

## الفصل الخامس

- الاستنتاجات
- التوصيات
- قائمة المراجع العربية والاجنبية

## الاستنتاجات :

من خلال التحليل الاحصائي استنتج الباحث ما يلي :

- ان الدفاع المنخفض يؤثر على نتائج المباريات حيث ان نسبة الدفاع الناجح الذى يحرر نقطة عند الفريق الذى حصل على البطولة كانت اعلى من الفرق الاخرى الحاصلة على المراكز التالية .
- أن نسبة الدفاع المنخفض الفاشل الذى يفقد نقطة عند الفريق الفائز بالبطولة كانت منخفضة بالنسبة للفرق التالية فى الترتيب العام .
- توجد علاقة طردية دالة احصائيا بين عدد النقاط والدفاع المنخفض الناجح الذى يحرر نقطة وكذلك الدفاع الناجح الذى يحرر ارسال .
- توجد علاقة عكسية بين عدد النقاط وكل من قلة الدفاع الناجح الذى يفقد نقطة ، والدفاع المنخفض الناجح الذى يفقد ارسال ، والدفاع المنخفض السلبي ، والدفاع الفاشل الذى يفقد نقطة ويفقد ارسال .
- توجد علاقة عكسية دالة احصائيا بين عدد النقاط والدفاع المنخفض الذى يحرر نقطة ، والدفاع المنخفض الفاشل الذى يفقد نقطة وارسال .
- هناك فروق دالة احصائيا بين الدفاع الناجح والدفاع الفاشل بين كل من مركزى ( ٢ ، ١ ) ، ومركزى ( ٥ ، ٤ ) لصالح الدفاع الفاشل .
- توجد فروق غير دالة احصائيا فى الدفاع المنخفض الناجح والدفاع المنخفض الفاشل فى كل من مركز ( ٣ ) ، مركز ( ٦ ) .
- توجد فروق دالة احصائيا بين مراكز اللعب المختلفة فى الدفاع المنخفض الفاشل بين كل من مركزى ( ٣ ، ١ ) ، مركزى ( ٦ ، ١ ) ، مركزى ( ٣ ، ٢ ) ، مركزى ( ٤ ، ٣ ) ، ومركزى ( ٥ ، ٣ ) ، ومركزى ( ٦ ، ٤ ) ، ومركزى

٠ (٦ ، ٥) لصالح مراكز (١ ، ٢ ، ٤ ، ٥) .

- هناك فروق دالة احصائية في الدفاع المنخفض الناجح بين كل من مركزي (٦ ، ٣) لصالح مركز (٦) ، مركزي (٦ ، ٤) لصالح مركز (٦) .

- هناك فروق غير دالة احصائية في الدفاع المنخفض الناجح بين كل من مركزي (١ ، ٢) ، ومركزي (١ ، ٣) ، ومركزي (١ ، ٤) ، ومركزي (١ ، ٥) ، ومركزي (٢ ، ٣) ، ومركزي (٢ ، ٤) ، ومركزي (٢ ، ٥) ، ومركزي (٣ ، ٤) ، ومركزي (٣ ، ٥) ، ومركزي (٤ ، ٥) .

- هناك فروق دالة احصائية بين كل مراكز اللعب في التعرض للهجوم بين كل من مركز (١ ، ٣) ومركزي (٢ ، ٣) ومركزي (٤ ، ٣) ومركزي (٥ ، ٣) .

- توجد فروق غير دالة احصائية بين كل من مراكز اللعب للهجوم بين مركزي (١ ، ٢) ومركزي (١ ، ٤) ومركزي (١ ، ٥) ومركزي (٢ ، ٤) ومركزي (٢ ، ٥) .

- هناك فروق دالة احصائية بين المنطقة الامامية والمنطقة الخلفية في التعرض للهجوم لصالح المنطقة الخلفية .

- هناك فروق دالة احصائية بين المنطقة الامامية والمنطقة الخلفية في الدفاع المنخفض الناجح لصالح المنطقة الخلفية .

