

انماط تقدير الذات وعلاقتها بدقة اداء مهارتي الضرب الساحق وحائط الصد
لمنتخب الجامعة بكرة الطائرة

م . م زينب صباح ابراهيم
كلية التربية الرياضية
جامعة ديالى

الملخص العربي:

تكمن اهمية البحث في التعرف على النمط المميز للاعب بالنسبة لتقديره لذاته وتقديره للآخرين. فمن خلالها يستطيع اللاعب من تقييم نفسه وتقييم الآخرين وبذلك يشعر اللاعبون بقيمة ذاتهم ويرتفع بذلك تقدير الذات لديهم، اذ ان طلبة الكلية بحاجة الى الاحساس الدائم بانهم اعضاء مهمين في مجتمعهم من خلال عملهم المهني واحساسهم بقيمة ذاتهم. هدف البحث الى: ١- التعرف على تقدير الذات وعلاقته بدقة الضرب الساحق لدي لاعبي منتخب جامعة ديالى بكرة الطائرة. ٢- التعرف على تقدير الذات وعلاقته بدقة حائط الصد لدي لاعبي منتخب جامعة ديالى بكرة الطائرة. اما الباب الثاني : فتضمن الدراسات النظرية والمثابرة ذات الصلة والعلاقة بموضوع البحث. والباب الثالث: تضمن عينة البحث والتي تضمنت مجتمع البحث الاصلي الذي يجري عليه الباحث مجمل عمله بغية القيام بخطوات البحث وتنفيذه بشكل علمي . فقد تم اختبار عينة البحث والتي تمثل لاعبي منتخب جامعة ديالى بكرة الطائرة والبالغ عددهم (١٢) لاعب للعام الدراسي ٢٠١٣-٢٠١٤ وتم اختبار العينة بالطريقة العمدية . وبعد ان تم استبعاد (٦) من اللاعبين ممن طبقت عليهم التجربة الاستطلاعية . اما في الباب الرابع: فقد تم معالجة النتائج احصائيا . اما اهم الاستنتاجات: فقد كانت ١- ان تقدير الذات لدى لاعبي منتخب جامعة ديالى بالكرة الطائرة لم يعطى بعدا ايجابيا في اختباري الضرب الساحق وحائط الصد. ٢- عدم وجود علاقة ارتباط موجبة لتقدير الذات بين اللاعبين. ٣- انعدام فروق ذات دلالة احصائية في تقدير الذات ومستوى الاداء امهاري لمهارتي الضرب الساحق وحائط الصد بالكرة الطائرة.

Patterns of the self evaluation and its relationship to the accurate performance of the university team in the volley ball smash hitting and repelling wall skills

M . M Zainab Ibrahim morning

Research summery The importance of the research latent on the identify the special style of the player according

to him estimation for himself and him estimation for the others. by this estimation; the player can evaluate himself and the others ,so ; the players will feel on the value of themselves, and for that; the estimation of themselves will be raised .that the student of the collage need to the permanent feeling of that themselves are the importance members in them community through them vocational works and them feeling themselves value. The research aims to :1- identifying the evaluation of the self and its relation on the smash hitting for the volley ball team of the Diyala university .regarding the 2nd section ,included of the theoretical and the similar studies which related to the research subject. The 3rd section included of the research sample which contained of the research real community that the researcher apply the most of his works in order to do the steps of the research and implement it scientifically ,that it has been tested the sample of the research which represent the team of the volley ball of Diyala university which totaling of 12 players for the studying season 2013-2014,and the election of the sample was intentionally and after the rejection of 6 of the players whom applied on them the exploratory experiment . Regarding the 4th section; the results has been processed statistically. The important conclusions: was 1- the evaluation of the self for the volley ball players team of the Diyala university, didn't give positive dimension in the testing of the smash hitting and the repelling wall .2- there isn't positive correlation to evaluate the self between the players.3- the lack of the statically significant differences in the evaluation of the self and the level of the skill performance for the volleyball smash hitting and repelling wall

الباب الاول

١-١ المقدمة وأهمية البحث

ان التطور العلمي الكبير الذي شهده العالم في الالونة الاخير وكذلك التطور الذي شمل مختلف المجالات والعلوم يعود الى إتباعها الأساليب الحديثة والمتطورة للوصول الى الغايات والأهداف المرجوة لذا فالمجال الرياضي قد شهد تطورا ملحوظ من خلال تقدم المستويات الرياضية الذي جاء نتيجة التطور الحاصل من خلال الاهتمام باللاعبين على وفق مبادئ وصيغ علمية توصلهم الى تحقيق افضل الانجازات بأقل جهد ممكن باستخدام احداث الاساليب اضافة الى التطور في المجالات العلمية كعلم النفس اذ يعد علم النفس من العلوم التي استخدم لتطوير الرياضة بشكل عام وكرة الطائرة بشكل خاص. وتعد لعبة كرة الطائرة لعبة كباقي الالعاب الرياضية في تطورها وانتشارها واتساع قاعدتها ،ومن التقدم الحاصل في تحقيق النتائج والتي لا بد لها من ان تحتل مكانة متميزة بين باقي الالعاب الرياضية الاخرى،لذا بادرت اغلب البلدان العالم لممارستها من كلا الجنسين بسبب امتيازها بالتشويق والاثارة ولعبة كرة الطائرة من الالعاب التي لها مهاراتها الحركية والتي يجب ان تتقن من جميع النواحي كالاعداد البدني والخططي اضافه الى الاعداد النفسي ،ويعد تقدير الذات على مدى تقبل الفرد لنفسه بما فيها من ايجابيات وسلبيات . ومدى تقديره لخصائصه العامة . اذ تتضمن تقييما شاملا لكل جوانبها الشخصية والاجتماعية والتربوية والمهنية .وكلما انخفض تقديره لذاته كان اقل تقبلا لنفسه

ويرى (دوكس ورايتمان Wrightsman&Deaux) ان تقدير الذات يتضمن تقييم الشخص لنفسه سواء أكان تقييمه لها يدل على انها نفس ايجابية او سلبية.^(١)

وهنا تكمن اهمية البحث في التعرف على النمط المميز للاعب بالنسبة لتقديره لذاته وتقديره للآخرين. فمن خلالها يستطيع اللاعب من تقييم نفسه وتقييم الآخرين وبذلك يشعر الاعبين بقيمة ذاتهم ويرتفع بذلك تقدير الذات لديهم . اذ ان طلبة الكلية بحاجة الى الاحساس الدائم بانهم اعضاء مهمين في مجتمعهم من خلال عملهم المهني واحساسهم بقيم ذاتهم .

١-٢ مشكلة البحث:

من خلال احساس الباحثة بمشكلة البحث الحالي والتي انبثقت من خلال خبرتها في مجال التدريس في مجال التربية الرياضية وجدت ان هناك بعض الاعبين يتنامى لديهم الشعور السلبي والنقد للذات والانسحاب من الموقف الذي يكون فيه . وقد ينعكس ذلك سلبيا على تقدير الاعبين لذاتهم ونتائجهم اثناء اللعب وما يتبعها من تقدير واطى للذات من خلال اساليب التنشئة الاجتماعية الخاطئة الغير قادرة على مواكبة تطور الحياة الاجتماعية السريعة في جميع المجتمعات المتحضرة والتي تعمل على تشجيع الاستقلالية لدى الافراد وتعزيز لديهم الثقة بالنفس . لذا ارتأت الباحثة من خلال هذا البحث التعرف على تقدير الذات من خلال تأثيره على بعض المهارات الاساسية بكرة الطائرة .

١-٣ هدف البحث :

١- التعرف على تقدير الذات وعلاقته بدقة الضرب الساحق لدي لاعبي منتخب جامعة ديالى بكرة الطائرة.

٢- التعرف على تقدير الذات وعلاقته بدقة حائط الصد لدي لاعبي منتخب جامعة ديالى بكرة الطائرة.

١-٤ فروض البحث :

١- التعرف على انماط تقدير الذات لدى لاعبي منتخب جامعة ديالى بكرة الطائرة.

٢- التعرف على تقدير الذات وعلاقته بدقة بمهارتي الضرب الساحق و حائط الصد لدي لاعبي منتخب جامعة ديالى بكرة الطائرة.

