

The usefulness of play-like activities in the development of some cognitive capacities, motor intelligence, and accuracy in completing the skills of receiving and crushing striking with volleyball-sitting

Prof. Dr. Ahmed Amer Mohammad Ali^{1*}, Prof. Dr. Wisam Riyadh Hussein¹

¹ University of Babylon, Faculty of physical education and sports sciences, Iraq

* Corresponding author, Email: Ahmed.alfares@uobabylon.edu.iq

Abstract

Volleyball players – sitting require high-level mental and skill specifications due to the nature of the game, which involves various and changing situations. This necessitates that players continuously and quickly adapt to these situations during matches. Therefore, superiority and advancement depend on the complete coordination between the brain and body movement during physical performance. The relationship between the mental aspects and skill performance has become a point of interest for training specialists, as the development of athletes relies on the harmony between physical and mental abilities, as well as skill aspects. The aim of the research was to prepare exercises similar to gameplay to develop certain cognitive abilities and motor intelligence, as well as the accuracy of performance in the skills of reception and spiking in sitting volleyball. The study sought to identify the impact of gameplay-similar exercises on the development of cognitive abilities and motor intelligence in sitting volleyball, and to recognize the effect of such exercises on improving the performance of the reception and spiking skills in sitting volleyball. The researcher hypothesized that there is a positive effect of gameplay-similar exercises on the development of certain cognitive abilities and motor intelligence in sitting volleyball, and that there is a positive effect of gameplay-similar exercises on improving the performance of the reception and spiking skills in sitting volleyball. The researcher employed an experimental method using a single-group design. The research population consisted of sitting volleyball players from the Babel Paralympic Committee for the 2023 season, totaling 12 players, representing the entire research sample, which indicates a comprehensive sampling method. Before implementing the curriculum, the researcher conducted pre-tests and extracted the scientific coefficients for the tests (cognitive abilities and motor intelligence) and skill tests. Subsequently, exercises similar to play (18) were implemented within the main section of the training units. After that, post-tests were conducted, and the data were statistically analyzed to identify differences. The researcher concluded that exercises similar to play have a positive effect on developing cognitive abilities and motor intelligence in sitting volleyball. It was also concluded that they have a significant effectiveness in improving the accuracy of performance for the skills of reception and spike in sitting volleyball. The recommendations include preparing exercises similar to play for developing cognitive abilities and motor intelligence for all team sports, as well as for all offensive and defensive skills across all categories .

Keywords: Exercises similar to play, cognitive abilities, motor intelligence.

فاعلية تمارين مشابهة للعب في تطوير بعض القدرات الادراكية والذكاء الحركي ودقة اداء مهارتي الاستقبال والضرب

الساحق بالكرة الطائرة – جلوس

أ.د. أحمد عامر محمد علي*¹، أ.د. وسام رياض حسين¹

¹ جامعة بابل ، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، العراق

*البريد الإلكتروني للمؤلف المراسل: Ahmed.alfares@uobabylon.edu.iq

الخلاصة

يحتاج لاعبو الكرة الطائرة – جلوس الى مواصفات عقلية ومهارية على مستوى عالٍ من الدقة في الاداء كونها هذه اللعبة ذات مواقف مختلفة ومتغيرة، مما يتطلب من اللاعبين التكيف بصورة مستمرة وسريعة مع هذه المواقف أثناء المباريات لذا يعتمد التفوق والتقدم على مدى التناسق التام بين الدماغ وحركة الجسم أثناء الاداء الحركي فالعلاقة بين الجانبين العقلي والأداء المهاري أصبح مثار اهتمام المختصين بالتدريب وذلك لاعتماد تطور الرياضيين على التوافق بين القدرات البدنية والعقلية والنواحي المهارية . هدف البحث الى اعداد تمارين مشابهة للعب في تطوير بعض القدرات الادراكية والذكاء الحركي ودقة اداء مهارتي الاستقبال والضرب الساحق بالكرة الطائرة جلوس والتعرف على تأثير تمارين مشابهة للعب في تطوير بعض القدرات الادراكية والذكاء الحركي بالكرة الطائرة جلوس والتعرف على تأثير التمارين مشابهة للعب في تطوير اداء مهارتي الاستقبال والضرب الساحق بالكرة الطائرة جلوس. واقترض الباحث بان هناك تأثير ايجابي للتمارين مشابهة للعب في تطوير بعض القدرات الادراكية والذكاء الحركي بالكرة الطائرة جلوس وهناك تأثير ايجابي للتمارين مشابهة للعب في تطوير اداء مهارتي الاستقبال والضرب الساحق بالكرة الطائرة جلوس. استخدم الباحث المنهج التجريبي بأسلوب المجموعة الواحدة وتمثل مجتمع البحث للاعبين بالكرة الطائرة جلوس (لجنة بابل البار المبية) للموسم 2023 البالغ عددهم (12) لاعب مثلت العينة مجتمع البحث بالكامل هذا يعني اسلوب الحصر الشامل . قبل البدء بتطبيق المنهج قام الباحث بإجراء الاختبارات القبليّة واستخراج المعاملات العلمية للاختبارات (القدرات الادراكية والذكاء الحركي) والاختبارات المهارية بعدها تم تنفيذ التمارين المشابهة للعب ال(18) ضمن القسم الرئيسي للوحدات التدريبية بعدها تم اجراء الاختبارات البعدية وتمت معالجة البيانات احصائيا لمعرفة الفروق استنتج الباحث بان التمارين المشابهة للعب لها فاعلية ايجابية في تطوير القدرات الادراكية والذكاء الحركي بالكرة الطائرة جلوس . واستنتج ايضا ان لها فاعلية كبيرة في تطوير دقة الاداء لمهارتي الاستقبال والضرب الساحق بالكرة الطائرة جلوس . اما التوصيات هي اعداد تمارين مشابهة للعب في تطوير القدرات الادراكية والذكاء الحركي لكافة الالعاب الجماعية ولجميع المهارات الهجومية والدفاعية ولكافة الفئات .