### التوصيات :

اعتمادا على ما توصل اليه الباحث ، وفي ضوء النتائج ، يوصى

الباحث بما يلي :

- (١) الاهتمام بالتدريب على الدفاع المنخفض عن الملعب بصفة خاصة وذلك بزيادة عدد ساعاتها أثناء الوحدة التدريبية لما لها اثر فعال على نتائج المباريات .
- (٢) الاهتمام بتدريب اللاعبين على الدفاع المنخفض في المنطقة الامامية وذلك بالتركيز على تنمية سرعة رد الفعل ، والسرعة الانتقالية .
- (٣) الاهتمام بتدريب اللاعبين عند الدفاع عن الملعب وذلك بوضع افضل اللاعبين في مركز (١) وأقلهم في مركز (٦) .
- (٤) اعطاء العناية الكافية بوقفات الاستعداد للدفاع المنخفض والتحرك منها مع مراعاة مبادئ علم الحركة لبذل اقل مجهود للدفاع عن الكرات .
- (٥) العناية بتدريب الفرق المصرية على احدث الطرق العلمية للارتفاع بمستوى اللاعبين في النواحي الفنية التي تنعكس على النواحي الخططية للعبة حتى تصل الى المستويات العالمية في اللعبة .
- (٦) العناية باعداد وفضل مدربي الكرة الطائرة وامدادهم بأحدث المعلومات والاساليب الحديثة لتعلم وتدريب مهارة الدفاع المنخفض من حيث الاداء واستخدامها الخططي .
- (٧) يوصى الباحث ان يقوم باحثون اخرون باجراء دراسات مشابهة على فرق الناشئين والسيدات ، وذلك لمقارنة اثر الدفاع المنخفض على نتائج المباريات بين كل مستوى على حدة .
- (٨) اسهام وسائل الاعلام المختلفة في العمل على نشر اللعبة والتعريف عليها من حيث الوسائل التعليمية .

## قائمة المراجع :

## اولا : المراجع العربية :

- ( ١ ) ايهاب ابراهيم : الكرة الطائرة في المدرسة الاسيوية .
- ( ٢ ) ايلين وديع فرج : فن الكرة الطائرة . الطبعة الثانية . القاهرة ، الهيئة العامة للكتاب ، عام ١٩٧٨ م .
- ( ٣ ) أمين عبّادى : الحديث في الكرة الطائرة . الطبعة الاولى ، دار عنان . القاهرة ، عام ١٩٦٧ م .
- ( ٤ ) حسين العمرى : أثر الاستقبال على نتائج المباريات في الكرة الطائرة ، رسالة ماجستير . غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة ، جامعة حلوان ، عام ١٩٧٧ م .
- ( ٥ ) حمدى عبد المنعم أحمد : أثر الارسال على احراز النقاط في مباريات الكرة الطائرة ، رسالة ماجستير . غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة ، جامعة حلوان ، عام ١٩٧٤ م .
- ( ٦ ) سمير لطفى السيد : العلاقة بين طول اللاعب ونجاحه في اداء مهارة الدفاع المنخفض ، رسالة ماجستير ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة ، جامعة حلوان ، عام ١٩٨٣ م .
- ( ٧ ) ليلى بدر : الاسس العلمية للكرة الطائرة ، الطبعة الاولى ، القاهرة ، ١٩٧٠ م .
- ( ٨ ) محمد أحمد عبد الرحيم فارس ، أهمية استخدام مهارة الصد في مباريات الكرة الطائرة ، رسالة ماجستير ، غير منشورة ، المعهد العالى للتربية الرياضية بالقاهرة ، وزارة التربية والتعليم ، ١٩٧٢ م .

- ( ٩ ) محمد حسن علاوى : علم التدريب الرياضي ، السادسة ، دارالمعارف  
القاهرة ، ١٩٨٤ م .
- ( ١٠ ) محمد عبد الحميد محمد : أهمية استخدام مهارة الضربة الساحقة في  
مباريات الكرة الطائرة ، رسالة ماجستير ، المعهد  
العالى للتربية الرياضية ، ١٩٧٢ م .
- ( ١١ ) زينب فهمى واخرون : الكرة الطائرة ، دارالمعارف ، القاهرة ،  
١٩٧١ م .

- 12) Coaches Mannal, Seventh printing, April, 1981.
- 13) Coaches Mannal, Canadian Volleyball, Assouation  
1983.
- 14) Dewey Schurman, Volleyball New York, Athenezm,  
1974.
- 15) M. Fiedler, Volleyball, Berlin, P.63. 1971.
- 16) G. Durrwachter, Volleyball; Stultgart, P 131-138,  
1974.
- 17) Power Volleyball, Wbrary of congress, catalag,  
card No. 19-109498. the Athletic  
institute chicago, 1975.
- 18) Swper Volleyball, 10 Coaches chinic Manual -  
copyright, canada 1982.
- 19) V. Hofmann, Volleyball, stuttgart B. 75,1974.
- 20) Wilburjeck, Volleyball, London P. 55, 1970.
- 21) Wining Volleyball, First printing, December,1977
- 22) P. Wanfale, Volleyball, London, 1964.