



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية  
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي  
جامعة عبد الحميد ابن باديس - مستغانم



معهد التربية البدنية والرياضية

قسم: التدريب الرياضي

تخصص : تدريب رياضي تنافسي

مذكرة لنيل شهادة الليسانس في ميدان علوم و تقنيات الأنشطة البدنية الرياضية

تحت عنوان :

## تطور أساليب اللعب في كرة الطائرة (دراسة تاريخية وتكتيكية)

تحت إشراف د/ الاستاذ المشرف

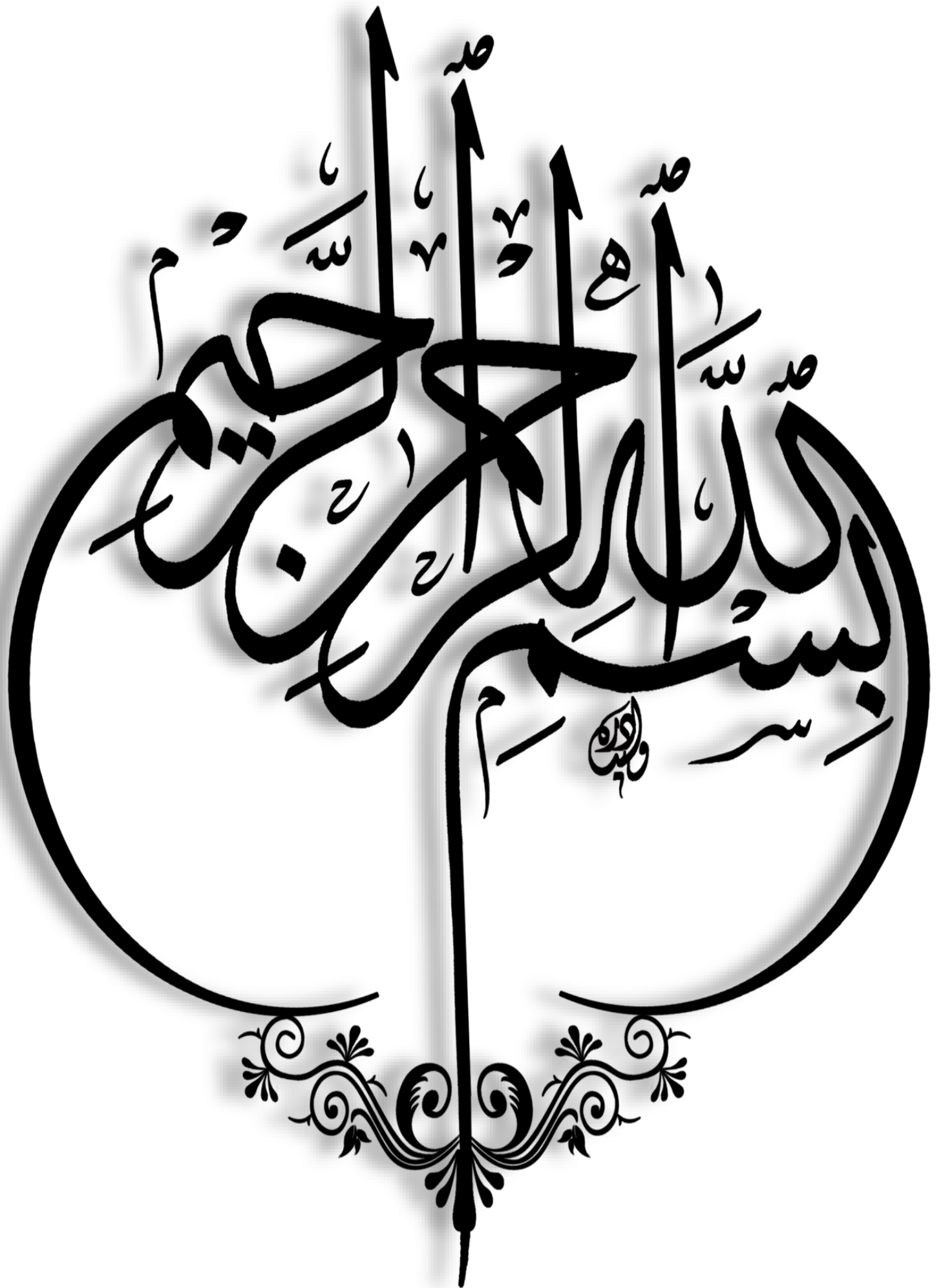
- حمزاوي حكيم

من إعداد الطلبة

- الوحيدي محمد

- يحيى أحمد قنديل

السنة الجامعية 2025/2024



## إهداء

إلى أبي الحبيب،  
لك الفضل بعد الله، ولك الامتنان بقدر ما في القلب من محبة واعتزاز.

إلى روح أمي الشهيدة،  
هذا العمل قطرة وفاء في بحرك العظيم، ودعاء أن يجزيك الله عني خير الجزاء.

إلى أخي الشهيد إيهاب،  
نم قرير العين، فأنت الحاضر في كل خطوة، والملهم في كل نجاح.

إلى إخوتي وأخواتي الأعزاء،  
شكراً لوجودكم الذي منحني القوة، وللكمة الطيبة التي كانت زادي في الطريق.

إلى فلسطين، الوطن الجريح،  
وإلى غزة، درة القلب النازفة الصامدة...  
أهدي حروفي لثرى طاهرٍ ودمٍ ما انكسر.

إلى الجزائر، بلدي الثاني،  
شكراً لكم الأرض ودفء الناس، واحتضان الحلم.

إلى أستاذي الدكتور حمزاوي،  
وإلى كل الأساتذة والدكاترة الذين أناروا لي الطريق...  
جزاكم الله عني خير الجزاء، ودمتم أهل علمٍ ونُبل.

## إهداء

الحمد لله الذي بنعمته تتم الصالحات هذه ثمرة من الجهد و الاجتهاد اهدي هذا العمل المتواضع الى المنبع  
حنان... رمز العطف و المحبة على التي لن اوافيها حقها مهما قدمت لها الى من تقع الجنة تحت اقدامها و  
امرنا الرحمان بطاعتها امي الغالية الى الرمز و الفخر ...الذي شقى لي درب الحياة من اجل راحتي و الى  
الذي لن اردله قليل بما منحني ابي العزيز

الى كل عائلتي اخواني و اخواتي و عائلتي و خاصة الى جدي و جدتي اطل الله في عمرهما تحية خاصة  
للأستاذ الحكيم حمزاوي و الى كل الأساتذة و عمال معهد تربية البدنية و الرياضة

الطالب/ الوحيددي محمد

## شكر و عرفان

قال تعالى في محكم تنزيله:

"وسيجزي الله الشاكرين"

سورة آل عمران، الآية 14

وقال رسول الله صلى الله عليه وسلم:

"من لا يشكر الناس لا يشكر الله"

رواه الترمذي.

الحمد لله رب العالمين، والصلاة والسلام على أشرف الخلق والمرسلين.

وبعد، فإن من تمام النعمة وكمال الفضل أن أتمّ الله عليّ هذا العمل العلمي المتواضع، فله الحمد أولاً وآخرًا.

وإنّ من واجب الوفاء والعرفان بالجميل، أن أتوجّه بخالص الشكر وجزيل الامتنان إلى أستاذي المشرف الفاضل الدكتور حكيم حمزاوي، على ما بذله من وقت وجهد، وعلى توجيهاته السديدة، وملاحظاته القيّمة التي أثرت هذا البحث ووجّهت مساره نحو النضج العلمي والدقة الأكاديمية.

كما لا يفوتني أن أتقدم بالشكر الجزيل إلى كل من ساهم، من قريب أو بعيد، في دعمي ومساندتي خلال مراحل هذا العمل، سواء بالكلمة الطيبة أو النصح أو العون المباشر.

وأخصّ بالذكر أساتذة معهد التربية البدنية والرياضية، وكل أساتذة التربية البدنية والرياضية الذين لم يبخلوا علينا بعلمهم وتوجيههم، فجزاهم الله عنّا خير الجزاء.

## ملخص

تتمثل مشكلة الدراسة في "كيف تطورت أساليب اللعب في كرة الطائرة على مر العصور؟" وتهدف الدراسة إلى تحليل تطور أساليب اللعب في كرة الطائرة تاريخياً وتكتيكياً، والتعرف على تأثير تلك التطورات على الأداء الرياضي للاعبين. كما تسعى الدراسة لإبراز الدور الكبير الذي تلعبه هذه الأساليب في تحسين الأداء الفني والتكتيكي للاعبين، وتحديد العوامل التي ساهمت في هذا التطور عبر العصور. تم وضع فرضيتين رئيسيتين هما: "أساليب اللعب في كرة الطائرة تطورت بشكل ملحوظ مع مرور الوقت، ما أثر بشكل إيجابي على أداء اللاعبين" و"التكتيك الحديث في كرة الطائرة هو نتاج التطور المستمر للأساليب عبر تاريخ اللعبة". اعتمد الباحث في منهج البحث على المنهج التاريخي والتحليلي وذلك لدراسة تطور اللعبة وأثرها عبر الزمن. تم جمع البيانات من خلال مراجعة الأدبيات والمصادر التاريخية المتعلقة باللعبة، بالإضافة إلى إجراء مقابلات مع بعض الخبراء والمدربين في هذا المجال. توصل الباحث إلى أن الأساليب التكتيكية والتقنية في كرة الطائرة قد شهدت تطوراً كبيراً، وأن هذا التطور أثر بشكل إيجابي في رفع مستوى الأداء. كما أوصى الباحثان بضرورة الاستمرار في دراسة التطورات التكتيكية لتحديث الاستراتيجيات التدريبية وتعزيز مستوى اللعبة على الصعيدين المحلي والدولي.

## الكلمات المفتاحية:

كرة الطائرة - أساليب اللعب - التكتيك الرياضي - تطور الأداء - تاريخ كرة الطائرة

---

## Summary

The problem of the study is "How have volleyball playing styles evolved over time?" The study aims to analyze the historical and tactical development of volleyball playing styles, identifying how these developments have influenced athletes' performance. The study also seeks to highlight the significant role these styles play in improving players' technical and tactical performance, and determine the factors that contributed to this evolution over the centuries. Two main

hypotheses were set: "Volleyball playing styles have evolved significantly over time, which positively impacted players' performance" and "Modern tactics in volleyball are the result of continuous evolution of playing styles throughout the game's history." The researcher used a historical and analytical approach to study the development and impact of the game over time. Data was gathered by reviewing literature and historical sources related to the game, in addition to conducting interviews with experts and coaches in the field. The researcher concluded that both tactical and technical styles in volleyball have significantly evolved, and this evolution positively influenced performance. The researcher recommended the continuous study of tactical developments to update training strategies and enhance the game's level both locally and internationally.

**Keywords:**

Volleyball– Playing styles– Sports tactics– History of volleyball–  
Performance development

# فهرس المحتويات

إهداء

شكر وعرافان

ملخص

01.....مقدمة

04..... الباب الأول : دراسة النظرية

06..... الفصل الأول : تطور أساليب اللعب في كرة الطائرة

08.....1- ماهية تطور أساليب اللعب في كرة الطائرة

08.....1-1: تعريف أساليب اللعب:

08.....1-2: تعريف التطور التكتيكي

09.....1-3: تعريف كرة الطائرة الحديثة.

09.....2- أنواع أساليب اللعب في كرة الطائرة:

10.....1-2 الأساليب الهجومية.

10.....2-2: الأساليب الدفاعية:

10.....3-2: الأساليب المختلطة:

10.....3- خصائص أساليب اللعب في كرة الطائرة:

11.....4-الدوافع المرتبطة بتطور الأساليب:

11.....1-4: الدوافع الفنية:

12.....2-4: الدوافع التكتيكية:

13.....5-الأسس العلمية لتطور الأساليب:

13.....1-5: الأسس البدنية:

- 13.....2-5: الأسس النفسية:
- 14.....3-5: الأسس الاجتماعية:
- 14.....6 - وظائف أساليب اللعب في كرة الطائرة:
- 14.....1-6 تطوير الأداء الفردي:
- 15.....2-6: تحسين الأداء الجماعي:
- 15.....3-6: تنمية الذكاء التكتيكي:
- 15.....4-6: تعزيز الروح الرياضية:
- 15.....5-6: تحقيق النتائج التنافسية:
- 16.....7-أهداف تطور أساليب اللعب:
- 16.....1-7: أهداف هجومية:
- 16.....2-7: أهداف دفاعية:
- 16.....3-7: أهداف متكاملة:
- 17.....8-دور الأساليب التكتيكية في تطوير اللعبة:

## 19.....الفصل الثاني : المهارات الحركية في كرة الطائرة.

- 21.....1- مفهوم المهارات الحركية:
- 21.....2- أنواع المهارات الحركية:
- 21.....1-2- المهارات الأساسية:
- 22.....2-2- المهارات المتقدمة:

- 22.....المهارات الكبيرة: 3-2
- 23.....المهارات الدقيقة: 4-2
- 23.....مفهوم المهارة الحركية الرياضية. 3
- 24.....أهمية المهارات الحركية. 1-3
- 24.....العوامل التي تحدد المهارة. 2-3
- 25.....تقسيم المهارات الحركية في المجال الرياضي 3-3
- 25.....المهارات الأساسية: 1-3-3
- 26.....المهارات الرياضية 2-3-3
- 26.....تصنيف المهارات الحركية الرياضية. 4-3
- 27.....1-4-3 حسب التوافق البدني:
- 28.....2-4-3 حسب النشاط:
- 28.....3-4-3 حسب الترابط:
- 29.....4-4-3 حسب متطلبات الأداء:
- 30.....5-3 خطوات تعلم المهارات:
- 30.....1-5-3 الشرح:
- 30.....2-5-3 النموذج:
- 30.....3-5-3 الأداء الأولي:
- 30.....4-5-3 الأداء الجيد:
- 30.....5-5-3 الأداء المتميز:

31-6-3 طرق تعلم المهارات ..... 31

31-6-3 1 الطريقة الجزئية:..... 31

32-6-3 2 الطريقة الكلية..... 32

33..... الباب الثاني : الجانب التطبيقي

34..... الفصل الأول : الدراسة الاستطلاعية ومنهجية البحث والإجراءات الميدانية

36-1 المنهج المتبع:..... 36

37-2 الدراسة الاستطلاعية..... 37

38-3 أدوات البحث:..... 38

38-3 1 جمع المعلومات وكيفية تطبيقها:..... 38

39-4 مجتمع البحث:..... 39

39-5 عينة البحث:..... 39

40-6 مجالات البحث:..... 40

40-6 1 المجال المكاني..... 40

40-6 2 المجال الزمني:..... 40

40-7 الطريقة الإحصائية:..... 40

41-8 شروط قياس الأداة العلمية:..... 41

41-8 1 الصدق:..... 41

## 44.....الفصل الثاني : عرض وتحليل نتائج.....

68.....1- نتائج الدراسة الميدانية ومقترحاتها:

95.....2- توزيع المبحوثين حسب متغير سنوات الخبرة.....

96.....3- دراسة ومناقشة الفرضيات.....

67.....الخاتمة.....

69.....قائمة المراجع.....

71.....الملحقات.....

مقدمة

## 1-1 الخلفية

ظهرت لعبة الكرة الطائرة لأول مرة في 9 فبراير 1895 م على يد وليام جي. مورغان ضمن أنشطة جمعيات الشبان المسيحيين YMCA بمدينة هوليكوك بولاية ماساتشوستس الأمريكية، وأُطلق عليها في البداية اسم "مينونت (Minonette)" نسبةً إلى لعبة "مِنْتُون" الهندية، قبل أن يغير ألفريد هالستيد اسمها إلى "الكرة الطائرة (Volleyball)" لتعبرها عن حركة الكرة الطائرة فوق الشبكة دون ملامسة الأرض.

تمتاز الكرة الطائرة بنظام لمس ثلاثي لكل فريق، وفي عام 1998 تم إدخال نظام التنقيط المستمر (Rally Scoring) إلى جانب إقرار منصب اللاعب الحر (Libero) لتعزيز القدرة الدفاعية واسترجاع الكرات الصعبة.

ساهم إدخال الضربة الساحقة العالية (Jump Serve) بتغيير كلي في فعالية الإرسال وقوته، حيث أظهرت دراسات عربية أن المتغيرات الوظيفية المتعلقة بالقفز والسرعة لها أثر دال في قوة الضربة الساحقة وأدائها العالي لدى لاعبي كرة الطائرة.

واستمر تطور أساليب اللعب التكتيكي من خلال تنويع تشكيلات الهجوم والدفاع، فعلى سبيل المثال أظهرت دراسات جامعية اعتماد أسلوب اللعب المباشر (Fast Break) في تعزيز دقة المهارات الهجومية والدفاعية لدى اللاعبين الشباب.

كما وثّقت بحوث عربية أن انتقال الكرة الطائرة من الألعاب الترفيهية إلى لعبة أولمبية عام 1964 واستخدام التقنيات الحديثة في التدريب والتحليل أسهم في زيادة تنافسية اللعبة وتعمّق فهم الخطط التكتيكية لدى المدربين واللاعبين.

## 2-1 أهمية الدراسة

تلعب التكتيكات دورًا محوريًا في تحقيق التفوق في كرة الطائرة، إذ يعتمد نجاح الفريق على قدرة اللاعبين على التنقل بين الأدوار الهجومية والدفاعية ضمن منظومة متكاملة. كما تشير دراسات عربية إلى أن تطبيق التمارين التكتيكية المشابهة لمواقف اللعب الحقيقية يرفع من دقة تنفيذ المهارات واستجابة اللاعبين لمتغيرات المباراة

## 3-1 مشكلة الدراسة

تركز معظم الأبحاث العربية المتوفرة على الجوانب الفنية والمهارية أو على الأبعاد البدنية للتدريب دون التعمق في التطور التاريخي للأساليب التكتيكية وعلاقتها بأداء الفرق التنافسي. وحتى الدراسات التي تناولت التكتيك الاجتماعي والبيئي النمطي اقتصرت على وصف الأساليب دون ربطها بتحولات تاريخية واضحة أو تأثيرها على مستوى الأداء الجماعي والفردى.

