

الثقة العالية والاندماج الكامل في الأداء وعلاقتها ببعض المهارات الأساسية لمنتخب جامعة الحمدانية

الكرة الطائرة

م.م احمد فاضل علي رضا

م.م داود سليمان سلمان كاظم

م.م علي خزعل شجر اسماعيل

م.م علي خزعل شجر اسماعيل

م.م علي خزعل شجر اسماعيل

م.م علي خزعل شجر اسماعيل

ملخص البحث

الدراسة تهدف إلى التعرف على العلاقة بين الثقة العالية وبعض المهارات الأساسية عند لاعبي كرة الطائرة , واشتملت عينة البحث على لاعبي منتخب جامعة الحمدانية بالكرة الطائرة (2019. 2020) البالغ عددهم (15) لاعبا إذ تحدد المجال الزمني بالفترة من (2019/11/10) ولغاية (2020/4/23) والدراسات النظرية اشتملت على الثقة العالية والاندماج الكامل بالأداء وبعض المهارات بالكرة الطائرة ، فضلا عن دراسات مشابهة ، استخدم الباحثان المنهج الوصفي، واختبارات مهارية كاختبار دقة الإرسال المواجه من الأسفل ومن الأعلى التنسي، اختبار الاستقبال، اختبار الأداء المتكرر لحائط الصد الفردي لأكثر من موقع على الشبكة خلال (15) ثانية، واستخدم الباحثان مجموعة من الوسائل الإحصائية لتحقيق هدف البحث (الوسط الحسابي ، الانحراف المعياري، ومستوى الدلالة) .

الكلمات المفتاحية: الثقة العالية ، الاندماج الكامل، المهارات الأساسية.

The High Confidence and the Full Integration in the performance and their Relationship with Some Basic Skills for the Volleyball Team of the University of Al-Hamdaniya

Abstract

The study aims to identify the relationship between the high confidence and some basic skills of volleyball players. The research sample included players from the Hamdaniya University volleyball team for the academic year 2020–2019. Who counted (15) players , as the temporal field is defined as the period from (10/11/2019) to (3/3/2020) The some basic skills of the volleyball as well as other similar studies. researchers use the descriptive method and skill test transmitter accuracy test front-facing and upper-top tennis reception test repeated performance of the individual repelling wall for more than one site on

the network within 15 seconds. To achieve the aim of the study, the researchers used a set of statistical methods (arithmetic, standard deviation and level of significance).

1. التعريف بالبحث:

1.1 مقدمة البحث وأهميته:

كرة الطائرة من الألعاب الرياضية التي شهدت التطور الملحوظ والكبير ،اذ تحتل المرتبة الاولى في الكثير من دول العالم من خلال الممارسة واقبال الكثير من اللاعبين والمعجبين لها ، وكذلك من خلال ما تمتاز به من حركات سريعة وتبادلات مستمرة بين المهارات الهجومية والدفاعية اذ يتسم بدقة الأداء الفني وسرعته. اذ ان نجاح العمليات التدريبية لا تحقق من خلال اكتساب اللاعب القدرة و السيطرة والتحكم في تنظيم قدراته البدنية فحسب وإنما في خلال السيطرة والتحكم في قدراته النفسية ، وان نجاح الإعداد النفسي يتوقف من خلال تنظيم مهارة الطاقة النفسية للرياضيين إلى حد كبير على الثقة العالية والاندماج الكامل في الأداء أثناء المباريات لأنها تؤثر وبشكل ملحوظ في الوصول بالمباراة إلى الحالة المثالية وان إمكانية التعرف على تلك الخصائص النفسية المرتبطة بالطاقة النفسية المثلى تمثل في افضل حالة من الاستعداد النفسي العقلي التي ترتبط بتحقيق افضل مستوى أداء للاعب.

وعلى ضوء كل ما سبق تتضح أهمية هذه الدراسة ، كمحاولة لمعرفة ما الخصائص النفسية المرتبطة بتحقيق احسن وافضل النتائج على صعيد اللاعبين بالكرة الطائرة، اذ يعد البحث إضافة علمية في مجال علم النفس الرياضي من خلال تقديم هذا البحث كأداء جديد يقيس المفاهيم الحديثة في علم النفس الرياضي وهي الثقة العالية والاندماج الكامل في الأداء للاعبين الكرة الطائرة مما يساعد المدرب واللاعب في تقييم الخصائص النفسية المهمة لأفضل أداء مع خبرة نفسية ، ويعد هذا احد المؤشرات المهمة والمفيدة في التقييم فضلا عن توجيه حالة الاستعداد النفسي لدى اللاعبين عند دخولهم للمنافسة .

1.2 مشكلة البحث :

يرغب الباحثان في تحديد مشكلة البحث وأبعادها من خلال معرفة ثقة اللاعب بنفسه ومدى اندماجه مع الفريق وما تطلبها كرة الطائرة من سمات نفسية وخصائص شخصية تميزها عن بقية الألعاب والتي يتميز بها لاعبو منتخب جامعة الحمدانية بالكرة الطائرة وعلاقتها بأداء البعض من المهارات الأساسية في لعبة الكرة الطائرة.

