DOI prefix: 10.33170, 2026, Vol (19), Issue (5): 414-429

Sciences Journal Of Physical Education

P-ISSN: 1992-0695, O-ISSN: 2312-3619

https://joupess.uobabylon.edu.iq/

The Effect of Specialized Exercises on Learning the Setting and Reception Skills in Volleyball among Pupils Aged 10–12 Years

Lect. Sarmad Abdul-Ridha Abdul-Hussein (Ph.D)
Department of Physical Education and Sports Sciences, Babil Study Center, Open Educational College, Ministry of Education, Iraq.
sarmed.alhussainy@gmail.com

Submission Date: June 10, 2026 Publication Date: October 28, 2026

Abstract

This study highlights the pivotal role of physical education classes in improving individuals' daily lives through the motor activities and exercises incorporated into these lessons. It also considers volleyball as a sport characterized by rapid, changing, and unpredictable situations, as well as a wide variety of movement patterns and performance techniques. The significance of this study lies in examining the effect of specialized instructional exercises on learners' acquisition of fundamental volleyball skills and determining how such exercises may contribute to achieving optimal learning outcomes and improving the effectiveness of the educational process. The main research problem concerns the difficulties experienced by pupils in learning two essential volleyball skills: the overhead setting skill and the forearm reception skill. These difficulties may adversely affect their subsequent acquisition of other fundamental volleyball skills. Accordingly, the researcher sought to address these two skills through a systematic, scientifically grounded approach aimed at reducing learning obstacles and minimizing technical errors during skill acquisition. The study pursued three objectives: (1) to identify the effect of specialized instructional exercises on learning the volleyball setting skill among participants in the experimental group; (2) to determine the effect of these exercises on learning the volleyball reception skill among participants in the experimental group; and (3) to identify statistically significant differences in the acquisition of setting and reception skills between the experimental and control groups.

Keywords: Specialized Exercises, Volleyball Setting Skill, Volleyball Reception Skill, Volleyball.

أثر تمرينات خاصة في تعلم مهارتي الاعداد والاستقبال بالكرة الطائرة للتلاميذ من عمر (10–12) سنة

م.د. سرمد عبد الرضا عبد الحسين

العراق. وزارة التربية. الكلية التربوية المفتوحة. مركز بابل الدراسي. قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة

sarmed.alhussainy@gmail.com

تاريخ استلام البحث 2026/6/10 تاريخ نشر البحث 2026/10/28

الملخص

استعرض الباحث الدور المحوري الذي تؤديه حصص التربية البدنية في تحسين حياة الأفراد اليومية، وذلك من خلال الأنشطة الحركية والتدريبات التي تُمارَس ضمن هذه الحصص. كما تناول الباحث رياضة كرة الطائرة باعتبارها لعبة تتسم بالمواقف السريعة والمتغيرة وغير المتوقعة، بالإضافة إلى تنوع أساليب الأداء الحركي فيها. وتنبثق أهمية هذه الدراسة من كونها تسعى إلى الكشف عن مدى تأثير التمرينات التعليمية الخاصة في تعلم المتعلمين المهارات الأساسية لهذه اللعبة، ودور ذلك في الوصول إلى مخرجات تعليمية مثلى تُحقق النجاح المنشود في العملية التربوية.

وتتمثل المعضلة الرئيسية لهذا البحث في وجود قصور ملحوظ لدى التلاميذ في تعلم كل من مهارة الإعداد (من الأعلى) ومهارة الاستقبال (من الأسفل)، الأمر الذي ينعكس سلبًا على تعلّمهم للمهارات الأساسية الأخرى في الكرة الطائرة. وبناءً على ذلك، اتجه الباحث إلى معالجة هاتين المهارتين وفق منظور علمي دقيق، بهدف تجنب المعوقات والأخطاء الفنية التي قد تطرأ أثناء مرحلة التعلّم.

ويهدف البحث إلى

1- التعرّف إلى أثر التمرينات التعليمية الخاصة في تعلم أفراد المجموعة التجريبية مهارة الإعداد في الكرة الطائرة.

2- التعرّف إلى أثر التمرينات التعليمية الخاصة في تعلم أفراد المجموعة التجريبية مهارة الاستقبال في الكرة الطائرة.

3- تحديد دلالة الفروق في مستوى تعلم مهارتي الإعداد والاستقبال في الكرة الطائرة بين أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة.

الكلمات المفتاحية: تمرينات خاصة، مهارتي الاعداد والاستقبال، الكرة الطائرة

1- المقدمة:

تحظى التربية البدنية بمكانة بارزة في مختلف المجتمعات المعاصرة، لما تضطلع به من دور فاعل في حياة الإنسان اليومية، إذ تسهم في تحقيق التكامل المتوازن بين الجوانب البدنية والعقلية والخلقية والنفسية للفرد. كما أن ممارسة الأنشطة الرياضية والتمرينات البدنية المتنوعة تُعد وسيلة مهمة لتنمية النشاط الحركي الذاتي، وتعزيز الصحة العامة، ورفع مستوى القدرة على الإنتاج والتفكير والاستيعاب، فضلًا عن دورها في توجيه أوقات الفراغ نحو أنشطة ترويحية هادفة تسهم في تنشيط أجهزة الجسم الحيوية ورفع كفاءتها الوظيفية.

