

دراسة مقارنة لبعض الخصائص البدنية والمهارية لدى ناشئى كرة الطائرة (12-14 سنة)

دراسة ميدانية على مستوى فريقي اتحاد بسكرة وإتحاد القنطرة

A comparative study of some physical and skill characteristics of volleyball juniors (12-14 years old)

- A field study at the level of two teams, Ittihad Biskra and Ittihad Al Kantara-

بومعزة محمد نزييم¹

¹جامعة باجي مختار عنابة / الجزائر / boumaza7991@gmail.com

تاريخ النشر: 2023/07/24

تاريخ القبول: 2023/07/03

تاريخ الاستلام: 2023/02/10

ملخص:

تهدف الدراسة للتعرف على الخصائص البدنية والمهارية لفئة الناشئين للكرة الطائرة بين أندية مختلفة المستويات والتعرف على أسباب الفروق للخصائص البدنية والمهارية بين مختلف أندية الدراسة، من خلال ملاحظة الفروق في الخصائص المهارية والبدنية بين فريق في القسم الجهوي وآخر في القسم الوطني الثاني والاستفادة منها بصفة خاصة لتطوير ممارسة اللعبة بالنسبة لهذه الفئة وللتعرف على أسباب الفروق وكيفية صياغة الحلول الإيجابية، وما إمكانية بناء مستويات معيارية في المهارات والقدرات البدنية قيد الدراسة. حيث تم استخدام المنهج الوصفي المقارن من خلال القيام بالاختبار القبلي والبعدي لأفراد العينة والمتمثلة في 12 لاعب لفريق اتحاد بسكرة و 12 لاعب من فريق اتحاد القنطرة، وقد تمثلت هذه الاختبارات في قياس الطول والوزن وبعض الإختبارات البدنية (إختبار السرعة وإختبار الرشاقة وإختبار المرونة) إضافة إل بعض الإختبارات المهارية (إختبار دقة التمرير للأعلى، وإختبار دقة التمرير من الأسفل، وإختبار دقة الإرسال، وإختبار دقة الإستقبال من الإرسال).
الكلمات الدالة: الخصائص البدنية؛ الخصائص المهارية؛ ناشئى كرة الطائرة.

Abstract:

The aim of study is to identify the physical and skillful characteristics of the junior volleyball class between clubs of different levels and to identify the reasons for the differences in the physical and skillful characteristics between the various clubs of the study, by observing the differences in the skillful and physical characteristics between a team in the regional section and another in the second national section and benefiting from them in particular to develop Playing the game for this group and learning about the reasons for the differences, how to formulate positive solutions, and what is the possibility of building standard levels in the skills and physical abilities under study. Where the comparative descriptive approach was used by conducting the pre and post test for the sample, represented by 12 players of the Ittihad Biskra team and 12 players of the Ittihad Al Qantara team, and these tests were represented in measuring height and weight and some physical tests (speed test, agility test and flexibility test) in addition to To some skill tests (accuracy of passing up, testing accuracy of passing from below, testing accuracy of transmission, and testing accuracy of reception from transmission)

Keywords: physical characteristics ;Skill characteristics; Volleyball junior.

مقدمة:

تعتبر لعبة الكرة الطائرة أحد صور الألعاب الجماعية بصفة عامة وألعاب الكرة بصفة خاصة التي يتضمنها الإطار العام للأنشطة الرياضية، كما تختلف لعبة الكرة الطائرة عن بقية الألعاب الرياضية الأخرى سيما الجماعية منها بسبب ما تمتلكه من مميزات خاصة، ويظهر ذلك من خلال أسلوب اللعب إذ أن أي خطأ يحدث من قبل اللاعب أثناء سير المباراة يؤدي مباشرة إلى خسارة نقطة، وهذا عكس باقي الفعاليات الرياضية الأخرى فقد أصبحت هذه اللعبة تتسم بالديناميكية التي ينتج عنها إرتفاع مستوى الإثارة خاصة عند ممارسة متطلبات اللعبة، فنحن نلاحظ أن هناك تباين في الإيقاع الحركي لها ويتجلى ذلك من خلال التشكيلات الحركية والهجوم السريع و الدفاع المستميت الأمر الذي أدى إلى ضرورة توافر قدرات بدنية كبيرة.

وهذا بالطبع لا يأتي إلا من خلال التدريب على إتقان هذه المهارات وتثبيتها وذلك عن طريق مجموعة التدريبات والأساليب الفعالة سواء المهارية أو البدنية أو الخطئية سعياً وراء تحقق أفضل أشكال النشاط الحركي للعبة، حتى تستطيع بذلك المساهمة في التقدم المهاري والبدني والخطئي للاعب الكرة الطائرة وصولهم إلى درجة المهارة العالية كذلك بالنظر إلى طبيعة الكرة الطائرة نجد أنها تتمتع بخاصية أو سمة واضحة تختلف عن سائر الألعاب الجماعية الأخرى ألا وهي التنفيذ الحركي لمهارات ممكن تحديد هدفها وغرضها بما يتفق وطرق اللعب المستخدم فكل تحرك في الميدان نجده وفق ظروف ومواقف تتشكل من لحظة أو فترة زمنية إلى أخرى أثناء المباراة.

الإشكالية:

مما لا شك فيه ومن الملاحظ أن هناك تطور مستمر يوماً بعد يوم في جميع الرياضات سواء الفردية أو الجماعية هذا ولقد احتلت الكرة الطائرة كأحد ألعاب الكرة وشكلا من أشكالها المختلفة شعبية كبيرة بين سائر دول العالم، فهي أحد ألوان النشاط الرياضي الحركي والتي لا تقف جامده بل تتناولها وباستمرار يد التطور بغية المساهمة في ذلك التطور العلمي.