3.1 الهدف من الدراسة :

1 . معرفة العلاقة بين الثقة العالية وبعض المهارات الأساسية عند لاعبي منتخب جامعة الحمدانية بالكرة الطائرة

2 . معرفة العلاقة بين الاندماج الكامل في الأداء وبعض المهارات الأساسية عند لاعبي منتخب جامعة الحمدانية بكرة الطائرة.

4.1 فرضا الدراسة :

1. هناك علاقة ارتباط معنوية بين الثقة العالية وبعض المهارات الأساسية عند لاعبي منتخب جامعة الحمدانية بالكرة الطائرة .

2. هناك علاقة ارتباط معنوية بين الاندماج الكامل بالأداء وبعض المهارات الأساسية عند لاعبي منتخب جامعة الحمدانية بالكرة الطائرة.

5.1 مجالات الدراسة :

1. المجال البشري : لاعبي منتخب جامعة الحمدانية بالكرة الطائرة .

2. المجال المكاني : الساحة الخارجية لملاعب جامعة الحمدانية .

3. المجال الزمني : للفترة من 2019/1/1 الى 2020/4/20 .

6.1 تحديد المصطلحات :**1.6.1 الثقة بالنفس**

اتجاه الفرد نحو كفايته الاجتماعية و النفسية وشعوره بأنه قادر على تحقيق حاجاته ومواجهة متطلبات البيئة، وشعوره بالأمن خلال التفاعل الاجتماعي في مواقف الحياة ، ويؤدي الدور الايجابي في هذه المواقف (ابو العلام، 1978، 5453)

ويعرفها قاموس هي شعور الفرد بقدرته . (Webster.1974.88)

2.6.1 الاندماج الكامل : اتحاد عدد من الافراد او الجماعات .

3. منهج الدراسة وإجراءاته الميدانية:

1.3 منهج الدراسة :

استخدم المنهج الوصفي لملائمة لمشكلة الدراسة ، وتحقيق أهدافه .

2.3 مجتمع الدراسة وعينته :

تمثل مجتمع الدراسة بلاعبي فريق جامعة الحمدانية بكرة الطائرة والبالغ عددهم (14) لاعب ، أما عينة البحث فقد بلغت (10) لاعبين أي بنسبة (43،71) وكان إجراء التجربة الاستطلاعية على (4) لاعبين من خارج عينة البحث.

3. 4 إجراءات الدراسة الميدانية:

1 . مقياس الثقة العالية والاندماج الكامل في الأداء (إبراهيم، 2005، 90)

تم جمع الاستمارات للمقياسين المقننين والمطابقين على البيئة العراقية والمصمم من قبل (هويد إسماعيل إبراهيم ، 2005) من اللاعبين ومن ثم تفرغها في استمارات خاصة فيها إجابات اللاعبين على (17) فقرة لمقياس الثقة بالنفس و (15) فقرة لمقياس الاندماج الكامل في الأداء خلال البدائل الثلاثة (أوافق بدرجة كبيرة ، و بدرجة متوسطة ، وبدرجة صغيرة) وكانت الدرجات لل فقرات الإيجابية (3-2-1) أما الفقرات السلبية فكانت الدرجات (1-2-3) وكانت اقل قيمة لمقياس الثقة بالنفس (17) درجة واعلى قيمة (51) درجة فيما كانت اقل قيمة لمقياس الاندماج الكامل في أداء (15) درجة واعلى قيمة (45) درجة

2 . تحديد اهم المهارات الأساسية بالكرة الطائرة:

بعد إجراء عملية المسح والاطلاع على محتوى العديد من المصادر والمراجع والبحوث العلمية المتوفرة حول تحديد اهم المهارات بالكرة الطائرة لغرض اختيار بعض منها ، الباحثان لجأ إلى أعداد استبانة لتحديد اهم المهارات الأساسية للاعبي الكرة الطائرة ، لاستطلاع رأي السادة خبراء والمختصين في مجال اختبارات قياس والتدريب وخبراء لعبة كرة الطائرة ، اذ بلغ عددهم (11) مختصا وخبيراً (**) ، وبعد ورود الإجابات من المختصين والتحاور والتبادل وجهات النظر ، وإضافة وحذف بعض الملاحظات توصل الباحثان إلى اهم المهارات بشكلها النهائي ومن خلال ما تقدم قام الباحثان باعتماد المهارات التي حققت نسبة مئوية (90. 9 %) فما فوق وذلك وفقاً لراي (بلوم وآخرون 1983) اذ يؤكد ان " على الباحثان الحصول على نسبة اتفاق (75 %) وأكثر بقبول الظاهرة (بنيامين وآخرون ، 1983، 125)

(*) ينظر ملحق (1) ، (**) ينظر ملحق (2)