١-٥ مجالات البحث :

١-٥-١ المجال البشري : ويشمل لاعبي منتخب جامعة ديالى بكرة الطائرة.

١-٥-٢ المجال الزمني: ٢٠١٤/٤/٦ إلى غاية ٢٠١٤/٥/١٥

١-٥-٣ المجال المكاني: القاعة المغلقة للكرة الطائرة(قاعة الدكتور الشهيد ولهان حميد) في كلية التربية

الرياضية جامعة ديالى ١-٦ تحديد المصطلحات :

١-٦-١ انماط تقدير الذات: هو تقييم الذات او تقرير عن الذات وهي المعلومات التي يقررها الفرد عن نفسه او

تقييمه لذاته^(١)

^١ ماهر محمود عمر؛ سيكولوجية العلاقات الاجتماعية. (الاسكندرية . دار المعرفة . ١٩٨٨). ص٩٨.

٢-الدراسات النظرية والدراسات المرتبطة.

١-٢ الدراسات النظرية.

١-٢-١ مفهوم الذات:

ان مفهوم تقدير الذات نابع من الحاجات الأساسية للإنسان ، وقد أشار إليها العديد من المنظرين في مجال علم النفس بوجه عام ، أمثال (ماسلو Maslow)^(١) ، إذ صمّم سلم الحاجات ، وتقع الحاجة لتقدير الذات وتحقيقها في أعلاه . كما أن الطريقة التي ندرك بها ذاتنا هي التي تحدد نوع شخصيتنا ، فإن فكرة الفرد عن نفسه هي النواة الرئيسة التي تقوم عليها شخصيته.

و من نعم الله على العبد أن يهبه المقدرة على معرفة ذاته ، والقدرة على وضعها في الموضع اللائق بها، إذ أن جهل الإنسان نفسه وعدم معرفته بقدراته يجعله يقيم ذاته تقيماً خاطئاً فإما أن يعطيها أكثر مما تستحق فيثقل كاهلها، وإما أن يزدري ذاته ويقلل من قيمتها فيسقط نفسه . فالشعور السيئ عن النفس له تأثير كبير في تدمير الإيجابيات التي يملكها الشخص، فالمشاعر والأحاسيس التي نملكها تجاه أنفسنا هي التي تكسبنا الشخصية القوية المتميزة أو تجعلنا سلبيين خاملين؛ إذ إن عطائنا وإنتاجنا يتأثر سلباً وإيجاباً بتقديرنا لذواتنا، فبقدر ازدياد المشاعر الإيجابية التي تملكها تجاه نفسك بقدر ما تزداد ثقّتك بنفسك، وبقدر ازدياد المشاعر السلبية التي تملكها تجاه نفسك بقدر ما تقل ثقّتك بنفسك

١-٢-٢ مفهوم الذات في الرياضة:

الذات في المجال الرياضي هو ما يكونه الرياضي من صورة عن نفسه من خلال ما يؤديه من مهارات رياضية مختلفة يعدها مصدراً للتأثير في البيئة المحيطة . يعد مفهوم الذات من المفاهيم النفسية المهمة لكل شخص ، يبذل المزيد من الجهد من أجل حماية ذاته ، وغالباً فإن المدربين الأكفاء يسعون الى تدعيم قيمة الذات لدى الرياضيين ، اقتناعاً منهم بأن قيمة الرياضي لذاته هي مفتاح الدافعية ، وتزداد الدافعية نحو الانجاز بزيادة هذه القيمة ، وان الثقة بالنفس تعد بمثابة التعبير عن قيمة الشخص لذاته ، كما ان الخبرات الرياضية المبكرة ذات أهمية كبيرة في تشكيل الثقة بالنفس لدى النشء الصغير ، فهؤلاء الذين لديهم خبرات نجاح مبكرة يكون اكثر ثقة بانفسهم ، يشعرون بالمزيد من قيمتهم ، ويصبحون اكثر دافعية لمواصلة التفوق ، وفي المقابل فان هؤلاء الذين لديهم خبرات فشل مبكرة يصبحون اقل ثقة بانفسهم ويشعرون بقيمة اقل لانفسهم . ان أغلب اللاعبين يميلون الى تقدير قيمة انفسهم وشخصيتهم من خلال مستوى أدائهم الرياضي ، فهم يحددون قيمة انفسهم بقدر تحسن ادائهم الرياضي . هنا يجب التأكيد على اهمية ان يتعرف اللاعب على نواحي الخطأ في

^١ - عبد المنعم الحنفي :موسوعة علم النفس والتحليل النفسي . ج ٢ . (مكتبة نابولي . ١٩٧٨) . ص ١٢ .

1- Hungng , s . : The social psychology of power , . Newyork .publishedin cooperation with European Association of Experimented social psychology 1980 . p. 127

الاداء ، فاحياناً يتم الربط بين الاخطاء المرتبطة بمستوى اداء الرياضي باعتباره نوعاً من التقليل الموجه لشخصه ولذاته ومن ثم ذلك من قيمته لنفسه.^(١)

ويرى (أنويا ٢٠٠٢) ان هدف قبول الذات يأتي بعد أن تحدد الهدف الحلم والواقعي البعيد ، تقول لنفسك "لو تحقق كل ما تمنيته ولو بذلت كل مايمكن من جهد ، فقد لبيت كل متطلبات الحصول عل الميدالية الذهبية التي حلمت بها لاكثر من اربع سنوات ، لكني خسرت في السباق ، في هذه الحالة ساقبل بهذه الخسارة ولن ألوم نفسي ولن اشعر بانني فاشل ، بل ساقبل ذاتي لان الذين فازوا لابد من تدريبوا احسن مني أو ان مؤهلاتهم كانت من مؤهلاتي .^(٢)

٢-١-١-٢ نظريات تقدير الذات:

هناك عدة نظريات حاولت تفسير تقدير الذات واهم هذه النظريات هي :-

١ . نظرية روز نبرج (Rosenberg Theory)

لقد حاول (روز نبرج) دراسة نمو وارتقاء سلوك تقييم الفرد لذاته . سلوكه من خلال المعايير السائدة في الوسط الاجتماعي بالفرد . وقد اهتم (روز نبرج) بصفة خاصة في تقييم المراهقين لذواتهم . واهتم بالدور الذي تقوم به الاسرة في تقييم الفرد لذاته وعمل على توضيح العلاقة بين تقدير الذات الذي يتكون في اطار الاسرة واساليب السلوك الاجتماعي اللاحق للفرد فيما بعد واعتبر ان تقدير الذات مفهوم يعكس اتجاه الفرد نحو نفسه .

٢ . نظرية زيلر (Zeller Theory)^(٣):-

ينظر (زيلر) الى تقدير الذات من زاوية نظرية المجال في الشخصية ويؤكد ان تقييم الذات لا يحدث في معظم الاحيان .الا في الاطار المرجعي الاجتماعي . ويصف تقدير الذات بانه تقدير يقوم به الفرد لذاته . ويلعب دور المتغير الوسيط او انه يشغل المنطقة المتوسطة بين الذات والعالم الواقعي وعلى ذلك فعندما تحدث تغيرات في بيئة الشخص الاجتماعية فان تقدير الذات هو العامل الذي يحدد نوعية التغيرات التي ستحدث في تقييم لذاته تبعا لذلك .

٣ . نظرية كوبر سميث (Cooper smith Theory)^(٤) :-تمثلت اعمال (كوبر) في دراسته لتقدير الذات عند اطفال ما قبل المدرسة الثانوية وقد ميز بين نوعين من تقدير الذات هما (تقدير الذات الحقيقي ويوجد عند الافراد الذين يشعرون بالفعل انهم ذو قيمة) و (تقدير الذات الدفاعي ويوجد عند الافراد الذين يشعرون انهم ليسوا ذوي قيمة ولكنهم لا يستطيعون الاعتراف بمثل هذا الشعور والتعامل على اساسه مع انفسهم ومع الآخرين وقد ركز كذلك على خصائص العملية التي تصبح من خلالها جوانب الظاهرة الاجتماعية

١ -قاسم حسن حسين ؛ الموسوعة الرياضية والبدنية الشاملة الالعب والفعاليات والعلوم الرياضية : (عمان ،دار الفكر للطباعة،١٩٩٨)،ص ٤٣٢ .