حيث تتميز الكرة الطائرة مثلها في ذلك مثل أي نوع من أنواع الأنشطة العديدة بتعدد مهارتها، يوحدها في ذلك هدف عام، يجعلها تقوم بتحقيق مهام معينة، كما تعد لعبة من الألعاب التي يرتبط تطور مستوى أداء لاعبيها بالقدرات الوظيفية والبدنية والخطئية والنفسية وغيرها، مما يحتم على الباحثين والمدرسين اعتماد البرامج التدريبية الحديثة والتعرف على مستويات وقدرات اللاعبين الوظيفية والمهارية والخطئية والبدنية، ومن خلال الوقوف على الحالة التدريبية للاعبين ينبغي الاستعانة بالاختبارات والقياسات المناسبة لمعرفة مستوياتهم لأن الاختبارات هي " إحدى وسائل التقويم والقياس والتشخيص والتوجيه في المناهج والبرامج والخطط المختلفة لجميع المستويات والمراحل العمرية فهي تقوم بدور المؤشر، وتشير بوضوح إلى مدى التقدم والنجاح في تحقيق الأهداف الموضوعية. (كمال عبد الحميد، محمد صبيح حسانين، 1997، ص 267)

و يرجع التطور الحاصل في مختلف الفعاليات الرياضية ومنها لعبة الكرة الطائرة إلى التخطيط السليم المبني على أسس علمية وفعالة مستنداً على نتائج البحوث والدراسات في العلوم الأساسية والمصاحبة للتربية الرياضية ويعد علم التدريب الرياضي واحداً من العلوم التي ارتبطت بالعلوم الأخرى، والذي من خلاله يمكن تطوير الأداء البدني والمهاري والخطئي لتحقيق إنجازات أفضل.

كما أن الجهود المبذولة في مجال التدريب الرياضي نتيجة الدراسات والبحوث المختلفة قد حققت تطورا كبيرا في لعبة الكرة الطائرة ، وعلى الرغم من ذلك فما زالت هناك مشكلات قائمة ترتبط بالعملية التدريبية التي تتطلب حولا عملية تقع على عاتق المدربين والمختصين في لعبة الكرة الطائرة كما تتطلب البحث عن وسائل وأساليب علمية حديثة معززة بالتجارب تساعد على رفع مستوى الأداء البدني والمهاري لدى اللاعبين .

من خلال عمل الباحث كمدرّب لنادي إتحاد بسكرة للكرة الطائرة صنف ناشئين لمدة سنتين إتضح لضرورة إجراء دراسة وبحث يخص هاته الفئة نظرا لوجود فروقات متباينة بين مختلف الأندية من خلال المواجهات المباشرة أو أثناء المشاركة في البطولات والدورات المصغرة خاصة من الناحية البدنية والمهارية .

بحيث أن هذه المرحلة السنية تتميز بصفات وقدرات بدنية ومهارية خاصة ، تجعلها من أهم متطلبات الأداء في الكرة الطائرة الحديثة ويرجع هذا إلى الجانب البدني العامل الحاسم في كسب المباريات خاصة عند تساوي أو تقارب المستوى المهاري لدى الفرق .

وتتميز هذه الأهمية بصفة خاصة بالنسبة للناشئين ، وذلك لكون اللياقة البدنية الدعامة الأساسية في أداء مهارات الكرة الطائرة بصورة مناسبة وسليمة .

هذا وقد بينت دراسات و آراء عديدة إلى أن التفوق في أداء واجبات مراكز اللعب في كرة الطائرة ، مرتبط إلى حد كبير بمدى ما يمتلكه كل لاعب من خصائص بدنية مثل القوة والسرعة والمرونة والتحمل و الرشاقة و التوافق وهي عديدة ومتنوعة وهامة بالإضافة إلى الخصائص المهارية ، كما تساعد على تعلم المهارات الجديدة بسرعة فعلى سبيل المثال فإن اللاعب المعد إعدادا جيدا (بدني ، مهاري) يكون في حالة جيدة لأداء وتنفيذ الضربات الساحقة والتمرير والدفاع عن الملعب والإعداد والإرسال والصد .

ومن خلال متابعة الباحث لمباريات الناشئين لاحظ وجود ضعف في الخصائص البدنية والمهارية للاعبين والسبب في ذلك من وجهة نظر الباحث يعود إلى عدم الإهتمام بفئة الناشئين من الناحية البدنية والمهارية .

ومن خلال تقسيم الإتحاد الفرنسي للكرة الطائرة للمتطلبات البدنية لفئة ما بين 13 إلى 14 سنة تبين أن الصفات البدنية الأساسية الخاصة بهاته الفئة متمثلة في السرعة والرشاقة والمرونة والتحمل بشكل أقل بحيث تعتبر هذه الخصائص ركيزة هامة وأساسية تصل بلاعب كرة الطائرة لدرجة الأداء المهاري المتميز و الأمثل وهما مرتبطان إرتباطا وثيقا فبدون الخصائص البدنية وتنميتها بشكل صحيح مناسب وتوافرها في اللاعب لا يستطيع تأدية المهارات في المنافسات بالدقة المطلوبة والإتقان المتميز .

ومن هنا برزت فكرة الدراسة لدى الباحث للتعرف ودراسة الخصائص البدنية والمهارية لدى لاعبين الكرة الطائرة لناشئي الكرة الطائرة ، للإرتقاء بهذه المستويات إلى الأداء الجيد .

ومن هنا نحن نتساءل هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الخصائص المهارية والبدنية عند ناشئي كرة الطائرة حسب مستوى اللعب ؟

1.الفرضيات:

1.1 الفرضية العامة:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الخصائص المهارية والبدنية عند ناشئي كرة الطائرة حسب مستوى اللعب .

2.1 الفرضيات الجزئية :

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في بعض القياسات الجسمية عند الناشئين حسب مستوى اللعب .
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الخصائص المهارية عند الناشئين حسب مستوى اللعب.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الخصائص البدنية عند الناشئين حسب مستوى اللعب.