## 4-1 أهداف الدراسة

1. تتبّع التطور التاريخي لأساليب اللعب في كرة الطائرة منذ نشأتها وحتى عام 2025.
2. تحليل تأثير إدخال الضربة الساحقة العالية (Jump Serve) على فعالية الإرسال وقوة الهجوم.
3. دراسة أثر إضافة منصب اللاعب الحر (Liberero) في تعزيز القدرة الدفاعية واستقرار الخط الخلفى.
4. استقصاء دور التكنولوجيا (تحليل الفيديو والبيانات الرياضية) في تطوير الخطط التكتيكية.

## 5-1 إشكالية البحث وأسئلته

### الإشكالية الرئيسية:

ما علاقة التطورات التاريخية والتكتيكية لكرة الطائرة بتحسين الأداء التنافسي للفرق؟

### الأسئلة الفرعية:

- كيف غيرت الضربة الساحقة العالية مفهوم الإرسال التقليدي وأسهمت في زيادة نقاط الفوز؟
- بأي شكل ساهم إضافة منصب اللاعب الحر (Liberero) في تحسين دقة الاستلام واستقرار الدفاع؟
- ما تأثير اعتماد نظام التتقيط المستمر (Rally Scoring) على ديناميكية اللعب وسرعة المباريات؟
- كيف يمكن للتقنيات الحديثة في تحليل الفيديو والبيانات الرياضية أن تستنبط خطأً تكتيكية فعالة؟

## 6-1 حدود الدراسة

- **موضوعياً:** يتركز البحث على الجوانب التاريخية والتكتيكية دون الخوض في التفاصيل الفنية البدنية.
- **مكانياً:** يغطي تطورات كرة الطائرة على النطاق العالمي مع التركيز على البحوث العربية.
- **زمانياً:** يمتد من عام 1895 حتى عام 2025.

# الباب الأول دارسة النظرية

## تمهيد

يُعدُّ النشاط الرياضي المدرسي ركيزة أساسية في تنشئة التلاميذ جسديًا ونفسيًا واجتماعيًا، إذ يساهم في رفع كفاءة الجهاز القلبي-التنفسي وتحسين اللياقة البدنية واكتساب القوام المعتدل، كما يعزز التفاعل الاجتماعي من خلال المنافسة المنظمة والتعاون الجماعي بين الأفراد تُعدُّ كرة الطائرة من أبرز الألعاب الجماعية المدرجة ضمن مقررات التربية الرياضية في الجزائر، حيث ظهرت أولى محاضراتها ودروسها في المناهج الجامعية لطلبة التربية البدنية بجامعة الجزائر 3، وتُدْرَس فيها المبادئ الأساسية للتاريخ والقوانين والمهارات الحركية المتنوعة مثل الإرسال والاستقبال والسحق والقفز

تعتمد مهارات كرة الطائرة على تنسيق عصبي-عضلي عالي الدقة، فلا يكتفي اللاعب بحركة واحدة بل ينتقل بين التمير والإرسال والدفاع ضمن منظومة تكتيكية مبنية على تشكيلات مثل 1-5 و 2-6، وقد بينت مذكرة تخرج ماستر في علوم وتقنيات النشاطات البدنية بجامعة بسكرة كيف أن التدريب المنهجي لوحدات تعليمية مبرمجة يسهم في تنمية المهارات الحركية ويعزز القدرة على اتخاذ القرار أثناء المباريات

يتوقف تحقيق هذه الأهداف على كفاءة معلم التربية البدنية في توجيه الدوافع والرغبات الرياضية لدى التلاميذ، وتصميم وحدات تدريبية مبنية على أسس علمية للتكتيك والتقنية، وهو الدور الذي أكدت عليه دراسات جامعة القصبة في أهمية الانتقاء والتوجيه لدى لاعبي الكرة الطائرة في المراحل العمرية من 9 إلى 12 سنة

مع ذلك، تكشف الزيارات الميدانية إلى المدارس الابتدائية نقصًا في عدد الأساتذة المتخصصين في كرة الطائرة وقلة الأجهزة الملائمة، مما يضعف فرص التلاميذ في تطوير مهاراتهم التكتيكية بشكل فعّال. ومن هنا تستلزم الدراسة تطوير وحدات تدريبية مستمدة من أفضل الممارسات الجامعية الجزائرية لسد هذه الفجوات ورفع مستوى الأداء التنافسي للتلاميذ.

## الفصل الأول

# تطور أساليب اللعب في كرة الطائرة

## تمهيد

اهتمَّ الإنسان منذ فجر التاريخ بصحته البدنية ولياقته، حيث مارس أنواعاً متعددة من الحركة الجسدية التي اتخذت أشكالاً اجتماعية متنوعة؛ كالألعاب الشعبية، والتمارين البدنية، والتدريب المنظم، وصولاً إلى نشوء الرياضة الحديثة. لقد أدرك الإنسان المبكر الفوائد الجمة لهذه الأنشطة على صعيد الصحة العامة، فعملت على تقوية أعضاء الجسم الحيوية، ورفع كفاءة الجهاز القلبي-التنفسي، وتحسين مرونة المفاصل وقوة العضلات.

وليس الجانب البدني وحده هو المستفيد من الحركة؛ بل امتد أثر النشاط البدني إلى الأبعاد النفسية، حيث يساهم في تخفيف التوتر وضبط الانفعالات، وتنمية الثقة بالنفس، كما يقوي الجانب الاجتماعي عبر التفاعل الجماعي والتنافس الشريف، ويعزز الجانب المعرفي من خلال تنمية الانتباه والتركيز، والجانب الجمالي حينما تتجلى المهارة في الأداء الحركي المتناغم.

وعليه، جاءت التربية البدنية والرياضية في المؤسسات التربوية كالتتويج العصري لتلك الفوائد المتكاملة، فهي الإطار الذي ينظم النشاط البدني ضمن مناهج تعليمية مُصمَّمة بعناية، تحقق الأهداف التربوية الشاملة (الحركية، المعرفية، الانفعالية، والاجتماعية). ويُعدُّ "النشاط البدني الرياضي التربوي" الركنَ الأساسي الذي يحدد مدى فاعلية هذه العملية التربوية، إذ يجمع بين مفاهيم التدريب الرياضي التقني والخبرة التربوية في صوغ بيئات تعلم حركية محفزة وآمنة.

سيتناول هذا الفصل -بصورة نظرية- أبرز المفاهيم والمرتكزات التي تشكل أساس النشاط البدني الرياضي التربوي، بدءاً من تعريفه ومكوناته، مروراً بمبادئ تصميم الوحدات التدريبية التربوية، وصولاً إلى دور المعلم والبيئة التعليمية في تحقيق أهداف هذه الوحدة المصممة لتنمية المهارات الحركية والاتجاهات الإيجابية لدى المتعلمين.

## 1- ماهية تطور أساليب اللعب في كرة الطائرة

### 1-1: تعريف أساليب اللعب:

أساليب اللعب في كرة الطائرة تُعد الإطار التكتيكي والمنهجي الذي يُنظّم حركة اللاعبين داخل أرضية الميدان بطريقة جماعية، بهدف تحقيق أفضل توازن بين العمليات الهجومية والدفاعية. وتمثّل هذه الأساليب مجموعة من المبادئ والخطط التي يتبناها الفريق بناءً على قدراته وخصائص الخصم، بحيث تُسهم في التحكم بإيقاع اللعب وصناعة الفارق في مجريات المباراة. وتتكيف أساليب اللعب مع طبيعة المنافسة ومراحلها، حيث تتطور باستمرار لتواكب المستجدات التقنية والبدنية والذهنية في كرة الطائرة الحديثة<sup>1</sup>.

### 1-2: تعريف التطور التكتيكي

يشير التطور التكتيكي في كرة الطائرة إلى جملة التغيّرات المنهجية التي تطرأ على الاستراتيجيات الجماعية في الأداء، سواء في الشق الهجومي أو الدفاعي. ويبدأ هذا التطور من المبادئ الأساسية لتنظيم اللعب، مروراً بتحديث أنظمة التشكيل مثل (5-1) و(6-2)، ووصولاً إلى ابتكار أنماط جديدة كالضغط الدفاعي المتقدّم والتحول السريع من الدفاع للهجوم.

ويُعد التطور التكتيكي علامة فارقة في احترافية الفرق، حيث يُعزز القدرة على اتخاذ القرار في المواقف المعقّدة، ويمنح الفريق مرونة في التعامل مع المتغيّرات داخل المباراة. كما يرى بعض المختصين أن التطور التكتيكي يُشكل مرجعية عليا تنبثق منها كافة الأساليب الجزئية كتحويلات الهجوم والدفاع، والتنسيق بين اللاعبين أثناء اللعب.

<sup>1</sup> طارق حسن، أساسيات الكرة الطائرة، دار الفكر العربي، القاهرة، 2004، ص22.

### 3-1: تعريف كرة الطائرة الحديثة

كرة الطائرة الحديثة لم تعد مجرد نشاط بدني يعتمد على الأداء المهاري الفردي، بل أصبحت منظومة مركبة تستند إلى مبادئ علمية دقيقة في التدريب والتخطيط والتهيئة النفسية. ويُعرف النشاط الرياضي عمومًا بأنه شكل منظم من أشكال السلوك الحركي، يقوم على المنافسة بهدف تحقيق أقصى مردود بدني وتكتيكي ضمن إطار من القواعد المنظمة التي تكفل العدالة والنزاهة.

وقد أشار "مات فيف" إلى أن النشاط الرياضي هو نشاط خاص يهدف إلى قياس القدرات البشرية وتجديدها باستمرار، في حين أضافت "كوسولا" أن الطابع التنافسي يُكسبه بعدًا اجتماعيًا وثقافيًا، كونه نتاجًا لطبيعة الإنسان التنافسية. ومن هنا، تتميز كرة الطائرة الحديثة بكونها نشاطًا يتكامل فيه الجهد البدني مع الجانب الذهني، ويُسهم في بناء الشخصية المتوازنة للفرد من خلال التأثير الإيجابي على النواحي البدنية، النفسية، الاجتماعية، العقلية، المهارية والجمالية<sup>1</sup>.

### 2- أنواع أساليب اللعب في كرة الطائرة:

تُعتبر أساليب اللعب من أبرز العناصر التكتيكية في لعبة كرة الطائرة، وهي التي تحدد النهج الجماعي الذي يتبعه الفريق سواء عند امتلاك الكرة أو أثناء الدفاع عنها. وتُقسم أساليب اللعب إلى ثلاثة أنواع رئيسية: **الأساليب الهجومية، الأساليب الدفاعية، والأساليب المختلطة**، وكل نوع منها يخدم أهدافًا فنية وتكتيكية مختلفة حسب متطلبات المباراة.

<sup>1</sup> أمين أنور الخولي، الرياضة والمجتمع، سلسلة عالم المعرفة، الكويت، 1996، ص45.

## 1-2 الأساليب الهجومية

تُبنى الأساليب الهجومية على استغلال قدرات اللاعبين في التهديد المباشر، ويشمل ذلك تنويع الضربات الساحقة، اللعب السريع في وسط الشبكة، واستخدام التمويه والخداع في التمرير والتوزيع. الهدف من هذه الأساليب هو كسر التنظيم الدفاعي للفريق الخصم وإنهاء الهجمة بنجاح<sup>1</sup>.

## 2-2: الأساليب الدفاعية:

تُستخدم الأساليب الدفاعية لاحتواء قوة الخصم، وتتمثل في التنظيم الخلفي، بناء حائط صد فعال، والانتقال السريع من الدفاع إلى الهجوم. يتم تطبيق هذه الأساليب عندما يكون الخصم قوي هجومياً، أو عندما يحتاج الفريق إلى تقليل المخاطر والسيطرة على مجريات اللعب.

## 2-3: الأساليب المختلطة:

الأساليب المختلطة تمثل مزيجاً متوازناً بين الدفاع والهجوم، وتعتمد على المرونة في الانتقال بين الأدوار المختلفة داخل المباراة. وهي تُستخدم عادةً من قبل الفرق ذات المستوى العالي التي تستطيع قراءة المباراة والتكيف مع تغيراتها من لحظة إلى أخرى.

## 3- خصائص أساليب اللعب في كرة الطائرة:

يتميز النشاط البدني الرياضي بعدة خصائص متنوعة، منها:

✓ النشاط البدني عبارة عن نشاط إجتماعي وهو يعبر عن تلاقي كل متطلبات الفرد مع المجتمع.

✓ خلال النشاط البدني والرياضي يلعب البدن وحركاته الدور الأساسي.

✓ أصبحت الصور التي يتسم بها النشاط هو التدريب ثم التنافس.

<sup>1</sup> بوحوش رابح، أساليب اللعب في الكرة الطائرة الحديثة، جامعة الجزائر 3، مذكرة ماستر، 2018، ص35.

✓ متطلبات يحتاج التدريب والمنافسة الرياضية وأركان النشاط الرياضي إلى درجة كبيرة من المتطلبات والأعباء البدنية، ويؤثر المجهود الكبير على يسر العمليات النفسية للفرد لأنها تتطلب درجة عالية من الإنتباه والتركيز.

✓ لا يوجد رأي نوع آخر من أنواع النشاط الإنساني أثر واضح للفوز أو الهزيمة أو النجاح أو الفشل بصورة واضحة ومباشرة مثلما يظهره النشاط الرياضي بإستقطاب جمهور غير من المشاهدين الأمر الذي لا يحدث في كل فروع الحياة، كما أنه يحتوي على مزايا عديدة ومفيدة تساعد الفرد على التكيف مع محيطه ومجتمعه، حتى يستطيع إخراج العبء الداخلي والاستراحة من عدة حالات عالقة في ذهنه.<sup>1</sup>

#### 4- الدوافع المرتبطة بتطور الأساليب:

تعد الدوافع المرتبطة بتطور الأساليب في كرة الطائرة من العناصر الأساسية التي تساهم في تحسين مستوى الأداء الفردي والجماعي داخل الفريق. هذه الدوافع تتنوع ما بين دوافع فنية وتكتيكية، وتعتبر محركاً رئيسياً للتكيف مع متطلبات اللعبة الحديثة. فيما يلي تفاصيل أبرز الدوافع المرتبطة بتطور أساليب اللعب<sup>2</sup>:

#### 1-4: الدوافع الفنية:

الدوافع الفنية في كرة الطائرة تتعلق بتحسين المهارات الفردية والجماعية، حيث يهدف المدربون إلى تطوير قدرة اللاعبين على تنفيذ المهارات الأساسية مثل الإرسال، الاستقبال، القفز، الهجوم، والدفاع، بشكل أكثر فعالية. هذه الدوافع تشمل:

- تحسين التكنيك: العمل على تطوير تنفيذ الحركات الفنية مثل التسديد، المراوغة، والاستلام بطريقة أكثر دقة وكفاءة.

<sup>1</sup> قر في أحمد، الأسس العلمية لتعليم وتدريب الكرة الطائرة، دار الهدى، الجزائر، 2012، ص57.

<sup>2</sup> طارق حسن، أساسيات الكرة الطائرة، دار الفكر العربي، القاهرة، 2004، ص68.

- التنوع في أساليب اللعب :إدخال أساليب جديدة في تكتيك الهجوم والدفاع، مثل الهجوم السريع أو الهجوم المتنوع، من أجل مفاجأة الفريق المنافس.
- التطور في التكتيك الدفاعي :تطوير استراتيجيات دفاعية عالية الكفاءة، تشمل تكتيكات التغطية في المناطق المختلفة بالملاعب لمواجهة هجمات الخصم.

## 2-4: الدوافع التكتيكية:

الدوافع التكتيكية تركز على كيفية استخدام مهارات اللاعبين ضمن استراتيجيات وطرق لعب منظمة وفعّالة. التكتيك في كرة الطائرة يتطور بشكل مستمر استجابة للتطورات في استراتيجيات اللعب وعلى مستوى الفرق الدولية. من أبرز الدوافع التكتيكية:

- التمرکز وتنظيم الدفاع والهجوم :تطور أساليب اللعب يعتمد على كيفية تنظيم اللاعبين على أرضية الملعب وتوزيعهم في أنظمة مثل 1-5 و 2-6 لضمان أقصى استفادة من كل لاعب.
- التفاعل الجماعي :تعود الدوافع التكتيكية إلى الحاجة لتنسيق وتحسين التفاعل بين اللاعبين أثناء اللعب لتحقيق أفضل أداء جماعي.
- تطوير أساليب الضغط والتسديد :تحفيز اللاعبين على تنفيذ أساليب الضغط على الفريق المنافس من خلال تحسين الهجوم السريع والتسديد من أماكن مختلفة، بالإضافة إلى تطوير الدفاع من أجل التصدي لهذه الهجمات.

5- الأسس العلمية لتطور أساليب اللعب في كرة الطائرة:

يتطلب تطور أساليب اللعب في كرة الطائرة الاعتماد على مجموعة من الأسس العلمية التي تشكل القاعدة الأساسية في إعداد اللاعب وتطوير أدائه، سواء من الناحية البدنية أو النفسية أو الاجتماعية. وفيما يلي توضيح لهذه الأسس<sup>1</sup>:

5-1: الأسس البدنية:

تلعب اللياقة البدنية دورًا حاسمًا في تطور أساليب اللعب، فهي تمثل الأرضية التي تتبني عليها جميع الخطط والمهارات. وتشمل:

- القوة العضلية: التي تسمح للاعب بتنفيذ القفز، الضرب الساحق، والإرسال القوي.
- السرعة: سواء في رد الفعل أو التنقل داخل الملعب.
- المرونة والتوازن: لتفادي الإصابات ولتنفيذ الحركات الدقيقة.
- التحمل: لمواصلة الأداء بنفس الكفاءة خلال فترات المباراة الطويلة.

5-2: الأسس النفسية:

تتطلب الأساليب التكتيكية الحديثة في كرة الطائرة مستوى نفسي عاليًا من التركيز والثبات الانفعالي. من أبرز الجوانب النفسية:

- التحكم في التوتر أثناء اللحظات الحاسمة.
- الثقة بالنفس لتنفيذ المهارات دون تردد.
- التركيز والانتباه لتطبيق التعليمات الخطئية بدقة.
- التحفيز الداخلي من أجل التطوير المستمر والرغبة في الفوز.

