقييم	- الالتزام بالهدوء والانضباط	

مذكرة رقم : 06		المؤسسة : ثانوية ديدوش مراد		النشاط : الكرة الطائرة	
هدف النشاط :		التحكم في مهارة الاستقبال من مهارة الاستقبال.			
مراحل التعلم	الأهداف الإجرائية	وضعيات التعلم	ظروف الإنجاز	معايير النجاح	
مرحلة التحضير	- تهيئة نفسية وتحضير فيزيولوجي عام	- عمل بالأفواج . - تجري خفيف حول الميدان , القيام ببعض الحركات الخاصة بالتسخين . - تمارينات خاصة بالمرونة . - تمارينات خاصة بالتقوية العضلية .	* الحفاظ على الايقاع المناسب أثناء الجري .	- 10 د عمل . - احترام الزميل المسير والمشارك في التنظيم .(قائد الفوج)	
مرحلة التعلم	- الدقة في التوجيه . - القدرة على الاحتفاظ بالكرة دون ارتكاب الأخطاء . - تطبيق الهدف المدروس	الحالة التعليمية رقم 02: - الموقف الأول : مدة الإنجاز.....15د عمل بالأفواج: كل تلميذ يقابل الآخر والقيام بالتمرير والاستقبال وذلك في مختلف الوضعيات , ثم تشكيل دائرة يتمركزها أحدهم ومواصلة التمرير والاستقبال . - الموقف الثاني : مدة الإنجاز15د في الميدان الرسمي منافسة بين كل (03) لاعبين يفصلهم حاجز (شبكة) ومحاولة التمرير والاستقبال (03) تمريرات) ثم دفع الكرة إلى منطقة الخصم . - الموقف الثالث : مدة الإنجاز..... 10د منافسة بين الأفواج .	* استعمال الوضعية الأساسية أثناء التنقل نحوه الكرة في حدود ضيقة . * تغطية مساحة اللعب بالتنقل السريع نحو الكرة . * التنافس والإثارة .	- تمديد الذراعين في الاتجاه المطلوب بعد التمرير . - الانطلاقة تكون بالتمرير والاستقبال ولمس الارسال . - تحفيزهم على استعمال 3 تمريرات بين أعضاء المجموعة	
مرحلة التقييم	- مناقشة وتقييم .	- تقييم العمل , اعطاء الملاحظات , التحضير للحصة القادمة .	* مشاركة تلقائية من طرف التلاميذ .	- توجيه التلاميذ لأهمية الراحة و الاسترجاع .	

مذكرة رقم : 07		المؤسسة : ثانوية ديدوش مراد		النشاط : الكرة الطائرة	
هدف النشاط :		إرسال الكرة في المنطقة الأمامية للشبكة			
مراحل التعلم	الأهداف الإجرائية	وضعيات التعلم	ظروف الإنجاز	معايير النجاح	
مرحلة التحضير	- تهيئة نفسية وتحضير فيزيولوجي عام	- عمل بالأفواج . - جري خفيف حول الميدان , القيام ببعض الحركات الخاصة بالتسخين . - تمرينات خاصة بالمرونة . - تمرينات خاصة بالتقوية العضلية .	* الحفاظ على الايقاع المناسب أثناء الجري .	- 10 د عمل . - احترام الزميل المسير والمشارك في التنظيم . (قائد الفوج)	
مرحلة التعلم	- الدقة في التوجيه . - القدرة على الاحتفاظ بالكرة دون ارتكاب الأخطاء . - تطبيق الهدف المدروس	الحالة التعليمية رقم 02: - <u>الموقف الأول</u> : مدة الإنجاز.....15د عمل بالأفواج: كل تلميذ يقابل الآخر والقيام بالتمرير والاستقبال وذلك في مختلف الوضعيات , ثم اضافة تلميذ 3 يكلف بالإرسال لأحدهم ومواصلة التمرير والاستقبال لتعاد الى مرسلها. - <u>الموقف الثاني</u> : مدة الإنجاز15د في الميدان الرسمي منافسة بين كل (04) لاعب يرسل الكرة من منطقة الارسال 3 في المنطقة المقابلة (شبكة) يحاولون التمرير والاستقبال (03)تمريرات) ليتم دفع الكرة إلى منطقة الخصم . - <u>الموقف الثالث</u> : مدة الإنجاز..... 10د منافسة بين الأفواج .	* استعمال الوضعية الأساسية أثناء التنقل نحوه الكرة في حدود ضيقة مع تغير الادوار. * تغطية مساحة اللعب بالتنقل السريع نحو الكرة . * التنافس والإثارة .	- تمديد الذراعين في الاتجاه المطلوب بعد التمرير . - الانطلاقة تكون بالتمرير والاستقبال ولمس الارسال . - تحفيزهم على استعمال 3 تمريرات بين أعضاء المجموعة	
مرحلة التقييم	- مناقشة وتقييم .	- تقييم العمل , اعطاء الملاحظات , التحضير للحصة القادمة .	* مشاركة تلقائية من طرف التلاميذ .	- توجيه التلاميذ لأهمية الراحة و الاسترجاع .	

