

أثر برنامج تدريبي مقترح مبني على الألعاب الشبه الرياضية في تطوير سرعة الإستجابة الحركية لدى لاعبي كرة الطائرة (9-12) سنة

The effect of a proposed training program based on semi-sports games in developing the motor response speed of volleyball players (9-12) years old

ط/د- القيزي الهواري¹، أ.د- نور الدين بن حامد²، ط/د- خيثر محمد ملين³

¹ جامعة أمحمد بوقرة بومرداس (الجزائر)، e.elguaizi@univ-boumerdes.dz

² مخبر علوم وممارسات الأنشطة البدنية الرياضية والإيقاعية جامعة الجزائر 3
n.benhamed@univ-boumerdes.dz (الجزائر)،

³ جامعة أمحمد بوقرة بومرداس (الجزائر)، ml.khiter@univ-boumerdes.dz

مخبر علوم الأداء الحركي والتدخلات البيداغوجية بجامعة الجزائر 3

تاريخ النشر: 2023/07/07

تاريخ القبول: 2023/06/25

تاريخ الإرسال: 2023/06/16

الملخص:

هدفت الدراسة لإبراز أثر الألعاب شبه الرياضية في تطوير سرعة الإستجابة الحركية لدى لاعبي كرة الطائرة و تم صياغة فرض بأن للألعاب شبه الرياضية أثر إيجابي في تطوير سرعة الإستجابة الحركية لدى لاعبي كرة الطائرة من فرق كرة الطائرة بولاية الجلفة وعددهم 40 تم تدريب العينة التجريبية بواسطة برنامج الألعاب شبه الرياضية بينما تم تدريب العينة الشاهدة بالبرنامج المعتاد للفريق وذلك لمدة ثلاثة أشهر و تم إجراء إختبارات قبلية و بعدية للعينتين , وبعد المعالجة الإحصائية للنتائج تبين أن للألعاب شبه الرياضية دور إيجابي في تطوير سرعة الإستجابة الحركية لدى لاعبي كرة الطائرة (9-12) سنة .

الكلمات المفتاحية: الألعاب شبه الرياضية ؛ سرعة الإستجابة الحركية ؛ كرة الطائرة

Abstract:

The study aimed to highlight the impact of semi-sports games in developing the speed of motor response among volleyball players, and a hypothesis was formulated that semi-sports games had a positive impact on developing the speed of motor response among volleyball players. The sample was divided into two groups, an experimental group and a control group. The experimental sample was trained by the semi-sports program, while the control sample was trained by the team's usual program for a period of three months. Pre and post tests were conducted for the two samples. After statistical treatment of the results, it was found that semi-sports games have a role. Positive in developing the motor response speed of volleyball players (9-12) years

.Key words: semi-sports ; motor response speed ; volleyball

1- مقدمة ومشكلة البحث:

تمهيد للبحث، الإشكالية، الإطار العام للدراسة، المتغيرات المتضمنة في البحث، التأصيل تعتبر رياضة كرة الطائرة من أهم الرياضات الجماعية وأكثرها شعبية وهذا نظرا لخصائصها المميزة عن باقي الرياضات وقد أصبح لها قاعدة جماهيرية وإعلامية واسعة ، وهذا ما دفع بلإعبيها لتحقيق أعلى مستوى فني وخططي ، وذلك من خلال الأداء المهاري عالي السرعة لذى أصبحت هذه الرياضة مرتبطة بسرعة الأداء الحركي وسرعة الإستجابة الحركية ورد الفعل ، وحتى نتمكن من الوصول بلاعب كرة الطائرة ذو مستوى عالي لابد من إعداد اللاعب منذ الصغر ليكون مؤهلا لإنجاز الواجبات الفردية والجماعية خلال التدريب والمنافسة ، ويرى العلماء والباحثون أن مرحلة الطفولة المتأخرة (9-12) هي المرحلة الذهبية لتطوير المهارات الحركية والبدنية مثل السرعة وهذا بسبب نمو وتطور الجهاز العصبي والعضلي ، ونظرا لإرتباط الطفل باللعب وجب إستغلال وتوجيه هذا الأمر من أجل تحقيق الأهداف المسطرة ، وتوفير الألعاب شبه الرياضية فرصة لتنظيم وتوجيه اللعب الحركي وإستغلاله في الجانب التربوي للطفل فالأنشطة الحركية المنظمة توفر تتيح للطفل إستكشاف قدراته وتطويرها وتحقيق اندماج في الحياة الاجتماعية ، وقد أثبتت العديد من الدراسات أن اللعب الحركي يعمل على تنشيط الدماغ وتفعيل الروابط العصبية وإنتاجها مما يعزز تطوير القدرات الحركية والبدنية ، وتتميز الألعاب شبه الرياضية بالترويح والتحفيز حيث تؤدي هذه العناصر بالطفل لبذل طاقات كبيرة بعيدا عن التعب النفسي والملل ، مثل ألعاب الجري ، المطاردة ، التسابق ، والألعاب الرياضية المنظمة وغير ذلك ، من ألوان النشاط التي تصرف الطاقة المتدفقة لدى الطفل (زهرا ، 1995، ص 267) .