<sup>1</sup> جمال بوشامة، التحليل الفني والتكتيكي في الرياضات الجماعية، دار المعرفة، الجزائر، 2019، ص 88-91.

### 3-5: الأسس الاجتماعية:

لا يمكن أن يتطور الأداء الجماعي من دون بيئة اجتماعية رياضية صحية. من أهم هذه الأسس:

- الانسجام بين اللاعبين داخل وخارج الملعب.
- القدرة على التواصل الفعال أثناء اللعب.
- احترام أدوار الزملاء والالتزام بتعليمات المدرب.
- روح الفريق التي تُعتبر أساساً لتطبيق الخطط التكتيكية بنجاح.

### 6 - وظائف أساليب اللعب في كرة الطائرة:

تُعتبر أساليب اللعب من الركائز الأساسية التي يقوم عليها الأداء الرياضي الحديث في كرة الطائرة، إذ تساهم في تنظيم العمل الفردي والجماعي داخل الملعب بما يضمن فعالية أكبر في التطبيق وتحقيق الأهداف المرجوة. وتتمثل أبرز وظائف أساليب اللعب في ما يلي<sup>1</sup>:

#### 6-1 تطوير الأداء الفردي:

تساعد أساليب اللعب على تنمية قدرات اللاعب من خلال توجيهه نحو اتخاذ قرارات مناسبة حسب مجريات اللعب، وتعزيز مهاراته في مواقف متنوعة، مثل الإرسال والاستقبال، الضرب الساحق، وحركات الحائط الدفاعي.

<sup>1</sup> أحمد شفيق، أساليب اللعب الحديثة، دار الفكر، دمشق، 2013، ص 45-47.

**6-2: تحسين الأداء الجماعي:**

تساهم الأساليب التكتيكية في تنسيق أدوار اللاعبين ضمن منظومة جماعية متكاملة، من خلال تحديد مواقعهم ومسؤولياتهم داخل الفريق، بما يضمن التناغم أثناء الهجوم والدفاع، ويسهل تنفيذ الخطط الموضوعة بدقة.

**6-3: تنمية الذكاء التكتيكي:**

توفر أساليب اللعب بيئة حقيقية يتعلم من خلالها اللاعب كيف يقرأ الخصم، ويتفاعل مع تغيرات المباراة، ويختار التصرف الأنسب في الوقت المناسب، مما يزيد من وعيه التكتيكي ويعزز قدرته على اتخاذ قرارات فعّالة.

**6-4: تعزيز الروح الرياضية:**

من خلال الالتزام بالتعليمات التكتيكية واحترام قواعد الفريق، يتعلم اللاعب الانضباط والتعاون، مما يسهم في غرس القيم الأخلاقية وروح اللعب النظيف، وهي من أهم جوانب الشخصية الرياضية المتكاملة.

**6-5: تحقيق النتائج التنافسية:**

تُعدّ الأساليب الخططية أحد العوامل الحاسمة في حسم نتائج المباريات، إذ تمكّن الفريق من استغلال نقاط قوته وضرب نقاط ضعف الخصم، مما يرفع من فرص الفوز ويضمن أداءً تنافسيًا عالي المستوى.

7- أهداف تطوّر أساليب اللعب:

يهدف تطوّر أساليب اللعب في كرة الطائرة إلى الرفع من جودة الأداء وتلبية متطلبات المنافسة الحديثة، حيث تم تطوير هذه الأساليب لتشمل أبعادًا متعددة تشمل الهجوم، الدفاع، والجانب التكتيكي المتكامل<sup>1</sup>.

7-1: الأهداف الهجومية:

- 1- تعزيز فعالية الضربات الساحقة من خلال تحسين التوزيع ودقة التمرير.
- 2- تسريع وتيرة اللعب الهجومي لتفادي الحائط الدفاعي للمنافس.
- 3- توسيع زوايا الهجوم وتفعيل اللاعب الخفي من الصف الخلفي.
- 4- استثمار نقاط ضعف الخصم عند التكرار أو المفاجأة (الكرات القصيرة أو السريعة).

7-2: الأهداف الدفاعية:

- 1- بناء حائط صد جماعي أكثر فعالية وتنسيقاً.
- 2- تحسين استجابة اللاعبين للكرات المرتدة والدفاع عن المنطقة الخلفية.
- 3- التنبؤ بخطط الخصم عبر قراءة حركة اللاعب المهاجم.
- 4- تنظيم التغطية الدفاعية بعد حائط الصد لتقليل النقاط المهدرة.

7-3: الأهداف المتكاملة:

- 1- تحقيق التناغم بين جميع خطوط اللعب (الإرسال-الإستقبال-الإعداد-الهجوم-الدفاع).
- 2- زيادة الوعي التكتيكي لدى اللاعبين في مختلف مراحل اللعب.

<sup>1</sup> مصطفى عبد الواحد، التدريب الرياضي الحديث، دار المعارف، القاهرة، 2007، ص 88-90.

3-رفع مستوى الانسجام الجماعي والالتزام بالخطة المرسومة.

4-الوصول لأداء ثابت ومتوازن في الظروف المختلفة للمباراة.

### 8- دور الأساليب التكتيكية في تطور العمل الجماعي في اللعبة:

تلعب الأساليب التكتيكية دورًا محوريًا في تطور لعبة الكرة الطائرة، كونها تمثل الإطار العملي الذي تُبنى عليه خطط اللعب الجماعي والفردية. فمع تطوّر المنافسة وازدياد سرعة وتنوع الأداء، أصبحت الجوانب التكتيكية ضرورة لا غنى عنها لتحقيق التفوق داخل الملعب.

من خلال التكتيك، يتم توجيه قدرات اللاعبين البدنية والمهارية في مسارات تخدم الأهداف الجماعية، سواء كانت هجومية أو دفاعية. كما تساعد الأساليب التكتيكية على تحقيق توزيع فعال للمهام داخل الفريق، مما يقلل من العشوائية ويرفع من مستوى التتاسق والتنظيم.

ويُعد إدماج التكتيك ضمن البرنامج التدريبي عاملاً أساسياً في تهيئة اللاعبين للتعامل مع مختلف ظروف المباراة، مثل تغيير الإيقاع، ومجاراة خطط الخصم، واتخاذ قرارات سريعة ودقيقة تحت الضغط. كما يُسهم في صقل الذكاء الجماعي، وتعزيز مهارات التواصل داخل الفريق<sup>1</sup>

<sup>1</sup> جمال بوشامة، التحليل الفني والتكتيكي في الرياضات الجماعية، دار المعرفة، الجزائر، 2019، ص44-46.

## خلاصة:

من خلال ما تم التطرق إليه في هذه الدراسة، يتبين أن تطوّر أساليب اللعب في كرة الطائرة لا يُعد مجرد تحديث شكلي للعبة، بل هو عملية منهجية تهدف إلى رفع مستوى الأداء الفردي والجماعي، بما يتماشى مع متطلبات المنافسة الحديثة. إذ إن الأساليب التكتيكية والهجومية والدفاعية تمثل أدوات فعّالة تسهم في تحقيق التكامل بين الجوانب البدنية، النفسية، والاجتماعية للاعب. كما أن إدماج هذه الأساليب ضمن برامج التدريب يسهم في تنمية الذكاء التكتيكي، وتعزيز الانضباط الجماعي، وتحقيق أعلى درجات التكيف مع متغيرات بيئة اللعب. بالتالي، فإن تطوّر الأساليب في الكرة الطائرة لا يخدم فقط تحقيق النتائج التنافسية، بل أيضًا يعكس تطوّرًا شاملاً في فكر التدريب الرياضي، ويُعد مؤشرًا على نضج المنظومة الرياضية وتقدمها.

## الفصل الثاني

# المهارات الحركية في كرة الطائرة

**تمهيد:**

تُعتبر المهارات الحركية في لعبة الكرة الطائرة الأساس الذي تُبنى عليه جميع الجوانب الفنية والتكتيكية، إذ يعتمد الأداء الفعال للاعب على قدرة بدنه وعقله على التنسيق الدقيق والمنظم بين الحركات الأساسية والمتقدمة، سواء أكانت كبيرة أو دقيقة. هذه المهارات لا تُكتسب بشكل عشوائي، بل تتطور عبر مراحل تعليمية منظمة تمر من خلال الفهم الجيد للمفاهيم المرتبطة بالمهارة، ومعرفة أنواعها وتقسيماتها وتصنيفاتها المختلفة التي تأخذ بعين الاعتبار طبيعة الأداء، التوافق البدني، والنشاط الحركي المطلوب.

في هذا الفصل، تطرقنا أولاً إلى مفهوم المهارات الحركية وأنواعها، مروراً بـ المهارات الأساسية والمتقدمة، والتمييز بين المهارات الكبيرة والدقيقة، كما تم التطرق إلى مفهوم المهارة الرياضية وأهميتها في تطوير الأداء الرياضي. وتناولنا كذلك العوامل التي تُحدد نوعية المهارة في الميدان الرياضي، مع التفصيل في تقسيم المهارات إلى أساسية ورياضية.

وفي السياق ذاته، تم تصنيف المهارات الحركية وفق عدة أسس مثل: التوافق البدني، طبيعة النشاط، درجة الترابط، ومتطلبات الأداء. كما عرضنا بالتسلسل خطوات تعلم المهارات، بدايةً من الشرح، ثم تقديم النموذج، وصولاً إلى الأداء الأولي والجيد، وانتهاءً بالأداء المتميز. وخُتم الفصل بتوضيح أهم طرق تعلم المهارات، سواء كانت الطريقة الجزئية أو الكلية، وذلك حسب طبيعة المهارة ومستوى المتعلم.

## 1- مفهوم المهارات الحركية:

**لغة:** المهارة من "مَهَرَ" أي أجاد وأتقن الشيء، وتُقَال للشخص المتقن لعمله. والحركة لغةً هي انتقال الجسم أو أحد أعضائه من وضع إلى آخر بفعل عضلي إرادي.

**اصطلاحاً:** المهارة الحركية هي أداء منظم وموجه لمجموعة من الحركات، تُؤدى بانسيابية ودقة وتناسق لتحقيق هدف معين، وتُكتسب من خلال التدريب المتدرج، وتتميز بإرتباطها بالقدرات البدنية والعصبية والذهنية<sup>1</sup>.

## 2- أنواع المهارات الحركية :

هناك أربعة أنواع من المهارات وهي:

- المهارات الأساسية
- المهارات المتقدمة
- المهارات الكبيرة
- المهارات الدقيقة

### 2-1- المهارات الأساسية:

وهي المهارات التي تُعتبر القاعدة الأساسية لكل لاعب، ويُفترض إتقانها في مراحل التعلم الأولى،  
مثل:

1-الإرسال (العلوي والسفلي)

2-الإستقبال

<sup>1</sup> عبد الرحمن البنا، مهارات الكرة الطائرة وتطبيقاتها، دار الكتاب الجامعي، بيروت، 2005.

3-التمرير (الأمامي والخلفي)

4-الإعداد

5-الضرب الساحق

6-الصد

2-2- أنواع المتقدمة:

وهي تلك المهارات التي تُبنى فوق القاعدة الأساسية، وتشمل القدرات المعقدة والتكتيكية، مثل:

1-الإرسال الموجّه

2-الإعداد السريع

3-الضرب الساحق من خلف الخط الخلفي

4-التحول السريع من الدفاع للهجوم

5-الصد المتحرك

2-3- المهارات الكبيرة:

هي المهارات التي تعتمد على استخدام مجموعات عضلية كبيرة وحركات واضحة، مثل:

1-الوثب أثناء الصد

2-الجري للتغطية

3-القفز للضرب الساحق

4-التحرك في ميدان اللعب

## 4-2- المهارات الدقيقة:

وهي المهارات التي تتطلب تحكماً عالياً في العضلات الصغيرة والدقة في الحركة، مثل:

1-الإعداد القصير

2-تمرير الكرة بدقة في أماكن محددة

3-توجيه الإرسال نحو نقطة ضعف الخصم

## 3- مفهوم المهارة والمهارة الحركية الرياضية

عرف شلش وصبحي عن "ماجيل Magil المهارة على أنها عمل أو وظيفة لها هدف أو غرض يستوجب الوصول إليه، ويتطلب حركة طوعية للجسم أو أحد أعضائه لكي يؤدي الحركة أداءً سليماً<sup>1</sup>

وقد عرفها "سنجر" singer<sup>2</sup> بالمعادلة الآتية:

$$\text{المهارة} = \text{السرعة} \times \text{الدقة} \times \text{الشكل} \times \text{الملائمة}$$

كما تعرف المهارة الحركية الرياضية بأنها : ثبات الحركة وآليتها واستعمالها في وضعيات مختلفة وبشكل ناجح<sup>3</sup>.

<sup>1</sup> - نجاح مهدي شلش وأكرم مهدي صبحي التعلم الحركي، دار الكتاب للتعلم والنشر، الموصل، سنة 1989، ص24.

<sup>2</sup> - robert.n et singer. Motor leaminge and human performance. macmillan company. London.

année1980. P213.

<sup>3</sup> - وجيه محجوب: علم التطور الحركي منذ الولادة وحتى الشيخوخة، ط1، مطبعة جامعة الموصل، الموصل، سنة 1989 ص

والمهارة الحركية الرياضية تعتمد على التوافق الحركي والتوافق بحسن، وينظم ويرتب المجموعات العضلية بما ينسجم والإقتصاد بالجهد وسهولة الأداء دون بذل مجهود وهي جوهر الأداء، وهي اصطلاح يعني نوع الحركة<sup>1</sup>

### 3-1- أهمية المهارات الحركية:

إن اكتساب المهارات الحركية له منافع وفوائد ذات أبعاد كثيرة منها على سبيل المثال:

- المهارات الرياضية تتيح فرصة الإستمتاع بأوقات الفراغ ومناشط الترويح.
- المهارة الحركية تنمي مفهوم الذات وتكسب الثقة بالنفس.
- المهارة الحركية توفر طاقة العمل وتساعد على اكتساب اللياقة البدنية.
- المهارة الحركية أصبحت مطلب للعمالة الماهرة في الصناعة وفي زيادة الإنتاج.
- المهارة الحركية تساعد على الجو الاجتماعي والوضع الاجتماعي المتميز.
- المهارة الحركية تمكن الفرد من الدفاع عن النفس وزيادة فرص الأمان<sup>2</sup>

### 3-2- العوامل التي تحدد المهارة :

هناك مجموعة من العوامل الأساسية التي تؤثر بشكل مباشر في تحديد وإتقان المهارة الحركية لدى الرياضي، ومن أهم هذه العوامل:

<sup>1</sup> - وجيه محجوب: علم التطور الحركي منذ الولادة وحتى الشيخوخة، ط1، مطبعة جامعة الموصل، الموصل، سنة 1989 ص 24

<sup>2</sup> - علاق مناد وطهراوي حمزة: الألعاب الشبه رياضية وأهميتها في تطوير المهارات الحركية لدى تلاميذ الطور الثانوي، مذكرة ليسانس جامعة الجزائر سنة 2008-2009، ص 40

**وزن الجسم:** يُعتبر الوزن الزائد من العوامل السلبية التي تُعيق الأداء المهاري السليم، لأنه يفرض على الفرد بذل مجهود عضلي أكبر لتنفيذ نفس الحركة التي قد يؤديها شخص بوزن أقل بكفاءة أعلى.

**طول الجسم:** الأشخاص ذوو القامة الطويلة يكون عندهم مركز الثقل أعلى، وهذا يجعل الحفاظ على التوازن خلال الحركات، خاصة تلك التي تتطلب تغيير الاتجاه أو السرعة، أكثر صعوبة. لذلك يحتاج الشخص الطويل إلى نشاط عضلي أكبر واتزان عضلي أدق مقارنةً بالأشخاص الأقصر قامة.

**التوقيت:** تنفيذ المهارات بدقة يتطلب تنسيقاً زمنياً بين انقباضات وانبساطات العضلات. نجاح الحركة مرتبط ارتباطاً وثيقاً بأن تؤدي كل عضلة دورها في اللحظة المناسبة، وإلا فإن الأداء يصبح غير متناسق أو غير فعال.

**دقة الحركة:** الدقة عنصر أساسي في أداء المهارات، وتشمل مجموعة من القدرات مثل التوازن، الإحساس الحركي، زمن الاستجابة، سرعة الحركة، التحكم، والإتقان العام للحركة.

**التوتر العضلي:** يعتبر التوتر العضلي من العوامل التي تؤثر على نوعية الأداء؛ فالتوتر الزائد قد يؤدي إلى استهلاك طاقة أكثر من اللازم، ويؤثر على مرونة الحركة، كما قد يسرع من ظهور التعب البدني لدى الرياضي.<sup>1</sup>

### 3-3 - تقسيم المهارات الحركية في المجال الرياضي

#### 1-3-3 - المهارات الأساسية:

إن المهارات الأساسية هي الحركات الأولية أو الأولية التي تُكتسب في المراحل الأولى من النمو الحركي، مثل المشي، الجري، القفز، الرمي، والدفع. وهي تشكل الأساس لأي تطور لاحق في

<sup>1</sup> فؤاد موسى، المهارات الخاصة بالألعاب الجماعية، دار الفجر، القاهرة، 2018 ص64-ص67

المهارات الأكثر تعقيدًا. بدون هذه المهارات، لا يمكن للرياضي تعلم المهارات التخصصية في الرياضات المختلفة.