مذكرة رقم : 08		المؤسسة : ثانوية ديدوش مراد		النشاط : الكرة الطائرة	
هدف النشاط :		الإرسال و التميرير .			
مراحل التعلم	الأهداف الإجرائية	وضعيات التعلم	ظروف الإنجاز	معايير النجاح	
مرحلة التحضير	- تهيئة نفسية وتحضير فيزيولوجي عام	- عمل بالأفواج . - جري خفيف حول الميدان , القيام ببعض الحركات الخاصة بالتسخين . - تمرينات خاصة بالمرونة . - تمرينات خاصة بالتقوية العضلية .	* الحفاظ على الايقاع المناسب أثناء الجري .	- 10 د عمل . - احترام الزميل المسير والمشارك في التنظيم .(قائد الفوج)	
مرحلة التعلم	- الدقة في التوجيه . - القدرة على الاحتفاظ بالكرة دون ارتكاب الأخطاء . - تطبيق الهدف المدروس	الحالة التعليمية رقم 02: الموقف الأول : مدة الإنجاز.....15د عمل بالأفواج: كل تلميذ يقابل الآخر والقيام بالتميرير والاستقبال وذلك في مختلف الوضعيات , ثم تشكيل دائرة يتمركزها أحدهم ومواصلة التميرير والاستقبال . الموقف الثاني : مدة الإنجاز15د في الميدان الرسمي منافسة بين فريقين فوج في منطقة الإرسال وفريقين داخل الملعب طلب من الفريقين محاولة التميرير والاستقبال (3تمريرات) لتدفع الكرة إلى منطقة الخصم في حالة ضياع الإرسال 6 مرات يخرج الفريق و يعوضه الفوج المرسل. الموقف الثالث : مدة الإنجاز..... 10د منافسة بين الأفواج . ف1 =/= 3 ف - ف2 =/= 4 .	* استعمال الوضعية الأساسية أثناء التنقل نحوه الكرة في حدود ضيقة . * تغطية مساحة اللعب بالتنقل السريع نحو الكرة . * التنافس والإثارة .	- تمديد الذراعين في الاتجاه المطلوب بعد التميرير . - الانطلاقة تكون بالتميرير والاستقبال ولمس الإرسال . - تحفيزهم على استعمال 3 تمريرات بين أعضاء المجموعة	
مرحلة التقييم	- مناقشة وتقييم .	- تقييم العمل , اعطاء الملاحظات , التحضير للحصة القادمة .	* مشاركة تلقائية من طرف التلاميذ .	- توجيه التلاميذ لأهمية الراحة و الاسترجاع .	