ومن أجل التحقق من النتائج الإيجابية للألعاب شبه الرياضية، إقترحنا برنامج تدريبي مبني على الألعاب شبه الرياضية يهدف لتطوير سرعة الإستجابة الحركية ويتمشى مع الخصائص الجسمانية للطفل خلال مرحلة الطفولة المتأخرة (9-12) سنة ، لدى قمنا بطرح التساؤل التالي :

- هل للبرنامج التدريبي المقترح المبني على الألعاب شبه الرياضية أثر إيجابي في تطوير

سرعة الإستجابة الحركية لدى لاعبي كرة الطائرة 9-12 سنة ؟

2- الدراسات السابقة التي تناولت الموضوع:

أثر برنامج تدريبي مقترح مبني على الألعاب الشبه الرياضية
في تطوير سرعة الاستجابة الحركية لدى لاعبي كرة الطائرة (9-12) سنة

2-1- دراسة مرسلتي العربي . براهيمي قدور . عياد مصطفى . بعنوان : فاعلية الألعاب المصغرة على تنمية سرعة الاستجابة الحركية وطبيعة علاقتها بتطوير الأداء المهاري لنادي كرة الطائرة

هدفت الدراسة إلى التعرف على أثر التدريب الألعاب المصغرة على تنمية سرعة الاستجابة
الحركية وطبيعة العلاقة بين سرعة الاستجابة الحركية و بعض المهارات الأساسية ، وافترض
تأثير الألعاب المصغرة اللعب ايجابيا على تنمية سرعة الاستجابة الحركية وكذلك وجود
علاقة ايجابية بين سرعة الاستجابة الحركية و بعض المهارات الأساسية وقد استخدم المنهج
التجريبي للاثمته لطبيعة البحث وطبقت هذه الدراسة على عينة قوامها 34 لاعب بطريقة عمدية،
16 لاعب كعينة تجريبية طبق عليها البرنامج التدريبي بإستراتيجية الألعاب المصغرة ، و 16
لاعب آخر كعينة ضابطة طبق عليها البرنامج التقليدي ومن خلال النتائج ظهر تحسن في نتائج
معظم الاختبارات للمجموعة التجريبية في اختبارات سرعة الاستجابة الحركية والاختبارات
المهارية، وكذا تأثير سرعة الاستجابة الحركية على تطوير بعض المهارات الأساسية .

2-2 مساهمة الألعاب شبه الرياضية أثناء حصة التربية البدنية في اكتساب صفة السرعة لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة (11-13) سنة

هدف الدراسة لمعرفة مدى مساهمة الألعاب شبه الرياضية في اكتساب صفة السرعة لدى
تلاميذ الطور المتوسط (11- 13) سنة، حيث استخدم الباحثان المنهج الوصفي التحليلي وقد
تكون مجتمع الدراسة من 600 تلميذ من متوسطة راس الصوطة ولاية الجزائر، وتمثلت عينة
الدراسة في 40 تلميذ (ذكور وإناث) تم اختيارها بطريقة مقصودة نظرا لطبيعة البحث، استخدم
الباحثان بطارية اختبار (BOT-2) ، لقياس مدى اكتساب صفة السرعة كأداة دراسة كما تم
استعمال اختبار ت ستودنت كوسيلة إحصائية لتحليل النتائج وتفسيرها، وقد خلصت الدراسة إلى
تحقيق تطور ملحوظ في اكتساب صفة السرعة لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة من خلال تطبيق
برنامج الألعاب شبه الرياضية

2-3 دراسة شريط حسام الدين . قادري عبد الحفيظ . محمدي مهدي بعنوان : اقتراح وحدات تدريبية مبنية على الالعاب الصغيرة لتحسين سرعة الاستجابة وسرعة الاداء الحركي عند لاعبات كرة السلة (اقل من 13 سنة)

هدفت دراستنا الى معرفة اثر الوحدات التدريبية المقترحة و المبنية على الالعب الصغيرة في تحسين سرعة الاستجابة و سرعة الاداء الحركي عند لاعبات كرة السلة ، ولمعرفة مدى الأثر طبق المنهج التجريبي على عينة عشوائية تتكون من 14 لاعبة من فريق الاتحاد الرياضي الاوراسي فئة اقل من 13 سنة للموسم الرياضي 2020/2019 مقسمة بالتساوي (07) لاعبات في عينة تجريبية (07) في عينة ضابطة ، كما استعملنا اختبارات الصفات البدنية والقدرات الحركية بالإضافة إلى البرنامج المقترح والمتضمن 16 وحدة تدريبية مبنية على الألعاب الصغيرة، حيث بينت النتائج الى وجود فروق فردية ذات دلالة احصائية في الاختبارين القبلي و البعدي باستخدام الوحدات التدريبية المقترحة لتحسين سرعة الاستجابة عند لاعبات كرة السلة لصالح الاختبار البعدي، وجود فروق ذات دلالة احصائية في الاختبارين القبلي و البعدي باستخدام الوحدات التدريبية المقترحة لتحسين سرعة الاداء الحركي وسرعة الاستجابة عند لاعبات كرة السلة لصالح الاختبار البعدي، كما بينت النتائج وجود فروق فردية ذات دلالة احصائية في الاختبار البعدي بين العينة التجريبية و العينة الضابطة باستخدام الوحدات التدريبية المقترحة لتحسين سرعة الاستجابة وسرعة الأداء الحركي عند لاعبات كرة السلة و لصالح العينة التجريبية.

3- فرضيات الدراسة.

الفرضية العامة :

البرنامج التدريبي المقترح المبني على الألعاب شبه الرياضية أثر إيجابي في تطوير سرعة الإستجابة الحركية لدى لاعبي كرة الطائرة 9-12 سنة

4- أهداف الدراسة:

- معرفة أثر الألعاب شبه الرياضية في تطوير سرعة الإستجابة الحركية
- توضيح أهمية سؤعة الإستجابة الحركية في رياضة كرة الطائرة
- إبراز أهمية تطوير سرعة الإستجابة خلال مرحلة الطفولة المبكرة (9-12) سنة
- 5- أهمية البحث: العلمية (النظرية) والعملية (التطبيقية).
- الأهمية العلمية : الاعتماد على الألعاب شبه رياضية كأسلوب في العملية التدريبية كونها تحفز الناشئين على بذل جهد أكبر في جو من المرح والترفيه وبعيدا عن الملل ، كما تنمي العمل الجماعي التعاوني للفريق .

