

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

جامعة عبد الحميد بن باويس - سستغانم
معهد التربية البدنية و الرياضية
قسم التربية البدنية و الرياضية

بحث مقدم ضمن متطلبات نيل شهادة الليسانس في التربية البدنية و الرياضية:

الخصائص المورفولوجية كأساس للاكتشاف و التوجيه الى الكرة الطائرة للفرق
□ الرياضية المدرسية لفئة أشبال للمرحلة الاعدائية 14□ سنة 16.

بحث مسحي على مجموعة أساتذة التربية البدنية و الرياضية للطور المتوسط على مستوى ولاية غليزان.

تحت إشراف الدكتور:

✓ بن فهدية جندرم.

من إعداها الطلبة:

✓ عماوي عمر.

✓ هباط خالد.

✓ بن علو محمد.



أهدي ثمرة جهدي هذا إليك من عطرت حياتي وأبهجتها إليك من
كانت السند لي في

كل شدة

إليك من رافقتني طيلة دربي بدعوات الخير فأحلك كلمة نطق بها
اللسان

"أمي الحبيبة"

أطال الله في عمرها إليك من رباني على الأخلاق والحب والخطأ
إليك رمز الفخر والاعتزاز إليك الذي غرس فينا روح العمل والمثابرة أبي
رحمه الله

إليك من قاسمني أفراحي وأحزاني طيلة حياتي: أخي علي

إليك أصحاب دربي وأخص بالذكر:

أبوبكر، ياسين، حمزة، عابد، محمد، حبيب، فتحدي، أمين

وإليك كل الأهل والأقارب بدون أن أنسى أولاد أخي:

لينا، العربي، أحمد

وإليك كل الأصدقاء وأخص بالذكر إليك كل أصدقائي في

الغرفة 11

لحسن، يوسف، عباس

والك من قاسمني الثلاث سنوات من الدراسة الأخ والصديق "عمر"

والك كل من نساهم قلبي ولم ينسأهم قلبي.....

خالك



بسم الله الرحمن الرحيم

أهدي ثمرة عملي هذا إلك من قال فيهما الله تعالى " و بالوالدين
إحساناً"
إلك التي كدت وقامت من أجلي و صبرت علي كل المتاعب من
أجل أن تراني رجلاً
إلك التي حتك و إن أهديتما كل ما هو غالي في الدنيا فلن أوفي
لها حقها،
يا صاحبة الصدر الحنون و يا أحسن و أجمل أم في الدنيا
أمي رحمها الله .
إلك أبي الحنون الذي كان له الفضل في تعليمي و لم يبخل علي
بالدم في إتمام دراستي
و تعب من أجلي كثيراً أبي العزيز أطال الله في عمره
إلك إخواني وأخواتي
وكل أفراد العائلة
إلك أصدقائي داخل أرض الوطن وخارجه
إلك هؤلاء جري عا
أهدي ثمرة جهدي .

عمر



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

{ وَقَضَىٰ رَبُّكَ أَلَّا تَعْبُدُوا إِلَّا إِيَّاهُ وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا }

إله أجمل وردة في الكون التي ستبقي برحمتها الذي منحني
القوة للعيش و حب الحياة

إله منبع الحب و الحنان... أمي، ثم أمي، ثم أمي الغالية أطال الله
في عمرها.

إله قدوتي في الحياة و السراج الذي علمني حب العمل أبدي
العزيز رحمه الله.

إله كل من حمل لقب بن علو و إله كل الأصدقاء و الزملاء خاصة
شريط عز الدين.

إله كل هؤلاء أهدي ثمرة جهدي

محمد

الشكر و التقدير

قال الله تعالى: ((وَاللَّهُ أَخْرَجَكُم مِّنْ بُطُونِ أُمَّهَاتِكُمْ لَا تَعْلَمُونَ شَيْئًا وَجَعَلَ لَكُمُ السَّمْعَ وَالْأَبْصَارَ وَالْأَفْئِدَةَ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ)) الآية 78 من سورة النحل.

الحمد لله الذي علم الانسان ما لم يعلم و الشكر لله على نعمته و عونه على إتمام هذه الرسالة. و ما يزال الرجل عالما ما طلب العلم فإن ظن أنه قد علم فقد جهل.

الشكر الجزيل و الحمد لله العليّ القدير على نعمة العلم التي رزقنا بها ، و أعاننا و وفقنا على اتمام هذا العمل .

نتقدم بجزيل الشكر و عظيم امتناننا الى كل من أمدنا بيد العون ، ونحن نخص بالذكر كل من الأستاذ المشرف " بن ذهبية جعدم " و الاستاذ " بودبزة مصطفى " اللذان لم يبخلا علينا بتوجيهاتهم و نصائحهم القيمة.

كما نتقدم بجزيل الشكر الى كل من قدم لنا يد المساعدة والتشجيع و لو بالكلمة الطيبة و رفع المعنويات.

مستوى البحث

- إهداءات
- تشكرات.
- قائمة الجداول.
- قائمة الأشكال.

التعريف بالبحث

- 01 -1 مقدمة
- 02 -2 مشكلة البحث
- 04 -3 أهداف البحث
- 05 -4 الفرضيات
- 05 -5 مصطلحات البحث.
- 08 -7 الدراسات المشابهة.

الباب الأول: الجانب النظري

الفصل الأول: الكرة الطائرة و تطوراتها

- 11 تمهيد
 - 11 1-1 تاريخ و نشأة الكرة الطائرة.....
 - 11 2-1 لمحة تاريخية.....
 - 12 3-1 انتشار و شعبية الكرة الطائرة.....
 - 12 4-1 أهم التواريخ في تطور الكرة الطائرة.....
 - 13 5-1 خصائص لعبة الكرة الطائرة.....
 - 21 6-1 المهارات الأساسية في الكرة الطائرة.....
- خلاصة

الفصل الثاني: الانتقاء و الفرق المدرسية

- 1-2 الانتقاء
- 23 تمهيد
- 23 1-1-1 مفهوم الانتقاء الرياضي.....
- 23 2-1-2 تعريف الانتقاء.....

| | |
|----|---|
| 23 |3-1-2.أساليب الانتقاء الرياضي |
| 24 |4-1-2.تنظيم الانتقاء |
| 25 |5-1-2.القواعد الأساسية للانتقاء |
| 25 |6-1-2.معايير الانتقاء الرياضي |
| 26 |7-1-2.مراحل الانتقاء |
| 27 |8-1-2.المعايير الأساسية للانتقاء و مصادرها |
| 28 |9-1-2.أهداف الانتقاء |
| 29 |10-1-2.أهمية الانتقاء |
| 30 |11-1-2. دور الوراثة و البيئة في الانتقاء |
| 31 |2-2. الفرق المدرسية |
| 32 |3-2-2. الرابطة الولائية للرياضات المدرسية(L.R.S.S) |
| 32 |4-2-2. تعريف المنافسة |
| 33 |5-2-2. مفهوم وتنظيم المنافسات الرياضية المدرسية |
| 33 |2-2-2. الفرق الرياضية المدرسية |
| 34 |طرق إختيار الفرق المدرسية |
| 34 |خلاصة |

الفصل الثالث: الفئة العمرية

| | |
|----|---|
| 36 |تمهيد |
| 36 |1-3. تعريف المراهقة |
| 36 |2-3. خصائص المرحلة العمرية 14-16 سنة |
| 38 |3-3. خصائص تطوير الصفات البدنية |
| 40 |4-3. الحاجات الأساسية للمراهق |
| 42 |5-3. مشاكل المراهقة: |
| 43 |6-3. علاقة المراهق بالرياضة |
| 44 |خلاصة |

الباب الثاني: الدراسة الميدانية

الفصل الأول:

منهجية البحث و الاجراءات الميدانية

| | |
|----|-------------------------------------|
| 47 | تمهيد |
| 48 | 1-1. الدراسة الاستطلاعية..... |
| 48 | 2-1. المنهج المستخدم..... |
| 49 | 3-1. عينة البحث..... |
| 49 | 4-1. إجراءات التطبيق الميداني:..... |
| 49 | 5-1. مجالات البحث..... |
| 50 | 6-1. متغيرات البحث..... |
| | 7-1. أدوات البحث |
| 50 | 8-1. الدراسات الإحصائية |
| | 9-1. صعوبات البحث. |
| | خلاصة |

الفصل الثاني:

عرض و تحليل و مناقشة النتائج

| | |
|----|---|
| 54 | 1-2. عرض نتائج البحث..... |
| 54 | 1-1-2. المعلومات الخاصة بالاساتذة..... |
| 56 | 2-1-2. المعلومات الخاصة بموضوع الدراسة:..... |
| 76 | 2-2. مناقشة و تحليل نتائج الاستبيان على ضوء الفرضيات..... |
| 79 | 3-2. الاقتراحات..... |
| 80 | 4-2. الاستنتاج العام..... |
| 82 | 4-2. الخاتمة العامة..... |
| | قائمة المصادر و المراجع |
| | قائمة الملاحق |

قائمة الجداول و الأشكال البيانية

أولاً: قائمة الجداول:

| الصفحة | العنوان | الرقم |
|--------|---|-------|
| 54 | يبين سن الاساتذة | 01 |
| 55 | يبين سنوات الخبرة | 02 |
| 56 | يوضح أهمية الجوانب في عملية الاكتشاف و التوجيه | 03 |
| 57 | أهمية خاصية الوزن | 04 |
| 58 | شكل بياني يبين دور الطول في عملية الاكتشاف و التوجيه | 05 |
| 59 | لعامل عرض المنكبين والصدر | 06 |
| 60 | لمحيطات الصدر والفخذ وسمانة الساعد | 07 |
| 61 | يوضح طرق القياس الأنثروبومترية | 08 |
| 62 | شكل بياني يبين أهم مرحلة لاكتشاف و توجيه اللاعبين | 09 |
| 63 | يوضح مدى شعور الناشئين بالثقة | 10 |
| 64 | يبين الفروق الجسمية للمراهقين | 11 |
| 65 | يبين الفروق العقلية بين اللاعبين | 12 |
| 66 | يبين دور الفروق المزاجية | 13 |
| 68 | يوضح معنى الانتقاء | 14 |
| 69 | شكل بياني لزيادة فاعلية التدريب من عملية الاكتشاف و التوجيه | 15 |
| 70 | شكل بياني لطريقة الملاحظة في اكتشاف و توجيه اللاعبين | 16 |
| 71 | شكل بياني يوضح الصعوبات في عملية الاكتشاف و التوجيه | 17 |
| 72 | شكل بياني يوضح التنبؤ الطويل لاكتشاف و توجيه الأشبال | 18 |
| 73 | شكل بياني لتطبيق برنامج تدريبي قبل عملية الاكتشاف و التوجيه | 19 |
| 75 | يوضح القيام بفحوصات طبية على اللاعبين | 20 |

ثانيا: قائمة الأشكال البيانية

| الصفحة | العنوان | الرقم |
|--------|---|-------|
| 54 | شكل بياني يبين سن الاساتذة | 01 |
| 55 | شكل بياني يبين سنوات الخبرة | 02 |
| 56 | يوضح أهمية الجوانب في عملية الاكتشاف و التوجيه | 03 |
| 57 | شكل بياني أهمية خاصية الوزن | 04 |
| 58 | شكل بياني يبين دور الطول في عملية الاكتشاف و التوجيه | 05 |
| 59 | شكل بياني لعامل عرض المنكبين والصدر | 06 |
| 60 | شكل بياني لمخيطات الصدر والفخذ وسمانة الساعد | 07 |
| 61 | شكل بياني يوضح طرق القياس الأنثروبومترية | 08 |
| 62 | شكل بياني يبين أهم مرحلة لاكتشاف و توجيه اللاعبين | 09 |
| 63 | شكل بياني يوضح مدى شعور الناشئين بالثقة | 10 |
| 64 | شكل بياني يبين الفروق الجسمية للمراهقين | 11 |
| 65 | شكل بياني يبين الفروق العقلية بين اللاعبين | 12 |
| 66 | شكل بياني يبين دور الفروق المزاجية | 13 |
| 68 | شكل بياني يوضح معنى الانتقاء | 14 |
| 69 | شكل بياني لزيادة فاعلية التدريب من عملية الاكتشاف و التوجيه | 15 |
| 70 | شكل بياني لطريقة الملاحظة في اكتشاف و توجيه اللاعبين | 16 |
| 71 | شكل بياني يوضح الصعوبات في عملية الاكتشاف و التوجيه | 17 |
| 72 | شكل بياني يوضح التنبؤ الطويل لاكتشاف و توجيه الأشبال | 18 |
| 73 | شكل بياني لتطبيق برنامج تدريبي قبل عملية الاكتشاف و التوجيه | 19 |
| 75 | شكل بياني يوضح القيام بفحوصات طبية على اللاعبين | 20 |



الكرة الطائرة هي إحدى أشهر وأهم الألعاب و الرياضات التي توليها الجماهير والوسائل الإعلامية أهمية بالغة، بحيث دخلت في العالم مرحلة غاية التعقيد والتحديث في فنيات وطرائق اللعب، وإلى جانبها يتزامن التطور الذي يشمل نواحي متعددة ومنها التطور البدني، من أجل تحقيق أسمى شكل لكرة الطائرة الذي يهدف إلى بلوغ الناشئ أعلى درجات الأداء المهاري المتقن والعطاء الفني الجميل بأقل جهد وهذا ما يسعى إليه المختصون في الكرة الطائرة من خلال البرامج التدريبية و المنتهجة علميا. إن اختيار الناشئ لممارسة النشاط الرياضي المناسب له منذ الطفولة أمر بالغ الأهمية في بلوغ المستويات العالية، ومن الصعوبة تحقيق مستويات عالية دون التدريب منذ الصغر، وإن اختيار الناشئ وتوجيهه للنشاط المناسب لم يعد متروكا للصدفة، بل أصبحت عملية الاختيار عملية لها أسس علمية أمكن التوصل إليها نتيجة للجهود وآراء وبحوث المتخصصين في هذا المجال، وإذا استرشد المدرب بالأسلوب العلمي في انتقاء الرياضيين سوف يساعده ذلك في تطوير المستوى والارتقاء بمستوى الانجاز في المستقبل. وتهدف عملية الانتقاء الرياضي إلى الاكتشاف المبكر للمواهب الرياضية أو اكتشاف المواصفات الحركية والانفعالية والبيولوجية والمورفولوجية التي يمكن التنبؤ بها (بولرياح، 2010)

وللوصول إلى رياضي النخبة يعتمد عن طريق اكتشاف و توجيه الرياضيين مورفولوجيا من الفئات الصغرى وهدف اكتشاف و توجيه الرياضيين لا يقتصر فقط على تحديد صلاحية الناشئ للعبة معينة وإنما يتعداه إلى احتمال اكتساب إمكانياته المستقبلية لتلك اللعبة ولذلك يمكن التنبؤ بإمكانية امتلاكه التكتيك الخاص باللعبة لتحقيق النتائج المطلوبة في مرحلة الطفولة والعمل الأمثل وهو لاعب النخبة و قد أكدت على ذلك دراسة وازين نذيرة و لكرتم ليلي (2010) محددات و معايير انتقاء لاعبي الكرة الطائرة للناشئين 9-12 سنة .

و الاكتشاف و التوجيه عملية طويلة لا يمكن وضعها في إطار محدد من الوقت لأن نمو القابليات للناشئين تتغير تحت تأثير العمل التدريبي وكذلك عوامل النمو والمعيشة، لهذا فإن عملية إعداد رياضي النخبة للمشاركة في المسابقات الرياضية هي عملية بالغة الأهمية تتركز على عدة عوامل من أهمها عامل اكتشاف و توجيه اللاعبين مورفولوجيا إلى الألعاب الرياضية المناسبة حيث لا توجد معايير ثابتة مبنية على أسس علمية لاختيار الرياضيين فهم يعتمدون على الملاحظة وجلب الأطفال إلى المشاركة في المنافسات الرياضية.

ان تداخل العلوم المختلفة و تطورها الهائل اضعف تطورا في كافة مجالات الحياة، ونضرا لاهتمام العالم بالرياضة والسعي للوصول للمستويات العليا في المجال الرياضي عمل الخبراء والعلماء في هذا المجال على دراسة كل ما يتعلق بتحقيق الانجاز وتحسينه، وكان لعلم البايوميكانيك و القياس والتقويم والعلوم الاخرى المتعلقة بالمجال الرياضي الاثر في تحديد متطلبات الاداء لاي رياضة من حيث القدرات البدنية و المهارية والقياسات البدنية هذه الاخيرة تعتبر من اولويات التي توصل الرياضي الى مستوى عالي من اللياقة البدنية، ان الرياضي الذي لا يمتلك القياسات الجسمية المناسبة و المواصفات الوظيفية المناسبة لنوع النشاط الذي يمارسه سوف يتعرض الى مشاكل بيوميكانيكية و فيزيولوجية، تقود الى بذل مزيد من الجهد والوقت يفوق ما يبذله زميله الذي يمتاز بقياسات جسمية تؤهله الى الانجاز المطلوب بنفس الزمن، ويتفق كل من ماثيوس كاربوفيتش و سيمينغ و وارين على ان هناك علاقة مؤكدة بين شكل الجسم واللياقة البدنية

والمورفولوجية الرياضية تعد من ابرز العلوم التي فتحت ابوابا واسعة و مجالات كبرى للبحث و التدقيق في خفايا التفوق الرياضي لاكتشاف متطلبات كل اختصاص رياضي، ومن ثم تحديد الانماط الجسمية لكل ممارس لرياضة، ويشير كاربوفيتش الى اهمية اختيار النمط الجسمي المناسب قبل البدء في عملية التدريب، وان المدرب العاقل لا يضع وقته وجهده مع نمط غير مبشر بنجاح، من هذا اضحى من الضروري وضع الجانب المورفولوجي منطلق مبداءيا في جميع العمليات الاكتشافية، لانه يعد مقياس و معيار مرجعي في تكوين المواهب، وهذا ما تاكده n.m imouni1996 بان المعطيات المورفولوجية يمكنها التحكم في عملية تحضير الرياضيين للمستويات العالية، كون ان غالبية الرياضيين لا يمكنهم الوصول الى قمة التفوق حتى باستعمال ارقى التكنولوجيات الرياضية، وما يفسره حسنين محمد صبحي بان استراتيجية صناعة البطل الرياضي لها مطلبان اساسيان هما بناء جسماني مناسب لنوع الرياضة التي يمارسها وبرامج التدريب و ممارسة مكثفة، لاجل ليس فيه حوار علمي او جدل فلسفي هو ان البدء بانتقاء البناء الجسمي هو العامل الاول في الترتيب، يليه التدريب و الممارسة الرياضية على مدار الحياة الرياضية للاعب الرياضي .

والكرة الطائرة من ضمن الرياضات الأكثر شعبية في العالم التي تتطلب مستوى عالي من المؤشرات الجسمية و البدنية، وعليه يتفق كل من رادا و فرونر و سوري أن اللياقة البدنية الخاصة في الكرة الطائرة تعني " قدرة الجسم على التكيف مع التدريبات ذات الشدة و الكثافة العلية و القدرة على العودة الى الحالة الطبيعية بسرعة "

ولفت الانتباه من خلال الملاحظة السطحية على أن أغلبية العناصر النخبوية في الكرة الطائرة عند فئة الأشبال عند مستوى اللعب في الفرق الرياضية المدرسية في ولاية غليزان يتمتع لاعبوها بأنماط جسمية غير متجانسة، ومن خلال هذا التباين قمنا نحن الطلبة بطرح التساؤل التالي :

هل للخصائص المورفولوجية دور في عملية اكتشاف و توجيه لاعبي الكرة الطائرة للفرق المدرسية
14 - 16 سنة " أشبال " ؟

وتندرج تحت هذا التساؤل التساؤلات الفرعية التالية:

- هل تعتبر الخاصية المورفولوجية من ضمن أهم العوامل التي تحدد عملية الاكتشاف و التوجيه والاختيار لدى أشبال الكرة الطائرة؟
- هل المرحلة العمرية (14-16) سنة مناسبة لعملية اكتشاف و توجيه لاعبي الكرة الطائرة للفرق المدرسية ؟
- هل لعملية الاكتشاف و التوجيه أهمية في تحقيق نتائج جيدة في المنافسات الرياضية ؟

2-أهداف البحث:

نهدف من خلال دراستنا إلى :

- ✓ تقديم دراسة معرفية و علمية حول أهمية الخصائص المورفولوجية في عملية اكتشاف و توجيه لاعبي الكرة الطائرة.
- ✓ تحسيس الأساتذة و المدربين لدور و أهمية الجانب المورفولوجي في اكتشاف و توجيه لاعبي الفرق المدرسية.

3-الفرضيات :

3-1-الفرضية العامة :

للخصائص المورفولوجية دور في عملية اكتشاف و توجيه لاعبي الكرة الطائرة للفرق المدرسية 14 - 16 سنة " أشبال "

3-2-الفرضيات الفرعية:

- تعتبر الخاصية المورفولوجية من ضمن أهم العوامل التي تحدد عملية اكتشاف و توجيه و الاختيار لدى أشبال الكرة الطائرة .
- المرحلة العمرية (14-16) سنة مناسبة لعملية اكتشاف و توجيه لاعبي الكرة الطائرة للفرق المدرسية ؟

➤ نفترض أن تحقيق النتائج الجيدة في المنافسات مرتبط بشكل كبير بعملية الاكتشاف و التوجيه ؟

4-تحديد المفاهيم والمصطلحات الرئيسية للبحث:

تمهيد:

في مختلف البحوث التي يتناولها الباحث يجد نفسه أمام صعوبات تتمثل في عموميات اللغة وتداخل المصطلحات وهذا راجع إلى النزعة الأدبية حيث يقول: " الطاهر سعد الله " لعل أخطر الصعوبات التي يعاني منها الباحثون في ميادين العلوم الإنسانية عموميات لغتها .

وعليه فإننا سنحاول تحديد مصطلحات بحثنا من أجل تحقيق القدرة الضرورية من الوضوح ونذكر منها:

الاكتشاف:

➤ لغة

اكتشفَ يكتشف ، اكتشافاً ، فهو مُكشَّف ، والمفعول مُكشَّف عملية الكشف عن شيء أو

أمر مجهول .

➤ اصطلاحاً:

أفضل العناصر ممن لديهم الاستعداد والميل والرغبة لممارسة نشاط معين

التعريف الاجرائي:

نقصد بالاكتشاف في بحثنا ايجاد المواهب في كرة الطائرة .

التوجيه:

➤ لغة:

إِخْتَارَ تَوْجِيهًا يَتَلَاءَمُ مَعَ تَكْوِينِهِ ، أَي إِرْشَادٍ

➤ اصطلاحاً:

هو عملية ارشاد الناشئين ، على أسس علمية معينة ، كي يوجه كل فرد الى نوع من الرياضة الذي يناسب قدراته العامة ، واستعداداته الخاصة ، وميوله الرياضية ، وغير من الصفات البدنية ، حتى اذا تيسرت له مثل هذه الرياضة ، كان احتمال نجاحه فيها كبيراً .

التعريف الاجرائي:

نقصد بالتوجيه في بحثنا ارشاد الشبل الى رياضة الكرة الطائرة .

المراهقة:

لغة:

راهق يُراهق ، مُراهقاً ، فهو مُراهق

اصطلاحا :

حسب قاموس علم النفس فإن المراهقة هي المرحلة التي تتم فيها التغيرات الجسمية و النفسية ، وتبدأ تقريبا من سن 12 إلى 18 أو 20 سنة.

التعريف الاجرائي:

اخذنا فترة 14-16 سنة وهي تعتبر فترة المراهقة المتوسطة .

الفرق المدرسية:

هي مجموعة من الفرق في شكل أندية تقوم بمنافسات ودية و أخرى رسمية في اطار الرياضة المدرسية.

5-الدراسات السابقة :

1-5.عرض الدراسات:

1-دراسة بن قوة علي.

منهج البحث:

بحث مسحي اجري على الفئة العمرية 11-12 سنة 1997 مدارس الغرب الجزائري

اهداف البحث:

وضع معايير محددة في اختيار الموهوبين من الناشئين في كرة القدم

فروض البحث:

لا توجد معايير محددة في اختيار الموهوبين من الناشئين في كرة القدم

عينة البحث:

20 لاعب من فريق ترحي مستغانم

اداة البحث:

الاستبيان

الوسائل الاحصائية :

النسبة المئوية

2-دراسة الطلبة لخضر تومي مصطفى .بن معطي محمد ,قرميظ محمد امين

منهج البحث:

بحث مسحي اجري على اشبال 14-16 سنة لبعض النوادي -غليزان .تيارت.مستغانم-

اهداف البحث :

معرفة عملية الانتقاء لدى اللاعبين الاشبال عند بعض مدربي كرة القدم
الكشف عن اهم الطرق و الوسائل المستخدمة في عملية انتقاء الاشبال

فروض البحث :

الاختيار العشوائي في عملية الانتقاء من طرف المدربين راجع الى عدم معرفتهم للطرق العلمية الحديثة
نقص الوسائل المادية تصعب من عملية الانتقاء

عينة البحث :

تتمثل في 40 مدرب و 80 لاعب

اداة البحث :

الاستبيان

الوسائل الاحصائية :

النسبة المئوية

3-دراسة بن قوة علي .

اجريت هذه الدراسة سنة 1998 با مدرسة العليا لاساتدة التربية البدنية و الرياضية بمستغانم

اهداف الدراسة :

- ✓ ان قدرات اللاعبين الموهبين من الناشئين لممارسة كرة القدم تختلف من مكان الى اخر ومن عمر الى اخر.
- ✓ ان نتائج المقاييس المعيارية للعينة تقع ضمن مستوى المتوسط من خلال الاختبارات المقترحة .

عينة الدراسة :

اشتملت الدراسة على 04 فرق من ولاية مستغانم و وهران و سعيدة بمجموع 102 لاعبا

نتائج الدراسة :

وجود فروق معنوية ذات الدلالة الاحصائية في قدرات اللاعبين الموهبين من الناشئين لممارسة كرة القدم في جميع
الاختبارات المهارية و اللياقة البدنية

معظم نتائج المقاييس المعيارية لعينة البحث تقع ضمن المستوى المتوسط لمختلف الاختبارات المهارية و اللياقة البدنية

4-دراسة بن برنو عثمان

اجرية هذه الدراسة سنة 1999 بمعهد التربية البدنية و الرياضية بمستغانم

اهداف الدراسة :

معرفة الكيفية و الطريقة المستخدمة لتقويم التلاميذ في الالعاب الجماعية -كرة اليد. كرة الطائرة- على بعض ثانويات الجزائر

استخلاص طريقة علمية و موضوعية للعملية تقويم التلاميذ في الالعاب الجماعية اعداد مستويات معيارية

الفرضيات:

الاساتذة الجزائريين يعتمدون على طرق مختلفة لتقويم التلاميذ في الالعاب الجماعية .
هناك فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الاداء التلاميذ لكل مرحلة دراسية.

عينة الدراسة:

اختار الباحث عينة عشوائية من التلاميذ السنة الاولى الثانية الثالثة متكونة من 865 ذكور و 625 اناث في 20 ثانوية من ولاية مستغانم

النتائج:

هناك فروق ذات دلالة احصائية بين عينة البحث ذكور . اناث معا في جميع الاختبارات بالنسبة الى السنة الاولى و الثانية اما بالنسبة لسنة الثالثة كانت هناك فروق معنوية بين المتوسط الحسابي عند الذكور بالنسبة للاناث وهذا ما يدل على وجود فروق فردية بين افراد عينة في جميع الاختبارات.

5-دراسة الطلبة الهواري جفال . محمد بريجة

منهج البحث :

بجث مسحي

اهداف البحث:

كشف اهمية الانتقاء الرياضي في الرياضية المدرسية
الكشف عن العلاقة الموجودة بين الرياضة المدرسية و التربية البدنية و الرياضية

الفرضيات:

اعتماد الاساتذة على اسس و اساليب عملية الانتقاء تؤدي لفاعلية هذاالخير

المتابعة المستمرة و الدائمة لتلاميذ تساعد الاستاذ على الانتقاء الايجابي

أداة البحث:

الاستبيان

منهج البحث:

بحث مسحي

الوسائل الاحصائية : النسبة المؤوية.

6-دراسة وازين نذيرة و لكريم ليلي(2010) محددات و معايير انتقاء لاعبي الكرة الطائرة للناشئين 9 و12 سنة.

منهج البحث: استخدمت الباحثتان المنهج الوصفي لملائمته و طبيعة البحث.

اهداف الدراسة :

تقدم دراسة معرفية و علمية حول المعايير و المحددات الأساسية و اللازمة لعملية انتقاء سليمة.