الكلمات المفتاحية : التمارين المشابهة للعب ، القدرات الادراكية ، الذكاء الحركي .

1- المقدمة :

لقد حدث تطور علمي هائل في العالم في كافة العلوم والمعارف، بما في ذلك التربية البدنية وعلوم الرياضة. وقد ظهر هذا التطور من خلال النتائج والنجاحات في مختلف التخصصات، بما في ذلك لعبة الكرة الطائرة. وقد حققت مستوى عال من التطور والتقدم في كافة جوانبه، بالاعتماد على أفضل أساليب ووسائل وأدوات التعليم والتدريب لرفع مستوى أداء الرياضيين وتحقيق أفضل النتائج. وتعد الكرة الطائرة - جلوس نشاطاً "ترفيهياً" وتنافسياً ذا أهمية محلية ودولية وعالمية، يمارسه الأشخاص ذوو الإعاقات الجسدية (بتر الأطراف - الشلل) في الأطراف السفلية. ومن الألعاب التأهيلية لما لها من تأثير إيجابي على تحسين وظيفة الأطراف والعضلات المشلولة أو المبتورة، وتتطلب لعبة اللاعب كغيرها من الألعاب التي تتطلب قدرات بدنية ومهارية وتكتيكية ونفسية وعقلية نظراً لسرعة الحركة والإيقاع السريع للعبة الكرة الطائرة والانتقال المستمر بين الهجوم والدفاع خلال المباراة. لذا فهي تحتاج إلى الكثير من المهارات والقدرات الفردية والجماعية التي تقود الفريق بأكمله إلى التشكيل الصحيح والتخصصات المتنوعة، لأن الكرة الطائرة أصبحت رياضة - لعبة واحدة خاصة، و يختلف كل لاعب عن اللاعب الثاني بمسؤوليات ومهارات تمكنه من المشاركة في تنفيذ الخطط الهجومية والدفاعية حسب الأوضاع المتغيرة وبمستوى عال حسب قدرته الفنية وتخطيطه وإمكاناته بكفاءة وتحقيق النتائج وتحقيق أعلى مستوى من خلال تطوير برمجة هذه المهارات بطريقة منظمة ومثالية، وهذا يتطلب البحث عن أساليب ومنهجيات علمية تجمع بين هذه المهارات واستثمارها واستخدامها في الأنظمة التكتيكية والدفاعية لمحاكاة مدرجاتهم وتنمية الذكاء الحركي والمهاري للاعبين طبقاً لمستواهم ومراكزهم في اللعب. يرتبط تطور القدرات الإدراكية ارتباطاً وثيقاً بالذكاء الحركي للاعب وخاصة قدرته على استخدام جسده أو أجزائه بشكل فعال عند أداء المهارات الحركية أو المهارات أثناء اللعب وهو أحد المتغيرات المهمة التي تؤثر على النشاط والقدرة على تحديد كيفية اللعب بشكل صحيح. وكلما اختلف مستوى ذكاء اللاعب أثر بشكل مباشر في تحقيق الأهداف المطلوبة. تطوير الذكاء الحركي للاعبين لا يتم إلا من خلال الممارسة العملية والتدريب والتحرك واستخدام الحواس المختلفة وهذا يتم من خلال وضع تمارين ذات طابع مشابه لظروف اللعب الحقيقي تزيد من قدرة اللاعب وسرعتهم في الإدراك من خلال تنمية الدافع لديهم والإدراك الحركي يتضمن وضعيات ومواقف تجعل اللاعب من استعمال جسمه وحركته بشكل يتفق مع ما تطلبه حالات وتكوينات اللعب وتطوير تفكيرهم الجماعي. إضافة إلى ذلك مساهمة التمارين في تطوير دقة الأداء لمهاري الاستقبال والضرب الساحق بالكرة الطائرة - جلوس التي تشكل مهارات مهمة وأساسية في تحقيق الفوز سواء كان في الجانب الهجومي أو الدفاعي ولهذا لا بد من العمل على تطوير الأداء المهاري لها من خلال التمارين ومحاولة الوصول إلى الدقة في الأداء.