٢ - تيرسعوديشوا نوبا ؛ دليل الرياضي في الاعداد النفسي: (الاردن، عمان ، داروائل للنشر ، ٢٠٠٢) . ص ٧١،

٣ -Rosenberg .m .society and Adolescent self – imoge . prince ton university press . 1973 . p27-41

٤ -construct . J , of consult .²-Zeller , R . and .Hagey .J .smith m . long B , : self Esteew : Asel social and clin psychology.p 22.

ذات علاقة بعملية تقدير الذات . وقد افترض في سبيل ذلك اربع مجموعات من المتغيرات تعمل كمحددات لتقدير الذات وهي (النجاحات - القيم - الطموحات - الدفاعات) ويذهب (كوبر) الى انه بالرغم من عدم قدرتنا على تحديد انماط اسرية مميزة بين اصحاب الدرجات العالية واصحاب الدرجات المنخفضة في تقدير الذات من الاطفال فان هناك ثلاثا من من حالات الرعاية الوالدية تبدو مرتبطة بنمو المستويات الاعلى من تقدير الذات وهي :-

- ١ . تفعيل الاطفال من جانب الاباء .
- ٢ . تدعيم سلوك الاطفال الايجابي .
- ٣ . احترام مبادرة الاطفال وحريتهم في التغير من جانب الاباء

٢-١-٢ المهارات الاساسية بالكرة الطائرة:

ان الكرة الطائرة تزخر بالمهارات الاساسية الهجومية منها والدفاعية ، وأن المهارات الاساسية في الكرة الطائرة هي الحركات التي ينبغي على اللاعب تنفيذها وحسب الظروف التي تتطلبها لعبة الكرة الطائرة بهدف الوصول إلى نتائج إيجابية واقتصادية في المجهود البدني. أما (بلي لين Belly Lean) و (تيلر فرانسيسون Teller Fransion) فيشيران إلى أن المهارات هي الوسيلة الفعالة التي يقوم الفريق بتوظيفها في خطط اللعب لتحقيق هدفه وهو الفوز بالمباراة^(١).

أن المهارات الاساسية بالكرة الطائرة تعد كلا متكامل لا نستطيع أن نفصل المهارة عن أخرى من حيث الأهمية بل أن جميع المهارات متداخلة فيما بينها وتكمل كل منها الأخرى ولا يمكن إتقان فن اللعب أو تطبيق أسهل أنواع خططه إذا أهملنا أيًا من تلك المهارات . هذا وإذا ما تمكن اللاعبون من تعلم مبادئ وأساسيات ومهارات اللعبة بطريقة علمية ومشوقة أمكن بذلك استمرارهم في أدائها ومن ثم الوصول إلى المستوى الجيد والتقدم بهم . ولهذا فيجب أن نعرف مدى تطور اللاعب في اللعبة ووصوله إلى أحسن مستوى ويرجع هذا إلى كيفية تعلمهم للمهارات الاساسية للعبة ومدى أجادتهم لها في المراحل الأولى من التعلم .

وبعد إتقان أداء المهارات الاساسية للعبة من أهم العوامل التي تحقق الفوز والنجاح لأي فريق ، فالمهارات الاساسية " هي الحركات التي تحتّم على اللاعب أدائها في جميع المواقف التي تتطلبها اللعبة بغرض الوصول إلى أفضل النتائج " ، لذا ينبغي على كل اللاعبين أداء المهارات الاساسية جميعها بمستوى متكافئ لكي يتمكن كل منهم تنفيذ واجبه في أثناء اللعب ، وعلى هذا الأساس يتحكم تحليل هذه المهارات إلى مراحلها الفنية حتى يسهل تعلمها بصورة دقيقة وصحيحة مع مراعاة مطابقتها لقانون اللعبة .

إن لعبة الكرة الطائرة تحتوي على المهارات الاساسية التي تقسم على نوعين :

أ . المهارات الهجومية وتشمل :

* الإرسال .

١ - حمدي عبد المنعم: المهارات الاساسية في الكرة الطائرة، (القاهرة: كوبي للطباعة والنشر والتوزيع، ١٩٨٤). ص ١٠٢ .

* الإعداد.

* الضرب الساحق .

* حائط الصد .

ب. المهارات الدفاعية وتشمل :

* استقبال الإرسال .

* حائط الصد .

* الدفاع عن الملعب .

وعلى فقد قامت الباحثة بأختيار مهارتين من المهارات الهجومية في الكرة الطائرة وهي:

١-٢-١ مهارة الضرب الساحق:

وهو عبارة عن ضرب الكرة بأحدى اليدين بقوة مختلفة لتعديتها بالكامل من فوق الشبكة الى ملعب الخصم بطريقة قانونية.^(١)

وتقسم **مراحل** أداء مهارة الضرب الساحق إلى أربعة مراحل هي^(٢).

1. مرحلة الخطوات التقريبية

2. مرحلة الارتقاء (الوثب)

3. مرحلة الضرب

4. مرحلة الهبوط

١-مرحلة الخطوات التقريبية .

يقف اللاعب على بعد (3) م من خط الهجوم ومواجه للمعد وهو في حالة استعداد مع الحفاظ على وضع مركز ثقل الجسم إلى الأمام إذ يجري اللاعب إلى المنطقة التي سيتم فيها الضرب ويقترب بخطوتين على الأكثر ، ويتطلب الاقتراب سرعة كبيرة حتى يستطيع استخدام الأفضل لقوة الدفع الأمامية إثناء مرحلة الوثب. ويبدأ اللاعب بالحركة بمجرد خروج **الكرة** من يد المعد وتكون الخطوة الأولى بالرجل اليسرى (للضارب الأيمن اليد) واسعة وتحدد اتجاه اللاعب بالنسبة للكرة (80) سم تقريباً أما الخطوة الثانية فتتميز بطابع معين فهي سريعة وعميقة وواسعة (170) سم تقريباً بحيث يقع مركز ثقل الجسم خلف عقبي القدمين بالتساوي وتمتد الذراعان من أسفل للخلف عالياً بمستوى الورك تقريباً حتى تصلا بشكل عمودي على الجسم مع حني الظهر وثني الرجلين من الركبتين^(٣) .

٢-مرحلة الارتقاء (الوثب)

١ -نجلاء عباس وآخرون ؛ المبادئ الأساسية لمهارة الكرة الطائرة وطرق تعليمها ، ط١: (بغداد ، دار الكتب والوثائق، ٢٠١٢)، ص٢٠٥.

٢ . Hitting / spiking – volley ball . org. com. / playing volley ball -20-3-2005,p11.

٣ - نجلاء عباس وآخرون؛ المصدر السابق، ص٢٠٨.

١ -عصام الواشحي؛ المبادئ الأساسية لكرة الطائرة: (القاهرة، دار الفكر العربي ١٩٩٩)، ص١٠٨.

يتم الوثب بعد خطوتي الاقتراب وانتقال ثقل الجسم اللاعب من خلف العقبين إلى القدمين ثم الأمشاط وتكون زاوية الفخذين والركبتين ومفصل الكاحل في أثناء حركة نقل ثقل الجسم من العقبين إلى الأمشاط تبدأ الذراعان في التأرجح من الخلف إلى الأمام بأقصى قوة عند مرورها بمحاذاة الفخذين تكون القدمان مثبتتين كاملاً وفي هذه اللحظة يتم فتح القدمين و الركبتان منشيتان للحصول على قوة دفع الوثب .