جدول (1) الأهمية النسبية للمهارات الأساسية بالكرة الطائرة وحسب رأي (11) خبراء

ت	المهارات	الموافقون	الرافضون	الأهمية النسبية	القبول بالترشيح	
					نعم	كلا
1	الإرسال	11	0	100	نعم	
2	استقبال الإرسال	10	1	90.9	نعم	
3	الأعداد	5	6	45.45		كلا
4	الضرب الساحق	4	7	36.36		كلا
5	حائط الصد	9	2	81.81	نعم	
6	الدفاع عن الملعب	6	5	54.54		كلا

1.2.4.3 الاختبارات المارية المبحوثة:

1.1.2.4.3 اسم الاختبار: دقة الأرسال المواجه من الأسفل ومن الأعلى التنسيب :

الغرض هو : قياس دقة الأرسال المواجه من الأسفل و الأعلى التنسيب حسب صعوبة المنطقة .
الأدوات: الملعب يقسم إلى مناطق بواسطة شريط لاصق مع تحديد النقاط الممنوحة على النقاط المستهدفة وتكتب على الأرض ، (10) كرات طائرة ، ملعب الكرة الطائرة قانوني مع مراعاة ارتفاع الشبكة للرجال.
مواصفات الأداء :

1. المختبر يقوم بأداء خمسة (5) إرسالات من الأسفل ، محاولا توجيه الكرة إلى المنطقة التي رمز عليها الدرجة الأعلى.
2. المختبر يحاول مرة أخرى بتنفيذ خمسة (5) إرسالات (أرسال تنسي) و توجيه الكرة إلى المنطقة التي ارمز عليها الدرجة الأعلى .

(**) ينظر ملحق (3)

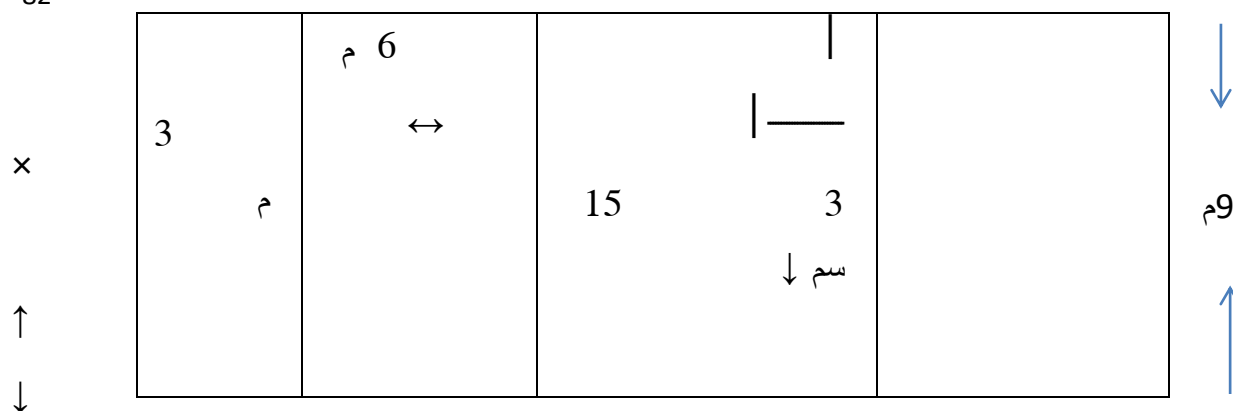
الشروط:

1. للمختبر (10) محاولات (5) يستخدم من الأسفل) وخمس يستخدم من الأعلى .
2. النقطة تحتسب عند وقوع الكرة في منطقة المؤشرة بالملعب بحيث يأخذ المختبر على الدرجة في المنطقة المؤشرة في الملعب .
3. اذا لمست الكرة الشبكة أو خرجت خارج حدود الملعب يأخذ المختبر على درجة (صفر) .
4. اذا الكرة لامست الخط ، تحتسب ، واذا لامست على خط المشترك بين منطقتين يأخذ المختبر الدرجة الأعلى الذي تتضمنها المنطقة في الدرجات .

التسجيل :

المختبر تحتسب له الدرجات التي حصل عليها في المحاولات (10) التي قام بأدائها علما ان الدرجة الاخيرة في هذا الاختبار هي (40) درجة .

		↑ سم 9 15 3 ↔ سم 15 ↔
--	--	---



الشكل (1) يوضح اختبار دقة مهارة الأرسال المواجه من الأسفل ومن الأعلى التنيسي

2.1.2.4.3 اختبار استقبال الأرسال:

الغرض منه : قياس مهارة المختبر في استقبال الأرسال .

الأدوات:

1. ترسم دائرتان (أ . ب) في زوايتي الملعب . تكون مسافة في مركز الدائرة وخط الجانب (1.5 م) ، حين تكون مسافة في مركزها وخط النهاية (3م) .
2. توضع اشارة (x) بمنتصف الجانب المقابل وفي بعد (3 م) على خط النهاية ،(4.5 م) من خط الجانب انظر الشكل رقم (1).

