

## تأثير برنامج تعليمي لإتقان بعض المهارات الدفاعية للاعبين الكرة الطائرة - جلوس بمحافظة أسبوط

أ.د/أيمن عبده محمد محمد\*  
 أ.د./إيمان سيد أحمد محمد\*\*  
 أ.د./شيماء على محمد لولي\*\*\*  
 الباحثة / أسماء محمد محمد شحاتة\*\*\*\*

لقد استحق الإنسان تكريم وتفضيل من الله سبحانه وتعالى له علي سائر مخلوقاته لما وهبه الله من نعمة العقل وفضيلة العلم، فالإنسان هو اللبنة الأساسية في بناء اي مجتمع وهو أحد عناصر الإنتاج في أي منظمة أو منشأة، وقد يصاب الإنسان بأحد الإعاقات التي قد توقعه عن قيامه بأدواره الاجتماعية في الأسرة والمدرسة والعمل ككل، ومن ضمن الإعاقات التي قد تصيب الإنسان الأعاقة الحركية التي زادت معدلاتها في الوقت الحاضر.

تعد الإعاقة الحركية إحدى فئات الإعاقة المنتشرة بشكل كبير في أغلب المجتمعات ومن ملامح المجتمع المتقدم هو مساعدة المعاقين من خلال تأهيلهم ودمجهم مع المجتمع ومن أفضل العوامل التي تساعد علي الدمج هي ممارسة الألعاب الرياضية ومن تلك هذه الألعاب لعبة الكرة الطائرة من وضع - الجلوس إذ تعد من الألعاب الجماعية الممتعة والتي تحتل مكانة جيدة بين الألعاب الأخرى وخصوصاً في السنوات الأخيرة.

فتتميز رياضة الكرة الطائرة بعدم وجود الإحتكاك الجسماني بين لاعبي الفريقين المتنافسين بعكس ما هو موجود في أغلب الألعاب الجماعية الأخرى، وتتميز بالمواقف والحالات الكثيرة والمتغيرة، إذ يتم الانتقال من الهجوم الي الدفاع والعكس بسرعة مما يتطلب اعداداً بدنياً ومهارياً يمكن اللاعبين من السيطرة في الملعب والتصرف بالشكل الأمثل، كما تساعد في رفع مستوى اللياقة البدنية العامة للأفراد فهي تنمي بصورة غير مباشرة عناصر اللياقة البدنية العامة مثل القوة، القدرة، السرعة، المرونة، الرشاقة، التحمل. (٧: ١٤٩)

وكذلك ربط التدريب بمواقف لعب أشبه بالحقيقة للاستعداد للمنافسات، وهذا بالإضافة إلي أن هناك الكثير من الدراسات المختلفة أكدت علي فاعلية مواقف اللعب التنافسية في الكثير من الرياضات المختلفة مثل دراسة " ليلي عبدالله حامد " (٢٠١٩م) (٣٦) ودراسة "خالد أبو

\* استاذ بقسم المناهج وتدريب التربية الرياضية تخصص (الكرة الطائرة)، كلية التربية الرياضية، جامعة أسبوط

\*\* استاذ الكرة الطائرة بقسم المناهج وتدريب التربية الرياضية، كلية التربية الرياضية، جامعة أسبوط

\*\*\* استاذ علم الاجتماع بقسم العلوم التربوية والنفسية الرياضية بكلية التربية الرياضية، جامعة أسبوط

\*\*\*\* باحثة بقسم المناهج وتدريب التربية الرياضية، كلية التربية الرياضية، جامعة أسبوط

السعود" (٢٠١٣م) (١١)، ودراسة "بدير السيد بدير السيد" (٢٠٠٦م) (٨) ودراسة "ايمن عبده محمد" (١٩٩٨م) (٧).