ويُعد درس التربية الرياضية أحد المحاور الأساسية في العملية التعليمية الموجهة للتلاميذ، لما له من أثر واضح في تنمية الأداء الحركي وتطوير المهارات الأساسية لديهم. فهو يزود المتعلم بخبرات عملية تطبيقية تُمكّنه من ممارسة الأنشطة الرياضية المختلفة من خلال التمرينات، والمنافسات، والألعاب، سواء بصورة فردية أم جماعية. ومن خلال المشاركة الفاعلة في هذه الأنشطة، يستطيع التلميذ توظيف قدراته البدنية وإمكاناته العقلية توظيفًا إيجابيًا، بما يساعده على تحقيق الأهداف التربوية والتعليمية بكفاءة وفاعلية. وفي ضوء الاتجاهات التربوية الحديثة، لم تعد المادة الدراسية غاية في ذاتها، بل أصبحت وسيلة وأداة يوظفها المدرس لتحقيق الأهداف التعليمية المنشودة.

وتُعد لعبة كرة الطائرة من الألعاب الجماعية التي تتسم بتعدد مواقفها وسرعة تغيرها وعدم قابليتها للتنبؤ، الأمر الذي يتطلب تنوعًا في الأداء الحركي ودقة في تنفيذ مهاراتها الأساسية، مثل الإرسال، واستقبال الإرسال، والإعداد أو التمرير من الأعلى. وتتمتع هذه اللعبة بأهمية بدنية وحركية واضحة، كما أنها تُدرّس ضمن مفردات منهج التربية الرياضية في المرحلة الابتدائية للبنين. وتبرز مهارتا الإعداد والاستقبال بوصفهما من المهارات الفنية الأساسية ذات الطابع الدفاعي والهجومي في آنٍ واحد، لما لهما من ارتباط وثيق ببقية المهارات الأخرى، إذ يُعد إتقانهما أساسًا مهمًا لبناء الهجمات وتنظيم التراكيب الخططية داخل اللعبة.

وتُعد المرحلة العمرية من سن العاشرة إلى الثانية عشرة، والمعروفة بمرحلة الطفولة المتأخرة، من أنسب المراحل لتعليم المهارات والقدرات الحركية المختلفة، نظرًا لما تشهده هذه المرحلة من نمو بدني وفسيولوجي سريع ينعكس بصورة مباشرة على مستوى الأداء المهاري والنشاط البدني للتلميذ. ومن ثم، فإن هذه الفئة العمرية تتطلب برامج تعليمية وتربوية مناسبة تراعي خصائص النمو، وتساعد المتعلم على التكيف السليم مع متطلبات الحياة، وفق نمط سلوكي متوازن وصحي.

وانطلاقًا من ذلك، تتجلى أهمية البحث الحالي في دراسة أثر التمرينات الخاصة في تعلم تلاميذ المرحلة الابتدائية بعض مهارات كرة الطائرة، ولا سيما مهارتي الإعداد والاستقبال، والكشف عن مدى فاعليتها في تحسين مستوى الأداء المهاري. ويسعى البحث من خلال ذلك إلى الإسهام في تطوير عملية التعلم الحركي، والوصول إلى نتائج تعليمية أكثر كفاءة وفاعلية في مجال تدريس مهارات كرة الطائرة.

وتتطلب كرة الطائرة في العصر الحالي الارتفاع بمستوى عملية التعلم بما يضمن بلوغ درجة من الفعالية تؤهل التلاميذ لاستيعاب المهارات وفق أساليب متعددة ومتنوعة، والابتعاد عن الطرائق التقليدية في التدريس التي غالبًا ما تعجز عن تلبية احتياجات جميع المتعلمين. انطلاقًا من الملاحظات الميدانية التي سجلها الباحث وما رصده من معاينة دقيقة، تبين وجود قصور واضح لدى تلاميذ في قدراتهم على تعلم كل من مهارة الإعداد ومهارة الاستقبال في كرة الطائرة. وهذه الظاهرة تنعكس بشكل سلبي على أدائهم للمهارات الأساسية لهذه اللعبة، مما يؤدي إلى إضعاف القاعدة الأولى التي تقوم عليها اللعبة.

بناءً على ذلك، ارتأى الباحث إجراء دراسة تهدف إلى استقصاء تأثير برنامج تدريبي تعليمي خاص في تملّك مهارتي الإعداد والاستقبال بكرة الطائرة لدى هذه الفئة العمرية من (10–12) سنة. ويعود هذا التوجه إلى أن الهدف الجوهري للعملية التعليمية يتمثل في الوصول إلى أداء متقن وجيد، وذلك من خلال تمرينات تعليمية متنوعة ومؤثرة، تسهم في تحقيق التنمية المثلى للأهداف التربوية والتعليمية المنشودة.

ويهدف البحث الى:

1- الوقوف على مدى تأثير التمرينات التعليمية الخاصة في تمكين المجموعة التجريبية من تملّك مهارة الإعداد (التمرير العلوي) في رياضة الكرة الطائرة.

2- الوقوف على مدى تأثير التمرينات التعليمية الخاصة في تمكين المجموعة التجريبية من تملّك مهارة الاستقبال (التمرير السفلي) في رياضة الكرة الطائرة.

3- تحديد الفروق الحاصلة بين المجموعتين (التجريبية والضابطة) في مستوى اكتسابهما لمهارتي الإعداد والاستقبال معًا.

2- إجراءات البحث:

2-1 منهج البحث: استخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين المتكافئتين الضابطة والتجريبية ذات الاختبار القبلي والبعدي لملائمته لطبيعة ومشكلة البحث.