ومن هنا جاءت أهمية البحث في اعداد وانتقاء التمارين المناسبة والتي تعمل على تطوير القدرات الإدراكية من أجل ادراك المثيرات وقدرة المتعلم في استخدام جسمه والتحرك إلى المكان المناسب والوصول إلى الدقة والاتقان في أداءها.

ومن خلال الملاحظة والمتابعة لفئة الطائرة - جلوس وجد ان اللاعبون يحتاجون إلى قدرات إدراكية عالية لحافز معين. ولا يقتصر على هذا فحسب بل يتعدى ذلك الذكاء الحركي الذي يسمح له باستخدام جسده أو أجزاء من جسمه بطريقة علمية، سواء من حيث التكتيك الصحيح أو سرعة تنفيذ المهارات، وان ضعف استخدام الحواس المختلفة له تأثير سلبي على أداء اللاعبون والفريق ككل، وهذه مشكلة بحد ذاتها لذا ينبغي الدراسة وإيجاد الحلول العلمية في هذا المجال من خلال إعداد واختيار التدريبات التكتيكية المناسبة على أسس علمية، والتي تهدف إلى تطوير بعض القدرات الإدراكية والذكاء الحركي لمهاري الاستقبال والضرب الساحق لدى اللاعبون بالكرة الطائرة - جلوس واستخدامها في الظروف والمواقف المشابهة التي تحدث أثناء المباراة.

هدف البحث إلى اعداد تمارين مشابهة للعب في تطوير بعض القدرات الإدراكية والذكاء الحركي لمهاري الاستقبال والضرب الساحق بالكرة الطائرة - جلوس والتعرف على تأثير التمارين المشابهة للعب في تطوير بعض القدرات الإدراكية والذكاء الحركي ودقة الأداء لمهاري الاستقبال والضرب الساحق بالكرة الطائرة - جلوس. وافترض الباحث بان هناك تأثير ايجابي للتمارين المشابهة للعب في تطوير بعض القدرات الإدراكية والذكاء الحركي بالكرة الطائرة - جلوس وهناك أيضاً تأثير ايجابي للتمارين المشابهة للعب في تطوير دقة الأداء لمهاري الاستقبال والضرب الساحق بالكرة الطائرة - جلوس.

- اجراءات البحث:

1-2 منهج البحث: استخدم الباحث المنهج التجريبي بأسلوب المجموعة الواحدة ذات الاختيار القبلي والبعدى لملائمتها المشكلة وطبيعة البحث.

2-2 مجتمع البحث وعينته :

تمثل مجتمع لبحث باللاعبين بالكرة الطائرة - جلوس (لجنة بابل البارالمبية) للموسم 2023 البالغ عددهم (12) لاعب مثلت العينة مجتمع البحث بالكامل هذا يعني اسلوب الحصر الشامل.

2-3 الأدوات والأجهزة المستخدمة بالبحث :

- ملعب الكرة الطائرة قانوني مع الملحقات .
- 2- كرة طائرة قانونية نوع (MIKASA) عدد(30) .
- 3- أفلام ماجيك ملونه عدد (10) 4- أشرطة لاصقة ملونة عدد(15) رولة .
- 5- شريط قياس نسيجي كتان لقياس الاطوال والمسافات ذات طول 30م
- 6- ستارة من القماش ابيض اللون بطول وعرض(10×1) م 7- قناع من القماش حاجب للرؤيا. 8- حائط املس
- بارتفاع مناسب 9- ساعة توقيت الكترونية عدد(4) .
- 10- الاختبارات 11- الاستبيان 12- استمارات تفريغ البيانات. 13- كاميرا نوع (sony) عدد (2). 14- مسند كاميرا عدد (2). 15- جهاز حاسوب (Laptop) نوع (hp) عدد (1) .

- 4-2 الاجراءات الرئيسية للبحث واختيار الاختبارات:
1. ادراك الاحساس بقوة عضلات الذراع المؤدية للمهارة (1) .
 2. ادراك الاحساس البصري المقارن بالمسافة.
 3. ادراك الاحساس بالدقة للذراع المؤدية للمهارة.
 4. الادراك الحس- حركي لمسافة رمي كرة المناولة من الاسفل (2) .
 5. الذكاء الحركي (3).
 6. دقة مهارة الاستقبال (4).
 7. دقة الضرب الساحق القطري (5).
- 5-2 التجربة الاستطلاعية : تاريخ التجربة : يوم الاربعاء 2018/7/12 الساعة الخامسة مساءً قاعة الموهبة الرياضية - محافظة بابل.
- مكان التجربة : .
- العينة : تكونت عينة الاستطلاع من خارج عينة البحث الرئيسية والبالغ عددهم (8) لاعب.
- 6-2 الأسس العلمية للاختبارات :