كل ما سبق دعا الباحثة إلي القيام بهذه الدراسة لمحاولة اتقان مستوى الأداء للمهارات الدفاعية للاعبات الكرة الطائرة جلوس للاستعداد للمنافسات وربط المهارات بمواقف اللعب الحقيقية في المباراة وذلك من خلال تصميم برنامج تعليمي بأستخدام مواقف اللعب التنافسية ومعرفة أثره علي إتقان المهارات الدفاعية لدي لاعبات الكرة الطائرة جلوس.

**أهمية البحث والحاجة اليه:**

- ١- مساعدة المتعلم في كيفية إتقان مهارات الكرة الطائرة- جلوس لدي اللاعبين .
- ٢- قد يسهم البحث في الارتفاع بمستوي بعض مهارات الدفاعية لدي لاعبي الكرة الطائرة - جلوس.

#### **هدف البحث:**

يهدف البحث إلي التعرف علي تأثير برنامج تعليمي لإتقان بعض المهارات الدفاعية للاعبي الكرة الطائرة - جلوس بمحافظة أسيوط.

#### **فرض البحث:**

- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي في مستوى اداء بعض المهارات الدفاعية للاعبي الكره الطائره جلوس بمحافظه اسيوط لصالح القياس البعدي.

#### **بعض المصطلحات المستخدمة بالبحث:**

##### **١- الكرة الطائرة - جلوس :**

"هي رياضة خاصة بالإعاقات الحركية فقط، المشلولين في الأطراف السفلية والمبتورين، حيث تزاوّل في ملعب خاص بكرة طائرة أو في أي ساحة بأبعاد أقل من من ملعب الأسوياء، كذلك إرتفاع الشبكة وهذا الأرتفاع يختلف في مسابقات الرجال عن السيدات أما قانون هذه الرياضة فهو كالأسوياء تماما مع بعض التعديلات البسيطة، وتمارس من وضع الجلوس علي الأرض. (٣: ٢٧)

##### **٦- الدفاع عن الملعب:**

هو استلام الكرة المضروبة ضرباً ساحتاً من المنافس أو المرتدة من حائط الصد وتمريها من أسفل لأعلي بهدف توجيهها لزميل في الملعب. (٤٦: ١٣٧)

## الدراسات السابقة:

١- دراسة "إبراهيم محمد قري إبراهيم عثمان" (٢٠١٨م) (١)، بعنوان تأثير البرنامج لتحسين بعض القدرات البدنية الخاصة بمهارة الضرب الساحق للكرة الطائرة جلوس، إستهدفت الدراسة التعرف علي تأثير البرنامج لتحسين بعض القدرات البدنية الخاصة بمهارة الضرب الساحق للكرة الطائرة جلوس والتعرف علي تأثير البرنامج لتحسين بعض القدرات مهارية الخاصة بمهارة الضرب الساحق للكرة الطائرة جلوس، وقد إستخدم الباحث المنهج التجريبي، وقد شملت العينة على (٢٠) لاعبة من لاعبات الكرة الطائرة جلوس بمحافظة أسيوط، ومن أهم النتائج أن البرنامج التدريبي المقترح باستخدام التدريبات النوعية له أثر إيجابي علي القدرات وهم (القوة الانفجارية للذراع الضاربة . قوة القبضة . تحمل القوة . القوة المميزة بالسرعة للبطن . السرعة الإنتقالية . سرعة رد الفعل . رشاقة الذراعين- مرونة العمود الفقري . مرونة الكتفين - دقة التصويب- توفيق العين والذراع )، وأن البرنامج التدريبي المقترح له أثر إيجابي علي فاعلية أداء مهارة الضرب الساحق للاعبات الكرة الطائرة جلوس.