٣-مرحلة الضرب^(٢):

عند وصول اللاعب إلى أقصى ارتفاع ممكن في أثناء عملية الوثب أن تتمرجح الذراع الضاربة للأعلى اذ تنتهي من مفصل المرفق وبينما يكون المرفق اعلى من مستوى الكتف ومتجهاً للأمام ويكون جذع اللاعب في حالة تقوس خفيف للخلف من لف الجذع باتجاه الذراع الضاربة فكلما زاد التقوس زادت قوة الضرب ، اما الذراع غير الضاربة فتكون مفتوحة امام الجسم بمستوى افقي للمحافظة على توازن الجسم في الهواء ويتم الضرب برفع اليد الضاربة للأعلى وتضرب الكرة في أقصى نقطة ارتفاع يصل إليها اللاعب . وتضرب بالجزء العلوي من اليد وتتخذ الضربة شكل ضربة السوط (W.HEB)

٤-مرحلة الهبوط^(٣):

تتم متابعة الضربة بسحب الذراع للأسفل مباشرة مع منع الذراع من ملامسة الشبكة ، وذلك بلف المرفق للخارج اذ يكون محاذياً للكتف او تسحب الذراع للخلف وضما للصدر ويجب ان يتم الهبوط في المكان نفسه الذي بدأ منه الوثب للمحافظة على التوازن دون ان يتجاوز خط المنتصف يتم الهبوط اذ تكون صدمة الهبوط ، ويتخذ وضع الاستعداد في الوقت نفسه للمشاركة في اللعب بالسرعة اللازمة وتتميز الضربات بالقوة في تنفيذها وسرعة في الاقتراب ورشاقة في الوثب ودقة في التوجيه وتعد الضربات الساحقة ذات أهمية في تحقيق الفوز للفريق وإحراز النقاط إذا ما نفذت بطريقة جيدة.

٢-٢-١-٢ مهارة حائط الصد^(٤):-

هو عملية يقوم بها لاعب أو اثنان أو ثلاثة لاعبين معا من المنطقة الأمامية باتجاه الشبكة أو قريبا منها، وذلك بالقفز إلى أعلى مع مد الذراع أو الذراعين لاعتراض الكرة المضروبة ساحقا من ملعب الفريق المنافس فوق الحافة العليا للشبكة .ويعد حائط الصد من المهارات الاساسية بالكرة الطائرة وهي مهارة مؤثرة على عملية الهجوم و تحد من خطورتها و يمكن عدها مهارة هجومية دفاعية مباشرة في نفس الوقت و تكتسب هذه المهارة الالهمية الاكبر في الشوط الحاسم .

انواع حائط الصد^(١) :-

٢ - عصام الواشحي؛ المصدر السابق؛ ص ١١.

٣ - نجلاء عباس وآخرون؛ المصدر السابق، ص ٢١٢.

٤ - نجلاء عباس وآخرون؛ المصدر السابق، ص ٢٣٧.

١ - سعد حماد الجميلي ؛ الكرة الطائرة تعليم وتدريب وتحكيم. (منشورات جامعة السابع من ابريل ١٩٩٧)، ص ٧٥.

١-الصد الهجومي :- في هذا النوع تكون الايدي المكونة لحائط الصد متوازية و قريبة من الشبكة وفيها انثناء نحو ملعب المنافس فتتحرك اليدان و الذراعان اثناء الصد لمحاولة ضرب الكرة في ملعب المنافس و هناك من يسميه(بحائط الصد المغلق أي زاوية الرسخ اقل من ١٨٠) .

٢-الصد الدفاعي(الامين) :- و فيه تسقط الكرة بعد عملية الصد في نفس ملعب الفريق المدافع بعد ان تكون قلت قوتها و فقدت خطورتها بحيث يمكن للفريق ان يستغلها في الاعداد للضربات الساحقة و تتم هذه الطريقة بتثبيت الذراعان و اليدان و ثني مفصل الرسغ بحيث تميل الايدي للخلف في اتجاه ملعب نفس الفريق الخصم كلما زاد ميل الرسخ للخلف كلما كبرت زاوية ارتداد الكرة عند مقابلتهما للكرة اثناء الصد وهناك من يسميه بحائط الصد المفتوح أي زاوية الرسخ اكثر من ١٨٠ .

ويمكن تنقسم الاداء الحركي لمهارة حائط الصد الى خمس مراحل وهي^(٢):-

١- التهيؤ (الاستعداد) :- يقف اللاعب الجانبي الايمن و الايسر على بعد (١ - ٢ متر) من لاعب الوسط و على بعد (٠.٥ - ١ متر) عن الشبكة استعدادا لعمل حائط الصد مواجهها للشبكة و قريبا عنها بانثناء قليل في مفصل الركبتين و اللذان يكونان عموديان على القدمين و الذراعان قريبان امام الجسم و بمستوى ارتفاع الكتفين و الايدي متصلة و عمودية و موازية للشبكة و المرفقان يتجهان الى الاسفل و النظر يكون باتجاه اللاعب المعد ثم مكان تحليق و سقوط الكرة بعدها ترتفع اليدان بالارتفاع التدريجي للأعلى و بشكل متوافق مع حركة مفصل الركبتين للاعلى بعدها على .

٢-حركة القدمين :- بعد معرفة اللاعب لمنطقة الهجوم يستطيع التحرك بعد اخذ خطوات تقريبية او بدون خطوات تقريبية مباشرة و نعني بالخطوات التقريبية الجانبية للتهيؤ للنهوض بعدها و اليد تكون امام الجسم مثنية من مفصل المرفق وموازية للشبكة وكما ذكرنا سابقا ان الخطوات التقريبية على ثلاثة انواع اما تكون بالخطوة (step).او بالركض (run) او بالتقاطع (crose)

٣-القفز (النهوض) :- ان اللاعب بعد اكمال الخطوات التقريبية يقوم بالقفز لاعلى ضد لاعب الهجوم الذي بحوزته الكرة فقط بعد انثناء الركبتين اكثر مما هي عليه بالاستعداد و انخفاض مركز ثقل الجسم ليكون مستعدا للقفز تبدأ عملية النهوض بعد المد الحاصل في الكعبknessحيث تبدأ فيه عملية القفز ثم في مفصل الركبتين و رفع الذراعين للاعلى مع التأكيد على اهمية النظر الى اللاعب الضارب و اتجاه الكرة و نوعية اداء الضرب الساحق للفريق المنافس .

٤- فن تنفيذ الاداء :- يجب على اللاعب ان ينظر الى اليدين و يعمل على تصليح وضعيتها حسب اتجاه الكرة و قبل ان يكون اللاعب قد وصل الى اعلى نقطة من القفز يجب ان يكون اللاعب المهاجم قد قام بضرب الكرة عند ذلك يبدأ بعملية تسديد الذراع و تكون راحة اليدين قريبتين الواحدة من الاخرى و مثبتتين من الخلف من مفصل الرسخ و الاصابع منتشرة (بمقدار محيط الكرة) لتكوين حاجز عريض ضد اتجاه كرة

الخصم و ممدودة بمرونة و بشكل مجوف و يكون اتجاه حركتها باتجاه الكرة . في حالة الصد الدفاعي تكون الذراعان ثابتة و تميل الرسخين للخلف بشكل بسيط ، اما في حالة الصد الهجومي فان الذراعان تؤديان حركة بسيطة للخلف مع ثني الرسخين خلفا ثم في حركة سريعة و قوية لمحاولة ضرب الكرة في ملعب المنافس و يفضل ان يقوم اللاعب بعد وصول الكرة ليديه متابعة الكرة بذراعيه بوساطة ضم الكتفين و الرسخين المائلين للامام و باتجاه ساحة الفريق المنافس حيث يكون وضع الذراعين فوق الشبكة و متقاطعا معها مع مراعاة عدم وجود مسافة كبيرة بين اليدين و بعرض محيط الكرة و ينحني الجسم و يميل للامام مع مد مفصل الفخذ و الساقين للامام لاتزان الجسم و لغرض عمل تقوس بسيط غرضه امتصاص شدة الضرب و تلاقي حدوث اخطاء مس الشبكة..

٥-الهبوط و التغطية :- يرفع اللاعب بعد ذلك الذراعان للخلف و الاعلى و يضعها فوق الرأس و قريبا من الجسم بمستوى الرأس لتفادي مس الشبكة ثم يقوم بثني الذراعين وهما قريبان من الجسم مع تحريك المرفقين للخلف تصبح اليدين امام الجسم و الهبوط على القدمين مع انثناء بسيط للساقين من مفصل الركبتين لامتصاص الصدمة حيث ان تزامن الاستخدام الرديء للهبوط و القوى التي تتولد عند السقوط تؤدي الى اصابات في الاطراف السفلى و يجب ان يلاحظ اللاعب ايضا في هذه الانثناء سقوط الكرة حتى يستطيع ان يعرف مرة اخرى في حالة ارتداد الكرة الى ملعبه.