2-2 مجتمع وعينة البحث:

تحدد مجتمع البحث بتلاميذ مدرسة العامل الابتدائية المسجلين للعام الدراسي 2025–2026، وقد بلغ إجمالي عددهم 80 تلميذًا. وقد اعتمد الباحث في اختيار عينة البحث بالأسلوب العشوائي بطريقة القرعة، لضمان إتاحة فرص متكافئة لأفراد المجتمع الأصلي في الاختيار. وبلغ عدد أفراد العينة 30 تلميذًا من تلاميذ مدرسة العامل الابتدائية للبنين للعام الدراسي 2025–2026، موزعين على شعبتين دراسيتين، وبذلك مثّلت العينة نسبة 38% من مجتمع البحث الأصلي البالغ 80 تلميذًا. وجرى توزيع أفراد العينة عشوائيًا على مجموعتين متكافئتين؛ إذ ضمّت المجموعة التجريبية 15 تلميذًا من شعبة (أ)، في حين ضمّت المجموعة الضابطة 15 تلميذًا من شعبة (ب). وقد تم ذلك بعد استبعاد التلاميذ المنتمين إلى منتخب المدرسة، والتلاميذ غير المنتظمين في الدوام، فضلًا عن الذين

أبدوا عدم رغبتهم في المشاركة في التجربة، وذلك بهدف ضبط متغيرات البحث والحد من العوامل التي قد تؤثر في دقة النتائج وموضوعيتها.

2-3 وسائل جمع البيانات والأجهزة والأدوات المعتمدة في البحث:

تُعد وسائل جمع البيانات هي "الطرق التي تمكن الباحث من استخلاص المعلومات ومعالجة المشكلة بما يحقق أهداف الدراسة، بغض النظر عن طبيعة تلك الوسائل من بيانات أو عينات أو أجهزة".

(محمد حسن علاوي، 2001، ص 487)

2-4 تحديد اختبارات المهارات المختارة في الدراسة:

يُعتبر تحديد الاختبارات الملائمة للمهارات من أبرز العوامل المؤدية إلى الحصول على نتائج دقيقة، وتجنب وقوع الباحث في أخطار قد تضر بصحة النتائج النهائية. يُعرف الاختبار بأنه "إجراء منظم يهدف إلى مقارنة سلوك شخصين أو أكثر، أو هو موقف مقنن ومصمم بهدف كشف عينة من سلوك الفرد".

وبعد اطّلاع الباحث على الأدبيات والمصادر العلمية ذات الصلة بموضوع الدراسة، جرى اختيار مجموعة من الاختبارات المقنّنة لقياس مهارتي الإعداد من الأعلى والاستقبال من الأسفل في الكرة الطائرة، وبما يتلاءم مع الخصائص العمرية لعينة البحث. وللتحقق من مدى صلاحية هذه الاختبارات وملاءمتها لأهداف الدراسة والفئة العمرية المستهدفة، عُرضت على مجموعة من الخبراء والمختصين لإبداء آرائهم العلمية بشأنها. وبناءً على آرائهم، تم اعتماد الاختبارات الأكثر ملاءمة من خلال استخدام اختبار مربع كاي، وكما هو مبيّن في الجدول (1).

جدول (1) يبين صلاحية الاختبارات وفق آراء الخبراء

المهارات	الاختبار	وحدة القياس	الموافقون	الغير موافقون	قيمة كا المحسوبة	كا الجدولية	المعنوية
الإعداد من الأعلى	قياس مهارة الإعداد من الأعلى بواسطة كرة معلقة بحبل	تكرار	6	3	1	3.84	غير معنوي
	اختبار تكرار التمرير على الحائط	تكرار	8	1	5.44		معنوي
	قياس مهارة الإعداد من الأعلى	تكرار	5	4	0.11		غير معنوي
الاستقبال من الأسفل	اختبار استقبال الإرسال من مركز 1	درجة	5	4	0.11		غير معنوي
	اختبار استقبال الإرسال	درجة	6	3	1		غير معنوي
	اختبار الاستقبال من أسفل بالذراعين	تكرار	9	9	9		معنوي

2-5 الأسس العلمية للاختبارات:

بعد اطلاع الباحث على عدد من المصادر العلمية والدراسات السابقة ذات الصلة باختبارات المهارات الأساسية في الكرة الطائرة، ولغرض التحقق من الخصائص العلمية للاختبارات المختارة، تبيّن أن هذه الاختبارات قد خضعت لعمليات تقنين ملائمة للبيئة العراقية، فضلًا عن اعتمادها في العديد من الدراسات السابقة (*)، وتطبيقها على عينات تتقارب في خصائصها مع عينة البحث الحالي. وانطلاقًا من ذلك، رأى الباحث أن إعادة التحقق من الأسس العلمية لهذه الاختبارات في الدراسة الحالية لا تعدّ ضرورة منهجية، نظرًا لاستيفائها الشروط العلمية المعتمدة في بناء الاختبارات وتقنينها، والمتمثلة في الصدق والثبات والموضوعية.

2-6 إعداد التمرينات الخاصة:

بعد اطّلاع الباحث على عددٍ من المراجع والمصادر العلمية ذات الصلة، والاستفادة من آراء مجموعة من الخبراء والمختصين في مجالات التعلم الحركي وطرائق التدريس والتدريب الرياضي، باشر بإعداد محتوى البرنامج التعليمي الهادف إلى إكساب أفراد عينة البحث المهارات الأساسية المحددة في الدراسة ضمن فعالية كرة الطائرة.

وانسجامًا مع أهداف البحث، أعدّ الباحث مجموعتين من التمرينات التعليمية الموجهة لتعلّم المهارتين قيد الدراسة، وهما مهارة الإعداد من الأعلى ومهارة الاستقبال من الأسفل، على أن تُنفذ هذه التمرينات ضمن القسم الرئيس من درس التربية الرياضية. وقد استند الباحث في تصميم التمرينات الخاصة إلى مجموعة من المصادر العلمية المتخصصة، مع مراعاة عدد من الأسس العلمية والتربوية عند بناء البرنامج التعليمي، ومن أبرزها ما يأتي:

(الجميلي، 2007، ص 188)

- ملاءمة التمرينات لخصائص المرحلة العمرية المستهدفة، من حيث ميول التلاميذ وقدراتهم البدنية والحركية ومستوى نموهم.
- أن تكون التمرينات متناسبة مع الإمكانيات المتاحة والأدوات الموجودة في المدرسة.
- مراعاة الوقت المحدد للجزء التطبيقي من الدرس.
- أن يتسم البرنامج بعناصر التشويق والإثارة، وبما يعزز الدافعية نحو التعلّم.