2. ضبط المفاهيم والمصطلحات : سنحاول ضبط مصطلحات دراستنا ونذكر منها :

1.2 الخصائص البدنية: هي مقدرة يتسم بها الرياضي تتمكن من خلالها أجهزته الفيسيولوجية وأعضاء جسمه من القيام بوظائفها بكفاءة عالية ، للقيام بمتطلبات أنشطة بدنية حركية ذات طبيعة خاصة.

• تعريف إجرائي : هو كل ما يمتلكه لاعب كرة الطائرة من قدرات بدنية سواء كانت خاصة أو مكتسبة عن طريق التدريب مما تجعله قادرا على ممارسة وأداء النشاط البدني (عبد العاطي عبد الفتاح السيد ، خالد محمد زيادة ، 2006 ، ص 46)

1.1.2 السرعة: " يقصد بالسرعة قابلية الفرد لتحقيق عمل في أقل وقت ممكن، وتتوقف السرعة عند الرياضي على

سلامة الجهاز العصبي والألياف العضلية والعوامل الوراثية والحالة البدنية " (محمد إبراهيم شحاتة، 2008، ص 81)

2.1.2 الرشاقة: " قدرة اللاعب على تغيير أوضاع جسمه أو تغيير إتجاه حركته على الأرض أو في الهواء في إيقاع حركي سليم

يتميز بالسرعة " (كمال جميل الربطي، 2004 ، ص 86-87)

3.1.2 المرونة: " هي قدرة اللاعب على الأداء الحركي لمدى واسع في مفصل أو مدى وسهولة الأداء الحركي في مفاصل الجسم

المختلفة "

بمعنى أن السرعة هي مقدرة اللاعب على أداء عدّة حركات معينة في مدّة زمنية قصيرة. (محمد إبراهيم شحاتة، 2008،

ص 83-84)

2.2 الخصائص المهارية: " هي الحركات التي ينبغي على اللاعب تنفيذها وحسب الظروف التي تتطلبها لعبة الكرة الطائرة

بهدف الوصول إلى نتائج إيجابية والاقتصاد في المجهود البدني ، وتأخر ظهور حالة التعب على اللاعبين ، لذلك يجب

إتقانها إتقاناً تاماً " (سعد حماد الجميلي ، 2000 ، ص 29)

• تعريف إجرائي: هي مجموع المهارات الحركية التي يتمتع بها لاعب الكرة الطائرة التي تجعله قادرا على مواجهة مواقف

اللعب المختلفة في الملعب .

1.2.2 مهارة الإرسال: في رياضة الكرة الطائرة الحديثة يمثل الإرسال أحد المهارات على الأقل التي يجب أن توضع في

الإعتبار و تكون محور اهتمام لكثير من المدربين ومساعدتهم وكذا اللاعبين ، و يقول البعض أنّ الإرسال أحد الأسلحة

المؤثرة و الفعالة الذي إذا ما استخدم بطريقة ملائمة أو مناسبة ، تستطيع أن تشق طريقك من خلاله في المباراة (زكي محمد

محمد حسن، 2006، ص 77-78)

2.2.2 مهارة الإستقبال: هو استقبال الكرة المرسلة من اللاعب المرسل من الفريق المنافس لتهيئتها إلى اللاعب المعد أو

الزّميل في الملعب، وذلك لامتناس سرعتها وقوتها وتميرها من الأسفل إلى الأعلى بالسّاعدين، أو من الأعلى بالتمرير إلى

الأمام حسب قوة الكرة وسرعتها ووضعيتها اللاعب المستقبل (علي مصطفى طه، 1999، ص 11)

3.2.2 مهارة التمرير: يعتبر التمرير من أهم العناصر الأساسية والرئيسية لتكتيك رياضة كرة الطّائرة، فبدون إتقان هذا

العنصر لا يستطيع اللاعب أن يوجه الكرة إلى زميله بطريقة صحيحة ، كما لا يستطيع الإعداد للهجوم بالسّحق،

نستطيع أن نقول أن التمرير هو قاعدة اللاعب بحيث يتطلّب تنقل سريع و تمركز جيد بدون كرة و تحريك كبير

للذّراعين خاصة تحرك جيد للأصابع، فبدونها لا يمكن أن يكون هناك لعب (علي مصطفى طه، 1999، ص 69)

3.2 الفئة العمرية: فئة الناشئين المحددة من طرف الرابطة الوطنية للكرة الطائرة لولاية بسكرة المخصصة للاعبين الذين يتراوح سنهم ما بين 13 الى 14 سنة .

4.2 الكرة الطائرة: هي إحدى أكثر الرياضات العالمية شعبية يلعب فيها فريقان تفصل بينهما شبكة عالية على الفريق ضرب الكرة فوق الشبكة لمنطقة الخصم، لكل فريق ثلاث لمسات لضرب الكرة فوق الشبكة، تحسب نقطة للفريق حينما تضرب الكرة أرضية الخصم، أو إذا تم ارتكاب خطأ أو إذا أخفق الفريق في صد الكرة وإرجاعها بشكل صحيح (رعد محمد عبد ربه، 2010، ص 77)

• تعريف إجرائي: كرة الطائرة هي لعبة من الألعاب الجماعية التي تعتمد في أسسها على سرعة رد الفعل و تمارس على ميدان طوله 18 متر، و عرضه 9 متر و يفصل بينهما في منتصف الميدان شبكة علوها يتراوح حسب الجنس و الصنف يتكون كل صنف من 6 لاعبين و يتبادل الفريقان تمرير الكرة من فوق الشبكة، و يحاول كل منهما إرسالها إلى أرض المنافس بطريقة لا تمكنه من إعادتها و ذلك باستخدام المهارات الأساسية كالتمرير الاستقبال الإرسال السحق و الصد.

