

تأثير تدريبات اللعب بمساحات مختلفة في تطوير بعض الجوانب الحركية والمهارية للاعبين اندية ديالى بالكرة الطائرة للشباب

م.د محمد وليد شهاب

ا.م.د سنان عباس علي

ا.م.د مجاهد حميد رشيد

.Dr. Mohammed waleed Shehab . Dr. sinan Abbas Ali . . Dr. Mujahid Hameed rasheed

University of Diyala

University of Diyala

University of Diyala

mohamed_w7077@yahoo.com

Sienan2004@yahoo.com

dr_ mugahed14@yahoo.com

ملخص البحث

إن استثمار أسلوب اللعب بالمساحات المختلفة بإشكال متنوعة من خلال الأداء الحركي الانسيابي للاعب وبالسلوك الحركي نفسه أثناء التدريب والمباريات وبمناطق اللعب نفسه هي إضافة جديدة لتطوير القدرات الحركية الخاصة والأداء المهاري والوقوف على أحد الجوانب التدريبية المهمة التي قد تساهم في إمداد المدربين والعاملين في مجال تدريب الكرة الطائرة. وهل إن تدريبات اللعب بالمساحات المختلفة للأداء التنافسي تساهم في تطوير القدرات الحركية الخاصة بالأداء المهاري على عينة من اندية ديالى للشباب والبالغ عددهم (١٠) لاعبين.

إن استخدام تدريبات اللعب بمساحات مختلفة كان له الأثر الايجابي في تطوير القدرات الحركية وخاصة التوافقية والرشاقة فضلا عن سرعة الاستجابة الحركية إذ ان المساحات المختلفة كانت لها الدور الكبير في تعدد المشيرات الجديد التي تظهر من حالة اللعب وبالتالي انعكس ايجابيا على المهارات الفنية (الاستقبال، التمرير، والضرب الساحق) ونفسيا خلق جو من الاثارة والمتعة في التداول بين اللاعبين.

ABSTRACT

The investment style of play spaces of different variety of forms through the motor performance flowchart of the player and conduct kinetic himself during training and matches and regions play itself a new addition to the development of motor skills and private performance skills and stand on one aspect of training task that may contribute to the supply of trained personnel in the field of volleyball training .

Does that play spaces of different exercises for the competitive performance contribute to the development of motor skills of performance skills on a sample of clubs for young people and Diyala's (10) players.

The use of exercises to play various sizes has had a positive impact in the development of motor skills, especially harmonic and agility as well as speed of response kinetic as the different areas had a significant role in the multiplicity of stimuli new that show the state of play and thus reflected positively on technical skills (reception, scrolling, crushing and beating) and psychologically create an atmosphere of excitement and fun in trading between players

تبذل معظم دول العالم أقصى الجهود وتسخر الإمكانيات الهائلة بغية الوصول إلى المستويات العليا في المجال الرياضي ولاسيما في لعبة الكرة الطائرة لما لهذه اللعبة من اهتمام واسع اكتسبته من خلال الإثارة والحماس والمتعة والتنافس الرجولي الذي تتصف به ، ومن ضمن هذه الجهود المسخرة للارتقاء بلعبة الكرة الطائرة والتخطيط العلمي المدروس من قبل جميع المسؤولين والعاملين في مجال اللعبة تعد طريقة اللعب (المنافسات) من الطرائق الشائعة والتي تزيد من فاعلية التأثير الايجابي بدنيا وحركيا ولها مردود نفسي عالي عند اللاعبين ويستخدمها المدربون كثيراً في فترة الإعداد الخاص لأنها تبدو سهلة الميول، "وتتميز هذه الطريقة بتطوير العناصر البدنية والمهارية والخططية الخاصة كما في التحمل والسرعة ويتضح ذلك جليا في الألعاب الجماعية من خلال إعطاء واجبات في الاتجاه الهدف المراد تحقيقه أثناء سير اللعب بأشكاله المختلفة مع الالتزام بقانون وقواعد النشاط التخصصي(امرالله البساطي، ١٩٨٨) ، لذلك فهي تعني تنظيم الفريق مع تحديد موقف كل اللاعب في الملعب ويطلق عليه مركز اللاعب ويضعهم المدرب ضمن تشكيل معين حتى يتمكنوا من أداء واجباتهم الهجومية والدفاعية بطريقة فعالة مؤثرة .