٢- دراسة "رشا عطية محمد عطية" (٢٠١٤م) (١٧)، بعنوان تصميم برنامج تدريبي مقترح ضوء متطلبات الاداء ودراسة تأثيره علي بعض المتغيرات البدنية والمهارية للاعبى الكرة الطائرة جلوس، استهدف الدراسة تصميم برنامج تدريبي مقترح ضوء متطلبات الاداء ودراسة تأثيره علي بعض المتغيرات البدنية والمهارية للاعبى الكرة الطائرة جلوس، إستخدمت الباحثة المنهج التجريبي، وقد شملت العينة على (٢٠) لاعبة، ومن أهم النتائج ان البرنامج اثر تأثيرا ايجابيا علي بعض المتغيرات البدنية والمهارية للاعبى الكرة الطائرة جلوس في ضوء متطلبات الاداء

## خطة واجراءات البحث

### منهج البحث:

للتعرف علي تأثير برنامج تعليمي باستخدام مواقف اللعب التنافسية، استخدمت الباحثة المنهج التجريبي لمناسبته لطبيعة البحث باستخدام مجموعة تجريبية واحدة مع استخدام القياسين القبلي والبعدي.

مجتمع وعينة البحث:

مجتمع البحث:

اشتمل مجتمع البحث علي لاعبات الكرة الطائرة - جلوس المسجلين بمحافظة أسيوط وعددهم (٥٠) لاعبة.

عينة البحث:

اختارت الباحثة عينة البحث بالطريقة العمدية في اختيار عينة الدراسة من لاعبات الكرة الطائرة - جلوس والبالغ عددهم (١٢) لاعبة بنسبة (٦%) من اجمالي مجتمع البحث. كما استعانت الباحثة بعدد (١٠) من الخبراء المتخصصين في مجال تدريب الكرة الطائرة - جلوس والإختبارات والمقاييس، وذلك لتقنين الإستبيان اللازم لإجراءات البحث. واستعانت أيضاً بعدد (١٠) من الخبراء المتخصصين في مجال الكرة الطائرة - جلوس لتحديد عدد الوحدات التعليمية والدروس داخل البرنامج التعليمي لكل مهارة من المهارات قيد البحث.

### جدول (٣)

المتوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري ومعامل الالتواء لمعدلات النمو والذكاء والقدرات البدنية والمتغيرات المهارية قيد البحث لمجموعتي البحث الضابطة والتجريبية

(ن = ١٢)

المجموعة الضابطة (ن = ١٠)				وحدة القياس	المتغيرات	
معامل الالتواء	الانحراف المعياري	الوسيط	المتوسط			
٥٣٨.-	١٠.٢٤٦٥٨	١٥٦.٠٠٠٠	٣٩.٣٣٣٣	سنة	السن	معدلات النمو
٥٣٧.	١٣.٦٧٤٥٢	٦٠.٠٠٠٠	١٥٦.٤١٦٧	سم	الطول	
١١٩.	٦.٣٧٢٢٩	٣٩.٥٠٠٠	٦٣.٠٨٣٣	كجم	الوزن	
٢١٣.-	٩.١٥٩٧٨	٤٧.٥٠٠٠	٤٧.٠٨٣٣	عدد	إستقبال الإرسال	المتغيرات المهارية
١٨٥.-	٤.٥٠١٦٨	٢٠.٠٠٠٠	٢٠.٤١٦٧	درجة	صد الضرب الساحق من	
١٨٥.-	٩٠٠٣٤.	٧.٠٠٠٠	٧.٠٨٣٣	درجة	الدفاع عن الملعب	

يتضح من الجدول (٣) ما يلي:

أن قيم معاملات الالتواء لمعدلات النمو و المتغيرات المهارية قيد البحث لمجموعة البحث تنحصر ما بين (٣±) مما يشير إلى اعتدالية توزيع عينة البحث في تلك المتغيرات.

## أدوات جمع البيانات:

- الإختبارات البدنية.

- الأختبارات المهارية.

