

الفصل الأول

- مقدمة البحث —
- مشكلة البحث —
- أهداف البحث —
- فروض البحث —

- مقدمة البحث :

تعطى الدول فى عصرنا الحاضر اهتماما متزايدا للبحث العلمى ، ويبدو هـذا الاهتمام واضحا فى الدول المتقدمة ، وقد أدركت الدول النامية أهمية البحث العلمى فى دراسة مشكلاتها الاجتماعية ، الاقتصادية ، التربوية ، وفى التخطيط للتنمية القومية الشاملة فى شتى المجالات .

وتعتبر التربية الرياضية احدى المجالات التى تهتم الدول بحل مشاكلها، فأصبحت الآن تستند الى حقائق ومبادئ علمية ، وتوضع برامجها فى ضوء معلومات منسقة مستندة الى قوانين عامه ثابتة ، وهذه المعلومات تعطى نواحى تعلم كثيرة ، فالتربية الرياضيه تهتم بما هو أكثر من الناحية البدنيه فقط للكائن ، فتبنى برامجها فى ضوء النواحى النفسية والاجتماعية وغيرها من أوجه النمو والتطور فهى تستهدف جعل الشباب مواطنين صالحين لديهم الطاقه للاستمتاع بحياه سعيدة ونشيطة وممتعه .

وتضم التربية الرياضيه العديد من الأنشطة الرياضيه وتعد الكره الطائره احدى هذه الأنشطة التى وصلت الى مستوى عال من النضج والتقدم نتيجة لتطرق الكثير من الخبراء والمهتمين بها لدراسة ومعالجة مشاكلها المختلفه بالأسلوب العلمى السليم .

وقد يرجع الفضل فى الانتصارات التى حققتها فرقنا القومية واحرازها لمراكز متقدمة فى بطولات أفريقية واشتراكها فى بطولات العالم الى الدور الفعال الذى يسهم العلم فى تحقيقها .

ووصول لعبة الكره الطائره لمستوى البطولات ، جعلنا ندرك تباين وتعدد واختلاف خطط وطرق اللعب التى استلزمت درجة عاليه ومتميزه من الأداء المهارى خلال مواقف أكثر صعوبة تتطلب سرعة ودقة وتحرك مستمر طوال فترة المباراه لجميع اللاعبين ، ولتحقيق هذه الدرجه من الأداء المهارى لابد من توافر عناصر بدنيه معينه لايمكن الاستغناء عنها أو اهمالها للوصول لهذه المستويات .

ف نجد اللاعبه تحتاج الى مقدره عاليه فى أدائها للوثب العمودى للوصول الى أعلى نقطه ممكنه لأداء الضربه الساحقة ، ويعتمد فى تنفيذ ذلك على توافر عنصر القدره العضليه للرجلين والذراعين بقدر كاف تمكنها من ضرب الكره بصورة فعاله يصعب على الفريق المنافس صدّها . وقد تحتاج الضربه الى تغيير اتجاهها فى الهواء لخداغ حائط الصد مما يمكنها من توجيه ضرباتها فى أماكن بعيدة عن المدافع وهذا يتطلب توافر عنصر الرشاقه .

وترى الباحثة انه قد لا يحقق هذين العنصرين فاعليتهما اذا ما افترقت اللاعبه لعنصر سرعة الاستجابة الحركية التى تمكنها من الوصول الى المكان المناسب لضرب الكره، أو اتخاذ موقف سريع للمشير المتغير وهو اعداد الكره بما يمكنها من استغلال تلك القدرات والاستفادة من تلك العناصر السابق ذكرها .

ومن هذا المنطلق أصبح من الأهمية بمكان ضرورة تخطيط البرامج التدريبية وتطبيق القواعد والمعلومات الحديثة لتنمية عناصر اللياقة البدنية والارتقاء بمستوى المهارات الأساسية . وذلك باستخدام الاساليب العلمية القائمة على القياس وتطبيق الاختبارات الخاصه بالاعداد البدنى والمهارى (٣٢ : ٢) حيث أن اتباع الاسلوب العلمى فى اعداد اللاعبات بدنيا ومهاريا وخططيا ونفسيا ومعرفيا خلال خطة واضحة هى أساس الوصول الى المستويات الرياضيه العاليه . (٦ : ٣) .

– مشكلة البحث :

أصبح البحث العلمى الركيزه الأساسية لحل المشكلات المتعلقة بالتدريب الرياضى لمختلف المسابقات .

والتدريب علميه مقننه مبنيه على أسس علميه تهدف الى الارتفاع بمستوى كفاءة اللاعبه لانجاز المباريات تحت ظروف اللعبه المختلفه ، ولم يعد هناك مجالا للشك فى أن الاسلوب العلمى السليم هو أساس الوصول الى المستويات الرياضيه العاليه .

