

## تأثير برنامج مقترح لتنمية المهارات الدفاعية لدى طلاب الفئات الخاصة للعبة الكرة الطائرة جالس بدولة الكويت

دكتور/ إبراهيم علي الأنصاري  
أستاذ مشارك بكلية التربية الأساسية  
قسم التربية البدنية والرياضة  
الكويت

### المقدمة ومشكلة البحث:

إن مؤشرات تقدم الأمم وحضارتها ومدى ارتقائها يرتبط إلى حد كبير بمدى عنايتها بالأجيال بمختلف فئاتها لذا فإن الاهتمام بذوي الاحتياجات الخاصة في أي مجتمع من المجتمعات يعتبر من أهم المعايير للحكم على مدى تقدمها وتطورها.

ولقد تغيرت نظرة المجتمعات في العصر الحاضر إلى المعاقين فأصبحوا ينالوا الرعاية الخاصة في العديد من المجالات ومنها المجال الرياضي مع مراعاة ظروفهم وإمكانياتهم البدنية. (3: 28) وتعتبر ممارسة الأنشطة الرياضية ذات أهمية قصوى للمعاقين من الناحية البدنية حيث تؤهلهم لتحمل أعباء الحياة اليومية وإشباع ذاته وتنمية النواحي الوظيفية والنفسية (15: 36).

أما في الآونة الأخيرة فقد تطورت الرياضة نتيجة ارتباطها بالعلوم الأخرى مثل، علوم الصحة، والميكانيكا الحيوية، والفسولوجي، والتشريح والهندسة. وغيرها مما نتج عنها العديد من الآراء والدراسات التي أسفرت عن نتائج قدمت للرياضة الكثير من النظريات والمعلومات التي ساهمت بدورها في تطوير مستوى الأداء وفتحت آفاقاً لأبحاث تطبيقية جديدة مكنت من تحديد العديد من فوائد ممارسة النشاط الرياضي المنظم مما انعكس على مستويات الأداء.

وفي هذا الصدد تشير " Isabel Walker " (2001) إلى أن علماء الرياضة والمدرسين يبحثون بشكل دائم ومستمر عن الاتجاهات والبرامج التدريبية الحديثة التي تهدف إلى تحسين الأداء الرياضي واكتساب ميزة تنافسية، وتعد البرامج الخاصة بالرؤية البصرية إحدى هذه الاتجاهات التدريبية الحديثة المعروفة في المجال الرياضي حيث أنها تعد مجموعة من التدريبات للعين المستخدمة بهدف تحسين القدرات البصرية الأساسية. (20: 202)

كما يشير "أسامة كامل راتب" (2000) إلى أن تركيز الانتباه يعد أحد المهارات النفسية الهامة للرياضيين، ولا جدال في ذلك فهو أساس لنجاح عملية التعلم أو التدريب أو المنافسة في أشكالها المختلفة، فنشئت الانتباه أو عدم التركيز يؤثر سلبياً على أداء كثير من الرياضيين وبالتالي يرجع سبب انخفاض مستوى أدائهم في المنافسة إلى فقدان التركيز للمثيرات المرتبطة بشيء ما لتحقيق الأداء الفعال (4: 286)

ويعد التوقع الحركي هو القدرة علي تكلمة استجابة حركية بالتزامن مع وصول مثير في نقطة معينة، ويعتبر من أهم متطلبات النجاح في ممارسة الأنشطة الرياضية وذلك لأن المؤدى الناجع يجب أن يربط بين الصفات البيئية من حيث الزمان والمكان وبين الحركة أو الحركات التي سيتم أدائها، وتحسن العلاقات المكانية عندما يتعلم المؤدى العلاقات الزمنية التي تربط بين الحركات المطلوب أدائها (21: 248) ويذكر "السيد عبد المقصود" في مجال تطوير وتدريب التوقع الحركي، أنه يجب التوقع السليم في توقيت مناسب تتوقف مي سلامة توقع البرنامج علي دقة المعلومات ووصولها في توقيت مناسب. ولذلك فإن زيادة دقة المعلومات الحسية من خلال تدريس مناسب لها تعتبر من الأمور الضرورية لتحسين وزيادة دقة التوقع وتطبيق ذلك المسابقات والأنشطة الرياضية التي يتحرك فيها الرياضي داخل مجال متحرك أو تكون الأدوات المستخدمة في هذا النشاط متحركة وينطبق ذلك مثلاً علي الألعاب الجماعية. (8: 116)

ويعتبر التوقع في مجال الألعاب الجماعية عامة يختلف من لاعب لآخر حيث لا يظهر التوقع الحركي الصحيح عند اللاعبين المبدئين أو كبار السن، أو عند اللاعبين الذين فقدوا لياقتهم البدنية أو الفرمة الرياضية، حيث تنقصهم الصفات الحركية التي تساعد علي التوقع الصحيح، فإمكانية اللاعب في مدي تغير أوضاع جسمه بسرعة ورشاقة ومرونة يمتلك مواصفات التوقع الحركي الصحيح. (6: 248)

ومن العرض السابق نجد أن التوقع مكون بدني وحسي إدراكي يؤثر بصوره مباشرة على نجاح الأداء فمن خلال هذان المكونان عن طريق التوجيه الواعي أثناء عملية التدريب فيتعرف اللاعب على الإشارات الحاسمة التي تساعد على التوقع الصحيح مثل حركات الراس أو أوضاع الرجلين أو نقل ثقل جسم المنافس (8: 116)

والكرة الطائرة من الأنشطة الرياضية التي تمتاز بتنوع مهاراتها وخطتها الأمر الذي اثر علماء التدريب الرياضي إلي تناولها بكثير من أبحاثهم وظهر ذلك واضحا جليا من خلال التطور المستمر الذي ظهر علي فنون اللعبة من مهارات وخطط.

وتعتبر لعبة الكرة الطائرة لعبة ديناميكية تعتمد على عامل المفاجأة في المهارات والخطط. لذا يجب أن يسير اللعب بصورة انسيابية جيدة وهذا لا يتم إلا إذا كانت المهارات متقنة اتقاننا جيدا مع مراعاة تطبيق مواد القانون ومتطلبات اللعبة عند التدريب علي المهارات والخطط. (5: 285)

كما يمكن ملاحظة التوقع الحركي في مجال الكرة الطائرة من شكل المرحلة التمهيديّة للحركة، عندما نشاهد اللاعب وهو يتحرك أمام الشبكة موجها جسمه في اتجاه معين والذي من خلاله يمكن توقع ومعرفة الحركة التي سوف يؤديها هل هي ضربة ساحقة أم لعمل حائط صد أم للتمويه والخداع دون تأدية أي حركة جديدة تاركا ذلك لزميل آخر. (6: 247)

وتتميز لعبة الكرة الطائرة بالأداء السريع والذي يتغير من الهجوم للدفاع والعكس كما تتنوع خطط اللعب سواء الهجومية أو الدفاعية مما يحتاج من اللاعب إلى ما يسمى بالذكاء العملي Practical Intelligent والذي يتطلب سرعة إدراك العلاقات وحل المشكلات في مواقف اللعب المختلفة وهذا يتطلب قدر كبير من التوقع لحركات المنافس والزميل ومسار الكرة وارتفاعها.

وتعتبر الكرة الطائرة - جلوس نشاطا " ترويحيا " و"تنافسيا" على المستوى المحلي والدولي والعالمي مارسه المعاقين بدينا ( بتر - شلل ) للأطراف السفلى، التي يتطلب تعلمها قدرات عقلية متعددة من أهمها استخدام مهارات التفكير والقدرة على التصرف والابتكار وفي كثير من الأحيان يتطلب من الممارسين استخدام قدراتهم العقلية بفاعلية وحنكة وجدية وخاصة لدى المعاقين حركيا، أي أنها تعتبر ممارسة حقيقية وتنشيطا واقعا وفعالاً للقدرة العقلية المختلفة.