3. أهداف الدراسة :

إنطلاقاً من النتائج المتحصل عليها من الدراسة الميدانية وهي عبارة عن حلول للمشكلة من خلال ملاحظة الفروق في الخصائص المهارية والبدنية بين فريق في القسم الجهوي وآخر في القسم الوطني الثاني والإستفادة منها بصفة خاصة لتطوير ممارسة اللعبة بالنسبة لهذه الفئة وللتعرف على أسباب الفروق وكيفية صياغة الحلول الإيجابية وهذا عن طريق المعرفة العلمية والعملية .

وفي دراستنا هذه نبحث عن التعرف على الخصائص البدنية والمهارية لفئة الناشئين للكرة الطائرة بين أندية مختلفة المستويات والتعرف على أسباب الفروق للخصائص البدنية والمهارية بين مختلف أندية الدراسة، وتحديد القدرات البدنية والمهارية بالنسبة لهما. وما إمكانية بناء مستويات معيارية في المهارات والقدرات البدنية قيد الدراسة.

4. الإجراءات المنهجية:

1.4 المنهج المستخدم:

من أجل هذا البحث الذي يتطلب دراسة نظرية ودراسة ميدانية تم إتباع المنهج الوصفي المقارن نظراً لوضوح خطواته التي تسمح بطرح المشكلة بطريقة موضوعية من الناحية النظرية، ثم من وضع الفرضيات يتم التحقق منها من خلال البحث الميداني بإستعمال تقنيات جمع المعطيات ثم تصنيفها وتحليلها لإستخراج النتائج بكل موضوعية.

المنهج الوصفي المقارن هو عملية عقلية تتم بتحديد أوجه الشبه وأوجه الاختلاف بين حادثتين اجتماعيتين أو أكثر تستطيع من خلالها الحصول على معارف أدق وأوقت تميز بها موضوع الدراسة أو الحادثة في مجال المقارنة والتصنيف. و يقول عبد الرحمان عدس " الدراسة العلمية المقارنة يحاول الباحث في حالتها أن يتعرف على الأسباب التي تقف وراء الفروق التي تظهر في سلوكيات المجموعات المختلفة من الأفراد أو في الأوضاع القائمة في حالتهم" (محمد بوعلاق، 1999، ص185)

2.4 مجتمع البحث:

لكي يكون البحث مقبولاً وقابلًا للإنجاز، لابد من تعريف مجتمع البحث الذي نريد فحصه فمجتمع دراستنا هم مجموعة ناشئي فرق كرة الطائرة ذكور لولاية بسكرة المنخرطين خلال الموسم الرياضي 2013/2014 و يبلغ عددهم 6 أندية.

3.4 عينة البحث:

تم إختيار عينة بحثنا بطريقة مقصودة المتاحة، وذلك لما توفر لنا من تسهيلات من طرف المدربين ومسؤولي هذه الأندية وكذلك لما تتوفر عليه هذه الفئة بالذات من مميزات تخدم دراستنا، والتي تمثلت في فئة الناشئين ذكور للفريق الرياضي إتحاد بسكرة للكرة الطائرة للموسم الرياضي 2013- 2014 والكائن بدائرة بسكرة ولاية بسكرة، وقد بلغ عدد أفراد عينة الدراسة 12 لاعبا تراوحت أعمارهم بين 12 إلى 14 سنة .

وفئة الناشئين ذكور للفريق الرياضي إتحاد القنطرة للكرة الطائرة للموسم الرياضي 2013- 2014 والكائن بدائرة القنطرة ولاية بسكرة، وقد بلغ عدد أفراد عينة الدراسة 12 لاعبا تراوحت أعمارهم بين 12 إلى 14 سنة.

وكان سبب إختيارنا لهذه العينة راجع للنقاط التالية :

- تواجد الفرق في مناطق قريبة من مكان الإقامة .
- القدرة على القيام بالقياسات والإختبارات على عينة الدراسة .
- تنوع مناطق وجود هذه الفرق .
- تاريخ هذه الأندية التي تعتبر كمدارس في الكرة الطائرة .

4.4 خصائص العينة:

- السن : ويتمثل في المرحلة العمرية لصنف الناشئين .
- الجنس : المجموعة التي خضعت للإختبارات كلها ذكور .
- المكان : لقد أجريت القياسات والإختبارات البدنية والمهارية في مكان إجراء الحصص التدريبية (القاعة الرياضية)
- وسائل القياس : جميع عناصر العينة تطبق نفس وسائل و أدوات الإختبارات .

5.4 أدوات جمع البيانات:

إن الأدوات التي يستخدمها كل باحث في إنجاز دراسته تعد إحدى الضروريات التي يقوم عليها البحث والتي يسعى من خلالها إلى كشف الحقيقة وفك الإشكال المطروح، وقد إستخدمنا عدة وسائل ساعدتنا وحددناها فيمايلي :

1.5.4 طريقة التحليل البيبليوغرافي :

وهي أول الطرق المستعملة وتتمثل في جمع المعلومات النظرية من المراجع التي لها علاقة بالموضوع .

2.5.4 الإختبارات المستخدمة :

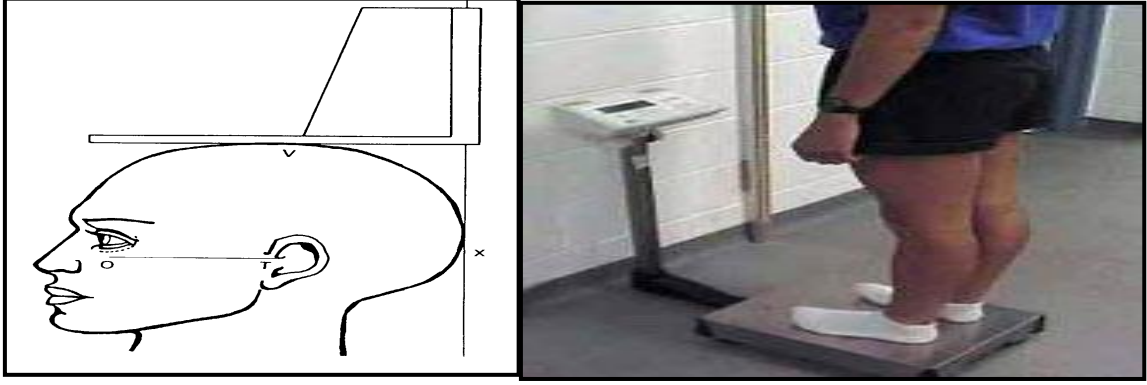
الهدف من إستخدام الإختبارات هو التعرف على الخصائص البدنية والمهارية عند أفراد العينة وفيمايلي الإختبارات المستخدمة في هذا البحث، وذلك بعد أن تم قياس الطول والوزن :