وهناك مشاكل تدريبيه وتعليميه فى لعبة الكره الطائره بالكليات المتخصصه تدعوننا

لأجراء البحوث العلمية لمحاولة وضع الحلول المناسبة لها وذلك بغرض الارتقاء بمستوى الطالبات في الكرة الطائرة ، ومحاولة تخريج دفعات على مستوى مهاري جيد تمكنهن من الاستمرار في العمل في مجال التدريس والتدريب .

ومن خلال عمل الباحثه كمدرس مساعد بكلية التربية الرياضية وقيامها بتدريس مناهج الكرة الطائرة للسنوات الدراسية المختلفة ، وكذلك اشتراكها في الاختبارات العملية في نهاية العام الدراسي سنويا ، تبين لها ضعف مستوى الأداء في مهارة الضربه الساحقه ، وقد عزت الباحثة هذا الضعف لعدة اسباب تتلخص فيما يلي :

- محتوى المنهج الدراسي الخاص بتعليم مهارة الضربه الساحقه يتضمن عدد قليل من الوحدات الدراسية طوال العام الدراسي .
- زمن الوحده (المحاضره الدراسيه) قصير .
- نظرا لقصر زمن الوحده الدراسيه يصعب التركيز على تنمية جميع العناصر البدنيه الضروريه لمهاره الضربه الساحقه وبالتالي قد يغفل عنصرا او اكثر قد يكون اساسيا للمهاره المختاره .

ولما كانت مهارة الضربه الساحقه مهاره مركبة نظرا لضرورة ادائها على عدة مراحل (الاقتراب ، الارتقاء والوثب ، الضرب ، الهبوط) . وحيث ان هذه المراحل تمثل مهاره مستقله تتمتع بها طالبه الفرقة الثالثة ، ومن الضروري ان يتوفر في كل مرحله منها الاجادة التامة ولهذا يجب توافر الوقت المناسب لاكتساب واتقان الاداء خلال التدريب على هذه المراحل المتصلة وهذا ما لا يتوفر خلال زمن الوحده ، وكذلك تكرار الوحدات داخل الاسبوع الواحد ، لذا يجب التركيز على تنمية العناصر البدنيه المرتبطه ارتباطا وثيقا بهذه المهاره والتي لها الأثر الكبير في تحسين مستوى ادائها .

وقد تناول العديد من الخبراء والباحثين في دراساتهم العناصر البدنيه الضرورية للضربه الساحقه كدراسة (٥) ، (٩) ، (٢٣) ، (٤٣) وغيرهم حيث أشاروا الى أهمية عنصر القدره والرشاقه والمرونه والتوافق . الا أن هذه الدراسات على حد علم

الباحثه اغفلت عناصر بدنيه اخرى مثل سرعة الاستجابة الحركية التي ترى الباحثة أهميتها للضربه الساحقة ، وأن توافر هذا العنصر قد يؤدى الى تحسين مستوى الاداء المهارى للضربه الساحقه لدى الطالبات .

وحتى لاتعتمد الباحثة على رؤيتها الشخصية واعتمادا على منطقية التحليل والنتائج العلميه ، رأت ضرورة وضع برنامج لتنمية عنصر سرعة الاستجابة الحركية ، ومعرفة تأثيره على مستوى الاداء المهارى للضربه الساحقة لطالبات الفرقة الثالثة ، آملة فى اضافة جديدة لمحتوى برامج الكره الطائره ومناهجها فى كليات التربية الرياضية .

— أهداف البحث :

يهدف هذا البحث الى :

- ١ — وضع برنامج مقترح لتنمية سرعة الاستجابة الحركية لدى طالبات الفرقة الثالثة بكلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة .
- ٢ — التعرف على تأثير ومساهمة سرعة الاستجابة الحركية على مستوى الاداء المهارى للضربه الساحقه لطالبات الفرقة الثالثة عينة البحث .
- ٣ — وضع معادلة للتنبؤ بمستوى الاداء المهارى للضربه الساحقة بدلالة العناصر البدنية المختاره .

— فروض البحث :

- ١ — يؤثر البرنامج المقترح تأثيرا ايجابيا على تنمية سرعة الاستجابة الحركية بالاضافة الى بعض العناصر البدنية الاخرى الخاصه بالضربه الساحقه لطالبات الفرقة الثالثة عينة البحث .
- ٢ — توجد فروق داله احصائيا بين القياسات الثلاثة (القبلى ، البينى ، البعدى) للمجموعتين التجريبية والضابطه لطالبات الفرقة الثالثة عينة البحث لصالح المجموعة التجريبية .

- ٣ - توجد علاقته ارتباطيه عكسيه بين سرعة الاستجابة الحركيه ومستوى الاداء المهارى للضربة الساحقه لطالبات الفرقة الثالثة عينة البحث .
- ٤ - تسهم سرعة الاستجابة الحركيه مع بعض العناصر البدنيه الاخرى فى تقدم مستوى الاداء المهارى للضربة الساحقه لطالبات الفرقة الثالثة عينة البحث .
- ٥ - يمكن التنبؤ بمستوى الاداء المهارى للضربة الساحقه بدلاله العناصر البدنيــــــــــــة المختاره .