كما أوضح (Tadeusz) أن " اختيار المنافس هو أساس العمل، وان ارتفاع شدة الحمل والعمل يرتبط باختيار المنافس يعتمد على فترة ودرجة التدريب والتطبيق الحاذق للتكرار" ، كما إن هذه الطريقة تكون مناسبة للاعبين الذين لديهم سنوات عديدة من التدريب واقل مناسبة لغيرهم ، وان مساهمة الزميل في التدريب بشكل اللعب (المنافسة) لها تأثير مميز في زيادة فعالية النشاط(Tadeuszlatowski(1981)

و إن طريقة اللعب هي انعكاس لطريقة التدريب وإن أول مبادئ أسلوب التدريب الشامل هو الوصول باللاعبين جميعاً إلى مستوى راقٍ من اللياقة البدنية والحركية وليس لياقة العاب قوى، ومن أهداف التدريب الحديث في لعبة الكرة الطائرة هو تطوير الإمكانيات الوظيفية وكذلك تحسين الصفات البدنية الخاصة إضافة الى الارتقاء بالمستوى المهاري للاعبين ليتمكنوا من مواجهة التطورات الهائلة التي تشهدها اللعبة(موفق المولى، ٢٠٠٠) من هنا تكمن أهمية البحث في التعرف على كيفية استثمار أسلوب اللعب بالمساحات المختلفة بإشكال متنوعة من خلال الأداء الحركي الانسيابي للاعب وبالسلوك الحركي نفسه أثناء التدريب والمباريات وبمناطق اللعب نفسه سواء كانت هجومية او دفاعية ، وهي إضافة جديدة لتطوير القدرات الحكيمة الخاصة والأداء المهاري والوقوف على أحد الجوانب التدريبية المهمة التي قد تساهم في إمداد المدربين والعاملين في مجال تدريب الكرة الطائرة.

ان المشكلة تتجلى في عدم وضوح الرؤيا الحقيقية لأغلب المدربين في الاطلاع على مفردات هذه التدريبات والأساليب الحديثة التي تؤدي وكيفية استثمار هذه الأساليب لتطوير القدرات الحركية والأداء المهاري من خلال إيجاد صيغ علمية لاعتمادها أثناء التدريب باستخدام التدريبات الحديثة للأساليب اللعب بمساحات مختلفة من الملعب في وحداتهم التدريبية وإيجاد صعوبات عن طريق تقليل وزيادة اللاعبين عند اللعب امام الشبكة من خلال تصميم تدريبات اللعب بمساحات مختلفة من الملعب لأنها تعالج الكثير من مشاكل التي يواجهها الفريق واللاعبين أثناء اللعب والتي يمكن من خلالها الوصول إلى الهدف وهو الارتقاء بالقدرات الحركية الخاصة والأداء المهاري الأمثل وهي واحدة من القواعد المهمة في العملية التدريبية للاعبين وكلما زادت قيمة تلك التدريبات واقتربت من واقع ومستوى المنافسة من خلال الانسجام بين التأثير المتبادل بين فن الأداء الحركي والقابلية البدنية للاعبين كلما كانت ذات تأثير فعالً وحيويًا.

٢-٢-١ إجراءات البحث:

٢-٢-١ منهج البحث:

استخدم الباحثون المنهج التجريبي بأسلوب المجموعة الواحدة ذات الاختبار القبلي والبعدي (تصميم تجريبي ذو ضبط الشبه المحكم)

في متغيرات البحث.

٢-٢-٢ المجتمع وعينة البحث:

من الأمور التي يتم مراعاتها في البحث العلمي عينة البحث، كونها الجزء الذي يمثل مجتمع الأصل الذي يجري عليه الباحث محور عمله عليه (احمد بدير، ١٩٨٨) ، ويتكون مجتمع البحث من أندية محافظة ديالى بالكرة الطائرة للشباب المتمثلة (نادي المقدادية، و نادي شهران، و نادي الشهيد أركان، و نادي قزانية، و نادي أبي صيدا، و نادي الوحيية، و نادي ههب، و نادي بني سعد) اذ تم اختيارنا للعينة بالطريقة العمدية كون اللاعبين يتم جمعهم من الفرق اعلاه بقيادة مدرب واحد معتمد من قبل الاتحاد الفرعي، وعدددهم (١٥) استبعد منهم (٥) لاعبين شباب لعدم الالتزام.