أولا: قياس الوزن:

تم قياس الوزن بالكيلوغرام بحيث يتخذ اللاعب وضعية الوقوف مستقيم الجسم على ميزان طبي .

ثانيا: قياس الطول:

تم قياس الطول بنفس الجهاز الخاص بقياس الوزن بحيث يحتوي على مسطرة مدرجة عمودية على الأرض تسمح بالقراءة الصحيحة ووحدة القياس هي السنتيمتر، والصور التالية أدناه توضح الوضعية الصحيحة لقياس الوزن (وضعية الوقوف) والطول (وضعية الرأس) :



الشكل رقم 1: يبين وضعية قياس الطول والوزن

1.2.5.4 الإختبار البدنية :

1.1.2.5.4 إختبار السرعة: جري 20 متر

الهدف من الإختبار : قياس سرعة التسارع

الأدوات المستخدمة : يرسم خطان المسافة بينهما 20 متر إحداهما للبداية والآخر للنهاية ، ساعة إيقاف .

مواصفات الأداء : يقف المختبر خلف خط البداية متخذاً وضع البداية العالي ، وعند سماع إشارة الحكم يعدو في خط مستقيم إلى أن يتجاوز خط النهاية .

الشروط :

- الجري في خط مستقيم

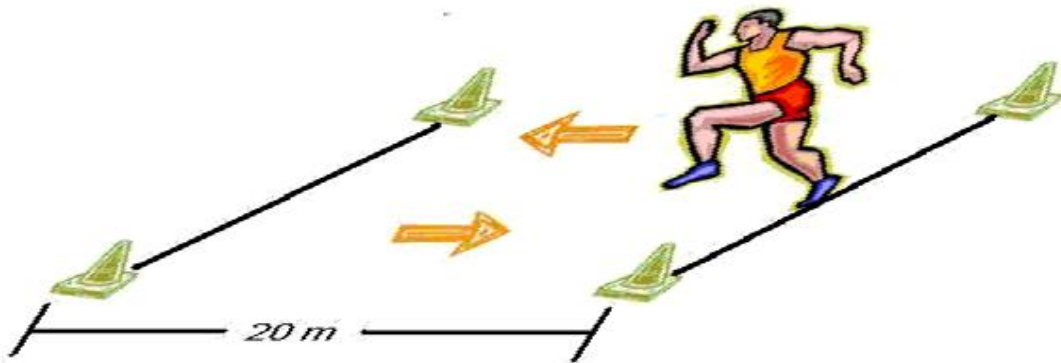
- غير مسموح باستخدام البدء المنخفض أو أحذية الجري ذات المسامير .

- يسمح بالأداء لمختبرين معا لتوافر عنصر المنافسة .

- لكل مختبر ثلاث محاولات يحسب له أفضلها .

التسجيل : يسجل للمختبر أفضل زمن حققه في محاولاته الثلاث المسموح بها وذلك إلى أقرب 1/10 ثانية (مجد صبيحي

حسانين ، حمدي عبد المنعم، 1997، ص146)



الشكل رقم 2: يبين طريقة أداء إختبار جري 20 متر

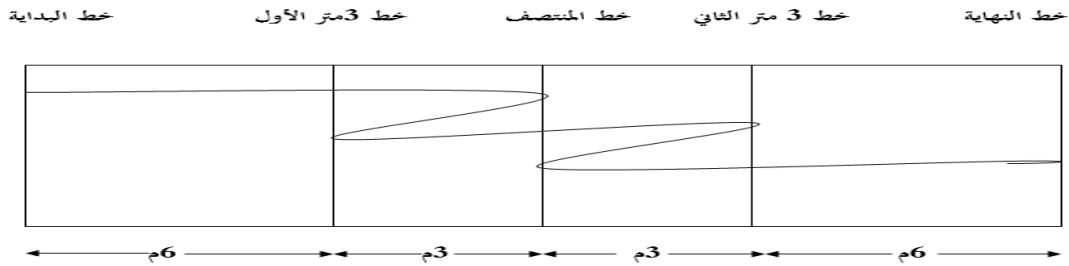
2.1.2.5.4 إختبار الرشاقة 9-3-6-3-9 :

الهدف من الإختبار : قياس الرشاقة .

الأدوات المستخدمة : ملعب كرة طائرة قانوني بدون شبكة ، ساعة إيقاف .

