



جامعة الموصل

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

أثر برنامج قائم على التوازن والتوافق الحركي في دقة أداء بعض المهارات الفنية الأساسية بالكرة الطائرة

ايهان حسين صالح علي

رسالة ماجستير

علوم في التربية البدنية وعلوم الرياضة

بإشراف

الأستاذ المساعد

الدكتور احمد حامد احمد السويدي

ملخص الرسالة

أثر برنامج قائم على التوازن والتوافق الحركي في دقة أداء بعض المهارات الفنية الأساسية بالكرة الطائرة

المشرف
أ.م.د. احمد حامد احمد السويدي
٢٠١٩م

الباحث
ايهان حسين صالح علي
١٤٤١هـ

هدفا البحث إلى :

- ١- الكشف عن أثر برنامج قائم على التوازن والتوافق الحركي والبرنامج المتبع في الكلية في دقة أداء بعض المهارات الفنية الأساسية بالكرة الطائرة .
- ٢- المقارنة في الاختبار البعدي بين المجموعتين التجريبية والضابطة في التوازن والتوافق الحركي في دقة أداء بعض المهارات الفنية الأساسية بالكرة الطائرة .

اما الاطار النظري فقد تضمن :

التوازن الحركي ، والتوافق الحركي ، والدقة ، وبعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة ، فضلاً عن مجموعة من الدراسات السابقة والإفادة منها.

وفي إجراءات البحث :

استخدم الباحث المنهج التجريبي لملاءمته لطبيعة مشكلة البحث، أما مجتمع البحث تم اختيارهم بالطريقة العمدية من طلبة السنة الدراسية الثانية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة الموصل للعام الدراسي (٢٠١٨-٢٠١٩)، الفصل الدراسي الثاني والبالغ عددها (١٩١) طالباً، يمثلون شعب (أ ، ب ، ج ، د ، هـ ، و ، ز ، ح) بعد ان تم استبعاد شعبة (أ) ، أما عينة البحث فقد تكونت من شعبي (ح ، هـ) تم اختيارهما بالطريقة العشوائية عن طريق اجراء القرعة والبالغ عددها (٥٦) طالباً، وتم توزيعهم عن طريق القرعة إلى مجموعتين (تجريبية وضابطة)، بعد أن تم استبعاد عدد من الطلاب لعدم تجانسهم والتزامهم مع بقية افراد العينة والبالغ عددهم (٣٢) طالباً ، وبهذا أصبح العدد النهائي لأفراد العينة (٢٤) طالباً ، وبنسبة مئوية بلغت (١٢,٥٦٪) من المجتمع الأصلي من الذكور فقط ، موزعين إلى مجموعتين وبواقع (١٢) طالباً للمجموعة الواحدة. وتم اجراء التكافؤ بين المجموعتين في المتغيرات الاساسية (العمر ، والطول ، والكتلة) وبعض الصفات البدنية والحركية ، وبعض المهارات الفنية الأساسية بالكرة الطائرة .

واستغرق تنفيذ البرنامج (٤) اسابيع للمدة من ٢٠١٩/٣/٢٦ ولغاية ٢٠١٩/٤/١٨ وبواقع (٨) وحدات للمجموعة التجريبية ، و(٨) وحدات للمجموعة الضابطة ، وزمن كل وحدة (٩٠) دقيقة ، وبعد الانتهاء من البرنامج أجري الاختبار البعدي للمهارات المختارة بتاريخ ٢٠١٩/٤/٢٥-٢٤ .

واستخدام الباحث الوسائل الاحصائية الآتية :

الوسط الحسابي ، والانحراف المعياري ، والنسبة المئوية ، ومعامل الارتباط البسيط (بيرسون) ، واختبار (ت) لوسطين حسابيين مرتبطتين متساويين بالعدد ، واختبار (ت) لوسطين حسابيين غير مرتبطتين متساويين بالعدد .

وفي ضوء نتائج البحث توصل الباحث إلى الاستنتاجات الآتية :

- ١- أثر البرنامج القائم على التوازن والتوافق الحركي والبرنامج المتبع في الكلية ايجابياً في دقة أداء بعض المهارات الفنية الأساسية بالكرة الطائرة .
- ٢- تفوقت المجموعة التجريبية التي استخدمت البرنامج القائم على التوازن والتوافق الحركي على المجموعة الضابطة التي استخدمت البرنامج المتبع في الكلية في دقة أداء بعض المهارات الفنية الأساسية بالكرة الطائرة .