ومن خلال خبرة الباحث لاحظ وجود قصور وإخفاق لدى بعض الطلاب الممارسين للكرة الطائرة جلوس بمدرسة الرجاء للفئات الخاصة بدولة الكويت في الأداء المهاري الصحيح خصوصا في بعض المهارات التي يكون فيها التعامل مباشر مع المنافس كحائط الصد والدفاع عن الملعب وأيضا التوقع داخل الملعب وذلك في مواقف عديدة أثناء التدريبات وخاصة فيما يتعلق بالمهارات الدفاعية وما يرتبط بها من تشكيلات ويظهر ذلك في الفشل في استقبال الإرسال نتيجة عدم التوقع الصحيح لمكان واتجاه الكرة ونقص السرعة الحركية وأيضا ضعف التغطية سواء خلف الضارب أو حائط الصد بالإضافة إلى عدم توقع حركات الخداع من المنافس، ويرى الباحث أن ذلك يؤدي إلي افتقار الممارسين للكرة الطائرة الجلوس لمكونات التوقع الحركي البدنية مثل سرعة رد الفعل والسرعة الانتقالية في حائط الصد، وسرعة الإداء والرشاقة والدقة في الدفاع عن الملعب قد يرجع إلى عدم التقدير الصحيح لمكان وصول الكرة أو تحديد اتجاهها وعدم التحرك بالسرعة المناسبة وبالتالي يأخر اللاعب بما لا يسمح باستقبال الكرة بصورة صحيحة.

ومن خلال قراءة الباحث وإطلاعه على العديد من المراجع العلمية والأبحاث السابقة وجد أن أهمية هذه الدراسة تكمن في أنها تساعد على تحسين مكونات التوقع ورفع مستوى أداء المهارات الدفاعية والتي تساعد بدورها على حل بعض مشكلات الأداء المهاري والخططي في الكرة الطائرة جلوس. لذلك يقوم الباحث بإجراء الدراسة الحالية العلمية للتعرف على تأثير تنمية وتطوير مكونات التوقع على مستوى أداء الممارسين للكرة الطائرة بمدرسة الرجاء للفئات الخاصة.

#### أهداف البحث:

يهدف هذا البحث إلى تصميم برنامج تدريبي لتنمية المهارات الدفاعية لدي الممارسين للكرة الطائرة بمدرسة الرجاء الخاصة بدولة الكويت أثره على :

- 1- مكونات التوقع الحركي البدنية والإدراكية لمهارة الدفاع.
- 2- مستوى الأداء المهاري في مهارات (حائط الصد- الدفاع عن الملعب).

### فروض البحث:

في ضوء أهداف البحث يضع الباحث الفروض الآتية :

- 1- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات القياسات القبلية والبعديّة للعينة (قيد البحث) في بعض المكونات البدنية والإدراكية لمهارة الدفاع لصالح القياس البعدي.
- 2- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات القياسات القبلية والبعديّة للعينة (قيد البحث) في أداء المهارات الدفاعية للكرة الطائرة لصالح القياس البعدي.
- 3- يوجد ارتباط بين بعض مكونات التوقع الحركي ومستوى أداء بعض المهارات الدفاعية للكرة الطائرة.

التعريف بالمصطلحات المستخدمة في البحث :

#### - التوقع الحركي Motor Anticipation

عرفه "يوسف الشيخ" من الناحية الشكلية بأن " يكون اللاعب مستعداً للحركة التالية قبل بدء الحركة الأولى". (14: 77)

#### - توقع المكان Space Anticipation

عرفه "أبو العلا" (1997) بأنه "توقع الرياضي للمكان الذي يتجه آلية الهدف المراد التصدي له ومواجهته". (1: 191)

#### - التوقع المتزامن Coincidence Anticipation

بأنه "توقع الرياضي للحظة الزمنية التي يتصدى فيها للهدف المطلوب مواجهته في لحظة معينة يتوقها". (1: 192)  
الدراسات المرتبطة :

1- دراسة احمد سالم بطينة (2016)(2) بعنوان " الفروق في مستوى الإدراك الحس حركي لممارسة الألعاب الجماعية ونوع اللعبة لدى الناشئين" هدفت الدراسة إلى التعرف على الفروق في مستوى الإدراك الحس حركي لدى الناشئين الممارسين وغير الممارسين للأنشطة الرياضية، واستخدم الباحث المنهج الوصفي على عينة بلغت (141) ناشئاً، قسمت إلى مجموعتين: الأولى (71) ناشئاً من الممارسين للألعاب الجماعية المختلفة، والثانية من (70) ناشئاً من غير الممارسين للأنشطة الرياضية، وطبقت بعض الاختبارات الخاصة بالإدراك الحس الحركي. وأظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية ( $a > 0.05$ ) في مستوى الإدراك الحس حركي بين كلا المجموعتين تبعاً لكل من اختبار إدراك الزمن (10 ثوان)، والاتزان (60 ثانية) لصالح الممارسين، وبين مجموعات الناشئين للألعاب الجماعية لاختبار إدراك الزمن (10 ثوان) لصالح لعبة كرة القدم والسلة، واختبار إدراك الاتزان (60 ثانية) لصالح كرة القدم، واختبار إدراك الاتجاه (30 سم) لصالح كرة القدم والكرة الطائرة.

2- دراسة فالح سلطان فالح (2010)(10) بعنوان "العلاقة بين بعض متغيرات الإدراك الحس حركي و مستوى الاداء المهاري لدى المكفوفين في مسابقة دفع الجلة"، هدفت هذه الدراسة إلى معرفة العلاقة بين بعض متغيرات الإدراك الحس حركي والمستوى المهاري لدى المكفوفين الممارسين لرياضة ألعاب القوى (دفع الجلة)، وقد اشتملت عينة الدراسة على 8 أفراد من المكفوفين الممارسين لرياضة ألعاب القوى في اللجنة البارالمبية الأردنية، استخدم الباحث المنهج الوصفي لمناسبته هدف الدراسة. وتمت معالجة البيانات إحصائياً باستخدام الرزم الإحصائية spss لإجراء المعالجات التالية (المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، اختبار (ت) للفروق بين المتوسطات، معامل الارتباط سبيرمان، معامل الالتواء) وقد أظهرت نتائج الدراسة وجود ارتباط عالٍ بين المستوى المهاري وبعض متغيرات الإدراك الحس حركي بنسبة 75% وكذلك وجود قوة ارتباط بين المستوى المهاري وبين الإدراك الحس حركي بنسبة 50%. ويوصي الباحث بتنمية الإدراك الحس حركي لدى المكفوفين، لما له من أهمية وعلاقة قوية مع المستوى المهاري، وكذلك إجراء دراسات مشابهة على فئات أخرى من ذوي الاحتياجات الخاصة وفي مختلف الألعاب الرياضية.

3- دراسة ناديّة الصاوي، زينب حتحو (2008) (16) بعنوان "فاعلية التدريبات البصرية علي المهارات الإدراكية والقدرات البصرية وتحسين المستوى المهاري الهجومي في كرة اليد"،

واستهدفت الدراسة تصميم برنامج للتدريبات البصرية والتعرف علي فاعليتها علي المهارات الإدراكية والقدرات البصرية المختارة ومدى نسبة تحسين المستوي للمهارات الهجومية في كرة اليد استخدم الباحث المنهج التجريبي، وطبقت الدراسة علي عينة قوامها (15) طالبة في كل مجموعة، وأشارت أهم النتائج إلى أن البرنامج المقترح للتدريبات البصرية له فاعلية إيجابية في تحسين مستوي أداء المهارات الهجومية وكذلك تحسن المهارات الإدراكية والقدرات البصرية.

