



THE EFFECT OF HEALTHY PSYCHOLOGICAL AND PHYSICAL COMPATIBILITY AND ITS RELATIONSHIP TO THE ACCURACY OF SOME BASIC SKILLS IN VOLLEYBALL

Muhammad Raad Dawood, Open College of Education, Salah al-Din Center, Tikrit, Iraq.

Mohammed.raad1963@gmail.com

Abstract:

Determine the impact on the required physical fitness Health has the skill of sending, receiving and passing from above in the globe. - Identify a distinguished level of the skill of sending and passing from above in volleyball - Know the level of psychological compatibility of the Salah Al-Din team and the researcher knows: - There are significant differences between the healthy psychological compatibility with the accuracy of the skill of sending, receiving the serve and passing from above the pulley. To search for the descriptive description of the correlational relationships for the suitability and nature of the research. For the research community From the research community, it is sufficient for the research request 0 and the scientific experiment was excluded, so their number is (7) players, with a percentage of (25%), and therefore the following is required: - The highest level of request for grades was the measure of health endurance, then handling from above and receiving the serve from below, according to the order - The psychological comfort of the team, Salah al-Din, is consistent with the sending skills in statistical communication more than the defensive skills receiving the serve - The psychological compatibility is preferred for the training team for a football lecture, which is a good decision - To adjust the total layers of the three skills for the football lesson, and agree on the weakness index of the required skill only - To train on special skills, which is any percentage of a special skill in sending during the educational period. We recommend the researcher the following: 1- Conducting the APK research to measure with other games and special skills games 0 2- Focusing on increasing training for the basic skills of volleyball 3- Distributing the training load and educational times for the educational parts of the skills in a close manner.

Keywords: compatibility, psychological, physical, Healthy, accuracy.

تأثير التوافق النفسي البدني الصحي وعلاقته بدقة بعض المهارات الاساسية في كرة الطائرة
م.م محمد رعد داود ، كلية التربية المفتوحة، مركز صلاح الدين، تكريت، العراق.

Mohammed.raad1963@gmail.com

مستخلص البحث

يهدف البحث الى : التعرف على تأثير التوافق النفسي البدني الصحي بدقة مهارة الارسال والاستقبال والمناولة من الاعلى في كرة الطائرة .

- التعرف على مستوى دقة مهارة الارسال والمناولة من الاعلى في كرة الطائرة

- معرفة مستوى التوافق النفسي البدني الصحي لمنتخب تربية صلاح الدين

وافترض الباحث :

- توجد فروق ذات دلالة معنوية بين التوافق النفسي البدني الصحي بدقة مهارة الارسال واستقبال الارسال والمناولة من الاعلى بكرة الطائرة .

واستخدم الباحث المنهج الوصفي للعلاقات الارتباطية لملائمة وطبيعة البحث . وتكون مجتمع البحث من لاعبي منتخب تربية صلاح الدين البالغ عددهم (27) لاعبا

اما عينة البحث فقد كانت من اللاعبين البالغ عددهم (20) لاعبا تم اختيارهم بالطريقة العمدية بنسبة مقدارها (75 %) من مجتمع البحث وهي كافية لتحقيق متطلبات البحث 0

وقد استبعد الباحث عينة التجربة الاستطلاعية البالغ عددهم (7) لاعبين ونسبة مقدارها (25 %)



وقد استنتج الباحث ما يلي :

- ان اعلى مستوى تحصيل للدرجات كان مقياس التوافق النفسي البدني الصحي ثم المناولة من الاعلى والاستقبال الارسال من الاسفل حسب الترتيب
- ان التوافق النفسي البدني الصحي لمنتخب تربية صلاح الدين تتناسب مع المهارات الهجومية الارسال في علاقته الاحصائية اكثر من المهارات الدفاعية استقبال الارسال
- ان التوافق النفسي البدني الصحي لمنتخب التربية لمحاضرة كرة الطائرة هو بمستوى جيد
- ان المعدل مجموع الدرجات للمهارات الثلاثة بالنسبة لدرس الكرة الطائرة هو بمستوى مقبول وهو مؤشر لضعف المهارة الاساسية لديهم
- ان نسبة التمارين الخاصة بالمهارات هي اعلى نسبة من التمارين الخاصة بمهارة الارسال خلال الفترة التعليمية .