إعطاء نظرة نموذجية موحدة حول عملية الانتقاء الرياضي.

البحث عن نقائص عملية انتقاء الناشئين في الكرة الطائرة.

الفرضية العامة:

أن الانتقاء الرياضي للاعبي كرة الطائرة لفئة المبتدئين يجب أن تخضع إلى طرق و أساليب علمية منهجية حسب متطلبات كرة الطائرة الحديثة.

عينة الدراسة:

اختارت الباحثتان عينة مقصودة قوامها 24 مدرب لأندية الناشئين بمدينة بجاية.

النتائج:

معظم مدربي الكرة الطائرة للناشئين يجهلون أسس و معايير عملية الانتقاء في الكرة الطائرة عند الناشئين.

7-دراسة بشيري محمد و لملومة مبروك(2008): إسهام الخاصية المورفولوجية للمرحلة العمرية(9-12) سنة

على عملية الإنتقاء لدى لاعبي كرة القدم.

منهج البحث: استخدم الباحثان المنهج الوصفي لملائمته و طبيعة البحث.

اهداف الدراسة :

- معرفة الخصائص البدنية المورفولوجية للفئات الصغرى .

- معرفة خطوات ومراحل الانتقاء .

- معرفة الخصائص المميزة للاعب كرة القدم الحديثة .

- كما يسعى هذا البحث على لفت انتباه المدربين في جميع التخصصات لأهمية الجانب

البدني المورفولوجي بالنسبة للرياضيين الناشئين .

الفرضية العامة:

الانتقاء الجيد للمواهب الرياضية في مرحلة الناشئين يستند أساسا إلى المتابعة المستمرة للخصائص المرفولوجية لدى الرياضيين الناشئين الممارسين لكرة القدم للمرحلة العمرية (9-12) سنة

عينة الدراسة:

تم توزيع الاستمارات على 30 مدرب من مدربي ولاية المسيلة.

النتائج:

توصل الباحثان إلى أن الخاصية المرفولوجية لها دور كبير في عملية الانتقاء وكذلك خبرة المدرب لها تأثير إيجابي على عملية الانتقاء.

5-2. التعليق على الدراسات:

لقد حاولنا النظر إلى البحوث و الدراسات السابقة التي اهتمت بتناول موضوع اكتشاف و توجيه في الكرة الطائرة و ركزنا على الدراسات التي اهتمت بالجانب المورفولوجي و اهميته كمعيار لانتقاء لاعبي الكرة الطائرة، فوجدناها في مجملها قد شكلت إطارا نظريا و لاشك لموضوع البحث الحالي. حيث بينت الدراسات السابقة أهمية الخاصية المورفولوجية و خاصة في مرحلة التعليم المتوسط، كما تطرقت بالدراسة إلى أهمية هذا المعيار و أثره الايجابي على عملية اكتشاف و توجيه ، حيث خلصت معظم الدراسات في هذا المجال إلى تحديد الآثار الإيجابية للجانب المورفولوجي على عملية اكتشاف و توجيه ، وذلك من خلال المؤشرات التالية:

- للخاصية المورفولوجية أهمية كبيرة في عملية اكتشاف و توجيه لدى لاعبي الكرة الطائرة.
- عملية اكتشاف و توجيه المبنية على أسس علمية و خاصة المورفولوجية أهمية كبيرة و ذات تأثير فعال على تحقيق النتائج الرياضية.
- هذه البحوث السابقة، سوف تفيد البحث الحالي، عبر مراحل و خطواته المختلفة، و خاصة في تأكيد مشكلة البحث، و وضع فروضه و الأدوات المستخدمة فيه. و كذلك في اختيار عينة البحث و تفسير نتائجه.

5-3. نقد الدراسات:

إن جل هذه الدراسات لها من الأهمية بمكان، إلا انها لم تتطرق إلى موضوع اكتشاف و توجيه لاعبي الكرة الطائرة للفرق المدرسية و بشكل خاص في مرحلة التعليم المتوسط، هذا ما حاولنا التطرق إليه في هذا البحث



الجانب التمهيدي

و لقد ركزنا على الخاصية المورفولوجية لما لهذا المعيار من أهمية بالغة في تحديد سمات و صفات لاعبي الكرة الطائرة من خلال الاستبيان الذي وزعناه على أساتذة التربية البدنية و الرياضية في مرحلة التعليم المتوسط.



الفصل الأول

الكرة الطائرة وتطوراتها

يحتوي هذا الفصل على:

تمهيد.

- 1-1. تاريخ و نشأة الكرة الطائرة.
 - 2-1. لمحة تاريخية.
 - 3-1. انتشار و شعبية الكرة الطائرة
 - 4-1. أهم التواريخ في تطور الكرة الطائرة.
 - 5-1. خصائص لعبة الكرة الطائرة.
 - 6-1. المهارات الأساسية في الكرة الطائرة.
- خلاصة.

تمهيد:

نحاول في هذا الباب التحدث عن تاريخ ونشأة كرة الطائرة، وأهم التواريخ في تطور اللعبة، كما نتطرق إلى خصائصها، والمهارات الأساسية وفي الأخير خلاصة بسيطة.

1- تاريخ ونشأة الكرة الطائرة:

1-1- لمحة تاريخية:

فكرة طيران الكرة في الهواء وإعادتها هي لعبة قديمة جدا أي منذ 3000 سنة تقريبا قبل الميلاد مما تدل عليها الآثار الموجودة في مقابر الفراعنة في بن حسن.

وهناك صور أخرى قديمة في أمريكا و أندونيسيا تشير إلى قذف الكرة ولقفيها من جانب إلى آخر وذلك منذ حوالي 2000 سنة، أما في اليابان قديما فقد كانت محاولات لعب الكرة تدور حول قذف الكرة في هدف ما وهناك معلومات وتقارير نظرية تشير إلى أنه 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 في ذلك الوقت "فوست بول" ذلك بالرغم من أن التاريخ الرياضي يعتبر كرة الطائرة من الألعاب الحديثة التي جاءت عن طريق البحث عن طريقة جديدة لقضاء أوقات الفراغ .

ويرجع منشأ الكرة الطائرة إلى "ويليام مورغن" مدرس التربية البدنية والمدير السابق لجمعية الشبان المسيحية ببوليود "ماساشوستي" ، وقد أطلق عليها اسم "المينونيت" وقد شاهد هذه اللعبة "د.هالستيد"، حيث اقترح تغيير اسمها إلى كرة الطائرة، نظرا لأن الفكرة الرئيسية للعبة هي طيران الكرة عاليا، وخلفاء، وأماما لعبور الشبكة وكان هذا عام 1895م، وقد استعمل "ويليام مورغن" شبكة التنس وثبتها على ارتفاع 6قدم من الأرض (1.84)، وكانت الكرة المستعملة هي مثانة كرة السلة الداخلية ولما كانت المثانة خفيفة كما كانت كرة السلة بغلافها الخارجي ثقيلة فقد صنعوا كرة أصغر تتناسب مع تأدية اللعبة. وقد انتشرت لعبة كرة الطائرة في العالم أجمع منذ ذلك الوقت، ومما ساعد على انتشارها بين الشباب هو رغبتهم في إيجاد ألعاب صيفية مناسبة كالألعاب الشتوية (الريجي، كرة القدم، البيسبول، مسابقات الميدان والمضمار،....) يستطيعون ممارستها .

(11)

1-2- انتشار وشعبية الكرة الطائرة:

انتشرت لعبة كرة الطائرة على المستوى الشعبي العالمي عام 1900م، عندما أصبحت كندا أول دولة تتبنى هذه اللعبة. وفي نفس العام انتقلت إلى الهند ثم إلى الفيليبين، والبيرو عام 1910م، وفي كوبا سنة 1905م، ثم انتقلت إلى إنجلترا سنة 1914م، وقد دخلت لعبة كرة الطائرة إلى أوروبا عن طريق الجيش الأمريكي أثناء الحرب العالمية الأولى، وبعد انتهاء الحرب انتشرت اللعبة في يوغوسلافيا سنة 1918م، وفي تشيكوسلوفاكيا وبولندا سنة 1919م، وفي الاتحاد السوفيتي سنة 1922م وفي إفريقيا. (طه، الكرة الطائرة ، 1999، صفحة 12)

2- أهم التواريخ في تطور الكرة الطائرة:

1895م كرة الطائرة تحت اسم "مينونيت" بواسطة "ويليام مورجان".

1897 م صدر أول كتاب لقوانين وأسس اللعبة من جمعية الشبان المسيحية بالولايات المتحدة الأمريكية.

1900م كندا أول دولة تمارس كرة الطائرة خارج الولايات المتحدة الأمريكية.

1905م انتقلت لعبة كرة الطائرة إلى كوبا .

1906م انتقلت لعبة كرة الطائرة إلى الصين .

1908م انتقلت لعبة كرة الطائرة إلى اليابان .

1913م أول دورة أسيوية .

1914م انتقلت إلى إنجلترا بواسطة جمعية الشبان المسيحية والجيش الأمريكي .

1918م انتقلت لعبة كرة الطائرة إلى فرنسا .

1922م أول بطولة كرة الطائرة في الولايات المتحدة الأمريكية.

1922م أول بطولة دولية لكرة الطائرة للرجال بتشوكوسلوفاكيا .

1923م انتقلت اللعبة إلى إفريقيا الوسطى ، ومصر ، وتونس ، والمغرب.

1928م أول خطوة لإنشاء الإتحاد الدولي لكرة الطائرة .

1932م كرة الطائرة للسيدات أدرجت ضمن الألعاب الأولمبية في السيلفادور.

. أول مرجع في كرة الطائرة في الولايات المتحدة الأمريكية.

. ظهور تكتيك جديد للعبة يجمع بين المدرسة الدفاعية لجنوب شرق آسيا والمدرسة الهجومية الأوروبية.

1947م 2018 أبريل أول إتحاد دولي لكرة الطائرة مكون من 14 دولة مقره باريس، وهم (بلغاريا، تشيكوسلوفاكيا ، مصر، فرنسا ، هولندا ، النمسا ، إيطاليا، بولندا ، البرتغال ، رومانيا ، الأوروغواي ، أمريكا ، يوغوسلافيا)، واختيار أول

"بول ليبود" من فرنسا.(FIVB) رئيس للإتحاد الدولي لكرة الطائرة

1949م أول بطولة دولية للرجال والسيدات وفاز بها الإتحاد السوفياتي.

1952م أقيمت أول بطولة عالمية في موسكو للرجال ثم السيدات.

1964م تم أدرج كرة الطائرة في الألعاب الأولمبية كلعبة واسعة الانتشار.

في السويد.(MINI VOLLEY) أول مسابقة لكرة الطائرة المصغرة في السويد.

1977م أول بطولة عالمية للناشئين أقيمت بالبرازيل وقد فاز الإتحاد السوفيتي بالبطولة للناشئين، وكوريا ببطولة الناشئات.

1980م أصبح الإتحاد الدولي يضم 135 إتحاد إقليمي.

1984م الدورة الأولمبية السادسة في "لوس أنجلس" فاز بها الفريق الأمريكي للرجال، والصين سيدات.

1988م الدورة الأولمبية السابعة في "سيول" بكوريا فاز بها الفريق الأمريكي للرجال، وسيدات روسيا.

1992م الدورة الأولمبية الثامنة "ببرشلونة" في اسبانيا فاز بها البرازيل عند الرجال، وكوبا عند السيدات.

1966م الدورة الأولمبية "أتلانتا" في أمريكا ، فاز بها رجال هولندا، وسيدات كوبا بالميدالية الذهبية.

3-خصائص لعبة الكرة الطائرة:

1. يعتبر ملعب كرة الطائرة أصغر ملعب في الألعاب الجماعية.

2. يعتبر ملعب كرة الطائرة أكبر هدف في الألعاب الجماعية يمكن التصويب عليه.

3. اللعبة الجماعية الوحيدة التي لاتمس الكرة الأرض.

4. يمكن إعادة الكرة ولعبها حتى ولو خرجت خارج الملعب.

5. لكل فريق ملعب خاص به لا يمكن للفريق دخول ملعب الفريق المنافس.

6. لعبة كرة الطائرة ليس لها وقت محدد.

7. تتميز بعدم وجود احتكاك جسماني أثناء الأداء.

8. يعد الشوط وحده مستقل بذاته.

9. سهولة التكاليف.

10. لا بد أن تنتهي المباراة بفوز أحد الفريقين.

11. لا يمكن التقدم بالكرة للأمام حيث لا تمسك، ولا تحمل.

12. لا يوجد بها تسليم، وتسلم. (القواعد-الرسمية-للكرة-الطائرة-2013-2016)

4-المهارات الأساسية في الكرة الطائرة:

1-وقفه استعداد:

1-1-تعريف:

هو الوضع الذي يتخذه اللاعب، ومنه يستطيع التحرك بسهولة ويسير إلى جميع الاتجاهات في الملعب، فيستطيع اللاعب أن يتخذ أوضاعا معينة تتناسب مع ظروف وصول الكرة إليه ، ومن هذه الأوضاع ما يلي:

- الوقفة المنخفضة: والتي تناسب التغطية للهجوم.

- الوقفة المتوسطة : وهي الأكثر استعمالا وتناسب التمير والإعداد.

- الوقفة المرتفعة : وهي تناسب التمير والإعداد لخلف. (طه، الكرة الطائرة، 1999، 54-55)

1-2- طريقة أداء وقفة الاستعداد:

في وضع الاستعداد المناسب يجب مراعاة الآتي:

- يقف اللاعب على كلتا قدميه إحدى قدميه متقدمة على الأخرى، والقدمان متباعدتان المسافة باتساع الحوض، وهذا يعتمد على طول اللاعب واتساع الحوض عنده.
- ثني الركبتين قليلا والظهر مفردا بارتيح .

- ثني الذراعين من مفصل المرفق و وضعهما بجانب الجسم استعدادا للتمرير أو الإعداد سواء من أسفل أول من أعلى.
- اليدان تكونان مقعرتين و أوسع قليلا من حجم الكرة، والأصابع منتشرة وممتدة بارتخاء وتلمس الكرة على بعد 15 حتى 20 سم أمام الوجه، والساعدان متعامدان على العضدين في حالة التمرير أو الإعداد من أعلى.
- المرفقان يشيران للخارج والأسفل.
- النظر في اتجاه خط سير الكرة.
- التحرك للأمام يكون بتقدم القدم الأمامية ثم الخلفية.
- التحرك للخلف يكون بتأخير القدم الخلفية ثم تتبعها الأمامية.
- التحرك للجانبين إذا كان التحرك لليمين يكون بنقل القدم اليمنى ثم تتبعها القدم اليسرى، والعكس بالنسبة لجهة اليسار.

2-الإرسال:

2-1- تعريف:

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

2-2- أهمية ومميزات الإرسال:

ترجع أهمية الإرسال إلى أنه أحد المهارات الأساسية ذات الطابع الهجومى حيث أن الفريق لا يستطيع تحقيق النقاط بدون الاحتفاظ به، فيجب على لاعبي كرة الطائرة أن يدركوا أن الإرسال ليس مجرد عبور الكرة فوق الشبكة، ويستطيع الفريق إحراز النقاط من خلال الإرسال، لاعب الإرسال يكون أداؤه مستقلا وبدون تأثير زملائه، أو الفريق المنافس.

2-3- أنواع الإرسال :

نستطيع من خلال التكنيك الصحيح لأداء ضربات الإرسال تصنيفها إلى نوعين رئيسيين هما: الإرسال من أسفل، والإرسال من أعلى، وذلك وفقا لوضع الكرة.

أولا- الإرسال من الأسفل:

- الإرسال من أسفل المواجه الأمامي.

- الإرسال من أسفل الجانبي.

- الإرسال من أسفل الجانبي المعكوس "الروسي".

ثانيا- الإرسال من الأعلى:

- الإرسال من أعلى برؤوس الأصابع.

- الإرسال من المواجه "التنس".

- الإرسال الجانبي الخطاف والجانبي المواجه الخطاف.

- الإرسال المتموج "الأمريكي والياباني".

3-إستقبال الإرسال:

هو استقبال الكرة المرسله من اللاعب المرسل للفريق المنافس لتهيئتها للاعب المعد أو الزميل في الملعب وذلك بامتصاص سرعتها وقوتها وتمريرها من أسفل لأعلى بالساعدين أو بالتمرير من أعلى حسب قوة الكرة وسرعتها، ووضع اللاعب المستقبل.

3-1- أهميته:

يعتبر الدفاع عن الإرسال من المهارات الدفاعية ذات أهمية كبيرة في الكرة الطائرة ، فمنذ نشأت الكرة الطائرة وحتى وقتنا الحاضر تنوعت وتتابع طرق استقبال الكرة سواء بالكفين أو الذراعين، وبعد أن كانت تؤدي من أعلى أصبحت الطريقة المتبعة حاليا بالذراعين من أسفل، وتؤدي باستخدام السطح الداخلي للساعدين، وذلك لضمان استلام الكرة بطريقة جيدة وتوصيلها للزميل وبدون حدوث أخطاء.

3-2- طريقة استقبال الكرة:

3-2-1- الإستعداد:

يتحرك اللاعب إلى المكان الصحيح بطريقة سريعة، حيث يقف اللاعب والقدمان متباعدتان أوسع من الحوض قليلا والركبتان مشيتان قليلا، وتشكلان زاوية قائمة تقريبا مع الحوض، ميل الجذع قليلا أمام، الرأس عمودي على مستوى

الكتفين وتوجيه النظر إلى المنافس، والذراعان متباعدتان عن بعضهما مسافة حوالي اتساع الكتفين ومدودتان للأمام ومائلتان للأسفل.

3-2-2- تمر حركة استقبال الإرسال بالمراحل التالية:

المرحلة التمهيديّة - المرحلة الرئيسيّة - المرحلة الختامية.

4-التمريرة:

4-1- تعريف:

هو استلام الكرة باليدين أو بيد واحدة من أعلى أو من أسفل، بتوجيهها لأعلى مع تغيير اتجاهها بدون استقرارها على اليدين.

4-2- أنواع التمرير:

لقد تنوعت وتعدد التمرير في الكرة الطائرة ، ويمكن أن نقسم التمرير من حيث طريقة أدائه إلى تمرير من الثبات وتمرير من أسفل ، كما يمكن تقسيمه من حيث المستوى الذي تصل فيه الكرة إلى تمرير من أعلى، وتمرير من أسفل، وكما يمكن تقسيمه من حيث استخدام اليد أو اليدين إلى تمرير باليدين، وتمرير بيد واحدة.

وعموما يمكننا تقسيم التمرير إلى نوعين هما:

4-2-1-التمرير من أعلى:

- التمرير من أعلى للأمام.
- التمرير من أعلى للخلف .
- التمرير من أعلى للجانب .
- التمرير من أعلى مع الدحرجة.
- التمرير من أعلى مع الوثب.
- التمرير من أعلى بعد الدوران .
- التمرير من أعلى من وضع الطعن أماما.
- التمرير من أعلى مع السقوط.

4-2-2- التمرير من أسفل:

- التمرير من أسفل باليدين.
- التمرير من أسفل بيد واحدة.
- التمرير من أسفل مع السقوط والطيران.

5-الضرب الساحق:

5-1- تعريف :

هو عبارة عن ضرب الكرة بإحدى اليدين بقوة لتعديتها بالكامل فوق الشبكة، وتوجيهها إلى ملعب الخصم بطريقة قانونية.

5-2- أهميته :

الهدف من ضرب الساحق في لعبة الكرة الطائرة هو الحصول على نقاط المباراة أو الحصول على الإرسال، والتي تعتبر المهارة الهجومية الأساسية التي تعمل على تفوق الفرق المنافسة، وتتطلب هذه المهارة نوعية معينة من اللاعبين يتميزون بالسرعة البديهة وحسن التصرف والثقة بالنفس، وارتفاع القامة وقوة عضلات الرجلين والسرعة الحركية الفائقة والرشاقة والتوافق العصبي العضلي، والقوة الانفجارية العالية في الوثب، والضرب ، والدقة في الأداء الحركي وتوجيه ضربات في نقطة معينة بالإضافة إلى الهبوط الصحيح، ويفضل تدريب جميع أفراد الفريق لأداء هذه المهارة من المستحسن إختيار أفضل اللاعبين للقيام بمهام أدائها أثناء المباريات.

5-3- طريقة الأداء : تنقسم طريقة أداء الضربة الساحقة إلى أربعة مراحل متتالية:

- الاقتراب.
- الارتقاء (الوثب).
- الضرب.
- الهبوط.

وتتشابه طريقة أداء الأنواع المختلفة للضربات الهجومية في جميع المراحل عدا مرحلة الضرب.

5-4- أنواع الضرب الساحق :

- الضربة الساحقة المواجهة.

- الضربة الساحقة المواجهة بالدوران.

- الضربة الساحقة الجانية (الخطافية).

- الضربة الساحقة السريعة (الصاعدة).

- الضربة الساحقة الساقطة بالرسغ.

- الضرب الساحقة بالخداع .

6- حائط الصد:

6-1- تعريف :

حائط الصد هو عملية يقوم بها لاعب أو إثنان أو ثلاثة لاعبين معا من المنطقة الأمامية مواجهها للشبكة أو قريبا منها ، و ذلك بالوثب للأعلى مع مد الذراع أو الذراعين لإعتراض الكرة المضروبة ساحقا من ملعب الفريق المنافس فوق الحافة العليا للشبكة .

6-2- أهميته :

يعتبر الصد من المهارات الأساسية و الهامة في عملية الدفاع عن الملعب أمام الضربات الهجومية المختلفة على الشبكة ، و هو وسيلة لإحباط عزم الفريق المنافس من خلال منع مهاجمين من ضرب الكرة الساحقة فوق الشبكة .

يعتبر تشكيل حائط الصد بلاعبين هو الشائع و الرئيسي في لعبة الكرة الطائرة ، ثم يليه بلاعب واحد . أما بثلاثة لاعبين فهو قليل الإستعمال و تستخدمه الفرق ذات المستوى العالي جدا .

6-3- أنواع حائط الصد:

- الصد الهجومي .

- الصد الدفاعي .

6-4- طريقة أداء الصد :

ينقسم الأداء الفني للصد إلى أربعة مراحل هي:

- وقفة الاستعداد.

- الوثب.

- الصد.

. المهبوط.

6-5- أشكال حائط الصد :

ينقسم الصد إلى ثلاثة أقسام هي:

- الصد بلاعب واحد.

- الصد بلاعبين.

- الصد بثلاثة لاعبين.

6-6- طريقة الأداء :

. المرحلة التمهيديّة . المرحلة الرئيسيّة . المرحلة الختامية .

7- الاستقبال (الدفاع عن الملعب) : (طه، الكرة الطائرة، 1999، صفحة 150-151)

7-1- تعريف :

الدفاع عن الملعب هو استقبال الكرة المضروبة ساحقا من الفريق المنافس، أو المرتدة من حائط الصد وتمريها من أسفل لأعلى بتوجيهها للزميل في الملعب.

7-2- أهميته :

يعتبر الدفاع عن الملعب أحد المهارات الدفاعية المهمة ضد الضربات الساحقة القوية في الجزء خلفي من الملعب، وتغطية حائط الصد، وضربات الخداع، وتغطية عملية الهجوم للفريق نفسه، ولهذا فإن الدفاع يتساوى في الأهمية مع الهجوم، وهو من أصعب المهارات في الكرة الطائرة، حيث أنها تتطلب مستوى عالي من القوة، والرشاقة، والقدرة على

سرعة رد الفعل والتركيز لفترة طويلة، والتحمل، والتحمل، والجرأة والشجاعة في استخدام الجسم عند أداء الدحرجات والطيران والانزلاق لانقاذ الكرات البعيدة.

7-3- أنواع الاستقبال :

- استقبال باليدين من فوق.
- استقبال بيد واحدة من فوق.
- استقبال باليدين أو بيد واحدة بالسقوط المتدحرج.

8- الارتقاء (الوثب) :

يتم الوثب بعد خطوتي الاقتراب و انتقال ثقل جسم اللاعب من خلف العقبين إلى الأمشاط، وتكون زاوية الفخذين والركبتين ومفصل الكاحل، وأثناء حركة نقل الجسم من العقبين إلى الأمشاط تبدأ الذراعين في المرجحة إلى الأمام بأقصى قوة عند مرورها بمحاذاة الفخذين . تكون القدمان مثبتتين كاملا ، و في هذه اللحظة يتم فرد القدمين و الركبتين للحصول على قوة دفع الوثب . (طه، الكرة الطائرة، 1999،صفحة 114)

الخلاصة :

من خلال عرضنا لتاريخ و نشأة الكرة الطائرة و أهم التواريخ في تطورها و خصائصها اتضح لنا المكانة التي تتمتع بها هذه الرياضة و حاولنا بالجوانب البدنية و التقنية المختلفة لهذه الرياضة .

الفصل الثاني

الاكتشاف والتوجيه، الفرق المدرسية

يحتوي هذا الفصل على:

- تمهيد.
- 1-2. الاكتشاف و التوجيه.
- 2-2. الفرق المدرسية.
- خلاصة.

تمهيد:

ليس كل شخص مؤهل أن يكون بطلا رياضيا، و هذا ما دفع بالمدرسين إلى إتباع طرق تدريبية، منظمة و متسلسلة، إلا أن ذلك غير كاف لتحقيق أفضل النتائج لكون كل شخص له ما يناسبه و يناسب إمكانياته ومواهبه و اتجاهاته . لهذا يجب الاعتماد على عملية الانتقاء، و الاختيار و توجيه الفرد إلى النشاط المناسب له و عملية الانتقاء هي عملية اختيار أفضل العناصر التي تتمتع بمقومات النجاح في النشاط الرياضي المعين، من خلال الدراسة المتعلقة لجميع الجوانب المؤثرة في المستوى الرياضي اعتمادا على محددات ومعايير علمية، مدروسة و سليمة . و هذا ما تطرقنا إليه في فصلنا هذا، كما درسنا أهدافها وأهميتها و المراحل التي يجب إتباعها في هذه العملية

1- مفهوم الاكتشاف و التوجيه الرياضي :

الاكتشاف و التوجيه الرياضي هو عملية اختيار انطباق العناصر من بين الناشئين الرياضيين ممن يتمتعون باستعدادات وقدرات خاصة تتفق مع متطلبات نوع النشاط الرياضي ، أي اختيار من تتوفر لديهم الصلاحية ، ويمكن التنبؤ لهم بالتوفيق في ذلك النشاط (طه، 2002 ، صفحة 13) .
يعرفه زاتورسكي " zatoryorsky " هو عملية يتم فم خلالها اختيار أفضل اللاعبين على فترات زمنية من المراحل المختلفة للاعداد الرياضي (علي، 1999، صفحة 499) .

2- تعريف الاكتشاف و التوجيه :

تعرف عملية الاكتشاف و التوجيه اللاعبين بأنها العملية التي يتم فيها اختيار أفضل اللاعبين واللاعبات الذين يمكن تأهيلهم لرياضة ما ، و يتم ذلك من خلال المفاضلة بين عدد كبير منهم. (فرج، 2004، صفحة 237)
كما يمكن تعريفه أيضا على انه : اختيار أفضل العناصر التي تتمتع بمقومات و محددات معينة سواء كانت موروثية أو مكتسبة للانضمام لممارسة رياضة معينة مع التنبؤ بمدى تأثير العملية التدريبية مستقبلا على أفضل المستويات الرياضية العالية. (عباس، 2005، صفحة 63)
و قد عرفه "فولكون" على انه عملية تحديد ملائمة استعدادات الناشئ مع خصائص نشاط معين. (طه، 2002 ، صفحة 13)

3- أساليب الاكتشاف و التوجيه الرياضي:

هي جميع المناهج المستعملة في قياس المعايير في ميدان الاكتشاف و التوجيه و تستعمل الأساليب التالية

- طريقة الاكتشاف و التوجيه التجريبي.
- طريقة الاكتشاف و التوجيه العفوي.
- طريقة الاكتشاف و التوجيه المعد (المركب).