أثر برنامج تدريبي مقترح مبني على الألعاب الشبه الرياضية
في تطوير سرعة الإستجابة الحركية لدى لاعبي كرة الطائرة (9-12) سنة

الأهمية العملية : إبراز دور اللعب في تطوير الصفات البدنية وتوضيح القيمة الإيجابية للعب كطريقة سليمة لتدريب الناشئ كونها تتماشى و خصوصيات هاته الفئة العمرية و أهمية تطوير السرعة لناشئي كرة طائرة

6- التحديد للمفاهيم الواردة في البحث

6-1- الألعاب شبه الرياضية:

يعرفها أمين أنور الخولي " أنها العاب بسيطة التنظيم فيها أكثر من فرد ليتنافسوا وفق قواعد مسيرة لا تقتصر على السن والجنس أو المستوى البدني ويغلب عليها الطابع الترويحي والتسلية، وقد تستخدم فيها أدوات وأجهزة بسيطة أو بدونها (الخولي، 1994، صفحة 171)

و يعرفها عبد الحميد شرف على أساس أنها العاب بسيطة التنظيم وتتميز بسهولة أدائها ، يصاحبها البهجة والسرور ، تحمل بين طياتها روح التنافس، وتتميز قوانينها بالبساطة و السهولة. (شرف، 2001، صفحة 120)

6-2- سرعة الإستجابة الحركية :

عرفت بأنها ((قدرة الفرد على الاستجابة الحركية لمثير معين في أسرع زمن ممكن وتتكون من سرعة رد الفعل والسرعة الحركية ، ويبشير محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان الى أن سرعة الاستجابة الحركية تعني (الربط بين زمن الرجوع وزمن الحركة أي أنها عبارة عن الزمن الكلي الذي ينقضي ما بين حدوث المنبه (المثير) والانتهاى من إتمام الحركة أو العمل كما عرفت بأنها (الفترة الواقعة بين الإثارة والإجابة الكاملة المناسبة بأقصر وقت ويعتمد ذلك على إيعازات الجهاز العصبي وقابلية الجهاز العضلي في التنفيذ الحركي .

كما عرفها جلال كمال بأنها كل ما يرد به الكائن الحي على تنبيه أعضاء الحس فقد تكون استجابة لفظية أو انفعالية أو الاحتفاظ بوضعية الجسم أو أحد أطرافه إذ قد تكون بالكف عن الحركة بدلاً من القيام بها
كرة الطائرة :

6-3- الطفولة المتأخرة :

تمتد مرحلة الطفولة المتأخرة من سن 9 سنوات إلى 12 سنة، وتُعد هذه هي فترة النضج، حيث تتطور اهتمامات جديدة لدى الطفل إلى جانب النضج من الناحية الجنسية؛ كما ويتطور الطفل في النمو البدني والعقلي، وفيما يتعلق بالجنس، فإنه يظل نامياً، ولكنه يظهر بقوة كبيرة في نهاية هذه المرحلة، وبالتالي تسمى هذه المرحلة فترة الكمون، وإلى جانب آخر تتأثر الطفولة المتأخرة،

عند بدايتها ونهايتها، بالظروف التي تؤثر بشكل عميق على التعديلات الشخصية، والاجتماعية للطفل

6-4- كرة الطائرة :

كرة الطائرة من الألعاب الجماعية التي يتنافس فيها فريقان كلٌّ منهما مؤلف من 6 لاعبين ينفذون تسديداتهم باستخدام الأيدي لتعبر الكرة من فوق شبكة مثبتة في منتصف الملعب محاولين من خلال تلك التصويبات أن تلمس الكرة أرضية ملعب الفريق المنافس قبل التمكن من صدها بالوقوف خلف الشبكة والارتقاء عالياً لمنع توجُّه الكرة نحو نصف ملعبهم مع العلم أن لكل فريق 3 لمسات مسموحة على الكرة حتى يتم إرجاعها لنصف ملعب الخصم، ومن منظور تاريخي نجد أن هذه الرياضة قد تم ابتكارها لأول مرة في عام 1895 من قبل السيد الأمريكي (ويليام مورغان) وكانت فكرتها في البداية تقتصر على أنها رياضة من الرياضات التي تمارس داخل الصالات المغلقة وتحمل اسم (مينتونيت) إلى أن تم لاحقاً تغيير الاسم لـ (كرة الطائرة volleyball).

7- الإجراءات المنهجية المتبعة:

7-1 المنهج المتبع:

ولأننا بصدد رصد أثر المتغير المستقل على المتغير التابع يرى الباحث أن المنهج التجريبي هو الأنسب لهذه الدراسة لملائمته للدراسة ويتميز عن غيره من المناهج حيث انه لا يقتصر على وصف الوضع الراهن للحدث أو الظاهرة بل يتعداه إلى تدخل واضح ومقصود من قبل الباحث بهدف إعادة تشكيل واقع الظاهرة من خلال استخدام إجراءات أو إحداث تغييرات معينة ومن ثم ملاحظة النتائج بدقة وتحليلها وتفسيرها (ربحي مصطفى عليان ، عثمان محمد غنيم سنة

2000 ص 50)

7-2 الدراسة الإستطلاعية: يذكر فيها

قمنا بدراسة أولية على عينة صغيرة قبل قيامنا بالبحث لمعرفة مدى تجاوب الناشئين ومدى ملائمة اختبار نيلسون لقياس سرعة الإستجابة الحركية ، وقمنا بدراسة الاستطلاعية على عينة مكونة من 12 لاعب بعمر (9-12 سنة) تم فيها تطبيق اختبار نيلسون لقياس سرعة الإستجابة الحركية وذلك لمعرفة الصعوبات والمشاكل التي قد تواجه الباحث ، و مدى ملائمة الاختبار وتجاوز الأخطاء التي قد تحدث عند تنفيذ الاختبار واختيار العينة ، وتحديد الوقت المناسب لتطبيق الحصة ، وتم تحديد الأهداف التالية :

✓ تحديد مجتمع الدراسة ، والتعرف على أفراد العينة ، مميزاتهم، وخصائصهم.