ما اشكال حائط الصد فقدقسم الى ثلاث اشكال هي ^(١) :-

١-الصد بلاعب واحد (احادي).٢-الصد بلاعبين اثنين (ثنائي).٣-الصد بثلاثة لاعبين (ثلاثي).

و كل شكل او قسم من هذه الاشكال يستخدم حسب ما تقتضيه ظروف المباراة ووضعية الفريق و مستوى لاعبيه و وظيفة الفريق المنافس . مستوى هجومه،كما ان تشكيل حائط الصد بلاعبين هو الشائع و الرئيسي في لعبة الكرة الطائرة لسهولة تنفيذه و سرعة حركة و انتقال اللاعبين من مراكزهم ثم يلي حائط الصد بلاعبين حائط الصد بلاعب واحد اما بثلاث لاعبين فهو قليل الاستعمال و تستخدمه فرق ذات المستوى العالي جدا فهو يزيد من مسؤولية لاعبي الدفاع عن الملعب و يستخدم في حالة وجود مهاجم منافس قوي.

٢-الدراسات المشابهة.دراسة اميرة عبد الواحد^(٢) :-[تقدير الذات وأثره بمستوى أداء بعض المهارات الحركية

في الجمناستيك الفني].

اهداف البحث فكانت:-

١- التعرف على تقدير الذات لدى طلبة الكلية بين الاختبارين (القبلي والبعدي).

٢ -التعرف على تقدير الذات تبعا لمتغير الجنس (ذكور وإناث) لدى طلبة الكلية .

• الاستنتاجات :-

١ - محمد خير الجوراني ؛ الحديث في الكرة الطائرة تاريخ،مهارات ، تدريب: (اربء، دار الامل للنشر ، ١٩٩٦) ،ص٨٧.

٢- اميرة عبد الواحد ، وآخرون ؛ تقدير الذات وأثره بمستوى أداء بعض المهارات الحركية في الجمناستيك الفني.(بحث منشور ، مجلة علوم الرياضة - ٢ جامعة ديالى - كلية التربية الرياضية ، ٢٠٠٨) .

في ضوء نتائج البحث توصلت الباحثة الى مايلي :-

١. انعدام فروق ذات دلالة احصائية في تقدير الذات ومستوى الاداء الحركي لبعض المهارات الحركية في الجمناستك الفني عند الذكور.

٢. وجود فروق معنوية في تقدير الذات ومستوى الاداء الحركي لبعض المهارات الحركية في الجمناستك الفني عند الاناث.

•التوصيات:

١- ضرورة الاهتمام بتنمية شخصية الطلبة في جميع جوانبها المتعددة انطلاقا من فهم التغيرات التي تحملها طبيعة مراحل حياته وتأثيرها على مفهومهم لذاتهم وتقديرها .

٢- تنظيم برنامج لتوعية الاسرة من (الآباء والامهات) بمسؤولية تنشئة الابناء ورعايتهم واكتسابهم الخبرات مثل معاملة الوالدين والتحصيل الدراسي وعزو النجاح والفشل والذكاء والجنس والتكيف المدرسي وغيرها .

٣- اعداد برنامج تسعى الى تنمية تقدير الذات المتوازنة عند الطلبة.

٣- منهجية البحث واجراءاته الميدانية

٣-١ منهج البحث: استخدمت الباحثة المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية الملائمة لطبيعة البحث.

٣-٢ مجتمع وعينة البحث: في ذلك الجزء الذي يمثل مجتمع البحث الاصل الذي يجري عليه مجمل العمل بغية القيام بخطوات البحث وتنفيذه بشكل علمي . فقد تم اختبار عينة البحث والتي تمثل لاعبي منتخب جامعة ديالى بكرة الطائرة والبالغ عددهم (١٢) لاعب للعام الدراسي ٢٠١٣-٢٠١٤ وتم اختبار العينة بالطريقة العمدية . ويعد ان تم استبعاد (٦) من اللاعبين ممن طبقت عليهم التجربة الاستطلاعية . وبذلك اصبح العدد الكلي للعينة (٦) لاعبين . كما موضح في جدول رقم (١) كالآتي

جدول رقم (١)

يبين العدد الكلي والنهائي لإفراد العينة ونسبهم المئوية

النسبة المئوية	العدد النهائي	عدد المستبعدين	العدد الكلي للعينة
٥٠%	٦	٦	١٢

٣-٣ وسائل جمع البيانات والاجهزة والادوات المستخدمة في البحث

٣-٣-١ وسائل جمع المعلومات في البحث

إن من الأمور المهمة لإنجاز التجربة وإتمامها هي الأدوات إذ إن " أدوات التجربة هي الوسائل التي يستطيع من خلالها الباحثة جمع البيانات وحل مشاكله لتحقيق أهداف البحث مهما كانت تلك الأدوات وعينات وأجهزة .

•المصادر العربية والاجنبية

•مقياس استبانة لقياس نمط تقدير الذات

•شبكة معلومات (الانترنت)

- الاختبار والقياس
- الخبراء*
- فريق العمل**
- اوراق واقلام
- استمارة لتسجيل وتفرغ البيانات الخاصة بدرجات المحكمين الخمسة
- الملاحظات العامة

• ٣-٣-٢ الاجهزة والادوات المستخدمة في البحث

- ابسطة عدد (٢)

- شريط لاصق ملون

- جهاز لابتوب نوع (ACER)

- كاميرا ديجيتل نوع (SONY) عدد (١)

- ملعب كرة طائرة (قاعة الدكتور ولهان)

٣-٤ اجراءات البحث الميدانية

٣-٤-١ اختبار المهارات الحركية المستخدمة في البحث

تم اختبار المهارات الاساسية قيد البحث من البرنامج التدريبي لمنتخب الجامعة لكرة الطائرة عام ٢٠١٣-٢٠١٤ المعد من قبل مدربي الفريق وعليه تم اختبار مهارتي بالاتفاق مع المدربين وهي كما يأتي :-

اولا :- قياس الدقة لمهارة الضرب الساحق في كرة اليد

الهدف من الاختبار :- قياس الدقة لمهارة الضرب الساحق بكرة الطائرة

- الادوات المستخدمة :- ملعب كرة طائرة قانوني وكرات طائرة قانونية عدد (٥) شريط ملون لتقسيم الملعب كما في الشكل (١) .

- مواصفات الاداء :- يقوم اللاعب المختبر بأداء الضرب الساحق من مركز رقم ٤ بحيث يقوم المدرب بأعداد الكرات له من مركز رقم ٣ ويقوم اللاعب بأداء المهارة .

- شروط الاداء :- لكل لاعب (٥) محاولات على المنطقة A لكل لاعب (٥) محاولات على المنطقة B .

*الخبراء.

د.م محمد وليد؛ اختصاص كرة طائرة .كلية التربية الرياضية -جامعة ديالى.

م.م رافد حبيب ؛ اختصاص كرة طائرة . كلية التربية الرياضية -جامعة ديالى.

م.م باسم أبراهيم ؛ اختصاص كرة طائرة . كلية التربية الرياضية -جامعة ديالى.

** فريق العمل المساعد:

م.م أحمد ولهان ؛ اختصاص كرة طائرة . كلية التربية الرياضية -جامعة ديالى.

م.م نزار ناظم؛ اختصاص كرة يد . كلية التربية الرياضية -جامعة ديالى.

		٤	
		T	

		٢	
	P	٣	
		٤	
		T	

الشكل (٢) يوضح اختبار قياس الدقة لمهارة حائط الصد الهجومي

٣-٥ أنماط تقدير الذات: بعد الاطلاع على مقياس نمط تقدير الذات والذي هو محاولة للتعرف على نمط المميز للفرد الرياضي (اللاعب والمدرّب او الاداري) بالنسبة لتقديره لذاته وتقديره للآخرين .

