

شكر وتقدير

اللهم لك الحمد والشكر علي ما أنعمت علي وأعطيت ، واستعنت بك فأعنتني ، ولجأت إليك فالهمتني ، وتوكلت عليك فوفقتني ، ربي اشكر نعمتك علي واسجد لك حامدا شاكرا في إخراج هذا البحث الي حيز الوجود ، والصلاة والسلام علي الرسول الكريم خير معلم وخير هاد ، واقتضاء بقوله " من لم يشكر الناس لم يشكر الله " .

أتقدم بخالص الشكر وجزيل العرفان والتقدير إلي الأستاذ الدكتور / الهام عبد الرحمن محمد أستاذ الكرة الطائرة بقسم التدريب الرياضي وعلوم الحركة بكلية التربية الرياضية بنات جامعة الإسكندرية ، والدكتور / حنان عبد الفتاح خضر الأستاذ المساعد بقسم التدريب الرياضي وعلوم الحركة بكلية التربية الرياضية بنات جامعة الإسكندرية ، والدكتور / مروة احمد فضل المدرس بقسم التدريب الرياضي وعلوم الحركة بكلية التربية الرياضية بنات جامعة الإسكندرية . وذلك لما لمستته من سعة صدر وإرشادات وتوجيهات علمية وعملية دقيقة بناءة خلال إشراف سيادتهم علي هذا البحث فجزاكم الله خيرا لما قمتم به من توجيه وبارك الله فيكم وألبسكم ثوب الصحة والعافية .

ومما يزيد بحثي تشريفا ويزيدني اعتزازا أن يناقشني أستاذان جليلان ، فاضلان وهما الأستاذ الدكتور/ خيرية إبراهيم السكري أستاذ التدريب الرياضي بقسم التدريب الرياضي وعلوم الحركة بكلية التربية الرياضية بنات جامعة الإسكندرية ، والأستاذ الدكتور / مجدي احمد حجازي أستاذ الكرة الطائرة بقسم تدريب الألعاب بكلية التربية الرياضية بنات جامعة الإسكندرية .

ولا يفوتني ان اشكر عينة البحث شباب نادي ميت علوان الرياضي والذين أسهموا في انجاز هذا البحث ، كما أتوجه بخالص الشكر والحب والتقدير والعرفان بالجميل إلي والدي أمد الله عمرهم وجزأهم الله كل خير ، وشكري وتقديري إلي زوجتي علي ما تحملته وعانته حتى أكمل هذا البحث .

واهدي هذا البحث لأبنائي / يوسف ، يس

هذا وما كان من توفيق فمن الله ، وما كان من نقص أو تقصير أو خطأ فمني ومن الشيطان .