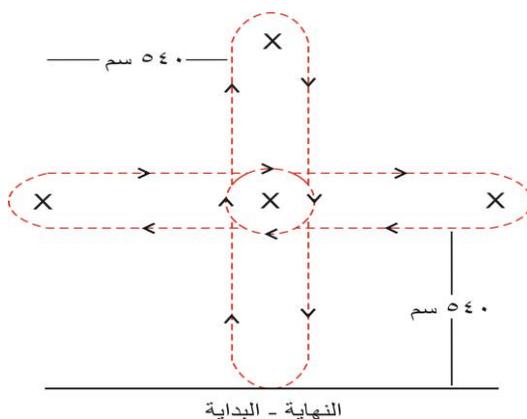
٢-٣ ادوات البحث

١-٣-٢ تطبيق تدريبات اللعب بمساحات مختلفة :

قام الباحثون بعرض تدريبات اللعب التنافسية وتوزيعها على الوحدات التدريبية(*) الهادفة إلى تطوير بعض المهارات الفنية بالكرة الطائرة لدى لاعبي الشباب على أفراد المجموعة التجريبية بواقع ثلاث وحدات تدريبية في الأسبوع وقام بتدريب المواقف المدرب سعد عبدالكريم، إذ اعتمد الباحثون مبدأ التدرج في تطبيق المنهج من السهل إلى الصعب للمجموعة التجريبية واستمر بإعطائها مواقف منفردة بواقع ثلاث وحدات تدريبية. وقد تم تحديد الفترة المناسبة للمنهج التدريبي هي فترة الإعداد الخاص والتي تستغرق (١٢) أسبوع ومعدل (٣) وحدات تدريبية في الأسبوع ، و العدد الكلي للجرعات التدريبية (٣٦) جرعة تدريبية . تتدرب المجموعة التجريبية بواقع (٣) وحدات تدريبية في الاسبوع ، و طريقة التمرين للأسابيع التدريبية (١:٢) وبالطريقة نفسها للوحدات التدريبية اليومية.

٢-٣-٢ الاختبارات المستخدمة في البحث

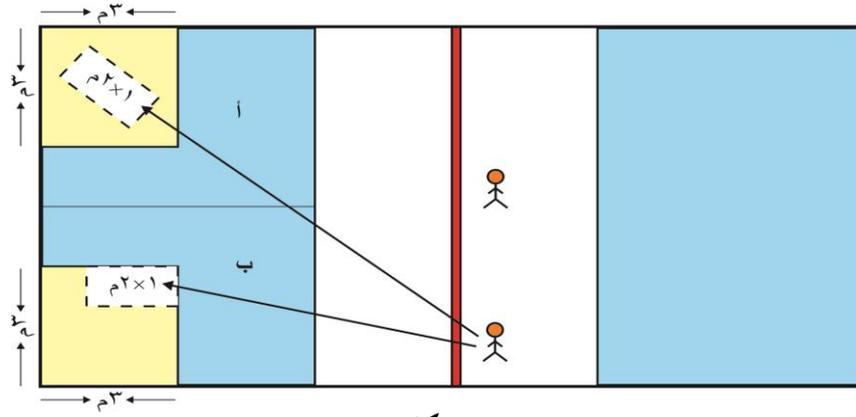
- ❖ اختبار الجري المتعدد الجهات . شكل (١)
- ❖ اختبار نيلسون للاستجابة الحركية الانتقالية . شكل (٢)
- ❖ اختبار الدوائر المرقمة . شكل (٣)
- ❖ اختبار دقة الإرسال . شكل (٤)
- ❖ اختبار استقبال الإرسال . شكل (٥)
- ❖ اختبار دقة التميرير . شكل (٦)
- ❖ قياس دقة الضرب الساحق في الاتجاه القطري والمستقيم . شكل (٧)



شكل (١)

يوضح طريقة أداء اختبار الجري المتعدد الجهات

(*) يُنظر : الملحق (٣).



شكل (٧)

يوضح طريقة أداء اختبار دقة الضرب الساحق القطري والمستقيم

٢-٤ الأدوات المستخدمة:

جهاز كومبيوتر نوع (HP) عدد (١) صيني الصنع، شريط قياس جلدي بطول (٥) م صيني الصنع عدد (١)، شريط معدني بطول (١٠) م صيني الصنع عدد (١)، اشرطة ملونة لتحديد الساحات، كرات طائرة عدد (١٠)، ملعب الكرة الطائرة.

٢-٥ الوسائل الإحصائية:

استخدم الباحثون الحقيبة الإحصائية (SPSS) لمعالجة البيانات:

الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، اختبار (T-test) للعينات المترابطة، نسبة التطور.