٣-٥-١ وصف المقياس وتصحيحه: وهو مقياس مبنى من قبل (محمد حسن علاوي) وتم استخدامه في التربية الرياضية وله صدق وثبات عاليين وقامت الباحثة (اميرة عبد الواحد)^(١) ببناء المقياس وبذلك اذ سيقوم الباحثة باستخدامه على عينة البحث ويتكون المقياس من (٢٠) فقرة وضحه في ملحق رقم (١) موزع على مجالات في جدول رقم (٢)

جدول رقم (٢)

انماط تقدير الذات

ت	انماط تقدير الذات
١	النمط الاول :- تقدير سلبي للذات - تقدير ايجابي للآخرين
٢	النمط الثاني :- تقدير سلبي للذات - تقدير سلبي للآخرين
٣	النمط الثالث :- تقدير ايجابي للذات - تقدير سلبي للآخرين
٤	النمط الرابع :- تقدير ايجابي للذات - تقدير ايجابي للآخرين

فضلا ان عدد الفقرات بحسب المجالات موضحة في جدول رقم (٣)

جدول رقم (٣)

يبين فقرات المقياس الايجابية والسلبية

النمط	الفقرات
النمط الاول	١٧/١٣/٩/٥/١
النمط الثاني	١٨/١٤/١٠/٦/٢
النمط الثالث	١٩/١٥/١١/٧/٣
النمط الرابع	٢٠/١٦/١٢/٨/٤

^١ اميرة عبد الواحد ، وآخرون ؛ مصدر سبق ذكره، ٢٠٠٨ .

وتم اعطاء الدرجات على استجابة الطلاب عن كل فقرة من فقرات الـ (٢٠) وتتراوح ما بين (١,٢,٣) وكما مبين في جدول رقم (٤) .

جدول رقم (٤)

يبين مفتاح تصحيح المقياس

ت	الاجابة	الفقرات
١	نعم	٣
٢	غير متأكد	٢
٣	لا	١

ولاجل استخراج الدرجات الكلية لمقياس تم جمع الدرجات التي حصل عليها كل طالب في اجاباتهم على جميع الفقرات المقياس . تبلغ اعلى درجة يستطيع الطالب الحصول عليها (٦٠) درجة اما ادنى درجة وهي (٢٠) .

٣-٢-٢-٢ تعليمات المقياس

قام الباحثة بتوضيح تعليمات الاختبار بشكل دقيق اذا طلب من الطلاب الاجابة على كل فقرة من فقرات المقياس بشكل صادق وموضوعي لما له من اهمية كبيرة للبحث العلمي والعملية التربوية . كما ذكر الباحثة لافراد العينة بانه لا توجد اجابة صحيحة واخرى خاطئة بقدر ماتعبر عن الاراء الحقيقية نحو هذا المقياس لبيان الفروق الفردية في هذا المقياس .

وقد اتبع الباحثة الخطوات التالية :-

- توزيع الاستبانة مع تهيئة اللوازم المطلوبة لافراد العينة للاجابة على المقياس

- ضمان كتابة افراد العينة الاسم والشعبة بالتفصيل .

- شرح التعليمات الخاصة بالاستبانة وطريقة الاجابة عليها وتوضح مثال لكل اجابة .

- التاكيد على افراد العينة طريقة الاجابة

وتم فحص الاستمارة اول بأول للتاكيد على اكتمال الاجابة و بعد استلام الاستمارات تم تصحيح المقياس بحسب المفاهيم تصحيح المقياس انماط تقدير الذات .

التجربة الاستطلاعية :-

هي استطلاع الظروف المحيطة بالظاهرة الذي يرغب الباحثة دراستها اذا انها تعد دراسة اولية تجري على عينة صغيرة يقوم الباحثة قبل اجراء التجربة الرئيسية بهدق اختيار تجربة الباحثة وادواته لغرض التعرف على كافة العوامل والمعوقات التي من الممكن ان تصادف الباحثة عند تنفيذ التجربة الرئيسية وعليه قام الباحثة بأجراء :

٣-٤-٣ التجربة الاستطلاعية الاولى الخاصة بالمقياس : قام الباحثة بالتجربة الاستطلاعية الاولى يوم

الثلاثاء المصادف ٢٥/٣/٢٠١٤ على عينة من (٦) لاعبين من لاعبي منتخب جامعة ديالى بكرة الطائرة

وذلك لغرض :-

• التأكيد من مدى وضوح الفقرات والتعليمات

• التعرف على الوقت اللازم للإجابة

• التعرف على فعالية مقياس التقدير

وقد تبين صلاحية ووضوح وسهولة فقرات المقياس لدى الطلاب ولم يواجه عملية التطبيق أي مصاعب.

٣-٤-٢ التجربة الاستطلاعية الثانية الخاصة باختبار المهارات :-

من أجل التوصل إلى أفضل طريقة لتكملة إجراءات البحث الميدانية قام الباحثة بإجراء تجربة استطلاعية ثانية للمهارات بتاريخ ٢٦/٣/٢٠١٤ على قاعة الدكتور الشهيد ولهان حميد وعلى عينة عشوائية من لاعبين المنتخب إذ كان الغرض منها :-

• معرفة الصعوبات التي تواجه إجراءات البحث

• كيفية إجراء الاختبارات ومدى ملائمتها لمستوى الطلاب

• معرفة مدى سلامة الأجهزة وكيفية القيام بالعمل وتنظيم اللاعبين

• تنظيم عمل الفريق المساعد وتوضيح التعليمات والإرشادات

• ٣-٤-٥ التجربة الرئيسية :-

لقد تم البد بالتجربة الرئيسية يوم الأحد ١٣/٤/٢٠١٤ إذ تم تطبيق الاختبارات بإجراء الاحماء لكل أفراد العينة بقيادة فريق العمل المساعد الذي سبق ذكره ومدرس المادة بعد ذلك تم إعطاء فكرة عامة عن الاختبار وتم عرض نموذج امامهم من قبل أحد أفراد الفريق العمل المساعد .

٣-٥ أساس تقييم المهارات :-

تم الاستعانة بمحكمين من ذوي الخبرة والاختصاص في مجال التدريب في لعبة كرة الطائرة في كلية التربية الرياضية لغرض تقييم المهارات على أساس المهارة الكاملة لأفراد عينة البحث كافة . إذ تكونت لجنة التقييم كل اختبار (٢٧) درجة لكل لاعب .

٣-٦ الوسائل الإحصائية :-

سوف يستخدم الباحثة الحقيبة الإحصائية spss

• الوسط الحسابي

• الانحراف المعياري

• معامل الالتواء

• اختبار بيرسون

• الوسيط

الباب الرابع

٤ - عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها :-

يتضمن هذا الباب عرضاً تحليلياً لنتائج إختبارات البحث المستخدمة التي تم التوصل إليها بعد معالجتها إحصائياً ثم مناقشتها في ضوء الدراسات النظرية والدراسات المشابهة والسابقة بهدف التحقق من فرضيات البحث من أجل التوصل الى الاستنتاجات والتوصيات المناسبة.

٤-١ عرض النتائج وتحليلها.

٤-١-١ عرض وتحليل نتائج الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والالتواء والوسيط لانماط تقدير الذات وعلاقتة بدقة اداء حائط الصد والضرب الساحق بكرة الطائرة.

جدول رقم (٥)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات والالتواء والوسيط لانماط تقدير الذات وعلاقتة بدقة اداء حائط الصد والضرب الساحق بكرة الطائرة.

