

ملخص البحث

يعتبر الصد من المهارات الأساسية والهامة في عملية الدفاع عن اللعب أمام الضربات الهجومية المختلفة على الشبكة، وهو وسيلة لإحباط عزم الفريق المنافس من خلال منع مهاجميه من ضرب الكرة الساحقة فوق الشبكة وتتضح أيضا أهمية حائط الصد في كونه يمتص قوة الضربة الساحقة ويساهم في الحصول على النقاط، فهو يشتت انتباه الفريق المنافس ويؤدي إلى عدم تركيزه وإرباكه، هدفت هاته الدراسة الى كشف الفرق بين المؤشرات المورفولوجيا والخصائص البدنية في إنجاز مهارة حائط الصد في لعبة كرة الطائرة صنف اشبال. الكلمات المفتاحية: المؤشرات المورفولوجيا-الخصائص البدنية-مهارة حائط الصد-لعبة كرة الطائرة-صنف اشبال

Abstract:

This is a way to frustrate the opposing team's determination by preventing its attackers from hitting the ball over the net. The importance of the wall of resistance is also evident in that it absorbs the force of the strike and contributes to the points. , It distracts the attention of the opposing team and leads to the lack of focus and confusion, aimed at this study to reveal the difference between the indicators morphology and physical characteristics in the completion of the skill of the wall of the block in the game of football Chabal class.

□ Keywords : Indicators Morphology - physical characteristics - the skill of the wall of the block - the game of volleyball - class cubs. And this is not true, it is God has the credit and what was wrong or forgotten, it is myself and the devil and praise to God, the Lord of the Worlds and peace and blessings be upon our master Muhammad Abu al-Qasim and his companions and peace.



دراسة مقارنة بين المؤشرات المورفولوجيا والخصائص البدنية في إنجاز مهارة حائط الصد في لعبة كرة الطائرة صنف اشبال "دراسة ميدانية على لاعبي نادي ترجي لكرة الطائرة مدينة الجلفة"

A Comparative Study of Morphology and Physical Characteristics in the Achievement of the Wall-Resistant Skill in the Chivalry Volleyball Game 'Field study on players of Esperance volleyball

ط/د. قسمية نورالدين مداني

nono0794373826@gmail.com

أ.د. سلامي عبد الرحيم

sellabderr@yahoo.fr

جامعة قسنطينة 2

مما لا شك فيه أنه لا يمكن فصل الرياضة عن الحياة الاقتصادية والاجتماعية والثقافية للأفراد الممارسين لها، إذ أنها تعتبر قاعدة هامة وضرورية تأسس عليها حياتهم، فإذا أحسن توجيهه فإنها تنعكس على المجتمع بأكمله.

بالإضافة إلى فوائدها بدنيا ونفسيا وحركيا على ممارستها، فهي في ذات الوقت تنمي قيمهم نظرا للاحتكاك الدائم من خلالها بالقواعد والقوانين المنظمة لها¹.

وتعد الرياضات الجماعية بشتى أنواعها وأشكالها المختلفة أحد وأهم الأنشطة الرياضية، ككرة القدم، كرة السلة، كرة اليد و كرة الطائرة، هذه الأخيرة منذ نشأتها الأولى وهي في تغير وتطور مستمرين، بحيث أصبحت تنافس الرياضات الأخرى التي سبقتها بمئات السنين، فكرة الطائرة رغم حداثة إلا أنها احتلت مكانة كبيرة في الأوساط الرياضية وأصبحت لها شعبية كبيرة وكسبت جمهورا واسعا².

ولقد تعددت طرائق التدريب الرياضي التي تهدف جميعاً إلى تطوير مستوى الأداء البدني وصولاً لتحقيق مراكز متقدمة في الأنشطة المختلفة ويسعى المدربون إلى اختيار أفضل أنواع طرق التدريب وتطبيق أنسبها واستخدام أحدث الوسائل التي تتناسب مع نوع النشاط التخصصي، وذلك بهدف الوصول إلى تحقيق استثمار أهم القدرات البدنية الخاصة بنوع النشاط المحدد لما لها من تأثير مباشر في ارتفاع مستوى الأداء البدني³.

وما يميز الكرة الطائرة عن باقي الألعاب المشابهة أنها تعتمد على القدرات العقلية بقدر ما تعتمد على التكوين البدني ففي كل الحركات الكرة الطائرة نجد أن اللاعب يفكر ويوافق بين جهازه العصبي والعضلي ويعرف كيف يحلل مواقف اللعب، متى يسرع ومتى يبطئ وأين يتم تغير اللاعبين لمراكزهم ومتى وكيف من لعب الكرة المرتدة من الشبكة في الوقت المناسب⁴.

ولقد نال جسم الإنسان الرياضي من ناحية شكله وحجمه وكذا اهتمام الكثير من العلماء والمختصين في المجال الرياضي، وذلك منذ أمد بعيد بهدف الوقوف على ما يتصف به هذا الجسم من الخصائص يطلق عليها الخصائص المورفولوجيا، وهي مواصفات معينة ومحددة تجعله مميّزا عن الآخرين.

وأعطى المتخصصون في المجال الرياضي خاصة متخصصو القياس والتقييم، أهمية خاصة للمواصفات والظواهر المورفولوجيا والبدنية باعتبارها أحد الخصائص والظواهر الهامة للنجاح في مزاوله الأنشطة المختلفة، حيث تعتبر هذه الظواهر المورفولوجيا الحيوية بمثابة صلاحيات أساسية للوصول إلى المستويات العالية، حيث يشير ذلك إلى أن العلاقة بين الصلاحيات التي يحتاجها النشاط الرياضي المعين ومستوى الأداء علاقة طردية كل يؤثر ويتأثر بالآخر⁵.