- 1- الصدق: تم اعتماد الصدق الظاهري من عرض الاختبارات القدرات الادراكية ودقة مهارتي الاستقبال والضرب الساحق على السادة الخبراء والمختصين* ، إذ تم اتفاق جميع الخبراء والمختصين عليها ونسبة 100%.
- 2- الثبات : تم حساب معامل الثبات لبعض اختبارات القدرات واختبارات دقة مهارتي الاستقبال والضرب الساحق بطريقة (الاختبار وإعادة الاختبار) ، إذ طبق الباحثون الاختبارات في التجربة الاستطلاعية على عينة البحث بتاريخ 2023/7/5 وبعد مرور (7) أيام تم إعادة الاختبار على نفس العينة وتحت نفس الظروف بتاريخ 2023/ 7/11 ، وللتأكد من ثبات الاختبارات استخدم الباحثون معامل ارتباط بيرسون بين نتائج الاختبار الأول والاختبار الثاني، وقد أظهرت النتائج وجود ارتباطاً "معنوياً" بينهما وهذا مؤشر بان معامل الثبات لهذه الاختبارات عال أيضاً . وكما مبين في الجدول (1) .
- 3-الموضوعية : لغرض التأكد من موضوعية الاختبارات استعان الباحثون بدرجات محكمين**سجلت في أثناء إعادة الاختبارات في 2023/7/11 وبعد معالجة نتائجهما إحصائياً باستخدام معامل الارتباط بيرسون، تم التأكد من معنوية الموضوعية لجميع الاختبارات القدرات الادراكية والذكاء الحركي ومهارتي دقة مهارة الاستقبال والضرب الساحق . كما مبين بالجدول رقم (1).

جدول (1) يبين معاملات الثبات والموضوعية

الاختبارات	معامل الثبات	معامل الموضوعية
ادراك الاحساس بقوة عضلات الذراع المؤدية للمهارة	0.89	0.90
ادراك الاحساس البصري المقارن بالمسافة	0.88	0.89
ادراك الاحساس بالدقة للذراع المؤدية للمهارة	0.91	0.90
الادراك الحس- حركي لمسافة رمي كرة المناولة من الاسفل	0.92	0.91
اختبار الذكاء الحركي	0.85	0.89
اختبار دقة مهارة استقبال الارسال	-	-
دقة الضرب الساحق القطري	-	-

7-2 الاختبارات القبليّة :

أجرى الباحثون الاختبارات القبليّة في 28،26 2023/7/ على قاعة الموهبة الرياضية - محافظة بابل في الساعة الرابعة مساءً، حيث تم اختبار القدرات الادراكية والذكاء الحركي ومهارتي استقبال والضرب الساحق بالكرة الطائرة .

- 1 - عبد المعطي عبد الفتاح وخالد محمد زيادة. تأثير برنامج لتنمية بعض الادراكات الحس حركية على دقة الارسال الامامي من اعلى مع الوثب لناشي الكرة الطائرة. المجلة العلمية، جامعة حلوان، كلية التربية الرياضية، العدد الثامن والثلاثين، 2001، ص 219.
 - 2 عامر جبار السعدي تصميم وتقنين اختبارات الادراك الحس - حركي لدى لاعبي الكرة الطائرة : (مجلة التربية الرياضية ، جامعة بغداد / كلية التربية الرياضية، المجلد الحادي عشر، العدد الاول، 2002) ، ص 113.
 - 3 - خولة احمد حسن: بناء وتقنين مقياس للذكاء الجسمي الحركي ، اطروحة دكتوراه ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية للبنات، 2006 ص 23.
 - 4 ، محمد وليد شهاب : تقنين بطارية اختبار لقياس دقة المهارات الفنية بالكرة الطائرة-جلوس ، مجلة علوم الرياضة ، جامعة ديالى. كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، مجلد 5 عدد 2 (2013): المجلد الخامس العدد الثاني لسنة 2013، ص 286.
 - 5 محمد وليد شهاب : المصدر السابق، ص 285.
- * الخبراء والمختصين : 1- ا.د سهيل جاسم جواد 2- ا.د ميثم لطيف 3- ا.د انيس حسين 4- ا.د.نغم صالح 5- ا.م.د حيدر محمود 6- ا.م.د محمد عبد السادة .
- ** ا.م.د حيدر محمود عبود ا.م.د محمد عبد السادة

8-2 التمرينات المشابهة للعب :

عند الباحث الى اعداد تمرينات تحاكي واقع حالات اللعب والمواقف المركبة لظروف المنافسة حيث تم التركيز مواقف مشابهة للتحركات والتكوينات الهجومية والدفاعية للعب من خلال ادخال متغيرات واداء المهارات بجميع اشكالها ومن جميع مراكز اللعب لتحقيق وبناء المدركات الحس حركية للاعبين والذكاء الحركي لدى اللاعبين بالكرة الطائرة – جلوس بإضافة الى المحاولات المتعددة والمواقف التي تتطلب التغيير المستمر لمواقع اللاعبين وتداخل المثيرات تضمنتها التمرينات تزيد من قدرة اللاعبين على خزن المعلومات حول الاداءات المتنوعة والمتغيرة والمواقف السريعة تعطي الامكانية العالية وترفع من مستوى الاداء وسرعته ونتيجة لذلك سوف تزداد الدقة لهذه المهارات (الهجومية والدفاعية). تم تطبيق التمرينات على المجموعة التجريبية في القسم الرئيسي من الوحدات التدريبية ويواقع ثلاث وحدات تدريبية بالأسبوع، وكان زمن القسم الرئيسي (60 د)، إذ بدء تطبيق التمرينات على المجموعة التجريبية في يوم السبت الموافق 2023/7/31 م وانتهى في يوم السبت الموافق 2019/8/18 م وكما مبين في ملحق (1).