٣- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

٣-١ عرض وتحليل نتائج اختبارات المجموعة التجريبية ومناقشتها:

٣-١-١ عرض وتحليل نتائج القدرات الحركية ونسبة التطور للاختبارين القبلي والبعدي:

جدول (١)

قيم الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبارين القبلي والبعدي لمجموعة حل المشكلات في القدرات الحركية

| الاختبار البعدي | | الاختبار القبلي | | N | وحدة القياس | المتغيرات | ت |
|-----------------|--------|-----------------|--------|----|-------------|-------------------|---|
| SD | ME | SD | ME | | | | |
| 0.423 | 10.685 | 0.465 | 11.513 | 10 | ثا | الرشاقة | ١ |
| 0.180 | 1.521 | 0.275 | 1.745 | | ثا | الاستجابة الحركية | ٢ |
| 0.444 | 4.574 | 0.629 | 5.045 | | ثا | التوافق | ٣ |

من جدول (١) نجد:

ان اقيام الاوساط الحسابية قد اختلفت واتجهت الى مستوى التحسن والزيادة في الاختبار البعدي للقدرات الحركية، ففي الرشاقة كان مستوى الاختبار القبلي (١١.٥١٣) اما الاختبار البعدي فكان (١٠.٦٨٥)، اما الاستجابة الحركية فقد بلغ مستوى الاختبار القبلي (١.٧٤٥)، اما الاختبار البعدي فقد بلغ (١.٥٢١)، واخيرا التوافق فقد بلغ الاختبار القبلي (٥.٠٤٥)، والاختبار البعدي (٤.٥٧٤)، ومن خلال ذلك نلاحظ ان هذه المؤشرات الكمية لهذه القيم كانت افضل بعد اداء التمرينات في المساحات المختلفة في الاختبار البعدي وكما مبينة في الجدول اعلاه.

جدول (٢)

فرق الاوساط الحسابية والخطأ المعياري (قيمة t) ودلالة الفروق لمجموعة التجريبية في القدرات الحركية

| ت | المتغيرات | وحدة القياس | N | س- ف | هـ | قيمة (T) | | نسبة التغير |
|---|-------------------|-------------|----|------|------|----------|------------|-------------|
| | | | | | | المحسوبة | نسبة الخطأ | |
| ١ | الرشاقة | ثا | 10 | .828 | .071 | 11.605 | .000 | %7.749 |
| ٢ | الاستجابة الحركية | ثا | | .224 | .032 | 6.974 | .000 | %14.727 |
| ٣ | التوافق | ثا | | .471 | .081 | 5.819 | .000 | %10.297 |

• درجة الحرية (9=10-1) بمستوى دلالة (0.05).

• من جدول (٢) نجد:

ان مستوى الفروق للرشاقة يساوي (0.828)، بنسبة تغير (7.749%)، اما الاستجابة الحركية فقد بلغ مستوى الفرق (0.224)، بنسبة تغير (14.727%)، اما اختبار التوافق فقد بلغ مستوى الفرق (0.471)، بنسبة تغير (10.297%)، ويتضح من ذلك ان مستوى الفرق كان الاكبر للرشاقة ثم التوافق واخيرا الاستجابة الحركية

جدول (٣)

قيم الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبارين القبلي والبعدي لمجموعة حل المشكلات في المهارات الفنية

| ت | المتغيرات | وحدة القياس | N | الاختبار القبلي | | الاختبار البعدي | |
|---|--------------|-------------|----|-----------------|--------|-----------------|--------|
| | | | | SD | ME | SD | ME |
| ١ | الاستقبال | درجة | ١٢ | 0.949 | 8.300 | 1.135 | 10.800 |
| ٢ | التمرير | درجة | | 4.216 | 44.000 | 3.859 | 50.000 |
| ٣ | الضرب الساحق | درجة | | 7.743 | 55.800 | 7.959 | 64.300 |

ان اقيام الاوساط الحسابية قد اختلفت واتجهت الى مستوى التحسن والزيادة في الاختبار البعدي للمهارات الفنية، ففي مهارة الاستقبال كان مستوى الاختبار القبلي (8.300) اما الاختبار البعدي فكان (10.800)، اما في مهارة التمرير فقد بلغ مستوى الاختبار القبلي (44.000)، اما الاختبار البعدي فقد بلغ (50.000)، واخيرا مهارة الضرب الساحق فقد بلغ الاختبار القبلي (55.800)، والاختبار البعدي (64.300)، ومن خلال ذلك نلاحظ ان هذه المؤشرات الكمية لهذه القيم كانت افضل بعد اداء التمرينات في المساحات المختلفة في الاختبار البعدي وكما مبينة في الجدول اعلاه.