مواصفات الأداء : يقف المختبر خلف خط البداية للملعب ، وعند سماع إشارة البدء يقوم بالجري في إتجاه مستقيم ليلمس خط المنتصف (9متر) باليد اليمنى ، ثم يستدير ليجري إتجاه خط 3 متر الموجود في نصف الملعب الذي بدأ منه الجري ليلمسه باليد اليمنى (3متر) ، ثم يستدير ليجري إتجاه خط (3متر) الموجود في النصف الثاني للملعب (6متر) حيث يلمسه باليد اليمنى ، ثم يستدير ليجري إتجاه خط النهاية (9متر) ليتجاوزها بكلتا القدمين .
الشروط :

- يجب إتباع خط السير كما هو موضح بالشرح والمشار إليه في الشكل 3.
 - إذا أخطأ المختبر في خط السير يعاد الإختبار بعد أن يحصل على الراحة الكافية .
 - يجب لمس الخطوط في كل مرة باليد اليمنى ، كما يجب تجاوز خط النهاية بكلتا القدمين .
- التسجيل : يسجل للمختبر الزمن الذي قطع فيه المسافة المحددة و لخط السير الموضوع إبتداء من إعلان البدء حتى خط النهاية(محمد صبيحي حسانين ، حمدي عبد المنعم، 1997، ص144)



الشكل رقم 3: يبين طريقة أداء إختبار الرشاقة 9-3-6-3-9

3.1.2.5.4 إختبار المرونة : الثني الأمامي للجذع من الوقوف

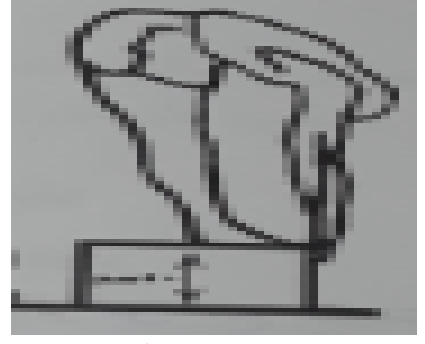
الهدف من الإختبار : قياس مرونة الثني الأمامي للعمود الفقري .

الأدوات المستخدمة : مقعد بدون ظهر إرتفاعه 50 سم ، مسطرة غير مرنة مقسمة من صفر إلى 100 سم مثبتة عموديا على المقعد بحيث يكون رقم 50 موازيا لسطح المقعد ورقم 100 موازيا للحافة السفلى للمقعد مؤشر خشبي يتحرك على سطح المسطرة .

مواصفات الأداء : يقف المختبر فوق المقعد والقدمان مضمومتان مع تثبيت أصابع القدمين على حافة المقعد والإحتفاظ بالركبتين مفرودتين ، يقوم المختبر بثني جذعه للأمام وللأسفل بحيث يدفع المؤشر بأطراف أصابعه إلى أبعد مسافة ممكنة ، على أن يثبت عند آخر مسافة يصل لها لمدة ثانيتين .

الشروط :

- يجب عدم ثني الركبتين أثناء الأداء.
 - للمختبر محاولتان تسجل له أفضلهما .
 - يجب أن يتم ثني الجذع ببطء.
 - يجب الثبات عند آخر مسافة يصل إليها المختبر لمدة ثانيتين .
- التسجيل : يسجل للمختبر المسافة التي حققها في المحاولتين وتحسب له المسافة الأكبر بالسنتيمتر(محمد صبيحي حسانين ، حمدي عبد المنعم، 1997، ص149)



الشكل رقم 4: يبين طريقة أداء إختبارالثنى الأمامى للجذع من الوقوف

2.2.5.4 الإختباراتالمهارية :

1.2.2.5.4 إختبار دقة التمرير للأعلى :

الهدف من الإختبار : قياس دقة التمرير من أعلى .

الأدوات المستخدمة :حائط ، يرسم عليه مربع 1,5 متر × 1,5 متر على أن تكون حافته السفلى على بعد 2 متر من الأرض ، مقعد سويدي ، يوضع على بعد 2 متر من الحائط ، كرة طائرة .

مواصفات الأداء :من أمام المقعد يقوم المختبر بالتمرير المستمر نحو المربع دون توقف 30 مرة ، في حالة عدم إصابة المختبر للمربع عليه أن يستمر في الأداء حتى نهاية المحاولات المقررة ، وفي حالة قيام المختبر بالتمرير من الأسفل تحسب ضمن 30 محاولة المقررة ولكن لا تسجل لها نقاط حتى لو أصابت المربع .كما ينهي الإختبار عند توقف الأداء (لأي سبب آخر) قبل نهاية المحاولات 30 المقررة .

التسجيل :

- 4 نقاط لكل تمريرة صحيحة داخل المربع

- نقطة لكل تمريرة صحيحة خارج المربع (مجد صبيحي حسانين ، حمدي عبد المنعم، 1997، ص201-202)



الشكل رقم 5: يبين طريقة أداء إختبار دقة التمرير للأعلى

2.2.2.5.4 إختبار دقة التمرير من أسفل :

الهدف من الإختبار : قياس دقة التمرير من أسفل .

الأدوات المستخدمة :حائط ، يرسم عليه مربع 2 متر × 2 متر على إرتفاع 2 متر من الأرض (الحافة السفلى للمربع على إرتفاع 2 متر من الأرض) ، مقعد سويدي على بعد 1,5 متر من الحائط .

مواصفات الأداء :يقف المختبر أمام المقعد السويدي ويقوم بأداء 30 تمريرة من اسفل بالذراعين بدون راحة بينية فور سقوط الكرة يتوقف الإختبار .

التسجيل :

- 4 نقاط لكل تمريرة صحيحة داخل المربع ويكون الأداء فيها بإستخدام الذراعين .
- 3 نقاط لكل تمريرة صحيحة داخل المربع ويكون الأداء فيها بإستخدام ذراع واحدة .
- نقطة لكل تمريرة صحيحة خارج المربع ويكون الأداء فيها بإستخدام ذراع واحدة (محمد صبيحي حسانين ، حمدي عبد المنعم، 1997، ص 203-204)



الشكل رقم 6: يبين طريقة أداء إختبار دقة التمرير من الأسفل

3.2.2.5.4 إختبار دقة الإرسال :