مذكرة رقم : 09 المؤسسة : ثانوية ديدوش مراد		النشاط : الكرة الطائرة		
هدف النشاط :		الإرسال و الاستقبال		
مراحل التعلم	الأهداف الإجرائية	وضعيات التعلم	ظروف الإنجاز	معايير النجاح
مرحلة التحضير	- تهيئة نفسية وتحضير فيزيولوجي عام	- عمل بالأفواج . - جري خفيف حول الميدان , القيام ببعض الحركات الخاصة بالتسخين . - تمرينات خاصة بالمرونة . - تمرينات خاصة بالتقوية العضلية .	* الحفاظ على الايقاع المناسب أثناء الجري .	- 10 د عمل . - احترام الزميل - المسير والمشارك في التنظيم .(قائد الفوج)
مرحلة التعلم	- الدقة في التوجيه . - القدرة على الاحتفاظ بالكرة دون ارتكاب الأخطاء . - تطبيق الهدف المدروس	<u>الحالة التعليمية رقم 02:</u> - <u>الموقف الأول :</u> مدة الإنجاز.....15د عمل بالأفواج: كل تلميذ يقابل الآخر والقيام بالتمرير والاستقبال وذلك في مختلف الوضعيات , ثم تشكيل دائرة يتمركزها أحدهم ومواصلة التمرير والاستقبال . - <u>الموقف الثاني :</u> مدة الإنجاز15د في الميدان الرسمي منافسة بين كل (03) لاعبين يفصلهم حاجز (شبكة) ومحاولة التمرير والاستقبال (03تمريرات) ثم دفع الكرة إلى منطقة الخصم . - <u>الموقف الثالث :</u> مدة الإنجاز.....10د منافسة بين الأفواج .	* استعمال الوضعية الأساسية أثناء التنقل نحوه الكرة في حدود ضيقة . * تغطية مساحة اللعب بالتنقل السريع نحو الكرة . * التنافس والإثارة .	- تمديد الذراعين في الاتجاه المطلوب بعد التمرير . - الانطلاقة تكون بالتمرير والاستقبال ولمس الارسل . - تحفيزهم على استعمال 3تمريرات بين أعضاء المجموعة
مرحلة التقييم	- مناقشة وتقييم .	- تقييم العمل , اعطاء الملاحظات , التحضير للحصة القادمة .	* مشاركة تلقائية من طرف التلاميذ .	- توجيه التلاميذ لأهمية الراحة و الاسترجاع .

	22	30			22	20
1	22	30			20	21
2	20	28			21	22
3	24	30			25	24
4	26	36			29	28
5	22	32			25	24
6	21	28			20	21
7	25	30			24	26
8	27	36			21	20
9	24	32			20	22
10	28	33			28	27
11	22	32			26	28
12	24	35			24	26
التلاميذ	قبلي	بعدي			بعدي	قبلي
	العينة التجريبية				العينة الضابطة	
جدول يوضح الاختبارات القبليّة والبعديّة لمهارة استقبال الارسال.						

1	12	15			8	6
2	10	14			15	14
3	8	12			13	13
4	13	14			10	8
5	7	10			11	10
6	8	12			10	11
7	8	14			8	8
8	14	16			8	7
9	11	14			8	10
10	9	12			12	12
11	6	10			11	9
12	13	17			13	14
تلاميذ	قبلي	بعدي			بعدي	قبلي
	العينة التجريبية				العينة الضابطة	
جدول يوضح الاختبارات القبليّة والبعديّة لمهارة الاعداد.						

1						
2	24	32			25	24
3	23	40			24	22
4	25	35			22	23
5	27	38			26	25
6	20	28			24	26
7	28	36			30	28
8	20	30			28	22
9	18	30			24	20
10	24	36			22	20
11	21	35			22	18
12	23	34			23	19
	قبلي	بعدي			بعدي	قبلي
	العينة التجريبية				العينة الضابطة	
جدول يوضح الاختبارات القبليّة والبعديّة لمهارة التمرير على الحائط						

1	13	12		8	15	
2	15	16		16	13	
3	12	15		14	10	
4	10	8		8	12	
5	11	15		15	8	
6	8	14		17	11	
7	13	15		16	10	
8	10	16		15	8	
9	12	15		13	8	
10	8	12		15	10	
11	7	12		16	12	
12	11	15		15	11	
	قبلي	بعدي		بعدي	قبلي	
	العينة التجريبية				العينة الضابطة	
جدول يوضح الاختبارات القبليّة والبعديّة لمهارة الضربة الساحة.						