لقد أصبح من الأهمية اختيار المميزات البدنية المناسبة كأحد عوامل في ظروف اللعبة (وليس قوانينها) وبذلك اجريت العديد من الدراسات للتوصل الى العلاقة بين القياسات الجسمية والمستوى الرقمي وقد شملت هذه الدراسات مختلف الميادين الرياضية ففي كرة الطائرة لم تعد الخطط غامضة على المدربين ولكون تفوق الاداء المهاري أصبح مهما ولقد ظهرت دراسات متعددة تهتم بطول اللاعبين كإحدى المميزات لهذه اللعبة ولكن هذه الدراسات كانت تعتمد على ارتفاع الشبكة والاهتمام بالطول دون ما ينتج من ذلك مدلولات لأداء المهارات الأخرى كمهاراتي حائط الصد ، يذكر محمد صبحي حسنين ان هناك ارتباط بين القياسات الجسمية بالعديد من القدرات الحركية في الانشطة المختلفة⁶

من هذا المنطلق ظهرت إشكالية دراستنا المتمثلة في التساؤل العام التالي:

هل يوجد فرق بين المؤشرات المورفولوجيا والخصائص البدنية في انجاز مهارة حائط الصد في لعبة كرة الطائرة صنف اشبال؟

وتندرج تحت هذا السؤال الاسئلة الفرعية التالية:

1- هل توجد فروق ذات دلالة احصائية بين المؤشرات المورفولوجيا والخصائص البدنية في انجاز مهارة الصد بلعبة كرة الطائرة صنف اشبال؟

2- هل توجد علاقة بين المؤشرات المورفولوجيا والخصائص البدنية بلعبة كرة الطائرة صنف اشبال؟

في ضوء الدراسات والمشروعات البحثية السابقة، تم صياغة فروض الدراسة الحالية على النحو التالي:

1- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين المؤشرات المورفولوجيا والخصائص البدنية في انجاز مهارة الصد بلعبة كرة الطائرة صنف اشبال.

2- توجد علاقة بين المؤشرات المورفولوجيا والخصائص البدنية بلعبة كرة الطائرة صنف اشبال.

أهداف الدراسة:

تهدف من خلال هذه الدراسة إلى:

- التعرف على الفرق بين المؤشرات المورفولوجيا والخصائص البدنية في انجاز مهارة الصد بلعبة كرة الطائرة صنف اشبال.

- التعرف على المتغيرات المورفولوجيا التي تؤثر على مهارة الصد في لعبة الكرة الطائرة.

- التعرف على الخصائص البدنية التي تؤثر في مهارة الصد في لعبة الكرة الطائرة.

- التنبؤ بالقياسات الجسمية المناسبة التي تساهم بشكل فعال في مهارة الصد.

تحديد المفاهيم والمصطلحات:

المؤشرات المورفولوجيا:

باعتبارها أحد الخصائص والظواهر الهامة للنجاح في مزاولة الأنشطة المختلفة تعتبر هذه الظواهر المورفولوجيا الحيوية بمثابة

صلاحيات أساسية للوصول إلى المستويات العالية، حيث يشير ذلك إلى أن العلاقة بين الصلاحيات التي يحتاجها النشاط

الرياضي المعين ومستوى الأداء علاقة طردية كل يؤثر ويتأثر بالآخر⁷.

اللياقة البدنية:

هي الحالة السليمة للفرد الرياضي من حيث كفاءة حالته الجسمية، والتي تمكنه من استخدامها بمهارة وكفاءة خلال الأداء

البدني الحركي، بأفضل درجة وأقل جهد ممكن⁸.

مهارة الصد:

هو عملية يقوم بها لاعب أو ثلاثة لاعبين معا من المنطقة الأمامية مواجهها للشبكة أو قريبا منها، وذلك بالوثب الأعلى مع

مد الذراع أو الذراعين للاعتراض الكرة المضروبة ساحقا من ملعب الفريق المنافس فوق الحافة العليا للشبكة⁹.

كرة الطائرة:

الكرة الطائرة رياضة جماعية يتقابل فيها فريقين فوق الميدان الذي يبلغ 18 متر وعرضه 9 متر تقسمه الشبكة إلى جزئين

متساويين وارتفاع الشبكة هو 2.43 متر للذكور و 2.33 متر للإناث والهدف من هذه هو محاولة إسقاط الكرة في جهة

الخصم وتفادي سقوطها في الجزء الخاص به، وتتحرك الكرة فوق الشبكة ببدء اللعب عن طريق اللاعب الخلفي حيث يبدأ

بضرب الكرة وذلك بالإرسال ولكل فريق الحق في لمس الكرة ثلاث مرات دون حساب لمسة الصد إن وجدت ولا يمكن للاعب واحد لمس الكرة مرتين متتاليتين ويستمر اللعب حتى تلامس الكرة الأرض أو عدم تحقيق إرسال صحيح¹⁰.
الدراسات النظرية:

دراسة الخصائص المورفولوجيا:

مدخل:

لقد نال جسم الإنسان الرياضي من ناحية شكله وحجمه وكذا اهتمام الكثير من العلماء والمختصين في المجال الرياضي، وذلك منذ أمد بعيد بهدف الوقوف على ما يتصف به هذا الجسم من الخصائص، يطلق عليها الخصائص المورفولوجيا، وهي مواصفات معينة ومحددة تجعله مميزا عن الآخرين.