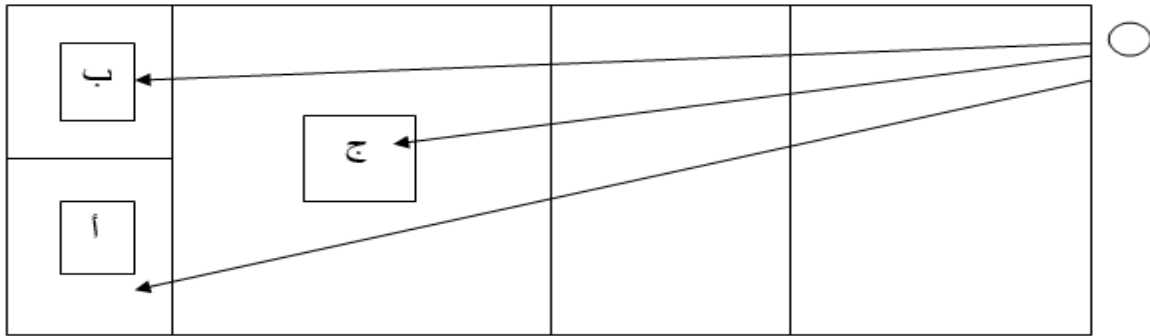
الهدف من الإختبار : قياس دقة الإرسال لنقاط محددة .

الأدوات المستخدمة :ملعب كرة طائرة ، يقسم الملعب كما هو في الشكل رقم 7.

مواصفات الأداء :يقوم المختبر بالإرسال 10 محاولات لكل منطقة من المناطق الثلاثة المحددة ، أي إرسالات إلى المنطقة " أ " و " 10 أخرى إلى المنطقة " ب " و 10 ثالثة إلى المنطقة " ج " . وتحسب فقط المحاولات الصحيحة التي تسقط فيها الكرة داخل المناطق المحددة .

التسجيل :

- 4 نقاط لكل إرسال صحيح تسقط فيه الكرة داخل المنطقة المحددة (محمد صبيحي حسانين ، حمدي عبد المنعم، 1997، ص 211-212)



الشكل رقم 7: يبين طريقة أداء إختبار الإرسال

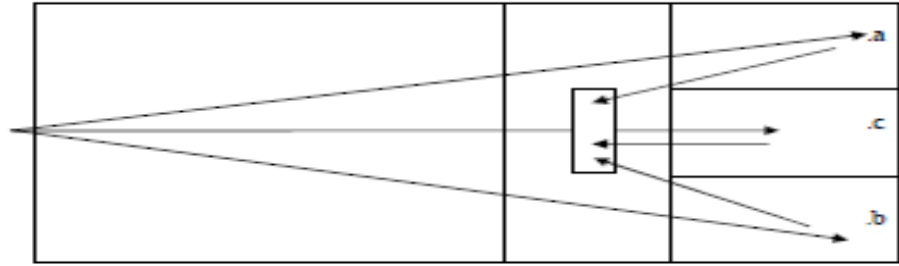
4.2.2.5.4 إختبار دقة الإستقبال من الإرسال :

الهدف من الإختبار : قياس دقة الإستقبال من الإرسال .

الأدوات المستخدمة :ملعب كرة طائرة ، يقسم الملعب كما هو في الشكل رقم 8.

مواصفات الأداء: يؤدي المختبر 10 محاولات من كل مركز من المراكز الثلاثة الخلفية (مركز 1- مركز 6- مركز 5) ، هذا وعلى اللاعب الآخر أن يقوم بالإرسال من المنطقة المخصصة للإرسال في نصف الملعب الآخر. التسجيل :

- 4 نقاط لكل تمريرة صحيحة تسقط فيها الكرة على المرتبة .
 - 3 نقاط لكل تمريرة صحيحة تسقط فيها الكرة بحيث تلامس حدود المرتبة .
- نقطة لكل تمريرة صحيحة تسقط فيها الكرة داخل حدود منطقة ال 3م (محمد صبيح حسانين ، حمدي عبد المنعم، 1997، ص 205-206)



الشكل رقم 8: يبين طريقة أداء اختبار دقة الإستقبال من الإرسال

6.4 مجالات البحث:

1.6.4 المجال المكاني:

أجريت الدراسة الميدانية في القاعة الرياضية لمتوسطة غمري حسين بالنسبة لنادي اتحاد بسكرة ، والقاعة الرياضية بالقنطرة بالنسبة لنادي اتحاد القنطرة .

2.6.4 المجال الزمني:

- أجريت الدراسة النظرية: من نهاية شهر ديسمبر إلى نهاية شهر أفريل 2014.

- أجري الجانب التطبيقي : من منتصف شهر فيفري إلى بداية شهر ماي 2014 .

7.4 الوسائل الإحصائية المستخدمة:

لقد إستعملنا في دراستنا هذه مجموعة مختلفة من الوسائل الإحصائية وذلك باستعمال برنامج SPSS وبرنامج Excel (2007) وهي كما يلي :

أ. المتوسط الحسابي: (MOYENNE)

وهو الطريقة الأكثر إستعمالا ، ويمكن أن نطلق عليه إسم المتوسط أو الوسط وهو عبارة عن حاصل جمع مفردات القيم مقسومة على عددها ويرمز للمتوسط الحسابي للعينة بالرمز (x) (مصطفى باهي و صبري عمران، 2008، ص 70-75)

ب. الإنحراف المعياري: (ECARTYPE)

وهو من أهم مقاييس التشتت لأنه أكثر دقة ويرمز له بالنسبة للعينة بالرمز (ع) ويعرف الإنحراف المعياري بالجذر التربيعي الموجب للتباين ، بمعنى أنه مقياس لمعدل الإنحرافات عن وسطها الحسابي ، حيث تربع هذه الإنحرافات وتجمع وتقسّم على عدد القيم ثم تستخرج قيمها من تحت الجذر التربيعي ويتم حسابه لمعرفة مدى تقارب أو تباعد نتائج المجموعة عن وسطها الحسابي حيث يدخل إستعماله في كثير من قضايا التحليل الإحصائي .