### 3-3-2 - المهارات الرياضية:

وهي المهارات المعقدة أو المتقدمة التي تُكتسب لاحقًا، بعد إتقان المهارات الأساسية، وتكون مرتبطة ارتباطًا وثيقًا بنوع الرياضة. مثل الضرب الساحق في الكرة الطائرة، أو التسديد في كرة القدم، أو التهديف في كرة السلة. يتطلب إتقانها تدريبًا مستمرًا وممارسة مكثفة لتصبح تلقائية ودقيقة.<sup>1</sup>

### 3-4 - تصنيف المهارات الحركية الرياضية

حاول بعض العلماء تقديم بعض النظم والمحكمات التي يمكن استخدامها في تصنيف المهارات الحركية في الألعاب وتكمن أهمية هذه النظم في الآتي:<sup>2</sup>

تزوّدنا نظم التصنيف المختلفة لمعرفة الوسائل والأسس التي يمكن استخدامها في وضع هذا الكم المتعدد والمتنوع من المهارات الحركية في فئات متشابهة، تحدد لنا العناصر المشتركة في كل فئة من فئات التصنيف المختلفة مما يزيد من فهمنا لطبيعة المهارات الحركية المختلفة.

- يفيدنا التعرف على نظم التصنيف المختلفة في توجيه الأبعاد العلمية في المجال الرياضي نحو دراسة طبيعة العناصر المشتركة في كل فئة من فئات التصنيف كل على حدة.

- تصنيف المهارات الحركية في الألعاب مجموعات أو فئات، قد يفيد على اختيار الأنشطة المناسبة للمناهج الدراسي وفقا لمتغيرات السن والجنس، وقد يساعد المدرس والمدرّب على اختيار طرق التدريس والتدريب لتدريس تنس الطاولة لكنها لا تصلح لتدريس السباحة.

<sup>1</sup> محمد سامي الكيلاني، التربية البدنية والتكتيك الرياضي، دار المناهج، الأردن، 2011، ص. 88-90.

<sup>2</sup> خالد النوري، علم التدريب الرياضي الحديث، دار الفكر العربي، 2019، ص. 142-149.

وقد أسفرت جهود العلماء في هذا الخصوص في تحديد أربعة معايير رئيسية لتصنيف المهارات الحركية في الرياضات، وهذه المعايير كانت كالآتي:

- التصنيف على حسب التوافق البدني.
- التصنيف على حسب النشاط.
- التصنيف على حسب الترابط .
- التصنيف على حسب متطلبات الأداء .

### 3-4-1- التصنيف على حسب التوافق البدني:

تصنف المهارات الحركية بناءً على مدى التوافق العصبي العضلي المطلوب لتنفيذ المهارة إلى: مهارات بسيطة التوافق:

هذه المهارات لا تتطلب تنسيقًا معقدًا بين العضلات والأعصاب، وعادةً ما تكون سهلة التنفيذ. مثال على هذه المهارات هو المشي أو الجري البطيء، حيث يمكن تنفيذ الحركة بشكل طبيعي دون الحاجة إلى تنسيق دقيق بين أجزاء الجسم المختلفة. تتصف هذه المهارات بالبساطة ولا تحتاج إلى الكثير من التدريب على التوافق العصبي.

### مهارات معقدة التوافق:

على العكس، هذه المهارات تحتاج إلى درجة عالية من التنسيق بين العضلات والأعصاب. مثلاً، في كرة الطائرة، أداء ضرب الكرة الساحق أو الضرب الطائر يتطلب توقيتًا دقيقًا للغاية وتناغمًا كبيرًا بين أعضاء الجسم المختلفة. تحتاج هذه المهارات إلى استجابة فورية وحركية لحظية، مع القدرة على التنسيق بين حركات اليدين والذراعين والقدمين.

**2-4-3 التصنيف على حسب النشاط:****مهارات ديناميكية:**

هذه المهارات تشمل الحركات المستمرة والنشاط البدني الذي يتطلب من اللاعب الحفاظ على حركة مستمرة وديناميكية في مختلف مراحل الأداء. من أمثلة هذه المهارات في كرة الطائرة: التحرك بسرعة للقيام بضرب الكرة أو الجري نحو الكرة في محاولة للاستلام أو الإعداد. يُظهر اللاعب في هذه المهارات تفاعلاً مع البيئة المتغيرة التي تحيط به، مثل تحركات الخصم أو الكرة.

**مهارات ثابتة:**

على عكس المهارات الديناميكية، تتطلب هذه المهارات ثباتاً في الوضعية أو الحركة، حيث يُتوقع من اللاعب البقاء في مكانه أو في وضع ثابت أثناء تنفيذ المهارة. في كرة الطائرة، يمكن أن نذكر هنا الاستعداد للإرسال أو التمرير من وضع ثابت. هذه المهارات عادةً ما تُنفذ في بيئة أقل متغيرات، وتكون أكثر تحكماً وثباتاً من المهارات الديناميكية.

**3-4-3- التصنيف على حسب الترابط:**

يتم تصنيف المهارات بناءً على كيفية تجميع الحركات والمهام المختلفة التي تتطلبها المهارة:

**مهارات مفككة:**

هذه المهارات تتكون من أجزاء يمكن فصلها وتدريبها بشكل مستقل عن بعضها البعض. على سبيل المثال، في كرة الطائرة، خطوات الاقتراب قبل الضرب الساحق تعتبر مهارة مفككة لأنها تتضمن عدة حركات يمكن تعلمها تدريجياً وتدريبها بشكل منفصل (مثل تحريك القدمين والتوازن أثناء الجري).

**مهارات مترابطة:**

هذه المهارات لا يمكن فصلها بسهولة، حيث يجب تعلمها كوحدة واحدة متكاملة. مثال على ذلك هو استقبال الإرسال ثم تمريره في لحظة واحدة؛ هذه المهارات لا تُنفَّذ بشكل مفكك بل تتم في سلسلة مترابطة تحتاج إلى تنسيق دقيق في نفس الوقت، بحيث أن كل حركة تسبق وتكمل الحركة التالية بدون انقطاع أو تداخل.

**3-4-4 التصنيف على حسب متطلبات الأداء:**

يعتمد هذا التصنيف على طبيعة البيئة المحيطة باللاعب أثناء تنفيذ المهارة، وتحتاج إلى تفاعل مع البيئة بشكل محدد:

**- مهارات مفتوحة:**

المهارات المفتوحة تتم في بيئة متغيرة وغير متوقعة، حيث يتعين على اللاعب أن يتفاعل مع التغيرات بسرعة وفي اللحظة المناسبة. في كرة الطائرة، مثلاً، استقبال الكرة من الخصم يتطلب رد فعل سريع جداً، حيث لا يمكن توقع الاتجاه الذي ستذهب إليه الكرة بالضبط، وهذا يتطلب استجابة لحظية وسرعة في التحليل والتكيف.

**- مهارات مغلقة:**

على عكس المهارات المفتوحة، تؤدي المهارات المغلقة في بيئة ثابتة نسبياً يمكن التحكم فيها، مثل أداء الإرسال في كرة الطائرة بدون وجود مدافع أمامك. في هذه الحالة، يعرف اللاعب الظروف التي سيقف فيها المهارة، ويمكنه التركيز على الدقة والتحكم في الأداء، مما يجعلها أسهل للتدريب والتكرار.

### 3-5-5- خطوات تعلم المهارات:

تم التطرق إلى خطوات تعلم المهارات كجزء أساسي من عملية التدريب الرياضي. تتضمن هذه الخطوات مراحل متتابعة تهدف إلى تمكين اللاعب من إتقان المهارات الحركية بشكل تدريجي وفعال

### 3-5-1 - الشرح:

في هذه المرحلة، يقوم المدرب بشرح المهارة المستهدفة بشكل مفصل، موضحًا كيفية تنفيذها بشكل صحيح. يشمل الشرح توضيح الأوضاع الجسمانية المناسبة، التوقيت، والتنسيق بين الحركات المختلفة.

### 3-5-2- تقديم النموذج:

بعد الشرح، يتم عرض نموذج عملي للمهارة، سواء من خلال المدرب نفسه أو لاعب آخر متمرس. يهدف النموذج إلى تقديم مثال حي للاعبين حول كيفية تنفيذ المهارة بشكل سليم

### 3-5-3 الأداء الأولي:

في هذه المرحلة، يبدأ اللاعبون بتطبيق المهارة بأنفسهم. قد يكون الأداء مليئًا بالأخطاء في البداية، ولكن هذه الأخطاء تعتبر جزءًا من عملية التعلم.

### 3-5-4 الأداء الجيد:

مع التكرار والممارسة، يبدأ اللاعبون في تحسين أدائهم. يصبح التنفيذ أكثر دقة وسلاسة، مع تقليل الأخطاء

### 3-5-5- الأداء المتميز:

في هذه المرحلة المتقدمة، يصل اللاعب إلى مستوى عالٍ من الإتقان. يتم تنفيذ المهارة بدقة وفعالية، ويصبح اللاعب قادرًا على تطبيقها في مواقف متنوعة خلال المباريات.

تعتبر هذه الخطوات أساسية في عملية التدريب الرياضي، حيث تساهم في تطوير مهارات اللاعبين بشكل تدريجي ومنهجي

### 3-6- طرق تعلم المهارات:

تُعدّ طرق تعلم المهارات من أهم مراحل بناء اللاعب، ويُحدد اختيار الطريقة المناسبة بناءً على طبيعة المهارة ومستوى المتعلم:<sup>1</sup>

- الطريقة الجزئية.
- الطريقة الكلية.

### 3-6-1 - الطريقة الجزئية:

تعتمد هذه الطريقة على تقسيم المهارة إلى أجزاء صغيرة يتم تعلم كل جزء منها بشكل منفصل، ثم يتم الربط بينها لاحقاً حتى يتمكن المتعلم من أداء المهارة الكاملة.

يُفضّل استخدامها مع المهارات المعقدة أو التي يصعب تنفيذها دفعة واحدة، خاصة للمبتدئين.

إن الطريقة الجزئية تسمح للمتعلم بفهم كل جزء من المهارة على حدة، وتُقلّل من نسبة الخطأ أثناء التعلم، لكنها قد تؤثر على الانسيابية والتناسق عند تجميع الأجزاء في نهاية الأمر

<sup>1</sup> طارق حسن، أساسيات الكرة الطائرة، دار الفكر العربي، القاهرة، 2004 ص 85-ص 86.

**3-6-2- الطريقة الكلية**

في هذه الطريقة، تُقدّم المهارة كاملة للمتعلّم منذ البداية، ويتم التدريب عليها بشكل شامل دون تقسيم. تناسب المهارات البسيطة أو التي تعتمد على الانسياب الحركي مثل الإرسال أو الضرب الساحق في مراحل متقدمة.

إن الطريقة الكلية تُساعد على ترسيخ النمط الحركي العام للمهارة، وتُكسب اللاعب الإحساس الكامل بالإيقاع، لكنها قد تكون صعبة للمبتدئين أو في حال كانت المهارة معقدة



# الباب الثاني الجانب التطبيقي

الفصل الأول  
الدراسة الاستطلاعية  
ومنهجية البحث والإجراءات الميدانية

## تمهيد

تُعد المنهجية العلمية ركيزة أساسية في البحوث الأكاديمية، إذ تُحدد من خلالها الأساليب والإجراءات التي يعتمدها الباحث في جمع البيانات وتحليلها. وتعتمد فعالية البحث على مدى ملاءمة المنهج لطبيعة المشكلة المدروسة، ودقة تنظيم الخطوات الميدانية بما يضمن تقليل الأخطاء واستثمار الوقت والجهد. ومن هنا تبرز أهمية اختيار المنهج المناسب، وتحديد العينة بدقة، واعتماد الأدوات التي تتوافق مع أهداف البحث وطبيعته.

## 1- المنهج المتبع:

تختلف مناهج البحث العلمي باختلاف طبيعة المشكلة وأهداف الدراسة، إذ يُعرّف المنهج بأنه مجموعة من الخطوات والإجراءات المنظمة التي يعتمد عليها الباحث بهدف الوصول إلى نتائج علمية تحقق أهداف البحث.

يعرفه عمار بوحوش على أنه "طريقة لوصف الظاهرة المدروسة"، ولتصويرها كميًا وهذا عن طريق جمع المعلومات المقننة من المشكلة ومن ثمة القيام بتصنيفها وتحليل إخضاعها للدراسة العميقة. (بوحوش، 1995، صفحة 45)

أما رابح تركي فيعرفه على أنه "عبارة عن استقصاء ينصب في ظاهره من الظواهر كما هي قائمة في الحاضر قصد تشخيصها و كشف جوانبها و تحديد العلاقة بين عناصرها". (تركي، 1984، صفحة 15)

ففي مجال البحث العلمي يعتمد اختيار المنهج السليم والصحيح، لكل مشكلة بحث بالأساس على طبيعة المشكلة ومن هذا المنطق فموضوع بحثنا يتمثل في دراسة والذي اعتمدنا فيه على المنهج الوصفي بالأسلوب المقارن.

حيث يؤكد محمد شفيق أن استخدامنا للمنهج الوصفي يتطلب أداة و طريقة تصف الظاهرة المدروسة وتصويرها كميًا عن طريق جمع المعلومات المتقنة عن المشكلة وتصنيفها وتحليلها وإخضاعها للدراسة الدقيقة. (شفيق، 1985، صفحة 55)

فالمنهج الوصفي هو: " طريقة من طرق التحليل والتفسير بشكل علمي منظم من أجل الوصول إلى أعراض محددة لوضعية اجتماعية أو مشكلة اجتماعية أو سكان معينين. (ذنيات، 1995، صفحة 51)

## 2- الدراسة الاستطلاعية:

من اعتبار ان الدراسة الاستطلاعية هي بمثابة الأساس الجوهري لبناء البحث كله، وهي خطوة أساسية ومهمة في البحث العلمي، إذ من خلالها يمكن للباحث تجربة وسائل بحثه للتأكد من سلامتها ودقتها ووضوحها. (بركان، 1995، صفحة 54)

يؤكد طاقم البحث الحالي ان دراستهم الاستطلاعية استند الى مراجعة ادبية دونت في الجانب النظري لهذه المدكرة في حين ان جانبها التطبيقي اسند فيه على الدراسات السابقة سواء في:

- معرفة حجم المجتمع الأصلي ومميزاته وخصائصه.
- التأكد من صلاحية أداة البحث(الاستبيان)وذلك من خلال التعرض للجوانب التالية:
- وضوح البنود وملائمتها لمستوى العينة وخصائصها.
- التأكد من وضوح التعليمات.
- سهولة ووضوح الأسئلة
- المعرفة المسبقة لظروف إجراء الدراسة الميدانية الأساسية، وبالتالي تقادي الصعوبات والعراقيل التي من شأنها أن تواجهها.

ولهذا الغرض قمنا بتوزيع الاستمارة على عينة قوامها 35 طالب من معهد التربية البدنية و الرياضية مستغانم.

### 3- أدوات البحث:

#### 3-1- جمع المعلومات وكيفية تطبيقها:

إن توفر المعلومات الكافية والبيانات المرتبطة بموضوع الدراسة قد ساعدنا بشكل كبير على الإلمام بمختلف الجوانب الأساسية للبحث، حيث ساهم ذلك في بناء تصور شامل ومتكامل حول المشكلة المدروسة. وقد جاء هذا بعد الانتهاء من تحديد العينة المستهدفة، التي تُعد خطوة محورية في ضبط منهجية البحث.

تجدر الإشارة إلى أن طريقة جمع البيانات ومعالجتها تختلف باختلاف طبيعة الموضوع ومجال الدراسة، الأمر الذي استدعى منا اختيار الأساليب والطرق الملائمة لطبيعة بحثنا. وفي هذا الإطار، قمنا بتوظيف مجموعة من المنهجيات والإجراءات تمثلت في: (يُستحسن هنا ذكر الطرق أو الأدوات المستخدمة مثل: الاستبيان، المقابلة، الملاحظة، الاختبارات، التحليل الإحصائي...).

#### • طريقة الاستبيان:

يعرف محمد حسن علاوي أن الاستبيان هو أداة من أدوات الحصول على الحقائق والبيانات والمعلومات فتم جمع هذه البيانات عن طريق الاستبيان من خلال وضع استمارة الأسئلة ومن بين وسائل هذه الطريقة أنها اقتصاد في الجهة والوقت كما أنها تساهم الحصول على عينات من البيانات في أقل وقت بتوفير شروط التقنين من صدق وثبات وموضوعية. (كامل، 1999)

تُعد الاستبيانات من الوسائل الشائعة والمستخدمة بكثرة في البحوث العلمية لجمع المعلومات.

فهي تتيح الحصول على البيانات مباشرة من المصدر الأصلي من خلال مجموعة من الأسئلة التي تُصمم على أنواع مختلفة (مغلقة، نصف مغلقة، مفتوحة).

يقوم الباحث بتوزيع الاستبيان على العينة المستهدفة كخطوة أولية، ثم يجمع البيانات ويقوم بدراستها وتحليلها لاستنتاج النتائج المطلوبة. وقد تم اختيار الاستبيان في هذه الدراسة نظرًا لفعاليتها في جمع البيانات وتحليلها بسهولة وبتكاليف منخفضة.

وقد تم تقسيم الاستبيان الى محورين.

#### 4-مجتمع البحث:

من الناحية الاصطلاحية: "هو تلك المجموعة الأصلية التي تأخذ من العينة وقد تكون هذه المجموعة: مدارس، فرق، تلاميذ، سكان، أو أي وحدات أخرى". (رضوان، 2000، صفحة

(79)

يتكون مجتمع البحث في دراستنا من طلبة من معهد التربية البدنية و الرياضية مستغانم .

#### 5-عينة البحث:

"العينة هي جزء من مجتمع الدراسة الذي تجمع منه البيانات الميدانية وهي تعتبر جزءا من الكل بمعنى أنه تؤخذ مجموعة من أفراد المجتمع على أن تكون ممثلة لمجتمع البحث، وهي النموذج الأول الذي يعتمد عليه الباحث لإنجاز العمل الميداني وبالنسبة لعلم النفس وعلوم التربية البدنية والرياضية تكون هي "أشخاص" والعينة هي المجموعة الفرعية من عناصر

مجتمع بحث معين وفي بحثنا شملت جزءا من مجتمع الدراسة، وحرصا منا على الوصول إلى نتائج أكثر دقة وموضوعية ومطابقة للواقع، قمنا باختيار عينة بحثنا بطريقة عشوائية.

وقد كانت العينة متواجدة في ولاية مستغانم

#### 6-مجالات البحث:

#### 6-1-المجال المكاني:

تم توزيع الاستبيان على عناصر العينة طلبة من معهد التربية البدنية و الرياضية مستغانم في ولاية مستغانم.