1	12	15		8	6
2	10	14		15	14
3	8	12		13	13
4	13	14		10	8
5	7	10		11	10
6	8	12		10	11
7	8	14		8	8
8	14	16		8	7
9	11	14		8	10
10	9	12		12	12
11	6	10		11	9
12	13	17		13	14
	قبلي	بعدي		بعدي	قبلي
	العينة التجريبية			العينة الضابطة	
جدول يوضح الاختبارات القبليّة والبعديّة لمهارة لمهارة الاعداد					

Microsoft Excel (Product Activation Failed)

File Home Insert Page Layout Formulas Data Review View

Clipboard Font Alignment Number Styles Cells Editing

Calibri 11

General

Σ AutoSum

Fill Clear Sort & Filter Find & Select

J18

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T
1	9	12			10	10	1	22	30			22	20							
2	10	16			9	9	2	24	32			25	24							
3	6	12			10	8	3	23	40			24	22							
4	10	15			8	8	4	25	35			22	23							
5	8	12			8	7	5	27	38			26	25							
6	7	12			12	10	6	20	28			24	26							
7	8	14			7	6	7	28	36			30	28							
8	6	12			8	9	8	20	30			28	22							
9	9	14			8	5	9	18	30			24	20							
10	10	16			8	9	10	24	36			22	20							
11	7	12			10	10	11	21	35			22	18							
12	8	12			12	8	12	23	34			23	19							
13	قبلي	بعدي			بعدي	قبلي		قبلي	بعدي			بعدي	قبلي							
14	المينة التجريد				المينة الظالمية			المينة التجريبية				المينة الظالمية								
15				دقة الاستقبال							التمرير على الحائط									
16																				
17																				
18																				
19																				
20																				
21																				
22																				
23																				
24																				
25																				

Sheet4 Sheet5 Sheet6 Sheet8 Sheet9 Sheet11 Sheet12 Sheet7 Sheet1 Sheet2 Sheet3

Ready 100%

15:05 22/05/2014

Microsoft Excel (Product Activation Failed)

File Home Insert Page Layout Formulas Data Review View

Clipboard Font Alignment Number Styles Cells Editing

Calibri 11

General

Σ AutoSum

Fill Clear Sort & Filter Find & Select

E12

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L
1	t-Test: Paired Two Sample for Means											
2												
3		Variable 1	Variable 2									
4	Mean	8,166666667	8,25									
5	Variance	2,151515152	2,568181818									
6	Observations	12	12									
7	Pearson Correlation	-0,135359977										
8	Hypothesized Mean Difference	0										
9	df	11										
10	t Stat	-0,124734513										
11	P(T<=t) one-tail	0,45149202										
12	t Critical one-tail	1,795884819										
13	P(T<=t) two-tail	0,90298404										
14	t Critical two-tail	2,20098516										
15												
16												
17												
18												
19												

اختبارات للفروق
قبلي تجريبية الدقة في الاستقبال

Sheet4 Sheet5 Sheet8 Sheet1 Sheet2 Sheet3

Ready 5 of 24 - Clipboard
Item not Collected: Delete items to increase available space

14:57 22/05/2014

صفحة رئيسية للإعلام الآلي لحساب درجة الفروق باستخدام اختبار الفروق ت

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة عبد الحميد ابن باديس مستغانم

معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية

قسم التربية البدنية و الرياضية

ترشيح بطارية اختبارات مهارية موجهة و وحدات تعليمية

إلى أساتذة معهد التربية البدنية و الرياضية المحترمين لنا عظيم الشرف أن نتقدم إلى سيادتكم المحترمة بطلبنا هذا ، المتمثل في ترشيح مجموعة من الاختبارات المهارية والوحدات التعليمية المناسبة لبحثنا الذي جاء تحت عنوان "أثر وحدات تعليمية مقترحة في تحسين مهارة الاستقبال لبناء الهجوم في الكرة الطائرة لدى تلاميذ المرحلة الثانوية "

تقبلوا منا فائق الاحترام والتقدير

تحت إشراف الاستاذ:

- إبراهيم حرياش

من إعداد الطلبة:

- مريزق لخضر

- يوسف محمد الأمين

6- اختبار استقبال الكرة من الإرسال :