9-2 الاختبارات البعدية :

تم تطبيق الاختبارات البعدية (الاختبارات القدرات الإدراكية واختبارات الذكاء الحركي ومهارة دقة الاستقبال والضرب الساحق بالكرة الطائرة – جلوس) لعينة البحث في 2023/8/21، 22 في الساعة الرابعة مساءً قاعة الموهبة الرياضية - محافظة بابل.

12-3 الوسائل الإحصائية :

تم استخدام الحقيبة الإحصائية (spss) الاصدار (26) في تحليل بيانات البحث وكما يأتي :
- الوسط الحسابي- الانحراف المعياري -النسبة المئوية - اختبار كا²- T للعينات الغير المستقلة .
- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها :

1-3 عرض وتحليل نتائج الاختبار القبلي والبعدى لمجموعة البحث وقيمة t المحسوبة لاختبارات بعض القدرات والذكاء الحركي ودقة اداء مهارة الاستقبال والضرب الساحق بالكرة الطائرة - جلوس.

بعد جمع البيانات القبليّة والبعدية للاختبارات وللمجموعة البحث، ولغرض وصف نتائج أفراد العينة قام الباحث بمعالجة البيانات إحصائياً باستخدام مقاييس النزعة المركزية ومقاييس التشتت، ولغرض معرفة معنوية الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدى ولمجموعة البحث استخدم الباحث اختبار t وكما مبين في الجدول (2).

جدول (6) بين قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيم t المحسوبة للاختبارات القبليّة والبعدية وللمجموعة التجريبية القدرات الإدراكية والذكاء الحركي ودقة اداء مهارة الاستقبال والضرب الساحق بالكرة الطائرة – جلوس

نوع الدلالة	مستوى الدلالة	قيمة t المحسوبة	الاختبار البعدى		الاختبار القبلي		الاختبارات
			ع	س-	ع	س-	
معنوي	0.00	7.40	0.26	2.61	0.21	3.07	ادراك الاحساس بقوة عضلات الذراع المؤدية للمهارة / زمن
معنوي	0.00	8.18	0.26	3.59	1.08	6.37	ادراك الاحساس البصري المقارن بالمسافة/ زمن
معنوي	0.00	18.36	0.33	2.98	0.13	4.97	ادراك الاحساس بالدقة للذراع المؤدية للمهارة / زمن
معنوي	0.01	6.98	0.55	1.26	0.93	1.51	الادراك الحس- حركي لمسافة رمي كرة المناولة من الاسفل
معنوي	0.00	5.68	2.19	155.08	2.85	149.16	اختبار الذكاء الحركي / درجة
معنوي	0.00	10.18	1.70	42	2.44	31	اختبار دقة مهارة استقبال الارسال / درجة
معنوي	0.00	11.88	0.99	14.9	1	11.5	دقة الضرب الساحق القطري/ درجة

ن=8 ومستوى دلالة (0,05)

من الاطلاع على جدول (6) الذي يظهر قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيم t المحسوبة للاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعة التجريبية في القدرات الإدراكية والذكاء الحركي ودقة الاداء لمهارة الاستقبال والضرب الساحق بالكرة الطائرة - جلوس .

2-3 مناقشة نتائج الاختبار القبلي والبعدى لمجموعة البحث التجريبية للقدرات الإدراكية والذكاء الحركي ودقة الاداء لمهارة الاستقبال والضرب الساحق بالكرة الطائرة - جلوس :

تناولت التمرينات جميع الجوانب المتعلقة بلعبة الكرة الطائرة استوحاها الباحثان من المواقف الحقيقية للعبة الكرة الطائرة كونها تحتوي على جزء من مسار حركة اللعبة وفائدتها تكمن في كونها تمرينات موجهة اي يتم توزيع المؤثرات الحركية منها اكثر من التمرينات الأخرى وتثبيت أداء المهارات تحت ظروف تشبه ما يحدث في المباراة وهذه التمرينات تخلق فيها مواقف مثل تلك التي تحدث خلال اللعب أو المباراة . "ان الإدراكات الحس-حركية يمكن تنميتها عن طريق

تمرينات متقدمة خاصة بهذه الإدراكات". إذ تعمل هذه التمرينات على تنمية الإدراك الحس – حركي للمهارات، والتي تساعد اللاعب على تحقيق المزيد من الفهم لطبيعة ادائها، مما يجعله ينجح في اداء المهارات الحركية في مواقف اللعب المختلفة، فضلاً عن أن التمرين المتواصل والمستمر يؤدي الى زيادة قدرة اللاعب على التركيز ودقة الاداء المهاري وهذا أدى بدوره الى تنمية عملية الإدراكات، إذ "كلما زادت فترة التمرين بالنسبة للاعب كلما زادت خبراته ومهاراته في مواقف اللعب المختلفة".