4- دراسة **هدى حسن صابر** (2008) (18) بعنوان " تأثير استخدام التدريبات البصرية على تحسين دقة تسجيل النقاط وتركيز الانتباه لدى لاعبات الكوميتيه" واستهدفت الدراسة التعرف على تأثير استخدام التدريبات البصرية على تحسين دقة تسجيل النقاط وتركيز الانتباه لدى لاعبات الكوميتيه، استخدم الباحث المنهج التجريبي، اشتملت عينة البحث علي (16) لاعبة من لاعبات الدرجة الأولى من منتخب الجامعة وفريق كلية التربية الرياضية للبنات جامعة الزقازيق، وأشارت أهم النتائج إلي أن البرنامج التدريبي أثر ايجابياً على جميع متغيرات البحث.

5- دراسة **زينب دردرى علام**(2007)(7) بعنوان " تأثير برنامج تربية حركية مقترح على تنمية الإدراك الحس حركي والتفكير الابتكاري وبعض مهارات كرة اليد المصغرة لتلاميذ المرحلة الابتدائية، برنامج التربية الحركية المقترح له تأثير إيجابي دال إحصائياً على تنمية الإدراك الحس حركي للمجموعة التجريبية بصورة أفضل من البرنامج المتبع في درس التربية الرياضية برنامج التربية الحركية المقترح له تأثير إيجابي دال إحصائياً على تنمية التفكير الابتكاري للمجموعة التجريبية بصورة أفضل من البرنامج المتبع في درس التربية الرياضية برنامج التربية الحركية المقترح له تأثير إيجابي دال إحصائياً على تنمية مهارات كرة اليد ( التنطيط - التمرير - التصويب ) للمجموعة التجريبية بصورة أفضل من البرنامج المتبع في درس التربية الرياضية حقق برنامج التربية الحركية المقترح أعلى المعدلات في عنصر اختبارات ( الاتزان - إدراك الأشكال - الذات الجسمية - المجال والاتجاهات ) التوافق بين العين واليد، برنامج التربية الحركية المقترح ساعد في تنمية أبعاد التفكير الابتكاري ( الطلاقة - الأصالة - التخيل ) لدى عينة البحث التجريبية، برنامج التربية الحركية المقترح ساعد في تنمية مهارات كرة اليد ( التنطيط - التمرير - التصويب ) لدى عينة البحث التجريبية.

**إجراءات البحث :**

**منهج البحث :**

تم استخدام المنهج التجريبي بطريقة القياس القبلي والبعدي لمجموعة تجريبية واحدة وذلك لملائمته وطبيعة هذا البحث.

**مجتمع البحث :**

تكون مجتمع الدراسة من الطلاب الممارسين للكرة الطائرة جلوس بمدرسة الرجاء للفئات الخاصة للمعاقين حركيا للمرحلة الثانوية بدولة الكويت والبالغ عددهم (300)طالب.

**عينة البحث:**

اختيرت عينة البحث بالطريقة العمدية وهي تمثل الطلاب الممارسين للكرة الطائرة جلوس وعددهم (25) طالب.

**أدوات جمع البيانات :**

استعان الباحث في جمع البيانات والمعلومات الخاصة بموضوع البحث بالأدوات التالية :

1- المراجع العلمية والدراسات السابقة استخدم الباحث المراجع العلمية والدراسات السابقة وذلك للتوصل إلى حصر:

أ- مكونات التوقع وتتمثل في الاختبارات البدنية وهي (سرعة رد الفعل- الدقة-التوافق-القدرة-التحمل)، الاختبارات الإدراكية للتوقع وهي(المكان-الزمن-الاتجاه-المسافة-الخصم)، وقام الباحث بتحديد المهارات الأساسية لدى الطلاب الممارسين للكرة وهي(الدفاع عن الملعب-الارسل-حائط الصد-التغطية).

2- قام الباحث بتصميم استمارات الاستبيان الآتية:

أ- استمارة استبيان لتحديد اختبارات المكونات البدنية والإدراكية للتوقع مرفق (1)

ب- استمارة استبيان لعرض الاختبار المهاري للتوقع في الملعب مرفق (2)

- 4- الاختبارات استخدم الباحث الاختبارات الأتية :
- اختبار الذكاء المصور مرفق (3)، تطبيق البرنامج المقترح مرفق (4)
- 5- أدوات وأجهزة القياس والتدريب:
- تم الاستعانة بالأدوات التالية لجمع البيانات :
- ساعات إيقاف.
  - جهاز ريسناميتر لقياس.
  - ميزان طبي لقياس الوزن
  - شريط قياس.
  - جهاز الديناموميتر لقياس القوة (قوة القبضة اليمنى).
  - ساعة إيقاف للتدريب على ادراك الزمن وتوقعه.
  - كرات طائرة، كرات تنس للتدريب.
  - حائط للتدريب على ( ادراك- المسافة - الدقة ).
  - ستارة حاجبية تثبت فوق الشبكة.
  - حاجب للرؤية للتدريب على ادراك المسافة والاتجاه
- الدراسة الاستطلاعية:

أجريت الدراسة الاستطلاعية على عينة استطلاعية من مجتمع البحث وخارج العينة الأصلية بلغ قوامها 20 طالب في الفترة من 2019/10/3م وحتى 2019/10/10م واستهدفت هذه الدراسة :

- التأكد من صلاحية الأدوات والأجهزة المستخدمة.
- التعرف على الفترة اللازمة لتطبيق الاختبارات.
- إيجاد المعاملات العلمية للاختبارات (الصدق- الثبات).

المعاملات العلمية للاختبارات المستخدمة :

أولاً: صدق الاختبارات:

- الصدق:

لحساب الصدق استخدم الباحث صدق التمايز، وذلك بتطبيق الاختبارات على مجموعتين إحداهما (غير مميزة) من الطلاب ممارسي الكرة الطائرة جلوس والأخرى (مميزة) وبلغ قوام كل منها 10 طلاب، وجدول (1) يوضح ذلك.

#### جدول (1)

دلالة الفروق بين متوسطي المجموعتين المميزة وغير المميزة في الاختبارات قيد البحث (ن = 20)

قيمة ت	لمجموعة الغير مميزة		لمجموعة المميزة		وحدة القياس	الاختبارات
	قياس بعدي	متوسط	قياس قبلي	متوسط		
2.9	32.6	4.81	58.8	8.33	درجة	نسبة الذكاء
6.32	1.45	18.32	2.44	32.20	ث	السرعة الحركية الانتقائية
5.68	2.11	14.7	1.59	26.8	درجة	التوافق
8.69	1.25	9	0.91	16	درجة	الدقة
6.21	12.95	1.289	15.7	256.5	سم	إدراك مسافة التحرك
3.33	1.22	7.3	0.69	4.2	عدد الأخطاء	إدراك الاتجاه بالتحرك الزحف في الممر
4.66	1.32	7.21	0.52	3.3	ث	إدراك الزمن بالكرة
6.32	1.01	5.55	1.60	5.6	كجم	إدراك القوة المبدولة بنصف قوة اليد
5.35	1.56	14.2	0.89	16.5	درجة	الدفاع عن الملعب
7.22	0.75	13	0.82	16.95	درجة	الصد
6.92	0.50	8.6	0.96	14.25	درجة	التدريب المهاري لقياس التوقع

قيمة (ت) الجدولية = 1.729

يتضح من جدول (1) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين لصالح المجموعة المميزة (الأكبر سنًا)، حيث تراوحت قيمة ت المحسوبة ما بين 2.9 : 8.69 وهي بذلك أكبر من قيمة (ت) الجدولية مما يدل على صدق الاختبارات في التمييز بين المجموعات المختلفة.