مواصفات الاختبار : المختبر يقف في منطقة (أ) ومواجه للشبكة ، المدرب يقوم بأرسال الكرة ويقوم المختبر باستقبالها على ان يوجهها في داخل المنطقة (1) ويؤدي في (5) كرات الاخرى بحيث توجه في المنطقة (2) ، وكذلك كرات (5) التالية بحيث توجه إلى المنطقة (3) يكرر العمل نفسه للمحاولات في الدائرة (ب).

شروط الاختبار:

1. يؤدي المختبر (15) مرة في داخل منطقة (أ) ، و يؤدي (15) أخرى في داخل منطقة (ب)
2. يؤدي جميع المحاولات مهارة الاستقبال في الاسفل .
3. المحاولة لا تحتسب اذا تم الارسال الكرة من المدرب إلى المختبر بصورة غير جيدة أو خارج الدائرة المكان الذي فيها المختبر .

4. الاهتمام بتسلسل تنفيذ المحاولات بحيث تكون:

(1) من المنطقة (أ) :

- (5) محاولات من المنطقة (أ) إلى المنطقة (1).
- (5) محاولات من المنطقة (أ) إلى المنطقة (2).
- (5) محاولات من المنطقة (أ) إلى المنطقة (3).

(2) من المنطقة (ب):

- (5) محاولات من المنطقة (ب) إلى المنطقة (1).
- (5) محاولات من المنطقة (ب) إلى المنطقة (2).
- (5) محاولات من المنطقة (ب) إلى المنطقة (3).

طريقة التسجيل:

يحصل المختبر على مجموع النقاط من المحاولات (30) الممنوحة له (15) محاولة من كل دائرة وذلك وفقا لسلوب التالي .:

- وقوع الكرة في داخل المنطقة المحددة يحصل المختبر (3) درجات.
- وقوع الكرة بخارج المنطقة المحددة وداخل المنطقة المجاورة يحصل على درجتين.
- وقوع الكرة خارج المنطقة المحددة وداخل الملعب يحصل المختبر على درجة واحدة.
- وغير ذلك يحصل المختبر على صفر .
- الدرجة الاخيرة للاختبار هو (90) درجة .

(أ)	(1)	×
	(2)	
	(3)	
(ب)		

شكل رقم (2)

3.1.2.4.3 اختبار الأداء مهارة حائط الصد المتكرر على أكثر من موقع في الشبكة .

الغرض : قياس قدرة اللاعب في الأداء المتكرر لمهارة حائط الصد من أكثر من موقع على الشبكة.
الأدوات: ساحة كرة طائرة قانوني ، مقعدان ، كرات عدد (2) ، ساعة إيقاف ، ارتفاع قانوني للشبكة (243 سم).

مواصفات الاختبار :

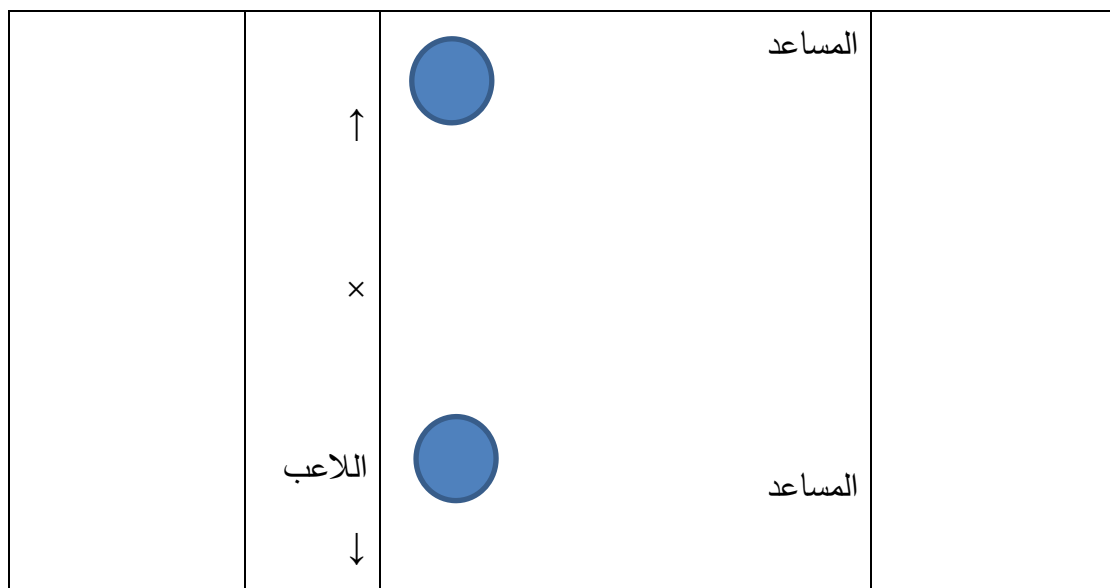
يوضع المقعدان في منطقتي 4، 2 وفي مسافة (50) سم عن الشبكة ، المساعدان يقفان على المقعدين يمسك كل واحد الكرة بيديه أعلى من مستوى الشبكة بمقدار (20) سم . يقف المختبر في منتصف منطقة (3) م في منتصف الملعب المواجه ، وعند إيعاز البدء عليه ان يتوجه إلى إحدى الكرتين للوثب ولامستها بكلتا يديه (مهارة حائط الصد) ثم يهبط و الجري إلى الكرة الثانية ولامستها بالأسلوب نفسه، ثم يعود إلى الكرة الأولى لأداء العمل نفسه.. يكرر الأداء لمدة (15 ث) كما في الشكل(2).