ويعزو الباحثان هذه الفروق إلى إن أفراد العينة تدربت على هذه التمرينات عند اداء التحركات التي يقوم بها الفريق عندما تكون الكرة في حيازته. او التحركات التي يقوم بها الفريق عندما تكون الكرة في حيازة الفريق المنافس. إضافة الى طرق تنفيذ التمرينات بشكل يضمن اتخاذ اللاعب لمراكز أو أوضاع معينة مع تحديد مهام ووظيفة كل لاعب . وهي محاولة لخلق بيئة منافسة مقارنة للعب والمواقف اللعب الحقيقية والجمع بين تطوير اداء اللعب الخططي وتطوير المهارات وعملية اكتساب وإتقان اللاعب للمعارف التكتيكية الخاصة

بشكل كبير . إضافة الى انها ساعدت التمرينات على توجيه تفكيرهم بصورة دقيقة وصحيحة كون ان التصرف الحركي الذكي والدقيق يرتبط بتطبيق المهارات اداءها بشكل مستمر ومنظم وزيادة كفاءة التفكير يزيد من كفاءة الاداء للمهارات والتصرف الذكي باستخدام الجسم بصورة صحيحة وزيادة التصرف الحركي يعني ان اللاعب يمتلك الذكاء المناسب الذي يساعده في مواجهه مواقف اللعب المتغيرة . فاللاعب الذكي له القدرة على سرعة التصرف في جميع مواقف اللعب وهذا ما يطلق عليه ذكاء اللعب او الذكاء الجسمي الحركي الميداني ويستخدمها للإشارة الى الذكاء العملي في النشاط الرياضي "

تنوع التمرينات وادائها المتنوع والدقيق ساهمت اللاعب على اتقان المهارات واصبحت اكثر فاعلية ودقة لتوجيه الكرة الى المكان المراد التأثير فيه وبصورة اكثر فاعلية بدون التفاعل مع المثيرات الخارجية المؤثرة على الاداء ومحاولة الوصول الى المكان المراد اداء المهارة بدقة كبيرة منه وبالتالي تحقيق الهدف الحقيقي . فلاعب الكرة الطائرة ذو الادراك الحس-حركي يستطيع اداء الوضع المطلوب بسهولة ودقة في جميع مهارات الكرة الطائرة ويكون قادرا على انجاز الحركة بشكل متناسق ومن ناحية اخرى فان الاهمية توافر قدر عالي من الادراك الحس-حركي لدى لاعب الكرة الطائرة من اجل القيام بالواجبات المهارية والخطية الموكلة اليهم، بما يستلزم ادراك كل منهم لمكانه وكذلك ادراك اتجاه تحركه ومدى القوة اللازمة لأداء المهارات المختلفة".

أن التطور دقة مهارتي الاستقبال والضرب الساحق بمقدار كبير يعود إلى أن التمرينات المعدة من قبل الباحثان والمبنية على أسس علمية من خلال تنظيم التمارين بما يتناسب مع التدريب والتنوع المستخدم يجعل من التمرين مشابه لتشكيلات المنافسة وهذا بدوره يطور مستوى الأداء والدقة للمهارات هذا من جانب ومن جانب آخر التصحيح المستمر للأخطاء الفنية . فاللاعب يعتمد اعتمادا كبيرا على حواسه ومن خلالها يحدد اتجاه وحركة الكرة وقوتها وسرعته وكذلك موقعه وبالتالي ادراك المواقف بشكل دقيق تجعله من الاعتماد على المجال المحيط والتنظيم الشامل للمجال من خلال ادراكه له . وهذا بدوره يؤثر على مستوى الذكاء الحركي لدى اللاعبين حيث يعد أحد المتغيرات الأساسية التي تحدد نشاط وقابلية اللاعب في الاداء الحركي الصحيح . والوصول الى درجة عالية من الدقة والسرعة في ادراك المثيرات ومعالجتها .

4- الاستنتاجات والتوصيات :

1-4 الاستنتاجات : استنتج الباحث ان :

- 1- ساعدت التمرينات المشابهة للعب بشكل ايجابي في تطوير القدرات الادراكية بالكرة الطائرة - جلوس .
- 2- ساعدت التمرينات المشابهة للعب بشكل ايجابي في تطوير الذكاء الحركي بالكرة الطائرة - جلوس .
- 3- التمرينات المشابهة للعب ساعدت ايضا في تطوير دقة مهارتي الاستقبال والضرب الساحق بالكرة الطائرة - جلوس.
- 4- ساعدت التمرينات المشابهة للعب على تطوير القدرات الادراكية والذكاء الحركي وبالتالي حققت تطورا واضحا في دقة مهارتي الاستقبال والضرب الساحق بالكرة الطائرة - جلوس .
- 5- ساعدت التمرينات المشابهة للعب في توفير اكبر قدر ممكن من المواقف الحقيقية ولجميع مراكز اللعب بالكرة الطائرة للشباب من خلال التعامل مع المثيرات الكثيرة والسرعة في ادراكها والتحرك السريع والمبرمج في معالجتها .