## ثانياً: ثبات الاختبارات :

لحساب ثبات الاختبارات المستخدمة فقد استخدمت الباحث طريقة تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه وذلك على عينة قوامها 20 طلاب وبفارق زمني أسبوع مع مراعاة توافر نفس الظروف أثناء إجراء عملية التطبيق وجدول (2) يوضح ذلك.

### جدول (2)

معاملات الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني للاختبارات قيد البحث (ن=20)

قيمة (ر)	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		وحدة القياس	الاختبارات
	ع	م	ع	م		
0.77	2.44	80.14	2.23	77.22	درجة	نسبة الذكاء
0.86	2.00	13.25	1.02	12.36	ث	السرعة الحركية
0.89	0.91	13.01	0.77	11.55	درجة	التوافق
0.84	4.05	7.23	3.01	6.32	درجة	الدقة
0.79	11.23	126.5	11.38	125.5	سم	إدراك مسافة التحرك
0.88	1.09	7.10	0.86	7.11	عدد الأخطاء	إدراك الإتجاه بالجري في الممر
0.74	0.75	7.00	0.76	7.01	ث	إدراك الزمن بالكرة
0.79	5.33	0.32	5.23	.51	كجم	إدراك القوة المبدولة بنصف قوة اليد
0.86	.90	16.20	.89	16.05	درجة	الدفاع عن الملعب
0.80	0.78	11.48	0.76	11.30	درجة	الصد
0.85	.71	10.24	.64	10.02	درجة	التدريب المهاري لقياس التوقع

قيمة ر الجدولية عند مستوى  $0.44=0.05$

يتضح من جدول (2) أن معاملات الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني في الاختبارات المستخدمة قيد البحث تراوحت ما بين 0,74 : 0,89 وهي بذلك دالة إحصائياً مما يشير إلى ثبات تلك الاختبارات.

### الهدف من البرنامج: يهدف البرنامج إلى :

- 1- تحسين أداء القدرات البدنية (السرعة الحركية، التوافق، الدقة) لطلاب ممارسي الكرة الطائرة جلوس.
- 2- تحسين أداء المكونات الإدراكية (إدراك مسافة، إدراك اتجاه، إدراك قوة، إدراك زمن) لطلاب ممارسي الكرة الطائرة جلوس.
- 3- تحسين أداء المهارات (الدفاع عن الملعب، حائط الصد، التوقع الحركي داخل الملعب) لطلاب ممارسي الكرة الطائرة جلوس.

### أسس البرنامج :

- تم تقنين الأحمال التدريبية وفقاً للأسس والمبادئ العلمية ورأي الخبراء في مجال التدريب الرياضي.
- توفير الإمكانيات الفنية والأدوات والأجهزة.
- الاستمرارية والتدرج في التدريب حتى يحقق الارتقاء بمستوى الأداء البدني المطلوب.
- توافر عنصر التشويق والتدرج والتنوع للتدريبات المقترحة
- مراعاة الفروق الفردية بين الطلاب مع مرونة البرنامج وتنوعه وشموله.
- تم استخدام طرق التدريب الآتية: المستمر، الفترتي منخفض ومرتفع الشدة

### خطوات تنفيذ البحث :

#### القياسات القبليّة:

أجريت القياسات القبليّة على عينة البحث في الفترة من 2019/10/12 إلى 2019/10/30م

#### التجربة الأساسية :

تم تطبيق تدريبات البرنامج المقترح على عينة البحث في الفترة من 2019/11/1 إلى 2019/11/23م بواقع وحدتين تدريبتين أسبوعياً وزمن الوحدة 90 دقيقة، على أن يتم التدرج بشدة الحمل خلال فترة البرنامج من السهل إلى الصعب الوحدات التدريبية المقترحة.

### القياسات البعدية:

تم إجراء القياسات البعدية للأفراد عينة البحث في الفترة من 2019/11/24: 2019/12/17 ثم تم جمع البيانات وجدولتها ومعالجتها إحصائياً. تم استخدام المعاملات الإحصائية التالية :  
- المتوسط الحسابي. - الانحراف المعياري- اختبار (ت) لدلالة الفروق. - معامل الارتباط لبيرسون- وقد ارتضى الباحث في جميع النتائج مستوى دلالة (0.05) عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها:

### جدول (3)

دلالة الفروق بين متوسطي القياسين القبلي والبعدى لأفراد العينة في المتغيرات قيد البحث (ن=25)

الدلالة	قيمة ت	القياس البعدى		القياس القبلي		المتغيرات
		ع	م	ع	م	
دال	8.01	1.13	25.20	0.71	19.18	السرعة الحركية التوافق الدقة
دال	6.34	1.1	18.82	0.81	13.91	
دال	7.22	2.14	15.84	2.28	9.97	
دال	5.16	7.12	180	6.26	145	إدراك مسافة إدراك الاتجاه إدراك الزمن
دال	2.55	0.70	3.01	0.83	7.12	
دال	3.13	0.93	2.10	0.81	7.82	
دال	5.92	1.07	2.33	0.96	6.23	إدراك قوة
دال	3.49	0.98	13.18	0.77	8.44	التوقع في الملعب
دال	4.23	1.50	18.10	2.18	12.05	الدفاع عن الملعب
دال	5.76	0.94	19.07	0.72	12.11	حائط الصد

"ت" الجدولية =1.235

تشير نتائج جدول (3) إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات القياسات القبليّة والبعدية لدى الطلاب الممارسين للكرة الطائرة جلوس عينة البحث عند مستوى دلالة 0.05 في القدرات البدنية قيد البحث لصالح القياسات البعدية حيث تراوحت قيمة (ت) المحسوبة ما بين 6,34: 7,22 وبلغت قيمة السرعة الحركية 8.01 وقد يرجع الباحث هذه القيمة إلى طبيعة التدريبات البدنية المستخدمة داخل البرنامج مع اختلاف أشكالها واتجاهها والتدريب على تنمية القدرات البدنية المناسبة لطبيعة الأداء والتي كان لها الأثر الإيجابي في تحسين السرعة الحركية التي تتمشى مع طبيعة الحالة داخل الملعب وهذا يتفق مع ما توصلت إليه نتائج دراسة كل من "صبحي حسنين" (1995) (13) أن السرعة تعد أحد عوامل الأداء الناجح في الأنشطة الحركية فهي ذات أهمية كبيرة في الأداء الرياضي.

إن تحديد مستوى اللاعب بشكل دقيق ومستمر في أداء القدرات البدنية والمهارية في لعبة الكرة الطائرة من الجلوس يتطلب دائماً اختبارات تتلاءم مع طبيعة اللعبة . وبقدر ما يكون الاختبار متميزاً وتخطيط صحيح مبني بشكل علمي صحيح سليم تكون النتائج جيدة لان تقدم المستويات الرياضية هو نتاج لمجهودات علمية مقننه نظراً لطبيعة الحالة الصحية والبدنية للاعبى الكرة الطائرة جلوس.