شروط الاختبار:

1. يلتزم المختبر بلامسة الكرة عند أداء حائط الصد بكلتا يديه ومن الأعلى للكرة .
2. يكرر المختبر الأداء مرة واحدة وفق الشرح في مواصفات الأداء إلى ان يعلن الحكم الوقت المحدد لانتهاء الاختبار .
3. الاحتفاظ بارتفاع الكرة فوق الشبكة طول فترة أداء للاختبار.
4. لا تحسب المحاولة عند مخالفة شروط الاختبار .

طريقة التسجيل :

للمختبر يسجل عدد مرات ملامسته الكرتين (الأداء الصحيح فقط على وفق الشروط) خلال الوقت المحدد للاختبار.



الشكل (3) اختبار الأداء المتكرر لحائط الصد الفردي لاكثر من موقع على الشبكة خلال (15) ثانية

5.3 التجربة الاستطلاعية :

يقوم الباحثان بأجراء تجربة استطلاعية على (4) لاعبين من غير عينة الدراسة الأساسية ، وقت تنفيذ الاختبار يوم الأحد الموافق (2018/3/18) في تمام الساعة الرابعة عصرا لمعرفة الوقت المستغرق لتنفيذ الاختبار ، والمعوقات التي قد تواجه الباحث ، وكذلك معرفة إمكانية فريق العمل المساعد على كيفية استخدام الأجهزة والأدوات فضلا عن تقسيم الاعمال عليهم .

وننتج عن هذه التجربة الآتي :

1. توزع واجبات العمل على فريق العمل المساعد .
2. ملأمة الاستمارة للغرض الذي أعدت له (تسجيل البيانات).
3. الزمن الكلي للاختبارات.

3 . 6 التجربة الرئيسية :

تم أجراء الاختبارات والقياسات على عينة البحث البالغ عددها (10) لاعبين ابتداء من الرابعة عصرا من يوم الأربعاء الموافق (2018/3/21).

7.3 الوسائل الإحصائية

استعملت فيه النظم الإحصائية الآتية : (Spss.Ver 17) للاستخراج على الآتي :

- الحقيقة الإحصائية (الأوساط الحسابية) والانحرافات المعيارية.
- الارتباط البسيط (بيرسون)
- مستوى الدلالة .

4. عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها :

1.4 عرض النتائج علاقة اختبار الثقة العالية والإرسال وتحليلها:

جدول (1) نتائج الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمتي (R) المحسوبة والجدولية ومستوى الدلالة لمتغيرات البحث

المتغيرات	وحدة القياس	ن	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (R) المحسوبة	مستوى الدلالة	الدلالة
الثقة العالية	الدرجة	10	36.48	2.24	**0.891	0.003	دال
الأرسال	الدرجة	10	31.1	1.98			
حائط الصد	الدرجة	10	8.30	1.34	*0.638	0.018	دال
الاستقبال	الدرجة	10	7.42	2.57	*0.526	0.021	دال

درجة الحرية (ن 2) (ومستوى الدلالة (0.05) وقيمة (R) الجدولية (0.632)

الوسط الحسابي من الجدول (1) لاختبار الثقة العالية كان (36,48) والانحراف المعياري

(2,24) أما الوسط الحسابي لاختبار الأرسال فقد كان (31,1) والانحراف المعياري (1,98)

لدى عينة البحث، وبلغت معامل الارتباط البسيط (بيرسون) فيما بينهما (**0.891) وهي أكبر من

قيمة (R) الجدولية والبالغة (0,632) وبلغت قيمة مستوى الدلالة (0.003) وهي أصغر من (0.05)

(مما يعني وجود علاقة ارتباط معنوية طردية فيما بين الثقة العالية والإرسال.

أما الوسط الحسابي لاختبار حائط الصد فقد كان (8.30) والانحراف المعياري (1.34)

لدى عينة البحث، وبلغت معامل الارتباط البسيط (بيرسون) فيما بينهما (*0.638) وهي أكبر من

قيمة (ر) الجدولية والبالغة (0.632) وبلغت قيمة مستوى الدلالة (0.018) وهي اصغر من (0.05) مما يعني وجود علاقة ارتباط معنوية طردية فيما بين الثقة العالية و حائط الصد.