اوصى الباحث بما يلي :

- 1- اجراء بحوث مشابهة للمقياس مع العاب اخرى ومهارات لنفس اللعبة 0
 - 2- التركيز على زيادة التدريب للمهارات الاساسية للعبة كرة الطائرة
 - 3- توزيع حمل التدريب والافاق التعليمية للأجزاء التعليمية للمهارات بشكل متقارب .
- الكلمات المفتاحية :- التوافق, النفسي, البدني, الصحي, الدقة .

1- التعريف بالبحث :-

1_1 المقدمة واهمية البحث :-

"ان الانجاز الاكاديمي والتعليمية التي تعد الحديثة افادت في رفع المستوى والانجاز الرياضي العالي الذي تحقق من أجل الرياضيين في الالعاب كافة مثل كرة القدم وغيرها , تختلف بعدة صور بشكل عام غير انها ليست فلسفة وانما أتت من نتائج في تطويرها مثل علوم الرياضية والتدريب الفيسيولوجي ووالاجتماعية واتباع المتخصصين والمدرسين للمناهج الرصينة وتدريب العام والخاص , والدراسات النفسية والاجتماعية الحديثة تبين ان اكثر من الاخفاقات الرياضية وعدم الحصول على نتائج رياضية جيدة ترجع الى عوامل واسباب نفسية كثيرة قد تكون شخصية او صحية او اسرية او اجتماعية او رياضية ."

ولم يعد التوافق النفس مفهومًا أساسيًا لعلم النفس بصورة عامة بل أصبح من مفهومات مفيد صحي وعامل نفسي والبعد الاساسي الذي يرفض نفسه على الصحة النفسية . فالصحة والبعد الاساسي الذي يفرض نفسه على وظائف الداخلية للجسم . وان التوافق للفرد يؤدي بدوره الى تقوية العضلات والمفاصل ونجد علاقة معاكسة بينهما في التأثير والتأثر في نفس الوقت . (1)

كما وان عوامل الاطراف العليا والتوافق النفسي ليس اسمين مترادفين في مفهوم واحد بل يعد التوافق مفهوم واسع واكثره شمول . اذ انه يتمثل في اسجام الشخص وتناغمه مع ذاته ومع القيم الخلقية والروح مع الآخرين . كما ان هدف الصحة النفسية هو تحقيق التوافق النفسي (2) "من خلال ما تقدم تمكن اهمية البحث ان مفهوم التوافق النفسي الصحي والبدني متغير مهم واساس في اداء الفريق , اذ ان دراسته والبحث عملية ضرورية اذ قام الباحث لمعرفة مستوى التوافق النفسي البدني الصحي لدى الفريق التربية , وهل هنالك تأثير بينه وبين دقة الاداء في الارسال والاستقبال للكرة ."

1 - 2 مشكلة البحث :

"ان لفريق كرة الطائرة خصائص نفسية للفريق وبدنية وصحية وهي سلسلة مرتبطة مع بعضها ينبغي فهمها . وان عدم تفهم هذه العوامل التي يمر جميع الفريق والمستجدات الحيوية للفرد وكذلك التغيرات السريعة البدنية والصحية في المجتمع وتعدد الحياة . وهذا بدوره يؤدي الى الاختلاف في نظرة اللاعب لنفسه ونظرة الآخرين ونظرة الآخرين من الفريق له . مما جعل في صراع دائم قد يؤثر عليه في حالة عدم التوافق النفسي البدني الصحي او عدم ارضاه وهذا يؤثر عليه في حالة النهائية على المستوى التطبيقي . ومن هنا جاءت مشكلة البحث في عدم وجود دراسة تتمحور اذ كان مؤثرات للتوافق النفسي الصحي البدني لمنتخب تربية صلاح الدين وعلاقتها بدقة لبعض المهارات الاساسية" .

1 - 3 أهداف البحث :

يهدف البحث الى :

5. مكتبات النصر , ص 1998 (1) عزيز داود ؛ التوافق للصحة النفسية : بغداد المديرية العامة للاعداد والتدريب ,
- دار العربية للعلوم 42 ص 1994 (2) عبد علي ا ؛ علم النفس الاجتماعية والتربوية : , بيروت ,



- 1- التعرف على تأثير التوافق النفسي البدني الصحي وعلاقته بدقة المهارة للاعب المرسل ومستقبلا لارسل والمناولة من الاعلى بكرة الطائرة
- 2- التعرف على مستوى دقة مهارة الارسال والمناولة من الاعلى للمنتخب تربية صلاح الدين
- 3- التعرف على مستوى التوافق النفسي البدني الصحي لمنتخب تربية صلاح الدين .