جدول (٤)

فرق الاوساط الحسابية والخطأ المعياري (قيمة t) ودلالة الفروق لمجموعة التجريبية في المهارات الفنية

| ت | المتغيرات | وحدة القياس | N | س - ف | هـ | قيمة (T) | | نسبة التغير |
|---|--------------|-------------|----|-------|-------|----------|------------|-------------|
| | | | | | | المحسوبة | نسبة الخطأ | |
| ١ | الاستقبال | درجة | 10 | 2.500 | 0.373 | 6.708 | 0.000 | %30.120 |
| ٢ | التمرير | درجة | | 6.000 | 0.365 | 16.432 | 0.000 | %13.636 |
| ٣ | الضرب الساحق | درجة | | 8.500 | 0.619 | 13.729 | 0.000 | %15.232 |

• درجة الحرية (10-1=11) بمستوى دلالة (0.05).

• من جدول (٤) نجد:

ان مستوى الفروق لمهارة الاستقبال يساوي (٢.٥٠٠)، بنسبة تغير (٣٠.١٢٠%)، اما في مهارة التمرير الحركية فقد بلغ مستوى الفرق (٦.٠٠٠)، بنسبة تغير (١٣.٦٣٦%)، اما اختبار الضرب الساحق فقد بلغ مستوى الفرق (٨.٥٠٠)، بنسبة تغير (١٥.٢٣٢%)، ويتضح من ذلك ان مستوى الفرق كان الأكبر للضرب الساحق ثم التمرير وهي الحالة الثانية في اللعب واخيرا الاستقبال، اما نسب التطور فكانت الأكبر للضربة الخلفية ثم الضربة الامامية واخيرا الارسال.

٣-١-٢ مناقشة نتائج الجوانب الحركية:

من الجدولين (١، ٢) ان هناك فروق معنوية لصالح الاختبارات البعدية يعزوه الباحثون ان التدريب اللب بمساحات مختلفة قد اثر ايجابيا خصوصا ان اللعبة اصبحت من الالعاب السريعة جدا ويجب على اللاعبين التكيف السريع مع حالات اللعب المتغيرة بالسرعة والدقة المعتمدة على القدرات الحركية (التوافق وسرعة الاستجابة الحركية والرشاقة) فمن خلاله يستطيع اللاعب كسب نقاط مباشرة للفريق، مع إحباط المحاولات الخطئية للفريق المنافس، كما أشرت النتائج القدرات لا تؤثر بشكل كبير عندما يكون الإرسال بسيطاً، ولكن عندما ينفذ الإرسال الساحق (الفني) فان اللاعب ويجب ان يمتلك سرعة استجابة حركية عالية اذ يشير (طلحة حسين حسام الدين ١٩٩٧) نقلاً عن أنجلو إلى ان ((لا بد لأي لاعب أن يتمتع باستجابة حركية جيدة مصحوبة بتصرف حركي جيد وأن يكون لديه قدرة صدق التوقع والحدس في مواقف اللعب المختلفة وكذلك سرعة التفكير في المواقف المتغيرة في أثناء اللعب)). فضلا عن ان زيادة ونقصان عدد اللاعبين في المساحات المختلفة المساحة قد حفز اللاعبين الشباب في التعامل مع حالات اللعب المفروض التعامل معها قدرة مهمة جداً للأداء المهاري في لعبة الكرة الطائرة، فضعف الرشاقة يعني عدم القدرة على التحرك من مكان لآخر بسرعة كبيرة مع عدم إمكانية تطبيق التشكيلات الخطئية الهجومية والدفاعية، فضلاً عن عدم القدرة على الوصول إلى المكان المتوقع لسقوط الكرة اذ يؤكد ((قاسم حسن حسين ١٩٩٨)) نقلاً عن هارة ((ان الرشاقة هي قابلية الفرد في السيطرة على التوافقات اللحظية وقابليات التحكم السريع للحركات الرياضية وتطبيق الأداء الحركي بشكل محدد ومناسب على وفق متطلبات التغير السريع والمجدي)). وان جمال أداء لاعبي الكرة الطائرة يتوقف على ما يتمتعون به من الرشاقة.