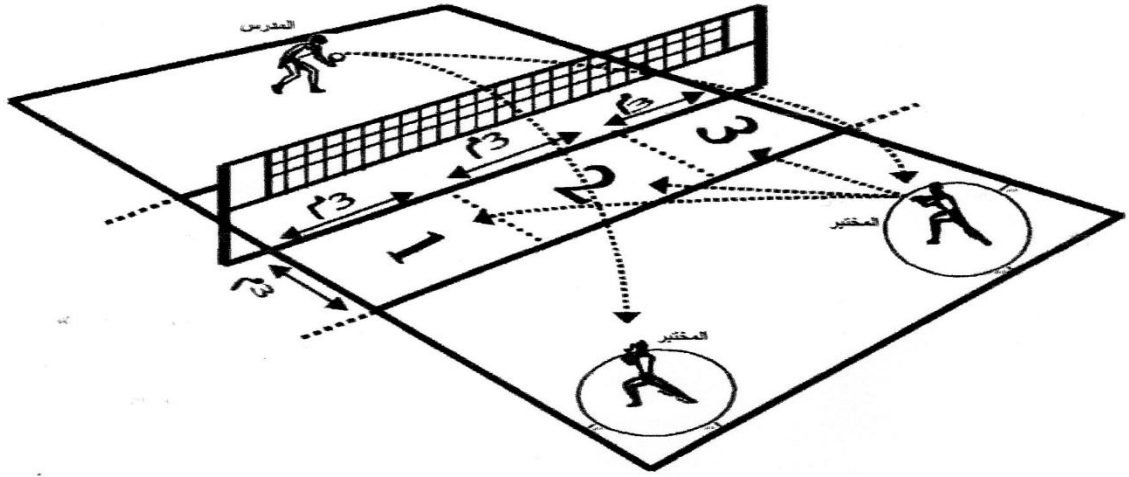
- الغرض : قياس مهارة التلاميذ في استقبال الكرة .
- الأدوات: 3كرات الطائرة ، شريط قياس ، جبر لتخطيط مكان الاختبار ، ملعب الكرة الطائرة .
- الإجراءات : يخطط الملعب كما في الشكل 02.

يقف التلميذ داخل إحدى الدائرتين الموجودتين في الزاويتين للنصف الأول من الملعب مواجهها للشبكة ، بينما يقف المدرس في النصف الثاني للملعب ويقوم بإرسال الكرة بطريقة الإرسال العادي (من أسفل إلى أعلى إلى التلميذ .ويقوم هذا الأخير باستقباله بطريقة أداء مهارة الاستقبال من أسفل نحو الأعلى مع توجيهها إلى إحدى المناطق المحددة في الملعب كما في الشكل البياني رقم 02، ويعطى لكل مختبر 15 محاولة من داخل كل دائرة بمجموع 30محاولة .

تلغى المحاولات التي يتم فيها إرسال الكرة من قبل المدرس إلى المختبر بطريقة غير مناسبة أو خارج الدائرة التي يقف فيها التلميذ، كما يجب الالتزام بتسلسل أداء المحاولات كالنحو التالي : يحدد المنطقة للتلميذ التي توجد بها الكرة و يعطى خمسة محاولات في كل منطقة بالنسبة لكل دائرة.

- حساب الدرجات : يسجل لكل تلميذ مجموع الدرجات التي يتحصل عليها من خلال 30 محاولة وذلك وفق الأسلوب التالي:

- سقوط الكرة داخل المنطقة المحددة تمنح له 3 درجات .
 - سقوط الكرة خارج المنطقة المحددة بجوار المنطقة المجاورة تمنح له درجتين .
 - سقوط الكرة خارج المنطقة المحددة وداخل الملعب تمنح له درجة واحدة .
 - سقوط الكرة خارج الملعب تمنح 0 درجة .
- وبهذا يكون مجموع درجات الاختبار 90 درجة بمجموع 30 محاولة.



الشكل الياني رقم 02: يوضح اختبار استقبال الإرسال.

7- اختبار دقة الاستقبال

دقة استقبال الإرسال من الكرات المرمية⁽¹⁾

الغرض من الاختبار: قياس دقة استقبال الإرسال .

الأدوات: ملعب كرة طائرة ,مصطبة تمرينات, كرات طائره عدد (5)

مواصفات الأداء : توضع المصطبة في المركز (3) يقف المختبر في المركز (6) يقوم المدرب الذي يقف في المركز (6) من نصف الملعب الثاني برمي الكرة إلى المختبر الذي يقوم بدوره تسقيط الكرة على المصطبة (يستخدم تمريره استقبال الإرسال بالذارعين) .