ك	س	ع	الالتواء	الوسيط
الضرب الساحق القطري	٨.٣٣	٣.٣٢	٠.١٩٩	٨.٠٠
الضرب الساحق المستقيم	٩.٦٦	٣.٧٢	٠.٥٤٩	١٠.٥٠
حائط الصد	١٩.٥٠	١.٦٤	٠.٠٠٠	١٩.٥٠
النمط الاول	١١.١٦	٣.٠٦	٠.٤٢٣	١٢.٠٠
النمط الثاني	١٠.١٦	١.٤٧	٠.٤١٨	١٠.٥٠
النمط الثالث	٧.٦٦	١.٧٥	١.٧٦	٧.٠٠
النمط الرابع	١٤.٦٦	٠.٥١	٠.٩٦٨	١٥.٠٠

يبين جدول (٥) الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبار الضرب الساحق القطري وقد كانت نتائج الوسط الحسابي الانحراف المعياري في هذا الاختبار. فقد بلغ الوسط الحسابي في هذا الاختبار (٨.٣٣) وبانحراف معياري (٣.٣٢) وكان الالتواء (٠.١٩٩) والوسيط (٨.٠٠). وفيما يخص اختبار الضرب الساحق المستقيم وقد كانت نتائج الوسط الحسابي الانحراف المعياري في هذا الاختبار. فقد بلغ الوسط الحسابي في هذا الاختبار (٩.٦٦) وبانحراف معياري (٣.٧٢) وكان الالتواء (٠.٥٤٩) والوسيط (١٠.٥٠). وفيما يخص اختبار حائط الصد وقد كانت نتائج الوسط الحسابي الانحراف المعياري في هذا الاختبار. فقد بلغ الوسط الحسابي في هذا الاختبار (١٩.٥٠) وبانحراف معياري (١.٦٤) وكان الالتواء (٠.٠٠٠) والوسيط (١٩.٥٠). اما بالنسبة لمقياس انماط تقدير الذات (النمط الاول) وقد كانت نتائج الوسط الحسابي الانحراف المعياري في هذا الاختبار. فقد بلغ الوسط الحسابي في هذا الاختبار (١١.١٦) وبانحراف معياري (٣.٠٦) وكان الالتواء (٠.٤٢٣) والوسيط (١٢.٠٠). وفيما يخص النمط الثاني فقد كانت نتائج الوسط الحسابي الانحراف المعياري في هذا الاختبار. فقد بلغ الوسط الحسابي في هذا الاختبار (١٠.١٦) وبانحراف معياري (١.٤٧) وكان الالتواء (٠.٤١٨) والوسيط (١٠.٥٠). وفيما يخص النمط الثالث فقد كانت نتائج الوسط الحسابي الانحراف المعياري

في هذا الاختبار. فقد بلغ الوسط الحسابي في هذا الاختبار (٧.٦٦) وبانحراف معياري (١.٧٥) وكان الالتواء (١.٧٦) والوسيط (٧.٠٠). وفيما يخص النمط الرابع فقد كانت نتائج الوسط الحسابي الانحراف المعياري في هذا الاختبار. فقد بلغ الوسط الحسابي في هذا الاختبار (١٤.٦٦) وبانحراف معياري (٠.٥١) وكان الالتواء (٠.٩٦٨) والوسيط (١٥.٠٠).

٤-١-٢ عرض وتحليل نتائج مصفوفة الارتباطات لاختبارات لانماط تقدير الذات وعلاقتة بدقة اداء حائط الصد والضرب الساحق بكرة الطائرة

الجدول (٦)

يبين نتائج مصفوفة الارتباطات لاختبارات حائط الصد واستقبال الكرة ورمي واستقبال كرة التنس والدوائر المرقمة.

الاختبارات	الضرب الساق المستقيم	الضرب الساق القطري	حائط الصد	النمط الاول	النمط الثاني	النمط الثالث	النمط الرابع
المستقيم		٠.٧٧٠	٠.١١٠	٠.٠٣٣	٠.١٧٧	٠.٤٥٨	٠.٤٢٧
القطري			٠.٠٩٨	٠.١٨٧	٠.٣٨٩	٠.١٧٤	٠.٣٤٧
حائط				٠.٧٧٦	٠.٣٧٢	٠.٤١٧	٠.٧٠٧
الاول					٠.٦١٤	٠.٣٨٦	٠.٣٣٧
الثاني						٠.٧٢٤	٠.١٧٥
الثالث							٠.٣٦٩

* قيمة (ر) الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (٦-٢=٤) تبلغ (٠.٨١)

من خلال الجدول (٦) يتبين هناك عدم وجود ارتباط معنوي بين اختبار الضرب الساحق المستقيم الضرب الساحق القطري و بكرة الطائرة حيث بلغت قيمة معامل الارتباط (٠.٧٧٠) اما بالنسبة للعلاقة الارتباط بين الضرب الساحق المستقيم واختبار حائط الصد فلا يوجد ارتباط معنوي حيث بلغت قيمة معامل الارتباط (٠.١١٠) وكذلك بالنسبة لعلاقة الارتباط بين الضرب الساحق المستقيم وانماط تقدير الذات (فالنمط الاول) فأظهرت النتائج عدم وجود ارتباط معنوي حيث بلغت قيمتها (٠.٠٣٣) .

اما بالنسبة للعلاقة الارتباط بين الضرب الساحق المستقيم والنمط الثاني فأظهرت النتائج عدم وجود ارتباط معنوي حيث بلغت قيمتها (٠.١٧٧) .

و بالنسبة للعلاقة الارتباط بين الضرب الساحق المستقيم والنمط الثالث فأظهرت النتائج عدم وجود ارتباط معنوي حيث بلغت قيمتها (٠.٤٥٨) .

اما بالنسبة للعلاقة الارتباط بين الضرب الساحق المستقيم والنمط الرابع فأظهرت النتائج عدم وجود ارتباط معنوي حيث بلغت قيمتها (٠.٤٢٧) .

وأظهرت نتائج العلاقة بين الضرب الساحق القطري وحائط الصد بكرة الطائرة عدم وجود ارتباط معنوي حيث بلغت قيمة معامل الارتباط (٠.٠٩٨) اما بالنسبة للعلاقة الارتباط بين الضرب الساحق القطري وانماط تقدير الذات (فالنمط الاول) فأظهرت النتائج عدم وجود ارتباط معنوي حيث بلغت قيمتها (٠.١٨٧) .

اما بالنسبة للعلاقة الارتباط بين الضرب الساحق القطري والنمط الثاني فأظهرت النتائج عدم وجود ارتباط معنوي حيث بلغت قيمتها (٠.٣٨٩) .

و بالنسبة للعلاقة الارتباط بين الضرب الساحق القطري والنمط الثالث فأظهرت النتائج عدم وجود ارتباط معنوي حيث بلغت قيمتها (٠.١٧٤) .

اما بالنسبة للعلاقة الارتباط بين الضرب الساحق القطري والنمط الرابع فأظهرت النتائج عدم وجود ارتباط معنوي حيث بلغت قيمتها (٠.٣٤٧) .

وكانت نتائج العلاقة بين حائط الصد بكرة الطائرة والنمط الاول غير معنوية حيث بلغت قيمة معامل الارتباط (٠.٧٧٦) اما بالنسبة للعلاقة الارتباط بين الضرب حائط الصد والنمط الثاني فأظهرت النتائج عدم وجود ارتباط معنوي حيث بلغت قيمتها (٠.٣٧٢) .

اما بالنسبة للعلاقة حائط الصد بكرة الطائرة والنمط الثالث فأظهرت النتائج عدم وجود ارتباط معنوي حيث بلغت قيمتها (٠.٤١٧) .

و بالنسبة للعلاقة الارتباط حائط الصد بكرة الطائرة والنمط الرابع فأظهرت النتائج عدم وجود ارتباط معنوي حيث بلغت قيمتها (٠.٧٠٧) .

وكانت نتائج العلاقة بين انماط تقدير الذات فقد اظهر العلاقة بين النمط الاول والثاني عدم وجود ارتباط معنوي حيث بلغت قيمة معامل الارتباط (٠.٦١٤) اما بالنسبة للعلاقة الارتباط بين النمط الاول والثالث فأظهرت النتائج عدم وجود ارتباط معنوي حيث بلغت قيمتها (٠.٣٦٦) .

اما بالنسبة للعلاقة الارتباط بين النمط الاول والرابع فأظهرت النتائج عدم وجود ارتباط معنوي حيث بلغت قيمتها (٠.٣٣٧) .

اما بالنسبة للعلاقة الارتباط بين النمط الثاني والثالث فأظهرت النتائج عدم وجود ارتباط معنوي حيث بلغت قيمتها (٠.٧٢٤) .و بالنسبة للعلاقة الارتباط بين النمط الثاني والرابع فأظهرت النتائج عدم وجود ارتباط معنوي حيث بلغت قيمتها (٠.١٧٥) .