ويرى الباحث أن تطوير مهارات الكرة الطائرة جلوس لدى الممارسين يتطلب عملاً متواصلًا وأساليب تعليمية فعّالة من أجل رفع مستوى الأداء المهاري " عندما يتمكن لاعب الكرة الطائرة من تقدير الأوضاع المهارية المطلوب القيام بأدائها على اكمل وجه فان ذلك دليلاً" على أدراكه الحس-حركي، فلاعب الكرة الطائرة جلوس ذو الإدراك الحس-حركي يستطيع إداء الوضع المطلوب بسهولة ودقة في جميع مهارات الكرة الطائرة ويكون قادراً على إنجاز الحركة بشكل متناسق ومن ناحية أخرى فان الأهمية توافر قدر عالي من الإدراك الحس-حركي لدى لاعب الكرة الطائرة من أجل القيام بالواجبات المهارية والخطية الموكلة اليهم، بما يستلزم ادراك كل منهم لمكانه وكذلك ادراك اتجاه تحركه ومدى القوة اللازمة لإداء المهارات المختلفة"

ويتفق أيضاً مع ما توصل إليه "محمد الحفناوي" (1994) (12) من أن السرعة متطلب هام وضروري، فالكرة سريعة جداً والأزمة صغيرة جداً وبلغت سرعة الجسم أثناء الأداء في المرحلة الأساسية (20.4كجم/ ساعة).

ويري الباحث أن لعبة الكرة الطائرة جلوس هي واحدة من الألعاب الرياضية التي تمارس بشكل واسع وتحل مكانة جيدة كونها لعبة مشوقة وتحتوي على مهارات دفاعية وهجومية ينبغي على اللاعبين تعلمها وإتقانها بشكل عال في المباريات وأن التدريب في هذه اللعبة لا يختلف عن أي لعبة أخرى من خلال إعداد المناهج التدريبية وإتباع الطرق والأساليب العلمية الحديثة في تطوير ما ينبغي تطويره لتحقيق أفضل النتائج لهم.

كما يتضح من الجدول السابق أن قيمة ت المحسوبة لقدرة التوافق جاءت مرتفعة 7.28 وقدرة الدقة 7.75 مما يشير إلى تحسن واضح في هذه القدرات البدنية وهذا يتفق مع ما أشارت إليه "لمياء رضوان" (2001م) (10) بأنه يوجد تأثير إيجابي للمكونات البدنية (السرعة الانتقالية، سرعة رد الفعل، التوافق، الدقة) على مستوى الأداء المهاري في كرة اليد.

وتتفق هذه النتائج مع ما توصلت إليه دراسة "سنجر Singer" (1996) (22) بأنه يوجد تأثير إيجابي لعناصر اللياقة البدنية (رد الفعل، الدقة، السرعة، التوافق) على المستوى المهاري للاعبين التنس. ويرجع الباحث هذا التحسن في المكونات البدنية قيد البحث إلى التأثير الإيجابي للبرنامج المقترح لتنمية هذه المكونات وأن البرنامج المقترح احتوي على مجموعة من التدريبات المختارة والمقننة بأسلوب علمي لكل مكونات التي اختيرت من قبل الخبراء وهذه الأهمية التي أولها الباحث للمكونات البدنية قيد البحث.

وهناك ارتباط وثيق ما بين الإعداد البدني والمهاري في الكرة الطائرة وأصبح من الضروري الاهتمام بعناصر اللياقة البدنية المؤثرة في نجاح أداء المهارات الأساسية بالكرة الطائرة، لذلك يعمل المدرب على تطوير هذه العناصر بالإضافة إلى مهارات اللعب، والقدرات البدنية الخاصة مطلب أساسي لكل لعبة من الألعاب الجماعية ولكنها تختلف من لعبة إلى الأخرى وفقاً لطبيعة أداء ومتطلبات كل لعبة وهذه المتطلبات يلزم توافرها لدى ممارسي هذه اللعبة حتى يمكنهم التقدم في التدريب والوصول إلى المستويات الرياضية العالية.

كما تشير النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات القياسات القبليّة والبعدية لدى ممارسي الكرة الطائرة جلوس عينة البحث في اختبارات المكونات الإدراكية قيد البحث لصالح القياسات البعدية حيث تراوحت قيمة (ت) المحسوبة ما بين 2.55: 5.92 ويرجع الباحث ذلك التحسن في إدراك المسافة إلى طبيعة التدريبات المستخدمة في البرنامج التي تساعد اللاعب الممارس للكرة الطائرة جلوس على تقدير المسافة بينها وبين الخصم وخطوط الملعب والحكم والشبكة مع مراعاة المتغيرات الجسمانية لدى اللاعبين الممارسين.

وهذا يتفق مع ما أشار إليه كاردر "Calder" (2000) (19) إلى أن الإدراك عامل هاماً للوصول إلى قمة الأداء حيث يحتاج اللاعب إلى تقدير مسافة الأهداف وأن يكون قادراً على عمل ذلك بسرعة في ظل العامل الديناميكي.

ويعزو الباحث أسباب ذلك إلى عدم خضوع المنهج المعد من قبل المدرب إلى الأسس العلمية أثناء تنفيذ الوحدات التدريبية وتركيز المدرب على أسلوب اللعب بالإضافة إلى إن المهارات الأساسية بالكرة الطائرة تتميز بنوع من الصعوبة في الأداء أو ربما يعود السبب لعدم التركيز على تعلم وأداء المهارات وإعطاءه الوقت الكافي أثناء التدريب خلال الوحدات التدريبية مما أدى إلى عدم تطوير تلك المهارات لدى ، إذ أنه من أجل عملية تطوير المهارات الأساسية يجب أن يتميز اللاعب بالأداء السريع والدقيق لتنفيذها وبأقل جهد ممكن وبأقل وقت مما يتطلب من اللاعب الإعداد البدني والمهاري الجيد وتنفيذها بشكل يستطيع من أدائه في مختلف ظروف اللعب وضمن قانون اللعب.

وهذا يتفق مع ما ذكره "هاني حسن" (1995) (17) علي أنه يجب علي لاعب الكرة الطائرة إدراك المسافة بينة وبين الكرة وبينه وبين زملاؤه وأن يكون قادراً على عمل ذلك بسرعة في ظل العامل الديناميكي.

وهذا يتفق أيضاً مع ما توصلت إليه دراسة "نادية الصاوي، زينب حتوت" (2008) (16) في أن التدريبات البصرية تعد هامة في تدريبات الكرة الطائرة لما لها من تأثير إيجابي على تحسين المهارات الإدراكية.

وهذا ما أشار إليه محمد حسن علاوى (2002م)، على أن اللاعب الرياضي عندما يؤدي مهارة



حركية لا يؤدي ذلك بجسمه أو بعضلاته أو باستخدام الرجلين أو اليدين أو الرأس مثلاً ، ولكن يؤدي ذلك باستخدام عقله وتفكيره أيضاً. (11 : 198)

ويري الباحث أن التداخل الإدراكي لدى ممارسي الكرة الطائرة جلوس هو الحالة السليمة في التدريب، كما أن التكامل بين التدريب الذهني والتدريب المهاري ينتج منه وصول اللاعب الى استعداد عقلي بدني قبل المنافسة، فضلاً عن أن "الممارسة وبذل الجهد بالتدريب والتكرارات المستمرة ضرورية في عملية التعلم، والتدريب عامل مساعد وضروري في عملية تفاعل الفرد مع المهارة والسيطرة على حركته وتحقيق التناسق بين الحركات المكونة للمهارة في أداء سليم متتابع وزمن مناسب والتدريب المستمر وحده يزيد من تطور المهارة واتقانها " كما اثبت المنهج المستخدم في تنمية القدرات الإدراكية (الحس - حركية) فاعلية كبيرة إذ أسهم في تطوير المهارات قيد البحث، بحيث يعتمد اللاعب في أدائها على عزل دور حاسة البصر والاعتماد على المستقبلات الحسية الموجودة في العضلات والمفاصل والأوتار، كي تصبح هي المسؤولة عن إرسال الإشارات العصبية للجهاز العصبي المركزي الذي يقوم بالتالي بتوجيه الجسم لإداء الحركات المطلوبة.