أثر برنامج تدريبي مقترح مبني على الألعاب الشبه الرياضية
في تطوير سرعة الإستجابة الحركية لدى لاعبي كرة الطائرة (9-12) سنة

✓ معرفة مدى صلاحية وتناسب أداة الدراسة المستخدمة.

✓ اختيار الأدوات الإحصائية المناسبة للنتائج المتحصل عليها.

✓ تحديد الفترة الزمنية التي يستغرقها كل اختبار .

✓ المعرفة المسبقة بظروف إجراء الدراسة الميدانية الأساسية.

✓ التعرف على الصعوبات والمشاكل التي تواجه الباحث.

7-3- مجتمع الدراسة:

المجتمع الذي تم فيه إختيار عينة بحثنا هو الفرق الرياضية الممارسة لكرة الطائرة بمدينة عين وسارة والتي لها فئة (9-12) سنة وقمنا بإختيار العينة بشكل عشوائي حيث تكونت العينة من فريقين ضمن المجتمع الأصلي وكانت خصائص العينتين كالآتي :

المجموعة التجريبية : تكونت المجموعة التجريبية من 20 ناشئ كلهم من جنس واحد (ذكور)، تتراوح أعمارهم من 09 إلى 12 سنة، يمارسون رياضة كرة الطائرة ضمن مولودية عين وسارة

المجموعة الشاهدة : تكونت المجموعة الشاهدة من 20 ناشئ كلهم من جنس واحد (ذكور)، تتراوح أعمارهم من 09 إلى 12 سنة، يمارسون رياضة كرة الطائرة ضمن نادي شباب عين وسارة .

8- مجالات الدراسة.

8-1 المجال البشري :

تمثل المجال البشري في مجموعتي البحث التي تتكون من 40 رياضي، تم اختبارهم بصفة عشوائية من فريقين ، بحيث 20 ناشئ من فريق مولودية عين وسارة كمجموعة تجريبية و20 ناشئ من فريق شباب عين وسارة كمجموعة شاهدة ، والعينة كلها ذكور ، تتراوح أعمارهم من 09 إلى سنة 12.

8-2 المجال المكاني :

تم إجراء الإختبارات القبلية والبعدية وتطبيق البرنامج في القاعة المتعددة الرياضات بعين وسارة

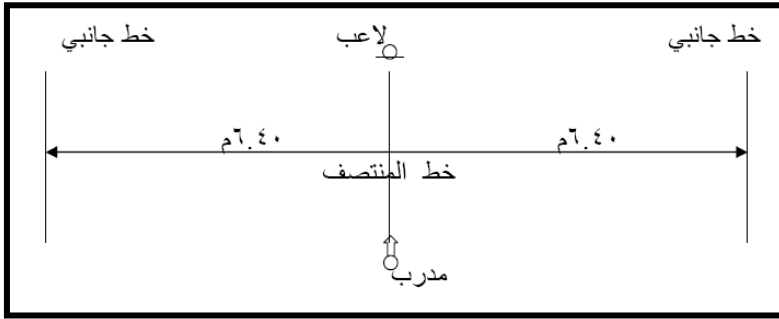
8-3 المجال الزمني

استغرقت فترة العمل من 2018/03/21 إلى غاية 2018/06/20 ، بحيث أجريت الاختبارات القبلية بتاريخ 2018/03/21 ، وتم تطبيق البرنامج المقترح على العينة التجريبية ثم أجرينا الاختبارات ، ثم قمنا بالإختبار البعدي في 2018/06/20

(6 - 1)

9- الأدوات المستخدمة.

9-1 اختبار نيلسون لسرعة الاستجابة الحركية الانتقائية



الغرض من الاختبار : قياس القدرة على الاستجابة والتحرك بسرعة ودقة وفقاً لاختيار المثير .

الأدوات : منطقة فضاء مستوية خالية من العوائق بطول 20م ويعرض 2م - ساعة توقيت إلكترونية - شريط قياس - شريط لاصق بعرض 5 سم .

الإجراءات : تخطط منطقة الاختبار بثلاثة خطوط المسافة بين كل خط وآخر 6.40م و طول كل خط 1م

وصف الاختبار :

1. يقف المختبر عند نهايتي خط المنتصف في مواجهة المحكم الذي يقف عند نهاية الطرف الآخر للخط .

2. يتخذ المختبر وضع الاستعداد بحيث يكون خط المنتصف بين القدمين بحيث ينحني بجسمه للأمام قليلاً .

أثر برنامج تدريبي مقترح مبني على الألعاب الشبه الرياضية
في تطوير سرعة الإستجابة الحركية لدى لاعبي كرة الطائرة (9-12) سنة

3. يمسك المحكم بساعة التوقيت بإحدى يديه ويرفعها إلى أعلى ثم يقوم بسرعة بتحريك ذراعه أما ناحية اليسار أو اليمين وفي نفس الوقت يقوم بتشغيل الساعة.
 4. يستجيب المختبر لإشارة اليد ويحاول الجرى بأقصى سرعة ممكنة في الاتجاه المحدد للوصول إلى خط الجانب الذي يبعد عن خط المنتصف بمسافة (6.40م).
 5. وعندما يقطع المختبر خط الجانب الصحيح يقوم المحكم بإيقاف الساعة .
 6. وإذا بدأ المختبر الجرى في الاتجاه الخاطئ فإن المحكم يستمر في تشغيل الساعة حتى يغير المختبر من اتجاهه ويصل إلى خط الجانب الصحيح .
 7. يعطى للمختبر (10) محاولات متتالية بين كل محاولة والأخرى (20 ثانية)
- 9-2 الخصائص السيكميترية :**

الصدق:

صدق الإختبار أمر ضروري ، حيث أن درجة الصدق هي العامل الأكثر أهمية بالنسبة للمقاييس والاختبارات وهو يتعلق أساسا بنتائج الاختبار. (علاوي، 1996، ص321)

وفي دراستنا إعتمدنا على صدق المحكمين حيث قمنا بعرض الإختبارات المستعملة والبرنامج التدريبي المقترح على عدد من الأساتذة و المختصين في مجال التدريب وكرة الطائرة الذين أبدوا موافقتهم لسلامة للبرنامج التدريبي المقترح بشكل كامل .