ولقد أعطى المتخصصون في المجال الرياضي خاصة متخصصو القياس والتقويم أهمية خاصة للمواصفات والظواهر المورفولوجيا باعتبارها أحد الخصائص والظواهر الهامة للنجاح في مزاولة الأنشطة المختلفة.

تعتبر هذه الظواهر المورفولوجيا الحيوية بمثابة صلاحيات أساسية للوصول إلى المستويات العالية، حيث يشير ذلك إلى أن العلاقة بين الصلاحيات التي يحتاجها النشاط الرياضي المعين ومستوى الأداء علاقة طردية كل يؤثر ويتأثر بالآخر¹¹.

1- أهمية الخصائص المورفولوجية:

إن ممارسة أي نشاط رياضي وباستمرار لفترات طويلة يكسب ممارسة خصائص مورفولوجية خاصة تتناسب ونوع النشاط الرياضي الممارس.

ويؤكد عصام حلمي 1987 على أن ممارسة الأنشطة الرياضية ذات الطبيعة الخاصة و بشكل منتظم ولفترات طويلة تحدث تأثيرا مورفولوجيا على جسم الفرد الممارس، ويمكن التعرف على هذا التأثير بقياس أجزاء الجسم العاملة بصورة فعالة أثناء ممارسة هذا النشاط، حيث أن لها تأثير، وإظهار القوة العضلية، السرعة، التحمل، المرونة، كذلك تجاوب جسم اللاعب لمختلف الظروف المحيطة به وأيضا كفاءته البدنية وتحقيق النتائج الرياضية الباهرة¹².

ويؤكد كمال عبد الحميد، أسامة راتب 1986 نقلا عن كارتر أن العلاقة أكيدة بين البناء الجسمي و الوظيفة، فالقياسات المورفولوجية تعتبر مطلبا هاما للأداء الحركي للرياضيين حتى يمكن الوصول إلى المستويات الرياضية العالية.

2- الخصائص المورفولوجية:

- يتسم النمو بالبطء عن ذي قبل، كما يبدو التمايز بين الجنسين بشكل واضح.

- يستمر نوا الجسم وتحدث زيادة في الطول والعرض والوزن.

- تتعدل النسب الجسمية و تصبح قريبة من النسب الجسمية عند الراشد.

- يزداد نمو العضلات الصغيرة و يستمر نمو العضلات الكبيرة.

- لا تتضح الفروق بين الجنسين، إلا أنها توجد بعض الفروق البدنية القليلة بينها فالبنات في سن بالإضافة إلى وجود فروق في الهيكل العظمي حيث نلاحظ الزيادة في عظام الحوض بالنسبة للإناث مقارنة بالذكور وتستمر هذه الزيادة حتى

سن البلوغ¹³.

3- النمو الجسمي :

إن النمط الجسمي للاعب كرة الطائرة هو النمط العضلي، الذي يتميز بطول الأطراف خاصة الذراعين و الرجلين مع كبر كف اليد وطول سلاميات الأصابع مما يساعد السيطرة على الكرة وقوة القذف و تنوعه، ولأن كرة الطائرة تعتمد على نسبة معتبرة من القوة التي توفرها العضلات فإن النمط العضلي هو الأنسب لمثل هذا النوع من الرياضة¹⁴.

4- أهمية بعض القياسات الأنثروبومترية :

4-1 الوزن :

تمثل أي زيادة في الوزن أعباء إضافية على القلب، فالشرايين التي يحتويها الجسم يبلغ طولها حوالي 25 كيلومتر، فإذا زاد الوزن كيلوغرام واحد عن معدله الطبيعي يتحتم على القلب أن يدفع الدم عبر ميلين إضافيين من الشرايين لتغذية هذه الزيادة¹⁵.

والوزن عنصر هام في النشاط الرياضي أيضا إذ يلعب دورا هاما في جميع الأنشطة الرياضية تقريبا، لدرجة أن بعض الأنشطة تعتمد أساسا على الوزن، مما دعا القائمين عليها إلى تصنيف مسابقتها تبعا لأوزانهم كالمصارعة والملاكمة و الجودو ورفع الأثقال (ثقل-خفيف ثقيل - متوسط.... الخ) وهذا يعطي انعكاسا واضحا عن مدى تأثير الوزن في نتائج ومستويات الأرقام.

4-2- السن .

4-3-الطول: ويتضمن:

* الطول الكلي للجسم.

* طول الذراع.

* طول الساعد، وطول العضد، وطول الكف.

* طول الطرف السفلي.

* طول الساق، وطول الفخذ، وارتفاع القدم، وطول القدم.

* طول الجذع¹⁶.

4-4- الأبعاد: وتتضمن:

* عرض المنكبين . * عرض الصدر. * عرض الحوض.

* عرض الكف و عرض القدم. * عرض جمجمة الرأس

4-5- المحيطات: وتتضمن:

* محيط الصدر. * محيط الوسط. * محيط الحوض.

* محيط المرفق . * محيط العضد. * محيط الفخذ.

* محيط سمانة الساق. * محيط الرقبة.

4-6- الأعماق: وتتضمن:

* عمق الصدر.

* عمق الحوض.

* عمق البطن.

* عمق الرقبة.

4-7- قوة القبضة.

4-8- سمك الحويوة.