#### 6-2-المجال الزمني:

لقد انطلق العمل على هذا البحث مع بداية شهر فيفري من سنة 2025، حيث تم التركيز في المرحلة الأولى على الجانب النظري من الدراسة، وذلك من خلال جمع المعلومات والبيانات المرجعية ذات الصلة بموضوع البحث، وتحليلها بشكل منهجي لبناء الإطار النظري المناسب. أما فيما يتعلق بالجانب التطبيقي، فقد تم إنجازه لاحقاً، حيث اكتملت جميع الإجراءات الميدانية والتطبيقية المتعلقة بالدراسة خلال شهر أفريل من نفس السنة، مما سمح بالانتقال إلى مرحلة تحليل النتائج ومناقشتها في ضوء الأهداف المحددة.

#### 7-الطريقة الإحصائية:

ولكي نتمكن من تحليل نتائج الاستمارة والتعليق عليها بشكل واضح ومنهجي، اعتمدنا على أسلوب التحليل الإحصائي كوسيلة أساسية لتفسير البيانات. حيث قمنا بتحويل الإجابات المستخرجة من

الاستمارة إلى بيانات رقمية قابلة للمعالجة الإحصائية، مما أتاح لنا تقديم النتائج بصورة دقيقة ومنظمة تُسهّم في تسهيل فهمها واستخلاص الاستنتاجات منها.

• وقد تمثلت الأدوات والوسائل الإحصائية المعتمدة في هذا التحليل في ما يلي:

• المتوسط الحسابي،

• الانحراف المعياري.

8-شروط قياس الأداة العلمية:

8-1-الصدق:

من أجل التحقق من الصدق الذاتي للاستبيان المعتمد في دراستنا، قمنا باحتساب الجذر التربيعي لمعامل الثبات، باعتباره أحد الأساليب الإحصائية المعتمدة لتقدير مستوى الصدق الذاتي للأداة. ويُعد هذا الإجراء خطوة أساسية لضمان صلاحية الاستبيان في قياس المتغيرات المستهدفة بدقة وموضوعية.

وقد تم تطبيق هذه العملية على عينة من الدراسة الاستطلاعية، حيث تم حساب معاملات الثبات ثم استخراج الجذر التربيعي لها، بما يسمح بتقدير درجة الصدق الذاتي بطريقة كمية. وتُعرض نتائج هذه العمليات الإحصائية بالتفصيل في الجدول رقم (01)، الذي يتضمن قيم كل من معامل الثبات والجذر التربيعي له، أي الصدق الذاتي، للاستبيان المستخدم.

جدول رقم 01 يبين نتائج معاملات الثبات والصدق الذاتي للاستبيان المستخدم

الصدق الذاتي	الثبات	
0.94	0.88	المحور الأول
0.94	0.88	المحور الثاني

يوضح جدول رقم 01 نتائج معاملات الثبات والصدق الذاتي للاستبيان المستخدم في هذه الدراسة.

أظهرت نتائج معامل الثبات لكل من المحورين الأول والثاني قيمة 0.88، مما يشير إلى ثبات عالٍ للأداة، ويعكس استقرارها وقدرتها على تقديم نتائج متسقة عند إعادة التطبيق. كما أظهرت نتائج معامل الصدق الذاتي للمحورين الأول والثاني قيمة 0.94، مما يشير إلى صدق مرتفع، حيث أن الأسئلة الموجودة في الاستبيان تقيس بشكل دقيق المفهوم المستهدف دون انحراف. بناءً على هذه النتائج، يمكن استنتاج أن الاستبيان يتمتع بمستوى عالٍ من الثبات والصدق الذاتي، مما يجعله أداة موثوقة وفعالة لجمع البيانات وتحليلها في هذه الدراسة.

## خلاصة

نستخلص مما سبق أنه لا يمكن إجراء دراسة علمية دون منهج واضح، فكل دراسة علمية ناجحة ومثمرة يجب أن تعتمد على منهجية علمية محددة تتناسب مع موضوع البحث ومتطلباته. كما يجب على الباحثين اختيار أدوات البحث بعناية ودقة، مثل العينة، المتغيرات، والاستبيان، بما يتماشى مع أهداف البحث ويسهم في تحقيق نتائجه. إن العمل بالمنهجية العلمية يعد أمرًا أساسيًا في البحوث الحديثة، حيث يساعد في توفير الوقت والوصول إلى نتائج دقيقة وموثوقة. علاوة على ذلك، من الضروري أن تكون المنهجية والأدوات المستخدمة في البحث واضحة وخالية من أي غموض أو تناقضات لضمان مصداقية النتائج.

# الفصل الثاني

## عرض وتحليل النتائج

## تمهيد:

تعتبر الدراسة الميدانية تكملة للجانب النظري فمحاولة إثبات الدراسة النظرية بالدراسة الميدانية من أهم مساعي البحث العلمي لملئ الفجوة ما بين النظرية والواقع وتتجسد هذه المرحلة من خلال وسائل بحث وجمع بيانات محددة، طبقاً لمنهج معين وبطريقة تحليل وتفسير واضحة للمعطيات التي يتم جمعها على أرض الميدان، بهدف التوصل إلى نتائج ذات قيمة علمية وعملية تعكس وتفسر الحالة التي هي عليها مفردات البحث والواقع الملموس.

### 1- نتائج الدراسة الميدانية و مقترحاتها

#### ❖ تفرغ وتحليل البيانات:

سوف نحاول من خلال هذا الجزء تحليل البيانات المستقاة من إجابات عينة الدراسة عن الاستبيانات التي تم توزيعها عليها.

#### ❖ تحليل البيانات الشخصية: نقوم من خلال هذا العنصر بوصف عينة الدراسة من خلال

التطرق إلى المميزات الشخصية لها من حيث الجنس والسن والمستوى التعليمي والشعبة.

#### - عرض وتحليل نتائج الدراسة الميدانية واختبار الفرضيات .

#### 📊 نتائج الدراسة الميدانية و مقترحاتها

#### ❖ تفرغ وتحليل البيانات :

سوف نحاول من خلال هذا الجزء تحليل البيانات المستقاة من إجابات عينة الدراسة عن الاستبيانات التي تم توزيعها عليها .

❖ تحليل البيانات الشخصية : نقوم من خلال هذا العنصر بوصف عينة الدراسة من خلال التطرق إلى المميزات الشخصية لها من حيث الجنس والسن والمستوى التعليمي.

### البيانات الشخصية

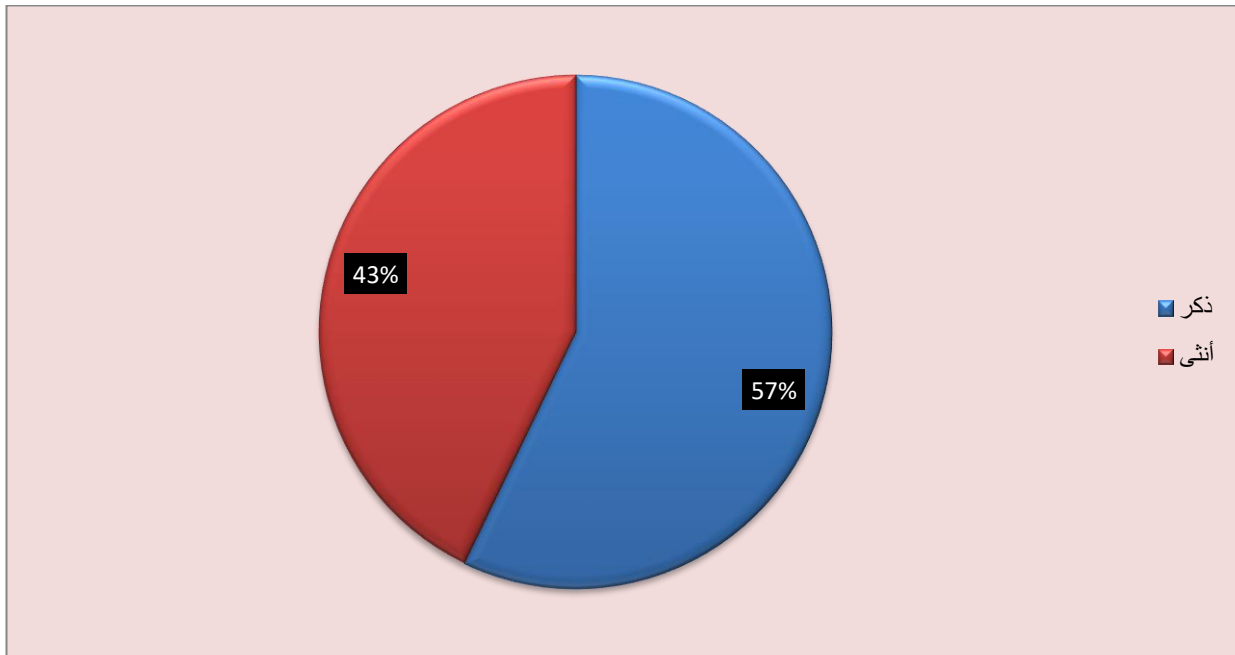
نقوم من خلال هذا العنصر بوصف عينة الدراسة من خلال التطرق إلى المميزات الشخصية لها من حيث الجنس، التخصص والمستوى التعليمي.

#### (1) توزيع المبحوثين حسب متغير الجنس:

الجدول رقم (02): يوضح توزيع المبحوثين على أساس متغير الجنس.

الاحتمالات	التكرار	النسب %
ذكر	20	57,1
أ	15	42,9
المجموع	35	100%

المصدر: إعداد الطالبة بالاعتماد على برنامج SPSS



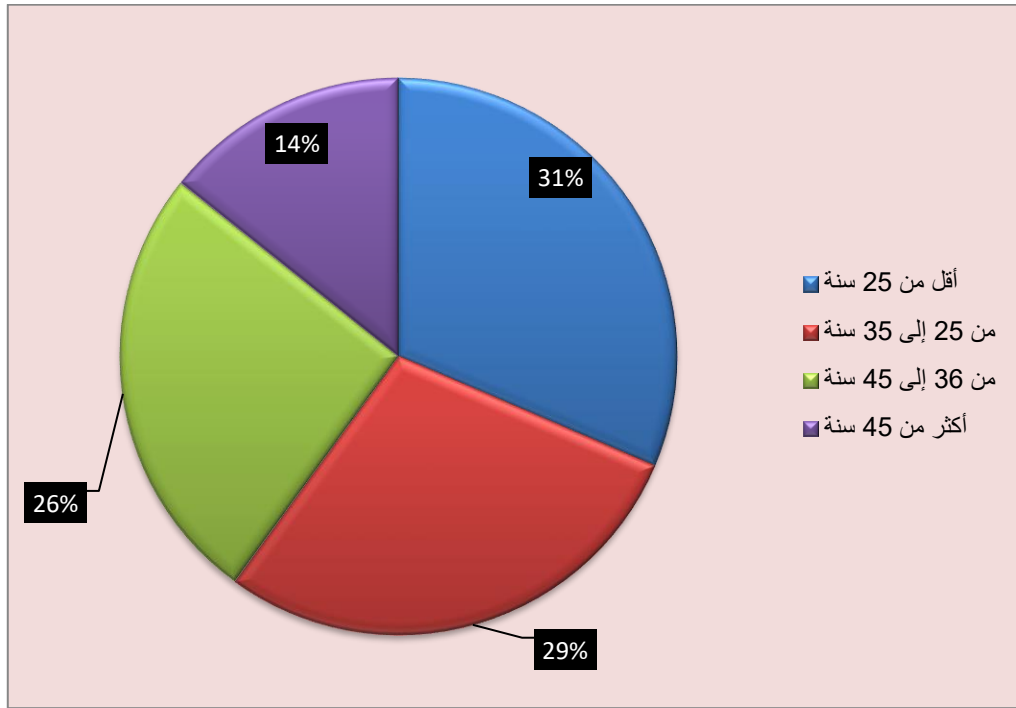
الشكل رقم (01): يوضح توزيع المبحوثين على أساس متغير الجنس

- توزيع المبحوثين حسب متغير السن:

الجدول رقم (03): يوضح توزيع المبحوثين على أساس متغير السن

الاحتمالات	التكرار	النسب %
أقل من 25 سنة	11	31,4
من 25 إلى 35 سنة	10	28,6
من 36 إلى 45 سنة	9	25,7
أكثر من 45 سنة	5	14,3
المجموع	35	100,0

المصدر: إعداد الطالبة بالاعتماد على برنامج SPSS



الشكل رقم (02): يوضح المبحوثين حسب السن

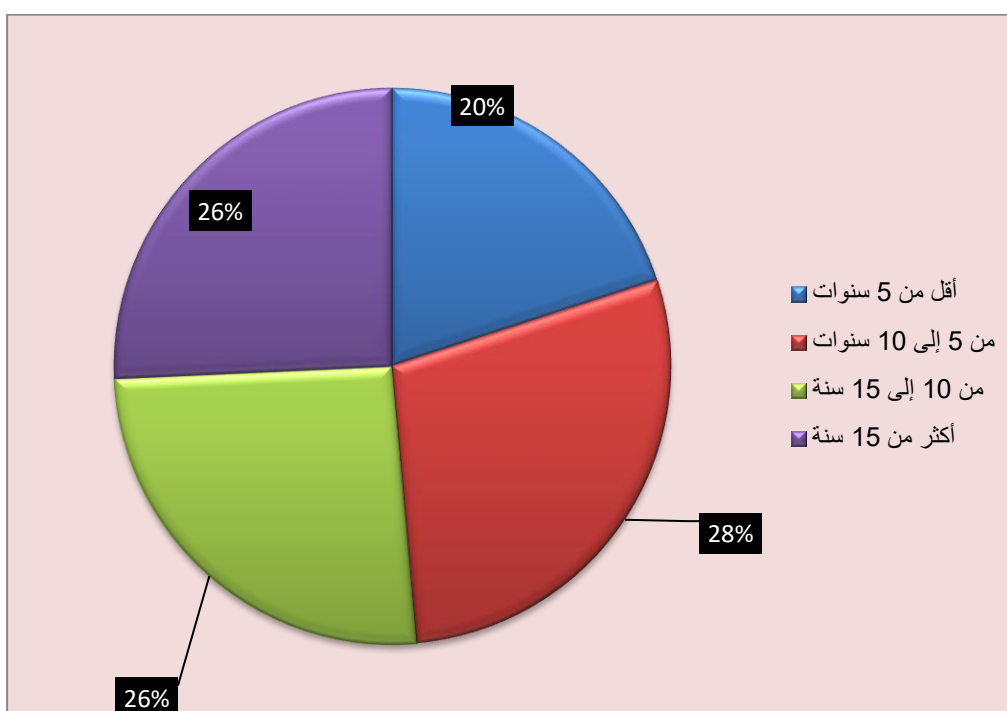
يتبين من الجدول أن السن "أقل من 25 سنة" تمثل النسبة الأعلى بـ 31.4%، تليها فئة "من 25 إلى 35 سنة" بنسبة 28.6%، ثم فئة "من 36 إلى 45 سنة" بنسبة 25.7%، وأخيراً فئة "أكثر من 45 سنة" بنسبة 14.3%. هذا التوزيع يعكس مشاركة متنوعة من مختلف السن، ما يضفي بعداً زمنياً على تقييم تطور أساليب اللعب من وجهات نظر متعددة الخبرة والعمر.

## 2- توزيع المبحوثين حسب متغير سنوات الخبرة في كرة الطائرة:

الجدول رقم (03): يوضح توزيع المبحوثين على أساس متغير سنوات الخبرة في كرة الطائرة

الاحتمالات	التكرار	النسب %
أقل من 5 سنوات	7	20
من 5 إلى 10 سنوات	10	28,6
من 10 إلى 15 سنة	9	25,7
أكثر من 15 سنة	9	25,7
المجموع	35	100,0

المصدر: إعداد الطالبة بالاعتماد على برنامج SPSS



الشكل رقم (02): يوضح المبحوثين حسب المؤهل العلمي

يتبين من الجدول أن الفئة العمرية "أقل من 25 سنة" تمثل النسبة الأعلى بـ 31.4%، تليها فئة "من 25 إلى 35 سنة" بنسبة 28.6%، ثم فئة "من 36 إلى 45 سنة" بنسبة 25.7%، وأخيراً فئة "أكثر من 45 سنة"

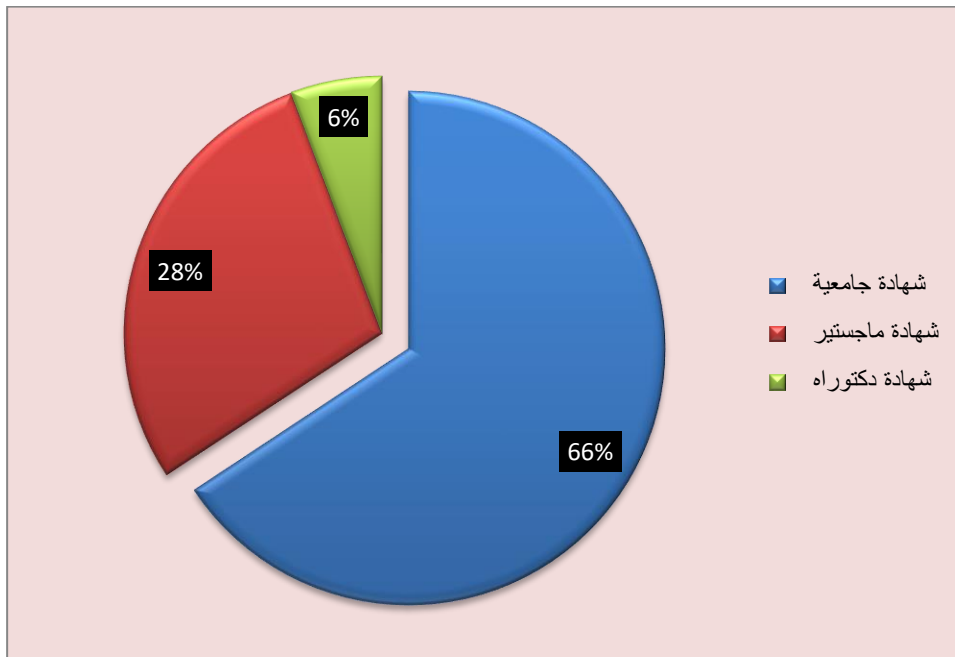
بنسبة 14.3%. هذا التوزيع يعكس مشاركة متنوعة من مختلف الفئات العمرية، ما يضيف بعدًا زمنيًا على تقييم تطور أساليب اللعب من وجهات نظر متعددة الخبرة والعمر.