الثبات:

إن ثبات النتائج المتحصل عليها في الإختبارات أمر ضروري من أجل إعطاء مصداقية للإختبار ، وقد قمنا في دراستنا بإجراء الإختبارات ثم قمنا بإعادة نفس الإختبارات في نفس الظروف ثم قارنا النتائج المتحصل عليها إحصائيا بواسطة معامل الارتباط بيرسون و وجدنا قيمة وبالتالي الارتباط الموجود هو إرتباط قوي جدا في جميع المحركات المدروسة كما هو موضح في الجدول رقم (01).

جدول رقم (01) لقياس معامل الارتباط لإختبار نيلسون

الملاحظة	قيمة معامل بيرسون	الإختبار
وجود إرتباط قوي	0,89	إختبار نيلسون لسرعة الإستجابة الحركية

10- الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة:

استخدمنا في بحثنا هذا التقنيات الإحصائية التالية :

- المتوسط الحسابي:

يعتبر أحد الطرق الإحصائية الأكثر استعمالا خاصة في مراحل التحليل الإحصائي فهو حاصل قسمة مجموعة مفردات أو قيم في المجموعة التي أجري عليها القياس: س₁، س₂، س₃، ...، س_ن، على عدد هذه القيم ن (الصف، سمراني، 1973، ص75)

- الانحراف المعياري:

وهو أهم مقاييس التشتت لأنه أدقها حيث يدخل استعماله في الكثير من قضايا التحليل الإحصائي والاختبار، ويرمز له بالرمز: ع، فإذا كان قليلا أي قيمته صغيرة فإنه يدل على أن القيم متقاربة، والعكس صحيح. (الطالب، سمراني، 1975، ص55)

- معامل ارتباط بيرسون

تقوم هذه الطريقة على أساس حساب المتوسط الحسابي لكل من المتغيرين المراد معرفة العلاقة بينهما، ثم يتم حساب انحراف كل قيمة عن متوسطها ثم تربيع هذه الانحرافات وضربها في بعضها بعد ذلك، ثم يطبق قانون معامل ارتباط بيرسون

- (ت) ستودنت:

ويقوم بحساب الفروق بين المتوسطات الحسابية، وهذا الإختبار له شكلان :

- إختبار "ت ستودينت " لعينتين مستقلتين (مجموعتين مختلفتين)

- إختبار "ت ستودينت " لعينتين غير مستقلتين (مجموعة واحدة)

11- عرض وتحليل ومناقشة النتائج:

11-1- نتائج الإختبار القبلي إختبار سرعة الإستجابة الحركية لدى المجموعتين :

أثر برنامج تدريبي مقترح مبني على الألعاب الشبه الرياضية
في تطوير سرعة الإستجابة الحركية لدى لاعبي كرة الطائرة (12-9) سنة

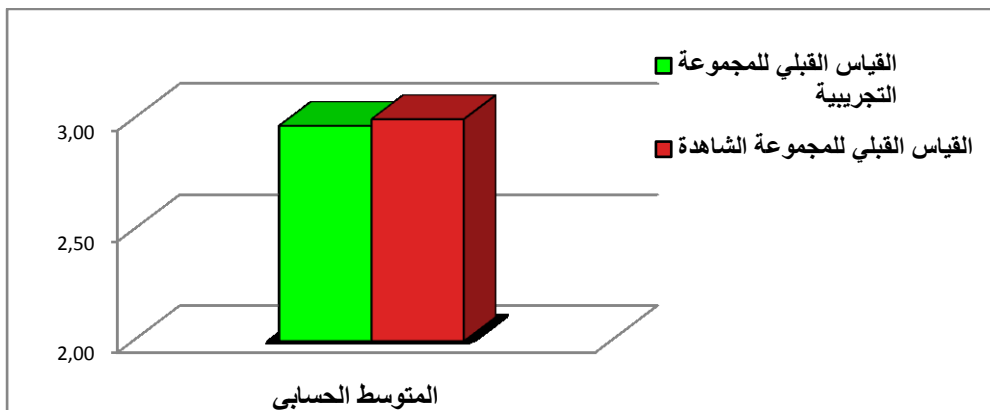
جدول رقم (2) يبين نتائج الإختبار القبلي إختبار سرعة الإستجابة الحركية لدى المجموعتين:

سرعة الاستجابية الحركية	المتغير	المجموعة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ت- المحسوبة	ت- الجدولية	قيمة Sig	الدلالة الإحصائية
		التجريبية	2,97	0,23	0,69	2,02	0,497	غير دلالة إحصائية
	القبل	الشاهدة	3,04	0,39				

* مستوى الدلالة 0,05 ودرجة الحرية $n=38$

من خلال الجدول رقم (02) والشكل رقم (01) نلاحظ أن المجموعة التجريبية حققت متوسط حسابي قدره (2,97) في الإختبار القبلي وبانحراف معياري ما يقارب (0,23) ، أما بالنسبة للمجموعة الشاهدة فقد حققت متوسط حسابي قدره (3,04) وبانحراف معياري ما يقارب (0,39) في الإختبار القبلي ، اما بالنسبة لقيمة "ت" المحسوبة فقد بلغت (0,69) وهي أقل من قيمة "ت" الجدولية والمقدرة ب (2,02) وقد بلغت قيمة "sig" (0,497) وهي أعلى من مستوى الدلالة ، وهذا يعني عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي الإختبار القبلي إختبار سرعة الإستجابة الحركية بين متوسطي المجموعتين التجريبية والشاهدة .