3-1- الاكتشاف و التوجيه التجريبي:

هي الطريقة الأكثر استعمالا من قبل المدرسين عن طريق البحث البداغوجي أو التقييم التجاري حيث أن التجربة تلعب دورا هاما بالنسبة للمدرب الذي يقارن اللاعب بالنسبة لنموذج ، أو لاعب معروف على الصعيد العالمي . حيث طابع هذا النوع من الانتقاء يعتمد أساسا على المعارف و خبرة المدرب و نظرتة، كما أنها تعتمد على الاختبارات

و القياس و الإحصاء

3-2- الاكتشاف و التوجيه العفوي:

بدأ مبكرا بمجرد ظهور الميل و الاهتمام بالكرة فالاختيار يتم من خلال تحسين الحركات لأساسية خلال التدريب أو المباراة و بالتالي يزيد اهتمام اللاعب خاصة عند الفوز . و عادة يتم انتقاء اللاعبين بمقارنتهم بعضهم البعض أو بمقارنتهم بلاعب مشهور ، كما أن هذا الاكتشاف و التوجيه يفتح المجال لذاتية المدرب. (طه، 2002 ، صفحة 13)

3-3- الاكتشاف و التوجيه المعقد:

و هي الطريقة الأكثر تعقيدا و الأكثر موضوعية من حيث النتائج ، حيث أنها تسمح بتقييم الفرد من كل الجوانب عند اختيار عملية الانتقاء يجب أن تحرص على أن تكون مكونة من عدة طرق بيداغوجية ، طبية ، فزيولوجية و البسيكولوجية.

3-3-1- الطريقة البيداغوجية:

تسمح بتقييم الشخصية الرياضية و التي في مستوى تطور الوظائف الحركية والخصائص البدنية و القابلية الحركية و القدرات التنفسية و مستوى التحكم التقني و التكتيكي واستمرار قدرة العمل في الاختصار المختار.

3-3-2- الطريقة الطبية (البيولوجية)

و هذه الطريقة موجهة لدراسة الفرديات و إمكانات تحليل أنظمة و وظائف الجسم بالاضافة إلى التنسيق الحركي تحت تأثير الممارسة الرياضية.

3-3-3- الطريقة البسكولوجية:

و تسمح هذه الطريقة بدراسة الخصائص البشرية للرياضي و التي تؤثر على الإقدام الفردي أو الجماعي على المنافسة الرياضية و هذا بتنفيذ الخطط التكتيكية بنجاح بفضل العمليات الحركية. و من بين هذه الأنواع فان الطريقة الأخيرة للانتقاء المركب هي التي تسمح بتقييم وتسلط الضوء على مختلف الجوانب للتحديد الدقيق للمؤثرات العملية للانتقاء الرياضي. (Platonov, 1972, p. 74)

3-3-4- الطريقة الفزيولوجية:

تسمح هذه الطريقة بدراسة و تقييم التغيرات و إمكانات تحليل أنظمة ووظائف الجسم بالإضافة إلى التنسيق الحركي تحت تأثير الممارسة الرياضية.

4-تنظيم الانتقاء:

هو مجموعة من الإجراءات المتخذة و الموجهة نحو الاستعمال العقلاني للطرق ولأساليب الانتقاء و من الضروري أن تكون هناك مهمتين في مسار الانتقاء:

- ضرورة إدماج المراهق و الطفل الذي يحقق نتائج جيدة خلال مرحلة التعلم .
- من بين الأطفال المسجلين يجب اختيار الأكثر موهبة و هذا ما يدفعنا إلى الحديث عن التوجيه الرياضي و فعاليته خلال مرحلة التدريب.

4-1- التوجيه الرياضي:

التوجيه الرياضي كمسعى منهجي يعتبر جد مركب كونه يحتوي على المكونات التالية:

- المعلومات الرياضية .
- الفحص الرياضي (تنظيم النشاطات من اجل اكتشاف الفريديات الخاصة بالرياضة المختارة) (Platonov، 1972، صفحة 73).

4-2- الاكتشاف و التوجيه الرياضي:

كما في التوجيه الرياضي ، الاكتشاف و التوجيه يعتبر عملية تتطلب عدد من المهام ، الاكتشاف و التوجيه في مجال الرياضة يهتم باكتشاف الأشخاص أو الرياضيين الموهوبين ذو الصحة الجيدة بعبارة أخرى التنظيم العقلاني للانتقاء الرياضي يسمح باضهار مواهب و قدرات المراهقين والأطفال و خلق ظروف الملائمة لتطوير إمكانياتهم الكامنة في مسار التدريب.

لهذا فالإكتشاف و التوجيه منهجين متكاملان و لكنهما ليسا متماثلان حسب chwartz فان اختيار الرياضة بالنسبة لكل طفل مهمة التوجيه، أما الانتقاء فتمثل الاختيار الأمثل للإفراد الذين يطابقون متطلبات النشاط.

5- القواعد الأساسية للاكتشاف و التوجيه :

إن النتائج التي تحصل عليها كل رياضي في مختلف الاختصاصات تخضع عموماً للعوامل الأربعة التالية:

- متحصل عليها عن طريق الخطط الإستراتيجية للتدريب الرياضي .
 - ارتقاء الوسائل التقنية أي الألبسة الرياضية الكاملة و الملائمة و توفر الوسائل والمرافق الرياضية.
 - تحضير نفسي مبكر و هذا الأخير يجب أن يكون صحيح و فعال في نفس الوقت .
 - توجيه و انتقاء صحيح و فعال (weinek، 1990، صفحة 88).
- فالانتقاء الرياضي يعتبر آلية البحث و التنظيم لتكوين قاعدة معينة لاختصاص الرياضي في الألعاب التي تكون أهدافها كما يلي:

- تبيين قابلية الطفل في ممارسة هذه الرياضة، تشخيص النتائج التي حققها على أساس .
- الصفات البدنية.
- اكتشاف و دراسة صفاته الفردية .
- دراسة الصفات والتغيرات التي تطرأ على شخصيته تحت تأثير الاختصاص الرياضي (weinek، 1990).

6- معايير الاكتشاف و التوجيه الرياضي:

هي مبادئ أساسية نعود إليها لإصدار الحكم ، أما في الرياضة فهي الخصائص والممتلكات الشخصية التي نفحصها أو نقيسها خلال عملية الانتقاء ، مثال : القامة هي معيار مهم جداً في انتقاء لاعبي الكرة الطائرة و كذلك مثلاً كرة السلة.

و تنقسم معايير ممارسة الرياضة عموماً إلى ثلاثة أقسام و هي:

6-1- الاستعدادات:

هي الفرديات التشريحية و السيكولوجية و الفطرية المكتسبة خلال السنوات الأولى من الحياة ، فهي إذن الخصائص الانثروبومترية بالدرجة الأولى ، و خصائص الجهاز العضلي و الجهاز الأوراني التي تعد من الاستعدادات الأساسية من اجل نجاح أية رياضة مستقبلا.

6-2- القابليات:

تعرف بأنها مجمل الخصائص و الممتلكات الشخصية التي تسمح بتحقيق النجاح الى مدى معين و مصطلح القابليات لا يشمل المكتسبات بمعنى تعتبر قاعدة أساسية لتطوير القدرات حيث أن هذه الأخيرة نتيجة تطور إن القابليات هي مقدمة نظرية لتطوير الأعضاء الوظيفية و بالتالي البنات الوظيفية للفرد فالقابليات لا تظهر في الطفولة و المراهقة فحسب بل في المراحل الأخرى من الحياة كذلك، مثال السرعة ، التنسيق الحركي الخ. (Platonov، 1972، صفحة 74)

6-3- القدرات:

تتضمن وسائل النشاط و العمل إلى إتقان المكتسبات من خلال دراسة مشكلة القدرات (Platonov 1972) توصل إلى التعريف الآتي : القدرة هي الخواص الفردية التي تميز بين شخص و آخر المبينة على الوراثة و التعلم و العوامل الأخرى، بمعنى أن هذه القدرات تظهر و تتجلى بممارسة نشاط معين و لكنها لا توجد بصفة عشوائية وهذا ما يثبت ضرورة النشاط المعروف حسب Platonov 1972 بأنها خضوع الفرد لمطالبات نشاط محدد. (Akramou، 1985، صفحة 85)

7-مراحل الاكتشاف و التوجيه:

7-1- المرحلة الأولى : (الاكتشاف و التوجيه المبدئي):

هي مرحلة التعرف المبدئي على الاشبال الموهوبين و تستهدف تحديد الحالة الصحية العامة و التقدير المبدئي لمستوى القدرات البدنية و الخصائص المرفولوجية و الوظيفية و السمات الشخصية و القدرات العقلية ... الخ . و يتم ذلك عن طريق تحديد مدى قرب مستويات هذه الألعاب و المستويات المطلوبة لمنافسة الرياضية المتوقعة . و يرى الخبراء أنه يصعب في هذه المرحلة تحديد التخصص الرياضي المناسب للناشئ بدقة حيث تظهر المواهب الحقيقية في المرحلة التالية ، ومن ثم لا يجب المبالغة في هذه المرحلة في وضع متطلبات عالية خلال مرحلة الانتقاء الأولى حيث يمكن قبول الناشئين ذوي الخصائص و استعدادات متوسطة أو تبدو أنها متوسطة خلال هذه المرحلة .

7-2- المرحلة الثانية : (الاكتشاف و التوجيه الخاص) :

في هذه المرحلة يتم تصنيفية الأشبال الذين تم اختيارهم في مرحلة الانتقاء الأولى حيث يتم توجيه العناصر الأفضل الى نوع النشاط الرياضي الذي يتلاءم مع استعداداتهم و قدراتهم و ذلك وفق اختبارات و مقاييس أكثر تقدما و الجدير بالذكر أن بداية مرحلة الانتقاء الخاص تتم بعد مرور الشبل بفترة تربية طويلة نسبيا قد تستغرق ما بين عام الى اربعة اعوام تبعا لنوع النشاط ...

وتستخدم في هذه المرحلة الملاحظة المنظمة و الاختبارات الموضوعية في قياس معدلات نمو الخصائص المرفولوجية و الوظيفية و سرعة تطور القدرات و الصفات البدنية و مدى اتقان الشبل للمهارات الأساسية و تدل المستويات العالية في هذه الأبعاد التي يحققها الشبل على موهبته و امكانية وصوله الى المستويات العالية (مقتي، 1996 ، الصفحات 307-306) .

7-3- المرحلة الثالثة (الاكتشاف و التوجيه التاهيلي) :

تستهدف هذه المرحلة الأكثر الدقة لتحديد خصائص الشبل و قدراته بعد انتهاء المرحلة الثانية من الانتقاء و التدريب ، وكذلك انتقاء الشبل لتحقيق المستويات الرياضية العالية ويكون التركيز في هذه المرحلة على قياس مستويات نمو الخصائص المورفوفونكشنيل Morphofunctionnel اللازمة لتحقيق المستويات العالية و نمو الاستعدادات الخاصة بنوع النشاط الرياضي و سرعة توعية عملية استعادته الشفاء بعد الجهد البدني (فايسخوسيكى 1971) كما يؤكد في الاعتبار قياس الاتجاهات الاجتماعية و السمات النفسية كثقة بالنفس و الشجاعة في اتخاذ القرار الى غير ذلك من السمات التي يتطلبها النشاط التخصصي (جوجافسيكى 1979)

8-المعايير الأساسية للاكتشاف و التوجيه و مصادرها:

8-1-المعايير البيولوجية:

و تمثل هذه المحددات كل من الصفات الوراثية للفرد و مؤشرات النمو و متبع ذلك من العمر الزمني و علاقته بالعمر البيولوجي و المقاييس الجسمية و الصفات البدنية الأساسية و الخصائص الوظيفية للشبل ، و تعتبر الصفات الوراثية من العوامل الهامة (علي، التدريب الرياضي و التكامل بين النظرية و التطبيق الطبعة الاولى ، 1999، الصفحات 503-504)

8-2-المعايير المرفولوجية (القياسات الجسمية):

هناك بعض العوامل التي يمكن اعتبارها كمؤشرات وظيفية تؤخذ بعين الاعتبار عند الاكتشاف و التوجيه مثل الحالة الصحية العتامة و التغيرات والمرفولوجية والإمكانات الوظيفية للجهاز الدموي و التنفسي و خصائص استعادة الاستشفاء

و الكفاءة البدنية العامة و الخاصة ، و كذا المحددات الانتروبومترية باعتبارها ضمن المحددات البيولوجية بما تتضمنه من أطوال مثل الطول الكلي للجسم، والأعماق، و العروق، و المحيطات بالاضافة إلى الأدلة الانتروبومترية المركبة التي تتضمن العلاقات النسبية بين أجزاء الجسم، و الوزن و هذه كلها محددات مرفولوجية لا يمكن تجاهلها كمصادر لانتقاء.

8-3-المعايير البسكولوجية(النفسية):

تحتاج ممارسة النشاط البدني الرياضي من وجهة النظر السيكولوجية الى كثير من المتطلبات النفسية للمواقف المتميزة أثناء ممارسة النشاط الرياضي ويعني ذلك ان الفرد الرياضي يكون في مقدوره بجانب ثقل كاهله بالعبء البدني وتكليف نفسه لملائمة المواقف المتغيرة أثناء ممارسة النشاط الرياضي و يتحدد طبقا لذلك مستوي فاعليته في المنافسات الرياضية (علاوي 1986) كذلك يحمل النشاط الرياضي يحمل في طياته طابع المنافسة خاصة في المستويات الرياضية العالية وما يرتبط بذلك من مشاكل ما قبل المنافسة كما حضيت مشكلة الانتباه باهتمام كبير في مجال الاعداد النفسي للرياضي و قد حققت الجهود في مجال الانتقاء فيما يخص السمات النفسية التي تتطلبها أنشطة رياضية معينة وقياس

مستوي نمو هذه السمات لدي لذي الناشئ خلال مراحل الاكتشاف و التوجيه يعد مؤشرا جديدا للتنبؤ بمستوي واتجاهات الاشبال نحو نشاط رياضي معين من العوامل النفسية الاساسية في الانتقاء

8-4- المحددات الخاصة بالقدرات البدنية و الحركية:

و عن هذه المحددات يجب التأكد من قياس الحركات الطبيعية في المراحل الأولى للانتقاء كالجري، و تليها القدرات البدنية البسيطة ثم المركبة. ثم المهارات الأساسية للعبة و طرق اللعب و الخطط ، دون أن ننسى دور و أهمية الصفات البدنية حيث تمكن الرياضي من القدرة على الأداء لمختلف المهارات الحركية و تمكنه من الوصول إلى أعلى المستويات.

8-5- المحددات الخاصة للاستعداد للنجاح:

تمثل الاستعدادات الخاصة للنجاح في النشاط الرياضي ركنا اساسيا في عملية الاكتشاف و التوجيه في المرحلة الثانية والثالثة علي وجه التحديد حيث يمكن من خلال قياس الاستعدادات تحديد مستوي نموها و التعرف علي الفروق الفردية فيها و بالتالي توجيه الناشئ طبقا لاستعداداته لما رسة النشاط الرياضي ويستخدم لذلك تقويم المدرب والاختبارات (علي، التدريب الرياضي و التكامل بين النظرية و التطبيق الطبعة الاولى ، 1999)

8-6- المحددات الخاصة بالسن المناسب للاختيار:

يعد تحديد السن المناسب للاختيار عملية في غاية الأهمية ، فقد تباينت الآراء حول ذلك حيث يتطلب كل نشاط سن مختلف عن غيره من الأنشطة نظرا لمتطلبات كل نشاط ، وقد أجمعت الآراء إلى مراعاة عاملين أساسيين: تحديد سن الطفولة لكل نشاط من ثمة تحديد عدد سنوات التدريب بما يتناسب مع التأهيل لمستوى البطولة. معرفة المستوى المناسب الذي تصل إليه المقاييس الجسمية والقدرات البدنية لتحمل متطلبات التدريب. فمن خلال هذين العاملين يمكن تحديد السن المناسب للاختيار بشكل موضوعي.

9- أهداف الاكتشاف و التوجيه :

- التوصل إلى أفضل الناشئين و الناشئات الموهوبين الواعين في الرياضة مبكرا
- توجيه اللاعبين منذ الصغر إلى أكثر أنواع الرياضة تناسبا مع قدراتهم و ميولهم .
- تركيز الجهود و الميزانيات على أفضل اللاعبين و اللاعبات .
- تطوير مستوى الرياضة من خلال تحسين مستويات الأداء الأفضل للاعبين واللاعبات مما ينعكس ايجابيا على الرغبة في ممارسة و زيادة متعة المشاهد (Platonov، 1972، صفحة 205).
- تحديد المتطلبات الدقيقة التي يجب توافرها في اللاعب حتى يحقق التفوق في نوع معين من النشاط الرياضي.

- تحسين عمليات التدريب لتنمية و تطوير الصفات و الخصائص البدنية و التنفسية للاعب في ضوء ما ينبغي تحقيقه. (البطل، 2004، صفحة 245)

10- أهمية الاكتشاف و التوجيه:

يعتبر الاكتشاف و التوجيه عملية في غاية الأهمية خاصة في النشاط الرياضي ، باعتباره احد الانشطة الإنسانية غير العادية التي تتميز بمواقفها الصعبة ، و التي تتطلب من ممارستها استعدادات خاصة من اجل الاستمرار و التفوق.

1986 ويرى كل من فولكوف "vollkove" 1997 ، وبولجاكوف "boljakova" أن عملية الانتقاء في النشاط الرياضي ترجع أهميتها إلى ما يلي:

10-1- الاكتشاف و التوجيه الجيد يزيد من فعالية كل من عمليتي التدريب و المنافسات الرياضية:

فالتفوق في أي نشاط رياضي يعتمد على ثلاث عناصر رئيسية هي الاكتشاف و التوجيه ، التدريب المنافسات ، و لا يمكن بدون انتقاء جيد تحقيق نتائج رياضية عالية ، و إذا أجريت عملية الانتقاء في إطار تنظيمي دقيق مبني على أسس علمية سليمة ، ينعكس ذلك على عمليات التدريب و المنافسات و يزيد من فعاليتها ، و بالتالي يمكن تحقيق أفضل النتائج الرياضية في أسرع وقت و بأقل جهد ممكن. (طه، 2002 ، صفحة 14)

10-2-قصر مرحلة الممارسة الفعالة من حياة اللاعب الرياضية:

فقد أثبتت العديد من الدراسات أن فترة الممارسة الفعالة خلال حياة اللاعب الرياضية تعتبر قصيرة نسبياً ، فهي لا تزيد في المتوسط عن (خمسة 05 إلى عشرة 10 سنوات) وذلك تبعاً لنوع النشاط الرياضي، فإذا ما أجريت عملية الانتقاء على أسس علمية سليمة و تم اختيار أفضل العناصر من الاشبال الذين يتمتعون بقدرات و استعدادات خاصة تتفق مع متطلبات نوع النشاط المختار، فان هذه الفترة من الممارسة سوف تكون أكثر فعالية رغم قصرها وسوف تكون كافية لتحقيق أفضل النتائج الرياضية.

10-3-وجود الفروق الفردية الواضحة بين الناشئين من حيث الاستعدادات الخاصة:

إن الفروق الفردية الواضحة بين الناشئين في استعداداتهم الخاصة ، سواء من الناحية البدنية أو الناحية التنفسية كالوظائف العقلية و النفس حركية ، وسمات شخصية لا تسمح لجميع الناشئين من تحقيق النتائج الرياضية، و الدليل على ذلك انه من بين عشرة آلاف طفل من الأطفال المبتدئين في الباحة مثلاً، يمكن لثلاثة منهم فقط تحقيق نتائج رياضية عالية والوصول إلى المستوى الدولي، و قد أثبتت الدراسات التي أجريت في هذا الصدد أن الرياضيين الناشئين الذين يتمتعون بقدر أكبر من تلك الاستعدادات الوراثية التي يتطلبها نشاطهم الرياضي هم الذين يتفوقون و يحققون أفضل النتائج الرياضية ، فمن خلال عملية الانتقاء يمكن الكشف المبكر عن تلك الخصائص و الاستعدادات لدى الاشبال لاختيار من تتوافر لديهم الصلاحية ، وتوجيههم إلى النشاط الذي يتناسب معهم. (طه، 2002 ، صفحة 15.14)

10-4-اختلاف سن بداية الممارسة تبعاً لنوع النشاط الرياضي:

يعتبر تحديد سن بداية ممارسة النشاط الرياضي من أهم العوامل التي يجب مراعاتهم عند إجراء عملية الانتقاء ، نظراً لاختلاف سن الممارسة من نشاط إلى آخر، ولا يتم التحديد الدقيق لسن بداية الممارسة إلا من خلال : تحديد سن البطولة الخاص بكل نشاط رياضي على حدا.

معرفة الفترة الزمنية التي تستغرقها عملية إعداد اللاعب في النشاط الذي يمارسه حتى يمكن تحقيق التفوق. فقد أثبتت الدراسات أن هناك أنشطة رياضية بداية ممارستها في سن مبكر و آخر يرتفع نسبياً،وعلى ذلك فمن خلال إجراء القياسات الخاصة بعملية الانتقاء يتم الالتزام بالسن المناسب للبدء في ممارسة كل نشاط رياضي على حدة.

11- دور الوراثة و البيئة في الاكتشاف و التوجيه:

بالرغم من أن التدريب يؤثر في فزيولوجية الجسم إلا أن عامل الجينات له الدور الأكبر في مستوى اللاعب و الالعبه و بذلك نجد أن الجينات لها جذور ممتدة في تحديد الموهبة الرياضية ، و تؤكد أبحاث أن المتغيرات الثابتة التي تحدد درجت النجاح مستقبلا في الرياضة إنما هي "هافليفك HAVLIVEK" متغيرات لها علاقة مباشرة بالجينات ويكون تأثير البيئة عليها ضعيفا. (مقتي) p. 312 , 1996 ,

و كذا فان للبيئة تأثير كبير على الفرد الرياضي جسميا و نفسيا ، و اجتماعيا و على التنبؤ بأدائها، و من

المؤشرات البيئية نجد كل الأسرة، الفريق و المدرب و طبيعة التدريب... الخ

و من المعروف العوامل الوراثية تتفاعل مع العوامل البيئية منذ اللحظة الأولى من حياة الفرد لتساهم معا في تحديد و تكوين صفاته المختلفة التي تؤثر على سلوكه و على شخصيته في المستقبل. طه (p. 31 , 2002 ,

1- الفرق المدرسية:

سعيًا منها لتنظيم قسم التربية الرياضية و إتاحة الفرصة لكل طالب مهاراته وقدراته الرياضية بشكل منظم ومنسق، عكفت المدرسة منذ تأسيسها على تشكيل الفرق الرياضية في جميع الألعاب للبنين و البنات. وقد أشرف على تشكيل هذه الفرق نخبة من المعلمين والمدربين ذوي الخبرة في هذا المجال. ويتم إعادة تشكيل تلك الفرق بشكل سنوي من خلال اشتراك طلبة جدد يتميزون بمهارات فردية وجماعية خلاقة

2- الرياضة المدرسية:

تعد الرياضة المدرسية المحرك الأساسي لمعرفة مدى التقدم في الميدان الرياضي ولعلها من أهم الدعائم للحركة الرياضية حيث تتجه أساسا نحو تلاميذ المدارس والثانويات بالعمل على وضع الخطوات الأولى للطفل على الطريق الذي يمكنه من أن يصبح رياضيا في المستقبل بارزا قد يساهم في بناء المنتخب المدرسية الوطنية وتمثيل بلاده في المحافل الدولية والقارية.

1-2- مفهوم الرياضة المدرسية:

هي عبارة عن أنشطة مختلفة ومنظمة في شكل منافسات فردية او جماعية وعلى كل المستويات وتسهر على تنظيمها وإجرائها (الإتحادية الجزائرية للرياضة المدرسية) مع عدم نسيان ان هناك تنسيق مع الرابطات الولائية للرياضة المدرسية في القطاع المدرسي ومن أجل تغطية بعض النقصات ظهرت هناك (الجمعيات الخاصة بالرياضة المدرسية في المؤسسات التربوية) وهذا للحرص والمراقبة على النشاطات وإعادة الإعتبار للرياضة المدرسية .

نظرا للمكانة الهامة والبعد التربوي المعترف به للرياضة المدرسية تسعى كل من وزارتي التربية الوطنية والشبيبة والرياضة إلى ترقية كل المستويات وإلى تسخير كل الظروف والوسائل اللازمة لتوسيع الممارسة الرياضية في أوساط التلاميذ .

ومما أعطى نفسا جديدا لممارسة الرياضة في الأوساط المدرسية هو ما قرره وزارة التربية الوطنية حول إجبارية ممارسة الرياضة المدرسية حسب التعليم رقم 95-09 بتاريخ 1995/02/25 ومن خلال المادتين 6.5 وقررت الوزارة جعل ممارسة التربية البدنية والرياضية إلزامية وإجبارية لكل تلميذ مع إعفاء أولئك الذين يعانون مشاكل صعبة أو أخرى تعيق ممارستهم للنشاط الرياضي حيث وجهت الوزارة تعليمة تتضمن كيفية الإعفاء من ممارسة التربية البدنية في الوسط المدرسي حيث يتم الإعفاء بتسليم طبيب الصحة المدرسية شهادة طبية بعد إجراء فحص طبي للتلاميذ ودراسة ملفهم الصحي المعد من طرف طبيب أخصائي

المؤسسات التربوية هي خزان للموارد البشرية الناشئة فهي تمثل المشتلة التي يفترض أن يتم على مستواها بلورة الكفاءات الرياضية التي تتولى تزويد النوادي الرياضية وفرق النخبة في المستقبل بالموهب الرياضية

3-الرابطة الولائية للرياضات المدرسية(L.R.S.S)

الرابطة الولائية للرياضة المدرسية هي جمعية ولائية هدفها تنظيم وتنسيق الرياضة في وسط الولاية وتتكون الرابطة من جمعية عامة ،مكتب تنفيذي ولجان خاصة الجمعية العامة يرأسها مدير التربية للولاية وتتكون من رؤساء الجمعية الثقافية الرياضية المدرسية ،ومثلي جمعيات أولياء التلاميذ ومن بين أعمال الرابطة الولائية للرياضات المدرسية تنسيق كل نشاطات الجمعيات الثقافية الرياضية المدرسية دراسة وتحضير برامج.

4-تعريف المنافسة:

كلمة المنافسة هي كلمة لاتينية وتعني البحث المتواصل من عدة أشخاص لنفس المنصب ونفس المنفعة وحسب كتاب (روبار الرياضة)الذي يعرف المنافسة بأنها كل شكل لمزاومة تهدف للبحث عن النصر في مقابلة رياضية،المنافسة هيالنشاط الذي يحصل داخل إطار مسابقة مثقفة في إطار أو نمط استعدادات معروفة وثابتة بالمقارنة مع الثقة القصوى.

وحتى علم النفس إهتم بالمنافسة وجاء تعريفها "أنها تفهم كمحاكمة للغير وعند المحيط الطبيعي الهدف نصر الأشخاص والجماعات لكن كلمة المزاومة هي أقرب معنى للمنافسة في ميدان الرياضة لأن هذه الأخيرة تخص مجابهة بين أشخاص من أجل أحسن لحظة ولأحسن مستوى."

4-1أهداف المنافسة الرياضية المدرسية :

إن المنافسة الرياضية من أهم الوسائل المساعدة على اتزان الغدد نفسيا وإجتماعيا فهي تكسب الجسم الحيوية والرشاقة والقوام مما يتجنب الفرد الممارس لها الكسل والخمول كما تمنحه نموا صحيا جيدا حيث تجعله أقل عرضة للأمراض وهو من أهم أهداف المنافسة الرياضية المدرسية نذكر :

4-1-1-هدف النمو الإجتماعي :

إن للمنافسات هدف اجتماعي يتمثل في خلق جو التعاون لكل فرد يقوم بدوره عن طريق مساهمته بالتنازل عن بعض الحقوق في سبيل القدوة والمثل من أجل تحقيق هدف اجتماعي يعود بالفائدة من المجتمع فمثلا أن يتنازل اللاعب عن حقه في تسديد ضربة الجزاء أو مخالفة وهذا من أجل تجنب الدخول في خصامات مع أعضاء الفريق وزملاءه وهذا لا يتحقق إلا عن طريق الجماعة والتنافس .

4-1-2-هدف النمو الخلقى :

إن المنافسة الرياضية هي عملية تربوية خلقية وذلك لما يوفره النشاط التنافسي من سلوك أخلاقي وهذا بالنظر إلى حماسة المنافسة ومما يجري بها من اصطدام وهجوم والخوف من الهزيمة وعلى كل هذه المنافسة تهتم بالتهدئة وذلك بتوضيح ما يجب وما لا يجب القيام به في المنافسة وهذا يساعد الفرد على العمل الصالح والثقة في النفس والإخاء والصدقة وروح التعاون وتحمل المسؤولية.