كما تشير النتائج أيضاً إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات القياسات القبليّة والبعديّة لدى ممارسي الكرة الطائرة جلوس عينة البحث في مستوى الأداء المهاري لصالح متوسطات القياسات البعديّة حيث تراوحت قيمة (ت) المحسوبة ما بين 3.49: 5.76 وجاءت قيمة ت المحسوبة في مهارة حائط الصد 5,76 وهي بذلك تعد قيمة مرتفعة حيث يرجع الباحث هذا التحسن إلى التأثير الإيجابي لتطبيق وحدات البرنامج المقترح والتي تتكون من التدريبات المقننة لتنمية تلك المكونات واستجابة عينة البحث.

ولعل من الأسباب التي أدت إلى هذه النتيجة كون عينة البحث في مرحلة الثانية العامة وان تلك المرحلة العمرية ينصب في إعداد المنهاج التدريبي لهم في تطوير وتحسين المهارات الأساسية فضلاً عن التكامل مع الإعداد البدني المناسب والفئة العمرية، وان أسلوب اللعب يتم التركيز عليه في فئة المتقدمين أكثر منه في الفئات العمرية (الناشئين والشباب) وكذلك إخضاع اللاعبين إلى الاختبار الحقيقي والتي قد تكون أول مرة بالنسبة إليهم مما أثر على الأداء المهاري والبدني.

وهذا يتفق مع ما ذكره "علي مصطفى طه" (1999) أن مهارة الضرب الساحق تتطلب نوعية معينة من اللاعبين يتميزون بسرعة البديهة وحسن التصرف والثقة بالنفس وارتفاع القامة وقوة عضلات الرجلين والسرعة الحركية والتوافق في الوثب والدقة في الاداء الحركي وتوجيهه ضربات في نقطة معينة بالإضافة إلي الهبوط الصحيح (9: 112)

ويري الباحث أن القدرات البدنية هامة في الكرة الطائرة جلوس بسبب الحالة البدنية وسرعة الكرة وبشكل خاص تكون حاسمة في المهارات الدفاعية التي ينفذها اللاعبون من متابعة الكرة بمجرد إرسالها من المنافس أو ضربها ومراقبة دوران وزاوية اقتراب الضارب.

وان الحساسية للعضلات تعد المكون الرئيس في قوتها وتطوير هذه الصفة في العضلات الدقيقة في الكف يعد امراً مهماً جداً للاعب الكرة الطائرة من الجلوس، إذ ان اللاعب الجيد يفوق قرينه العادي بما يعادل مرتين ويصف في حقه الحساسية الحركية لعضلات الكفين بالذات والذراعين، وثبت أن الصفة الخاصة بالكفين تتفوق بمقدار ثلاثة أضعاف عند اللاعبين المعدين مقارنة بالمهاجمين" فضلاً عن ان طول مدة التدريب تساعد اللاعبين على تحسين هذه الصفة، ويمكن ان تقاس هذه الصفة للكفين باستخدام جهاز قوة القبضة (الديناميتر). (13: 32)

وإذا كان المستوى البدني هو القاعدة الأساسية التي يبني عليها المستوى المهاري فأن كان المستوى البدني ضعيفاً أدى إلى ضعف المستوى المهاري، وبالتالي فأن الاهتمام بتطوير المستوى البدني لدى الممارسين للكرة الطائرة جلوس يعتبر من ضمن الخطوات الجيدة في بناء وتطوير المستوى البدني المهاري.

### الاستخلاصات:

- 1- للبرنامج التدريبي المقترح تأثير ايجابيا علي مكونات التوقع الحركي البدنية للمهارة الدفاعية وهي (السرعة الحركية، الدقة، التوافق) حيث كانت الفروق دالة إحصائياً في القياس البعدي في المجموعة الواحدة لدى الطلاب الممارسين للكرة الطائرة جلوس.

- 2- للبرنامج المقترح تأثير إيجابياً علي مكونات التوقع الحركي الإدراكية وهي (إدراك المسافة - إدراك قوة- إدراك زمن- إدراك اتجاه) حيث كانت الفروق دالة إحصائياً في القياس البعدي بين المجموعة الواحدة لصالح القياس البعدي.
- 3- للبرنامج المقترح تأثير إيجابي علي قياس التوقع الحركي للمهارة الدفاعية معملياً، في اختبار بأسين المعملية حيث كانت الفروق دالة إحصائياً بالقياس البعدي للمجموعة الواحدة.
- 4- للبرنامج المقترح تأثير إيجابي علي مستوي الإداء المهاري في مهارات (حائط الصد- الدفاع عن الملعب) حيث كانت الفروق دالة إحصائياً بالقياس البعدي للمجموعة الواحدة.
- 5- يساعد البرنامج المقترح على تطوير الأداء المهاري لدى طلاب الكرة الطائرة جلوس وبحسن مستوى الأداء لديهم بصورة جيدة.

#### **التوصيات :**

- 1- تطبيق البرنامج المقترح علي الفرق المشابهة لعينة البحث لما له من تأثير إيجابي في تنمية مستوى الأداء المهاري للكرة الطائرة جلوس.
- 2- تطبيق الاختبارات البدنية والإدراكية والمعملية والمهارية قيد البحث للوقوف علي مستوى الفرق المشابهة لعينة البحث في التوقع الحركي ومكوناته ومستوى الأداء المهاري.

## المراجع أولا: المراجع العربية

- 1- أبو العلا احمد عبد الفتاح : التدريب الرياضى والأسس الفسيولوجية، دار الفكر العربى (1997)
- 2- احمد سالم بطينة(2016) : الفروق في مستوى الإدراك الحس حركي لممارسة الألعاب الجماعية ونوع اللعبة لدى الناشئين، بحث منشور مجلة العلوم التربوية، جامعة البحرين.
- 3- أسامة رياض، أحمد عبد المجيد أمين (1998) : القواعد الطبية لرياضة المعاقين، الطبعة الأولى، المملكة العربية السعودية.
- 4- أسامة كامل راتب(200) : تدريب المهارات النفسية (تطبيقات في المجال الرياضي)، دار الفكر العربي، 2000م.
- 5- إلين وديع فرج (1990) : الكرة الطائرة دليل المعلم والمدرّب واللاعب، منشأة المعارف، الإسكندرية.
- 6- بسطويسي أحمد (1996) : أسس ونظريات الحركة، دار الفكر العربي، القاهرة.
- 7- زينب دردي علام(2007) : تأثير برنامج تربية حركية مقترح على تنمية الإدراك الحس حركي والتفكير الابتكاري وبعض مهارات كرة اليد المصغرة لتلاميذ المرحلة الابتدائية، بحث منشور المجلة العلمية للتربية الرياضية للبنين جامعة حلوان العدد 52، القاهرة.
- 8- السيد عبد المقصود : نظريات الحركة، مطبعة الشباب، القاهرة. (1986)
- 9- علي مصطفى طه : الكرة الطائرة تاريخ- تعليم- تدريب تحليل- قانون، دار الفكر العربي، القاهرة. (1999)
- 10- فالح سلطان فالح(2010) : العلاقة بين بعض متغيرات الإدراك الحس حركي و مستوى الإداء المهارى لدى المكفوفين في مسابقة دفع الجلة، بحث منشور مجلة العلوم الادارية ، الجامعة الاردنية.
- 11- محمد حسن علاوى : سيكولوجية التدريب والمنافسات، الطبعة الرابعة، دار المعارف، القاهرة. (2000)
- 12- محمد أحمد الحفناوي : تحديد الخصائص الكينماتيكية لمهارة الدفاع الغاطس عن الملعب بطريقة الطيران في الكرة الطائرة، مؤتمر الرياضة في مصر الواقع والمستقبل، المجلد الأول، كلية التربية الرياضية بأسسوط، جامعة أسسوط. (1994)
- 13- محمد صبحي حسنين : القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية، ج1، ط3، دار الفكر العربي، القاهرة. (1995)
- 14- محمد يوسف الشيخ : التعلم الحركي، دار المعارف، القاهرة. (1984):
- 15- نادر فهمى الزيود : 'تعليم الأطفال المتخلفين عقلياً، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، الأردن. (1995)
- 16- نادية حسن الصاوي ، زينب على : فاعلية التدريبات البصرية على المهارات الإدراكية والقدرات البصرية وتحسين المستوى المهاري الهجومي في كرة اليد، بحث منشور، مجلة المؤتمر العلمي الدولي الثالث، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الزقازيق. (2008)