التسجيل :

- 4 نقاط لكل تمريره صحيحة تسقط فيها الكرة على المصطبة .
- 3 نقاط لكل تمريره صحيحة تسقط فيها الكرة بحيث تلامس حدود المصطبة .
- نقطتان لكل تمريره صحيحة تسقط فيها الكرة داخل حدود 3م .
- نقطة واحدة لكل تمريره صحيحة تسقط فيها الكرة على أحد جانبي 3م.
- لكل طالب (5) محاولات .
- تحسب مجموع درجات المحاولات الخمسة (الدرجة الكلية 20) .

8- اختبار تمرير الكرة من أسفل وأعلى على الحائط خلال (30) ثانية:

اسم الاختبار: اختبار كلفتون Clifton لمهارة تمرير الكرة على الحائط.²

- محمد صبحي حسانين : الأسس العلمية للكرة الطائرة وطرق القياس :مركز الكتاب للنشر , 1997, ص204 - 205 .¹

- الغرض من الاختبار: قياس مهارة الاستقبال والتمرير من اسفل واعلى .

- الأدوات اللازمة: ساعة إيقاف، كرة طائرة ، حائط أملس طوله (3) متر وعرضه (2,30) متر

- وصف الأداء: يرسم خط موازيا للحائط وعلى بعد (2,15) متر ويراعى أن تكون المسافة لخط ال(3) أمتار كافية لتمرير الكرة، بعد الإشارة يقوم المختبر برمي الكرة نحو الحائط وعندما ترتد يقوم بتمريرها محاولة باليدين ومحاولة بالساعدين نحو الحائط أكبر عدد ممكن من المرات خلال (30) ثانية ويجب أن تكون التمريرة من خلف خط البداية وقانونية وتعطى محاولتان.

- طريقة التسجيل: تحتسب عدد المرات التي تلمس الكرة الحائط خلال (30) ثانية ولا تحتسب عدة إذا مررت الكرة بشكل غير قانوني، وتعطى درجة واحدة لكل تمريرة صحيحة تلمس فيها الكرة منطقة التمرير، وإذا لمست خط التمرير على الحائط تحتسب الكرة كأنها لمست منطقة التمرير، والدرجة النهائية هي مجموع ما يحصل عليه اللاعب في المحاولتين معا.

9- اختبار الدقة في الإعداد :

الغرض : قياس الدقة في إعداد الكرة قرب الشبكة .

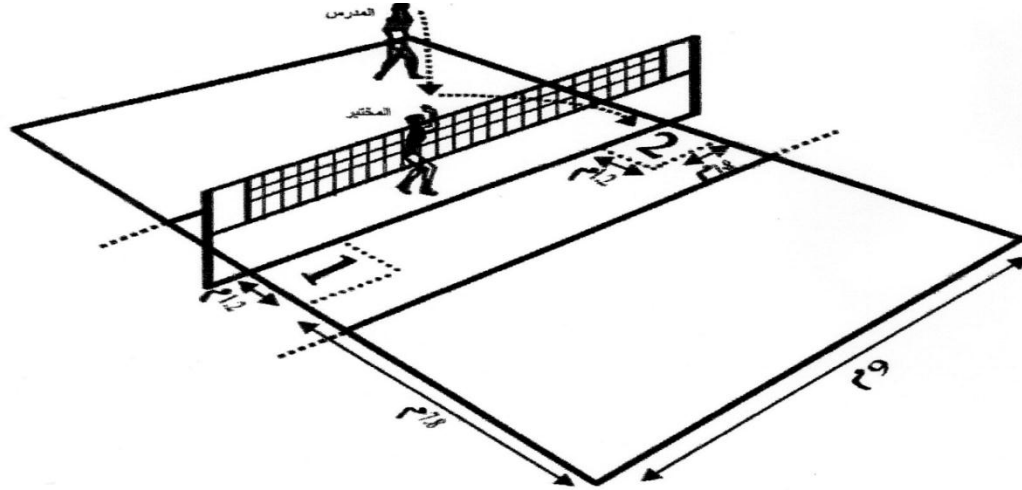
• الأدوات: 3كرات الطائرة ، شريط قياس ، جبر لتخطيط مكان الاختبار ، ملعب الكرة الطائرة .