ان التكرار الكثير والتداول بين اللاعبين في المساحات المختلفة وتغير عدد اللاعبين في كل فريق قد اثر على الاستجابة الحركية خصوصا عند اداء الاستقبال من الارسلات السريعة الساحقة الذي ميز بعض من عينة البحث وخلق صعوبات على اللاعب المستقبل وتقبل الاستقبال في كافة الظروف ويرى الباحثون اللاعب الضعيف في هذه القدرة لا يستطيع التصدي للإرسالات المتنوعة وغير قادر على

التحول والتكيف والتحول السريع كما سيقوم به المنافس، فاللاعب الجيد في الاستقبال هو الذي يتابع مسار الكرة وسرعتها واتجاهها لحظة خروجها من يد المرسل لكي يستطيع اختيار الاستجابة المناسبة المتساوية مع قوة وسرعة الإرسال.

ويتفق ما اشار اليه(عصام عبد الخالق ٢٠٠٧) إلى أن سرعة الاستجابة الحركية تعد من القدرات التي لا يخلو منها أي نشاط رياضي ولكن تتفاوت بدرجات الحاجة اليها من نشاط لآخر حسب المتطلبات المهارية والخطوية. وتظهر أهميتها في كثير من السباقات التي تتميز بمواقف الهجوم الخاطف والتغير السريع لظروف المنافسة.

٣-١-٣ مناقشة نتائج الجوانب المهارية:

من الجدولين (٣، ٤) ان هناك فروق معنوية لصالح الاختبارات البعدية يعزوه الباحثون ان التدريب اللعبي بمساحات مختلفة قد اثر ايجابيا نتيجة استخدام الحالات المتنوعة والتي زادت من كفاءة لاعبي المجموعة التجريبية في كيفية توجيه الكرة إلى مناطق الدقة، إذ ان شدة المواقف في حالات متغيرة أو في مساحات صغيرة تجعل توجيه الكرة ارادياً في مناطق معنية وهذا يتطلب عمل مشترك ما بين الجهاز العصبي المركزي والجهاز العضلي، وتأقلم العضلات وفقاً لطبيعة أداء المهارة وظروفها، وهذا ما يتفق مع رأي (محمد حسنين، ١٩٩٥) و (محمد عادل رشدي، ١٩٧٦) والذي ينص على أن "الدقة ترتبط بكفاية الجهازين العضلي والعصبي وكذلك سلامة الحواس وخاصة النظر والسمع، إذ يتطلب أن يكون نقل المعلومات إلى الدماغ عن طريق الحواس دقيقاً، وأن تكون الإشارات العصبية الواردة إلى العضلات من الجهاز العصبي محكمة التوجيه وأن تكون العضلات مدربة كي تقوم بالعمل المطلوب وفقاً لظروف اللعب"

ان كثرة تداول التدريب بمساحات معينة من الساحة تفرض على اللاعب المستقبل للكرة من عدة متغيرات على أنت تصل الكرة للاعب او أي مركز ومنها يترتب على لاعب الحالة الثانية مهما كان تخصصه في اللعب ان يجيد التمرير بإتقان ودقة عالية وعمل هجوم او تكتيك معين، وهذا ما عمل عليه الباحثون في الدراسة الحالية. وهذا يتفق مع (حسين سبهان، وطارق حسن، ٢٠١١) "أن اللاعب المعتمد الماهر هو الذي يستطيع بقدراته ومهاراته أن يستجيب إلى تلك المواقف التي تستلزم السرعة، والرشاقة، والتوافق، والذكاء، والأداء المهاري الصحيح لتنفيذ الهجوم، وأن يبحث عن الطرق التي تعزز من تفوق الفريق والفوز بالمباراة باستخدام كل الفرص المتاحة له من خلال استثمار جميع إمكانيات لاعبين وبمختلف مستوياتهم في الوقت والمكان المناسب والتصرف بذكاء وفطنة في المواقف الحرجة التي يمر بها الفريق في أثناء مجرى المباراة وفي النقاط الحاسمة والمباريات المهمة".