1 - 4 فروض البحث :

- 1- هنالك فروق دلالة معنوي للتوافق نفسيولوجي وبدني و الصحي وعلاقتها بدقة مهارة الارسال والمستقبل الارسال والمناولة من فوق الرأس في الطائرة الهوائية لمنتخب تربية صلاح الدين .

1 - 5 مجالات البحث :

1 - 5 - 1 المجال البشري : فريق منتخب تربية صلاح الدين للعام الدراسي 2024 - 2025

1 - 5 - 2 مجال زمني : للمدة من 3 / 10 / 2024 ولغاية 8 / 4 / 2025

1 - 5 - 3 مجال مكاني : ساحة اللعب لتدريب الفريق

1 - 6 تحديد المصطلحات :

- 1 - 6 - 1 التوافق النفسي البدني الصحي : - ((وهو تناسق الذي يحققه اللاعب أعلى حد من الاستغلال للإمكانيات الرمزية والاجتماعية التي ينفرد بها الانسان وتؤدي على بقاءه واشباع حاجاته وحاجات غيره , وهذا التوافق يتميز بالضبط الذاتي والتقدير والمسؤولية الشخصية والاجتماعية)). (1)

- 1 - 6 - 2 الدقة في فعالية كرة الطائرة : - ((وهي صفة مهارية تؤدي بالحركة يؤدي باي طرف او نهاية الذراع من اجزاء الجسم واذا ما كان الاداء بدرجة توافق عالية يحقق الدقة في اصابة حدود الملعب او اي موقع محدد وذلك الاستجابة للمتغيرات خارجيا او داخليا)). (2)

- 1 - 6 - 3 مهارة الارسال و استقبال الارسال : - ((الارسال وهو وضع الكرة في الجهة الثانية بعد صافرة الحكم الاول من الخط الخلفي للملعب بواسطة اللاعب الدفاع في مركز رقم (1) اما استقبال الارسال وهو الدفاع ضد الارسال المهاجم ويطلق عليه التمريرة من الاسفل وتحتل مهارة الاستقبال (12 %) تقريبا قياسا لبقية المهارات في كرة الطائرة)). (3)

- 1 - 6 - 4 مهارة الاعداد : ((وهو عنصر اساسي للتكنيك في لعبة كرة الطائرة وانها من المهارات الاساسية والاولى التي يتم تعليمها الى المبتدئين في هذه اللعبة ويجب تكرارها في الملعب لكي يمكن اتقان هذه الفعالية)). (1)

3 - منهج بحث واجراءاته الدراسية :

3 - 1 منهجية البحث :

أعتمد الباحث في بحثه ذوو العلاقات الارتباطية للمنهج الوصفي لملائمة وطبيعة البحث .

3 - 2 مجتمع البحث وعينة :-

شمل البحث على عينة من لاعبي فريق كرة الطائرة لتربية صلاح الدين والبالغ عددهم (27) لاعبا , اما عينة البحث فقد تم اختيارهم بالطريقة العمدية ومجموعهم (20) من اللاعبين , وقد عزل الباحث عينة التجربة الاستطلاعية البالغ عددهم (7) , لاعبين وهم يمثلون نسبة مقدارها (75 %) .

3 - 3 وسائل جمع المعلومات والاجهزة المستخدمة :

3 - 3 - 1 وسائل جمع المعلومات :

استخدم الباحث ما يلي :

1- المصادر والمراجع

2- الاختبار والقياس

3- استمارة تفريغ البيانات

3 - 3 - 2 الاجهزة المستخدمة في البحث :

- حاسوب محمول نوع (دل) عدد 1

- شريط قياس متري

(1) عبدالحميد محمد الشاذلي ؛ التوافق النفسي للمسنين ، المكتبة الجامعية ، الاسكندرية ، 2003

(2) جبار السعدي ؛ دراسة في بعض التغيرات البيوميكانيكية للارسلين المتوج الامامي والساحق في كرة الطائرة ، اطروحة دكتوراه ، ص 34 . 1996 غير منشورة ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع 33، ص 2002 (3) عبدالمجيد مروان ؛ البحث العلمي وموسوعة للكرة الطائرة ، ط 1 ، ، الاردن ، بيروت دار الفكر العربي 2013 (1) نزار الزين ؛ كرة الطائرة ، تدريب تعليم ، ط 4 ، . ص 36 ،