• الإجراءات : يخطط الملعب كما في الشكل البياني رقم 03.

يقف المدرس في إحدى زوايا النصف الأول من الملعب (اليمنى أو اليسرى) ، وعلى بعد حدود زوايا الملعب ب 1.54 متر ، بينما يقف التلميذ بقرب الشبكة و في النصف الأول للملعب و بداخل المنطقة الهجومية (منطقة 3 متر) مواجهها إحدى المنطقتين (2-1) ويرسل المرسل الكرة عاليا باليدين للتلميذ ، ويقوم هذا الأخير بتمريرها (تمريره من أعلى باليدين معا) لتمر فوق الشبكة وتسقط في إحدى المنطقتين المحددة له (المنطقة المقابلة للمدرس) كما هو موضح في الشكل البياني رقم 03 ويعطى للتلميذ 10 محاولات في كل منطقة بمعدل 20 محاولة ككل .

². ولهان حميد هادي وآخرون؛ المصدر السابق، ص282-283.

- **حساب الدرجات :** تمنح درجة واحدة لكل كرة تسقط في المنطقة المحددة ، ولا تمنح أي درجة إذا لمست الكرة الشبكة أو سقطت خارج المنطقة المحددة أو عدم أداء التمريرة من الأعلى باليدين بالطريقة الصحيحة (تقنية صحيحة)، ويكون مجموع الدرجات الإجمالي بنسبة 20 محاولة ب 20 درجة .

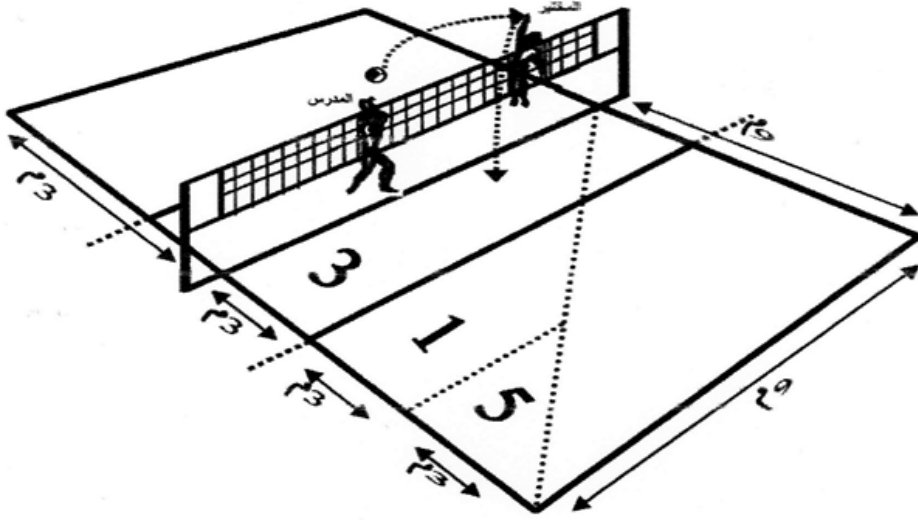


الشكل البياني رقم 03: يوضح اختبار اللقطة في إعداد الكرة.

10- اختبار الضربة الساحقة :

- **الغرض :** قياس الضربة الساحقة المستمرة في المثلث الداخلي من ملعب الخصم.
 - **الأدوات:** 3 كرات الطائرة ، شريط قياس ، جبر لتخطيط مكان الاختبار ، ملعب الكرة الطائرة .
 - **الإجراءات :** يخطط الملعب كما في الشكل البياني رقم 04.
- يقف المدرس بجانب الشبكة و في منتصف المنطقة الهجومية (3متر) للنصف الأول للملعب ، بينما يقف التلميذ مقابلا له وبجانب حدود الملعب مقابلا للشبكة ، وعلى بعد 3 متر عنها ، يقوم المدرس بتمرير الكرة (التمرير إلى أعلى باليدين) للتلميذ على مستوى الشبكة ، ويقوم هذا الأخير بالضربة الساحقة موجها الكرة نحو المثلث الداخلي لجهة الشبكة كما في الشكل البياني رقم 04 يعطى للتلميذ 5 محاولات، ويلزم أن يكون الإعداد جيدا في كل محاولة .