أما الوسط الحسابي لاختبار الاستقبال فقد كان (7.42) والانحراف المعياري (2.57) لدى عينة البحث، وبلغت معامل الارتباط البسيط (بيرسون) فيما بينهما (0.526 *) وهي اكبر من قيمة (ر) الجدولية والبالغة (0.632) وبلغت قيمة مستوى الدلالة (0.021) وهي اصغر من (0.05) مما يعني وجود علاقة ارتباط معنوية طردية فيما بين الثقة العالية والاستقبال.

4. 2. عرض نتائج علاقة اختبار الاندماج في الأداء والإرسال وتحليلها :

جدول (2) نتائج الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمتي (R) المحسوبة والجدولية ومستوى

الدلالة لمتغيرات البحث

المتغيرات	وحدة القياس	ن	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (R) المحسوبة	مستوى الدلالة	الدلالة
الاندماج في الأداء	الدرجة	10	36.13	1.27	0.912 **	0.001	دال
	الدرجة	10	32.17	2.83			
حائط الصد	الدرجة	10	8.42	1.76	0.810 *	0.012	دال
الاستقبال	الدرجة	10	51.03	3.34	0.930 **	0.000	دال

درجة الحرية (ن 2) ومستوى الدلالة (0.05) وقيمة (R) الجدولية (0.632)

من الجدول (2) يلاحظ ان الوسط الحسابي لاختبار الاندماج في الأداء كان (36.13) والانحراف المعياري (1.27) أما الوسط الحسابي لاختبار الأرسال فقد كان (32.17) والانحراف المعياري (2.83) لدى عينة البحث، اذ بلغت معامل الارتباط البسيط (بيرسون) فيما بينهما (0.912 **) وهي اكبر من قيمة (ر) الجدولية والبالغة (0.632) وبلغت قيمة مستوى الدلالة (0.001) وهي اصغر من (0.05) مما يعني وجود علاقة ارتباط معنوية طردية فيما بين الاندماج في الأداء و الأرسال.

اما اختبار حائط الصد اذ كان الوسط الحسابي (8.42) والانحراف المعياري (1.76) لدى عينة البحث، وبلغت معامل الارتباط البسيط (بيرسون) فيما بينهما (0.810 *) وهي اكبر من قيمة (ر) الجدولية

والبالغة (0.632) وبلغت قيمة مستوى الدلالة (0.012) وهي اصغر من (0.05) مما يعني وجود علاقة ارتباط معنوية طردية فيما بين الاندماج في الأداء و حائط الصد.

اما اختبار الاستقبال فقد كان الوسط الحسابي (51.03) والانحراف المعياري (3.34) لدى عينة البحث، وبلغت معامل الارتباط البسيط (بيرسون) فيما بينهما (0.930*)

وهي اكبر من قيمة (ر) الجدولية والبالغة (0.632) وبلغت قيمة مستوى الدلالة (0.000) وهي اصغر من (0.05) مما يعني وجود علاقة ارتباط معنوية طردية فيما بين الاندماج في الأداء و الاستقبال.

4. 7 مناقشة النتائج:

من خلال ملاحظة الجداول تبين ان هناك علاقة ارتباط معنوية طردية بين الثقة العالية والاندماج الكامل في الأداء وبعض المهارات الأساسية (الأرسال، حائط الصد، والاستقبال) لدى عينة البحث ويعزوا الباحثان تلك العلاقة إلى ان المهارات الهجومية في رياضة الكرة الطائرة تحتاج إلى الثقة العالية واندماج كامل أثناء الأداء التي لها الدور الأساسي عند أداء اغلب المهارات الأساسية لهذه الفعالية اذ ان الكثير من الفرق تصدرت من خلال ما تتميز به من مهارات هجومية في قائمة الفوز بالبطولات وان امتلاك المهارات الهجومية وحدها دون الثقة العالية لا يكون كافيا للاستجابة السريعة لاحتمالات المنافسة .

كما نلاحظ ان عينة البحث استخدمت الأرسال من الأعلى و الأسفل ، اذ ان عدم تنويع الإرسالات سوف يؤثر في نتيجة المباراة ، وهذا ما أشار اليه (Smith) "أن أكثر شيء في تطوير اللعب هو (الأرسال) وتنويعه بحيث يجعل منافسك يفكر كثيرا ويتحير أين تقع الكرة . (Smith ,Cuoted By,tom z

(adceck,86m2001

ويضيف (عامر جبار 1998) ان الأرسال من المهارات المهمة في اللعبة اذ يحتاج اللاعب إلى السيطرة الكبيرة والإتقان الجيد في التنفيذ فضلا عن القوة المقرونة بالسرعة وغالبا ما يكون الأرسال سهل الأداء ولكنه يحتاج إلى التدريب المستمر لكي يستطيع الوصول إلى الأداء الجيد من خلال القدرة أداء وإتقان المهارة ، ان مهارة الأرسال يمكن ان تكشف مستوى وقابلية الفريق المنافس اذ لم تكن معرفة ، اذ ان استعمال أنواع الإرسالات وتسجيل نتيجة وتأثير كل نوع على اللاعبين و توجيه الأرسال إلى كل اللاعبين في الملعب بغية التعرف على الفروق الفردية في مستوياتهم.(السعدي،1998،11).