4-9- سمك الدهن.

5- اللياقة البدنية:

تناول الكثيرون اللياقة البدنية بالتعريف لتوضيح معالمها ومكوناتها المتعددة وكان من نتيجة تداخل جوانب كثيرة في مفهوم اللياقة البدنية الوظيفية والعقلية والنفسية أثر في تضارب الآراء وفي تنوعها . فقد عرفها (كيورتن) بأنها احد مظاهر اللياقة العامة للفرد وتشمل الخلو من الأمراض المختلفة العضوية والوظيفية وقيام أعضاء الجسم بوظائفه على أحسن وجه . وقسمت اللياقة البدنية إلى:

1- اللياقة البدنية العامة: مقدرة يتسم بها الرياضي تتمكن من خلالها أجهزته الفسيولوجية وأعضاء جسمه من القيام بوظائفها بكفاءة وفاعلية بصورة شاملة ومنتزعة خلال ممارسة أنشطة بدنية أو رياضية عامة.

2- اللياقة البدنية الخاصة: مقدرة يتسم بها الرياضي تتمكن من خلالها أجهزته الفسيولوجية وأعضاء جسمه من القيام بوظائفها بكفاءة وفاعلية للوفاء متطلبات أنشطة بدنية وحركية ذات طبيعة خاصة.

مكونات اللياقة البدنية: هناك آراء وأبحاث كثيرة اختلفت حول تحديد عناصر اللياقة البدنية ولكن المتفق عليه في تحديد هذه العناصر على أنها تشمل (القوة - السرعة - التحمل - المرونة - الرشاقة - التوافق - التوازن)¹⁷.

حائط الصد:

تعريف:

حائط الصد هو عملية يقوم بها لاعب أو اثنان أو ثلاثة لاعبين معا من المنطقة الأمامية مواجهة الشبكة أو قريبا منها، وذلك بالوثب للأعلى مع مد الذراعين لاعتراض الكرة المضروبة ساحقا من ملعب الفريق المنافس فوق الحافة العليا للشبكة¹⁸.

2- أهمية حائط الصد:

يعتبر الصد من المهارات الأساسية والهامة في عملية الدفاع عن اللعب أمام الضربات الهجومية المختلفة على الشبكة، وهو وسيلة لإحباط عزم الفريق المنافس من خلال منع مهاجميه من ضرب الكرة الساحقة فوق الشبكة¹⁹

وتتضح أيضا أهمية حائط الصد في كونه يمتص قوة الضربة الساحقة ويساهم في الحصول على النقاط، فهو يشتت انتباه الفريق المنافس ويؤدي إلى عدم تركيزه وإرباكه

الغرض الشائع والأساسي من تكوين حائط الصد هو سحب الكرة المضروبة من الخصم حتى تفقد قوتها وتعدم خطورتها. إجبار اللاعب على توجيه الكرة في مكان معين، بحيث يمكن للفريق أن يستغلها في تشكيل خطته الهجومية، بحيث أنه لا

يعتبر كعملية دفاعية فحسب، بل هو أيضا بداية لعملية هجومية²⁰.

3- تقنيات حائط الصد:

3-1- وضع اليد للاعب الصد لهجمات الخصم:

لاعب الوسط الأمامي يبقى بالقرب من الشبكة اليسار الأمامي واليمين الأمامي يقون خلف الشبكة ثم يتحرك اليسار الأمامي ليصد الضربات الساحقة²¹

3-2- وضع الجسم الأساسي للاعب الصد:

اليدان بجانب الأذنين زاوية 90° عند الوركين والرجلين زاوية 100° إلى 110° عند الركبتين.

3-3- الارتفاع والشروط الضرورية للصد:

الفقر لأقصى ما يمكن ومد اليد أعلى الشبكة على الارتفاعات:

- الرجال المرفق أعلى الشبكة.

- السيدات وسط الذراع بين المرفق والمعصم أعلى الشبكة.

3-4- حركة الذراع في الصد:

تعلم الأسلوب الفني لزيادة عرض مساحة الصد، وذلك بالتحرك أو بحركة اليدين بطول الشبكة بعد التنبؤ بمسار الكرة الساحقة في الاتصال النهائي بالكرة المضروبة، مد الإبهامين والأصابع الصغيرة يجب إضافة حركة المعصم في إعادة الكرة على ملعب الخصم.

3-5- التحرك بعد الصد:

عندما ينجح الصد يجب الانتباه لصد الهجمة التالية، أما عندما يفشل الصد فعلى اللاعبين مواجهة الكرة المضروبة لتقوية وتعزيز موقع المعد، فإن عليهم أن يتحركوا للمواقع الصحيحة للضربة الساحقة.²²

4- المبادئ الأساسية لوضع حائط الصد:

هناك بعض الاعتبارات الهامة والمبادئ الأساسية حول عملية الدفاع بإقامة حائط صد تتلخص فيما يلي:

- انتصاب الجذع ومد الذراعين كاملا مع بسط اليدين من المرفقين، بحيث يقف اللاعب على مشط القدم والركبتين مفرودين إذا كان تمرير المنافس بشكل جيد، أما إذا كان سيئا هنا ثني الركبتين قليلا.

- وضع الذراعين على مسافة أوسع من مسافة الكتفين أثناء الأداء حتى يتمكن المدافع من تغطية أكبر مساحة من الملعب على الشبكة وهذا الأسلوب يحد كثيرا من هجوم المنافس.