”والله ولي التوفيق“

قائمة المحتويات

م	الموضوع	رقم الصفحة
١	قائمة المحتويات	أ
٢	قائمة الجداول	ج
٣	قائمة الأشكال	هـ
٤	قائمة المرفقات	و
٥	الفصل الأول	٣ - ٨
٦	١ / ١ المقدمة	٣
٧	١ / ٢ مشكلة البحث	٥
٨	١ / ٣ هدف البحث	٨
٩	الفصل الثاني	٩ - ٣٤
١٠	٢ / ١ / ١ التوقع الحركي	١٠
١١	٢ / ١ / ٢ تعريف التوقع الحركي	١١
١٢	٢ / ١ / ٣ أنواع التوقع الحركي	١٢
١٣	٢ / ١ / ٤ العناصر الأساسية التي يعتمد عليها التوقع الحركي	١٤
١٤	٢ / ١ / ٥ العوامل المؤثرة في التوقع الحركي	١٥
١٥	٢ / ١ / ٦ متطلبات التوقع الحركي	١٦
١٦	٢ / ١ / ٧ متطلبات التوقع الحركي الخاصة بالكرة الطائرة	١٦
١٧	٢ / ١ / ٨ المتطلبات البدنية للتوقع الحركي	١٧
١٨	٢ / ١ / ٨ / ١ السرعة	١٧
١٩	٢ / ١ / ٨ / ٢ الرشاقة	١٩
٢٠	٢ / ١ / ٨ / ٣ التوافق	٢١
٢١	٢ / ١ / ٨ / ٤ الدقة	٢٢
٢٢	٢ / ١ / ٨ / ٥ القوة	٢٣
٢٣	٢ / ١ / ٩ المتطلبات الإدراكية المرتبطة بالتوقع الحركي	٢٥
٢٤	٢ / ٢ القراءات النظرية الخاصة بالمهارات قيد البحث	٢٨
٢٥	٢ / ٢ / ١ مقدمة عن الكرة الطائرة	٢٨
٢٦	٢ / ٢ / ٣ المهارات الفنية في الكرة الطائرة	٢٨
٢٧	٢ / ٢ / ٤ مهارة الدفاع عن الملعب	٢٩
٢٨	٢ / ٢ / ٥ حائط الصد (الدفاعي - الهجومي)	٣١
٢٩	٢ / ٣ الدراسات المرجعية	٣٤
٣٠	٢ / ٣ / ٢ تحليل الدراسات المرجعية	٣٩
٣١	٢ / ٤ فروض البحث	٤٢
٣٢	ثالثا - إجراءات البحث	٤٤ - ٦٠
٣٣	٣ / ١ منهج البحث	٤٥
٣٤	٣ / ٢ عينة البحث	٤٥
٣٥	٣ / ٣ مجالات البحث	٤٥

تابع قائمة المحتويات

م	الموضوع	رقم الصفحة
٣٦	٣ / ٤ أدوات جمع البيانات.....	٤٦
٣٧	٣ / ٥ الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث.....	٤٨
٣٨	٣ / ٦ توصيف العينة.....	٤٩
٣٩	٣ / ٧ المعاملات العلمية.....	٥٠
٤٠	٣ / ٨ الدراسات الاستطلاعية.....	٥٣
٤١	٣ / ٩ البرنامج التدريبي المقترح.....	٥٨
٤٢	٣ / ١٠ القياسات القبليّة.....	٥٩
٤٣	٣ / ١١ القياسات البعدية.....	٥٩
٤٤	٣ / ١٢ المعالجة الإحصائية.....	٦٠
٤٥	رابعاً - عرض النتائج ومناقشتها.....	٦١-٧١
٤٦	٤ / ١ عرض النتائج.....	٦٢
٤٧	٤ / ٢ مناقشة النتائج.....	٦٩
٤٨	خامساً - الاستنتاجات و التوصيات.....	٧٢-٧٤
٤٩	٥ / ١ الاستنتاجات.....	٧٣
٥٠	٥ / ٢ التوصيات.....	٧٤
٥١	سادساً - المراجع.....	٧٥-٨٢
٥٢	٦ / ١ المراجع العربية.....	٧٦
٥٣	٦ / ٢ المراجع الأجنبية.....	٨١
٥٤	٦ / ٣ مراجع شبكة الانترنت.....	٨٢
٥٥	ملخص البحث باللغة العربية	
٥٦	ملخص البحث باللغة الانجليزية	