الشكل رقم (01): يبين القياس القبلي لإختبار سرعة الإستجابة الحركية بين المجموعتين التجريبية و الشاهدة



11-1-2- نتائج الإختبار القبلي والبعدي إختبار سرعة الإستجابة الحركية لدى المجموعة التجريبية:

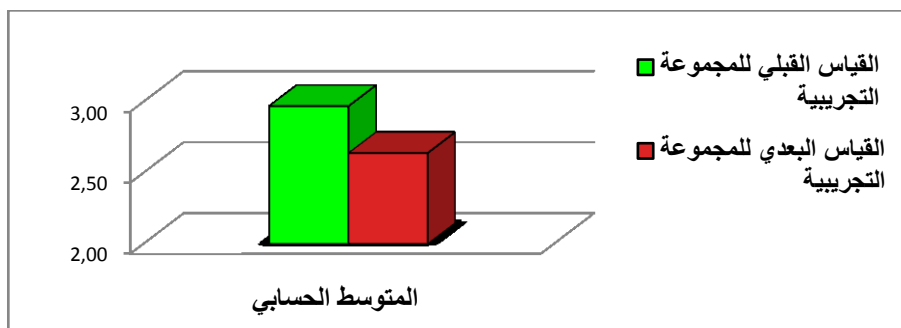
جدول رقم (3) يبين نتائج الإختبار القبلي والبعدي إختبار سرعة الإستجابة الحركية لدى المجموعة التجريبية

سرعة الإستجابة الحركية	الإختبار	المجموعة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ت-ت المحسوبة	ت-ت الجدولية	قيمة Sig	الدلالة الإحصائية
دال	القبلي	التجريبية	2,97	0,23	9,26	2,09	0,000	
	البعدي	التجريبية	2,64	0,18				

* مستوى الدلالة 0,05 ودرجة الحرية ن=19

من خلال الجدول رقم (03) والشكل رقم (02) نلاحظ أن المجموعة التجريبية حققت متوسط حسابي قدره (2,97) في الإختبار القبلي وبانحراف معياري ما يقارب (0,23) ، أما بالنسبة للإختبار البعدي للمجموعة التجريبية فقد حققت متوسط حسابي قدره (2,64) وبانحراف معياري ما يقارب (0,18) ، اما بالنسبة لقيمة "ت" المحسوبة فقد بلغت (9,26) وهي أكبر من قيمة "ت" الجدولية والمقدرة ب (2,09) وقد بلغت قيمة "sig" (0,000) وهي أقل من مستوى الدلالة ، وهذا يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي الإختبار القبلي والبعدي لدى المجموعة التجريبية ولصالح الإختبار البعدي .

الشكل رقم (02): يبين القياس القبلي والبعدي لإختبار سرعة الإستجابة الحركية لدى المجموعة التجريبية



أثر برنامج تدريبي مقترح مبني على الألعاب الشبه الرياضية
في تطوير سرعة الإستجابة الحركية لدى لاعبي كرة الطائرة (12-9) سنة

11-1-3- نتائج الإختبار القبلي والبعدي إختبار سرعة الإستجابة الحركية لدى المجموعة الشاهدة :

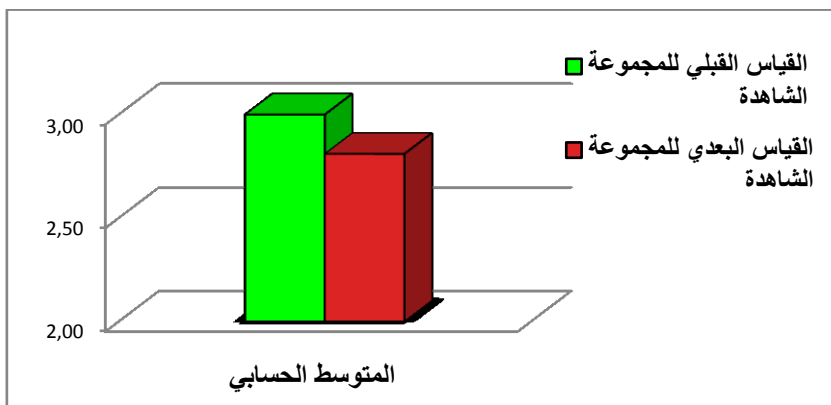
جدول رقم (4) يبين نتائج الإختبار القبلي والبعدي إختبار سرعة الإستجابة الحركية لدى المجموعة الشاهدة

سرعة الإستجابة الحركية	الإختبار	المجموعة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	"ت" المحسوبة	"ت" الجدولية	قيمة Sig	الدلالة الإحصائية
	القبلي	الشاهدة	3,04	0,39	5,35	2,09	0,000	دال
	البعدي	الشاهدة	2,81	0,24				

* مستوى الدلالة 0,05 ودرجة الحرية ن=19

من خلال الجدول رقم (04) والشكل رقم (03) نلاحظ أن المجموعة الشاهدة حققت متوسط حسابي قدره (3,04) في الإختبار القبلي وبإنحراف معياري ما يقارب (0,39) ، أما بالنسبة للإختبار البعدي للمجموعة الشاهدة فقد حققت متوسط حسابي قدره (2,81) وبإنحراف معياري ما يقارب (0,24) ، اما بالنسبة لقيمة "ت" المحسوبة فقد بلغت (5,35) وهي أكبر من قيمة "ت" الجدولية والمقدرة ب (2,09) وقد بلغت قيمة "sig" (0,000) وهي أقل من مستوى الدلالة ، وهذا يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي الإختبار القبلي والبعدي لدى المجموعة الشاهدة ولصالح الإختبار البعدي .