اذ ان الدفاع الناجح هو "بناء حاجز قوي على الشبكة وذلك من خلال الوثب إلى الأعلى مع مد الذراعين لاعتراض الكرة المضروبة ساحقا" (الكاتب، 1984، 87).

تعد مهارة حائط الصد من المهارات الدفاعية اذ من خلالها يتمكن اللاعب من بناء حائط صد يعطي مساحة للفريق ويساعد اللاعبين الغير المشتركين في عملية الصد من الوقوف لتغطية الأماكن الأخرى (Bougbeal,2,2001).

وتتطلب مهارة حائط الصد القدرات البدنية التي تمنح اللاعب قدرا كافيا من القفز والقوة وسرعة اللاعب الحركية والرشاقة من اجل القيام بأداء المهارة بشكلها الجيد وان هدف حائط الصد " هو منح الفريق المنافس من وضع الكرة داخل الملعب وليس تظليل الكرة "(جوسي، 57، 1990).

و للثقة العالية والاندماج الكامل بأداء مهارة استقبال الأرسال علاقة طردية اذ ان كلما زادت قوة العلاقة كلما ارتفعت قابلية اللاعب نحو أداء المهارات بصورة جيدة "من المهارات الدفاعية الهامة بالكرة الطائرة ، وهي الأساس في بناء الهجوم وأي خطأ فيه يؤدي إلى فوز الفريق الخصم بنقطة ويحتاج في أدائه إلى قدرة عالية من التوقع لسقوط الكرة وأداء مهاري متكامل وتحرك سليم نحو الكرة لغرض استقبالها وتوجيهها للزميل المعد بدقة لبناء هجوم سليم ومتكامل .

أن استقبال الأرسال وتوجيه الكرة الأولى للمعد ينتمي لخيارات متعددة لمجريات اللعب المختلفة وما يترتب على صد الكرة الأولى تعقيدات يتحتم ان يتمتع اللاعب المستقبل بصفات بدنية ومهارية وعقلية إضافة إلى التركيز "(حسانين وعبد المنعم، 158، 1988).

وتزداد أهمية مهارة استقبال الأرسال وذلك لاعتماد اغلب المهارات الأخرى عليها وان التوصيل الجيد يبني عليه أعداد وعمل التركيبات الهجومية ،

ويعرف الاستقبال " هو استقبال الكرة المرسله من الفريق المرسل للفريق المنافس لتهيئتها للاعب المعد وذلك بامتصاص قوة الكرة وسرعتها وتمريضها إلى الأعلى باليدين والأصابع .(جواد، 2006، 43).

استقبال الأرسال " استقبال الكرة المرسله من اللاعب المرسل من الفريق المنافس ، لتهيئتها للاعب المعد والزميل في الملعب وامتصاص سرعة الكرة وقوتها وتمريضها من الاسفل للزميل بالساعدين.

(الجميل، 2006، 53)

5 . الاستنتاجات والتوصيات :**5.1 الاستنتاجات**

من خلال الإجراءات والعمل الذي واكبه الباحثان في عينة البحث وإجراءاته الميدانية والنتائج الإحصائية للبيانات تم التوصل إلى الاستنتاجات الآتية:

1. للثقة العالية والاندماج الكامل في الأداء تأثيرا كبيرا في نتائج المهارات المبحوثة لدى عينة البحث .
2. ان الثقة العالية تزيد من أداء المهارات بفعالية عالية .
3. ان للاندماج الكامل بالأداء الأثر البالغ في زيادة تماسك الفريق وبالتالي أدى إلى زيادة فعالية الأداء أثناء الاختبارات .

5 - 2 التوصيات :

وفقا للنتائج التي توصل اليها الباحثان تم وضع التوصيات الآتية :

1. أعداد برامج لزيادة الخبرات التي من شأنها أن تزيد من شعور اللاعبين بالثقة العالية والاندماج الكامل بالأداء والتي تمكنهم من المثابرة في تحقيق أهدافهم .
2. عقد ندوات إرشادية تسهم في توعية اللاعبين على أهمية الثقة العالية بالنفس وما لها من أثر في تطوير نتائج اللاعبين .
3. أجراء بحوث ودراسات تتناول العلاقة بين الثقة العالية والاندماج الكامل بالأداء لدى أندية أخرى وفعاليات أخرى .