وقد نُظم التطبيق العملي للبرنامج التعليمي وفق تسلسل زمني محدد؛ إذ خُصصت الأسابيع الثلاثة الأولى لتعليم مهارة الإعداد من الأعلى، في حين خُصصت الأسابيع الرابع والخامس والسادس لتعليم مهارة الاستقبال من الأسفل. أما الأسبوعان السابع والثامن، فقد جرى خلالهما توظيف الوحدات التعليمية الأربع المتبقية في ربط المهارتين معًا ضمن مواقف تعليمية تطبيقية متكاملة. ونُفذ البرنامج التعليمي بواقع وحدتين تعليميتين أسبوعيًا في يومي الخميس والاثنين، خلال الفترة الصباحية، وبزمن مقداره 40 دقيقة لكل وحدة تعليمية. واعتمادًا على ما ورد في عدد من المراجع والمصادر العلمية ذات الصلة، قسّم الباحث الوحدة التعليمية إلى ثلاثة أقسام رئيسة على النحو الآتي:

(زكي محمد حسن، 2013، ص 211)

1- القسم الإعدادي (التسخيني): 10 دقائق.

2- القسم الرئيسي: 25 دقيقة.

3- القسم الختامي: 5 دقائق.

2-7 التجربة الاستطلاعية الأولى للاختبارات المهارية والوحدات التعليمية:

بهدف التعرف إلى المعوقات والصعوبات المحتملة التي قد تظهر أثناء تنفيذ التجربة الرئيسة، أجرى الباحث تجربة استطلاعية أولى للاختبارات المهارية والوحدات التعليمية، بوصفها إجراءً تمهيديًا يسهم في اختبار صلاحية الإجراءات التنظيمية والتنفيذية، والوقوف على الجوانب الإيجابية والسلبية التي قد تواجه الباحث أثناء تطبيق الاختبارات، بما يتيح معالجتها وتلافيها قبل الشروع بالتجربة الأساسية. وتنسجم هذه الخطوة مع ما أشار إليه مروان عبد المجيد من أن التجربة الاستطلاعية تمثل «تدريبًا عمليًا للباحث للوقوف على الجوانب الإيجابية والسلبية التي قد تواجهه أثناء إجراء الاختبارات، وذلك بهدف تجنبها». وقد نُفذت التجربة الاستطلاعية الخاصة بالاختبارات المهارية والوحدات التعليمية يوم الاثنين الموافق 2025/11/14، في ساحة مدرسة العامل الابتدائية، على عينة مكونة من سبعة تلاميذ من تلاميذ الصف الخامس الابتدائي، جرى اختيارهم من خارج عينة البحث الأساسية، وذلك بمساعدة فريق العمل المساعد.

الأهداف التي سعت إليها هذه التجربة:

هدفت هذه التجربة إلى تحقيق مجموعة من الغايات المنهجية، تمثلت في التحقق من مدى ملاءمة الاختبارات المعتمدة لمستوى أفراد العينة، وتحديد الزمن اللازم لتنفيذها بصورة دقيقة، فضلًا عن تقويم كفاءة فريق العمل المساعد في تطبيق إجراءات التجربة. كما سعت التجربة إلى التأكد من صلاحية الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث، بما يضمن دقة الإجراءات وسلامة النتائج المتحصلة منها.

النتائج التي توصل إليها الباحث من التجربة الاستطلاعية الأولى:

أسفرت التجربة الاستطلاعية الأولى عن مجموعة من المؤشرات العلمية والإجرائية التي أسهمت في تعزيز وضوح الرؤية لدى الباحث بشأن طبيعة العمل وآليات التطبيق الميداني. وقد تمثلت أبرز هذه النتائج في تحقق الأهداف المحددة للتجربة، وتكوين تصور دقيق حول متطلبات تنفيذها. كما أظهرت التجربة الحاجة إلى إجراء بعض التعديلات المحدودة على عدد من الاختبارات، وذلك في ضوء ما واجهه أفراد العينة من صعوبات أثناء الأداء.

كذلك أسهمت التجربة في تطوير ورقة تسجيل الواجب وإخراجها بصيغتها النهائية، استناداً إلى الملاحظات والنتائج التي تم التوصل إليها. كما أتاحت للباحث التحقق من مدى ملاءمة التمرينات المستخدمة لمستوى أفراد العينة، والوقوف على درجة استجابتهم لمحتويات الوحدة التعليمية ومدى فهمهم لها.

ومن جانب آخر، مكّنت التجربة الباحث من التأكد من كفاءة فريق العمل المساعد وقدرته على تنفيذ التمرينات المقررة ضمن الوحدة التعليمية أثناء الاختبار. كما ساعدت في تحديد الزمن المناسب لكل قسم من أقسام الوحدة التعليمية، والتأكد من إمكانية تنفيذها ضمن الوقت المحدد. فضلاً عن ذلك، تم تحديد العدد الملائم من التمرينات التي يمكن أداؤها في القسم الرئيس من الوحدة التعليمية الواحدة، بما ينسجم مع قدرات أفراد العينة ومتطلبات التطبيق الميداني.

نتائج التجربة الاستطلاعية الثانية:

1- معرفة توزيع المحاولات التكرارية والزمن المستغرق لأداء التمرينات، بهدف وضع إطار زمني مناسب للوحدات التعليمية ككل.

2- بناءً على ذلك، تم حساب الزمن المطلوب للتمارين المتبقية في الوحدات الأخرى وتقدير عدد مرات تكرارها بشكل تقريبي.