وان طبيعة تدريب اللعب التنافسية التي جعلت اللاعبين الشباب عينة المجموعة التجريبية أن يطبقوا التدريبات بالشكل السليم والمتدرج وإرجاء بعض الصعوبات في المواقف مما زاد التطبيق؛ لأنها جعلت التمارين أو المهارات المتداولة الدفاعية والفنية قريبة جداً من حالات اللعب بالاعتماد على طبيعة الاعداد وتعويد اللاعب المهاجم على استخدام انواع متعددة من الهجوم وما يتناسب مع طبيعة الموقف دون الاعتماد فقط على الاعداد الجيد لعمل الهجوم، وهذا ما أشار اليه (طلحة حسام الدين وآخرون، ١٩٩٧) بأن "يرتبط مفهوم الخصوصية بالحقيقة القائلة ان افضل طريقة لتنمية الاداء تتم من خلال التدريب بأسلوب يتشابه إلى درجة كبيرة مع أسلوب المسابقة نفسها"

ويرى الباحثون أن الكرة الطائرة الحديثة تتطلب إتقان كافة اللاعبين الدقة في أداء مهارة التمرير من الأعلى، فضلاً عن القدرات الحركية قيد الدراسة وذلك نتيجة لظهور التشكيلات المتقدمة في الهجوم والدفاع والسرعة العالية للكرات المرسله او المنفذة بالضرب الساحق واذا ما وضعنا اللاعبين المعبين ولاعبى الليبرو جانباً فاننا يجب ان نحصل على لاعبين مهاجمين يجيدون مهارة التمرير من الأعلى لكي يتسنى مشاركة المعبين في الكرات التي لا يستطيع فيها المعد الوصول اليها في الوقت المناسب لكي لا تضع جهود الفريق عندما لا يكون التمرير ناجحاً بما فيه الكفاية، فالاعداد "هو أداء في موجه، الغرض منه ابتكار هجوم مثالي، وطبقاً لهذا الموضوع تؤدي المهارة من مواقع وأوضاع متنوعة للجسم".

لذا فان مهارة التمرير تحتاج إلى التوافق للتحكم في الكرات السهلة والصعبة والقدرة على اىصال الكرة إلى المكان المناسب لأداء ضربة ساحقة ناجحة.

في ضوء نتائج الدراسة ومناقشتها يستنتج الباحثون الآتي :-

تدريبات اللعب بمساحات مختلفة المستخدمة كان لها الأثر الإيجابي في تطوير بعض الجوانب الحركية والمهارية الأساسية بالكرة الطائرة أفراد المجموعة التجريبية، وتنظيم العمل والسيطرة على مكونات حمل التدريب خلال التدريبات اللعب وفق المساحات المختلفة خلال الوحدات التدريبية يؤدي إلى تطور الرشاقة والتوافق والاستجابة والأداء المهاري، وأن استخدام الأدوات التدريبية الحديثة والمساحات المختلفة كان لها الأثر في تطوير الرشاقة والتوافق والاستجابة الحركية والأداء المهاري (الاستقبال والتمرير والضرب الساحق للاعبين الشباب بالكرة الطائرة).

المصادر والمراجع العلمية

- احمد بدر؛ أصول البحث العلمي ومناهجه: (الكويت، وكالة المطبوعات، ١٩٨٨)
- أمر الله البساطي؛ قواعد وأسس التدريب الرياضي وتطبيقاته: (الإسكندرية، مسلة المعارف، ١٩٨٨)
- إيمان فؤاد هاشم؛ استخدام مواقف اللعب وتأثيرها في تطوير تعليم بعض المهارات الأساسية الهجومية لكرة السلة: (رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة بغداد، ٢٠٠٩).
- حسن حياوي (وآخرون)؛ مفهوم اللياقة البدنية وأبعادها المختلفة ط٢ (عمان، دار الأوتل للنشر والتوزيع، ١٩٨٧)
- حسين سبهان وطارق حسن رزوقي؛ المهارات والخطط الدفاعية والهجومية، ط١: (مطبعة الكلمة الطيبة، ٢٠١١)
- طة إسماعيل وآخرون؛ كرة القدم بين النظرية والتطبيق: (القاهرة، دار الفكر العربي، ١٩٨٩)
- طلحة حسام الدين وآخرون؛ الموسوعة العلمية للتدريب: (مدينة نصر، مطابع أمون، ١٩٩٧)
- طلحة حسين حسام الدين؛ الميكانيكية الحيوية الأسس النظرية والتطبيقية، ط١: (القاهرة، دار الفكر العربي ١٩٩٧)
- عصام عبد الخالق؛ التدريب الرياضي نظريات وتطبيقات ط١٢: (القاهرة، منشأة المعارف، ٢٠٠٥)
- قاسم حسن حسين؛ علم التدريب الرياضي في الأعمار المختلفة: (عمان، دار الفكر العربي، ١٩٩٨)
- محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان باختبارات الأداء الحركي، ط١: (القاهرة، دار الفكر العربي، ١٩٨٨)
- محمد صبحي حسانين؛ القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية، ج١، ط٣: (القاهرة، دار الفكر العربي، ١٩٩٥)
- محمد صبحي حسانين وحلمي عبد المنعم؛ الأسس العلمية للكرة الطائرة وطرق القياس والتقويم (بدني، مهاري، معرفي، نفسي، تحليلي) ط١، (القاهرة، مركز الكتاب للنشر، ١٩٩٧)
- محمد صبحي حسانين وحلمي عبد المنعم؛ الأسس العلمية للكرة الطائرة وطرق القياس والتقويم (بدني، مهاري، معرفي، نفسي، تحليلي) ط١، (القاهرة، مركز الكتاب للنشر، ١٩٩٧)
- محمد صبحي حسانين، حمدي عبد المنعم؛ الأسس العلمية للكرة الطائرة وطرق القياس والتقويم (بدني، مهاري، معرفي، نفسي، تحليلي) ط١، (القاهرة، مركز الكتاب للنشر، ١٩٩٧)
- محمد عادل رشدي؛ اسس التدريب الرياضي: (ليبيا، الشركة العامة للنشر والتوزيع والإعلان، ١٩٧٦)