- **حساب الدرجات :** تعطى الدرجات وفق مكان سقوط الكرة ، وتسجل مجموع الدرجات المتحصل عليها خلال 5 محاولات ويكون بتالي مجموع الدرجات الإجمالي للاختبار 25 درجة .



الشكل البياني رقم 04: يوضح اختيار الضربة الساحقة.

1 - محمد حسن علاوى، نصر الدين رضوان: الاختبارات المهارية و النفسية في المجال الرياضي .سنة 1987 م، ص 344، 343، 347، 349

2- محمد صبحي حسنين، حمدي عبد المنعم: الأسس العلمية للكرة الطائرة و الطرق القياس .سنة 1997 م، ص 247، 249، 251

ملخص الدراسة

جاءت الدراسة تحت عنوان "أثر الوحدات التعليمية المقترحة في تعليم بعض المهارات الاساسية في الكرة الطائرة" حيث تهدف إلى إقتراح وحدات تعليمية بإمكانها أن تساعد على تعلم بعض المهاراتفي الكرة الطائرة لدى تلاميذ الثالثة ثانوي وكذا التعرف على مدى فاعلية هذه المهارات في بناء الهجوم في الكرة الطائرة، أما الفرضية العامة فهي "للوحدات التعليمية المقترحة أثر إيجابي في تعليم بعض المهارات الاساسية في الكرة الطائرة لدى تلاميذ الثالثة ثانوي، حيث تم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية وعن طريق إجراء القرعة على قسمين من تلاميذ المرحلة الثالثة ثانوي ذكور بثانوية ديدوش مراد لمدينة زمالة الأمير عبد القادر ولاية تيارت، تم اختيار منهم 24 تلميذ، وكانت نسبة عينة البحث (2.60%) من مجموع المجتمع الأصلي البالغ (920) تلميذ، واستخدمنا بطارية الإختبارات، توصلنا الى: للوحدات التعليمية المقترحة أثر إيجابي في تعليم بعض المهارات الاساسية في الكرة الطائرة لدى تلاميذ الثالثة ثانوي، اما أهم الاقتراحات فكانت :

- إدخال نشاط الكرة الطائرة ضمن الدورات الرياضية داخل المؤسسات التربوية.
- الزيادة من وقت الحصص التعليمية وكذا زيادة عدد حصص التربية البدنية خلال الأسبوع الواحد.
- إعطاء أهمية بالغة لرياضة الكرة الطائرة داخل المؤسسات التربوية وخارجها.
- القيام ببحوث مشاهجة على الصفات بدنية وعلاقتها بالأداء المهاري للكرة الطائرة.

Résumé de l'étude

Le titre de l'étude «L'impact de modules proposé d'améliorer la compétence de l'attaque du bâtiment d'accueil de volley-ball », qui vise à proposer des modules peuvent vous aider à apprendre les compétences des élèves de réception troisième secondaire , ainsi que pour identifier l'efficacité de la compétence du récepteur dans la construction de l'attaque en volley-ball , tandis que hypothèse publique sont « unités de l'éducation ont proposé un impact positif dans l'amélioration des récepteurs de compétences pour construire l'attaque chez les élèves de volley-ball troisième secondaire , a été choisie comme la méthode aléatoire de l'échantillon de recherche et en effectuant le tirage au sort sur deux sections d'étudiants phase III mâle secondaire Butanuep Didouch Murad Ville bourse Emir Abdelkader Tiaret , ont été sélectionnés , dont 24 élèves , et la proportion de l'échantillon de recherche (2,60 %) de la communauté d'origine total de (920) élève , nous avons utilisé une batterie de tests , nous sommes arrivés à : les unités proposées l'impact pédagogique positif dans l'amélioration des récepteurs de compétences pour construire l'attaque en volley-ball avec les élèves la troisième secondaire , soit les suggestions les plus importantes sont:

- 1 Utilisation des moyens systématiques compatibles avec tous les moyens disponibles les informations Ktutil sur cette compétence pour les étudiants dans le bon sens.
- 2 - ne professeurs Petrbesat particulier de volley-ball pendant les vacances afin de lever leur niveau de compétence .