4-1-3- هدف النمو النفسي :

إن المنافسة الرياضية المدرسية كغيرها من المنافسات الرياضية تحقق اللذة والابتهاج فيتحرر الفرد من كل ما هو مكبوت ويغمره السرور والابتهاج عندما يسيطر على حركته إضافة إلى هذا فهي تهدف إلى إشباع الميول العدوانية والعنف لدى بعض المراهقين عن طريق الألعاب التنافسية العنيفة كالملاكمة فمثلا الملاكم يسدد ضربات للخصم فهو يعبر عن دوافعه المكبوتة بطريقة مقبولة ومفيده بوجه عام، إذ أن التخلص من الاندفاعات غير المناسبة والحركات غير المفيدة هو كبتها في اللاشعور ووضعها في السلوك المقبول إجتماعيا وشخصيا.

4-1-4- هدف النمو العقلي :

إن المنافسات الرياضية المدرسية تمس كل الجوانب ومنها الجانب العقلي حتى يتحقق التفكير في اكتساب المعارف المختلفة ذات طبيعة المنافسات الرياضية كتاريخ اللعبة التي تمارس وأهميتها وطرق أداءها، يجب تذكر أن العقل والجسم مرتبطان إذ أنه ليس الغرض من الجسم أن يحمل العقل ولكنه يؤدي إلى استعمال العقل واستخدامه بشكل فعال ومؤثر .

4-1-5- هدف النمو البدني :

كما تم ذكره سابقا المنافسة الرياضية المدرسية تمس كل الجوانب ومنها الجانب البدني ومن بين هذه الأهداف

نذكر :

- تقوية الجسم بصفة عامة من عضلات وبنية وقامة.... إلخ .
- تنمية القدرات البدنية للرياضيين المتنافسين .
- إكتساب وتحسين دقة وإتقان المهارات الأساسية لكل لاعب .
- تنمية القدرات الجسمانية الخاصة بنوع النشاط الممارس .
- الحفاظ على الصحة البدنية.

5- مفهوم وتنظيم المنافسات الرياضية المدرسية:

إن المنافسات الرياضية المدرسية وكغيرها من المنافسات الرياضية الأخرى تمر عبر مراحل من التصنيفات بين الأقسام الولائية الجهوية ثم الوطنية واخيرا الدولية وفي كل مستوى هناك هيئات تعمل لهذه المنافسات وتنقسم هذه الأخيرة إلى نوعين فردية وجماعية ولكلا الجنسين وفي كل الأصناف.

6- الفرق الرياضية المدرسية :

إن كل مؤسسة تربوية يجب عليها إنشاء جمعية رياضية تتكفل بإعداد الطلاب الرياضيين وكذلك الفرق لكل المنافسات مع المؤسسات التربوية الأخرى، وقد أقرت النصوص على إجبارية إنشاء الجمعيات الرياضية في المؤسسات

التربوية، حيث نصت المادة 05 على أنه يتم إنشاء الجمعية الثقافية والرياضية المدرسية بالضرورة على مستوى كل مؤسسة تعليمية في قطاع التربية الوطنية.

وسيكون الانضمام إلى الاتحادية الجزائرية للرياضة المدرسية على النحو التالي :

- تكون الجمعية المنشأة على مستوى الثانوية ملف اعتماد وتضعه لدى الرابطة الولائية للرياضة المدرسية حيث يتكون هذا الملف .

- طلب الانضمام .

- قائمة اللجان المديرية بأسماء وعناوين ومناصب الأعضاء .

- ثلاث نسخ من اعتماد الجمعية ومحضر الجمعية العامة .

و اللجنة المديرية هي المسؤولة أمام الرابطة والاتحادية الجزائرية للرياضة المدرسية .

- الرابطة الولائية للرياضة المدرسية ترد على انضمام أي جمعية في 15 يوم التي تلي والاتحادية تحدد كل موسم مصاريف الانضمام ،البطاقات،التأمينات وتصب كل هذه النفقات إلى الرابطة.

7- طرق إختيار الفرق المدرسية :

توكل مهمة اختيار الفرق إلى الجمعية الرياضية على مستوى كل مؤسسة تربوية ومن بين أعضاء هذه الجمعية أساتذة التربية البدنية والرياضية الذين تسند لهم مهمة اختيار الفرق الرياضية وتشكيلها وفي الغالب يقع الاختيار على الطلاب الرياضيين المتفوقين في دروس التربية البدنية والرياضية .

ويتم تنفيذ ما سبق ذكره بالإعلان عن موعد تصفية الراغبين في الإنضمام لكل فريق ثم يقوم بإجراء بعض الإختبارات لقياس مستوى اللاعبين وقدراتهم وينجز لكل طالب إستمارة أحوال شخصية ومستواه ومدى إستعداده ومواظبته وبعد الإنتهاء من إختيار الفرق الرياضية المدرسية وقبل الشروع في العملية التدريسية يجب على كل طالب إحضار رسالة من والي أمره بالموافقة على الإشتراك في الفريق الرياضي المدرسي .وبعد هذه الخطوة يتقدم الطالب للكشف الطبي لإثبات حالته الصحية أي إن كان خاليا من إصابات أو أمراض تمنع ممارسته للرياضة،حيث يوقع الطبيب ويختم على ظهر الرخصة لمشاركة الطالب في الفريق المدرسي . (مديرية التربية لولاية ميله، 2013)

خلاصة: إن عملية الانتقاء الرياضي هي عملية اكتشاف الرياضيين الموهوبين و ليس اختيار الأشخاص الذين هم في صحة جيدة ، ففي الكرة الطائرة يتم انتقاء اللاعبين حسب أدائهم في الفريق و يبدأ الاختيار للموهوبين بملاحظات هامة من طرف أساتذة التربية البدنية و الرياضية، الذين يقررون ما إذا المراهق الموهوب يتناسب مع المعايير المطلوبة ومع فاعلية النجاح مستقبلا، و بعدها تأتي مرحلة عملية الاختيارات والمنافسات التي تسمح بتقييم القدرات الحقيقية للشباب بالإضافة إلى النتائج المحققة خلال المنافسات التقييمية النهائية . كما يدعم باختيار طبي مفصل .

الفصل الثالث

الفئة العمرية 14-16 سنة

يحتوي هذا الفصل على:

تمهيد.

3-1. تعريف المراهقة

3-2. خصائص المرحلة العمرية 14-16 سنة

سنة

3-3. خصائص تطوير الصفات البدنية

3-4. الحاجات الأساسية للمراهق

3-5. مشاكل المراهقة

3-6. علاقة المراهق بالرياضة

خلاصة.

تمهيد :

تتميز هذه المرحلة بالتطور الملحوظ في القدرات الحركية بصفة عامة و تطور القوة المميزة بالسرعة والقوة العظمى ويظهر ذلك في الكثير من المهارات الحركية الاساسية كالوثب و العدو و يلزم ذلك تباطؤ نسبي في تحمل القوة بالنسبة للجنسين ،أما قوة الذراعين فلا تحظى بتطور يذكر ،خصوصا عند البنات ،أما بالنسبة للسرعة فيستمر تطورها وبالنسبة للتحمل يحدث تطور كبير لهذا العنصر ويكون تحسن كبير في الجهاز الدوري التنفسي أما الرشاقة فيكون تحسنها نسبيا (أسعد، 1991، صفحة 228).

تدعى هذه المرحلة بمرحلة المراهقة الوسطى ،ويؤدي الانتقال اليها الى الشعور بالنضج و الاستقلالية ويصعب تحديد بداية ونهاية هذه المرحلة بصفة دقيقة ،وهو ما يعتبر مرحلة اكتمال النضج الجنسي و العقلي و الجسمي و الاجتماعي (خليل، 1985، صفحة 56).

1-تعريف المراهقة :

حسب قاموس علم النفس فإن المراهقة هي المرحلة التي تتم فيها التغيرات الجسمية و النفسية ، وتبدأ تقريبا من سن 12 إلى 18 أو 20 سنة.

وعلى مستوى التغيير النفسي تظهر إعادة تنشيط الغريزة الجنسية وتأكيد الطموحات و الميول المهنية و الاجتماعية رغبة في التحرر. (Silamy, 1979, p. 13)

ويعرفها "جيزل" كما يلي:

"هي قبل كل شيء مرحلة من النمو الجسمي السريع و القوي ، تتوافق مع تغيرات عميقة تتناول معظم أجزاء الجسم . (وآخرون) p. 23 ,

نلاحظ أن جيزل قد وضع قاعدة لتعريفه للتغيرات الجسمية الملحوظة خلال هذه المرحلة ، في حين أهمل باقي الجوانب التي تتفاعل بصورة حتمية لتحقيق هذه النتيجة المسماة مرحلة المراهقة.

ويرى " ستانلي هول" : "أن المراهقة هي الفترة الزمنية التي تستمر حتى سن الخامسة و العشرين في حياة الطفل ، وتقوده إلى مرحلة الرشد بما تحمله من متطلبات و مسؤوليات (وآخرون ع .ا) p. 301 , 1973 , ..

2-خصائص المرحلة العمرية 14-16 سنة :

1-2-النمو الجسمي :

- زيادة كبيرة في حجم القلب مع زيادة في الوزن مع ملاحظة أن البنات يسبقن الأولاد في النمو.
- نمو ملحوظ في الاعضاء التناسلية ونشاط بعض الغدد ، مما يؤدي الى ظهور القذف عند و البنين الحيض عند البنات .
- زيادة ملحوظة في النمو في هذه المرحلة خصوصا بالنسبة للطول الذي يسبق زيادو الوزن .
- تغيير ملحوظ في صوت المراهق حيث يتميز بالحشونة فيبدو عليه التحكم في نبرات صوته من علو و انخفاض (بسيطوسي، الصفحات 110-111).

2-2- النمو الحركي :

يتأخر نمو الجهاز العضلي على نمو الجهاز الهضمي سنة تقريبا ،ويسبب ذلك للمراهق تعباً و إرهاقاً ،وذلك لتوتر العضلات و انكماشها مع نمو العضلات السريع ، كما أن سرعة النمو في الفترة الأولى من المراهقة تجعل حركاته غير دقيقة و يميل الى الخمول و الكسل و التراخي حتى يتسنى له إعادة تنظيم عاداته الحركية بما يلائم هذا النمو الجديد ،اما بعد الخامسة عشر (15) تصبح حركات المراهق أكثر توافقاً وانسجاماً و يأخذ نشاطه في الزيادة و يصبح نشاطه بناءً يرمي الى تحقيق اهداف معينة على عكس من النشاط الزائد غير الموجه و الذي يقوم به الأطفال في المدرسة الابتدائية (حسنين، 1992، صفحة 205).

2-3- النمو الاجتماعي :

يرى "جنكر " أن من خصائص هذه المرحلة ما يلي :

- الرغبة في الاستقلال عن الوالدين و الاعتماد عن النفس.
- الرغبة في التعرف وجمع المعلومات عن الجنس الاخر و تكوين علاقة معه.
- الرغبة في التشبه بالاصدقاء و كراهية للتظاهر بالاختلاف.
- تحقيق لدور الذات و لعب الولد لدور الرجل و البنت لدور الانثى (الشاطي، 1992، صفحة 148).

2-4- النمو الفيزيولوجي :

أ- نمو القلب :

ينمو القلب في هذه المرحلة بسرعة ينسجم فسها مع الشرايين و في هذه المرحلة يدفع القلب الدم في أوعية قشرها خمس قطره تقريبا

ب- نمو الرئتين :

تكون عند الذكور أكبر من الاناث في مرحلة الطفولة و المراهقة.

ج- نمو الجهاز الهضمي :

تكبير أجزاء الجهاز الهضمي في مرحلة المراهقة و يظهر ذلك جليا من خلال أقبال المراهق على الطعام بشهية .

د- الغدد النخامية :

ان زيادة الافراز عند البلوغ يساهم في نمو العظام خصوصا في الأطراف ،وقلت افرازها يعطل النمو و يصيب الفرد بالخمول و الكسل .

هـ- الغدة الدرقية :

تفرز هرمون الأدرينالين الذي يؤدي الى اسراع جميع العمليات الكيميائية في الجسم و يزيد من معدل التفاعل و الاحتراق في الجسم و يسبب للمراهقات آلام الحيض و اضطرابات في الجلد و زيادة التعرق و دقات القلب و قلة افرازها يسبب السكنة و الكسل .

و- الغدة الكظرية :

هي عبارة عن غدتين فوق الكلى ، تتكون كل منهما من قشرة و نخاع... يفرز النخاع هرمون الادرينالين لمواجهة مواقف الخطر ، ويزيد سرعة ضربات القلب ، كما يزيح من صلابة العضلات ، ونقص الافراز يؤدي الى ليونة لعضلات اما نقص افراز القشرة عند المراهق ينقص من الدافع الجنسي (زيدان، الصفحات 155-156).

2-5- النمو العقلي :

- تزداد القوة على التحصيل وعلى نقد ما يقرأ من المعلومات .
- يلاحظ تفوق الاناث على الذكور في القدرة اللغوية .
- يأخذ التعليم طريقه نحو تخصيص مناصب للمهنة او العمل .
- يزداد نمو القدرات العقلية و خاصة القدرات اللفظية و الميكانيكية و السرعة الادراكية .
- ينمو التفكير المجرد و التفكير الابتكاري وتنمو المعرفة المعارف (زهوان، 1995، صفحة 376).

2-6- النمو الانفعالي :

يكون صاحب المرحلة مرهفا ، رقيق الشعور شديد الحساسية وتعود الاخيرة الى اختلال في هرمونات الغدد الى نمو السريع للجسم ، ثم الى عدم قدرته على التكيف مع بيئته ، تصرفه انفعالي وهو يريد في هذه المرحلة ما يرفضه من مظاهر البؤس و القنوط و الكتابة نتيجة لما يلقونه من فشل و احباط بسبب أمانهم العريضة و عجزهم عن تحقيقها مما يدفعه الى العزلة و الانطواء على الذات (راتب، 2000، صفحة 106).

2-7- النمو الجسمي :

- يصبح المراهق شديد الميل للجنس الآخر و الحديث عنه ، حتى يميل الفرد الى النظر الى أعضاء جسمها و مفاتها .
- زداد نبض قلب المراهق بالحلب ، وتزداد الانفعالات الجنسية في شدتها و تكون موجهة في العادة الى الجنس الآخر (زهوان ح.، 1995، صفحة 377).

2-8- القابلية البدنية للياقة :

في هذه المرحلة يظهر تطور واضح لقابلية القوة ، حيث تزداد قيم القوة سنويا خاصة القوة السريعة و قوة عضلات الجسم ، وهذا التغيير يؤدي الى الزيادة السنوية في قيم ركض المسافات القصيرة و القفز العريض و العالي و الرمي ، أما المطاولة فتتطور بشكل قليل أما الصفات الأخرى فيكون ثبات في التطور (حسنين، الفيزيولوجية مبادئها و تطبيقاتها في المجال الرياضي، 1992، صفحة 205).

3- خصائص تطوير الصفات البدنية :

3-1- تطوير القوة العضلية :

تتصل التغيرات بالأجهزة العضوية الداخلية و تنعكس على قوتها الحركية ، حيث تشير المصادر العلمية الى عدم تأثير هذه المرحلة على التطور الحركي ، بينما يرى آخرون ان هناك انسجاما و تأثيرا قليلا على طور المراهقة ، حيث تشير المصادر العلمية الى أن هذه المرحلة تعد فترة جديدة في النمو الحركي و زيادة القوة لكلا الجنسين فضلا عن المرونة ، كما

تزداد القوة العضلية لدى الذكور ، حيث يكون الأكثر استعدادا لمزاولة أنواع متعددة من الفعاليات الرياضية التي تتطلب منه المزيد من القوة ، كما يعد عمر المراهقة من 14 - 16 سنة ، الزمن الأفضل في تعلم الأداء الحركي ، و تطوير القوة حيث يظهر تحسین القوة ومحیط التوجيه ، ويؤكد (weinech 2000-1998) أن زيادة تطوير القوة يكون أكثر في هذه المرحلة ، بينما أكد (parre 1979) على قابلية زيادة نمو مستوى القوة العضلية في هذه المرحلة الزمنية (حسنيين، 1992، صفحة 256).

3-2- تطوير السرعة :

يحصل تطوير نوعي لقابلية القوة القصوة و القوة المميزة للسرعة اضافة الى تنمية السرعة بشكل واضح ، بينما يظهر انخفاض لقابلية التوافق الحركي بشكل نسبي ، كذلك يزداد تكتيك الرياضي ثم يرتبط بالقابلية البدنية ، كما يظهر ضعف في قابلية تطور الذراعين ، ويصل التردد الحركي الى اقصاه في هذه المرحلة ، ويزداد طول الخطوة كذلك ويشمل ذلك تطور سرعة رد الفعل حيث تصل السرعة الى اعلى مستوا لها للسنة 16 سنة (حسنيين، 1992، صفحة 256) .

3-3- تطوير المطاولة :

تأكد الدراسات أن تطور المطاولة الأكسجينية بين عمر 14 - 16 سنة يكون بمقدار % 50 مما يمكن من الوصول الى تأثير تدريب المطاولة وفق تطور الأجهزة الوظيفية ، حيث أن الأوعية الدموية تنمو بصورة قليلة مقارنة بالقلب مع وجود قلق في الدورة الدموية و أظهرت أن نمو سرعة المطاولة العامة تزداد لى الذكور من 14 - 16 حيث يصل الانسجام البيولوجي لدى الذكور أقصاه في 10 - 15 سنة أي في الذي تصل فيه القابلية الجسمية أقصاها و كما يرى " مانيل " نميز الذكور بدورة دموية ملفتة بسبب تحولات تصاحب النضج (حسنيين، 1992، صفحة 199) .

3-4- تطوير المرونة :

ان حركة المراهق في عمر 15 سنة ، تتميز باختلاف توازن و اضطراب التوافق و الانسجام الحركي ، و تفتقر حركاته الى صفة التوازن الجيد ، كما يظهر توافق ملحوظ في تطور المرونة ، خاصة العامة ويتأثر التوافق بصفة سلبية ، ويظهر التراجع فيها بوضوح بدخول المراهق دورة المراهقة الأولى .
فاتأثيرات السلبية التي تطرأ على طبيعة النمو و على قابلية التوجيه الحركي و يظهر تناقض في نمو مرونة حركة المفصل مثلا : حركة مفصل الكتفين و حركة فتح الرجلين جانبا (حسنيين، 1992، صفحة 289) .

3-5- تطوير الرشاقة :

تظهر في هذه المرحلة اتقان حركة التوازن بصورة ايجابية ، حيث يرى (Gorkin) أن الفتى في عمر 14 سنة يتميز باختلال التوازن واضطراب التوافق الحركي و الانسجام و افتقاره للرشاقة و عدم استطاعته التوجيه حركة اطرافه كما تتميز حركاته بالرخاوة .

و عند مزاولة الأطفال انواعا من تمارين الرشاقة التي يكثر فيها التوقع الحركي ، حيث تنعكس على الرشاقة بصورة ايجابية وتزداد الدقة في الأداء الحركي الذاتي ، كما يتحسن الترابط بين الأداء الحركي و فن الأداء الحركي .
كما يزداد مقدار استيعاب المعلومات و الاحساس بالزمان و المكان و تحسین التوجيه كما يصبح النقل الحركي جيدا من الجذع الى أجزاء الجسم الأخرى و عليه فان الرشاقة تتطور بتطور مستلزمات مستوى الفعالي (حسنيين، 1992، صفحة 328).

ان هذه المرحلة العمرية هي فترة مناسبة لتطوير مستوى القوة و التحمل و السرعة و التاكتيك الرياضي الذي يكن مرتبطا بالياقة البدنية مع ملاحظة انخفاض مستوى المرونة و الرشاقة نتيجة الاضطرابات التي تحدث في الجسم ، و انطلاقا من أن الارتقاء بمستوى اللاعب في كرة الطائرة يتطلب الرفع من مستوى الصفات البدنية الخاصة و المهارات الأساسية لأن كلاهما مرتبط بالآخر ، ولا يمكن رفع مستوى أحدهما دون الآخر و بالتالي فان الارتقاء لا يتوقف على قياس المستوى المهاري ، انما يستوجب قياس المستوى البدني و لذلك نرى ان عملية الارتقاء يجب ان تشمل اختبارات القياس للمستوى المهاري و البدني في آن واحد .

4-الحاجات الأساسية للمراهق:

تعتبر مرحلة المراهقة مرحلة حد حساسة وحاسمة وذات أهمية كبيرة في حياة الفرد ، إذا علمنا أن أسس الشخصية ودعائمها توضع في سن الطفولة فإن هذه الأسس و الدعائم لا تتبلور وتأخذ أبعادها الصحيحة إلا بعد في مرحلة المراهقة ، لهذا يجب على الآباء و المدرسين مساعدة المراهقين بقدر الإمكان على تجاوز صعوبات و معانات هذه المرحلة و تحقيق توافقهم ، وهذا لا يتم إلا إذا توفرت بعض الحاجيات الأساسية وهي كالآتي:

4-1-الحاجة إلى الحب:

إن الحاجة إلى الحب في المراهقة سيئ أساسيا بالنسبة لصحة المراهق النفسية فهي السبيل إلى أن يشعر بالتقدير و التقبل الاجتماعي وأول حب يهتم به المراهق هو حب والديه و المهتمين به داخل نطاق الأسرة ، فالمرهق المحروم من حب الوالدين سواء كان فاقدا لأحد الولدين أو لكلاهما إم بالموت أو الطلاق أو سن الأب ، يكون سلوكه مختلف عن سلوك الطفل العادي ، ومن البحوث التي تؤدي أثر هذه العوامل تلك التي قام بها بعض الباحثين ومنهم " جون يولي " أثبتت فيه أن اضطراب كثير من الجانحين يرجع في أساسه إلى العلاقات المضطربة التي تكونت بسبب انفصال الأطفال في سن حياتهم المبكرة عن الأم وهنالك بحث آخر قام به " كامب " كوبنهاغن على 350 فتات من يجترفن الدعارة... ولقد اتضح للباحث أن ثلثهن نشأنا بعيدا عن المنزل وفي ظروف يسودها الاضطراب ، وبحث ثالث قام به الدكتور " لورسي " الأخصائي النفسي الأمريكي الذي أجرى هذا البحث على مجموعة من الأطفال في إحدى المؤسسات بلغت 22 طفل ألقوا بما عندما كان عمره أقل من عام ، وعندما بلغن أعمارهم 05 سنوات أجريت عليهم مجموعة من الفحوصات النفسية فتبين بأنه مصابين باضطرابات نفسية ، أخذت المظاهر المرضية التالية عدوان ، أنانية ، سلبية ، تبول ليلي، صعوبات في الأكل و الكلام... الخ ، وهذا كله لا يعد إلى أسلوبا للتعويض عما افتقدوه من حنان في طفولتهم.

4-2-الحاجة إلى مكانة الذات:

إن المراهق يريد أن يكون شخصا مهما وان تكون له مكانة في جماعته وأن يتعرف به شخص ذو قيمة ، فالمكانة التي يطلبها المراهق بين رفاقه أهم لديه من مكانته عند أبويه أو معلمه ، فالمرهق حساس وحريص على أن لا يعامل معاملة الصغار (عاقل،، 1972 ، صفحة 118).

4-3-الحاجة إلى الاستقلال:

إن المراهق يحس بأنه قادر على تحمل المسؤولية دون اللجوء إلى الآخرين لإعانتته فهو يريد أن يتحرر من قيود الأبوين ليثبت نفسه ، بالإضافة إلى رغبته الشديدة في الانعزال ليتأمل في ذاته ويخلد لتفكيره، وإلى تخطيط نشاطاته الخاصة

كما نجد في الثانوية يرفض سلطة المعلم وهذا قصد أن تكون له فلسفة مقبولة في الحياة تزوده بالطمأنينة النفسية (إقبال، 2006 ، صفحة 65).

4-4- الحاجات الفيزيولوجية:

وهي كل الحاجات التي تكون من طبيعة عضوية جسمية لدى الفرد ، يشترك في غالبيتها مع الحيوان وهي غير متغيرة، كما أنها سهلة التحقيق ، لكنها قوية التأثير في حالة تأخر تحقيقها ، لأنها عامل أساسي لنمو الجسم ونضجه وتحقيق التوازن الوظيفي .وقد ذكر " كمال الدسوقي " الحاجات الجسمية :وهي تلك المطالب التي تلزم لبقاء الجسم وراحته ، ورفاهيته و التي ترتبط ارتباطا وثيقا بالظروف الجسمية ووظائف الأعضاء المختلفة كالحاجة إلى الطعام ، الماء ، التخلص من الفضلات ، الدفاء ، العناية الطبية ، النمو ، الحاجة إلى النشاط و الحركة واللعب ، الحاجة إلى الراحة بعد اللعب ، وحاجات الدافع الجنسي التي تصبح ملحوظة عند البلوغ وطوال فترة المراهقة ويتضمن الدافع الجنسي الحاجة إلى التربية الجنسية ، واهتمام الجنس الآخر به ، الحاجة إلى التخلص من التوتر و الحاجة إلى التوافق الجنسي (الدسوقي، 1979، الصفحات 134-133).

4-5- الحاجة إلى الأمن:

وتتضمن الحاجة إلى الأمن الجسمي و الصحة الجسمية ، الحاجة إلى تجنب الخطر و الألم ، الحاجة إلى الشعور بالأمن الداخلي و الحاجة إلى البقاء حيا ، الحاجة إلى الاسترخاء و الراحة ، الحاجة إلى الشفاء عند المرض أو الجرح ، كما تتضمن أيضا الحاجة إلى الحياة الأسرية الآمنة المستمرة السعيدة ، والحاجة إلى الحماية ضد الحرمان من إشباع الدوافع ، والحاجة إلى المساعدة في حل المشكلات الشخصية .

4-6- الحاجة إلى النجاح و التقدم الدراسي:

الحاجة إلى النجاح أمل المراهق في يومه وغده ، وهي حلله الوردية الذي يفتاء أن ينتهي منه حتى يعاوده من جديد في أثوابه الفضيضة و مباهجة العريضة ، ويجد المراهق في القرآن الكريم ما يقوي دافع التعلم في نفسه كي يصبح حلمه حقيقة وأمله واقعا.

4-7- الحاجة إلى تحقيق الذات:

بعدها تتحقق للمراهق الحاجات السابقة تبقى عنده رغبات أخرى غير مشبعة ، عدم تحقيقها يسبب نوعا من الاضطراب والحيرة ، مما يدل على وجود حاجة جديدة عنده ، تتمثل في الحاجة إلى الضغط و التحكم في النفس وإدراك القدرات الشخصية الجديدة وتطورها ، والرغبة في الجديد و الصعب ، فهدف هذه الحاجة هو التكيف مع نمو الشخصية ورغباته لدى فالمرض أو الضعف الجسدي يكون في الكثير من الحالات سببا في التكيف السيئ للمراهق . هذه مجمل الحاجات التي يتطلب توفيرها للمراهقين خلال مرحلة نموهم ، لذلك ينبغي اشتراك الأسرة ، المدرسة ، و المجتمع ، في تحقيقها ، و الملاحظ أن هذه الحاجات لها أهميتها البالغة في النمو المتوازنو السليم للمراهق من جميع النواحي وحرمان المراهق من هذه الحاجات يؤدي إلى ظهور مشاكل قد يعاني منها المراهق وستتطرق إلى أهم هذه المشاكل.

5-مشاكل المراهقة:

تعتبر مرحلة المراهقة منعطف خطير في حياة الإنسان وهي التي تأثر على سلوكه الاجتماعي و الخلفي و النفسي ، كما تعتبر أيضا مرحلة المشاكل و الصراعات النفسية لما تتميز من مختلف التغيرات النفسية ، الجنسية ، الانفعالية ، العضلية ، و الجسمية و الفيزيولوجية و الاجتماعية التي تؤثر مباشرة على سلوكه و تسبب له اضطراب في نموه بالإضافة إلى القلق الشديد و الانفعالات الحادة .ومن أهم المشكلات التي يتعرض لها المراهق نجد:

5-1-المشاكل الجسمية:

إن التغيرات التي تطرأ على المراهق لها تأثير على شخصيته فهو يضيف بهذه التغيرات التي تسبب له الإحراج أمام أفراد الأسرة أو المحيطين به عموما مما يجعله في كثير من الأحيان يضطرب و يفقد التوازن أثناء القيام ببعض الأعمال لحضورهم كما أن تدخلاتهم وتعليقاتهم على سلوكه تزيد في إثارة حساسيته الانفعالية .