2-8 الاختبارات القبلية:

أُجريت الاختبارات القبلية على مجموعتي البحث، والبالغ عدد أفرادهما الكلي (30) تلميذًا، وذلك يوم الاثنين الموافق 2026/3/1 في فناء مدرسة العامل الابتدائية للبنين. وقد حرص الباحث قبل تنفيذ الاختبارات على تهيئة الظروف الميدانية وتوحيدها قدر الإمكان، من حيث زمن التطبيق ومكانه، والأدوات المستخدمة، وإجراءات التنفيذ، بما يضمن تحقيق قدر مناسب من الموضوعية والدقة في جمع البيانات.

وقبل البدء بتطبيق الاختبارات، قدّم الباحث شرحًا تفصيليًا لأفراد عينة البحث حول طبيعة الاختبارات وآلية أدائها والشروط الواجب مراعاتها عند التنفيذ. كما قام الباحث بعرض نموذج تطبيقي للاختبارات بنفسه، بهدف تمكين التلاميذ من فهم متطلبات الأداء وتنفيذها بصورة صحيحة. وبعد التأكد من استيعاب أفراد العينة للتعليمات، شرعوا في أداء الاختبارات وفق التسلسل والإجراءات المحددة مسبقًا.

وقد تولّى فريق العمل المساعد تسجيل النتائج في استمارات خاصة أُعدّت لهذا الغرض، تضمنت أسماء التلاميذ والبيانات المطلوبة، وذلك وفق الشروط والمواصفات المعتمدة لكل اختبار، وتحت الإشراف المباشر للباحث لضمان سلامة إجراءات القياس ودقة تدوين النتائج.

ولغرض التحقق من تجانس وتكافؤ مجموعتي البحث، الضابطة والتجريبية، في نتائج الاختبارات القبلية، استخدم الباحث اختبار (T) للعينات المستقلة المتساوية العدد. وقد أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين في المتغيرات المعنية، الأمر الذي يشير إلى تكافؤ المجموعتين في هذه المتغيرات قبل تنفيذ التجربة، وكما هو مبين في الجدول (2).

جدول (2) يبين نتائج تكافؤ أفراد العينة في المهارات محل الدراسة

ت	المتغيرات	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		عدد العينة	(ت) المحتسبة	مستوى الدلالة	الدلالة
		س-	±ع	س-	±ع				
1	الإعداد من الأعلى	17.1	4.01	15.9	3.17	10	0.70	0.312	غير معنوي
2	الاستقبال من الأسفل	18	4	15.6	3.68	10	1.32	0.213	غير معنوي

2-9 تنفيذ التجربة الرئيسية:

باشر الباحث تنفيذ التجربة الرئيسة من خلال تطبيق التمرينات التعليمية الخاصة بمهارتي الإعداد من الأعلى والاستقبال من الأسفل في الكرة الطائرة على أفراد المجموعة التجريبية، وذلك ضمن القسم الرئيس من الدرس وفي إطار النشاط التطبيقي المخصص للوحدة التعليمية. في المقابل، استمرت المجموعة الضابطة في تلقي الدروس وفق المنهج التقليدي المعتمد في دروس التربية الرياضية. وقد تم تنفيذ إجراءات التجربة لكلا المجموعتين تحت إشراف مباشر من الباحث، بما يضمن ضبط مسار التطبيق والالتزام بالإجراءات المحددة للبحث.

2-10 الاختبارات البعدية (التطبيق النهائي):

أجرى الباحث الاختبارات البعدية على أفراد عينة البحث من المجموعتين التجريبية والضابطة، والبالغ عددهم 30 تلميذًا، وذلك بعد انتهاء المدة الزمنية المحددة للتطبيق الميداني لوحدات البرنامج التعليمي. وقد نُفذت هذه الاختبارات تحت إشراف مباشر من الباحث، مع الحرص على تهيئة الظروف نفسها التي تم اعتمادها في الاختبارات القبلية، من حيث الزمان والمكان والأجهزة والأدوات المستخدمة، فضلًا عن آلية التنفيذ وفريق العمل المساعد. ويهدف هذا الإجراء إلى تحقيق أكبر قدر ممكن من الضبط التجريبي، وضمان دقة النتائج وموضوعيتها، وإتاحة إمكانية المقارنة العلمية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي.

2-11 الوسائل الإحصائية: لغرض تحليل البيانات إحصائيًا، لجأ الباحث إلى توظيف الأدوات الإحصائية التالية:

- النسبة المئوية.
- الوسط الحسابي.
- الانحراف المعياري.
- اختبار (t-test) لعينتين مستقلتين متساويتين في العدد.
- اختبار (t-test) للعينات المرتبطة (المزدوجة).

3-1 نتائج المجموعة الضابطة: مقارنة الاختبارين القبلي والبعدي:

للتعرّف إلى دلالة الفروق الإحصائية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي لدى أفراد المجموعة الضابطة، اعتمد الباحث اختبار (t-test) للعينات المترابطة أو المزدوجة، بوصفه الأسلوب الإحصائي الملائم للمقارنة بين متوسطين مرتبطين للمجموعة نفسها. وقد جرى تطبيق هذا الاختبار على نتائج المتغيرات المهارية قيد البحث، كما هو مبين في الجدول (3) الخاص بالمجموعة الضابطة.