### 3- توزيع المبحوثين حسب متغير سنوات الخبرة في كرة الطائرة:

الجدول رقم (03): يوضح توزيع المبحوثين على أساس متغير سنوات الخبرة في كرة الطائرة

النسب %	التكرار	الاحتمالات
65,7	23	شهادة جامعية
28,6	10	شهادة ماجستير
5,7	2	شهادة دكتوراه
100%	35	المجموع

المصدر: إعداد الطالبة بالاعتماد على برنامج SPSS



الشكل رقم (03): يوضح

يوضح هذا الجدول أن غالبية المشاركين يحملون شهادة جامعية بنسبة 65.7%، تليها شهادة الماجستير بنسبة 28.6%، ثم الدكتوراه بنسبة 5.7%. يشير هذا التوزيع إلى مستوى معرفي وأكاديمي معتبر لدى أغلب المبحوثين، مما يعزز من مصداقية آرائهم وتحليلاتهم حول تطور أساليب اللعب في كرة الطائرة.

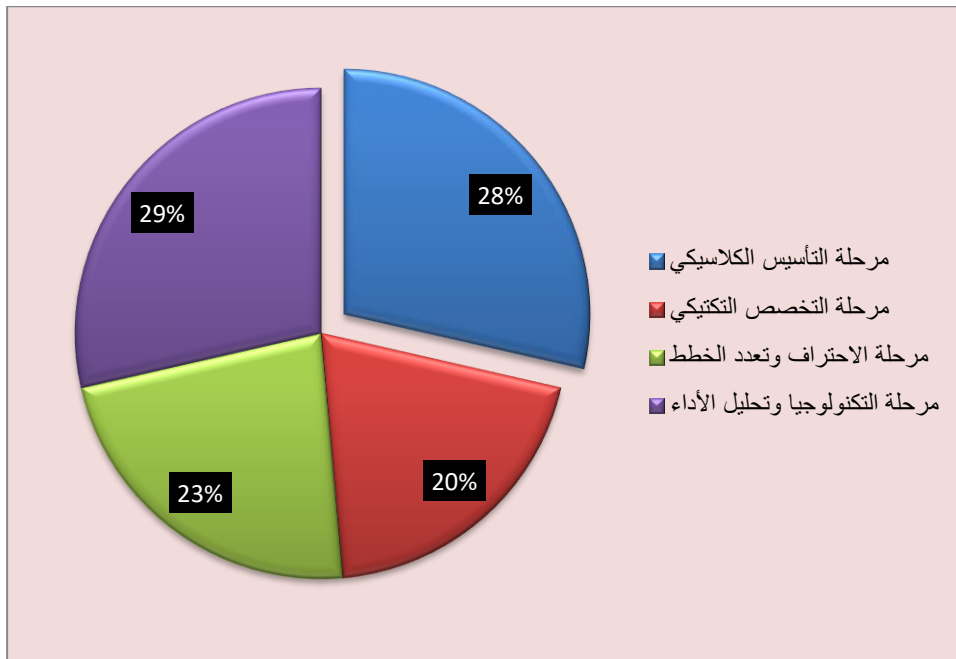
المحور الأول: التطور التاريخي لأساليب اللعب في كرة الطائرة

**السؤال 01:** حسب رأيك، ما هي أهم المراحل التاريخية التي شهدت تطوراً في أساليب اللعب في كرة الطائرة؟

**الجدول رقم (04):** يوضح مراحل تطور أساليب اللعب في كرة الطائرة

الاحتمالات	التكرار	النسب %
مرحلة التأسيس الكلاسيكي	10	28,6
مرحلة التخصص التكتيكي	7	20
مرحلة الاحتراف وتعدد الخطط	8	22,9
مرحلة التكنولوجيا وتحليل الأداء	10	28,6
المجموع	35	100%

**المصدر:** إعداد الطالبة بالاعتماد على برنامج SPSS



**الشكل رقم (03):** يوضح مراحل تطور أساليب اللعب في كرة الطائرة

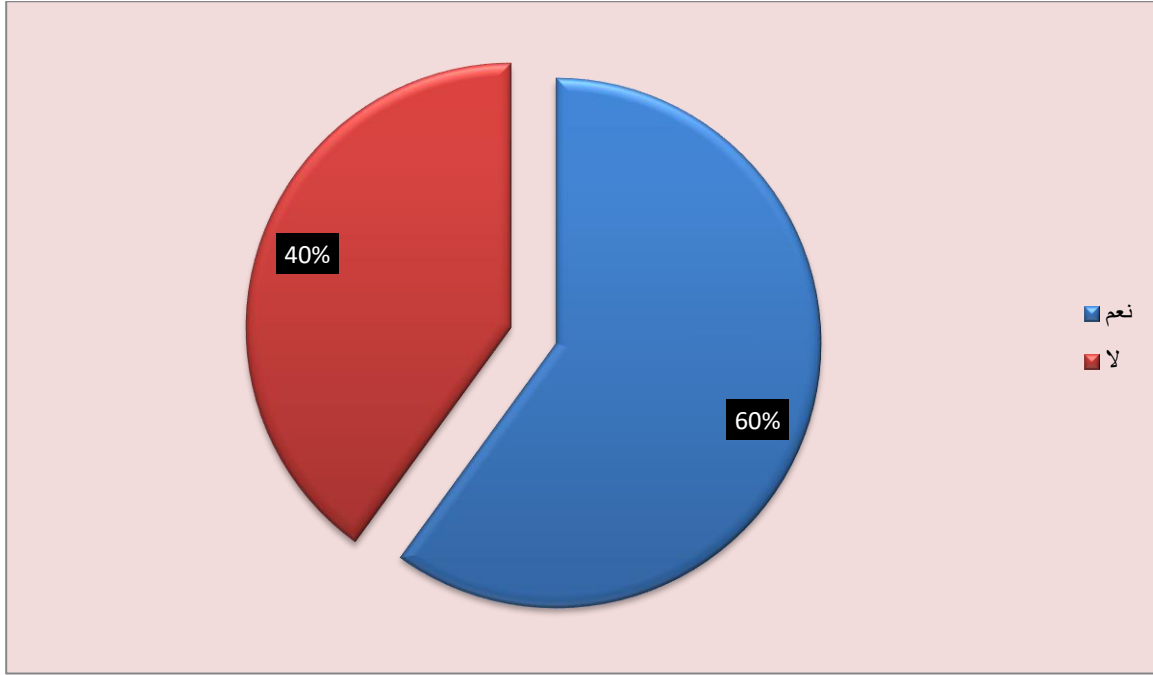
توزعت آراء المشاركين بالتساوي بين مرحلتين: "مرحلة التأسيس الكلاسيكي" و"مرحلة التكنولوجيا وتحليل الأداء" بنسبة 28.6% لكل منهما، تليها "مرحلة الاحتراف وتعدد الخطط" بنسبة 22.9%، ثم "مرحلة التخصص التكتيكي" بنسبة 20%. هذا يعكس إدراكاً متوازناً بين الجوانب التاريخية والتكنولوجية في تطور اللعبة، ويشير إلى وعي بأهمية التحول نحو التحليل والتقنيات الحديثة.

**السؤال 02:** هل ترى أن هناك اختلافاً واضحاً في أساليب اللعب بين الماضي والحاضر؟

**الجدول رقم (05):** يوضح وجود اختلاف بين أساليب اللعب في الماضي والحاضر

النسبة %	التكرار	الاحتمالات
60	21	نعم
40	14	لا
100%	35	المجموع

**المصدر:** إعداد الطالبة بالاعتماد على برنامج SPSS



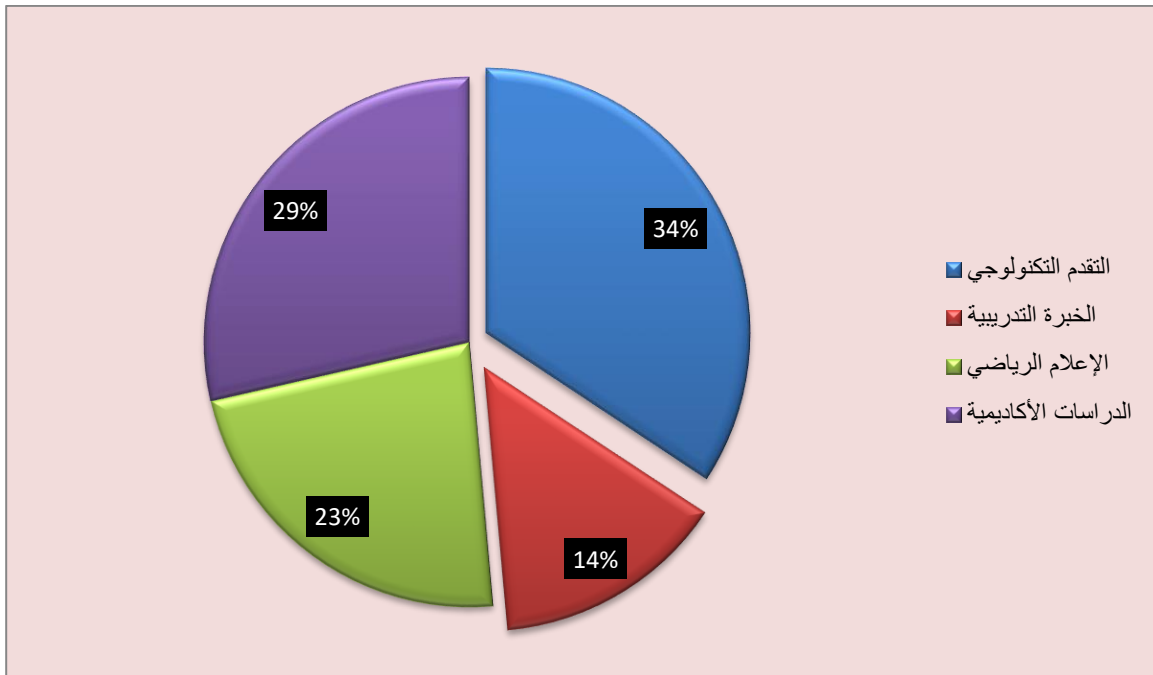
**الشكل رقم (04):** يوضح وجود اختلاف بين أساليب اللعب في الماضي والحاضر ترى الأغلبية (60%) أن هناك اختلافاً واضحاً في أساليب اللعب بين الماضي والحاضر، مقابل 40% لا يرون ذلك. تعكس هذه النتيجة وعياً عاماً بالتغيرات في الأساليب والتكتيكات، وتدعم فرضية الدراسة حول تطور أساليب اللعب مع مرور الزمن.

**السؤال 03:** ما العوامل التي ساهمت في تطور أساليب اللعب؟ (يمكن اختيار أكثر من واحدة)

**الجدول رقم (06):** يوضح العوامل المساهمة في تطور أساليب اللعب

النسب %	التكرار	الاحتمالات
34,3	12	التقدم التكنولوجي
14,2	5	الخبرة التدريبية
22,9	8	الإعلام الرياضي
28,6	10	الدراسات الأكاديمية
100%	35	المجموع

المصدر: إعداد الطالبة بالاعتماد على برنامج SPSS



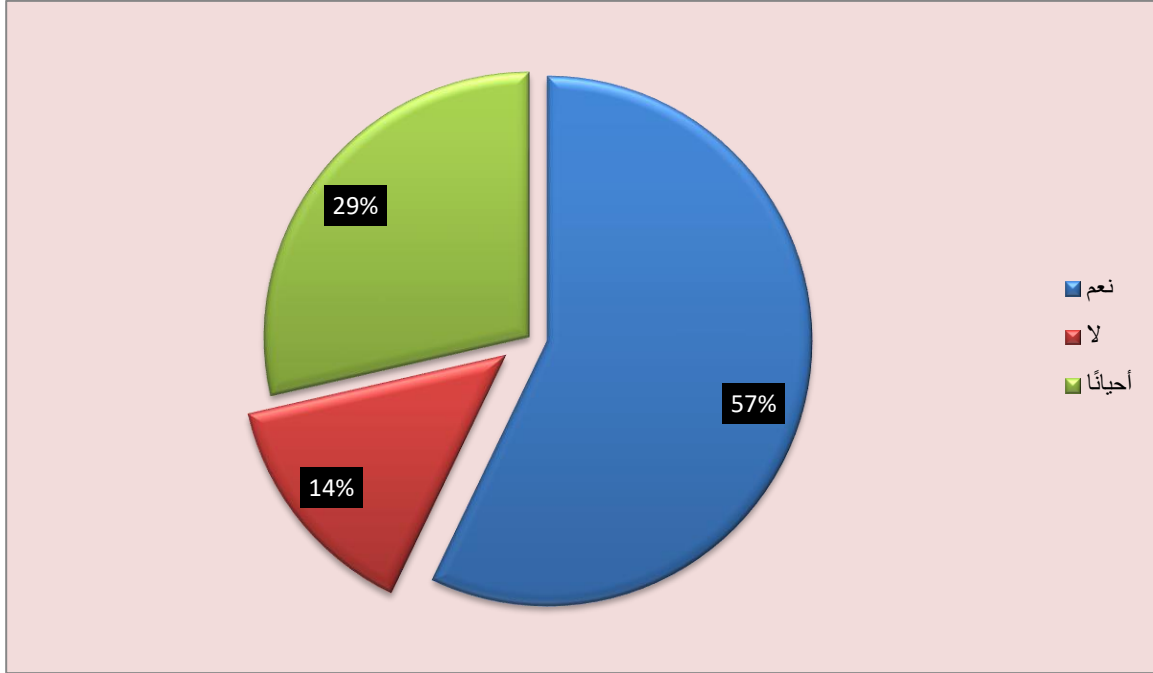
**الشكل رقم (05):** يوضح العوامل المساهمة في تطور أساليب اللعب يتصدر "التقدم التكنولوجي" قائمة العوامل بنسبة 34.3%، يليه "الدراسات الأكاديمية" بنسبة 28.6%، ثم "الإعلام الرياضي" بنسبة 22.9%، وأخيراً "الخبرة التدريبية" بنسبة 14.2%. تشير هذه النتائج إلى دور التكنولوجيا والتعليم في دفع عجلة التطوير الفني والتكتيكي في كرة الطائرة.

**السؤال 04:** هل ساهم التخصص التكتيكي في تطوير الأداء الجماعي داخل الفريق؟

**الجدول رقم (07):** يوضح أثر التخصص التكتيكي على الأداء الجماعي

النسب %	التكرار	الاحتمالات
57,1	20	نعم
14,2	5	لا
28,6	10	أحياناً
100%	35	المجموع

المصدر: إعداد الطالبة بالاعتماد على برنامج SPSS



الشكل رقم (06): يوضح أثر التخصص التكتيكي على الأداء الجماعي

يرى 57.1% من المبحوثين أن التخصص التكتيكي ساهم في تطوير الأداء الجماعي، بينما عبّر 28.6% عن أن هذا الأثر يظهر أحياناً، و14.2% فقط يرون أنه لم يكن له أثر. هذه النتائج تؤكد على أهمية التخصص في تحسين التنسيق والأداء الجماعي داخل الفريق.