وأوصى الباحث بما يأتي :

- ١- استخدام البرنامج القائم على التوازن والتوافق الحركي في دقة أداء بعض المهارات الفنية الأساسية بالكرة الطائرة .
- ٢- استخدام برامج قائمة على التوازن والتوافق الحركي في دقة أداء مهارات أخرى بالكرة الطائرة لم يتم اجراءها في البحث الحالي (الارسال ، الاعداد ، الاستقبال) .

واقترح الباحث ما يأتي :

- ١- إجراء دراسات مشابهة على الألعاب الفرقية والفعاليات الرياضية المختلفة ، مع الأخذ بعين الاعتبار (الجنس ، والمستوى) .
- ٢- إجراء الدراسة نفسها على عينة أو فئة عمرية أخرى .

University of Mosul
College of Physical Education
and Sport Sciences



The impact Of a Program Based On Balance And Motor Compatibility In Accuracy Of The Performance Of Some Basic Technical Skills Of Volleyball

Ayhan Hussien Salih Ali

A Master Thesis
Sciences in Physical Education and Sport Sciences

Supervised by
Assat. Prof.
Dr. Ahmed Hamed Ahmed Al-sweede

1441 A.H.

2019 A.D.

Abstract

(The impact Of a Program Based On Balance And Motor Compatibility In Accuracy Of The Performance Of Some Basic Technical Skills Of Volleyball)

Researcher
Ayhan Hussien salih Ali
1441 A.H.

Assait. prof .Dr.
Ahmed Hamed Ahmed Al-sweede
2019 A.D.

The research aims at :

- 1- Disclosure of the impact of a proposed balance-based education program And motor compatibility and the methodology used in the college in the accuracy of some performance Basic Volleyball Skills .
- 2- Comparison in the post-test between the experimental groups and the control in the development of compatibility and kinetic balance in the accuracy of performance Some basic volleyball .

The theoretical framework included :

learning, motor learning, kinetic equilibrium, motor compatibility and some basic volleyball skills, as well as a range of previous studies and benefit from them.

In the research procedures :

the researcher used the experimental method to suit the nature of the research problem. The research society was chosen by the deliberate method of second year students in the College of Physical Education and Sports Sciences / Mosul University for the academic year (2018 - 2019) The sample of the study consisted of two groups (H, 5), which were randomly chosen by means of a lottery (56 students), which were distributed from The lottery was divided into two groups (experimental and control), after a number of students were excluded for not being equal to Walt Their mother with the rest of the sample totaling (32), and thus became the final number of members of the sample (24 students) and a percentage of (%12. 56) of the original community of males only, spread over two divisions at the rate of (12) students per division. And Parity between the two groups was carried out in the basic variables (age, height and mass) and some physical characteristics, motor abilities and some basic skills of volleyball.

B

The implementation of the educational program took 4 weeks for the period from 2019/3/26 to 2019/4/18 , with 8 modules for the experimental group , 8 for the Tlaimih unit for the control group, the time of each education unit (90) minutes , and after the completion of the program , the CRTs test was conducted for the selected skills Dated 2019/4/25-24.

The researcher uses the following statistical means :

to reach the current search results , use the researcher statistical pouch (SPSS) , using the following methods : Arithmetic mean , standard deviation , percentage , simple correlation coefficient (pearson) , Test (v) for two related accounts with equal number , and test (v) for two non-linked accounts with equal number

In the light of the results of the research, the researcher reached the following conclusions :

- 1- Impact of the proposed balance-based educational program and motor compatibility and the program followed in the college in the accuracy of performance some basic volleyball skills.
- 2- The experimental group that used the program excelled Educational approach based on equilibrium and motor compatibility The control group that used the program in College in the accuracy of the performance of some basic skills of volleyball.

The researcher recommended the following :

- 1- Use the proposed equilibrium-based tutorial and motor compatibility in the accuracy of some basic skills volleyball.
- 2- Use learning programs associated with balance and compatibility The kinetic accuracy of the performance of other volleyball skills is not Perform it in the current research (Dispatch-Setup-reception).

The researcher suggested the following :

- 1- Conducting similar studies on the games and various sporting events taking into consideration (gender and level).
- 2- Conduct the same study on a sample or other age group.