5-2-المشاكل الجنسية:

إن تكوين اتجاهات سوية نحو الجنس الآخر نحو الأمور الجنسية بوجه عام يعتبر من بين أهم المشكلات التي تواجه المراهق في هذه المرحلة من النمو ، فالمراهق يشعر بأنه كبُر و اكتمل نضجه وأنه يريد أن يعبر عن دوافعه الجنسية الجاححة في نفسه بالزواج إلا أنه يصطدم بالواقع فالقصور في الموارد يقف بينه و بين حاجته ، (غالبا، 1986 ، صفحة 33) ولثقافة التقليدية موقف محدد من هذه الأمور وهنا تحدث المواجهة ويقع المراهق في أزمات تختلف حدة أو خفة تبعا للثقافة الفرعية التي ينتمي إليها.

5-3-مشاكل انفعالية:

إن العامل الانفعالي في حياة المراهق يبدو واضحا في عنف انفعالاته وحدتها وانفعالها ، وهذا الاندفاع الانفعالي ليست أسبابه نفسية خاصة بل يرجع ذلك للتغيرات الجسمية ، ويتجلى بوضوح خوف المراهق نتيجة انفعاله ، وهي مرحلة مطلوبة فيها التفكير من كونه طفلا غير مسؤول في تصرفاته إلى رجل مسؤول عنها ، ولا شك أن توتر الآباء و الأمهات قد يترك أثرا في نفس المراهق و يترتب على هذا أن نظراتهم للحياة تصبح كئيبة مليئة بالحقد ، غامرة بالقلق و الاضطراب بدلا من أن تكون نظرة تفاؤل وحب و سعادة .

5-4-المشاكل الصحية:

المشاكل المرضية التي يعاني منها المراهق هي البدانة) السمنة (إذ يصاب المراهق بسمنة بسيطة مؤقتة لكن إذا كانت هذه السمنة كبيرة يجب العمل على تنظيم الأكل و ممارسة الرياضة و التعرض على الطبيب المختص لمعرفة متاعبهم لأن لدى المراهق إحساس خانق بما أن أهله لا يهتمونه .

5-5-مشاكل تتعلق بالمستقبل التعليمي والمهني:

يندفع الشباب نحو بعض الميادين و المهن الإغرائية سواء توفرت فيهم القدرات المؤهلة لذلك التي مازالت مسيطرة على العقول بأن السبيل الوحيد إلى النجاح هو الشهادة الجامعية و احتتار العمل اليدوي الفني و الافتقار إلى روح المغامرة في ميادين الأعمال الحرة ، ومن مما يزيد من مشاكل المراهقين في المدرسة وميدان العمل ، الزجج بهم غير إيمان و لا من أوليائهم في المدارس التي تخطارهم ، والميادين التي ترغمهم على التخصص فيها .

5-6- العلاقة الاجتماعية مع الآخرين:

علاقة المراهق بأصدقائه وبجماعة الرفاق أو غيرهم من من يتصل بهم في حياته بشكل عام تلعب دورها في أزمات المراهق فمثلا ما يقول بينه و بين جماعته من خلاف على التعاون أو الانقياد أو الزعامة أو غير ذلك من أشكال العلاقات قد لا ترضي ذاته ورغبته في الشعور بالتفرد ، فقد يواجه مواقف تجعله يختار في كيفية تمكنهم من المحافظة على علاقته بهم ، دون تصور وكذلك كيفية التخلص من الاعتماد العلي أو الحضور التام لفكرة الجماعة عنه ، حيث أنه لم يعد ذلك الطفل الصغير ، فهذه المواقف قد يترتب عليه من الأزمات النفسية و الاضطراب في علاقاته و سلوكه الاجتماعي.

5-7- الحساسية نحو الذات:

تتميز مرحلة المراهقة بتكوين عواطف نحو الذات وتأخذ المظاهر التالية: اعتداء بالنفس وبطريقة الجلوس و الكلام وأهم ما يشغل بال المراهق هو مظهره و سلوكه ، فهو يخشى على ما سيكون عليه تكوينه الجسمي ومستقبله ومركزه الاجتماعي و كفاءته وحاذيته بالنسبة للجنس الآخر ، لذلك يتوقع المراهق باستمرار رد فعل الآخرين نحو هذه الأشياء ويعني هذا أنه يكون حساسا بشكل واضح لفكرة الآخرين عنه فيما يشغل باله هو (معوض،، 1971 ، صفحة 72) .

8-علاقة المراهق بالرياضة:

يتفق " ريتشرد أدرمان "فغي سنة 1983 مع " فريد " في اعتبار الل عّب و النشاط الرياضي كمحص للقلق الذي هو وليد الإحباط من شأنه أن يعرقل الطاقة الغريزية للنمو فهو طريقة اللعب يمكن للطاقة الغريزية أن تحرر بصفة اجتماعية مقبولة إن يستطيع المراهق حل أو على الأقل التحكم في صراعاته اللاشعورية المرتبطة بمرحلة الطفولة ة بالتالي التحكم في ذاته و في الواقع.

وبفضل اللعب و النشاط الرياضي يتمكن المراهق من تقييم وتقويم إمكاناته الفكرية و العاطفية و البدنية ومحاولة تطويرها باستمرار كما تسمح له بالانفصال المؤقت على الواقع بحثا عن مكان واقعي في سنة 1942 أن اللعب Menninger لهواياته غني عالم الأشياء وعالم الأشخاص كما يرى الرياضة أنماط الصراع الرمزي الذي تولده النزوات الجنسية والعدوانية يمكن التحكم فيها وتوجيهها بفضّل ممارسة الرياضة باعتبارها الوسيلة الوحيدة التي تمكن المراهق من إثبات ذاته وتكوين هويته و التحكم في انفعالاته و بالتالي الاندماج قصد التكيف الاجتماعي (Cubertni، 1972، الصفحات 133-134).

إن من ظواهر الشباب المعاصر كما قال " إريك أريكسون " تتمحور أزمة تكوين الهوية فيتوقف نجاح الشباب في تحطّي هذه الأزمة على كيفية مواجهتهم لمشاكلهم ، و المشكلة الأساسية في هذه المرحلة من تحقيق السيطرة الذاتية على الدوافع الجنسية و العدوانية حتى يتم التحكم فيها دون كبتها.

الخلاصة:

من خلال ما سبق يمكن القول أن مرحلة المراهقة هي أهم مرحلة من حياة الإنسان ، وهي مكتملة لمرحلة الطفولة كما أنها أساس لتكوين مرحلة الرشد ففي هذه المرحلة يتم بناء الشخصية ، وتحديد المفاهيم التي يعيشها الفرد ووضع خطط المستقبل.

كما أنها تعتبر من أخطر المراحل لأن الإنسان في هذه المرحلة يبين مساره نحو الإيجابي أو السلبي ، أي الانحراف أو الانحراف مع رفقاء السوء كما ذكر كل من " رين هارد " و " فودلير " أن العقاب الغير العادل يعتبر كعامل مهم في انحراف المراهقين ، وكل ذلك ناتج عن كثرة المشكلات التي تعاني منها المراهقة ، لأن الطفل في هذه المرحلة يشهد تغيرات عديدة مما يضطره إلى الاضطراب وظهور الغضب عليه وفي حياته ككل ، لذلك يحتاج المراهق من الأهل كذلك الطاقم المدرسي ككل تقديم توجيهات له و مساعدته لكي يجتاز هذه المرحلة بسهولة ولا يؤثر على تحصيله الدراسي وحياته النفسية خاصة ، ولكي يكون راشدا سويا لا مضطربا ، فبذلك هو بحاجة إلى مساعدته وتفهمه وتقديم نصائح له في هذه المرحلة حتى يستطيع التكيف مع حياته الجديدة.



الفصل الأول

الاجراءات المنهجية

يحتوي هذا الفصل على:

تمهيد.

1-1. الدراسة الاستطلاعية.

2-1. المنهج المستخدم.

3-1. عينة البحث.

4-1. إجراءات التطبيق الميداني.

5-1. مجالات البحث.

6-1. متغيرات البحث.

7-1. أدوات البحث.

8-1. الدراسات الإحصائية .

9-1. صعوبات البحث

خلاصة.

تمهيد:

يمكن وصف البحث العلمي على أنه مغامرة شاقّة مليئة بالنشاط والمجازفات ، التي تجري وقائعها بين أحضان العلم هذه المغامرة تستدعي الصبر ، الموضوعية ، الجهد المتواصل ، التنظيم ، التحليل الخصب ، الفطنة الحادة ، قابلية التحكم الجيد في الظروف الجديدة... إلى غير ذلك من هذه العناصر الضرورية لنجاح البحث.

في هذا الفصل سنحاول أن نوضح أهم الإجراءات الميدانية التي اتبعناها في هذه الدراسة ، ومن أجل الحصول على نتائج يمكن الوثوق بها واعتبارها نتائج موضوعية قابلة للتجريب مرة أخرى ، وبالتالي الحصول على نفس النتائج الأولى ، كما هو معروف فإن ما يميز أي بحث علمي هو مدى قابليته للموضوعية العلمية ، هذا لا يمكن أن يتحقق إلا إذا اتبع صاحب الدراسة منهجية علمية دقيقة وموضوعية.

1- الدراسة الاستطلاعية:

بعد توزيع الاستمارة في شكلها الاولي على مجموعة من الخبراء و المختصين في مجال الرياضة في تخصص الكرة الطائرة تم تعديل و حذف بعض الاسئلة لتصيح الاستمارة قابلة للتوزيع و في شكلها النهائي تحمل 22 سوال تم توزيع الاستمارة على عينة بغرض حساب معامل الصدق و الثبات ثم بعد ذلك وزعنا الاستمارة على مجموعة الاساتذة التربية البدنية و الرياضية لمتوسطات ولاية غليزان .

2- المنهج المستخدم:

المنهج الوصفي الذي " يعرف بأنه مجموعة الإجراءات البحثية التي تتكامل لوصف الظاهرة محل الدراسة " .

3- عينة البحث:

حرصنا على الوصول إلى نتائج أكثر دقة وموضوعية ومطابقة للواقع ، قمنا باختيار عينتنا الممثلة في 35 استاذ تربية بدنية للطور المتوسط من ضمن استاذ لولاية غليزان حيث أن أغلبية الاساتذة الذين ملاؤ الاستمارة ذوي تخصص في الكرة الطائرة.

قمنا بتوزيع 35 استمارة استبيان على اساتذة مختلف المتوسطات لولاية غليزان، حيث تمكنا من استرجاع 30 استمارة استبيان مما استلزمنا حصر عينتنا على 30 استاذ

4- إجراءات التطبيق الميداني:

في دراستنا حول موضوع " أهمية الخاصية المرفولوجية للمرحلة العمرية (14-16) سنة في عملية الانتقاء لدى لاعبي الكرة الطائرة ."

حيث توجهنا إلى المتوسطات على تراب ولاية غليزان من أجل تشخيص وجمع الأفكار والمعلومات ، والتحقق من الفرضيات.

5-المجال البشري المكاني و الزماني :

1-5- المجال البشري :

تم توزيع الاستبيان على مجموعة من الاساتذة للطور المتوسط (35 أستاذ)

2-5- المجال المكاني:

تم توزيع الاستبيان في مجموعة من المتوسطات على مستوى ولاية غليزان

5-3- المجال الزمني :

كانت بداية القيام بهذه الدراسة الميدانية في الفترة الممتدة بين يوم 27 أبريل 2015 إلى غاية يوم 15 ماي 2015 ، حيث تم توزيع الاستبيان على الاساتذة.

6-تحديد متغيرات الدراسة:

تكتسي مرحلة تحديد متغيرات البحث ، أهمية كبيرة لهذا يمكن القول أنه كي تكون فرضية البحث قابلة للتحقيق ميدانيا ، أنه لا بد من العمل على صياغة و تجميع كل متغيرات البحث بشكل سليم ودقيق إذ أنه لا بد أن يحرص كل باحث حرصا شديدا على التمييز بين متغيرات بحثه وبين بعض العوامل الأخرى التي من شأنها أن تؤثر سلبا على مسار إجراء دراسته.

6-1- المتغير :

هو ذلك العامل الذي يحصل فيه تعديل أي تغير لعلاقته بمتغير آخر وهو نوعان :

أ - المتغير المستقل:

هو عبارة عن تلك العوامل التي تؤثر على متغير تابع.

ب- المتغير التابع:

هي تلك العوامل أو الظواهر التي يسعى الباحث لقياسها ، وهي تتأثر تبعا لمتغير مستقل.

تمثل متغيرات بحثنا فيما يلي:

- المتغير المستقل : الخصائص المورفولوجية.
- المتغير التابع : عملية الاكتشاف و التوجيه (تلاميذ الكرة الطائرة للفرق المدرسية) .

7-أدوات البحث

من أجل الإحاطة بالموضوع من كل جوانبه تم استخدام استمارة الاستبيان التي تعد أداة رئيسية لجمع البيانات الكلية عن وقائع محدودة وعدد كبير نسبيا من الأشخاص (إبراهيم، 1995، صفحة 185).

وهي مجموعة الأسئلة المترابطة لطريقة منهجية (قاضي، 1981، صفحة 210).

وكذلك يعرف الاستمارة تبيان بأنه مجموعة من الأسئلة المرتبطة حول موضوع معين ثم وضعها في استمارة ترسل إلى الأشخاص المعنيين بالبريد أو تسليمها باليد تمهيدا للحصول على أجوبة الأسئلة الواردة فيها وبواسطتها يمكن التوصل إلى حقائق جديدة عن الموضوع و التأكد من معلومات متعارف عليها لكنها غير مدعمة بحقائق (العكش، 1986، صفحة 210).

ويعرف كذلك على أنه أداة لجمع البيانات المتعلقة بموضوع البحث محددة عن طريق الاستمارة يجري تعبئتها من قبل المستجيب (أحمد غ.، 1997، صفحة 314).

8- الدراسات الإحصائية

لغرض الخروج بنتائج موثوق بها علميا استخدمنا طريقة الإحصائية لبحثنا لكون الإحصاء هو الوسيلة و الأداة الحقيقية التي نعالج بها النتائج على أساس فعلي يستند عليها في البحث و الاستقصاء وعلى ضوء ذلك استخدمنا ما يلي

النسبة المئوية : بما أن البحث كان مختصرا على البيانات التي يحتويها الاستبيان فقد وجد أن أفضل وسيلة إحصائية لمعالجة النتائج المتحصل عليها هو استخدام النسبة المئوية.

طريقة حسابها: النسب المئوية تساوي : (السامرائي، 1977، صفحة 75)

عدد التكرارات x 100 / العينة

ع ← 100%

ت ← س = 100x / ع

ع: عدد العينة

ت: عدد التكرارات

س: النسبة المئوية

متوسط الحساب المرجح : $\bar{x} = \frac{\sum ni \times i}{\sum ni}$ $\times i$ هو المشاهدة (الرتبة في هذه الحالة)

ni هو تكرار المشاهدة (التكرار)

صعوبات البحث

- جانب الوقت.
- عدم استرجاع الاستثمارات في وقت مبكر .
- ضياع بعض الاستثمارات.
- عدم سماح بعض المؤسسات بطرح الاستبيان.

الخاتمة:

يمكن اعتبار هذا الفصل الذي تناولنا فيه منهجية البحث ، من بين أهم الفصول التي ضمتها دراستنا هذه ، لأنه يحتوي على أهم العناصر الأساسية التي قادتنا إلى احتواء أهم المتغيرات والعوامل التي كان بالإمكان أن تعيق السير الحسن لهذه الدراسة .

إن هذا الفصل يعتبر بمثابة الدليل او المرشد الذي ساعدنا على تخطي كل الصعوبات ، وبالتالي الوصول إلى تحقيق أهداف البحث بسهولة كبيرة.

كما تناولنا فيه أهم العناصر التي تم دراستنا بشكل كبير ، منها متغيرات البحث ، المنهج المتبع ، أدوات البيانات... الخ من العناصر التي يعتمد عليها أي باحث في الجانب التطبيقي لدراسته.

الفصل الثاني

عرض وتحليل ومناقشة النتائج

يحتوي هذا الفصل على:

- 1-2. عرض نتائج البحث.
- 2-2. المعلومات الخاصة بالاساتذة.
- 3-2. المعلومات الخاصة بموضوع الدراسة.
- 4-2. مناقشة و تحليل نتائج الاستبيان على ضوء الفرضيات.
- 5-2. الاقتراحات.
- 6-2. الاستنتاج العام

1-2. عرض النتائج:

➤ المعلومات الخاصة بالاساتذة:

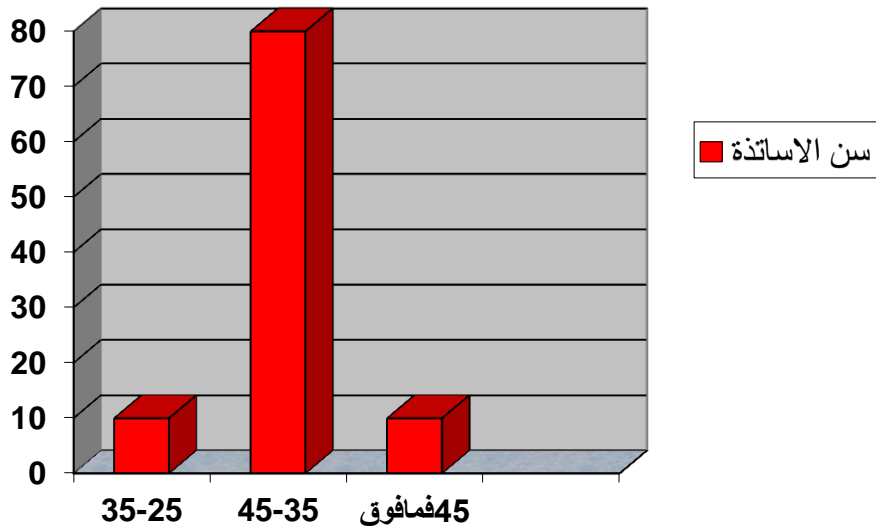
السؤال الأول : حول السن.

الغرض من السؤال: معرفة الأعمار المختلفة للاساتذة.

الجدول رقم (01) : توزيع الاساتذة حسب الفئات النسبية .

| النسبة المئوية % | عدد تكرارات | الاقتراح |
|------------------|-------------|-----------|
| 10 | 03 | (35-25) |
| 80 | 24 | (45-35) |
| 10 | 03 | ما فوق 45 |
| 100 | 30 | المجموع |

النسبة المئوية %



شكل بياني(01) يبين سن الاساتذة

من خلال النسب الواردة في الجدول نلاحظ أن نسبة 10 % من عينة الاساتذة المقترحين للدراسة تتواجد في مجموعتي الدراسة (30-25) سنة ، (45 سنة فما فوق) توضح نوعا ما أن عامل السن له دور كبير في تحديد خبرات الاستاذ وإمكانياته في تسيير الفرق المدرسية إذ نجد في هاتين المجموعتين نسبة ضئيلة لعدد الاساتذة مقارنة بالمجموعة

الفصل الثاني

عرض، تحليل و مناقشة النتائج

العمرية (35-45) سنة هاته الأخيرة التي تؤكد أن الاستاذ الذي ينتمي إلى هذه المجموعة يتمتع بالكفاءة العالية والخبرة المطلوبة في هذا المجال وهذا ما نلمسه في النسبة المئوية 80%.

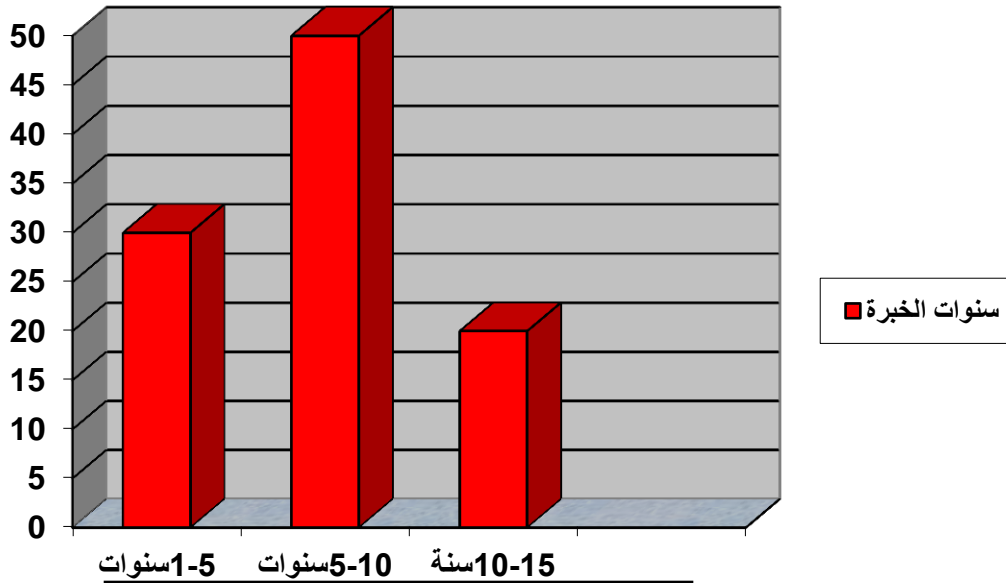
السؤال الثاني: عدد سنوات الخبرة.

الغرض من السؤال: معرفة عدد سنوات الخبرة بالنسبة للاساتذة.

الجدول رقم (02): يبين عدد سنوات خبرة الاساتذة .

| النسبة المئوية % | عدد تكرارات | الاقتراح |
|------------------|-------------|-------------------|
| 30 | 09 | من 1 إلى 5 سنوات |
| 50 | 15 | من 5 إلى 10 سنوات |
| 20 | 06 | من 10 إلى 15 سنة |
| 100 | 30 | المجموع |

النسبة المئوية %



من خلال الجدول نلاحظ أن عدد سنوات الخبرة لدى الاساتذة تتحكم تحكم مطلق في عددهم، ذلك أن ذوي الخمس سنوات خبرة يتقدمون نوعاً ما من ناحية العدد عن الاساتذة الذين يمتلكون رصيد أكبر من سنوات الخبرة والعمل على الأقل أكثر من 10 سنوات، بينما الاساتذة الذين ينتمون إلى مجموعة سنوات خبرة (5-10) سنوات يمثلون أكبر نسبة .

المعلومات الخاصة بموضوع الدراسة:

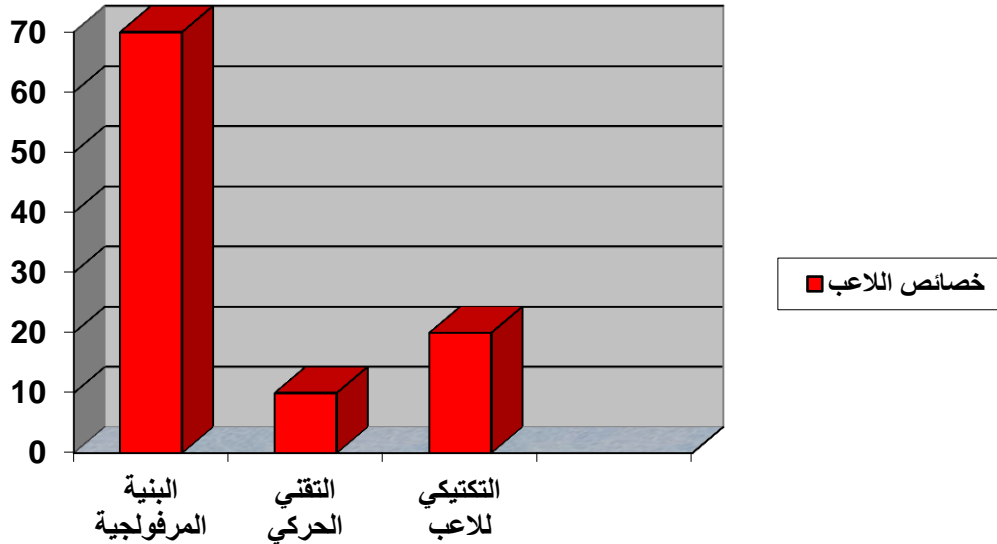
السؤال الأول : على ماذا تعتمد في عملية الاكتشاف و التوجيه - رتب حسب الأهمية ؟

الغرض من السؤال: معرفة الجانب الأكثر أهمية من الجوانب في عملية الاكتشاف و التوجيه.

الجدول رقم (03) : يمثل الجوانب التي تدخل في تكوين لاعب الكرة الطائرة.

| الاقتراح | عدد النقاط | عدد التكرارات | النسبة المئوية % |
|-----------------------|------------|---------------|------------------|
| البنية المرفولوجية | 40 | 18 | 70 |
| الجانب التقني الحركي | 05 | 3 | 10 |
| الجانب التكتيكي للاعب | 15 | 9 | 20 |
| المجموع | 60 | 30 | 100 |

النسبة المئوية %



شكل بياني (03) يوضح أهمية الجوانب في عملية الاكتشاف و التوجيه

من خلال الجدول نجد أن أغلبية الاساتذة يميلون إلى الجانب المر فولوجي أي بنسبة 66,66% في حين 25% من الاساتذة يفضلون الجانب التكتيكي للاعب و 33,8% من الاساتذة يختارون الجانب التقني الحركي .

ولا يجب أن تقتصر عمليات الانتقاء على مراعاة جانب دون الآخر ، فعند تقرير صلاحية اللاعب يجب الانطلاق من قاعدة متكاملة بحيث تتضمن كافة الجوانب (طه، 2002 ، صفحة 33)

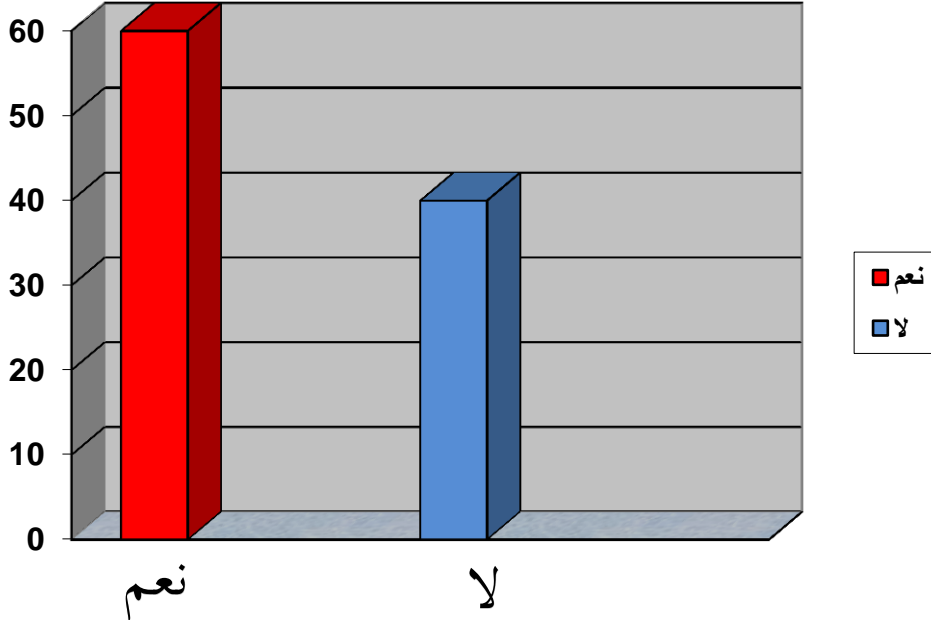
السؤال الثاني: هل يعتبر الوزن من الخصائص المهمة في الاكتشاف و التوجيه للاعبين؟

الغرض من السؤال: معرفة رأي المدربين لأهمية خاصية الوزن في عملية الاكتشاف و التوجيه.

الجدول رقم (04): يبين أهمية الوزن في عملية الاكتشاف و التوجيه.

| الاقتراح | عدد التكرارات | النسبة المئوية % |
|----------|---------------|------------------|
| نعم | 18 | 60 |
| لا | 12 | 40 |
| المجموع | 30 | 100 |

% النسبة المئوية



شكل بياني(04) أهمية خاصية الوزن

الفصل الثاني

عرض، تحليل و مناقشة النتائج

من خلال الجدول يتبين لنا أن عامل الوزن يعتبر من بين الخصائص التي يعتمد عليها الاساتذة في عملية الاكتشاف و التوجيه للاعبين وفي رأينا هذا الكلام فيه قدر كبير من الصحة ودليلنا في ذلك النسب المئوية المتقاربة نوعا ما فيما يخص رأي الاساتذة حول أهمية خاصية الوزن في عملية الاكتشاف و التوجيه.

وبتالي يمكننا القول بأن للوزن تأثير متوسط على العموم في عملية الاكتشاف و التوجيه للاعبين ولا يمكننا أن نتعدى إلى أنه يمثل إحدى الخصائص المهمة.