- فرد الجسم مع أداء وثبات خفيفة متتالية على المشطين تمهيدا لأداء حائط الصد، حيث تؤدي هذه الوثبات إلى توتر عضلي يمهّد لإعطاء قوة الوثب.

- ايجابية عمل الكتفين والأصابع بأن يكون حائط الصد مغلقا ومحاولة تصغير زاوية العمل الهجومي للمنافس.

- دقة التوقيت والوثب الصحيح وحسن اختيار مكان الوثب.

- زاوية رسغ اليد واتجاه الأصابع حيث التفريق بين حائط الصد الدفاعي والهجومي.

- استقرار القائم بالصد لنوع العمل الهجومي ومكانه ونوعية المهاجم مع مراقبة اللاعب المعد للفريق المنافس، ويعد الاستقرار من أهم العوامل التي تؤدي على نجاح حائط الصد.²³

5- أنواع حائط الصد:

5-1- الصد الهجومي:

عند أداء الصد الهجومى تكون الأيدي المكونة لحائط الصد متوازية وقرية من الشبكة وفيها انشاء نحو ملعب المنافس فتتحرك الذراعين واليدان أثناء الصد لمحاولة ضرب الكرة في ملعب المنافس²⁴.

5-2 الصد الدفاعي:

يستخدم بواسطة اللاعبين الذين يستطيعون أن يرفعوا أيديهم أعلى من الشبكة، في الصد الدفاعي يضع اللاعب كف يديه لأعلى ليكون سطح ارتداء الكرة، يجب أن يقفز اللاعب قليلا للخلف من الشبكة ليعترض مسار الكرة، وبالرغم من أن هذا الصد يبدو سهلا فإن توقيت وضع اليدين صعب للغاية²⁵

5-3 الصد المفتوح:

حائط الصد المفتوح هو الذي تكون فيه أيدي اللاعبين موازية للشبكة وعلى استقامة واحدة تقريبا أي تكون الزاوية حوالي 180°، ونقطة الضعف في هذا التكوين أن يتيح للمهاجم ضرب الكرة داخل وخارج حائط الصد، إذا كان الحائط عند طرفي الشبكة.

5-4 الصد المغلق:

حائط الصد المغلق تكون فيه الزاوية بين الأيدي أقل من 180°، ويكون ذلك عن طريق لف اليدين قليلا من جهة الإصبع الصغير في اتجاه الشبكة، فإذا كان الف من جانب واحد يسمى نصف مغلق للحائط المغلق، يتم عادة في منطقة منتصف الملعب خاصة في منطقة وسط الشبكة²⁶

إجراءات البحث الميدانية:

منهج البحث: استخدم الباحث في هذه الدراسة الأسلوب الوصفي بأسلوب المقارنات لطبيعة الموضوع الذي يتطلب ذلك، فالأسلوب الوصفي "تصوير للوضع الراهن وتحديد للعلاقات التي توجد بين الظواهر والاتجاهات". كما انه ليس مجرد وصف لم هو ظاهر للعيان بل إنه يتضمن الكثير من التقصي، ومعرفة الأسباب والمسببات لما هو ظاهر للعيان²⁷.

- مجالات البحث :

- المجال البشري :

تمت التجربة على عينة من لاعبي الكرة الطائرة صنف أشبال في ولاية الجلفة للنادي الرياضي للهواة ترجي شباب بلدية الجلفة.

- المجال المكاني :

جرت الاختبارات المرفولوجيا وكذا البدنية بقاعة 5جويلية المتواجدة في حي الجلفة الجديدة.

- المجال الزمني :

لقد شرعنا في هذه الدراسة إنطلاقا من أواخر شهر ديسمبر 2018 ، وهذا بعد الحصول على موافقة رئيس النادي والمدرّب.

مجتمع الدراسة: يتشكل مجتمع دراستنا من لاعبي كرة الطائرة ترجي اشبال بلدية الجلفة كمجتمع بحث هاته الدراسة.

عينة الدراسة: تعرف العينة بأنها جزء صغير من مجتمع البحث يتم اختياره اختيارا منتظم أو عشوائيا، وبعد دراسته يمكن استنتاج أو تخمين طبيعة المتغيرات والظروف والسمات التي تميز مجتمع البحث الذي انتقيت منه العينة المنتظمة أو العينة العشوائية²⁸.

تحصلنا على عينة عمدية متكونة من 40 لاعب صنف اشبال تم انتقاء منهم 28 لاعبين تمت الدراسة عليهم، وقد كانت هذه العينة تمثيلية للاعبين الاشبال، وكذلك لجميع النوادي.
- تمت عملية الانتقاء على مرحلتين:

المرحلة الأولى: تمت عملية الفرز باستعمال المؤشرات المورفولوجيا (الطول الكلي، الوزن، طول الذراع) وكانت النتائج كالتالي:

جدول رقم 01 : يوضح الفئات والعدد والنسبة المئوية للمؤشرات المورفولوجيا

| الوزن (كغ) | | | الطول الكلي (سم) | | | طول الذراع (سم) | | |
|------------|-------|--------|------------------|-------|---------|-----------------|-------|--------|
| النسبة % | العدد | الفئات | النسبة % | العدد | الفئات | النسبة % | العدد | الفئات |
| 20 | 08 | 55-50 | 17.5 | 07 | 165-160 | 15 | 06 | 65-60 |
| 30 | 12 | 60-55 | 40 | 16 | 170-165 | 32.5 | 13 | 70-65 |
| 37.5 | 15 | 65-60 | 35 | 14 | 175-170 | 37.5 | 15 | 75-70 |
| 12.5 | 05 | 70-65 | 7.5 | 03 | 180-175 | 15 | 06 | 80-75 |