- ملعب كرة الطائرة قانوني
- شريط ملون لتقسيم الملعب
- كرة الطائرة عدد (6)

3 - 4 إجراءات البحث الميدانية :

3 - 4 - 1 ((مقياس توافق نفسي صحيا بدني)) :

بعد اجراء للدراسات السابقة والمرتبطة تم اعتماد ما هو مناسب للعينة قيد الدراسة وهو مقياس التوافق البدني الصحي , ويتكون المقياس من (15) فقرة ويتكون المفتاح المقياس من (اوافق , لا اوافق , اوافق الى حد ما) بحيث يتكون اعلى درجة المقياس من (45) درجة . واقل مقياس (15) درجة كما في جدول (1) .

الجدول (1)

((اتفاق الخبراء ومستوى الدلالة عند مقياس. للنفسى التوافقي, الصحي , البدني))

ت	الاسئلة البحث	اوافق	لا اوافق	اوافق الى حد ما
1	اشعر باضطراب في معدل القلب عند اقل جهد			
2	انا راضى عن شكل المظهر الخارجى للزي الرياضى			
3	كثيرا ما اكون مقعما بالنشاط اثناء التمارين في الدرس			
4	اشعر بضيق في التنفس قبل الامتحان			
5	اعرق كثيرا في بداية الامتحان			
6	استعيد نشاطي بسرعة بعد الاداء السريع			
7	تناسق اعضاء جسمي يميزني عن باقي الطلاب			
8	اتعب بسرعة عند القيام باي جهد			
9	اشعر بانى سالم من اي عائق نفسي او عقلي يمنعي من التمارين في الدرس			
10	انا واثق من قدراتي الجسمية في اداء تمارين المحاضرات والامتحان			
11	اشعر بتوتر عصبي اثناء الامتحانات الصعبة			
12	ضغوط التمارين في الدروس او الامتحان لا تؤثر في قدراتي النفسية			
13	تضعف قابليتي البدنية من وقت الى اخر			
14	تنتابني حالات من المرض قبل يوم الامتحان			
15	تحسن حالتي النفسية قبل الامتحان			

3 - 4 - 2 الاختبارات المهارية :

3 - 4 - 2 - 1 اختبار مهارة دقة الارسال في كرة الطائرة (1)

الهدف من الاختبار : قياس دقة الارسال من الاعلى بالكرة الطائرة .

, كرات عدد (6) 9 x 9 الادوات المستخدمة : ملعب كرة الطائرة قانوني

مفهوم الاختبار : ((يقف اللاعب المؤدي في منتصف الخط النهائي للملعب النصف الموجه لنصف للشبكة وفي هذا المكان يكون اللاعب

المؤدي ممسكا بالكرة ليقوم لأداء لارسال من الاعلى لتعبير الشبكة الى النصف المخطط الاخر من الملعب)).

في حالة لمس الكرة الشبكة وعبورها وفي حالة سقوطها خارج الحدود الملعب تعد محاولة للاعب المختبر من ضمن ((شروط الاداء

((المحاولات الخمسة))

(1) ميثم لطيف ابراهيم ؛ تأثير الاسلوبين الاتقاني والتعاوني في تعلم مهارة الارسال الساحق بكرة الطائرة , رسالة ماجستير غير منشورة , كلية التربية البدنية , جامعة بغداد , 2004 .

د 2 " "	د 4	
د 3		1
		"د 4"

١) أسفل بكرة الطائرة ((
رسال بالذراعين الاسفل .
وقوف المختبر المستقبل .
فر وعلى الاعمب المستقبل
منطقة المحددة مسبقا))
3 محاولات لكل مربع ((
التسجيل :

الاداء : ((يقف اللاعب ف

3x3

) 4

(الشكل (2) اختبار دقة مهارة الارسال بالاعين من الاسفل)