١- الأختبارات البدنية:

## جدول (٤)

النسبة المئوية لأراء الخبراء المتخصصين حول تحديد وترتيب الإختبارات البدنية للاعبي الكرة

الطائرة جلوس (ن = ١٠)

م	المتغير البدني	العناصر البدنية	الإختبارات البدنية	النسبة المئوية
١	القوة المميزة بالسرعة	القدرة للذراعين	رمي كرة طبية ٣كجم باليدين من الجلوس.	٧٠%
			رمي كرة طبية ٢كجم لأبعد مسافة باليد المتميزة من الجلوس	٣٠%
٢	المرونة	المرونة الخلفية	ثني الجذع خلفا من الانبطاح مع تشبيك اليدين خلف الظهر	٨٠%
			رفع الجذع خلفا من الانبطاح	٣٠%
		مرونة الكتفين	رفع المنكبين خلفا من الانبطاح	٥٠%
			ثني ومد الذراعين من وضع الانبطاح الامامي خلال (١٥) ث	٥٠%
٣	السرعة		ثني ومد الذراعين من وضع الأستناد الأمامي خلال (١٥) ث	٣٠%
			سرعة دوران الذراع حول السلة	٥٠%
			سرعة قبض وبسط المنكب والمرفق (نقل المكعبات)	٢٠%
٤	الرشاقة		السرعة ٩ امتار	٨٠%
			الزحف متعدد الاتجاهات	٤٠%
			لمس المستطيلات الاربعة	
			الزحف الزجراحي بين الحواجز بالزمن	٤٠%
٥	الدقة		اختبار سرعة حركة الذراعين من الجلوس مع تغير الانجاه (٥-٢-٤-٢-٥)	٦٠%
			سرعة التحرك الجانبي من الجلوس	٣٠%
			التصويب علي الدوائر المتداخلة	٦٠%
٦	التحمل		التصويب علي المستطيلات المتداخلة	٢٠%
			ضرب الكرة علي هدف معين صغير	٧٠%
			الزحف حول الملعب ١٠ دقائق	٧٠%
٧	القوة الانفجارية للذراعين	القوة	الزحف بطول الملعب والعودة بالظهر	٥٠%
			رمي كرة طبية وزن ٢كجم من الوقوف	٢٠%
			رمي كرة طبية ٣كجم بكلتا اليدين من خلف الرأس من وضع الجلوس علي كرسي	٧٠%
			رمي كرة طبية ٣كجم من الوقوف	

يتضح من جدول رقم (٥) النسبة المئوية لأراء السادة الخبراء المتخصصين حول الأختبارات البدنية للاعبات الكرة الطائرة -جلوس، وانشصرت أراء المتخصصين مابين (١٠) كأصغر درجة، (٩٠) أكبر درجة، وبناء علي رأي المتخصصين فقد إرتضت الباحثة بنسبة (٦٠%) ومافوق لقبول الإختبارات البدنية للاعبات الكرة الطائرة جلوس.

### جدول (٥)

النسبة المئوية لأراء الخبراء المتخصصين لعدد الدروس والوحدات في البرنامج التعليمي الكرة الطائرة جلوس (ن = ١٠)

م	الموضوع	التكرار	النسبة %
١	زمن الوحدة	٩	%٩٠
٢	التوقيت الزمني لأجزاء الوحدة	١٠	%١٠٠
٣	زمن البرنامج	١٠	%١٠٠
٤	عدد الوحدات	١٠	%١٠٠
٥	عدد الدروس	١٠	%١٠٠
٦	البرنامج التعليمي	١٠	%١٠٠
	- الجزء التمهيدي.		
	- الجزء الرئيسي.		
	- الجزء الختامي.		

### ٢- الإختبارات المهارية:

### جدول (٦)

يوضح النسبة المئوية لأراء الخبراء المتخصصين في الإختبارات المهارية للاعبين الكرة الطائرة \_ جلوس (ن = ١٠)

م	المتغير المهاري	الإختبارات المهارية	النسبة بالمئوية
١	قياس مهارة الإستقبال من أسفل	اختبار إستقبال الإرسال	٦٠
٢	قياس مهارة الإستقبال من أسفل	اختبار إستقبال من الكرات المرمية	٤٠
٣	قياس مهارة حائط الصد	اختبار حائط الصد EI	١٠
٤	قياس مهارة حائط الصد	صد الضرب الساحق من الجلوس	٩٠

يتضح من جدول رقم (٦) النسبة المئوية لأراء السادة الخبراء المتخصصين حول الأختبارات المهارية للاعبات الكرة الطائرة \_جلوس، وانشصرت أراء المتخصصين مابين (١٠)