نظرا لنتائج الاختبارات تم اختيار 14 لاعبا وذلك باعتبار حصولهم على أحسن النتائج كما هو مبين في الجدول
المرحلة الثاني: انتقاء العينة البالغ 26 لاعبا باستعمال اختبار سارجنت

جدول رقم 02: يوضح نتائج اختبار سارجنت

| النسبة % | العدد | الفئات |
|----------|-------|-----------|
| 11.53 | 03 | 1.50-1.20 |
| 07.69 | 02 | 1.80-1.50 |
| 19.23 | 05 | 2.10-1.80 |
| 03.84 | 01 | 2.40-2.10 |
| 57.69 | 15 | 2.70-2.40 |

من خلال نتائج الاختبار استطعنا الإبقاء عن 14 لاعب لهم احسن النتائج كما هو مبين في الجدول
الادوات المستخدمة:

- ♥ المصادر والمراجع العربية والأجنبية.
- ♥ فريق عمل.
- ♥ إستمارة لتسجيل البيانات.
- ♥ شريط قياس .
- ♥ كرونومتر.
- ♥ شواخص .
- ♥ جهاز حاسوب
- ♥ ميزان طبي
- ♥ المؤشرات المورفولوجيا والاختبارات البدنية

الاجراءات المستخدمة:

- اختبار حائط الصد (اختبار تكرار حائط الصد لمدة 10 ثوان)
- القفز العمودي من الثبات لتأشير علامة الارتفاع على اللوحة
- المؤشرات المورفولوجيا (الطول الكلي، الوزن، طول الذراع)

5-7- المعالجة الاحصائية للنتائج:

- الوسط الحسابي
- النسبة المئوية
- الانحراف المعياري
- اختبار الدلالة الاحصائية T test

عرض ومناقشة نتائج البحث:

الجدول رقم 03: يوضح احصائيات المجموعة

إحصائيات المجموعة

| متوسط الخطأ القياسي | الانحراف المعياري | المتوسط الحسابي | N | مجموعة اللاعب |
|---------------------|-------------------|-----------------|----|-----------------------------|
| .26579 | .99449 | 3.2857 | 14 | المؤشرات المورفولوجيا نتيجة |
| .26945 | 1.00821 | 4.6429 | 14 | الخصائص البدنية اللاعب |

من خلال نتائج الجدول الذي يقوم بوصف البيانات نرى عدد العينة $N=14$ و الانحراف المعياري يقدر بـ 0.99 بالنسبة للمؤشرات المورفولوجيا و 1 بالنسبة للخصائص البدنية، اما المتوسط الحسابي فكانت الخصائص البدنية 4.6429 و المؤشرات المورفولوجيا 3.2857، وهذا يدل على تقدم الجانب البدني على الجانب المورفولوجي في مهارة الصد.

اختبار عينات مستقلة Test des échantillons indépendants

الجدول رقم 04: اختبار ليفين لمساواة في الفروق Test de Levene sur l'égalité des variances

| Test de Levene sur l'égalité des variances | | | |
|--|------|---------------------------|--------------|
| Sig. | F | | |
| .841 | .041 | افتراض الفروق متساوية | نتيجة اللاعب |
| | | افتراض الفروق غير متساوية | |

من خلال نتائج جدول فحص المتغيرات الذي نرى من خلاله تساوي الوسط الحسابي للمجموعات من حيث قيمة التباين، بما ان الدلالة الاحصائية Sig اكبر من 5%، اذن تحقق شرط من شروط اختبار TTest لعينتين مستقلتين وهو اتساق التباين للمجموعتين.

الجدول رقم 05: يبين الفروق بين المؤشرات المورفولوجيا والخصائص البدنية للعينة في اختبار "تكرار مهارة حائط الصد" يتضح من خلال البيانات الموجودة على الجدول رقم (05) الفروق بين المؤشرات المورفولوجيا والخصائص البدنية للعينة في اختبار "تكرار مهارة حائط الصد"

فبالنسبة للمؤشرات المورفولوجيا: حصلت في القياس على متوسط حسابي قدره 3.2857، وانحراف معياري قدره:

0.99449.

وبالنسبة للخصائص البدنية: حصلت في القياس على متوسط حسابي قدره 4.6429 ، وإنحراف معياري قدره : 1.00821 ، وكانت القيمة المعنوية Sig قدرها : 0.001 ، وقيمة إختبار Ttest : 3.586 ، ومستوى الدلالة : 0.05 ، وبما أن القيمة المعنوية أقل من مستوى الدلالة فإن الفروق دالة إحصائيا ، وبالتالي هناك فروق بين المؤشرات المورفولوجيا والخصائص البدنية للعينة في اختبار "تكرار مهارة حائط الصد" مناقشة النتائج:

من خلال نتائج الاختبار المهاري يتبين أن الفروق كانت ذات دلالة إحصائية بين نتائج المؤشرات المورفولوجيا والخصائص البدنية ولصالح هذه الاحيرة.