- 17- هاني حسن كامل : علاقة التصور البصري المكاني والإدراك الحسي- الحركي  
بالتحصيل العملي لمادة الكرة الطائرة، مجلة أسبوط لعلوم وفنون  
الرياضة، العدد الخامس، الجزء الثاني، جامعة أسبوط. (1995)
- 18- هدى حسن صابر : تأثير استخدام التدريبات البصرية على تحسين دقة تسجيل النقاط  
يوسف(2008): وتركيز الانتباه لدى لاعبات الكوميتيه، رسالة ماجستير غير منشور ،  
كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الزقازيق.

ثانيا: المراجع الأجنبية

- 19- Calder : A specific visual skills training program unproven  
field hockey performance, international congress on  
sport science(7-13), September-Brisbane, Australia,  
2000.
- 20- Isabel Walker : Why visual training programs for sport don't work,  
peak performance, www.pponline.co.uk, 2001.
- 21- Schmidit. R, H: : Anticipation and Timing in human psychological  
Bulletin. (1987).
- 22- Singer, R. N : Anticipation And Reactive Comparisons Between  
Highly Skilled And Beginning Tennis Players  
Journal Of Applied Sport Psychology(1996)

## ملخص البحث

### تأثير برنامج مقترح لتنمية المهارات الدفاعية لدى طلاب الفئات الخاصة للعبة الكرة الطائرة جلوس بدولة الكويت

د/إبراهيم علي الأنصاري

#### المقدمة ومشكلة البحث:

إن مؤشرات تقدم الأمم وحضارتها ومدى ارتقائها يرتبط إلى حد كبير بمدى عنايتها بالأجيال بمختلف فئاتها لذا فإن الاهتمام بذوي الاحتياجات الخاصة في أي مجتمع من المجتمعات يعتبر من أهم المعايير للحكم على مدى تقدمها وتطورها.

ولقد تغيرت نظرة المجتمعات في العصر الحاضر إلى المعاقين فأصبحوا ينالوا الرعاية الخاصة في العديد من المجالات ومنها المجال الرياضي مع مراعاة ظروفهم وإمكانياتهم البدنية. (3: 28) وتعتبر ممارسة الأنشطة الرياضية ذات أهمية قصوى للمعاقين من الناحية البدنية حيث تؤهلهم لتحمل أعباء الحياة اليومية وإشباع ذاته وتنمية النواحي الوظيفية والنفسية (15: 36).

أما في الآونة الأخيرة فقد تطورت الرياضة نتيجة ارتباطها بالعلوم الأخرى مثل، علوم الصحة، والميكانيكا الحيوية، والفسولوجي، والتشريح والهندسة. وغيرها مما نتج عنها العديد من الآراء والدراسات التي أسفرت عن نتائج قدمت للرياضة الكثير من النظريات والمعلومات التي ساهمت بدورها في تطوير مستوى الأداء وفتحت آفاقاً لأبحاث تطبيقية جديدة مكنت من تحديد العديد من فوائد ممارسة النشاط الرياضي المنظم مما انعكس على مستويات الأداء.

ومن خلال قراءة الباحث واطلاعه على العديد من المراجع العلمية والأبحاث السابقة وجد أن أهمية هذه الدراسة تكمن في أنها تساعد على تحسين مكونات التوقع ورفع مستوى أداء المهارات الدفاعية والتي تساعد بدورها على حل بعض مشكلات الأداء المهارى والخططي في الكرة الطائرة جلوس. لذلك يقوم الباحث بإجراء الدراسة الحالية العلمية للتعرف على تأثير تنمية وتطوير مكونات التوقع على مستوى أداء الممارسين للكرة الطائرة بمدرسة الرجاء للفئات الخاصة.

#### أهداف البحث:

يهدف هذا البحث الى تصميم برنامج تدريبي لتنمية المهارات الدفاعية لدي الممارسين للكرة الطائرة بمدرسة الرجاء الخاصة بدولة الكويت أثره على :

- 1- مكونات التوقع الحركي البدنية والإدراكية لمهارة الدفاع.
- 2- مستوى الأداء المهارى في مهارات (حائط الصد- الدفاع عن الملعب).

#### فروض البحث:

في ضوء أهداف البحث يضع الباحث الفروض الآتية :

- 1- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات القياسات القبالية والبعديّة للعينة (قيد البحث) في بعض المكونات البدنية والإدراكية لمهارة الدفاع لصالح القياس البعدي.
- 2- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات القياسات القبالية والبعديّة للعينة (قيد البحث) في أداء المهارات الدفاعية للكرة الطائرة لصالح القياس البعدي.
- 3- يوجد ارتباط بين بعض مكونات التوقع الحركي ومستوى أداء بعض المهارات الدفاعية للكرة الطائرة.

#### الهدف من البرنامج: يهدف البرنامج إلى :

- 1- تحسين أداء القدرات البدنية (السرعة الحركية، التوافق، الدقة) لطلاب ممارسي الكرة الطائرة جلوس.
- 2- تحسين أداء المكونات الإدراكية (إدراك مسافة، إدراك اتجاه، إدراك قوة، إدراك زمن) لطلاب ممارسي الكرة الطائرة جلوس.

3- تحسين أداء المهارات (الدفاع عن الملعب، حائط الصد، التوقع الحركي داخل الملعب) لطلاب ممارسي الكرة الطائرة جلوس.

#### أسس البرنامج :

- تم تقنين الأحمال التدريبية وفقاً للأسس والمبادئ العلمية ورأي الخبراء في مجال التدريب الرياضي.
- توفير الإمكانيات الفنية والأدوات والأجهزة.
- الاستمرارية والتدرج في التدريب حتى يحقق الارتقاء بمستوى الأداء البدني المطلوب.
- توافر عنصر التشويق والتدرج والتنوع للتدريبات المقترحة
- مراعاة الفروق الفردية بين الطلاب مع مرونة البرنامج وتنوعه وشموله.
- تم استخدام طرق التدريب الآتية: المستمر، الفترتي منخفض ومرتفع الشدة.

#### خطوات تنفيذ البحث :

##### القياسات القبليّة :

أجريت القياسات القبليّة على عينة البحث في الفترة من 2019/10/12 إلى 2019/10/30م

##### التجربة الأساسيّة :

تم تطبيق تدريبات البرنامج المقترح على عينة البحث في الفترة من 2019/11/1 إلى 2019/11/23م بواقع وحدتين تدريبتين أسبوعياً وزمن الوحدة 90 دقيقة، على أن يتم التدرج بشدة الحمل خلال فترة البرنامج من السهل إلى الصعب الوحدات التدريبية المقترحة.