اختبار 3-2-4-3 المناولة من الاعلى فى كرة الطائرة

الأداء : "قياس مهارة المناولة من فو

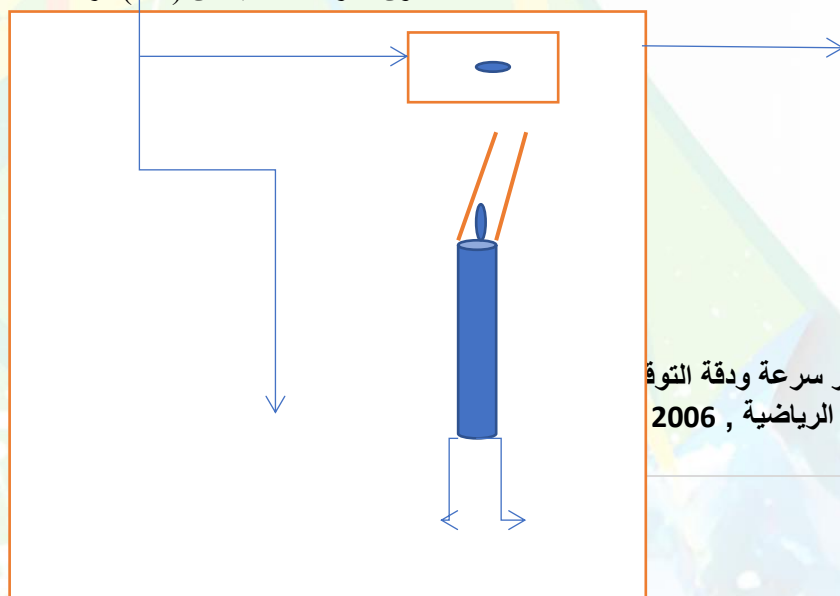
الأدوات المستخدمة: حائط، كرة الطائرة قانونية، شريط قياس يوضع بشكل عمودي على ارتفاع (3 م) مربع يحدد شريطاً عرضياً على ارتفاع 50 سم (وحسب الشكل 3)

مواصفات الأداء : يقف المختبر في مربع المخصص له ويقوم باداء المهارة على ان الشروط : يعطى للمختبر

(1) نقطة لكل

(صفر) للمحاولة التي تكون الكرة فيها خارج المربع

تكون الدرجة النهائية من (10) درجات



(1) حسين سبهان ؛ ((تأثيرات مقترح تدريبي لتطوير سرعة ودقة التوف
لاعبى كرة الطائرة .: جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، 2006



تم اجراء التجربة الاستطلاعية على عينة البحث من فريق تربية صلاح الدين وبلغ عددهم (7) لاعبين في يوم الخميس الموافق 5 / 12 / 2024 لمعرفة مدى صلاحية الاختبارات والوقت المستغرق لاجراء الاختبارات وكذلك لتدريب فريق العمل المساعد(*) على الاجراءات والواجبات .

3-6 التجربة الرئيسية :

بعد تطبيق التجربة الاستطلاعية وتصحيح بعض الاخطاء والاطلاع على الوقت المستغرق في التطبيق , قام الباحث بتطبيق التجربة الرئيسية على عينة البحث وذلك في يومي السبت والاربعاء الموافق 7-8 / 12 / 2024 , اذ تم في اليوم الاول توزيع استمارات الاستبيان على العينة وتم جمعها , اما في اليوم الثاني تم تطبيق الاختبارات المهارية قيد البحث وتم توزيع بياناتها في استمارة مصممة لذلك الغرض من اجل معالجتها احصائيا لاحقا .

3-7 الوسائل الاحصائية :

(لاستخراج النتائج البحثية وكالاتي : spss استخدم باحث الحقيبة الاحصائية)

- نسبتها المؤية

- الأوساط الحسابي

- الانحراف المعياري

- معامل الارتباط البسيط (بيرسون) 0

4-1 " عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها " :-

4-1 ((عرض ال توافق نتائج النفسي البدني الصحي الرياضي وبعض من المهارات الاساسية (الأرسال , وأ استقبال الأرسال من الاسفل , المناولة من الاعلى)) :-

الجدول (2)

يبين قيم نتيجة الوسط والانحراف ومعامل الارتباط للتوافق النفسي البدني الصحي الرياضي والمهارات قيد الدراسة

المتغيرات	الدرجة العظمى	س	+ - ع	الارتباط البسيط	Sig
توافق بدنيا وصحي ونفسيا	45 درجة	31,54	2,41	0,288 *	0,03
الأرسال	25 درجة	12,49	4,72	0,090 -	0,04
الأستقبال	54 درجة	30,43	10,93	0,045 -	0,04
الأرسال	10 درجات	6,80	1,67	0,032 -	0,01