2-4 التوصيات :

- 1- ضرورة الاهتمام بالتمرينات المشابهة للعب بالكرة الطائرة عند تدريبي اللاعبين - جلوس ضمن الوحدات التدريبية .
- 2- ضرورة الاهتمام بالمناهج التدريبية والتأكيد على احتوائها على تمارين تطويرية القدرات الادراكية وذلك لأهميتها في دقة المهارات الهجومية والدفاعية بالكرة الطائرة .
- 3- ضرورة الاهتمام بالمناهج التدريبية واحتوائها على التمرينات المشابهة للعب التي تساعد اللاعبين من تكوين استجابات مشابهة للمواقف والحالات المتغيرة التي تظهر خلال اللعب لان اغلب مهارات الكرة الطائرة من المهارات المفتوحة التي تحتاج إلى توفير استجابات متعددة.
- 4- ضرورة إعداد تمرينات المشابهة للعب لجميع المهارات الدفاعية والهجومية بالكرة الطائرة للشباب وتكون مشابهة لحالات اللعب .
- 5- إجراء بحوث مشابهة للمهارات الدفاعية والهجومية وفئات عمرية مختلفة.

References

- أسامة إبراهيم محمود. تأثير برنامج تدريبي لتطوير بعض المراكز الحس حركية على دقة الضرب الساحق لناشئ الكرة الطائرة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة الزقازيق، 2001.
- إيمان حمد شهاب ؛ برنامج مقترح في التربية الحركية لرفع مستوى القابلية الذهنية والادراك الحس - حركي عند الاطفال بعمر 4 - 5 سنوات : (اطروحة دكتوراه ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، 1998) .
- خالد شوقي ابو الفتوح . تطوير الاعداد الخاص لأداء مهارة الارسال الساحق لناشئ الكرة الطائرة، رسالة ماجستير غير منشورة ،كلية التربية الرياضية، جامعة الزقازيق، 1993.
- خولة احمد حسن: بناء وتقنين مقياس للذكاء الجسمي الحركي ،اطروحة دكتوراه ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية للبنات، 2006 .
- سبهان محمود احمد شيايب الزهيري: بناء مقياس للتصرف الخططي (اللعب الفردي) للمهارات المفتوحة والمغلقة بالتنس وعلاقته بالذكاء وعدد من مظاهر الانتباه ، اطروحة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، بغداد، 2001 .
- عبد المعطي عبد الفتاح وخالد محمد زيادة. تأثير برنامج لتنمية بعض الادراكات الحس حركية على دقة الارسال الامامي من اعلى مع الوثب لناشئ الكرة الطائرة. المجلة العلمية، جامعة حلوان ،كلية التربية الرياضية، العدد الثامن والثلاثين، 2001 .

- عامر جبار السعدي تصميم وتقنين اختبارات الادراك الحس – حركي لدى لاعبي الكرة الطائرة : (مجلة التربية الرياضية ، جامعة بغداد / كلية التربية الرياضية، المجلد الحادي عشر، العدد الاول، 2002) .
- محمد وليد شهاب : تقنين بطارية اختبار لقياس دقة المهارات الفنية بالكرة الطائرة-جلوس ،مجلة علوم الرياضة ، جامعة ديالى- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، مجلد 5 عدد 2 (2013): المجلد الخامس العدد الثاني لسنة 2013 .

ملحق (1)**أنموذج التمرينات المشابهة للعب في تطوير بعض القدرات الإدراكية والذكاء الحركي ودقة أداء مهاري الاستقبال والضرب
الساحق بالكرة الطائرة – جلوس**

التمرين الأول: يقف اللاعبون في حسب مراكزهم بعدها يقوم المدرب الذي يكون مكانه في الملعب المقابل يقوم بأداء الإرسال إلى اللاعب الذي يكون في مركز رقم (6) الذي يبعد عن خط الإرسال مسافة (3) بعمل الاستقبال ومحاولة توصيل الكرة إلى اللاعب في مركز (3) اللاعب المعد الذي أيضا بدوره يعد الكرة إلى اللاعب في مركز رقم (4) وهنا يتم التركيز على اللاعب المستقبل بالتوصيل الصحيح للمعد الذي بدوره يقوم بالأعداد وعمل الضرب الساحق مع التأكيد على تنفيذ الضرب الساحق إلى نقطة يحددها المدرب في الملعب المقابل وهي مركز رقم (1) .

التمرين الثاني: أداء نفس التمرين السابق على أن يكون أداء وتوجيه الضرب الساحق إلى المنطقة الخلفية التي تحدد بين مركز رقم (1) و (6) تحدد هذه المناطق بشريط أو أقماع أو علامة مميزة تسهل على اللاعب الضارب التركيز وتوجيه الضارب للكرة إلى المنطقة المحددة أو المؤشرة .