المحور الثاني: التطور التكتيكي لأساليب اللعب

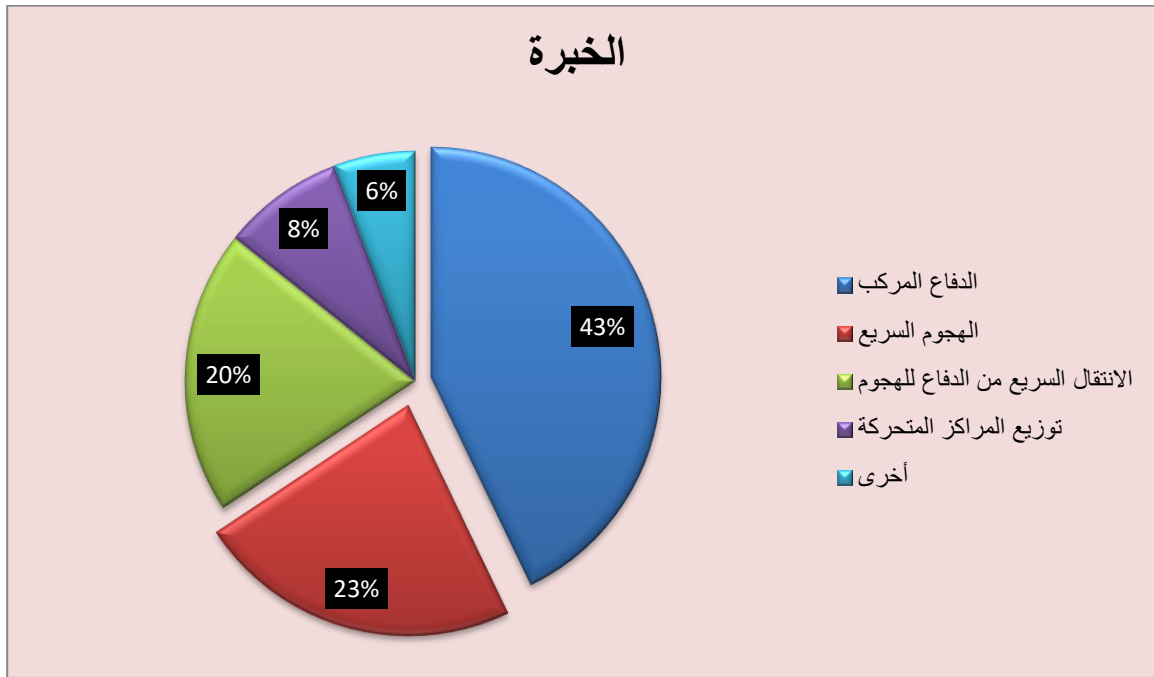
السؤال: 01 ما أكثر الخطط التكتيكية تطوراً في كرة الطائرة حالياً؟

الجدول رقم (08): يوضح الخطط التكتيكية الأكثر تطوراً

النسبة %	التكرار	الاحتمالات
42,9	15	الدفاع المركب
22,9	8	الهجوم السريع

20	7	الانتقال السريع من الدفاع للهجوم
8,5	3	توزيع المراكز المتحركة
5,7	2	أخرى
100%	35	المجموع

المصدر: إعداد الطالبة بالاعتماد على برنامج SPSS



الشكل رقم (07): يوضح الخطط التكتيكية الأكثر تطوراً

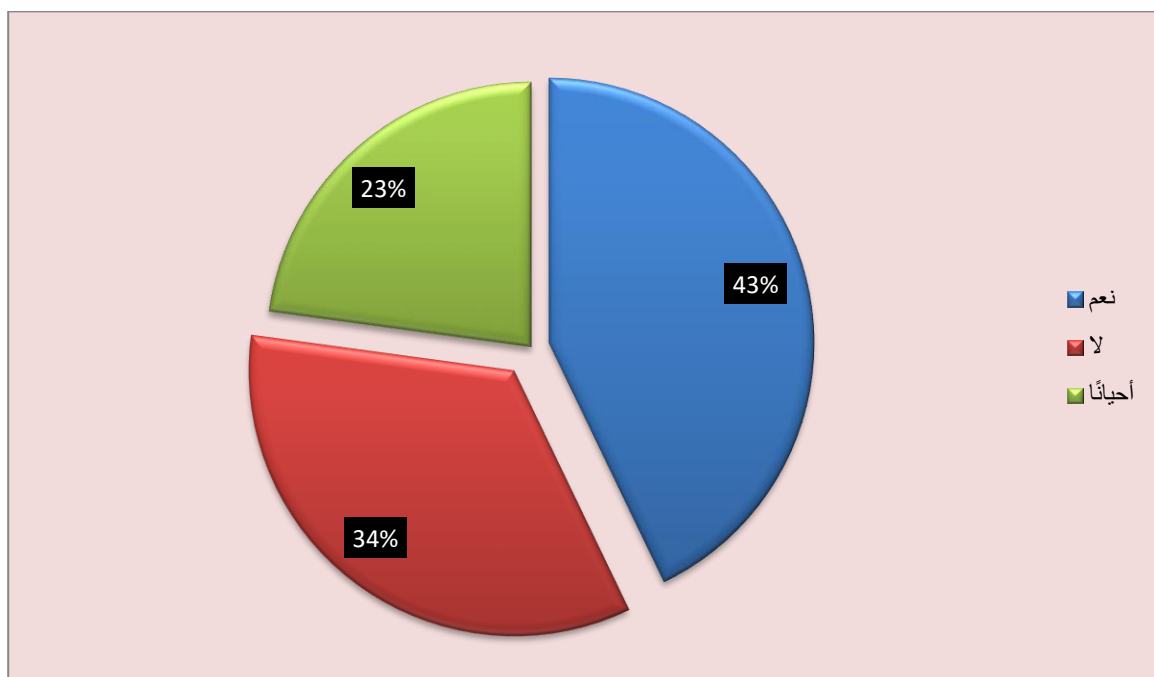
احتل "الدفاع المركب" المرتبة الأولى بنسبة 42.9%، يليه "الهجوم السريع" بـ 22.9%، ثم "الانتقال السريع من الدفاع للهجوم" بـ 20%. تعكس هذه النتيجة التركيز على التكتيكات التي تجمع بين التحصين الدفاعي والفعالية الهجومية، وهو ما يعكس طابع اللعب العصري.

**السؤال 02:** هل تستخدم حالياً أساليب لعب تختلف كلياً عن تلك التي كانت تُستخدم قبل 10 سنوات؟

الجدول رقم (09): يوضح اختلاف الأساليب الحديثة عن تلك المستخدمة قبل 10 سنوات

النسب %	التكرار	الاحتمالات
42,9	15	نعم
34,3	12	لا
22,8	8	أحياناً
100%	35	المجموع

المصدر: إعداد الطالبة بالاعتماد على برنامج SPSS



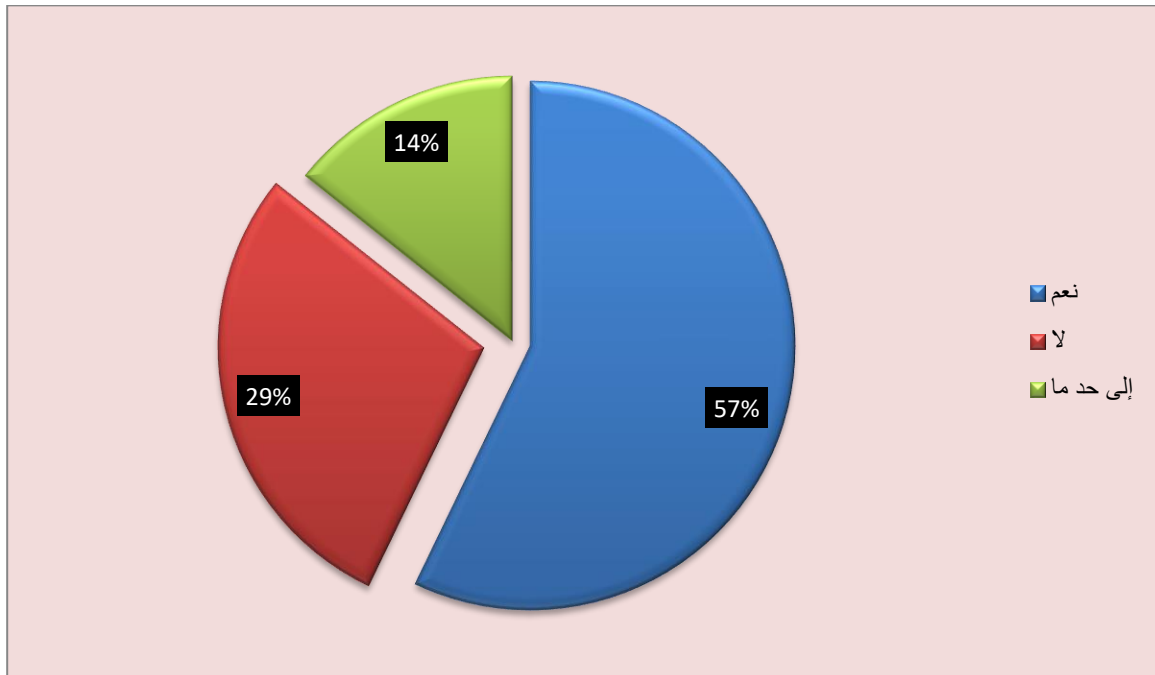
**الشكل رقم (08):** يوضح اختلاف الأساليب الحديثة عن تلك المستخدمة قبل 10 سنوات أشار 42.9% من المبحوثين إلى أن الأساليب الحالية تختلف كلياً، مقابل 34.3% لا يرون اختلافاً، و22.8% يرون أنها تختلف أحياناً. توضح هذه النتائج وعياً بتغير الأساليب التدريبية والتكتيكية بمرور الوقت.

**السؤال 03:** هل تطور أساليب اللعب ساهم في تقليل الفجوة بين الفرق القوية والضعيفة؟

**الجدول رقم (10):** يوضح مساهمة التطور في تقليل الفجوة بين الفرق

النسب %	التكرار	الاحتمالات
57,1	20	نعم
28,6	10	لا
14,2	5	إلى حد ما
100%	35	المجموع

المصدر: إعداد الطالبة بالاعتماد على برنامج SPSS



**الشكل رقم (09):** يوضح مساهمة التطور في تقليل الفجوة بين الفرق

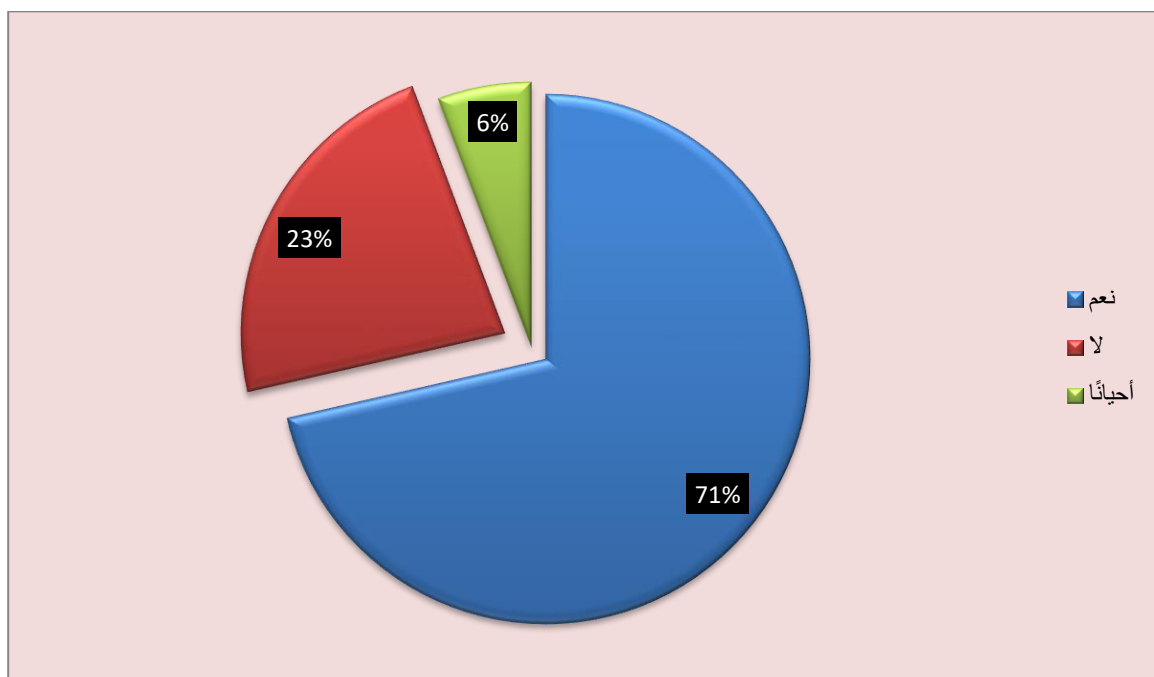
يرى 57.1% من المشاركين أن التطور ساهم في تقليص الفجوة بين الفرق القوية والضعيفة، مقابل 28.6% لا يرون ذلك، و14.2% يرون مساهمة محدودة. تؤيد هذه النتائج دور التطوير في تعزيز تكافؤ الفرص في المنافسة.

**السؤال 04:** حسب خبرتك، هل تطور التكتيك يُعد العامل الأهم في الفوز بالمباريات؟

**الجدول رقم (11):** يوضح أهمية التكتيك في الفوز بالمباريات

النسب %	التكرار	الاحتمالات
71,4	25	نعم
22,9	8	لا
5,7	2	أحياناً
100%	35	المجموع

المصدر: إعداد الطالبة بالاعتماد على برنامج SPSS



الشكل رقم (10): يوضح أهمية التكتيك في الفوز بالمباريات

تؤكد الأغلبية (71.4%) أن تطور التكتيك يُعد العامل الأهم في تحقيق الفوز، في حين يرى 22.9% أنه ليس العامل الأهم، و5.7% أحياناً فقط. يعكس ذلك إدراكاً عميقاً لأهمية الجانب التكتيكي في اللعبة الحديثة.

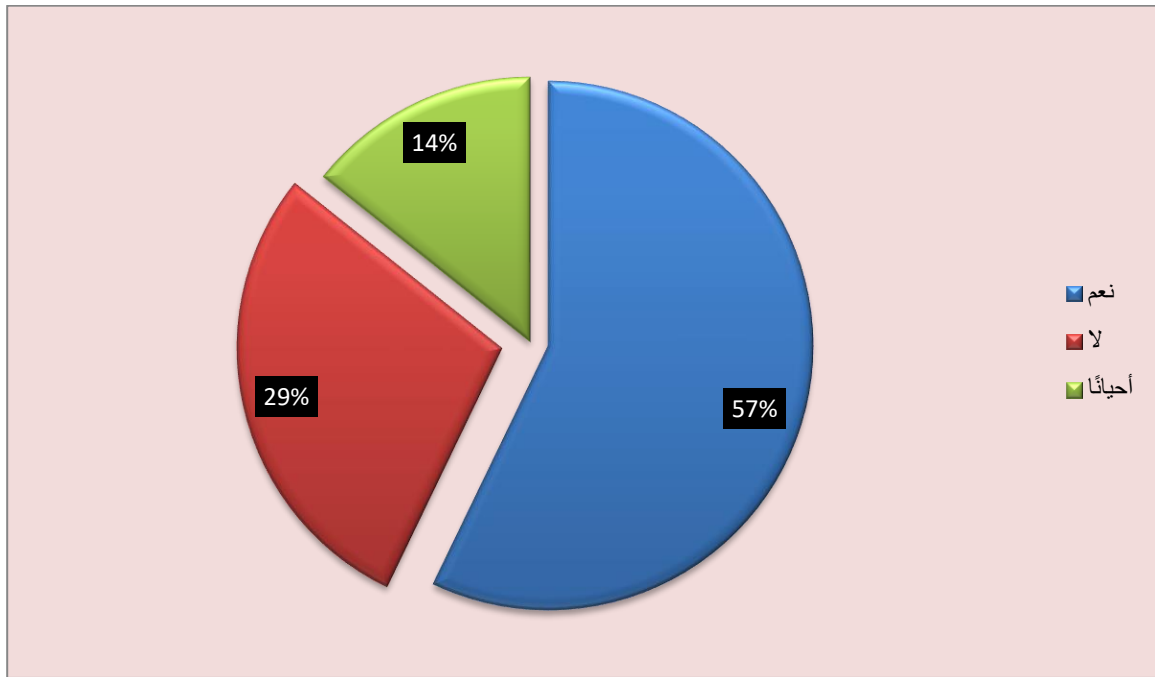
السؤال 05: هل ترى أن اللاعبين الجدد يتلقون تدريبات أكثر تطوراً من السابق؟

الجدول رقم (12): يوضح تدريب اللاعبين الجدد مقارنة بالسابق

النسب %	التكرار	الاحتمالات
---------	---------	------------

57,1	20	نعم
28,5	10	لا
14,4	5	أحياناً
100%	35	المجموع

المصدر: إعداد الطالبة بالاعتماد على برنامج SPSS



الشكل رقم (11): يوضح تدريب اللاعبين الجدد مقارنة بالسابق

صرّح 57.1% من المشاركين بأن اللاعبين الجدد يتلقون تدريبات أكثر تطوراً، مقابل 28.5% لا يرون ذلك، و14.4% يرون تطوراً محدوداً. يشير ذلك إلى توجه عام نحو تحسين نوعية التدريب بما يتماشى مع المستجدات الحديثة.

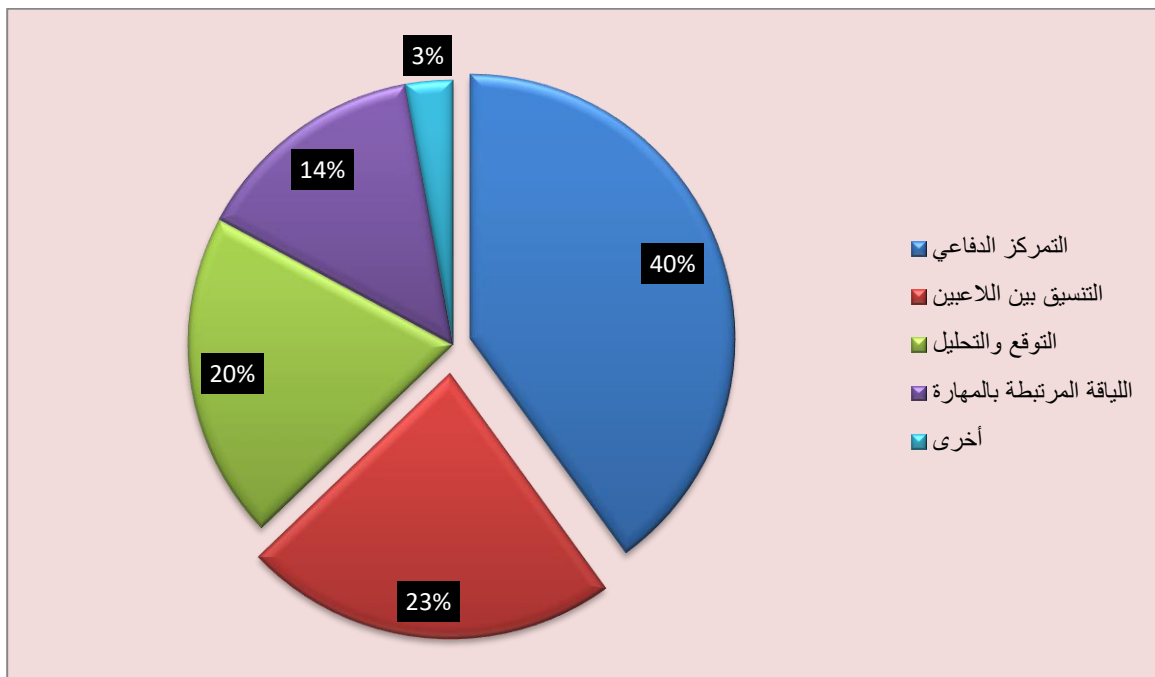
السؤال 06: ما أكثر الجوانب التكتيكية التي تحتاج لتطوير حالياً في كرة الطائرة؟

الجدول رقم (13): يوضح الجوانب التكتيكية التي تحتاج إلى تطوير

النسبة %	التكرار	الاحتمالات
40	14	التمركز الدفاعي

22,9	8	التنسيق بين اللاعبين
20	7	التوقع والتحليل
14,3	5	اللياقة المرتبطة بالمهارة
2,9	1	أخرى
100%	35	المجموع