ونفسر أسباب تلك الفروق لمجمل الصفات البدنية وعليه تكمن اهمية اللياقة البدنية في ارتباطها المباشر في صحة الانسان وشخصيته واصبح الاهتمام باللياقة البدنية هدفاً قومياً ووطنياً في كثير من دول العالم مما دعى اجهزتها المعنية الى نشر المفاهيم العلمية للياقة البدنية ، وبشكل عام ان اللياقة البدنية هي القاعدة الواسعة والعمود الفقري لممارسة الانشطة الرياضية في جميع المراحل العمرية والتي تنشق عنها اللياقة البدنية الخاصة التي تعني خصوصية بشكل الرياضة عند كل فرد من حيث الاتجاه للأداء والاجهزة العضوية المشاركة في الاداء لتحقيق انجازات رياضية متقدمة²⁹.

كما تلعب القياسات المورفولوجيا، دوراً هاماً في المجال الرياضي لأن لياقة الفرد للأنشطة الرياضية، تتحدد وفقاً لملاءمة تركيب جسمه، لأداء العمل المطلوب والفاعلية التي يمكن لأعضاء جسمه إنجاز هدف الحركة بها كما أنها تلعب دوراً هاماً في اختيار نوع النشاط الرياضي، وتوحيد عملية التدريب بما يتفق مع الفروق الفردية للأفراد، ولقد زاد الاهتمام به بغرض الارتفاع بمستوى الإنجاز الرياضي ، الأمر الذي دعا إلى الاهتمام المباشر بالقياسات المورفولوجيا اهتماماً كبيراً، لما لها من دور هام في ممارسة النشاط الرياضي، والوفاء بمتطلبات هذا النشاط، من الناحية البدنية، كما تشير الدراسات والبحوث إلى أهمية التكوين الجسماني للفرد، فالتكوين الجسماني للفرد من حيث الطول والوزن، وهى عوامل لا يمكن تجاهلها بل إنه من الضرورة الاهتمام بها سعياً إلى التفوق الرياضي

الخاتمة:

تعتبر كرة الطائرة إحدى العاب الكرة بصفة خاصة والألعاب الجماعية بصفة عامة فهي من الألعاب الراقية التي تمارس في المقابلات الدولية والاولمبية والوطنية أي ما يعرف بالبطولات.

فقد أصبحت هذه اللعبة تتسم بالديناميكية التي ينتج عنها ارتفاع مستوى الإثارة، فهي نسبيا حديثة وحيوية بالمقارنة بالألعاب التقليدية الأخرى فهي منتشرة وانتشرت سريعا وازداد مستواها من حيث الأداء في أنحاء العالم وإن أداء أي نشاط رياضي في إطار منضم له طبيعته وخصائصه، وذلك لأغراض لا بد من الوصول إليها، سواء كانت مادية أو معنوية، وللوصول إليها يجب إن تكون في طابع تنافسي مضبوط بقوانين وأحكام بالمنافسة الرياضية جزء ضروري وهام بالنسبة لكل أنواع النشاط الرياضي على الإطلاق ولا يمكن أن يكتب أي نشاط رياضي أن يعيش بدونها، بالمنافسة هي الهدف النهائي الذي يرمي إليه التدريب الرياضي، ومن ناحية أخرى تعتبر المنافسة وسيلة فعالة لتطوير وتنمية مستوى اللاعبين وللوصول الى اعلى النتائج يجب اكتساب اللياقة البدنية التي يطلق علماء التربية الرياضية في الاتحاد السوفياتي مصطلح الصفات البدنية أو الحركية للتعبير عن القدرات الحركية أو البدنية في الولايات المتحدة الأمريكية عليها إسم مكونات اللياقة البدنية باعتبارها أحد المكونات الشاملة التي تحتوي على مكونات اجتماعية، نفسية، وعاطفية³⁰.

الاستنتاجات:

توصل الباحثون لعدة استنتاجات وهي:

- 1- وجود فروق معنوية بين مجموعتي البحث (المؤشرات المورفولوجيا والخصائص البدنية) في تركيز الانتباه ولصالح الخصائص البدنية.
 - 2- للقفز أهمية ودور كبير في الفعالية مهارية (حائط الصد).
 - 3- المجموعة التي تم فرزها من خلال التصنيف وفقا لعناصر القياسات المورفولوجيا هي مجموعة منفردة بصفاتها الخاصة ومشتركة ببعض الصفات الأخرى مع المجموعة الأخرى.
 - 4- اعتبار التحضير البدني من أهم العوامل المساعدة في أداء اللاعبين وعلى المدرب الاهتمام بتحضير اللاعب بدنيا.
- والاقتراحات والتوصيات:

- 1- التركيز على تطوير لياقة اللاعب لأنها من أهم العناصر المؤثرة على أداء اللاعب والتغلب على التعب والإرهاق خلال المنافسات وإتباع الطرق اللازمة لتنميتها وتطويرها.
- 2- الاهتمام بتنمية الصفات البدنية المختلفة وبصفة مستمرة في برامج العمل التدريبية.
- 3- اعتبار أن الهدف الحقيقي من التحضير البدني هو تحسين مستوى أداء اللاعبين أثناء المنافسة.
- 4- اعتبار الجانب البدني عاملا من عوامل التفوق والنجاح.
- 5- زيادة فاعلية التحضير البدني من شدة وحجم ماله دور في الأداء العام للاعبين خلال فترة المنافسة.
- 6- ضرورة برمجة حصص تدريبية لتنمية الصفات البدنية المختلفة.
- 7- اعتبار أن الصفات البدنية ترتبط ارتباطا وثيقا بالأداء الجيد للاعبين.
- 8- إتباع الطرق العلمية في التحضير البدني للصفات البدنية.
- 9- يراعى وضع قياسات جسمية ضمن بطاريات اختبارات القبول للاعبين عند التقدم للاندماج في النوادي الرياضية.
- 10- ضرورة الاهتمام بالقياسات الجسمية في أجزاء الجسم المختلفة وربطها مع بعضها البعض لاستخراج أنماط دقيقة.
- 11- الاهتمام بخفض أوزان اللاعبين للحصول على نمط مميز يساعد على التفوق الرياضي.
- 12- ضرورة تطبيق (القياسات الجسمية - نمط وتركيب الجسم) في اختبارات القبول للنوادي.