الشكل رقم (03): يبين القياس القبلي والبعدي لإختبار سرعة الإستجابة الحركية لدى المجموعة الشاهدة



-11-1-4 نتائج الإختبار البعدي إختبار سرعة الإستجابة الحركية لدى المجموعتين :

جدول رقم (05) يبين نتائج الإختبار البعدي إختبار سرعة الإستجابة الحركية لدى المجموعتين :

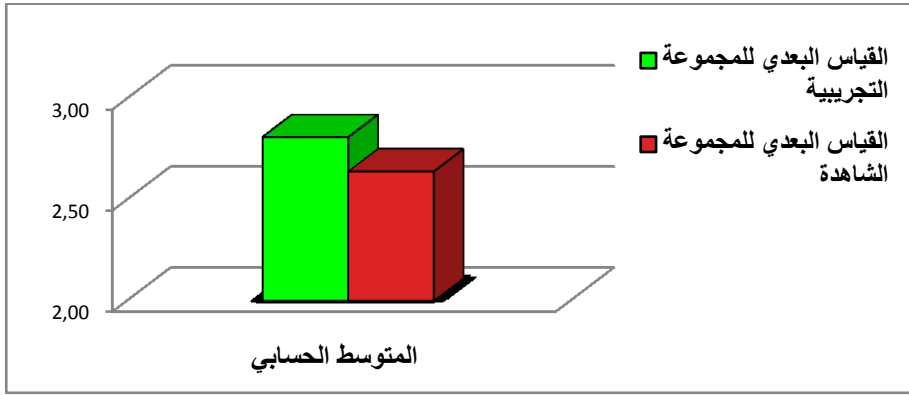
الدرجة الإستجابة الحركية	إختبار	المجموعة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	"ت" المحسوبة	"ت" الجدولية	قيمة Sig	الدلالة الإحصائية
البعدي	التجريبية		2,64	0,18	2,46	2,02	0,018	دال
	الشاهدة		2,81	0,24				

* مستوى الدلالة 0,05 ودرجة الحرية ن=38

من خلال الجدول رقم (05) والشكل رقم (04) نلاحظ أن المجموعة التجريبية حققت متوسط حسابي قدره (2,64) في الإختبار البعدي وبانحراف معياري ما يقارب (0,18) ، أما بالنسبة للمجموعة الشاهدة فقد حققت متوسط حسابي قدره (2,81) وبانحراف معياري ما يقارب (0,24) في الإختبار البعدي ، اما بالنسبة لقيمة "ت" المحسوبة فقد بلغت (2,46) وهي أكبر من قيمة "ت" الجدولية والمقدرة ب (2,02) وقد بلغت قيمة "sig" (0,018) وهي أقل من مستوى الدلالة ، وهذا يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي الإختبار البعدي إختبار سرعة الإستجابة الحركية بين متوسطي المجموعتين التجريبية والشاهدة ولصالح المجموعة التجريبية.

أثر برنامج تدريبي مقترح مبني على الألعاب شبه الرياضية
في تطوير سرعة الإستجابة الحركية لدى لاعبي كرة الطائرة (12-9) سنة

الشكل رقم (04): يبين القياس البعدي لإختبار سرعة الإستجابة الحركية بين المجموعتين
التجريبية و الشاهدة



12- مناقشة النتائج :

إن الإفتراض الذي وضعناه في بداية دراستنا والذي ينص على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة التجريبية والمجموعة الشاهدة بعد تطبيق برنامج مقترح من الألعاب شبه الرياضية تطوير سرعة الإستجابة الحركية لدى ناشئي كرة الطائرة ، فمن خلال الجدول رقم (02) يتضح لنا أن هناك تقارب في المستوى بين المجموعتين التجريبية والشاهدة قبل تطبيق برنامج الألعاب شبه الرياضية وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج الإختبار القبلي للعينتين ، وهذا مايدل على تكافؤ العينتين قبل بداية تطبيق البرنامج المقترح ، ومن خلال الجدولين (03) و(04) يتضح أن هناك تحسن في المستوى بالنسبة للمجموعتين ، ونرجع ذلك إلى أن كل من البرنامجين المتبعين في الفريقين كان وراء ذلك التحسن المسجل ، ومن خلال الجدول رقم (05) يتضح لنا أن هناك فرق معنوي ذو دلالة إحصائية في التحسن المسجل بين المجموعة التجريبية والمجموعة الشاهدة و لصالح المجموعة التجريبية ونرجح بأن هذا الأمر راجع للبرنامج المطبق من طرفنا والذي يعتمد بالدرجة الأولى على الألعاب شبه الرياضية وذلك ما للعب من ميزات تتماشى وخصوصيات الطفل في هاته المرحلة فيجد الطفل نفسه في جو من السرور والانبساط مما يحفزه على بذل مجهود مضاعف و يتيح له الفرصة لإثبات وتطوير مفهوم الذات لديه

13- الإستنتاج العام :

من خلال عرض ومناقشة نتائج الدراسة لمعرفة دور الألعاب شبه الرياضية في تطوير سرعة الإستجابة الحركية لناشئي كرة الطائرة ، وما توصلنا إليه من نتائج ومن ثم توصلنا لتحقيق

الفرضية الخاصة بدراساتنا ، حيث سجلنا وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط مستوى التحسن المسجل للمجموعة التجريبية والمجموعة الشاهدة ولصالح المجموعة التجريبية ، ومنه يمكننا القول بأن الفرضية العامة التي تنص على أن : للبرنامج المقترح المبني على الألعاب شبه الرياضية أثر إيجابي في تطوير سرعة الإستجابة الحركية لدى ناشئي كرة الطائرة ، قد تحققت ، ونرجع هذه النتيجة لخصائص ومميزات التي تتضمنها الألعاب شبه الرياضية ، حيث تعمل هذه الألعاب على إستثارة الطفل لئلا جهد إضافي للوصول قصد إشباع الغايات والميول وتطور الجهاز العصبي والعضلي ، مما يتيح للمدرب في الفريق استغلال هذه الفرصة من أجل توجيه هذا الاندفاع إلى تسطير أهداف أخرى ومن بينها تطوير سرعة الإستجابة الحركية التي تعد من أهم عناصر في لعبة كرة الطائرة .