كأصغر درجة، (٩٠) أكبر درجة، وبناء علي رأي المتخصصين فقد إرتضت الباحثة بنسبة (٦٠%) ومافوق لقبول الإختبارات المهارية للاعبات الكرة الطائرة جلوس. المعاملات العلمية للاختبارات:

أ-الصدق:

لحساب صدق الاختبارات المهارية استخدمت الباحثه صدق التمايز وذلك بتطبيق الاختبارات على مجموعتين من مجتمع البحث ومن خارج عينة البحث الأصلية احدهما من الممارسين لنشاط الكرة الطائرة والأخرى من غير الممارسين قوام كل منها (١٠) عشرة لاعبين كما هو موضح بجدول (٧).

### جدول (٧)

دلالة الفروق بين متوسطى المجموعتين الممارسين وغير الممارسين  
فى الاختبارات المهارية قيد البحث ( ن = ٢٠ )

الاختبار	وحدة القياس	المستوى المرتفع		المستوى المنخفض		قيمة ت المحسوبة
		ع	م	ع	م	
إستقبال الإرسال	درجة	٠.٨٨	٤٠.٠٠	٠.٦٧	١٣.٢٩	
صد الضرب الساحق من	درجة	٠.٥٣	٩.٦٠	٠.٥٢	٢٧.٨٨	

قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (١٨) ومستوى دلالة (٠.٠٥) = ٢.١٠١

يتضح من الجدول السابق (٨) ما يلى:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين مجموعتين الممارسين وغير الممارسين فى الاختبارات المهارية لصالح الممارسين حيث أن قيمة ت المحسوبة اكبر من قيمة ت الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ مما يدل على صدق الاختبارات المهارية قيد البحث.

ب - الثبات:

لحساب الثبات تم تطبيق الاختبارات وإعادة تطبيقها على عينة قوامها (١٠) عشرة تلاميذ وهى عينة مماثلة لعينة البحث ومن خارج العينة الأصلية وبفارق زمنى (٣) ثلاثة أيام وتم إيجاد معاملات الارتباط بين التطبيق الأول والتطبيق الثانى كما هو موضح فى جدول (٨)

## جدول (٨)

معامل الارتباط بين التطبيق الأول والثاني في الاختبارات المهارية قيد البحث (ن = ١٠)

قيمة ر المحسوبة	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		وحدة القياس	الاختبار
	ع	م	ع	م		
٠.٨٩	٠.٩٥	٤٤.٧٠	١.٠٧	٤٤.٤٠	درجة	إستقبال الإرسال
٠.٨٧	٠.٧٤	١٦.١٠	٠.٩٧	١٦.٤٠	درجة	صد الضرب الساحق من

قيمة (ر) الجدولية عند درجة حرية (٨) ومستوى دلالة (٠.٠٥) = ٠.٦٣٢

يتضح من الجدول السابق (٨) ما يلي:

تراوحت معاملات الارتباط للاختبارات المهارية قيد البحث ما بين (٠.٧٩ : ٠.٨٩) وهي معاملات ارتباط داله إحصائيا مما يدل على ثبات تلك الاختبارات.

## البرنامج التعليمي المقترح:

هناك العديد من وجهات النظر المختلفة في وضع البرامج التعليمية في مجال الكرة الطائرة \_ جلوس، الأمر الذي يستلزم تحديد أفضل الخطوات للبرنامج التعليمي قيد البحث والتي أمكن استخلاصها من بعض البرامج التعليمية المتخصصة والدراسات السابقة والتي تأتي قبل وضع البرنامج التعليمي المقترح.

## المعالجات الإحصائية:

- ١- المتوسط الحسابي.
- ٢- الانحراف المعياري.
- ٣- النسبة المئوية.
- ٤- معامل الارتباط.
- ٥- اختبار (ت) لدلالة الفروق.
- ٦- النسبة المئوية (%).
- ٧- معامل الإتواء.