##### القياسات البعديّة:

تم إجراء القياسات البعديّة للأفراد عينة البحث في الفترة من 2019/11/24: 2019/12/17 ثم تم جمع البيانات وجدولتها ومعالجتها إحصائياً.

تم استخدام المعاملات الإحصائية التالية :

- المتوسط الحسابي. - الانحراف المعياري - اختبار(ت) لدلالة الفروق.

- معامل الارتباط لبيرسون - وقد ارتضى الباحث في جميع النتائج مستوى دلالة (0.05)

##### الاستخلاصات:

- 1- للبرنامج التدريبي المقترح تأثير إيجابيا علي مكونات التوقع الحركي البدنية للمهارة الدفاعية وهي (السرعة الحركية، الدقة، التوافق) حيث كانت الفروق دالة إحصائياً في القياس البعدي في المجموعة الواحدة لدى الطلاب الممارسين للكرة الطائرة جلوس.
- 2- للبرنامج المقترح تأثير إيجابياً علي مكونات التوقع الحركي الإدراكية وهي (إدراك المسافة - إدراك قوة- إدراك زمن- إدراك اتجاه) حيث كانت الفروق دالة إحصائياً في القياس البعدي بين المجموعة الواحدة لصالح القياس البعدي.
- 3- للبرنامج المقترح تأثير إيجابي علي قياس التوقع الحركي للمهارة الدفاعية معملياً، في اختبار بأسين المعملية حيث كانت الفروق دالة إحصائياً بالقياس البعدي للمجموعة الواحدة.
- 4- للبرنامج المقترح تأثير إيجابي علي مستوي الإداء المهاري في مهارات (حائط الصد- الدفاع عن الملعب) حيث كانت الفروق دالة إحصائياً بالقياس البعدي للمجموعة الواحدة.
- 5- يساعد البرنامج المقترح على تطوير الأداء المهاري لدى طلاب الكرة الطائرة جلوس ويحسن مستوى الأداء لديهم بصورة جيدة.

##### التوصيات :

- 1- تطبيق البرنامج المقترح علي الفرق المشابهة لعينة البحث لما له من تأثير إيجابي في تنمية مستوى الأداء المهاري للكرة الطائرة جلوس.
- 2- تطبيق الاختبارات البدنية والإدراكية والمعملية والمهارية قيد البحث للوقوف علي مستوى الفرق المشابهة لعينة البحث في التوقع الحركي ومكوناته ومستوى الأداء المهاري.

**Research Summary**  
**The Impact of a Proposed Program to Develop Defensive Skills Among Students of Special Needs of Volleyball Seating in the State of Kuwait**  
**\* Dr. Ibrahim Ali Al-Ansari**

**Introduction and Research Problem**

The indicators of the progress of nations and their civilization and the level of their development are related to a large range to the extent of their care for generations of various categories, so the concern for people with Special Needs in any society is regarded one of the most important criteria to judge the extent of its progress and development.

Societies' view of the physically handicapped has changed in the present era, and they now receive special care in many fields, including the sports field, taking into account their conditions and physical capabilities.(28:3)

Practicing sports activities is of fundamental importance to the physically handicapped, as it qualifies them to bear the burdens of daily life, satisfy themselves, and develop the functional and psychological aspects (36:15).

In recent times, sport has developed as a result of its association with other sciences, such as health sciences, biomechanics, physiology, anatomy and engineering and others, that resulted in many opinions and studies which came into results that provided sports with a lot of theories and information that in turn contributed to the development of the level of performance and opened up new horizons for applied research that enabled the identification of many benefits of practicing organized sports activity, which was reflected in the performance levels.

Throughout the reading of the researcher and review of many scientific references and previous research, he found that the importance of this study lies in the fact that it helps to improve the components of anticipation and raise the level of performance of defensive skills, which in turn helps to solve some skill and tactical performance problems in volleyball Seating .

Therefore, the researcher is conducting the current scientific study to identify the impact of the development and expansion of the components of expectation on the performance level of volleyball practitioners at Al-Rajaa School for Special Needs .

**\* Associate Professor, College of Basic Education, Department of Physical Education and Sports – Kuwait.**

**Research Aims :**

This research aims to form a training program to develop defensive skills for volleyball practitioners and Al-Raja School for the State of Kuwait, its impact on:

- 1- The physical and cognitive components of the expectation of defense skill.
- 2- The skill level of performance in the skills of (blocking wall - defending from the court).

**Research hypotheses:**

In the light of the research objectives, the researcher puts the following hypotheses:

1- There are statistically significant differences between the averages of the pre and dimensional standards for the sample (under research) in some of the physical and cognitive components of defense skill in favor of the dimensional measurement.

2- There are statistically significant differences between the averages of the pre and dimensional standards of the sample (under discussion) in the performance of defensive skills for volleyball in favor of the post measurement.

3- There is a correlation between some components of kinetic expectation and the level of performance of some defensive skills for volleyball.

#### **The goal of the program:**

##### **The program aims to**

1- Improving the performance of physical abilities (motor speed, coordination, accuracy) for practitioners students of volleyball seating.

2- Improving the performance of the perceptual components (perception of distance, perception of direction, perception of force, perception of time) for practitioners students of volleyball seating.

3- Improving the performance of skills (defending the field, blocking wall, kinetic expectation inside the field) for practitioners students of volleyball Seating.

#### **Grounds of the program:**

-The training loads were limited according to the scientific foundations and principles and the opinion of experts in the field of sports training.

- Providing technical capabilities, tools and facilities .

- Continuity and gradual training in order to achieve the required level of physical performance.

- Availability of the element of suspense, gradation and diversity for the proposed exercises.

- Taking into account the individual differences among students with the flexibility, diversity and comprehensiveness of the program.

- The following training methods were used: continuous, interval low and high intensity.

#### **Research implementation steps:**

##### **Pre- Measurements:**

Pre measurements were carried out on the research sample in the period from 10/12/2019 to 30/10/2019

##### **Basic experiment:**

The proposed program exercises were applied to the research sample in the period from 1/11/2019 to 2019 / 11 / 23, with two training units per week, and the time of the unit is 90 minutes, provided that the gradual intensity of the load is carried out during the program period, from easy to difficult, the proposed training units.

##### **Post-Measurements:**



Post-measurements were carried out for individuals, the research sample, in the period from 11/24/2019: 12/17/2019, then the data were collected, tabulated and statistically processed.

The following statistical coefficients were used:

- Arithmetic mean.
- Standard deviation
- Test(s) for significance of differences.
- Pearson's correlation coefficient
- The researcher satisfied in all results a level of significance (0.05)

**Conclusions:**

- 1- The proposed training program has a positive effect on the components of physical kinetic expectation of defensive skill, which are (motor speed, accuracy, compatibility), where the differences were statistically significant in the dimensional measurement in one group of students practicing volleyball Seating.
- 2- The proposed program has a positive effect on the perceptual kinetic expectation components (distance perception - force perception - time perception - direction perception), where the differences were statistically significant in the dimensional measurement between one group in favor of the dimensional measurement.
- 3- The proposed program has a positive effect on measuring the kinetic expectation of defensive skill in the laboratory, in the Bassin laboratory test, where the differences were statistically significant by the post-measurement of one group.
- 4- The proposed program has a positive effect on the level of skill performance in the skills (blocking wall - defending the stadium), where the differences were statistically significant in the dimensional measurement of one group.
- 5- The proposed program helps to develop the skill performance of volleyball students Seating and improves their level of performance well.

**Recommendations:**

- 1- Apply the proposed program to teams similar to the research sample because of its positive impact on developing the level of skill performance for volleyball seating.
- 2- Applying the physical, cognitive, laboratory and skill tests in question to determine the level of teams similar to the research sample in motor expectation and its components and the level of skill performance