- محمد لبيب ومحمد منير؛ البحث التربوي - أصوله - مناهجه: (القاهرة، عالم الكتب، ١٩٨٣)
- موفق المولى؛ الاساليب الحديثة في التدريب كرة القدم: (. الأردن ، دار الفكر العربي للطباعة والنش ، 2000)
- نعيمة زيدان خلف؛ التقدير الكمي لمساهمة أهم القدرات البدنية والعقلية في دقة أداء المهارات الهجومية لدى

لاعبات الكرة الطائرة، (أطروحة دكتوراه، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة بغداد، ٢٠٠٩)..

- Autoren w.w swesdin w.w konoplew u .A.Ausdauerent – wicklunq. Sportverlaqberlin- to teaching qu e 1974
- Gentile A .m warding model of skill acguisition with appticationto st 1972 .
- Larry Kich; Demands and terminology of setting: (volley tech fivb, No. 4, 1990).
- Mc cloy.c. and Young, N.D. (1954): Tests and measurements in physical Education, Application – century- crofts inc. publishers New – York
- Tadeuszlatowski(1981):Tedriaimetodykasporta,sporti Turystyka,warazawa.

بعض تدريبات اللعب في مساحات مختلفة

تمرين (١)

في هذا الموقف من اللعب يكون هناك أربعة لاعبين في كل ساحة ويقابلها خمس لاعبين في الساحة المقابلة، إذ يبدأ اللعب بإرسال الكرة إلى الملعب الثاني ويقوم اللاعبون باستقبال الكرة من الأسفل ثم إعدادها إلى أحد اللاعبين في الخط الخلفي بوجود حائط الصد ثنائي في المنطقة الأمامية.

تمرين (٢)

يتضمن هذا الموقف اللعب في المنطقة الأمامية فقط بين ثلاث لاعبين مقابل ثلاث لاعبين ويبدأ اللعب بالإرسال إلى الفريق الثاني ويقوم باستقبال ثم إعداد الكرة ثم الهجوم من المنطقة الخلفية بوجود حائط الصد ويستمر تداول اللعب بين المجموعتين.

تمرين (٣)

في هذا الموقف يقسم الملعب إلى قسمين بشكل طولي، إذ يكون هناك لاعبين في كل نصف يقابله اثنين في النصف الآخر يبدأ اللاعب بإرسال الكرة إلى الملعب الثاني ويتم استقبالها من قبل اللاعب في الخط الخلفي من الأسفل ويتم إعدادها من قبل اللاعب في المنطقة الأمامية للهجوم على الفريق الخصم بوجود حائط الصد ويستمر اللعب

تمرين (٤)

يبدأ الإرسال من جهة الفريق المكتمل ويكون الفريق الثاني من (٣) لاعبين (الفريق المستقبل) مع المعد ويكمل الفريق ثلاث ضربات من المنطقة الخلفية وعند عبور الكرة إلى الفريق المكتمل يقوم بالدفاع والإعداد والضرب الساحق من المنطقة الخلفية.