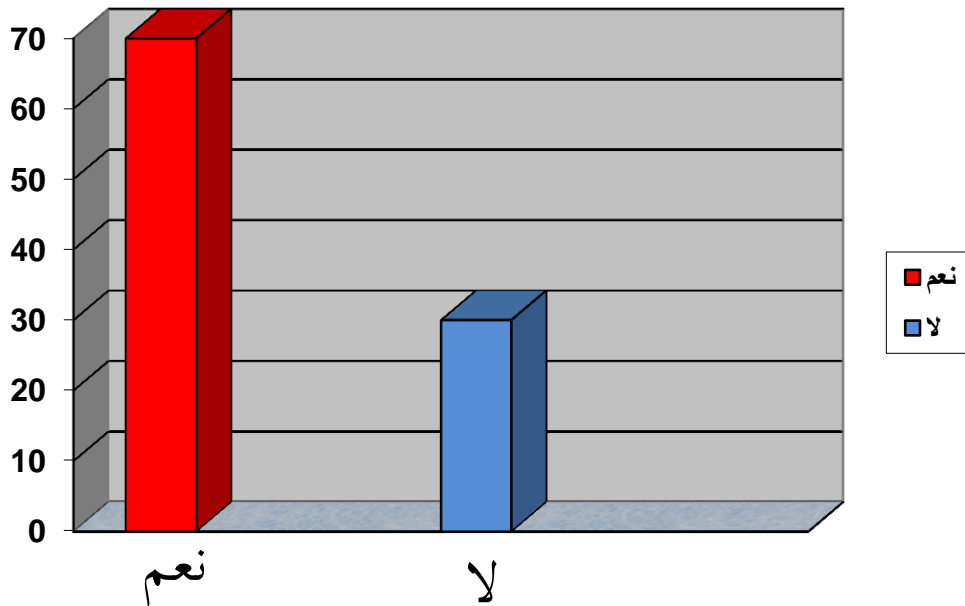
السؤال الثالث: هل للطول دور في عملية انتقاء اللاعبين؟

الغرض من السؤال: رأي المدربين الدور لخاصية الطول في عملية الاكتشاف و التوجيه.

الجدول رقم (05): يبين أهمية الطول للاعب الكرة الطائرة في عملية الاكتشاف و التوجيه.

| الاقتراح | عدد التكرارات | النسبة المئوية % |
|----------|---------------|------------------|
| نعم | 21 | 70 |
| لا | 09 | 30 |
| المجموع | 30 | 100 |

النسبة المئوية %



شكل البياني (05) يبين دور الطول في عملية

الفصل الثاني

عرض، تحليل و مناقشة النتائج

نلاحظ من خلال الجدول أن خاصية الطول تتميز بقدر كبير من الأهمية في عملية انتقاء اللاعبين وهذا ما يتجلى في التباين الكبير فيما يخص النسب المئوية الممثلة لأراء الاساتذة حول أهمية خاصية الطول في عملية الاكتشاف و التوجيه وبتالي نصل إلى أن للطول دور بالغ في تأثير على منهجية اختيار اللاعبين من قبل الاساتذة بمعنى تحكم الطول في صلاحية اللاعب للعبة .

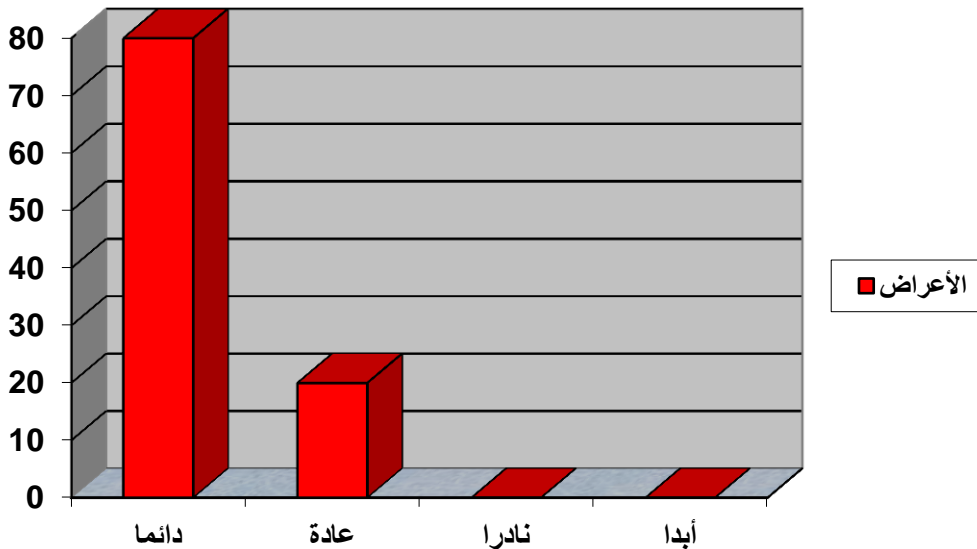
السؤال الرابع: هل تأخذ عامل عرض المنكبين والصدر بالحسبان في الاكتشاف و التوجيه للاعبين؟

الغرض من السؤال: معرفة رأي الاساتذة في تأثير أو عدم التأثير لعامل عرض المنكبين والصدر على عملية الاكتشاف و التوجيه.

الجدول رقم (06): يبين عرض المنكبين والصدر في عملية الاكتشاف و التوجيه.

| الاقتراح | عدد التكرارات | النسبة المئوية % |
|----------|---------------|------------------|
| دائما | 24 | 80 |
| عادة | 06 | 20 |
| نادرا | 00 | 00 |
| أبدا | 00 | 00 |
| المجموع | 30 | 100 |

النسبة المئوية %



شكل (06) لعامل عرض المنكبين والصدر

الفصل الثاني

عرض، تحليل و مناقشة النتائج

يتوضح لنا من خلال الجدول أن عامل عرض المنكبين والصدر يأتي في قائمة أولويات في أذهان الاساتذة عند قيامهم بعملية انتقاء اللاعبين ويبدو ا هذا الرأي جليا في تصدر نسبة الاساتذة الذين يأخذون بعامل عرض المنكبين والصدر بالحسبان في انتقاء على الذين يأخذونه اعتياديا والذين لا يفكرون فيه أصلا .

وبالتالي فإن لهذا العامل المكانة القصوى في تحديد الهيكل السليم للاعب المناسب.

السؤال الخامس: هل تأخذ عامل محيط الصدر والفخذ وسمانة الساق بالحسبان في الاكتشاف و التوجيه للاعبين؟

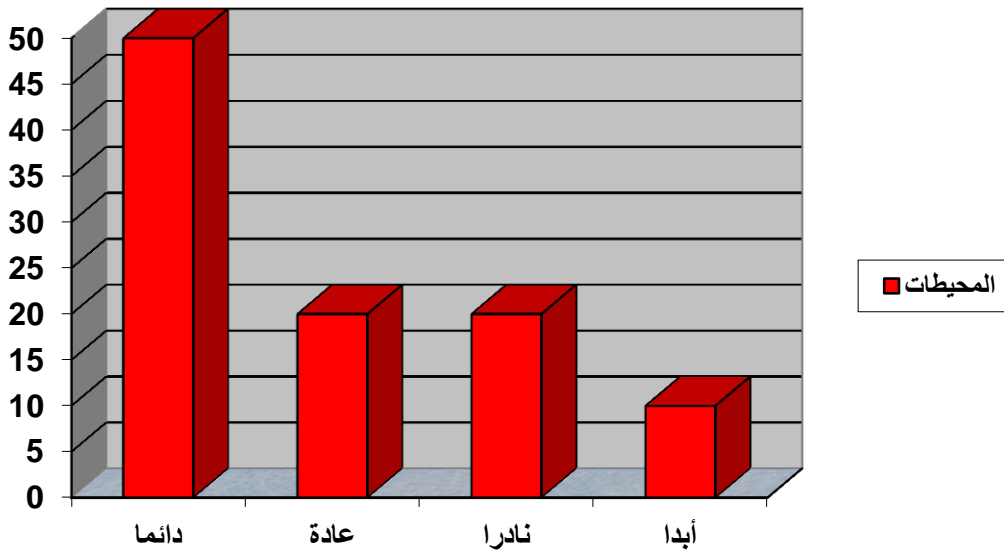
الغرض من السؤال: معرفة رأي المدربين لعامل محيط الصدر والفخذ وسمانة الساق في عملية الاكتشاف و التوجيه

اللاعبين

الجدول رقم (07): يبين محيطات الجسم في الاكتشاف و التوجيه للاعبين.

| الاقتراح | عدد التكرارات | النسبة المئوية % |
|----------|---------------|------------------|
| دائما | 15 | 50 |
| عادة | 06 | 20 |
| نادرا | 06 | 20 |
| أبدا | 3 | 10 |
| المجموع | 30 | 100 |

النسبة المئوية %



شكل البياني (07) لمحيطات الصدر والفخذ

بالنظر إلى النسب المئوية المتباينة جدا فإن عامل محيط الصدر والفخذ وسمانة الساق لا يبدو من العوامل المهمة جدا بل يساهم بشكل متوسط إيجابيا على عملية انتقاء اللاعبين إذ نجد أن مجموعة المدربين الذين يأخذون بهذا العامل بالحسبان دائما يترعون على نصف الآراء بينما المجموعات الأخرى التي تتوزع بين الذين يعتمدونه في العادة والندرة والعدم تصل بنا إلى الطرح المسلم به في المساهمة النوعية المتوسطة لهذا العامل في عملية انتقاء اللاعبين لدى المدربين.

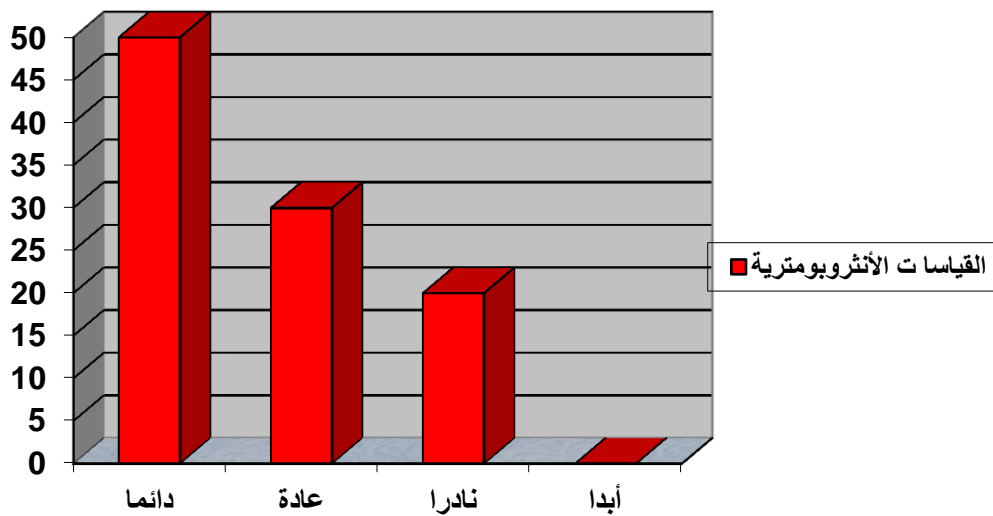
السؤال السادس: هل تعتمد في انتقاء اللاعبين على طرق القياس الأنثروبومترية ؟

الغرض من السؤال: تعتبر القياسات الأنثروبومترية معايير مهمة يعتمد عليها المدرب في عملية الاكتشاف و التوجيه وذلك لضمان الانتقاء الجيد لهذا طرحنا السؤال لمعرفة مدى استعمال المدربين طرق القياس خلال عملية الاكتشاف و التوجيه.

الجدول رقم (08): يبين طرق القياس الأنثروبومترية للاعبين.

| النسبة المئوية % | عدد التكرارات | الاقتراح |
|------------------|---------------|----------|
| 60 | 12 | دائما |
| 25 | 05 | عادة |
| 15 | 03 | نادرا |
| 00 | 00 | أبدا |
| 100 | 20 | المجموع |

النسبة المئوية %



شكل البياني (08) يوضح طرق القياس

تتصدر القياسات الأنثروبومترية قائمة الأولويات لدى الاساتذة في عملية الاكتشاف و التوجيه للاعبين كشرط من شروط نجاح عملية الانتقاء لذلك تعبر النسبة المئوية (60%) على طغيان استعمال هذا الأسلوب دوما لدى جل الاساتذة ، أما بقية النسب فهي تشير إلى أن الاساتذة الذين لا يعتمدون هذه القياسات إلا عادة أو نادرا هم قليلون جدا .

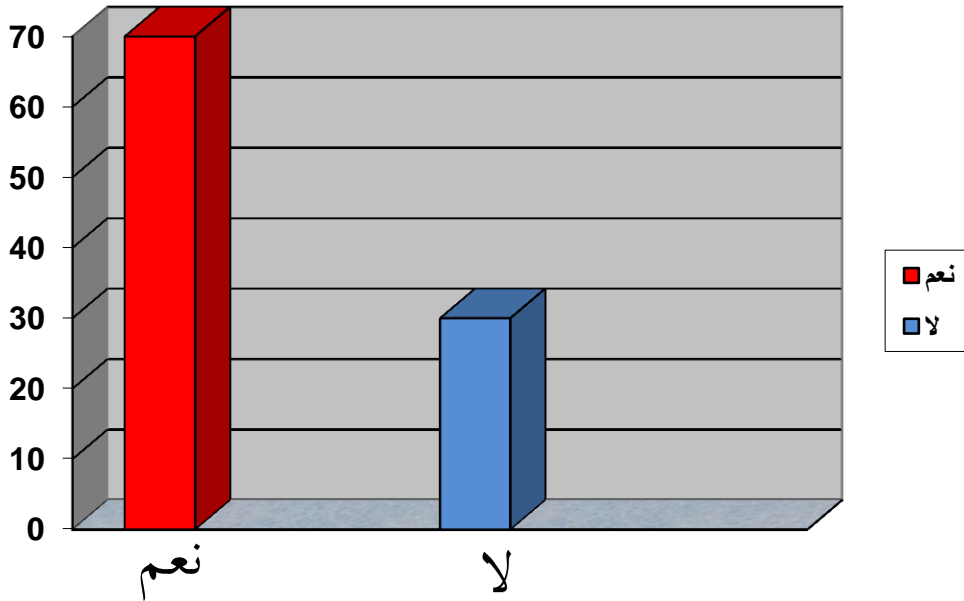
السؤال السابع: هل المرحلة العمرية (14-16) سنة أهم مرحلة الاكتشاف و التوجيه للاعبين ؟

الغرض من السؤال: معرفة رأي الاساتذة أن المرحلة العمرية (14-16) سنة أهم مرحلة لانتقاء اللاعبين.

الجدول رقم (09): يمثل نسبة تناسب المرحلة العمرية لعملية الاكتشاف و التوجيه.

| الاقتراح | عدد التكرارات | النسبة المئوية % |
|----------|---------------|------------------|
| نعم | 21 | 70 |
| لا | 09 | 30 |
| المجموع | 30 | 100 |

النسبة المئوية %



شكل (09) يبين أهم مرحلة لانتقاء اللاعبين

نلاحظ من الجدول أن نسبة (70%) أجابوا ب (نعم) و (30) اجابوا ب (لا) أي أنهم يرون أن هذه المرحلة من

أنسب المراحل لعملية انتقاء لاعبين الكرة الطائرة اشبال

لأن هذه المرحلة تتميز ب:

- اكتساب المهارات اللازمة للألعاب.

- تنمية المفاهيم اللازمة للحياة اليومية.

- سرعة الاستجابة للمهارات التعليمية.

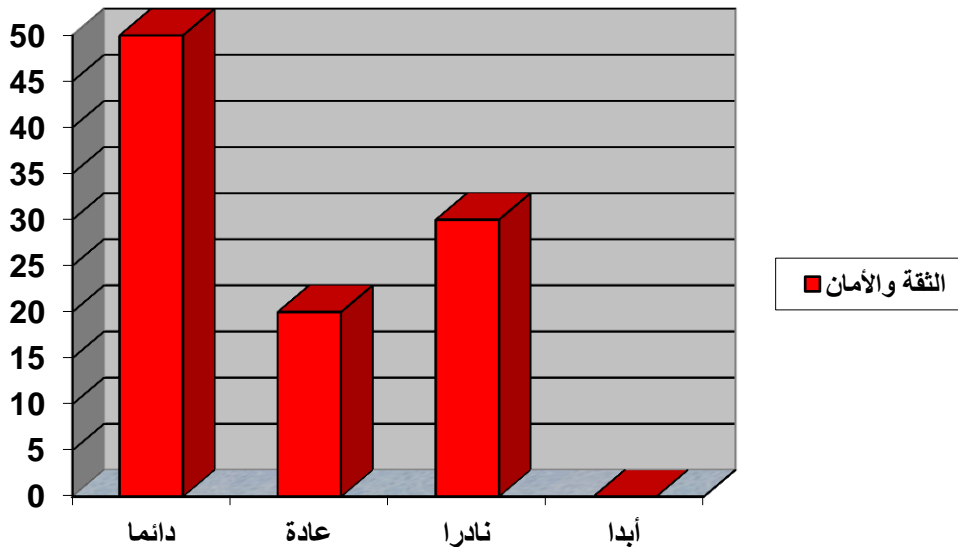
السؤال الثامن: هل تراعي في عملية الاكتشاف و التوجيه مدى شعور الاشبال بالثقة والأمان ؟

الغرض من السؤال: معرفة مدى تأثير عامل الشعور بالثقة والأمان لدى الاشبال على عملية الانتقاء عند الاساتذة.

الجدول رقم (10): يوضح نسب مراعاة الاساتذة مدى شعور الناشئين بالثقة والأمان.

| الاقتراح | عدد التكرارات | النسبة المئوية % |
|----------|---------------|------------------|
| دائما | 15 | 50 |
| عادة | 06 | 20 |
| نادرا | 09 | 30 |
| أبدا | 00 | 00 |
| المجموع | 30 | 100 |

النسبة المئوية %



شكل البياني(10) يوضح مدى شعور الناشئين بالثقة و الامان

يعتبر عامل الشعور بالثقة والأمان لدى الاشبال من الأمور الأساسية في عملية انتقاء سليمة ونوعية للاعبين وهذا في عمل الاساتذة إذ من المعلوم أن الحالة النفسية للاعبين تؤثر إيجابا أو سلبا على مستوى الأداء وبالتالي فمراعاة عامل الشعور الثقة والأمان يصبح أمر لا بد منه لنجاح عملية الانتقاء لأن الحالة النفسية تكمل الحالة البدنية .

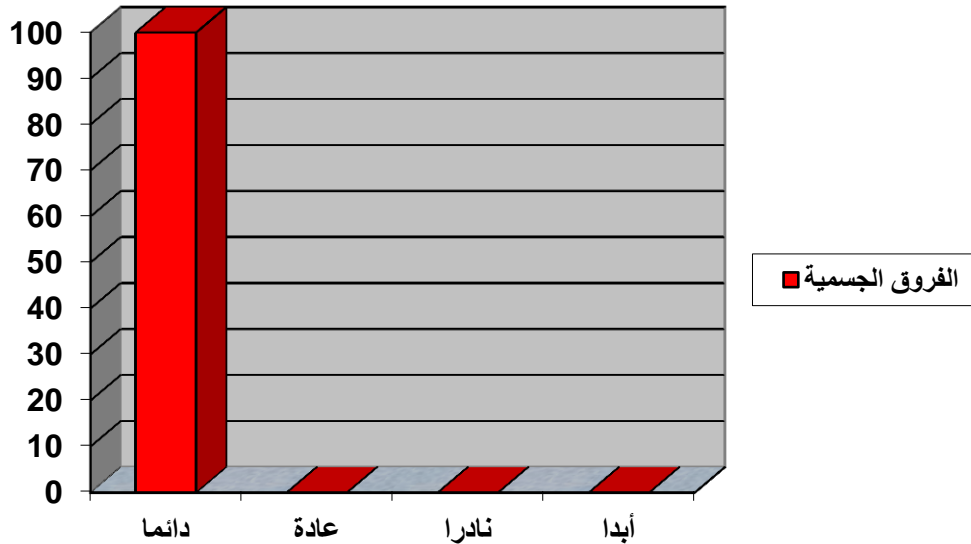
السؤال التاسع: هل تراعي في عملية الانتقاء الفروق الجسمية للمراهقين (14-16) سنة؟

الغرض من السؤال: معرفة رأي الاساتذة أثناء أدائهم لعملية الانتقاء مراعاتهم للفروق الجسمية للمراهقين

الجدول رقم (11): يمثل الفروق الجسمية للاعبين في الكرة الطائرة.

| الاقتراح | عدد التكرارات | النسبة المئوية % |
|----------|---------------|------------------|
| دائما | 30 | 100 |
| عادة | 00 | 00 |
| نادرا | 00 | 00 |
| أبدا | 00 | 00 |
| المجموع | 30 | 100 |

النسبة المئوية %



شكل البياني (11) يبين الفروق الجسمية

الفصل الثاني

عرض، تحليل و مناقشة النتائج

تشير معلومات الجدول إلى التأكيد المطلق 100% على تركيز الاساتذة على عامل الفروق الجسمية للمراهقين

(14-16 سنة) أثناء أداؤهم لعملية الانتقاء إذ يعتبر اعتماد هذا العامل السبيل الأنجع لاختيار أحسن المواهب التي تملك أكثر إمكانيات بدنية تؤدي إلى نتائج ديناميكية حسنة .

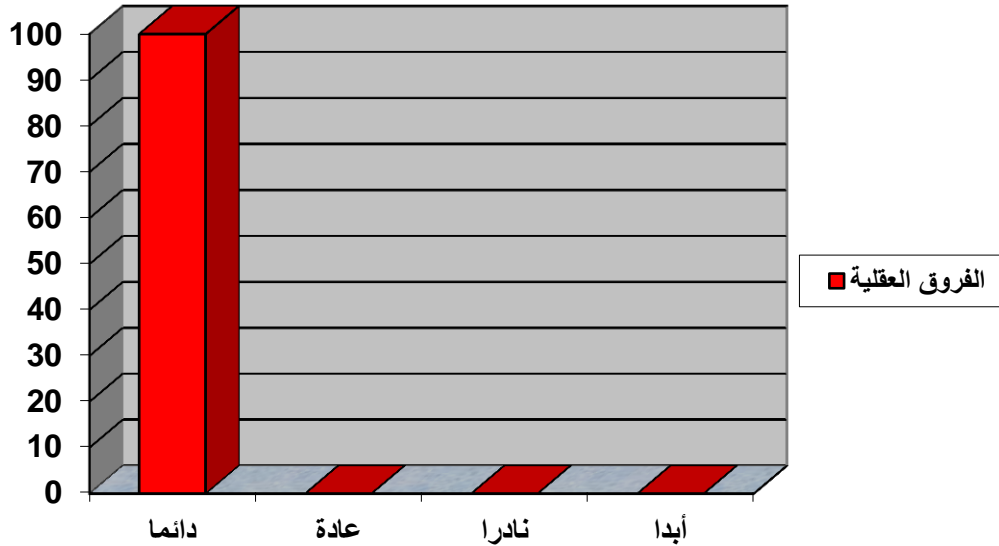
السؤال العاشر: هل تعتمد في عملية الانتقاء على الفروق الذكاء بين اللاعبين؟

الغرض من السؤال: وهو محاولة معرفة ما إذا كانت الفروق العقلية (الذكاء- الغباء...) بين اللاعبين معتمدة في عملية الانتقاء.

الجدول رقم (12) : يبين الفروق العقلية بين اللاعبين.

| الاقتراح | عدد التكرارات | النسبة المئوية % |
|----------|---------------|------------------|
| دائما | 30 | 100 |
| عادة | 00 | 00 |
| نادرا | 00 | 00 |
| أبدا | 00 | 00 |
| المجموع | 30 | 100 |

النسبة المئوية %



شكل البياني (12) يبين الفروق الذكاء بين اللاعبين

الفصل الثاني

عرض، تحليل و مناقشة النتائج

من خلال الجدول يمكننا ملاحظة الأهمية القصوى للفروق العقلية بين اللاعبين الاشبال في عملية الانتقاء لدى الاساتذة إذ يؤدي اعتماد منهج الاختيار بين هذه الفروق إلى الحصول على لاعبين ذوي جانب تكتيكي نوعي كما يمكننا القول بأن هذه الفروق تحدد مستوى أداء اللاعب في مختلف المنافسات .

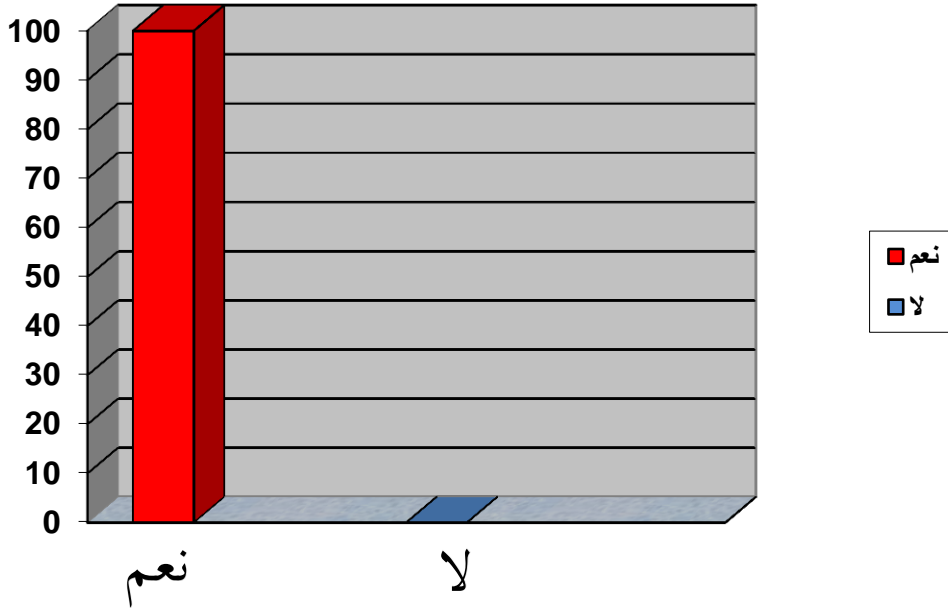
السؤال الحادي عشر: هل للفروق المزاجية دور مهم في عملية انتقاء اللاعبين (14-16) سنة؟

الغرض من السؤال: معرفة ما إذا كان المراهق هادئ أم سريع الانفعال لها دور في عملية انتقاء .

الجدول رقم (13): يوضح دور الفروق المزاجية في عملية انتقاء اللاعبين الاشبال.

| الاقتراح | عدد التكرارات | النسبة المئوية % |
|----------|---------------|------------------|
| نعم | 30 | 100 |
| لا | 00 | 00 |
| المجموع | 30 | 100 |

النسبة المئوية %



شكل البياني (13) يبين دور الفروق المزاجية

يوضح الجدول أن للفروق المزاجية اثر كبير في اختيار أحسن المواهب ويبدو ذلك في التقدير الجيد الذي يمكن أن نلمسه في عمل الاساتذة في متابعتهم لأداء اللاعبين في المنافسات وخاصة في مناسبات الاحتكاك التي تحدث بين اللاعبين إذ في هذه الأوقات تظهر الروح المزاجية للاعب إما في رد فعل هادئ أو متعصب وبالتالي الوصول إلى اختيار عناصر تكون أكثر رزانة وتحكم في الأعصاب في مختلف المنافسات.

السؤال الثاني عشر: ما هي المراحل التي تعتمد عليها لانتقاء اللاعبين الكرة الطائرة لهذه المرحلة؟

الغرض من السؤال: معرفة المراحل التي يعتمد عليها الاساتذة في عملية انتقاء اللاعبين .

من خلال الإجابات التي تحصلنا عليها من طرف الاساتذة لاحظنا أن عملية الانتقاء تمر بعدة مراحل تكمل بعضها البعض المتمثلة في الانتقاء الأولي الذي يعتبر مرحلة هامة من مراحل الانتقاء وعلى ذلك يجب مراعاة المواصفات التالية :

- الحالة الصحية العامة .
- النمط الجسمي.
- الظروف الاجتماعية الخاصة بكل لاعب.
- مستوى القدرات البدنية .

ثم يأتي بعدها الانتقاء التخصصي وتستخدم في هذه المرحلة الملاحظة المنظمة والاختبارات الموضوعية لقياس مدى نمو الخصائص المرفولوجية والوظيفية وسرعة تطور الصفات البدنية والنفسية ومدى إتقان اللاعب للمهارات وإمكانية وصوله للمستويات الرياضية العالية، وفي الأخير يأتي الانتقاء النهائي حيث تعبر هذه المرحلة المرحلة الحاسمة لتوجيه اللاعبين نحو تخصصاتهم الأكثر دقة ، ولتحقيق أو نجاح مستوى متميز لهم حيث يؤهلون بذلك إلى المستويات الرياضية العالية من خلال المنافسات عالية الشدة وبصفة مستمرة على ذلك يجب مراعاة الخصائص التالية :

- متابعة الحالة الصحية والاجتماعية للاعبين .
- اختبارات العلاقة بين القدرات البدنية والوظيفية بالمستوى المهاري.
- نمط الجسم والقياسات الأنتروبومترية .
- اختبارات السمات النفسية للاعبين.