التمرين الثالث: أداء نفس التمرين السابق على أن يكون أداء وتوجيه الضرب الساحق إلى المنطقة الخلفية التي تحدد بين مركز رقم (5) و (6) تؤشر هذه المناطق بعلامات مميزة تسهل على اللاعب الضارب التركيز وتوجيه الضارب للكرة إلى المنطقة المحددة أو المؤشرة .

التمرين الرابع: يقف اللاعبون في حسب مراكزهم بعدها يقوم المدرب الذي يكون مكانه في الملعب المقابل يقوم بأداء الإرسال إلى اللاعب الذي يكون في مركز رقم (6) الذي يبعد عن خط الإرسال مسافة (3) بعمل الاستقبال ومحاولة توصيل الكرة إلى اللاعب في مركز (3) اللاعب المعد الذي أيضا بدوره يعد الكرة إلى اللاعب في مركز رقم (2) وهنا يتم التركيز على اللاعب المستقبل بالتوصيل الصحيح للمعد الذي بدوره يقوم بالأعداد وعمل الضرب الساحق مع التأكيد على تنفيذ الضرب الساحق إلى نقطة يحددها المدرب في الملعب المقابل وهي مركز رقم (5) .

التمرين الخامس: أداء نفس التمرين السابق على أن يكون أداء وتوجيه الضرب الساحق إلى المنطقة الخلفية التي تحدد بين مركز رقم (5 ، 6) تؤشر هذه المناطق بعلامات مميزة تسهل على اللاعب الضارب التركيز وتوجيه الضارب للكرة إلى المنطقة المحددة أو المؤشرة .

التمرين السادس: أداء نفس التمرين السابق على أن يكون أداء وتوجيه الضرب الساحق إلى المنطقة الخلفية التي تحدد بين مركز رقم (1 ، 6) تؤشر هذه المناطق بعلامات مميزة تسهل على اللاعب الضارب التركيز وتوجيه الضارب للكرة إلى المنطقة المحددة أو المؤشرة .

التمرين السابع: يقف اللاعبون في حسب مراكزهم بعدها يقوم المدرب الذي يكون مكانه في الملعب المقابل يقوم بأداء الإرسال إلى اللاعب الذي يكون في مركز رقم (6) الذي يبعد عن خط الإرسال مسافة (3) بعمل الاستقبال ومحاولة توصيل الكرة إلى اللاعب في مركز (2) اللاعب المعد الذي يقوم بالأعداد اللاعب في مركز رقم (3) وهنا يتم التركيز على اللاعب المستقبل بالتوصيل الصحيح للمعد الذي بدوره يقوم بالأعداد وعمل الضرب الساحق مع التأكيد على تنفيذ الضرب الساحق إلى نقطة يحددها المدرب في الملعب المقابل وهي مركز رقم (6 ، 5) .

التمرين الثامن: أداء نفس التمرين السابق على أن يكون أداء وتوجيه الضرب الساحق إلى المنطقة الخلفية التي تحدد بين مركز رقم (1 ، 6) تؤشر هذه المناطق بعلامات مميزة تسهل على اللاعب الضارب التركيز وتوجيه الضارب للكرة إلى المنطقة المحددة أو المؤشرة .

التمرين التاسع: يقف اللاعبون في حسب مراكزهم بعدها يقوم المدرب الذي يكون مكانه في الملعب المقابل يقوم بأداء الإرسال إلى اللاعب الذي يكون في مركز رقم (6) الذي يبعد عن خط الإرسال مسافة (3) بعمل الاستقبال ومحاولة توصيل الكرة إلى اللاعب في مركز (2) اللاعب المعد الذي يقوم بالأعداد اللاعب في مركز رقم (4) وهنا يتم التركيز على اللاعب المستقبل بالتوصيل الصحيح للمعد الذي بدوره يقوم بالأعداد وعمل الضرب الساحق مع التأكيد على تنفيذ الضرب الساحق إلى نقطة يحددها المدرب في الملعب المقابل وهي مركز رقم (6 ، 5) .

التمرين العاشر: أداء نفس التمرين السابق على أن يكون أداء وتوجيه الضرب الساحق إلى المنطقة الخلفية التي تحدد بين مركز رقم (1 ، 6) تؤشر هذه المناطق بعلامات مميزة تسهل على اللاعب الضارب التركيز وتوجيه الضارب للكرة إلى المنطقة المحددة أو المؤشرة .

التمرين الحادي عشر: أداء نفس التمرين السابق على أن يكون أداء وتوجيه الضرب الساحق إلى المنطقة الخلفية التي تحدد بين مركز رقم (5 ، 4) تؤشر هذه المناطق بعلامات مميزة تسهل على اللاعب الضارب التركيز وتوجيه الضارب للكرة إلى المنطقة المحددة أو المؤشرة .

التمرين الثاني عشر: أداء نفس التمرين السابق على أن يكون أداء وتوجيه الضرب الساحق إلى المنطقة الخلفية التي تحدد بين مركز رقم (1 ، 2) تؤشر هذه المناطق بعلامات مميزة تسهل على اللاعب الضارب التركيز وتوجيه الضارب للكرة إلى المنطقة المحددة أو المؤشرة .