قائمة الجداول

م	الموضوع	رقم الصفحة
١	جدول رقم (١ - ١) إحصائية نسبة نجاح وفشل أداء مهاتري حائط الصد والدفاع عن الملعب	٧
٢	جدول رقم (١ - ٣) اختبارات مكونات التوقع الحركي البدنية الخاصة بأداء بعض المهارات الدفاعية في الكرة الطائرة (الدفاع عن الملعب - حائط الصد الهجومي / الدفاعي)	٤٤
٣	جدول رقم (٢ - ٣) الاختبارات المهارية لحائط الصد والدفاع عن الملعب	٤٦
٤	جدول (٣ - ٣) توصيف العينة في المتغيرات الأساسية قيد البحث	٤٧
٥	جدول (٤ - ٣) دلالة الفروق بين متوسطي المجموعة المميزة والمجموعة غير المميزة لبيان معامل الصدق (التمايز) في الاختبارات البدنية قيد البحث	٤٩
٦	جدول (٥ - ٣) دلالة الفروق بين متوسطي المجموعة المميزة والمجموعة غير المميزة لبيان معامل الصدق (التمايز) في اختبارات مكونات التوقع الحركي الإدراكية قيد البحث	٤٩
٧	جدول (٦ - ٣) دلالة الفروق بين متوسطي المجموعة المميزة والمجموعة غير المميزة لبيان معامل الصدق (التمايز) للاختبارات المهارية قيد البحث	٥٠
٨	جدول (٧ - ٣) معامل الارتباط بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني لبيان معامل الثبات في الاختبارات البدنية قيد البحث	٥١
٩	جدول (٨ - ٣) معامل الارتباط بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني لبيان معامل الثبات في اختبارات التوقع الحركي الإدراكية قيد البحث	٥١
١٠	جدول (٩ - ٣) معامل الارتباط بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني لبيان معامل الثبات للاختبارات المهارية قيد البحث	٥٢
١١	جدول (١ - ٤) دلالة الفروق بين متوسطي القياس القبلي والبعدي لدى مجموعة البحث في متغير الاختبارات البدنية	٦٠
١٢	جدول (٢ - ٤) دلالة الفروق بين متوسطي القياس القبلي والبعدي لدى مجموعة البحث في متغير اختبارات التوقع الحركي الإدراكية	٦٣
١٣	جدول (٣ - ٤) دلالة الفروق بين متوسطي القياس القبلي والبعدي لدى مجموعة البحث في متغير الاختبارات المهارية	٦٥

قائمة الأشكال

م	الموضوع	رقم الصفحة
١	شكل رقم (١ - ٣) برنامج اختبار نظام فينا	٤٥
٢	شكل رقم (٢ - ٣) متوسط شدة الحمل وزمن الوحدات الأسبوعية للتدريب	٥٥
٣	شكل رقم (٣ - ٣) نموذج للحمل المتوسط	٥٦
٤	شكل رقم (٤ - ٣) نموذج للحمل العالي	٥٦
٥	شكل رقم (٥ - ٤) نموذج للحمل الأقصى	٥٧
٦	شكل (١ - ٤) نسبة التحسن بين القياس القبلي والبعدي لمتغيرات (السرعة الانتقالية - سرعة الاستجابة - الرشاقة)	٦٢
٧	شكل (٢ - ٤) نسبة التحسن بين القياس القبلي والبعدي لمتغيرات (توافق بين العين والقدم - توافق بين العين واليد - دقة اليد اليمنى - دقة اليد اليسرى)	٦٢
٨	شكل (٣ - ٤) نسبة التحسن بين القياس القبلي والبعدي لمتغيرات (القوة الانفجارية - قوة القبضة اليمنى - قوة القبضة اليسرى)	٦٣
٩	شكل (٤ - ٤) نسبة التحسن بين القياسين القبلي والبعدي في متغيرات التوقع الحركي الإدراكية (توقع الوقت - توقع الاتجاه)	٦٤
١٠	شكل (٥ - ٤) نسبة التحسن بين القياسين القبلي والبعدي في المتغيرات المهارية (حائط الصد الهجومي - حائط الصد الدفاعي - الدفاع عن الملعب)	٦٦

قائمة المرفقات

م	الموضوع	رقم الصفحة
١	مرفق رقم ١ : استمارة جمع معلومات عن مدي معرفة مدرب الكرة الطائرة بالتوقع الحركي	٢
٢	مرفق رقم ٢ : الاختبارات البدنية	٣
٣	مرفق رقم ٣ : اختبار نظام فينا	١١
٤	مرفق رقم ٤ : الاختبارات المهارية	١٥
٥	مرفق رقم ٥ : استمارات تسجيل النتائج	١٨
٦	مرفق رقم ٦ : تمرينات البرنامج	٢١
٧	مرفق رقم ٧ : البرنامج التدريبي	٣٢