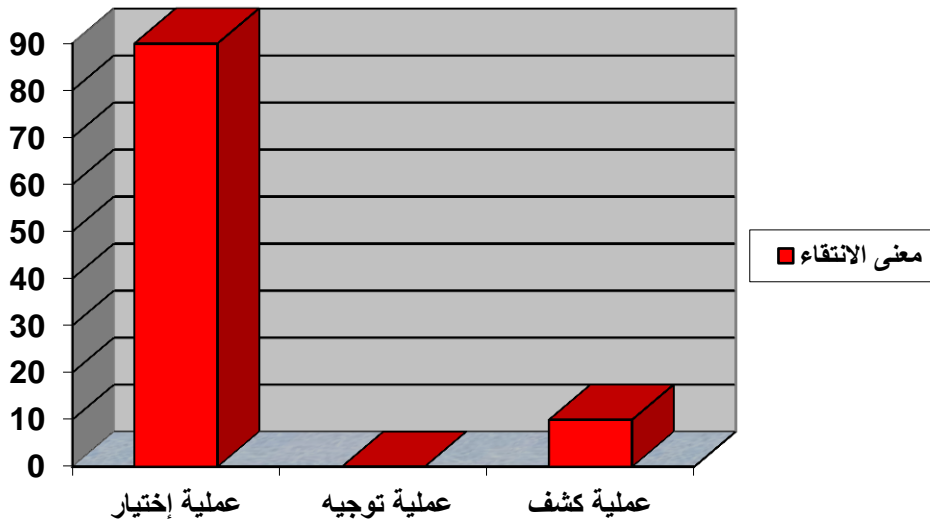
السؤال الثالث عشر: ما معنى الانتقاء حسب رأيكم؟

الغرض من السؤال: معرفة مفهوم الانتقاء في المجال الرياضي.

الجدول رقم (14): يوضح معنى كلمة الانتقاء.

| الاقتراح | عدد التكرارات | النسبة المئوية % |
|--------------|---------------|------------------|
| عملية اختيار | 27 | 90 |
| عملية توجيه | 00 | 00 |
| عملية كشف | 03 | 10 |
| المجموع | 30 | 100 |

النسبة المئوية %



شكل (14) يوضح معنى الانتقاء

من خلال النتائج إن معظم الاساتذة يتفقون في تعريفهم للانتقاء مع التعريفات الأكاديمية والأبحاث المختصة من حيث انه عبارة عن عملية تتطلب دقة كبيرة و متناهية في اختيار اللاعبين من ناحية المواهب والإمكانيات بالإضافة إلى الناحية المرفولوجية وما يؤكد كلامنا هو النسبة المئوية المرتفعة (90%) الممثلة لرأي الاساتذة الذين يعتبرون عملية الانتقاء عبارة عن عملية اختيار على عكس الذين يعتبرونه عملية كشف (على الأرجح هم نسبة قليلة جدا 10%)

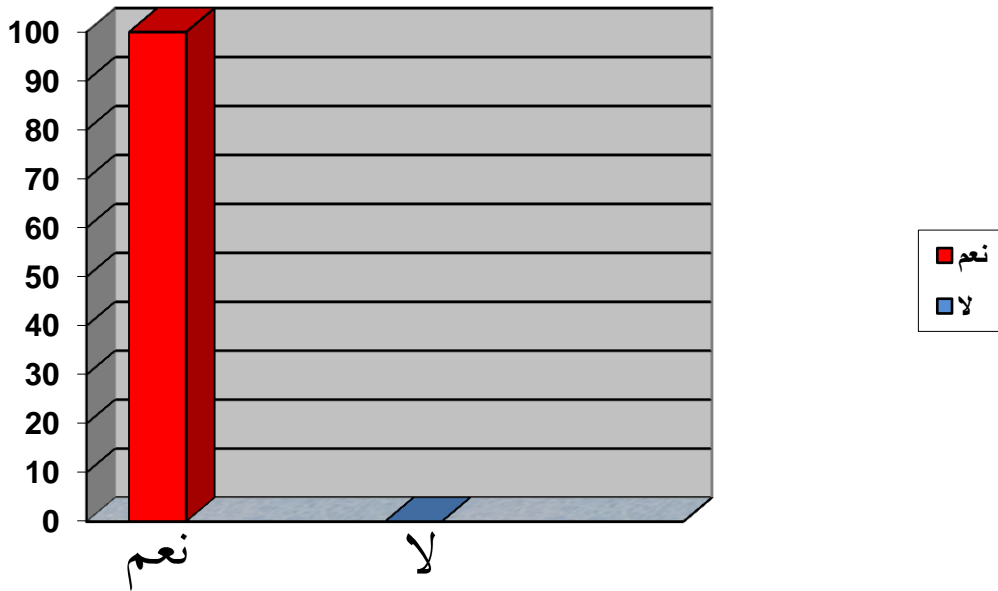
السؤال الرابع عشر: هل الانتقاء الجيد يزيد من فاعلية عملية التدريب؟

الغرض من السؤال: معرفة ما إذا كان الاكتشاف و التوجيه الجيد يزيد من فاعلية عملية التدريب .

الجدول رقم (15): يوضح الدور الذي يلعبه الاكتشاف و التوجيه في فاعلية عملية التدريب.

| الاقتراح | عدد التكرارات | النسبة المئوية % |
|----------|---------------|------------------|
| نعم | 30 | 100 |
| لا | 00 | 00 |
| المجموع | 30 | 100 |

النسبة المئوية %



شكل البياني(15) لزيادة فاعلية التدريب من عملية

إن النتائج المعبر عنها تقودنا إلى القول بأن التفوق في أي نشاط رياضي يعتمد على ثلاثة عناصر رئيسية هي الانتقاء ، التدريب ، والمنافسات ولا يمكن بدون الاكتشاف و التوجيه جيد تحقيق نتائج رياضية عالية ، ولكن إذا ما أعطيت عملية الانتقاء القدر الكافي من العناية ، وأجريت في إطار تنظيمي دقيق مبني على أسس علمية سليمة انعكس ذلك على عمليات التدريب والمنافسات وزاد من فعاليتها ، وبالتالي أمكن تحقيق أفضل النتائج الرياضية في أسرع وقت وبأقل جهد ممكن.

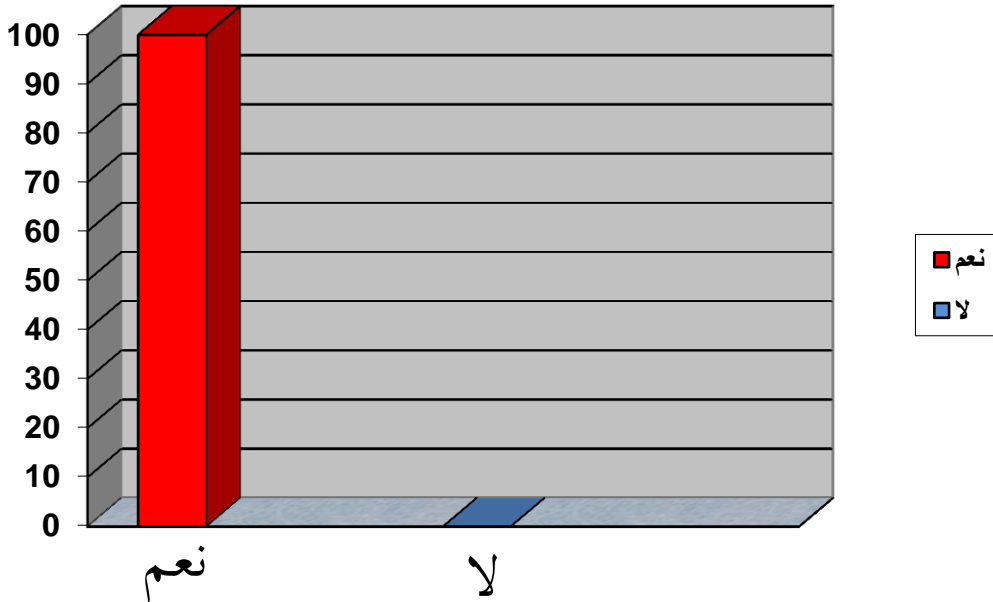
السؤال الخامس عشر: هل تعتمد في انتقاء اللاعبين على الملاحظة ؟

الغرض من السؤال: محاولة معرفة دور الملاحظة في عملية الاكتشاف و التوجيه .

الجدول رقم (16): يبين رأي المدربين حول أهمية الملاحظة في عملية الاكتشاف و التوجيه.

| الاقتراح | عدد التكرارات | النسبة المئوية % |
|----------|---------------|------------------|
| نعم | 30 | 100 |
| لا | 00 | 00 |
| المجموع | 30 | 100 |

النسبة المئوية %



شكل البياني (16) لطريقة الملاحظة في الاكتشاف و التوجيه

انطلاقاً من المعطيات المدونة في الجدول نرى بأن كل الاساتذة يتخذون من مبدأ الملاحظة نقطة بداية لا بد منها في عمليات الانتقاء والاختيار التي يقومون بها للظفر بأحسن المواهب الشابة، فبدون الملاحظة لا يمكن التمييز بين اللاعبين المناسبين وغير المناسبين في لعبة ما إذ يكمن دورها في تحديد السمات العامة والقدرات الخاصة التي يبحث عنها أي مدرب متخصص للحصول على الطاقات الناشئة المطلوبة في أي إنجاز رياضي.

السؤال السادس عشر: هل تواجه صعوبات في عملية انتقاء اللاعبين للكرة الطائرة في هذه المرحلة ؟

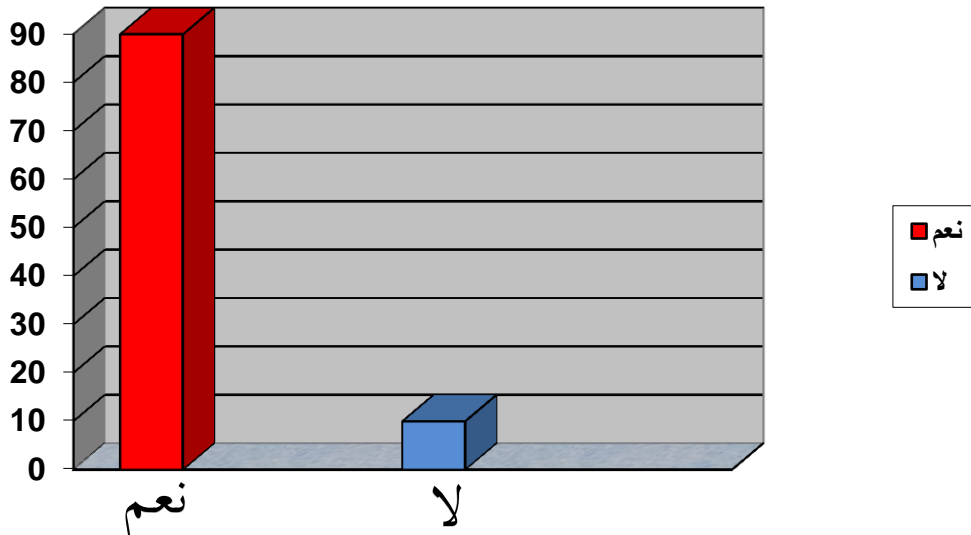
- وإذا كانت الإجابة بنعم أذكرها؟

الغرض من السؤال: محاولة معرفة ماذا كانت هناك صعوبات من خلال قيام بعملية الانتقاء .

الجدول رقم (17): يبين لنا صعوبات التي تواجه المدربين من خلال عملية الانتقاء.

| الاقتراح | عدد التكرارات | النسبة المئوية % |
|----------|---------------|------------------|
| نعم | 27 | 90 |
| لا | 03 | 10 |
| المجموع | 30 | 100 |

النسبة المئوية %



شكل البياني (17) يوضح الصعوبات في عملية

جل الاساتذة (90 %) يتفقون على أن عملية الانتقاء تتخللها العديد من الصعوبات هاته الأخيرة يمكن

تحديدها في عدة نقاط مهمة :

- عدم وجود قياسات ومعايير ثابتة تحدد قدرات الرياضي الموهوب ، فالاختبارات التي تجرى أثناء الانتقاء لا تعبر سوى عن نسبة قليلة من قدرات الرياضي الحقيقية .

الفصل الثاني

عرض، تحليل و مناقشة النتائج

- الاعتماد على الخصائص الجسمية الثابتة لتحديد والتنبؤ بالرياضي الموهوب أثناء عملية التقييم في حين أن هناك عوامل أخرى نفسية، اجتماعية... وهي متغيرة .
- أثناء عملية الانتقاء من الصعب الحكم على الرياضي الموهوب نظرا لان الموهبة هي حالة نادرة.
- عدم وجود سن ثابت بالنسبة لظهور الموهبة ، فهي مرتبطة بالتطور قدرات الرياضي المختلفة المتواصلة. مع ملاحظة نسبة ضئيلة جدا من المدربين الذين لا يعانون (10 %) مثل هذه الصعوبات.

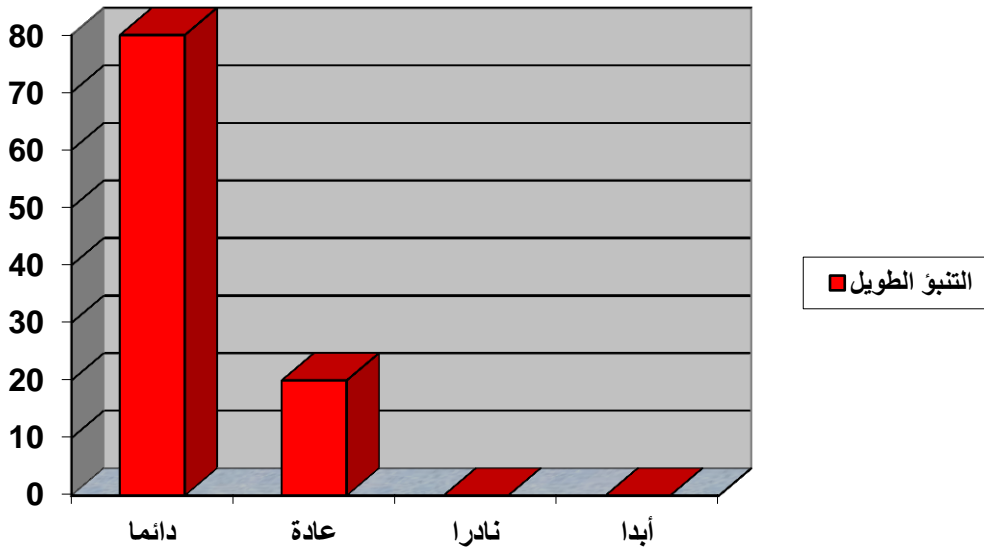
السؤال السابع عشر: هل تعتمد في انتقائك للاشبال على التنبؤ الطويل المدى لأدائهم؟

الغرض من السؤال: وهو محاولة معرفة المدة المستغرقة في عملية الانتقاء للوصول إلى أداء أمثل.

الجدول رقم (18): : يوضح التنبؤ الطويل في انتقاء اللاعبين الناشئين .

| الاقتراح | عدد التكرارات | النسبة المئوية % |
|----------|---------------|------------------|
| دائما | 24 | 80 |
| عادة | 06 | 20 |
| نادرا | 00 | 00 |
| أبدا | 00 | 00 |
| المجموع | 30 | 100 |

النسبة المئوية %



شكل البياني (18) يوضح التنبؤ الطويل لانتقاء

نلاحظ من خلال الجدول أن معظم الاساتذة (80 %) يعتمدون في انتقائهم للاشبال على التنبؤ طويل المدى لأدائهم بصورة مطلقة وحتمية على عكس الذين يمرون به اعتياديا(20%) والذين يندر استعمالهم له والذين لا يستعملونه أصلا ، وهذا يقودنا إلى الوصول إلى حقيقة موضوعية علمية وهي أن التنبؤ وبصورة خاصة طويل المدى من أهم واجبات الانتقاء حيث أننا إذا لم نستطع التنبؤ بالاستعدادات التي يمكن التعرف عليها في المراحل الأولى (مراحل اكتشاف المواهب) ولم نواكبها أثناء مرحلة الأداء على المدى الطويل فلا فائدة من عملية الانتقاء.

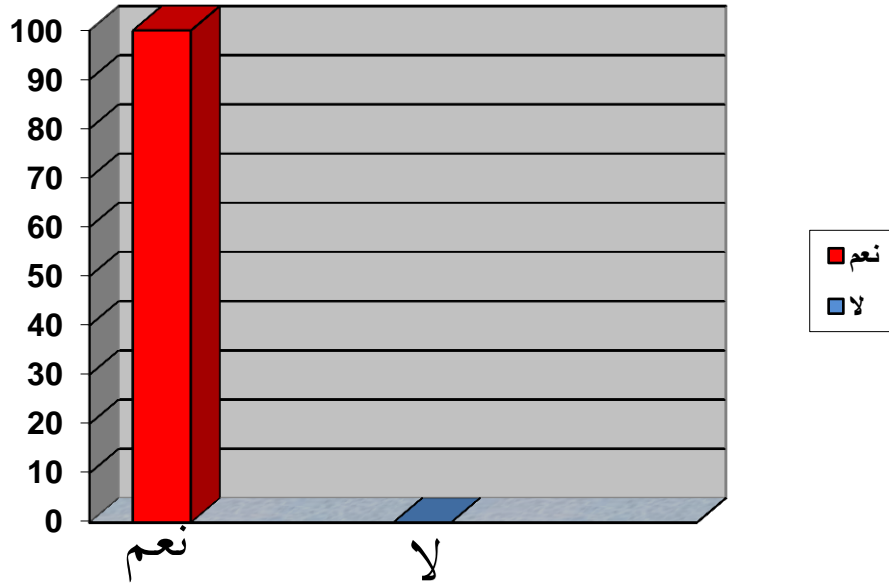
السؤال الثامن عشر: هل تطبق برنامج تدريبي خاص قبل عملية الانتقاء ؟

الغرض من السؤال: معرفة ما إذا كان هناك برنامج خاص قبل عملية الانتقاء .

الجدول رقم (19): يبين لنا تطبيق برنامج تدريبي خاص قبل الشروع في عملة الانتقاء.

| الاقتراح | عدد التكرارات | النسبة المئوية % |
|----------|---------------|------------------|
| نعم | 30 | 100 |
| لا | 00 | 00 |
| المجموع | 30 | 100 |

النسبة المئوية %



شكل بياني(19) لتطبيق برنامج تدريبي قبل عملية

الفصل الثاني

عرض، تحليل و مناقشة النتائج

تمثل النسبة المئوية (100 %) رأي الأغلبية المطلقة للاساتذة الذين يستعملون برنامجا خاصا قبل قيامهم بعملية الانتقاء، إذ نسجل الغاية القصوى من هذا البرنامج هو ملاحظة المواهب والقدرات الكامنة التي لا تظهر بالملاحظة المباشرة أثناء القيام المباشر بعملية الانتقاء دون القيام بأدنى المعايير الرياضية (أنشطة رياضية تتخلل البرنامج) التي تقود اللاعب إلى إبراز أحسن ما لديه.

من خلال النتائج المتحصل عليها نصل إلى أن أغلبية الاساتذة يرون بأن المدة الزمنية المستغرقة خلال عملية الانتقاء هي سنة واحدة والتي يتم فيها كشف واختيار جميع مهارات وقدرات اللاعبين الناشئين ولذلك يجب أن تعطى فرصة سنة واحدة على الأقل من التدريب المنظم لكل لاعب لكي يتمكن من إظهار قدراته وإمكاناته سواء كانت بدنية أو حركية أو وظيفية ، وعلى ضوءها يمكن انتقائه من هذه المرحلة والوصول في هذه المدة لانتقاء لاعبين قادرين على تحسين مستوى الكرة الطائرة متفوقين بمواهبهم وقدراتهم .

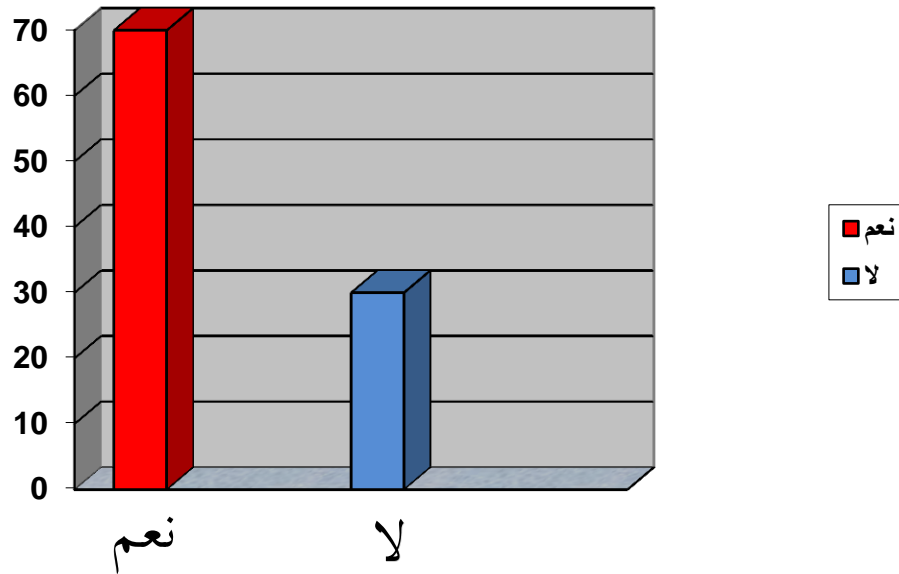
السؤال العشرون: هل تقومون بفحوصات طبية ونفسية على اللاعبين قبل عملية الانتقاء ؟

الغرض من السؤال: معرفة ما إذا كانت هناك فحوصات طبية ونفسية على اللاعبين قبل عملية الانتقاء .

الجدول رقم (20): يوضح لنا نسب المدربين الذين يقومون بفحوصات طبية ونفسية على اللاعبين قبل عملية الانتقاء.

| الاقتراح | عدد التكرارات | النسبة المئوية % |
|----------|---------------|------------------|
| نعم | 14 | 70 |
| لا | 06 | 30 |
| المجموع | 20 | 100 |

النسبة المئوية %



شكل (20) يوضح القيام بفحوصات طبية على اللاعبين

من خلال الجدول نلاحظ أن أغلبية الاساتذة يقومون بفحوصات طبية على اللاعبين قبل عملية الانتقاء ، و نعتقد بأنهم يقصدون بالفحوصات الطبية شهادة طب عام وخاص وليس الفحص الطبي الرياضي المتخصص الذي يعتمد وسائل خاصة وميكانيزمات عمل طبية تعتمد أكثر على النوعية والتخصص ، وبالتالي يصعب الحصول على نخبة رياضية ناشئة سليمة ، لأنه لضمان الاستفادة أكثر من الطاقات والمواهب الناشئة وجب العمل على التركيز على إجراء فحوصات طبية دقيقة على اللاعبين قبل إخضاعهم لعملية الانتقاء .

مناقشة و تحليل نتائج الاستبيان على ضوء الفرضيات :

بعدها قمنا بالتحليل الإحصائي و مناقشة نتائج أجوبة المدربين على الاستبيان الذي تم توزيعه على مختلف على بعض المتوسطات في ولاية غليزان قصد معرفة هل للخصائص المورفولوجية دور في عملية اكتشاف و توجيه لاعبي الكرة الطائرة للفرق المدرسية 14 - 16 سنة " أشبال " من أجل الوصول باللاعبين و اللعبة إلى أعلى المستويات .
فمن خلال الجدول رقم (01) المتعلق بعمر الاساتذة فقد تبين لنا بعد تحليل النتائج أن نسبة 80 % من المدربين تتراوح اعمارهم من 35 إلى 45 سنة وهذا مايتناسب مع نتائج الجدول رقم (2) المتعلق بسنوات الخبرة لدى الاساتذة ،حيث أن فئة الاساتذة الذين تتراوح سنوات خبرتهم بين (5-10) سنوات يمثلون أكبر نسبة .

الجدول رقم (3) بين لنا الجوانب المهمة في عملية الانتقاء حيث نجد أن أغلبية الاساتذة يميلون إلى الجانب المرفولوجي أي بنسبة 66,66 % في حين 25% من الاساتذة يفضلون الجانب التكتيكي للاعب و 33,8 % من الاساتذة يختارون الجانب التقني الحركي .

من خلال الجدول رقم (04) يتبين لنا أن عامل الوزن يعتبر من بين الخصائص التي يعتمد عليها الاساتذة في عملية انتقائهم للاعبين وفي رأينا هذا الكلام فيه قدر كبير من الصحة ودليلنا في ذلك النسب المئوية المقارنة نوعا ما فيما يخص رأي الاساتذة حول أهمية خاصية الوزن في عملية الانتقاء مما يعني أن للوزن تأثير متوسط على العموم في عملية انتقاء اللاعبين ولا يمكننا أن نتعدى إلى أنه يمثل إحدى الخصائص المهمة.

من خلال الجدول رقم (05) نجد أن خاصية الطول تتميز بقدر كبير من الأهمية في عملية انتقاء اللاعبين وهذا ما يتجلى في التباين الكبير فيما يخص النسب المئوية الممثلة لأراء الاساتذة حول أهمية خاصية الطول في عملية الانتقاء.

وبتالي نصل إلى أن للطول دور بالغ في تأثير على منهجية اختيار اللاعبين من قبل الاساتذة بمعنى تحكم الطول في صلاحية اللاعب للعبة و من الجدول رقم (06) يتوضح لنا أن عامل عرض المنكبين والصدر يأتي في قائمة أولويات في أذهان الاساتذة عند قيامهم بعملية انتقاء اللاعبين ويبدو ا هذا الرأي جليا في تصدر نسبة الاساتذة الذين يأخذون بعامل عرض المنكبين والصدر بالحسبان في انتقاء على الذين يأخذونه اعتياديا والذين لا يفكرون فيه أصلا .

مما يؤكد ان لهذا العامل المكانة القسوى في تحديد الهيكل السليم للاعب المناسب.

الجدول رقم (07) بالنظر إلى النسب المئوية المتباينة جدا فإن عامل محيط الصدر والفخذ وسمانة الساعد لا يبدو من العوامل المهمة جدا بل يساهم بشكل متوسط إيجابيا على عملية انتقاء اللاعبين إذ نجد أن مجموعة الاساتذة الذين يأخذون بهذا العامل بالحسبان دائما يتربعون على نصف الآراء بينما المجموعات الأخرى التي تتوزع بين الذين يعتمدونه في

العادة والندرة والعدم تصل بنا إلى الطرح المسلم به في المساهمة النوعية المتوسطة لهذا العامل في عملية انتقاء اللاعبين لدى الاساتذة.

من خلا الجدول رقم (08) نلاحظ أن القياسات الأثروبومترية تصدر قائمة الأولويات لدى الاساتذة في عملية انتقائهم للاعبين كشرط من شروط نجاح عملية الانتقاء لذلك تعبر النسبة المئوية (60%) على طغيان استعمال هذا الأسلوب دوما لدى جل الاساتذة ، أما بقية النسب فهي تشير إلى أن الاساتذة الذين لا يعتمدون هذه القياسات إلا عادة أو نادرا هم قليلون جدا .

تصدر القياسات الأثروبومترية قائمة الأولويات لدى الاساتذة في عملية انتقائهم للاعبين كشرط من شروط نجاح عملية الانتقاء لذلك تعبر النسبة المئوية (60%) على طغيان استعمال هذا الأسلوب دوما لدى جل الاساتذة ، أما بقية النسب فهي تشير إلى أن الاساتذة الذين لا يعتمدون هذه القياسات إلا عادة أو نادرا هم قليلون جدا .

نلاحظ من الجدول رقم (09) أن نسبة (70%) أجابوا ب (نعم) و (30%) اجابوا ب (لا) أي أنهم يرون أن هذه المرحلة من أنسب المراحل لعملية الاكتشاف و التوجيه لاعبين الكرة الطائرة اشبال وبعد تجاوز البرنامج الذي يعده الاستاذ يصبح المراهق مؤهل للعب حيث و من خلال الجدول رقم (19) نجد أن رأي الأغلبية المطلقة للاساتذة الذين يستعملون برنامجا خاصا قبل قيامهم بعملية الانتقاء، إذ نسجل الغاية القصوى من هذا البرنامج هو ملاحظة المواهب والقدرات الكامنة التي لا تظهر بالملاحظة المباشرة أثناء القيام المباشر بعملية الانتقاء دون القيام بأدنى المعايير الرياضية (أنشطة رياضية تتخلل البرنامج) التي تقود اللاعب إلى إبراز أحسن ما لديه.