جدول (3) يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبارات المهارية في القياسين القبلي والبعدي، والفروق بينهما ودلالتها الإحصائية لدى أفراد المجموعة الضابطة

المتغيرات الإحصائية الاختبارات	وحدة القياس	عدد العينة	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة (ت) المحتسبة	مستوى الدلالة	الدلالة
			سَ	±ع	سَ	± ع			
الإعداد من الأعلى	تكرار	15	15.3	3.33	19.1	4.01	3.91	0.001	معنوي
الاستقبال من الأسفل	تكرار		15.8	3.73	20.7	4.40	2.14	0.002	معنوي

3-1-1 تحليل وتفسير نتائج اختبار مهارة الإعداد من الأعلى لدى أفراد المجموعة الضابطة:

استنادًا إلى المعطيات الإحصائية المعروضة في الجدول (3)، يتبين أن المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للاختبار القبلي لمهارة الإعداد من الأعلى بلغا (15.3) و(3.33) على التوالي، بينما بلغت قيماهما في الاختبار البعدي (19.1) و(4.01). وعند حساب قيمة (ت) المحسوبة والتي بلغت (3.91) عند مستوى دلالة (0.001)، يتضح أن هذه القيمة تحمل دلالة إحصائية معنوية.

3-1-2 تحليل وتفسير نتائج اختبار مهارة الاستقبال من الأسفل لدى أفراد المجموعة الضابطة:

يُظهر الجدول (3) أيضًا أن المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للاختبار القبلي لمهارة الاستقبال من الأسفل بلغا (15.8) و(3.73)، في حين بلغت قيمتاهما في الاختبار البعدي (20.7) و(4.40). وبحساب قيمة (ت) المحسوبة والتي بلغت (2.14) عند مستوى دلالة (0.002)، تبين وجود فرق ذي دلالة إحصائية.

مناقشة نتائج الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في المهارات محل الدراسة:

عند المقارنة بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة، كما هو مبين في الجدول (3)، أظهرت النتائج وجود فروق معنوية لصالح الاختبار البعدي. ويعزو الباحث هذه الفروق إلى الأسباب التالية:

تُعزى محدودية التحسن في أداء التلاميذ إلى ضعف فاعلية التمرينات المعتمدة في حصص التربية الرياضية، إذ لم تُحدث هذه التمرينات الأثر التعليمي المطلوب في إكسابهم المهارات الأساسية المحددة في البحث. وقد عكست نتائج الاختبارات هذا القصور من خلال ظهور تطور نسبي محدود في مستوى الأداء المهاري، الأمر الذي يدل على حاجة المنهج المستخدم إلى إعادة نظر من خلال توظيف تمرينات أكثر ملاءمة وفاعلية، تسهم في رفع مستوى الأداء المهاري وتحقيق أهداف التعلم الحركي لدى التلاميذ. وينسجم ذلك مع ما أشار إليه سليمان علي حسن في تأكيده أن اختيار التمرين يُعد من العوامل الجوهرية في العملية التعليمية والتدريبية، كونه الوسيلة الأساسية لتطوير القدرات والمهارات الحركية والارتقاء بها. عدم استثمار الأدوات والأجهزة المتاحة في المدرسة: فالتجهيزات الموجودة لم يتم توظيفها بشكل يساعد التلاميذ على تعلم المهارات الأساسية المختارة. ويشير (عبد الحميد شرف، 1996) إلى أن "الأدوات والأجهزة من أهم العناصر الرئيسية لإنجاح أي برنامج في التربية الرياضية".

(عبد الحميد شرف، 2017، ص 90)

3-2 عرض وتحليل نتائج المجموعة التجريبية في ضوء المقارنة بين القياسين القبلي والبعدي:

بهدف التعرف على دلالة الفروق الإحصائية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي لدى المجموعة التجريبية، تم تطبيق اختبار (t-test) للعينات المترابطة، كما هو مبين في الجدول (4).

جدول (4) يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبارات المهارية (القبلي والبعدي) والفروق بينهما مع دلالتها الإحصائية للمجموعة التجريبية

المتغيرات الإحصائية / الاختبارات	وحدة القياس	حجم العينة	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة (ت) المحتسبة	قيمة (ت) الجدولية	مستوى الدلاله	الدلالة
			سَ	±ع	سَ	± ع				
الإعداد من الأعلى	تكرار	15	17.8	4.12	27.1	3.32	6.9	2.89	0.010	معنوي
الاستقبال من الأسفل	تكرار		18.1	4.6	30.01	4.21	6.8		0.002	معنوي

3-2-1 تحليل وتفسير نتائج اختبار مهارة الإعداد من الأعلى لدى أفراد المجموعة التجريبية:

استنادًا إلى المعطيات الإحصائية المعروضة في الجدول (4)، يتبين أن المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للاختبار القبلي لمهارة الإعداد من الأعلى بلغا (17.8) و(4.12) على التوالي، بينما بلغت قيمتاهما في الاختبار البعدي (27.1) و(3.32). وعند حساب قيمة (ت) المحسوبة والتي بلغت (6.9) عند مستوى دلالة (0.010)، يتبين أن الفروق تحمل دلالة إحصائية معنوية.

3-2-2 تحليل وتفسير نتائج اختبار مهارة الاستقبال من الأسفل لدى أفراد المجموعة التجريبية:

يُظهر الجدول (4) أيضًا أن المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للاختبار القبلي لمهارة الاستقبال من الأسفل بلغا (18.1) و(4.6)، في حين بلغت قيمتاهما في الاختبار البعدي (30.01) و(4.21). وبعد استخراج قيمة (ت) المحسوبة والتي بلغت (6.8) عند مستوى دلالة (0.002)، يتضح وجود فروق ذات دلالة إحصائية معنوية.

مناقشة نتائج الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في المهارات محل الدراسة:

عند استعراض نتائج الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية، كما هو مبين في الجدول (4)، تبين وجود فروق معنوية لصالح الاختبار البعدي. ويعزو الباحث هذه الفروق إلى الأسباب التالية:

– فعالية مجموعة التمرينات المقترحة: لقد أسهمت التمرينات التي تم توظيفها بشكل سليم في إكساب أفراد المجموعة التجريبية المهارات محل البحث، وهو ما ظهر جليًا في أدائهم. ويؤكد (عصام عبد الخالق، 2003) على ذلك بقوله: "يجب أن يكون تعلم وإتقان المهارات الحركية في بداية الجزء الرئيسي من الوحدة التدريبية، حيث يكون المتعلم في حالة بدنية ونفسية جيدة وغير متعب، لكي يستطيع تركيز انتباهه وقدراته لتحسين الأداء".