عرض النتائج :

## جدول ( )

دلالة الفروق بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة في الإختبارات المهارية قيد البحث (ن=١٢)

الإختبارات المهارية	متوسط القياس القبلي	الانحراف المعياري	متوسط القياس البعدي	الانحراف المعياري	قيمة ت المحسوبة
إستقبال الإرسال	٤٧.٠٨٣٣	٩.١٥٩٧٨	٧٠.٠٠٠٠	٦.٠٣٠٢٣	١٣.٦٣٤-
صد الضرب الساحق من الجلوس	٢٠.٤١٦٧	٤.٥٠١٦٨	٣٧.٧٥٠٠	٢.٤٩٠٨٩	٢٤.٠٣٢-

قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية ( ) ومستوي دلالة (٠.٠٥) = ٢.٢٦٢

يتضح من الجدول السابق ( )

. وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي في الإختبارات المهارية قيد البحث لصالح القياس البعدي

حيث أن قيم ت المحسوبة أكبر من قيم ت الجدولية عند مستوي ٠.٠٥.

اختبار مان وينتي للفروق بين المتوسطات

الإختبار الأول

أستقبال الإرسال مستوي الدلالة /٠.٠٠

القياس	عدد اللاعبين	متوسط الرتب	مجموع الرتب	U قيمة	W قيمة	Z قيمة
القبلي	١٢	٦.٥٨	٧٩.٠٠	١.٠٠	79.0	4.138
البعدي	١٢	١٨.٤٢	٢٢١.٠٠			

توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوي ١.٠ بين متوسطي القياسات القبلية والبعدي في مهارة استقبال الإرسال حيث بلغت متوسطات الرتب للقياس البعدي ١٨.٤٢ ومجموع الرتب ٢٢١.٠٠ بينما بلغت متوسطات الرتب للقياس القبلي ٦.٥٨ ومجموع الرتب ٧٩.٠٠ وبلغت فيه ( U ١.٠٠ ) وفيه ( W ٧٩.٠٠ ) وفيه ( Z ٤.١٣٨ ) .

وبلغت قيمه الدلالة (٠.٠٠٠٠) وهي دالة عند مستوي ٠.٠١ وهذا يشير الي وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات القياسات القبلية والبعدي في اختبار استقبال الإرسال لصالح القياس البعدي مما يدل علي فاعلية البرنامج التعليمي .

## الإختبار الثاني

القياس	عدد اللاعبين	متوسط الرتب	مجموع الرتب	U قيمة	W قيمة	Z قيمة	مستوي الدلالة
القبلي	١٢	٦.٥٠	٧٨.٠٠٠	٠.٠٠٠	٧٨.٠٠	٤.٢٤٠	.٠٠٠
البعدي	١٢	١٨.٥٠	٢٢٢.٠٠٠				

توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠.٠١ بين متوسطات القياسات القبليّة والبعديّة في مهارة صد الضرب الساحق من الجلوس حيث بلغت قيمة الرتب للقياس البعدي ١٨.٥٠ ومجموع الرتب ٢٢٢.٠٠٠ بينما بلغت قيمة الرتب للقياس القبلي ٦.٥٠ ومجموع الرتب ٧٨.٠٠٠ وبلغت قيمة (U) (٠.٠٠٠٠) وقيمة (W) (٧٨.٠٠٠) وقيمة (Z) (٤.٢٤٠) وبلغت فيه قيمة مستوى الدلالة ( ) وهي دالة عند مستوى ٠.٠١ وهذا يشير الي وجود فروق دالة احصائيا بين متوسطات القياسات القبليّة والبعديّة في اختبار صد الضرب الساحق ن الجلوس مما يدل علي فاعلية البرنامج التعليمي .