قائمة المراجع:

- 3 مفتي إبراهيم : الجديد في الإعداد المهاري والخططي للاعب كرة القدم ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ص 66.
- 4 محمد سعد زغلول ، محمد لطفي السيد : الأسس الفنية لمهارات كرة الطائرة للمعلم والمدرّب ، مطابع أمون ، ط1 ، مصر ، 2001 ، ص17
- 5 زكي محمد حسن : الظواهر المورفولوجية في رياضي الألعاب الجماعية ، كلية التربية الرياضية للبنين ، القاهرة ، 2004، ص7 .

- 1 مفتي إبراهيم حماد: التدريب الرياضي للجنسين من الطفولة إلى المراهقة، دار الفكر العربي، ط1، القاهرة، 1996، ص19.
- 1 عماد الدين عباس أبو زيد وسامبي محمد علي: الأسس الفسيولوجية لتدريب كرة اليد، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 1998، ص06.

- 6 - محمد صبحي حسنين: تقويم القياس في التربية البدنية، دار الفكر العربي، القاهرة، 1979، ص 43.
- 7 زكي محمد حسن: الظواهر المرفولوجية في رياضي الألعاب الجماعية، كلية التربية الرياضية للبنين، القاهرة، 2004، ص 7.
- 8 مفتي إبراهيم حماد: "التدريب الرياضي الحديث": دار النشر العربي، القاهرة، ص 141
- 9 حمدي عبد المنعم: الكرة الطائرة (مهارات -خطط- قانون)، دار الفكر العربي، ب ط، القاهرة 1986، ص 51.
- 10 منشورات الخارجية لكرة الطائرة القانون الرسمي لكرة الطائرة المعتمد من طرف (FIVB) المنشور الصادر في المؤتمر 27 للفدرالية العالمية لكرة الطائرة المنعقد في المدينة الاسبانية "سبيل" 2000
- 11 زكي محمد حسن: الظواهر المرفولوجية في رياضي الألعاب الجماعية، كلية التربية الرياضية للبنين، القاهرة، 2004، ص 7.
- 12 حمد حازم محمد أبو يوسف: أسس إختيار الناشئين في كرة القدم، دار الوفاء لنديا الطباعة و النشر، ط 1، الإسكندرية، مصر، 2005، ص 25- 26.
- 13 محمد الحماحي، أمين الخولي: أسس بناء برامج التربية الرياضية، دار الفكر العربي، ط 2، القاهرة، 1990، ص 137.
- 14 منير جرجس إبراهيم: كرة الطائرة للجميع، دار الفكر، ط 4، القاهرة، 1994، ص 334.
- 15 محمد صبحي حاسنين: القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية، دار الفكر العربي، ط 4، القاهرة، 2000، ص 44.
- 16 محمد صبحي حسانين: المرجع السابق، ص 42.
- 17 أمر الله احمد البساطي: أسس وقواعد التدريب الرياضي، منشأة المعارف، الإسكندرية، مصر 1998، ص 12.
- 18 د/ علي مصطفى طه: الكرة الطائرة، تاريخ، تعليم، تدريب، تحليل، دار الفكر العربي، ط 1، القاهرة، 1999، ص 137.
- 19 د/ محمد سعد زغلول: الأسس الفنية لمهارات الكرة الطائرة، مركز الكتاب للنشر، ط 1، القاهرة، 2001، ص 78.
- 20 زينب فهمي وآخرون: الكرة الطائرة، دار الفكر العربي، ج 1، القاهرة، 1983، ص 31.
- 21 د/ عصام الوشاحي: الكرة الطائرة الحديثة، مفتاح الوصول إلى المستوى العالمي، دار الفكر العربي، القاهرة، 1994، ص 237.
- 22 د/ عصام الوشاحي: نفس المرجع، ص 283، 240.
- 23 د/ محمد سعد زغلول: نفس المرجع، ص 78، 79.
- 24 د/ علي مصطفى طه: نفس المرجع، ص 137.
- 25 د/ عصام الوشاحي: المبادئ التعليمية في الكرة الطائرة، دار الفكر العربي، القاهرة، 1991، ص 129.
- 26 زينب فهمي وآخرون: نفس المرجع، ص 23.
- 27 محمد عمر نوال. مناهج البحوث الاجتماعية والإعلامية. مكتبة الأنجلو المصرية. القاهرة. 1986. ص 107-108.
- 28 إحسان محمد الحسن. الأسس العلمية لمناهج البحث الاجتماعي. دار الطليعة. بيروت. لبنان. ط 3. 1994. ص 123.
- 29 كمال عبد الحميد، محمد صبحي: اللياقة البدنية ومكوناتها، ط 3، دار الفكر العربي، القاهرة، 1997، ص 17.
- 30 محمود عوض بسيوني وفيصل ياسين الشاطي: "نظريات وطرق التربية البدنية والرياضية"، ديوان المطبوعات الجامعية، بن عكنون، الجزائر: 1992، ص (158).