• معنوي عند (sig) $0,05 >$

من الجدول (2) يبين :

ان اعلى مستوى لدرجات العينة اذ ما حسبت النسبة المؤية هو لمتغير التوافق النفسي البدني الصحي اذ بلغ الوسط حسابي (31,54) أما المعياري (2,41) , وكان معدل الاستقبال للأرسال اذ بلغ المتوسط الحسابي هو (30,43) وانحراف معياري بلغ مقداره (10,93) , اما مهارة الأرسال فقد كانت بالترتيب الثالث وبلغ متوسط الحسابي هو (12,49) ومعيارى مقداره (4,72) .
وتبين ان هنالك علاقة ارتباط معنوي بين التوافق النفسي البدني الصحي لعينة البحث في مستوى مهارة الأرسال من الاعلى وكان ذلك بسبب مسافة الأرسال والقوة المطلقة لعبور الكرة لها تأثير بعوامل نفسية عديدة على اللاعب بنجاح اكثر من المهارات الفردية للمناولة من الاعلى واستقبال الأرسال "

5- " الاستنتاجات والتوصيات " :-

1-5 " الاستنتاجات " :-

توصل الباحث بمناقشة النتائج ووصل في نهاية على التالية :



- أن أعلى مستوى ل للدرجات كان المقياس البدني الصحي وللتوافق ثم المناولة عليا وأستقبال الأرسال من الأسفل والارسال حسب الترتيب
- ان التوافق النفسي البدني الصحي لعينة البحث تتناسب مع المهارات الهجومية الارسال في علاقته الاحصائية اكثر من عمليات الدفاع .
- ان التوافق النفسي البدني الصحي للمنتخب تربية صلاح الدين بمستوى جيد .
- ان معدل الدرجات للمهارات الثلاثة بالنسبة للمحاضرات لكرة الطائرة هو بمستوى متوسط وهو مؤشر منحدر بعض الشيء .
- ان نسبة التمارين والتكرارات الخاصة بمهارتي المناولة من فوق هي أعلى نسبة من التمارين والتكرارات الخاصة بمهارة الارسال خلال فترة التعليمية

5 - 2 التوصيات :

- أوصى الباحث بما يلي :
- "اجراء بحوث لنفس المقياس مع العاب اخرى ومهارات اخرى لنفس اللعبة لا استكشاف مناطق خلل التوافق البدني الصحي ومناطق قوته لدى اللاعبين "
- اعطاء التكرارات وتدريب المهارات الاساسية للعبة كرة الطائرة بشكل أسبوعي
- توزيع التكرارات والافاق التعليمية للحصص الدراسية للمهارات بشكل متقارب لكي يكون تطورها بشكل متساوي .

المصادر والمراجع العربية والاجنبية :-

- حسين سبهان ؛ تأثير منهج مقترح تدريبي لتطوير التوقع واستجابة الفرد سرعة ودقة الحركية في دقة بعض المهارات الاساسية لدى لاعبي كرة الطائرة : اطروحة دكتوراه غير منشورة , , كلية التربية الرياضية , 2006, جامعة بغداد
- حنا داود ؛ الصحة النفسية والتوافق : , مكتبة المنتصر , 1998 , بغداد المديرية العامة للأعداد والتدريب
- جبار السعدي ؛ دراسة مقارنة في بعض التغيرات البيو ميكانيكية للإرسالين المتوج الامامي والساحق في كرة الطائرة , , جامعة بغداد , كلية التربية الرياضية , 1998, اطروحة دكتوراه غير منشورة
- عبد الجسماني ؛ علم النفس وتطبيقاته الاجتماعية والتربوية : بيروت , , 1994 دار العربية للعلوم
- محمد الشاذلي ؛ , المكتبة الجامعية , الاسكندرية , 2003, التوافق النفسي للمسنين
- عبدالمجيد ابراهيم ؛ الموسوعة العلمية للكرة الطائرة , طبعة 1 , , الاردن , 2001 مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع
- لطيف ابراهيم ؛ تأثير الأسلوبين الأتقاني والتعاوني في تعلم مهارة الارسال الساحق بكرة الطائرة , رسالة ماجستير غير منشورة , , بغداد , 2004 . كلية التربية البدنية
- نزار الزين ؛ كرة الطائرة , تدريب تعليم , 4 طبعة : , 2013 . بيروت دار الفكر العربي.