المصادر العربية والأجنبية:

1. أ بو العلام ، عادل محمد : قياس ثقة بالنفس عند طالبات مرحلة الدراسة الثانوية والجامعية ، مؤسسة علي جراح الصباح ، 1978 ، 53. 54)
2. الجميلي سعد حماد : الكرة الطائرة (مبادئها وتطبيقاتها الميدانية) ، ط¹ ، عمان، شارع الملك حسين، 2006
3. بلوم ، بنيامين وآخرون : تقييم تعلم الطالب التجميعي والتكويني، (ترجمة) محمد أمين المفتي وآخرون ، دار ماكر وهيل ، القاهرة ، 1983.
4. بوب بير جوسي : الكرة الطائرة للمستويات العالية ، ترجمة ، ريسان خريبط وعبد الزهرة حميدي ، البصرة، مطبعة التعليم العالي ، 1990 .

5. سهيل ،جاسم جواد : تأثير منهج (بالتثقيف) في تطوير سرعة حركات الرجلين المقترنة بالرشاقة ودقة أداء المهارات الهجومية والدفاعية لكرة الطائرة ، جامعة بابل ، أطروحة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية ، 2006 .
6. عامر جبار السعدي : دراسة مقارنة في المتغيرات البايوميكانيكية لارسال المتموج الأمامي والساحق بالكرة الطائرة ، أطروحة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد، 1998 .
7. عقيل عبدالله : المبادئ الأساسية في تحكيم كرة الطائرة ، ط¹ ، الكويت، مطابع دار القبس ، 1984 .
8. محمد صبحي وحمد عبد المنعم : الأسس العلمية لكرة الطائرة وطرق القياس والتقويم ، بدني، معرفي ، نفسي ، تحليلي ، القاهرة ، مطبعة روز اليوسف ، 1988 .
10. هويدة إسماعيل إبراهيم : بناء مقياس الطلاقة النفسية لدى لاعبي أندية الدرجة الممتازة بالكرة الطائرة ، رسالة ماجستير ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية، 2005.
11. Bougbear .Conditionin performance volleyball heodguaterscom.In.2001.
12. Smith . Cuoted By، tom Zadceck ، volleyball Skills Firefully books ، Canada ، 2000
13. Webstr third New International Dictionary of English Language Chicago : G. 8C G.Merriam Co.Vol .1971.p.54

ملحق (1) مقياس الثقة العالية

الفقرات	أوافق بدرجة كبيرة	أوافق بدرجة متوسطة	أوافق بدرجة صغيرة	ت
لدي الثقة بتحقيق أفضل أداء بالرغم من ضغوط المنافسة				1
استطيع أن أتحمل أي شيء يحقق الفوز على المنافس				2
الإفادة من قدراتي أثناء المواقف الصعبة				3
استطيع التكيف مع مواقف المباراة غير المتوقعة				4
يستحسن أدائي في المواقف التي تتطلب التحدي				5
لا أخشى تفوق المنافس أثناء المنافسة				6
استطيع تحقيق أهدافي مهما كانت صعوبة المنافسة				7
لدي المقدرة على استعداد النجاح عند حدوث الفشل				8
غير متأكد من قدراتي ومهاراتي الرياضية في المنافسة				9
الكثير من اللاعبين في الفريق يعتقدون إنني لاعب واثق جدا من نفسه				10
لدي الثقة في تحقيق هدفي تحت ضغوط المنافسة				11
لدي أهداف شخصية أحرص على تحقيقها في كل مباراة				12
أنا متردد وغير محدد في مواقف المنافسة				13
أنا أتطلع واستمتع بالمباريات التنافسية الشديدة				14
أتصرف في الأوقات الصعبة				15

16	لدي الشك في نفسي أثناء المباراة		
17	استطيع توقع النتيجة عند رؤية المنافس		

ملحق (2) الاندماج الكامل في الأداء

ت	الفقرات	أوافق بدرجة كبيرة	أوافق بدرجة متوسطة	أوافق بدرجة صغيرة
1	لدي القدرة على الإلتقان أثناء أداء المنافسة			
2	اجد صعوبة في الإلتقان المهاري			
3	أدائي المهاري يفتقد إلى الدقة في المنافسات			
4	اصل إلى درجة عالية من الدقة والإلتقان يوم المباراة			
5	أدائي متذبذب وغير ثابت في المنافسات الهامة			
6	اصل إلى قمة الأداء المهاري في المنافسة			
7	يمكنني ان استقبل الكرة في أي مركز خلال المنافسات			
8	التعامل الألي بجدية مع اللاعبين الآخرين			
9	أودي معظم المهارات بسرعة وبألية منظمة			
10	اجيد الحركات التي تتطلب سرعة الأداء			
11	استطيع انب أقوم بالأداء الحركي الجيد في أي وقت من أوقات اللعب			
12	في الحال أقوم بتقدير الموقف في اللعب			
13	استطيع التصرف السريع خلال المنافسة او المباراة			
14	استطيع التنافس في اللعب بشكل إيجابي			
15	اشعر بالارتياح لتشجيع دوما من قبل الجمهور			