(عصام عبد الخالق، 2003، ص 12)

– التفاعل الإيجابي مع أجواء الدرس: سادت روح من الجدية والتشويق أثناء الأداء، دون الشعور بالملل. وهذا ما أكده (وجيه، 1987) بقوله: "إن الحركة تتطور بالتدريب الرياضي المنتظم نتيجة لتطور المستوى الذهني والفكري وتطور الصفات البدنية والحركية، فضلاً عن زيادة ما يخزنه الدماغ من تجارب حركية". وبهذا تكون الفرضية الأولى من فروض البحث قد تحققت.

3-3 عرض وتحليل نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية في المهارات قيد البحث:

من أجل المقارنة بين نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين (الضابطة والتجريبية)، ولتحديد أيهما كانت أفضل في تعلم المهارات، تم استخدام اختبار (t-test) للعينات المستقلة المتساوية العدد، وذلك للكشف عن دلالة الفروق بينهما، كما هو مبين في الجدول (5).

جدول (5) يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمتي (ت) المحسوبة والجدولية مع دلالتهما الإحصائية للاختبارات البعدية للمجموعتين (الضابطة والتجريبية)

الاختبارات	وحدة القياس	حجم العينة	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة (ت) المحتسبة	مستوى الدلاله	الدلالة
			سَ	±ع	سَ	± ع			
الإعداد من الأعلى	تكرار	30	19.1	4.01	27.1	3.32	4.50	0.001	معنوي
الاستقبال من الأسفل	تكرار		20.7	4.40	30.10	4.21	4.28	0.011	معنوي

(تم حساب قيمة (ت) المحسوبة تحت مستوى دلالة 0.05 وعند درجة حرية 28).

3-3-1 تحليل وتفسير نتائج اختبار مهارة الإعداد من الأعلى في القياس البعدي بين المجموعتين الضابطة والتجريبية:

بالنظر إلى المعطيات الإحصائية الواردة في الجدول (5) الخاصة بالاختبارات البعدية لمهارة الإعداد من الأعلى لكل من المجموعتين الضابطة والتجريبية، يتضح أن قيمة المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للمجموعة الضابطة بلغت (19.1) و(4.01)، بينما بلغت نفس القيم للمجموعة التجريبية (27.1) و(3.32). وقد بلغت قيمة (ت) المحسوبة (4.50) عند مستوى دلالة (0.001) ودرجة حرية (28)، مما يشير بوضوح إلى وجود فرق ذي دلالة إحصائية لصالح المجموعة التجريبية.

3-3-2 تحليل وتفسير نتائج اختبار مهارة الاستقبال من الأسفل في القياس البعدي بين المجموعتين الضابطة والتجريبية:

استنادًا إلى النتائج المعروضة في الجدول (5) للاختبارات البعدية الخاصة بمهارة الاستقبال من الأسفل، يتبين أن المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للمجموعة الضابطة بلغا (20.7) و(4.40)، في حين بلغت قيمتاهما للمجموعة التجريبية (30.01) و(4.21). أما قيمة (ت) المحسوبة فبلغت (4.39) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (28)، مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح المجموعة التجريبية.

مناقشة نتائج الاختبارات البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في المهارات محل الدراسة:

عند استعراض نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية، كما هو مبين في الجدول (5)، تبين وجود فروق معنوية لصالح المجموعة التجريبية. ويعزو الباحث هذه الفروق إلى العوامل التالية:

توظيف تمرينات بدنية مدروسة: لقد استخدم الباحث تمرينات بدنية ضمن حصص التربية الرياضية التي تلقاها أفراد المجموعة التجريبية، حيث ركز القسم الإعدادي من الدرس على أهمية الإعداد البدني، إذ احتوى على تمرينات بدنية تم اختيارها وتنظيم استخدامها بما يخدم القسم الرئيسي من الدرس. ويتفق هذا مع ما أشار إليه (مفتي إبراهيم، 2001) بقوله: "ينبغي على المدرب اختيار التمرينات التي تساعد التلاميذ على التعلم وتؤدي إلى رفع مستواهم وتحقيق الهدف المنشود". (مفتي إبراهيم، 2001، ص 122)

التمرينات التعليمية الخاصة بطريقة مشوقة: إن مجموعة التمرينات التعليمية الخاصة التي استخدمت في القسم الرئيسي ضمن النشاط التطبيقي من درس التربية الرياضية كانت تهدف إلى إكساب المهارات بصورة جذابة، بعيدًا عن الملل والرتابة التي تسببها التمرينات الشكلية التقليدية. وقد أشار إلى ذلك (محمد جميل، 1993) بقوله: "إن استخدام التمرينات المشوقة في التدريب يُعد عاملاً مهمًا للارتقاء بالمستوى الفني والبدني للاعب".

التنوع والتكرار في أداء المهارة: إن التنوع في التمرينات وتكرار أداء المهارة يلعب دورًا فعالاً في اكتسابها، لأنه يمنح المتعلم التدرج والإتقان في تحقيق التوافق العصبي العضلي عبر عدد من المحاولات التكرارية. ويؤكد (محمد ياسر دبور، 1998) على ذلك بقوله: "يجب أن تُنظّم عمليات التدريب بحيث تضمن للاعب تعلم أفضل أداء للمهارات لتحقيق أفضل إنجاز، ويتم ذلك من خلال التدريبات التي تنظّم تكرار المهارات أو الحركات بصورة محددة، بغرض امتلاك المهارات الخاصة وتوصيلها إلى الشعور الحركي". (محمد ياسر دبور، 1998، ص 33)

وبهذا يكون الباحث قد حقق فروض بحثه بنجاح.