اما بالنسبة للعلاقة الارتباط بين النمط الثالث والرابع فأظهرت النتائج عدم وجود ارتباط معنوي حيث بلغت قيمتها (٠.٣٦٩) .

ومن خلال الجدول اعلاه نلاحظ عدم وجود ارتباط معنوي بين مهاراتي حائط الصد والضرب الساحق في كرة الطائرة وبين حائط الصد والضرب الساحق وانماط تقدير الذات وتعزو الباحثة سبب هذه الفروق إلى

وجود بعض المغالاة في فهم الذات لدى اللاعبين وعدم تطابق ما يتوقعه اللاعبون في ذاتهم مع ماتم تحقيقه فعلا نتيجة عدم التزام افراد العينة بالبرنامج التدريبي المخصصة لهم من قبل المدربين ، وكذلك قلة التكرارات في الأداء والاستمرار بها من اجل تطوير المهارات الأساسية بالكرة الطائرة، اضافة الى عدم الالتزام بالتمارين الخاصة بتطوير دقة المهارات الأساسية بالكرة الطائرة ، اضافة الى عدم وجود الخبرة لدى عينة البحث وافتقارهم الى المعلومات التي تساعدهم في تحديد المثيرات المحيطة وتؤهلهم من الاستجابة السريعة لكل حالة من حالات اللعب (مما جعلهم لا يستطيعون اختيار الموقف الملائم للرد على هجمات المنافس فكلما عرف المدافع حركة المهاجم بسرعة كلما كان الدفاع جيداً أو مؤثراً، أن سرعة الاستجابة ضرورية للاعب المهاجم فهو يحتاج إلى سرعة التحرك وإدراك ما سيقوم به الفريق المنافس وتشكل سرعة الاستجابة عنصر مهماً لحائط الصد فضلاً عن تمتعه بدقة الملاحظة وحسن التصرف وشخصيته وصحته النفسية وتقديره لذاته وعدم الخوف من قوة الضربة الهجومية، فهو بذلك وهو يستطيع التحكم بسلوكه وضعفه وقوته وهذا ما اكده (ماسو Mosslow) عرفت تقدير الذات " بانها حاجة اساسية للانسان قائلا ان اعتراض مثل هذه الحاجة سيولد شعورا بالروتينية والضعف والعجز لدى الفرد والتي ستقود الى السلوك العصبي " (١).

وبذلك يستطيع اللاعب عمل حائط صد ناجح فسوف يحصل على نقاط كثيرة لفريقه مما يؤثر على الفريق المنافس ويشتت انتباه ويؤدي الى عدم تركيزه وإرباكه . ان لكل فرد حقيقته الذاتية وصورته او مفهومه المتميز والفريد عن ذاته كما خبرها (هو) وأدركها وان هذا المفهوم هو العامل الحاسم في بناء شخصيته وصحته النفسية .

٥-الباب الخامس .

١-٥ الاستنتاجات:

وفي ضوء نتائج البحث توصل الباحثة الى مايلي :-

١. ان تقدير الذات لدى لاعبي منتخب جامعة ديالى بالكرة الطائرة لم يعطى بعدا ايجابيا في اختبري الضرب الساحق وحائط الصد.

٢.عدم وجود ارتباط معنوي لموجبة لتقدير الذات بين اللاعبين.

٣. انعدام فروق ذات دلالة احصائية في تقدير الذات ومستوى الاداء المهاري لمهارتي الضرب الساحق وحائط الصد بالكرة الطائرة.

٥-٢ التوصيات :-

- ١- ضرورة الاهتمام بتنمية شخصية اللاعبين في جميع جوانبها المتعددة انطلاقاً من فهم التغيرات التي تحملها طبيعة مراحل حياته وتأثيرها على مفهومهم لذاتهم وتقديرها .
- ٢- تنظيم برنامج لتوعية المدربين بمسؤولياتهم لتهيئة اللاعبين واعدادهم ورعايتهم واكسابهم الخبرات مثل عزو النجاح والفشل والذكاء والتكيف المدرسي وغيرها .
- ٣- اعداد برنامج تسعى الى تنمية تقدير الذات المتوازنة عند اللاعبين .
- ٤- اجراء بحوث عديدة تختص في هذا المجال لتنمية وتقدير الذات لدى اللاعبين حيث يعد مفهوم الذات من المفاهيم النفسية المهمة لكل شخص.

• المصادر:

- أميرة عبد الواحد، وآخرون؛ تقدير الذات وأثره بمستوى اداء بعض المهارات الحركية في الجمناستيك الفني (بحث منشور 'مجلة علوم الرياضة - جامعة ديالى- كلية التربية الرياضية، ٢٠٠٨).
- تيرسعوديشوا نوبا ؛ دليل الرياضي في الاعداد النفسي: (الاردن: عمان : داروائل للنشر : ٢٠٠٢) .
- حمدي عبد المنعم: المهارات الأساسية في الكرة الطائرة: (القاهرة: كوبي للطباعة والنشر والتوزيع، ١٩٨٤).
- سعد حماد الجميلي ؛ الكرة الطائرة تعليم وتدريب وتحكيم. (منشورات جامعة السابع من ابريل . ١٩٩٧).
- عبد المنعم الحنفي : موسوعة علم النفس والتحليل النفسي . ج ٢ . (مكتبة نابولي . ١٩٧٨) .
- عصام الواشحي؛ المبادئ الاساسية بكرة الطائرة: (القاهرة: دار الفكر العربي ١٩٩٩) ص ١٠٨ .
- قاسم حسن حسين ؛ الموسوعة الرياضية والبدنية الشاملة الالعب والفعاليات والعلوم الرياضية : (عمان دار الفكر للطباعة ١٩٩٨).
- ماهر محمود عمر؛ سيكولوجية العلاقات الاجتماعية (الاسكندرية . دار المعرفة . ١٩٨٨).
- محمد خير الجوراني ؛ الحديث في الكرة الطائرة تاريخ مهارات ، تدريب: (اريد، دار الامل للنشر ، ١٩٩٦) .
- نجلاء عباس وآخرون ؛ المبادئ الاساسية لمهارة الكرة الطائرة وطرق تعليمها : (١: بغداد ، دار الكتب والوثائق، ٢٠١٢) :-
- Hitting / spiking – volley ball . org. com. / playing volley ball -20-3-2005.,
- Hungng , s . : The social psychology of power , . Newyork . publishedin cooperation with European Association of Experimented social psychology 1980 .
- Hungng , s . : The social psychology of power , . Newyork .publishedin cooperation with European Association of Experimented social psychology 1980 .
- Rosenberg .m .society and Adolescent self – imoge . prince ton university press . 1973 .
- Zeller , R . and .Hagey .J .smith m . long B , : self Esteew : Asel social. construct . J , of consult and clin psychology

ملحق رقم (١)

مقياس انماط تقدير الذات

ت	العبارات	نعم	غير متأكد	لا
---	----------	-----	-----------	----

١	اشعر بأنني تحت رحمة الآخرين		
٢	اعتقد بأنني سعيد في حياتي		
٣	لا افضل المساعدة او المعاونة من الآخرين		
٤	اشعر بأن الآخرين لهم قيمة		
٥	احتاج الى المزيد من التقبل من الآخرين		
٦	افضل ان اكون بعيدا عن الآخرين		
٧	لائق كثيرا في الآخرين		
٨	احب نفسي كما احب الآخرين		
٩	اشعر بانني في حاجة للاطمئنان والطمأنينة		
١٠	اشعر بقلّة التقبل والمساعدة من الآخرين		
١١	اشعر بان الآخرين لديهم نية سيئة		
١٢	احاول عقد علاقات وصداقات مع الآخرين		
١٣	اشعر بانني اكاد اشك في نفسي		
١٤	ارفض مساعدة الآخرين لي		
١٥	لدي عدم الثقة في الآخرين		
١٦	اشعر بالسعادة في حياتي		
١٧	اقدر نفسي اقل من حقيقتها		
١٨	احيانا اعتقد انني ارفض نفسي		
١٩	انا مستقل وفي غير حاجة للمساعدة من الآخرين		
٢٠	اشعر بان للحياة قيمة ومعنى		