14- التوصيات :

- الاهتمام بالألعاب شبه الرياضية وإدراجها ضمن برامج التدريب لدى الأطفال
- توفير العتاد والأدوات التعليمية المناسبة للممارسة الأنشطة الحركية قصد تسهيل العملية التدريبية
- إقامة ندوات وأيام دراسية تدرس فيها خصوصيات مرحلة الطفولة المبكرة
- مراعاة اختيار الألعاب شبه الرياضية حسب هدف كل حصة وعدم إهمال الجانب الترفيهي لها .
- إستغلال ميول ونشاط الطفل ونحو اللعب وتوجيهه نحو الأهداف
- مراعاة توافق وتلائم الألعاب شبه رياضية مع الخصائص الجسمية لطفل الروضة

15- خاتمة:

إن من أبرز الأنشطة الحركية المناسبة لطفل خلال مرحلة الطفولة المتأخرة هي الألعاب شبه الرياضية حيث أنها تحقق المتعة و التسلية والتحفيز وهذا ما يجب على المدرب أن يستغله تنمية المهارات القدرات البدنية الخاصة برياضة كرة الطائرة ، وهذا ما تطرقنا إليه في دراستنا وهو توضيح دور الألعاب شبه الرياضية تطوير سرعة الإستجابة الحركية لدى ناشئي كرة الطائرة ، وذلك من خلال البحث النظري ثم الدراسة الميدانية من خلال تطبيق مقترح من الألعاب شبه الرياضية ، وإجراء إختبارات قبلية وبعدية ، مكنتنا من الوصول لنتائج تؤكد الأثر الإيجابي للألعاب

أثر برنامج تدريبي مقترح مبني على الألعاب الشبه الرياضية
في تطوير سرعة الإستجابة الحركية لدى لاعبي كرة الطائرة (12-9) سنة

شبه الرياضية في تطوير سرعة الإستجابة الحركية ، وفي الأخير حاولنا تقديم بعض التوصيات التي إكتشفناها من خلال بحثنا المتواضع وذلك بضرورة إعتداد برامج ومناهج علمية حديثة تتماشى مع متطلبات التدريب السليم للطفل خلال مرحلة الطفولة المتأخرة ، كما أن دراستنا قد تناولت قدرا بسيط من هذا الموضوع الشاسع وربما يكون هناك قصور لدى ندعو الباحثين والمختصين لإثراء في هذا الموضوع أكثر بالتطرق لدراسات مشابهة لدراستنا

قائمة المراجع:

- 1 - حامد عبد السلام زهران : علم النفس النمو (الطفولة والمراهقة) ، ط 5 ، عالم الكتب ، القاهرة ، 1995
- 2 - ريسان مجيد خريبط: موسوعة القياسات و الاختبارات في التربيـه الرياضيـه , دار الكتب و الوثائق, 1989
- 3 - محمد حسن علاوي, علم التدريب الرياضي (القاهرة، دار المعارف، 1975)
- 4 - على لصيف، محمود السامرائي: الإحصاء في التربية الرياضية، جامعة بغداد، 1973
- 5 - جلال كمال ناصر، تأثير بعض التمرينات المقترحة لتطوير سرعة الاستجابة الحركية والأداء المهاري في
- 6 - الملاكمة، رسالة ماجستير كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، 1999.
- 7 - محمد حسن علاوي , القياس في التربية الرياضية وعلم القياس الرياضي , دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1996
- 8 - ربحي مصطفى عليان ، محمد غنيم ، مناهج و أساليب البحث | علمي النظرية والتطبيق ، الطبعة الأولى، دار صفاء للنشر والتوزيع، عمان، سنة 2000.
- 9 - أمين الخولي، التربية الرياضية المدرسية، دار الفكر العربي، القاهرة، سنة 1994 ©
- 10 - عبد الحميد شرف (2005) ((التربية الرياضية والحركية للأطفال الأسوياء ومتحدي الإعاقة (بين النظرية والتطبيق) (ط2)) القاهرة، مركز الكتاب للنشر
- 11 - مرسلـي العربي، براهيمـي قدور، عياد مصطفى ، 2018 ، فاعلية الألعاب المصغرة على تنمية سرعة الاستجابة الحركية وطبيعة علاقتها بتطوير الأداء المهاري لناشئ كرة القدم ، مجلة الباحث في العلوم الإنسانية و الإجتماعية ، المجلد 10 ، العدد 03 ، الصفحة 178-198
- 12 - بكتاش باهية ، سلامي سيد علي، 2020 ، مساهمة الألعاب شبه الرياضية أثناء حصة التربية البدنية في اكتساب صفة السرعة لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة (11-13) سنة ، مجلة الابداع الرياضي، المجلد 11، العدد 5، الصفحة 106-119
- 13 - شريط حسام الدين ، قادري عبد الحفيظ ، محمدي مهدي ، 2021، مجلة مخبر علوم وممارسات الأنشطة البدنية والرياضية والإيقاعية ، اقتراح وحدات تدريبية مبنية على الألعاب الصغيرة لتحسين سرعة الاستجابة وسرعة الاداء الحركي عند لاعبات كرة السلة (اقل من 13 سنة) ، المجلد 10، العدد 1، الصفحة 12-26