4- الاستنتاجات والتوصيات:

4-1 الاستنتاجات:

1- أظهرت التمرينات التعليمية الخاصة في هذه الدراسة فاعلية واضحة في إكساب تلاميذ الصف الخامس الابتدائي المهارات الأساسية المختارة في الكرة الطائرة، الأمر الذي يؤكد أهمية توظيف أساليب تعليمية منظمة وموجهة بما يتلاءم مع خصائص المرحلة العمرية ومستوى المتعلمين.

2- بينت نتائج المجموعة الضابطة، التي خضعت للخطط التدريسية التقليدية المعتمدة، وجود تحسن نسبي محدود في مستوى الأداء المهاري، إلا أن هذا التحسن كان أقل وضوحًا مقارنة بما حققته المجموعة التجريبية التي طبقت التمرينات التعليمية المقترحة.

3- أسهمت التمرينات التعليمية الخاصة في إحداث تطور ملحوظ في أداء تلاميذ المجموعة التجريبية، مما أدى إلى ظهور فروق ذات دلالة إحصائية بين أسلوب التدريس التقليدي والتمرينات التعليمية المقترحة، وجاءت هذه الفروق لصالح المجموعة التجريبية في تعلم المهارات الأساسية المختارة بالكرة الطائرة.

4- أظهرت الملاحظات الميدانية المصاحبة لتطبيق البرنامج التعليمي أن التمرينات التعليمية الخاصة كان لها أثر إيجابي في رفع مستوى التفاعل والنشاط والحماسة لدى تلاميذ المجموعة التجريبية أثناء درس التربية الرياضية، وهو ما يعكس دورها في تعزيز الدافعية نحو التعلم والمشاركة الفاعلة.

4-2 التوصيات:

1- اعتماد التمرينات الخاصة وإدماجها ضمن الخطط التدريسية الخاصة بدرس التربية الرياضية للصف الخامس الابتدائي، لما أظهرته من فاعلية واضحة في تعزيز قدرة التلاميذ على تعلم وتعلم بعض المهارات الأساسية المختارة في كرة الطائرة.

2- تهيئة المستلزمات التعليمية والتدريبية الضرورية من أجهزة وأدوات وإمكانات مادية وبشرية تسهم في تطبيق التمرينات الخاصة بصورة فاعلة داخل درس التربية الرياضية، لما لذلك من دور مباشر في دعم نجاح العملية التعليمية وتحقيق أهدافها المهارية.

3- التركيز على تنويع التمرينات وتكرار أدائها وفق أسس علمية منظمة، بما يساعد على تنمية التوافق العصبي العضلي لدى التلاميذ، الأمر الذي ينعكس إيجابًا على تحسين مستوى الأداء الحركي للمهارات الأساسية في كرة الطائرة.

المصادر

- انور حسين وعزيز حنا داود؛ مناهج البحث التربوي: (العراق، مطابع التعليم العالي، 1990)
- ذوقان عبيدات وآخرون؛ البحث العلمي مفهومه وادواته واساليبه، ط1: (عمان، دار الفكر للنشر والتوزيع، 1996)
- زكي محمد حسن: الكرة الطائرة بناء المهارات الفنية والخططية: (الاسكندرية، منشأة المعارف، 1998)
- سعد حماد الجميلي: الكرة الطائرة مبادئها وتطبيقاتها الميدانية: (عمان، دار دجلة للنشر، 2006)
- عايد كريم الكناني؛ مقدمة في الاحصاء وتطبيقاته SPSS، ط1: (النجف، دار الضياء للطباعة والتصميم، 2009)
- عبد الجبار توفيق؛ الاحصاء وتطبيقاته في العلوم التربوية والنفسية، ط1: (عمان)، اثراء للنشر والتوزيع ،2008
- عبد الله فلاح المينيزل؛ الاحصاء الاستدلالي وتطبيقاته في الحاسوب استخدام الرزم الاحصائية (SPSS): (عمان، دار وائل للنشر، 2000)
- عصام عبد الخالق؛ التدريب الرياضي (نظريات وتطبيقات)، ط2: (بغداد، منشأة المعارف، 2003)
- محمد جاسم الياسري؛ مبادئ الاحصاء التربوي (مدخل في الاحصاء الوصفي والاستدلالي) ط2: النجف الاشرف، دار الضياء للطباعة والتصميم، 2011
- محمد حسن علاوي واسامة كامل؛ البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي: (القاهرة، دار الفكر العربي، 1999)
- محمد ياسر دبور؛ كرة اليد الحديثة: (الاسكندرية، منشأة المعارف، 1997)
- مروان عبد المجيد ابراهيم؛ الاسس العلمية والطرق الاحصائية للاختبارات والقياس في التربية الرياضية: (عمان، دار الفكر للطباعة، 1999)
- مفتي ابراهيم حماد؛ التدريب الرياضي (تخطيط وتطبيق وقيادة): (جامعة حلوان، دار الفكر العربي، 2001)
- نوري الشوك، ورافع الكبيسي؛ دليل البحاث لكتابة الأبحاث في التربية الرياضية: (بغداد، 2004)
- وجيه محجوب؛ البحث العلمي ومناهجه: (بغداد، مديرية الكتب للطباعة والنشر، 2002)
- وديع ياسين وحسن محمد؛ التطبيقات الاحصائية واستخدامات الحاسوب في بحوث التربية الرياضية: (جامعة الموصل، دار الكتب لطباعة والنشر، 1999)