## الإختبار الثالث :

## الدفاع عن الملعب

القياس	اللاعب	متوسط الرتب	مجموع الرتب	U قيمة	W قيمة	Z قيمة	مستوي الدلالة
القبلي	١٢	٦.٥٠	٧٨.٠٠٠	٠.٠٠٠٠	٧٨.٠٠٠	٤.٢٢٥	٠.٠٠٠٠
البعدي	١٢	١٨.٥٠	٢٢٢.٠٠٠				

توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠.٠١ بين متوسطات القياسات القبليّة والبعديّة في مهارة الدفاع عن الملعب حيث بلغت متوسطات الرتب للقياس البعدي (١٨.٥٠) ومجموع الرتب (٢٢٢.٠٠٠) بينما بلغت قيمة الرتب للقياس القبلي (٦.٥٠) ومجموع الرتب (٧٨.٠٠٠) بينما بلغت فيه (U) (٠.٠٠٠٠) وقيمته (W) (٧٨.٠٠٠) وقيمة (Z) (٤.٢٢٥) وكانت فيه الدلالة (٠.٠٠٠٠) وهي دالة عند مستوى ٠.٠١ وهذا يشير الي وجود فروق دالة احصائية بين متوسطات القياسات القبليّة والبعديّة في اختبار الدفاع عن الملعب لصالح القياسات البعديّة مما يدل علي فاعلية البرنامج التعليمي .

## الاستنتاجات:

١- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ١.٠ بين متوسطي القياسات القبليّة والبعديّة في مهارة استقبال الإرسال حيث بلغت متوسطات الرتب للقياس البعدي

١٨.٤٢ ومجموع الرتب ٢٢١.٠٠٠ بينما بلغت متوسطات الرتب للقياس القبلي ٦.٥٨ ومجموع الرتب ٧٩.٠٠٠ وبلغت فيه ( U ١.٠٠٠ ) وفيه ( W ٧٩.٠٠٠ ) وفيه ( Z ٤.١٣٨ ) .

### التوصيات:

- توصي الباحثة بإستخدام البرنامج التعليمي لكل مهارات الكرة الطائرة على المعاقين وذوي الاحتياجات الخاصة والاصحاء

### المراجع:

- ١- إبراهيم محمد قصري إبراهيم عثمان: "تأثير التدريبات النوعية علي تحسين القدرات البدنية الخاصة لمهارة الضرب الساحق للاعبات الكرة الطائرة جلوس"، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة الإسكندرية، ٢٠١٨م.
- ٢- أبو النجا أحمد عز الدين: الأتجاهات الحديثة في طرق تدريس التربية الرياضية، دار حواء، القاهرة، ٢٠٠٠م.
- ٣- أحمد خضري محمد: كيف تكون في الكرة الطائرة، ( معلم - مدرب - حكم)، ٢٠١٠م.
- ٤- أحمد عبده خليفة محمد: بعض المتغيرات الكينماتيكية والصفات البدنية الخاصة ومدي مساهمتها في دقة الأداء البدني، المكتبة المصرية للطباعة والنشر، جامعة الإسكندرية، ٢٠٠٧م.
- ٥- أحمد عبده مهران محمد: الخصائص البيو ميكانيكية للدورة الهوائية الأمامية المفرودة علي جهاز التمرينات الأرضية، مجلة بحوث التربية الرياضية، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق، المجلة ٣٨، العدد ٦٨، ٢٠٠٥م.
- ٦- أسامة مصطفى رياض، ناهد عبد الحليم: القياس والتأهيل الحركي للمعاقين، دار الفكر العربي للنشر والتوزيع، القاهرة، ٢٠٠١م.
- ٧- ايمن عبده محمد محمد: "تأثير برنامج تعليمي بأستخدام تمرينات المنافسة علي مستوى الأداء المهاري في الكرة الطائرة، كلية التربية الرياضية، جامعة اسيوط، ١٩٩٨م.
- ٨- بدير السيد بدير السيد: "تأثير التدريب بأسلوب المنافسة علي مستوى الداء البدني والفني لناشئ كرة القدم"، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة المنصورة، ٢٠٠٦م.
- ٩- حسن حسين زيتون، كمال زيتون: التعلم والتدريس من منظور النظرية البنائية، عالم الكتب، القاهرة، ٢٠٠٣م.