من خلال الجدول رقم (10) نجد أن مراعاة عامل الشعور الثقة والأمان يصبح أمر لا بد منه لنجاح عملية الاكتشاف و التوجيه لأن الحالة النفسية تكمل الحالة البدنية .

تشير معلومات الجدول رقم (11) إلى التأكيد المطلق 100% على تركيز الاساتذة على عامل الفروق الجسمية للمراهقين (14-16 سنة) أثناء أدائهم لعملية الاكتشاف و التوجيه إذ يعتبر اعتماد هذا العامل السبيل الأنجع لاختيار أحسن المواهب التي تملك أكثر إمكانيات بدنية تؤدي إلى نتائج ديناميكية حسنة .

الجدول رقم (12) يمكننا من ملاحظة الأهمية القصوى للفروق العقلية بين اللاعبين الاشبال في عملية الاكتشاف و التوجيه لدى الاساتذة إذ يؤدي اعتماد منهج الاختيار بين هذه الفروق إلى الحصول على لاعبين ذوي جانب تكتيكي نوعي كما يمكننا القول بأن هذه الفروق تحدد مستوى أداء اللاعب في مختلف المنافسات و يوضح الجدول رقم (13) أن للفروق المزاجية أثر كبير في اختيار أحسن المواهب ويبدو ذلك في التقدير الجيد الذي يمكن أن نلمسه في عمل الاساتذة في متابعتهم لأداء اللاعبين في المنافسات وخاصة في مناسبات الاحتكاك التي تحدث بين اللاعبين إذ في هذه الأوقات

تظهر الروح المزاجية للاعب إما في رد فعل هادئ أو متعصب وبالتالي الوصول إلى اختيار عناصر تكون أكثر رزانة وتحكم في الأعصاب في مختلف المنافسات.

من خلال طرح السؤال رقم (12) قمنا بدرس الإجابات التي تحصلنا عليها من طرف الاساتذة و لاحظنا أن عملية الانتقاء تمر بعدة مراحل تكمل بعضها البعض المتمثلة في الانتقاء الأولي الذي يعتبر مرحلة هامة من مراحل الاكتشاف و التوجيه .

من خلال النتائج المتحصل عليها من الجدول رقم (14) نجد أن معظم الاساتذة يتفقون في تعريفهم الاكتشاف و التوجيه مع التعريفات الأكاديمية والأبحاث المختصة من حيث انه عبارة عن عملية تتطلب دقة كبيرة و متناهية في اختيار اللاعبين من ناحية المواهب والإمكانيات بالإضافة إلى الناحية المرفولوجية وما يؤكد كلامنا هو النسبة المئوية المرتفعة (90%) الممثلة لرأي الاساتذة الذين يعتبرون عملية الانتقاء عبارة عن عملية اختيار على عكس الذين يعتبرونه عملية كشف (على الأرجح هم نسبة قليلة جدا 10%) .

إن النتائج المعبر عنها في الجدول رقم (15) تقودنا إلى القول بأن التفوق في أي نشاط رياضي يعتمد على ثلاثة عناصر رئيسية هي الانتقاء ، التدريب ، والمنافسات ولا يمكن بدون انتقاء جيد تحقيق نتائج رياضية عالية ، ولكن إذا ما أعطيت عملية الانتقاء القدر الكافي من العناية ، وأجريت في إطار تنظيمي دقيق مبني على أسس علمية سليمة انعكس ذلك على عمليات التدريب والمنافسات وزاد من فعاليتها ، وبالتالي أمكن تحقيق أفضل النتائج الرياضية في أسرع وقت وبأقل جهد ممكن.

انطلاقا من المعطيات المدونة في الجدول رقم (16) نرى بأن كل الاساتذة يتخذون من مبدأ الملاحظة نقطة بداية لا بد منها في عمليات الانتقاء والاختيار التي يقومون بها للظفر بأحسن المواهب الشابة، فبدون الملاحظة لا يمكن التمييز بين اللاعبين المناسبين وغير المناسبين في لعبة ما إذ يكمن دورها في تحديد السمات العامة والقدرات الخاصة التي يبحث عنها أي مدرب متخصص للحصول على الطاقات الناشئة المطلوبة في أي إنجاز رياضي.

الجدول رقم (17) يبين أن جل الاساتذة (90 %) يتفقون على أن عملية الاكتشاف و التوجيه تتخللها العديد من الصعوبات .

نلاحظ من خلال الجدول رقم (18) أن معظم الاساتذة (80 %) يعتمدون في اكتشافهم للاشبال على التنبؤ طويل المدى لأدائهم بصورة مطلقة وحتمية على عكس الذين يرون به اعتياديا (20%) والذين يندر استعمالهم له والذين لا يستعملونه أصلا ، وهذا يقودنا إلى الوصول إلى حقيقة موضوعية علمية وهي أن التنبؤ وبصورة خاصة طويل المدى من

أهم واجبات الاكتشاف و التوجيه حيث أننا إذا لم نستطع التنبؤ بالاستعدادات التي يمكن التعرف عليها في المراحل الأولى (مراحل اكتشاف المواهب) ولم نواكبها أثناء مرحلة الأداء على المدى الطويل فلا فائدة من عملية الانتقاء.

من خلال الجدول رقم (20) نلاحظ أن أغلبية الاساتذة يقومون بفحوصات طبية على اللاعبين قبل عملية الاكتشاف و التوجيه ، و نعتقد بأنهم يقصدون بالفحوصات الطبية شهادة طب عام وخاص وليس الفحص الطبي الرياضي المتخصص الذي يعتمد وسائل خاصة وميكانيزمات عمل طبية تعتمد أكثر على النوعية والتخصص ، وبالتالي يصعب الحصول على نخبة رياضية ناشئة سليمة.

الاقتراحات

من خلال سيرورة هذا البحث وعلى ضوء الخلاصات المذكورة سلفا فانه من الضروري اللجوء إلى طرح مجموعة من الاقتراحات التي تفيد الباحثين والمسؤولين القائمين على تنظيم منافسات الرياضة المدرسية وفي الكرة لطائرة كذا أساتذة التربية البدنية والرياضية فيما يخص هذه المنافسات ، والعمل على إيجاد الحلول الناجحة للمشاكل التي تواجه السير الحسن لها وتوفير الشروط اللازمة لنجاحها وجعلها تلبي الغرض المرجو من خلال تنظيمها لذلك نذكر ما يلي:

إعطاء قيمة وأهمية لمادة التربية البدنية والرياضية وذلك بـ:

- ضرورة اعتماد النمط الجسمي كمؤشر لعملية اكتشاف و التوجيه افضل العناصر وانسب اللاعبين في كرة الطائرة .
- ضرورة عمل اختبارات دورية على الصفات البدنية المتعلقة بكرة الطائرة , بغية مراقبة التغيرات الحاصلة على اللاعبين(المسار البدني).
- ضرورة الاهتمام با لياقة البدنية للاعبين والتاكيد على عناصرها اثناء التدريب .
- الاعتماد على اساليب تدريبيه مختلفة مثل تدريبات pliometrique من اجل تطوير صفة القوة الانفجارية
- ضرورة تكوين طاقم فني كامل للفريق الرياضي وعلى راسهم المحضر البدني .
- زيادة الحصص التدريبيه بغية التحسين و الزيادة الكفاءة البدنية للاعبين .

الاستنتاج العام:

بعد دراسة مختلف الجداول التي جاءت في الجانب التطبيقي و التي تحتوي على مختلف المعلومات الإحصائية الخاصة بمتغيرات فرضيات دراستنا و التي دارت حول الإشكالية التالية :

الخصائص المورفولوجية كأساس للاكتشاف و التوجيه الى الكرة الطائرة للفرق الرياضية المدرسية لفئة الأشبال للمرحلة الاكتمالية 14 - 16 سنة ؟

ومن خلال كل ما سبق و الاستنتاجات التي توصلنا إليها من خلال أجوبة الاساتذة بعد تحليلها ومناقشتها استنتجنا أن:

جل اساتذة الكرة الطائرة لدى الاشبال يولون الجانب المورفولوجي أهمية كبيرة كما أنهم يعتبرون هذه المرحلة أنها الانسب لانتقاء لاعبي الكرة الطائرة للناشئين كما يؤكد معظم الاساتذة بأن تحقيق النتائج الجيدة مرتبط أساسا الاكتشاف و التوجيه الجيد .

و هذا ما يثبت ويؤكد صحت الفرضيات التي طرحناها .

الخاتمة العامة:

انطلاقا من عنوان بحثنا معايير الاكتشاف و التوجيه لاعبي الكرة الطائرة للفرق الرياضية المدرسية لفئة أشبال للمرحلة الاكاديمية

14-16 سنة، ونظرا لأهمية الاكتشاف و التوجيه في الفرق الرياضية المدرسية وعلاقته الوطيدة بالتطور الرياضي ، انطلقنا من هذا العنوان حتى نحدد بصفة واضحة مدى هذه العلاقة. لذلك وضعنا الفروض التالية :

➤ هل تعتبر الخاصية المرفولوجية من ضمن أهم العوامل التي تحدد عملية الاكتشاف و التوجيه والاختيار لدى أشبال الكرة الطائرة؟

➤ هل المرحلة العمرية (14-16) سنة مناسبة لعملية اكتشاف و توجيه لاعبي الكرة الطائرة للفرق المدرسية ؟

➤ هل لعملية الاكتشاف و التوجيه أهمية في تحقيق نتائج جيدة في المنافسات الرياضية ؟

الجزء النظري: وينقسم إلى ثلاثة أبواب.

- **الباب الأول:** شمل الكرة الطائرة وتطوراتها.

- **الباب الثاني :** شمل الاكتشاف و التوجيه و الفرق الرياضية المدرسية.

- **الباب الثالث:** شمل خصائص ومميزات المرحلة العمرية.

الجزء التطبيقي:

قد اخذنا عينة من الاساتذة (30 أستاذ) لمرحلة الطور المتوسط وقمنا بتوزيع استبيان تضمن 20 سؤال، وكانت النتائج على الشكل التالي:

معظم الاساتذة أكدوا على أهمية الجانب المورفولوجي بالاضافة الى أن 70% من الأساتذ اعتبر هذه المرحلة العمرية هي الانسب لاكتشاف وتوجيه المواهب الرياضية في الكرة الطائرة، ومن خلال الاجابات الاخرى للأساتذة تأكدنا نحن الطلبة من صحة فرضيتنا الثالثة التي تقول أن تحقيق النتائج الجيدالجيدة مرتبط أساسا بالاكتشاف و التوجيه.

الخاتمة العامة:

انطلاقاً من عنوان بحثنا الخصائص المورفولوجية كأساس للاكتشاف و التوجيه الى الكرة الطائرة للفرق الرياضية المدرسية لفئة الأشبال للمرحلة الاكاديمية 14 - 16 سنة ؟

ونظراً لأهمية الاكتشاف و التوجيه في الفرق الرياضية المدرسية وعلاقته الوطيدة بالتطور الرياضي ، انطلقنا من هذا العنوان حتى نحدد بصفة واضحة مدى هذه العلاقة. لذلك وضعنا الفروض التالية :

➤ هل تعتبر الخاصية المورفولوجية من ضمن أهم العوامل التي تحدد عملية الاكتشاف و التوجيه والاختيار لدى أشبال الكرة الطائرة؟

➤ هل المرحلة العمرية (14-16) سنة مناسبة لعملية الاكتشاف و التوجيه لاعبي الكرة الطائرة للفرق المدرسية ؟

➤ هل لعملية الاكتشاف و التوجيه أهمية في تحقيق نتائج جيدة في المنافسات الرياضية ؟

الجزء النظري: وينقسم إلى ثلاثة أبواب.

- الباب الأول: شمل الكرة الطائرة وتطوراتها.

- الباب الثاني : شمل الاكتشاف و التوجيه و الفرق الرياضية المدرسية.

- الباب الثالث: شمل خصائص ومميزات المرحلة العمرية.

الجزء التطبيقي:

قد اخذنا عينة من الاساتذة (30 أستاذ) لمرحلة الطور المتوسط وقمنا بتوزيع استبيان تضمن 22 سؤال

، وكانت النتائج على الشكل التالي:

معظم الاساتذة أكدوا على أهمية الجانب المورفولوجي بالاضافة الى أن 70% من الأساتذ اعتبر هذه المرحلة العمرية هي الانسب لانتقاء المواهب الرياضية في الكرة الطائرة، ومن خلال الاجابات الاخرى للأساتذة تأكدنا نحن الطلبة من صحة فرضيتنا الثالثة التي تقول أن تحقيق النتائج الجيدة مرتبط أساساً بالاكتشاف و التوجيه.



قائمة المراجع و المصادر:

القرآن الكريم

قائمة المراجع باللغة العربية:

- أ -

- إبراهيم , ط .أساليب و أدوات البحث الاجتماعي .مصر : دار غريب للطباعة و النشر والتوزيع(1995) .
- أحمد , ب .(s.d.) .أسس و نظريات لحركة .مصر : دار الفكر العربي .
- أحمد , غ .س .تصميم و تنفيذ البحث .مصر : دار المعرفة الجامعية.(1997) .
- أسعد , م .أ .مشكلة الطفولة و المراهقة الطبعة الثانية .بيروت : دار الآفاق الجديدة(1991) .
- البطل , ع .ف . التمرينات الإيقاعية)جماز إيقاعي (و عروض رياضية .مصر : دار الفكر العربي، القاهرة.(2004) .
- الراشدي , ب .ص .(s.d.) .منهج البحث التربوي -رؤية مبسطة الطبعة الأولى .الكويت : دار الكتاب الحديث .
- السامرائي , ع .ع .طرق الإحصاء في التربية البدنية والرياضية .بغداد : جامعة بغداد.(1977) .
- الشاطي , م .ع .نظريات و طرق التربية البدنية الطبعة الثانية .الجزائر : ديوان الطبوعات الجامعية(1992) .
- العكش , ف .ع .البحث العلمي المناهج و الإجراءات .الإمارات العربية المتحدة : مطبعة العين الحديثة(1986) .

- ب -

بسيطوسي , ع .م .(s.d.) .طرق التدريب في مجال التربية البدنية .مصر : دار الفكر العربي .

- و -

- وافي , ع .ع .مناهج البحث ،معجم العلوم الاجتماعية .مصر : الهيئة المصرية للكتاب(1997) .
- والعنام ,أ .مناهج البحث في التربية البدنية والرياضية .العراق : مطبعة العاني.(1974) .

- ز -

زهوان، ح. علم النفس المراهقة . عالم الكتاب (1995) . .

زهوان، ح. ع. علم النفس النمو و الطفولة و المراهقة . مصر: دار الفكر العربي. (1995) .

زيدان، م. (s.d.). دراسة سيكولوجية تربوية لتلاميذ التعليم العام . مصر: دار الفكر العربي.

- ح -

حسنين، ق. ح. الفيزيولوجية لمبادئها و تطبيقاتها في المجال الرياضي . العراق. (1992) .

حسنين، ق. ح. علم التدريب الرياضي في مختلف الأعمار الطبعة الأولى . العراق. (1992) .

- ط -

طه، م. ل. الأسس التقنية لانتقاء الرياضيين . القاهرة، مصر: مطابع الأميرية. (2002) .

- ك -

الدسوقي، ك. النمو التربوي للطفل و المراهق . بيروت: دار النهضة العربية (1979) .

- ي -

يوسف، م. ح. أسس اختيار الناشئين في كرة القدم . مصر: دار الوفاء لنديا الطباعة والنشر. (2005) .

- م -

مقتي، إ. ح. التدريب الرياضي للجنسين . مصر: دار الفكر العربي. (1996) .

إقبال، م. م. المراهقة . عمان: مكتبة المجتمع الغربي (2006) .

معوذ، م. خ. مشكلات المراهقين في المدن . القاهرة: دار المعارف (1971) .

- ع -

عباس، ع. ١. التخطيط و الأسس العملية لبناء و إعداد الفريق الرياضي في الألعاب الجماعية . مصر: منشأة المعارف. (2005) .

علي، ع. ١. التدريب الرياضي و التكامل بين النظرية و التطبيق الطبعة الأولى. (1999) .

علي، ع. أ. التدريب الرياضي و التكامل بين النظرية و التطبيق الطبعة الاولى . مصر : مركز الكتاب للنشر.(1999).

وآخرون، ع. أ. النمو النفسي ببيروت : دار النهضة العربية.(1973) .

عاقل، ف . علم النفس التربوي ببيروت : دار العلم للملايين .(1972) .

- ف -

فرج، أ. و. أسس تدريب الكرة الطائرة للناشئين . الإسكندرية ، مصر.(2004).

- ق -

قاضي، ي. م. الإرشاد النفسي و التربوي الطبعة الأولى . المملكة العربية السعودية.(1981) .

- ر -

راتب، أ. ك. تدريب المهارات النفسية -التطبيقات في المجال الرياضي الطبعة الأولى . مصر : دار الفكر العربي.(2000) .

- ث -

ثابت، ن. أضواء على الدراسة الميدانية الطبعة الأولى . الكويت : مكتبة الفلاح.(1984) .

- خ -

خليل، م. ي. أسس التربية النفسية ، الطفولة و المراهقة . مصر : دار الفكر العربي.(1985) .

- غ -

غنيم، ر. م. مناهج وأساليب البحث العلمي الطبعة الاولى . عمان : دار صفاء للنشر والتوزيع.(2000) .

وآخرون، غ. ي. (s.d.) سيكولوجية النمو عند المراهق لبنان : دار النهار للنشر .

غالب، م. في سبيل موسوعة نفسية سيكولوجية ببيروت : منشورات الهلال (1986) .

المعاجم :

الوجيز، أ. (s.d.) . صلاح الدين الهواري . بيروت : دار و مكتبة الهلال.

Silamy, N. *Dictionnaire de Psychologie*. Paris: Larousse. (1979).

قائمة المراجع باللغة الفرنسية:

Akramov. *sélection des jeunes foot bolleur* . Alger: opu . (1985).

Platonov, k. *problèmes de capacité*. naoka, mosco. (1972).

weinek, j. *manuel de l'entrainement sportif*. 4 ed ,paris. (1974).

Cubertni, P. d. *Psychologie de Sport*. Librairie, J Yrim. (1972).

المواقع الالكترونية:

(s.d.). <http://de-mila.edu.dz/index.php/30-2013-12-10-21-58-32>.



الملاحق

🔗 الملحق الأول :

← استبيان موجه لأساتذة التربية البدنية.

🔗 الملحق الثاني :

← طلب تسهيل المهمة.

← رخصة التريص.

🔗 الملحق الثالث :

← شهادات القبول من طرق مدرء المؤسسات.

جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم

معهد التربية البدنية و الرياضية

استبيان موجه لاساتذة التربية البدنية و الرياضية

في إطار انجازنا لمذكرة التخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الليسانس في التربية البدنية و الرياضية تحت عنوان :

" الخصائص المورفولوجية كأساس للاكتشاف و التوجيه الى الكرة الطائرة للفرق الرياضية المدرسية لفئة الأشبال للمرحلة الاكاديمية 14 - 16 سنة ؟"

نرجو من الاساتذة الأفاضل ملء هذه الاستمارة بالإجابة على الأسئلة الآتية بكل موضوعية ودقة , بهدف إثراء بحثنا من اجل الوصول إلى نتائج دقيقة تفيد الدراسة , و نتمنى بذلك أن نكون قد منّا عملا يخدم الرياضة و الرياضيين.

ونحيطكم علما بأن إجاباتكم ستحاط بالسرية التامة

و في الأخير نشكر لكم تعاونكم معنا.

ملاحظة : الإجابة تكون بوضع علامة (X) أمام الإجابة المناسبة .

الأستاذ المشرف

إعداد الطلبة

- بن ذهيبه جعدم

- حمادي عمر

- هباط خالد

- بن علو محمد

الملاحق

معلومات خاصة بالاساتذة :

1- العمر:

تبلغ من العمر :

2- عدد سنوات الخبرة (مدة الخدمة):

تبلغ مدة خدمتك :

الفرضية الأولى:

تعتبر الخاصية المرفولوجية من ضمن أهم العوامل التي تحدد عملية الاكتشاف و التوجيه والإختيار لدى أشبال الكرة الطائرة

س01: على ماذا تعتمد في عملية الاكتشاف و التوجيه - رتب حسب الأهمية ؟

- البنية المرفولوجية .

- الجانب التقني الحركي.

- الجانب التكتيكي للاعب.

س02: هل يعتبر الوزن من الخصائص المهمة في الاكتشاف و التوجيه للاعبين ؟

لا

نعم

س03: هل للطول دور في عملية الاكتشاف و التوجيه للاعبين ؟

لا

نعم

س04: هل تأخذ عامل عرض المنكين والصدر بالحسبان في اكتشاف و توجيه للاعبين ؟

أبدا

نادرا

عادة

دائما

س05: هل تأخذ عامل محيط الصدر والفخذ وسمانة الساعد بالحسبان في اكتشاف و توجيه للاعبين ؟

الملاحق

دائماً عادة نادراً أبداً

س06: هل تعتمد في إنتقاء اللاعبين على طرق القياس الأنثروبومترية؟

دائماً عادة نادراً أبداً

الفرضية الثانية:

الأهمية البالغة لإعداد الرياضي الجيد تبدأ من مرحلة الاشبال ، الأمر الذي يؤدي إلى القول أنّ المرحلة العمرية (14-16) سنة مناسبة في عملية اكتشاف و توجيه لاعبي الكرة الطائرة .

س07: هل المرحلة العمرية (14-16) سنة تعتبر أهم مرحلة لاكتشاف و توجيه اللاعبين؟

نعم لا

- إذا كانت الإجابة بنعم ، في رأيك تعتبر المرحلة العمرية (14-16) سنة أهم مرحلة لاكتشاف و التوجيه لأنها تتميز ب:

أ- إكتساب المهارات اللازمة للألعاب . نعم لا

ب- إدراك دوره مذكر أو مؤنث . نعم لا

ج- تنمية المفاهيم اللازمة للحياة اليومية . نعم لا

د- سرعة الإستجابة للمهارات التعليمية . نعم لا

س08: هل تراعي في عملية الاكتشاف و التوجيه مدى شعور الاشبال بالثقة والأمان

دائماً عادة نادراً أبداً

س09: هل تراعي في عملية الإنتقاء الفروق الجسمية للمراهق (14-16) سنة؟

دائماً عادة نادراً أبداً

س10: هل تعتمد في عملية الاكتشاف و التوجيه على الفروق الذكاء بين اللاعبين؟

الملاحق

دائماً عادة نادراً أبداً

س11: هل للفروق الميزاجية دور مهم في عملية اكتشاف و توجيه اللاعبين (14-16) سنة ؟

موافق جداً موافق غير موافق غير موافق على الإطلاق

س12: ماهي المراحل التي تعتمد عليها لاكتشاف و التوجيه للاعبين للكرة الطائرة للمرحلة العمرية (14-16) سنة ؟

.....
.....
.....

الفرضية الثالثة :

لتحقيق نتائج جيدة في المنافسات مرتبطة بشكل كبير بعملية الاكتشاف و التوجيه الجيد .

س13: ما معنى الإنتقاء حسب رأيكم ؟

أ- عملية إختيار .

ب- عملية توجيه .

ج- عملية كشف .

س14: هل الاكتشاف و التوجيه الجيد يزيد من فاعلية عملية التدريب ؟

نعم لا

س15: هل تعتمد في الاكتشاف و التوجيه للاعبين على الملاحظة فقط ؟

نعم لا

س16: هل تواجه صعوبات في عملية الاكتشاف و توجيه اللاعبين لكرة الطائرة للمرحلة العمرية (14-16) سنة ؟

الملاحق

لا

نعم

- إذا كانت الإجابة بنعم، أذكرها؟

.....
.....

س17: هل تعتمد في عملية الاكتشاف و التوجيه للاشبال على التنبؤ طويل المدى لأدائهم؟

أبد

نادرا

عادة

دائما

س18: هل تطبق برنامج تدريبي خاص قبل عملية الإنتقاء؟

لا

نعم

س19: ماهي المدة المستغرقة خلال عملية الاكتشاف و التوجيه؟

.....
.....

س20: هل تقومون بفحوصات طبية ونفسية على اللاعبين قبل عملية الاكتشاف و التوجيه؟

لا

نعم

ملخص الدراسة:

تهدف الدراسة التي جاءت تحت عنوان الخصائص المورفولوجية كأساس لاكتشاف و توجيهه الى الكرة الطائرة للفرق الرياضية المدرسية لفئة أشبال للمرحلة الاكاديمية 14-16 سنة إلى معرفة الخصائص المورفولوجية للمراهقين، و معرفة خطوات ومراحل الانتقاء في الفرق المدرسية، كما يسعى هذا البحث الى لفت انتباه الاساتذة في جميع التخصصات لأهمية الجانب المورفولوجي بالنسبة للرياضيين المراهقين .

حيث أن الفرض من الدراسة الانتقاء الجيد للمواهب الرياضية في مرحلة الأشبال يستند أساسا إلى المتابعة المستمرة للخصائص المورفولوجية لدى الرياضيين الأشبال الممارسين للكرة الطائرة للمرحلة العمرية (14 - 16) سنة وتم إختيار عينة متكونة من 30 أستاذ في طور المتوسط ، وقد تم إتباع منهج الوصفي، وقمنا باستخدام الاستبيان كأداة لبحثنا هذا.

وقد توصلنا من خلال بحثنا الى أن جل اساتذة الكرة الطائرة لدى الاشبال يولون الجانب المورفولوجي أهمية كبيرة كما أنهم يعتبرون هذه المرحلة أنها الانسب لانتقاء لاعبي الكرة الطائرة للناشئين كما يؤكد معظم الاساتذة بأن تحقيق النتائج الجيدة مرتبط أساسا بالانتقاء الجيد .

ومن بين أهم التوصيات في بحثنا توطيد العلاقات بين أندية الجمعيات الرياضية للكرة الطائرة و المؤسسات التربوية قصد توجيه التلاميذ وبالتالي تدعيم رياضة النخبة.

Abstract:

Our study shed light on the morphological characteristics of adolescent standards at the age (14-16) under the selection for volleyball players for both sports and school team (cubs phase) this research also seek to reach the attention of teachers in all disciplines and morphological side .

A hypothetical work is made on the good selection.....to cubs based on the follow up of the morphological characteristics of the athletes participants of the volleyball phase age (14-16) .

Questionnaire was used as a tool in our research addressed thirty (30) teachers (middle school teachers) it had been followed the descriptive method .

As result the research has showed that the most of volleyball teachers give much importance to the morphological side .they consider this phase as the most appropriate to select junior volleyball player.

Most teachers confirm that good results come through good selection.

The most important thing in our research is to strengthen the relation between volleyball cubs and sports associations to facilitate the students guidance and to strengthen elite sports.

Résumé:

Le but de l'étude, qui est entré dans la sélection pour les joueurs de volley-ball pour les équipes sportives et l'école pour une classe Cubs de phase Alakamaleh 14-16 ans à connaître les caractéristiques morphologiques des normes d'adolescents, et de connaître les étapes et les étapes de sélection de l'école équipes abordent, que cette recherche est de chercher à attirer l'attention des enseignants dans toutes les disciplines de l'importance de côté morphologique pour les athlètes adolescents.

Depuis l'imposition de l'étude une bonne sélection de talents sportifs au stade des Cubs est principalement basée sur le suivi continu des caractéristiques morphologiques des athlètes Cubs pratiquants de volley-ball âge de phase (14-16 ans).

Échantillon était composé de 30 professeur dans le processus de la Méditerranée de sélection, il a été de suivre l'approche descriptive, et nous utilisé ce questionnaire comme un outil pour notre recherche.

Nous avons trouvé grâce à nos recherches que la plupart du côté des professeurs de volley-ball avec les Cubs de payer morphologique grande importance car ils considèrent ce stade, il est le mieux adapté pour la sélection des joueurs de volley-ball comme la plupart des professeurs juniors confirme que la réalisation de bons résultats principalement liés bonne sélection.

Parmi les recommandations les plus importantes dans notre recherche pour renforcer les relations entre les clubs, les associations sportives de volley-ball et les établissements d'enseignement afin de guider les étudiants et donc de renforcer le sport d'élite