المصدر: إعداد الطالبة بالاعتماد على برنامج SPSS



الشكل رقم (12): يوضح تأثير البيئة على الاستجابة

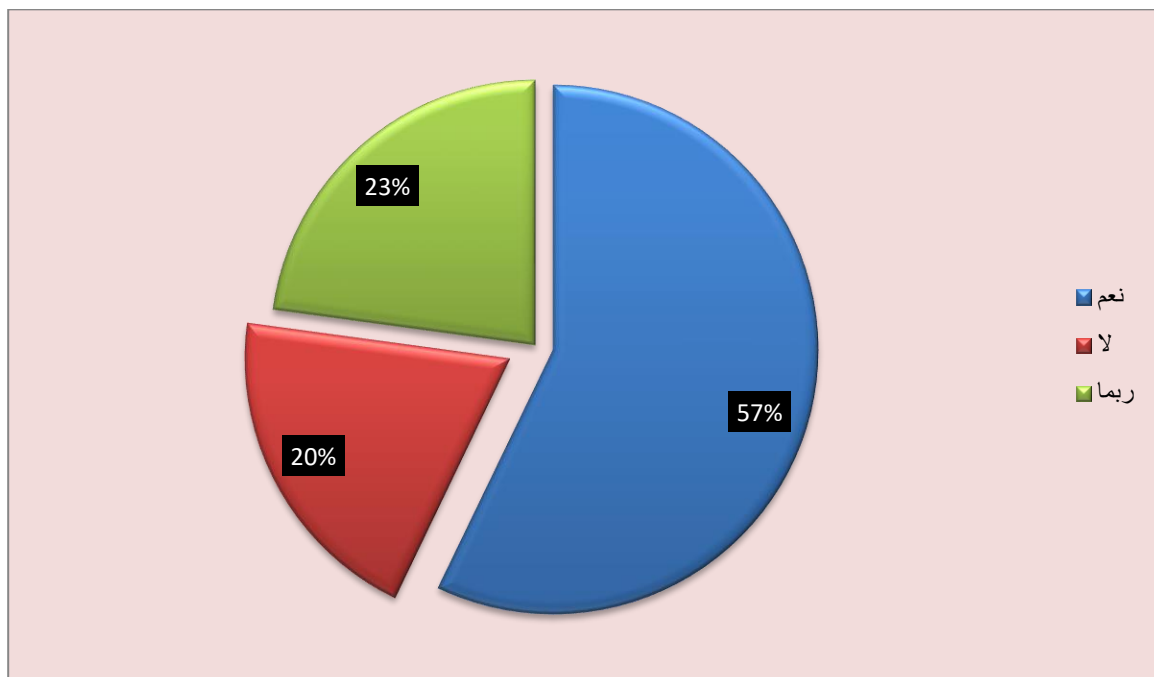
يرى 40% أن "التمرکز الدفاعي" هو الجانب الأهم الذي يحتاج للتطوير، يليه "التنسيق بين اللاعبين" بنسبة 22.9%، ثم "التوقع والتحليل" بـ 20%. تشير هذه النتائج إلى حاجة ميدانية واضحة لتعزيز الجوانب الدفاعية والتكامل الجماعي.

السؤال: 07 هل هناك حاجة لإعادة تحديث المناهج التدريبية الخاصة بكرة الطائرة لتتماشى مع التطورات التكتيكية؟

الجدول رقم (14): يوضح ضرورة تحديث المناهج التدريبية

النسب %	التكرار	الاحتمالات
57,1	20	نعم
20	7	لا
22,9	8	ربما
100%	35	المجموع

المصدر: إعداد الطالبة بالاعتماد على برنامج SPSS



**الشكل رقم (13):** يوضح أهمية ملاءمة التمارين لمستوى الطفل ضرورة تحديث المناهج التدريبية عبر 57.1% من المبحوثين عن الحاجة لتحديث المناهج التدريبية لتواكب التطورات التكتيكية، في حين رأى 20% عدم وجود هذه الحاجة، و 22.9% أجابوا بـ"ربما". تدعم هذه النتائج ضرورة مراجعة البرامج التدريبية الحالية بما يتماشى مع مستجدات اللعبة.

### 3- دراسة و مناقشة الفرضيات

- الفرضية العامة : "توجد علاقة دالة إحصائيًا بين التطورات التاريخية والتكتيكية في كرة الطائرة وتحسين الأداء التنافسي للفرق".

أظهرت نتائج الدراسة أن معظم أفراد العينة يقرّون بوجود اختلاف ملموس بين أساليب اللعب في الماضي والحاضر، حيث بلغت نسبة الذين لاحظوا هذا التغيير 60%. كما أكد 71.4% من المستجوبين أن التكتيك يُعدّ العامل الأهم في تحقيق الفوز، مما يعكس إدراكًا واضحًا بأهمية التطور في أساليب اللعب على تحسين الأداء. هذا التوافق بين النتائج يعزز الفرضية العامة، خاصة أن التطورات التاريخية أدت إلى نشوء خطط جديدة وأساليب تدريب أكثر فاعلية. وبدعم من الأدبيات العلمية التي تشير إلى أن التغييرات في الأداء ترتبط غالبًا بالتطورات التقنية والتكتيكية، يمكن القول إن العلاقة بين هذه التطورات وتحسين الأداء علاقة قوية وواضحة.

• ومنه نستنتج ان الفرضية العامة و التي مفادها " توجد علاقة دالة إحصائيًا بين التطورات التاريخية والتكتيكية في كرة الطائرة وتحسين الأداء التنافسي للفرق". محققة

1. • الفرضية الجزئية الاولى: " تسهم الضربة الساحقة العالية في تغيير مفهوم الإرسال التقليدي، وتزيد من فرص كسب النقاط بشكل ملحوظ."

تشير نتائج الاستبيان إلى أن 34.3% من المشاركين يرون أن مرحلة التكنولوجيا وتحليل الأداء تُعدّ الأهم في تطور الأساليب، تليها مرحلة التأسيس الكلاسيكي بنسبة 31.4%. ويظهر من البيانات أن التقدم التاريخي مرّ بمراحل متدرجة، بلغت ذروتها عند إدماج الوسائل

التكنولوجية الحديثة التي ساهمت في تحليل اللعب وتعديل الخطط. كما أن 40% من العينة أقرت بتأثير التكنولوجيا على إعداد اللاعبين. وهذا يوضح أن التقدم التاريخي لم يكن فقط في الكم، بل أيضاً في الكيف، من خلال إدماج وسائل علمية وتقنية حديثة. هذه النتائج تتماشى مع الأدبيات التي تؤكد على أن التاريخ التقني لرياضة ما يؤثر على أساليب ممارستها.

ومن هنا نستنتج أن الفرضية الجزئية الأولى والتي مفادها : " تسهم الضربة الساحقة العالية في تغيير مفهوم الإرسال التقليدي، وتزيد من فرص كسب النقاط بشكل ملحوظ." محققة

#### 1. الفرضية الجزئية الثانية: " يساهم إدراج منصب اللاعب الحر (Liberero) في تحسين

دقة استلام الكرة واستقرار الأداء الدفاعي للفرق".

أظهرت نتائج الدراسة أن 57.1% من المشاركين أكدوا أن التخصص التكتيكي ساهم في تحسين الأداء الجماعي، وهو ما يُعتبر مؤشراً واضحاً على فاعلية هذا التخصص في توزيع الأدوار داخل الفريق. كما أن 28.6% أفادوا بأن أثره يظهر أحياناً، مما يعكس أن التخصص يختلف في تأثيره حسب طريقة التطبيق. التخصص التكتيكي يسمح للاعبين بالتركيز على مهام محددة داخل الملعب، ويقلل من الفوضى ويعزز الانسجام داخل الفريق. هذه النتائج تتسق مع الدراسات التي أكدت أن وضوح الأدوار داخل الفرق يؤدي إلى أداء جماعي أكثر تنسيقاً وتكاملاً.

ومن هنا نستنتج أن الفرضية الجزئية الثانية والتي مفادها "يساهم إدراج منصب اللاعب الحر (Liberero) في تحسين دقة استلام الكرة واستقرار الأداء الدفاعي للفرق." محققة

## 1. الفرضية الجزئية الثالثة: "يؤثر اعتماد نظام التنقيط المستمر (Rally Scoring) إيجابياً

على ديناميكية اللعب ويُسرّع من وتيرة المباريات".

تُبين النتائج أن 71.4% من أفراد العينة يعتبرون أن التكتيك هو العامل الأهم في تحقيق

الفوز، كما أشار معظمهم إلى أن الخطط الحديثة، مثل الدفاع المركب والهجوم السريع،

ساعدت على تحسين الأداء التنافسي. هذه المعطيات توضح أن التحول إلى استخدام خطط

تكتيكية أكثر تنوعاً وديناميكية يُسهم في التفوق أثناء المباريات. ويرى العديد من المختصين في

المجال أن الفرق التي تعتمد على الخطط الحديثة تكون أكثر قدرة على مجاراة نسق اللعب

المرتفع، مما يزيد من فرصها في الفوز.

ومنه نستنتج ان الفرضية الجزئية الثالثة و التي مفادها: "يؤثر اعتماد نظام التنقيط المستمر

(Rally Scoring) إيجابياً على ديناميكية اللعب ويُسرّع من وتيرة المباريات" محققة

## 2. الفرضية الجزئية الرابعة: " تساعد التقنيات الحديثة في تحليل الفيديو والبيانات الرياضية

في تطوير خطط تكتيكية أكثر فاعلية تسهم في رفع الأداء التنافسي".

أفاد 57.1% من المشاركين بأن التدريبات الحديثة أكثر تقدماً من السابقة، مع تأكيد على

ضرورة تحديث البرامج التدريبية بما يتناسب مع تطور الأساليب التكتيكية، وخاصة فيما يتعلق

بالمركز والتناسق الجماعي. هذا يدل على أن هناك وعياً بأهمية التطوير في المحتوى التدريبي

لمواكبة متطلبات الأداء العصري في الكرة الطائرة. كما أن استخدام تقنيات تحليل الأداء ساهم

في تصميم برامج تدريبية دقيقة تتماشى مع واقع المنافسة. تتطابق هذه النتائج مع التوجهات الحديثة في التدريب الرياضي، والتي تدعو إلى اعتماد أساليب مستندة إلى الأداء الفعلي والتحليل الذكي.

ومن هنا نستنتج ان الفرضية الجزئية الرابعة و التي مفادها: " تساعد التقنيات الحديثة في تحليل الفيديو والبيانات الرياضية في تطوير خطط تكتيكية أكثر فاعلية تسهم في رفع الأداء التنافسي" محققة

# الخاتمة



## قائمة المصادر والمراجع:

- طارق حسن، أساسيات الكرة الطائرة، دار الفكر العربي، القاهرة، 2004.
- أمين أنور الخولي، الرياضة والمجتمع، سلسلة عالم المعرفة، الكويت، 1996.
- بوحوش رابع، أساليب اللعب في الكرة الطائرة الحديثة، جامعة الجزائر 3، مذكرة ماستر، 2018.
- قرفي أحمد، الأسس العلمية لتعليم وتدريب الكرة الطائرة، دار الهدى، الجزائر، 2012.
- جمال بوشامة، التحليل الفني والتكتيكي في الرياضات الجماعية، دار المعرفة، الجزائر، 2019.
- أحمد شفيق، أساليب اللعب الحديثة، دار الفكر، دمشق، 2013.
- مصطفى عبد الواحد، التدريب الرياضي الحديث، دار المعارف، القاهرة، 2007.
- عبد الرحمن البنا، مهارات الكرة الطائرة وتطبيقاتها، دار الكتاب الجامعي، بيروت، 2005.
- نجاح مهدي شلش وأكرم مهدي صبحي التعلم الحركي، دار الكتاب للتعلم والنشر، الموصل، سنة 1989.
- وجيه محجوب: علم التطور الحركي منذ الولادة وحتى الشيخوخة، ط1، مطبعة جامعة الموصل، الموصل، سنة 1989
- علاق مناد وظهرأوي حمزة: الألعاب الشبه رياضية وأهميتها في تطوير المهارات الحركية لدى تلاميذ الطور الثانوي، مذكرة ليسانس جامعة الجزائر سنة 2008-2009.
- فؤاد موسى، المهارات الخاصة بالألعاب الجماعية، دار الفجر، القاهرة، 2018.

-محمد سامي الكيلاني، التربية البدنية والتكتيك الرياضي، دار المناهج، الأردن، 2011.

-خالد النوري، علم التدريب الرياضي الحديث، دار الفكر العربي، 2019.

-عمار بوحوش، مناهج البحث العلمي وطرق إعداد البحوث، ديوان المطبوعات الجامعية،

الجزائر، 1995.

-رابح تركي، مبادئ التربية والتعليم، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 1984.

-محمد شفيق، اللغة الأمازيغية وبنيتها اللغوية، المعهد الملكي للثقافة الأمازيغية، الرباط،

1985.

-ذنينات، م.، المنهج الوصفي في البحث الاجتماعي، الجزائر، 1995.

-كامل، مناهج البحث العلمي وأساليبه، دار الثقافة الجامعية، عمان، 1999.

-بركان، مناهج البحث العلمي، دار النهضة العربية، القاهرة، 1995.

-رضوان، مبادئ وإحصاء في البحوث التربوية والاجتماعية، دار الفكر الجامعي، القاهرة،

2000.

-robert.n et singer. Motor learning and human performance.

.macmillan company. London

année1980

# الملاحق





جامعة عبد الحميد ابن باديس - مستغانم -

معهد التربية البدنية والرياضية

قسم : التربية البدنية والرياضية

تخصص تدريب رياضي تنافسي

استمارة استبيان موجهة للأساتذة

في إطار إنجاز مذكرة لنيل شهادة الليسانس في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

تحت عنوان:

## تطور أساليب اللعب في كرة الطائرة (دراسة تاريخية وتكتيكية)

موجهة للأساتذة

نرجو منكم ملئ هذه الاستمارة وذلك بالإجابة على الأسئلة المطروحة، بكل موضوعية، من أجل الوصول إلى نتائج تفيدنا في بحثنا، ونتعهد بعدم تسرب إجاباتكم إلى طرف آخر لأننا سنلتزم بسرية هذه المعلومات، ولن نستعملها لأي غرض آخر سوى البحث العلمي.

ملاحظة: ضع علامة (x) أمام الإجابة المختارة.

إشراف الأستاذ:

إعداد الطلبة

- الحكيم حمزاوي

- قنديل يحيى

- الوحيدي محمد

السنة الجامعية : 2024/2023

أولاً: معلومات شخصية

الجنس:

ذكر  أنثى

السن:

أقل من 25 سنة  من 25 إلى 35 سنة  من 36 إلى 45 سنة  أكثر من 45 سنة

سنوات الخبرة في كرة الطائرة:

أقل من 5 سنوات  من 5 إلى 10 سنوات  من 10 إلى 15 سنة  أكثر من 15 سنة

المؤهل العلمي:

شهادة جامعية  شهادة ماجستير  شهادة دكتوراه  أخرى  \_\_\_\_\_

المحور الأول: التطور التاريخي لأساليب اللعب في كرة الطائرة 1

السؤال 01: حسب رأيك، ما هي أهم المراحل التاريخية التي شهدت تطوراً في أساليب اللعب في كرة الطائرة؟

- مرحلة التأسيس الكلاسيكي
- مرحلة التخصص التكتيكي
- مرحلة الاحتراف وتعدد الخطط
- مرحلة التكنولوجيا وتحليل الأداء

**السؤال 02:** هل ترى أن هناك اختلافًا واضحًا في أساليب اللعب بين الماضي والحاضر؟

نعم  لا

إذا كانت الإجابة نعم، وضح ذلك :

.....

.....

**السؤال 03:** ما العوامل التي ساهمت في تطور أساليب اللعب؟ (يمكن اختيار أكثر من واحدة)

التقدم التكنولوجي

الخبرة التدريبية

الإعلام الرياضي

الدراسات الأكاديمية

أخرى \_\_\_\_\_

**السؤال 04:** هل ساهم التخصص التكتيكي في تطوير الأداء الجماعي داخل الفريق؟

نعم  لا  أحيانًا

**السؤال 05:** في أي مرحلة من الزمن برأيك وصلت كرة الطائرة لأعلى مستوى من التطور

التكتيكي؟ ولماذا؟

.....

.....

**المحور الثاني: التطور التكتيكي لأساليب اللعب**

**السؤال 01:** ما أكثر الخطط التكتيكية تطورًا في كرة الطائرة حاليًا؟

الدفاع المركب

الهجوم السريع

الانتقال السريع من الدفاع للهجوم

توزيع المراكز المتحركة

أخرى  \_\_\_\_\_

**السؤال 02:** هل تستخدم حالياً أساليب لعب تختلف كلياً عن تلك التي كانت تُستخدم قبل 10

سنوات؟

نعم  لا  جزئياً

وضح:

.....  
.....

**السؤال 03:** هل تطور أساليب اللعب ساهم في تقليل الفجوة بين الفرق القوية والضعيفة؟

نعم  لا  إلى حد ما

**السؤال 04:** حسب خبرتك، هل تطور التكتيك يُعد العامل الأهم في الفوز بالمباريات؟

نعم  لا  أحياناً

السبب:

.....  
.....

**السؤال 05:** هل ترى أن اللاعبين الجدد يتلقون تدريبات أكثر تطوراً من السابق؟

نعم  لا  أحياناً

كيف يؤثر ذلك على الأسلوب التكتيكي؟

.....

**السؤال 06:** ما أكثر الجوانب التكتيكية التي تحتاج لتطوير حاليًا في كرة الطائرة؟

التمرکز الدفاعي

التنسيق بين اللاعبين

التوقع والتحليل

اللياقة المرتبطة بالمهارة

أخرى: \_\_\_\_\_

**السؤال 07:** هل هناك حاجة لإعادة تحديث المناهج التدريبية الخاصة بكرة الطائرة لتتماشى

مع التطورات التكتيكية؟

نعم  لا  ربما

وضّح اقتراحك -

.....

.....

ملاحظات أو اقتراحات إضافية

.....

.....

.....