ج. إختبار ستودينـت (TEST STUDENT)

يستخدم هذا الإختبار لقياس دلالة فروق المتوسطات المرتبطة والغير مرتبطة للعينات المتساوية والغير متساوية (أحمد سعد جلال، 2008، ص 84-85)

5. تحليل النتائج ومناقشتها:

1.5 عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى بعض القياسات الجسمية للفريقين إتحاد بسكرة وإتحاد القنطرة :

الجدول رقم 1: يبين نتائج بعض القياسات الجسمية للفريقين

القياسات الجسمية	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية (ن+1)-2 2	مستوى الدلالة	(ت) المحسوبة	(ت) الجدولية	الدلالة الإحصائية
الطول	بسكرة	157,5	7,83	22	0,05	2,11	2,07	دال
	القنطرة	148,5	3,48					
الوزن	بسكرة	45,25	6,33	22	0,05	2,15	2,07	دال
	القنطرة	39,83	6,35					

من خلال النتائج المسجلة في الجدول رقم 1 يتضح لنا مايلي :

من خلال الجدول رقم 1 يتضح لنا أن المتوسط الحسابي لفريق إتحاد بسكرة هو 157,5سم و الانحراف المعياري 7,83 ، أما المتوسط الحسابي لفريق إتحاد القنطرة فكان 148,5 سم و الانحراف المعياري يقدر بـ 3,48 ، وبعد حساب (ت) عند درجة الحرية (ن+1)-2 و مستوى الدلالة 0.05 وجدناها 2,11 و بالمقارنة مع (ت) الجدولية التي تساوي 2.07 نجد أن(ت) المحسوبة أكبر من(ت) الجدولية مما يدل على أن النتائج دالة إحصائيا.

و يتضح لنا أن المتوسط الحسابي لفريق إتحاد بسكرة هو 45,25كلغ و الانحراف المعياري 6,33 ، أما المتوسط الحسابي لفريق إتحاد القنطرة فكان 39,83كلغ و الانحراف المعياري يقدر بـ 6,35 ، وبعد حساب (ت) عند درجة الحرية (ن+1)-2 و مستوى الدلالة 0.05 وجدناها 2,15 و بالمقارنة مع (ت) الجدولية التي تساوي 2.07 نجد أن(ت) المحسوبة أكبر من(ت) الجدولية مما يدل على أن النتائج دالة إحصائيا.

1.1.5 مناقشة نتائج الفرضية الأولى:

من خلال نتائج الدراسة في بعض القياسات الجسمية ،يمكن القول أن الفرضية الأولى التي تنص على أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في بعض القياسات الجسمية عند الناشئين حسب مستوى اللعب قد تحققت ، حيث وجدنا فروق ذات دلالة إحصائية في قياسات الطول والوزن لصالح فريق إتحاد بسكرة ويعزى ذلك إلى أن هذه النتائج تعطي دلالات واضحة على وجود إهتمام من قبل مدرب الفريق حيث من خلال إطلاعنا على المخطط السنوي للتدريب لاحظنا قيام المدرب بعملية الإنتقاء قبل بداية الموسم من أجل إختيار أفضل العناصر من الناحية المورفولوجية خاصة صفة طول القامة تعتبر إحدى الصفات الحاسمة للتفوق في الكرة الطائرة حسب ما أشار له كل من سليمانكبر Slayermaker و

برون Brown . ويتوافق كذلك مع واجبات وفوائد الإنتقاء الرياضي. وهذا مايتفق مع نتائج دراسة رياض خليل خماس الخميري 2001. ونتائج دراسة أمادو نيان التي أثبتت أن الطول مهم في الإنتقاء وعملية الهجوم .
2.5 عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية الإختبارات المهارية لفريقي اتحاد بسكرة واتحاد القنطرة :

الجدول رقم 2: يبين نتائج الإختبارات المهارية للفريقين

المهارات	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	مستوى الدلالة	(ت) المحسوبة	(ت) الجدولية	الدلالة الإحصائية
دقة التمير للأعلى	بسكرة	91,58	15,59	22	0,05	0,92	2,07	غير دال
	القنطرة	92,33	21,14					
دقة التمير من الأسفل	بسكرة	92,83	15,92	22	0,05	0,09	2,07	غير دال
	القنطرة	88,58	24,36					
دقة الإرسال	بسكرة	64	15,72	22	0,05	4,53	2,07	دال
	القنطرة	40,33	17,93					
دقة الإستقبال من الإرسال	بسكرة	62,25	15,93	22	0,05	4,27	2,07	دال
	القنطرة	33,92	10,89					

من خلال النتائج المسجلة في الجدول رقم 2 نلاحظ :

- ✓ بالنسبة لنادي اتحاد بسكرة : فقد سجل متوسط حسابي يساوي 91.58 وانحرافا معياريا قدره 15.59.
- أما نادي اتحاد القنطرة فقد سجل متوسط حسابي قدره 92.33 و انحرافا معياريا قدره 21.14.
- وبحساب (ت) المحسوبة 0,92 للفريقين اتحاد بسكرة واتحاد القنطرة عند درجة حرية تقدر ب 22 ومستوى دلالة 0,05 ومقارنتها ب (ت) الجدولية 2,07 نلاحظ أنه لا توجد فروق دالة إحصائية بين الفريقين اتحاد بسكرة واتحاد القنطرة في مهارة دقة التمير للأعلى.
- ✓ وكذلك فقد سجلت نتائج اتحاد بسكرة متوسطا حسابيا يساوي 92,83 وانحرافا معياريا قدره 15,92.
- أما نادي اتحاد القنطرة فقد سجلت نتائجه متوسطا حسابيا يساوي 88,58 وانحرافا معياريا قدره 24,36.
- وبحساب (ت) المحسوبة 0,09 للمجموعتين اتحاد بسكرة واتحاد القنطرة عند درجة حرية تقدر ب 22 ومستوى دلالة 0,05 ومقارنتها ب (ت) الجدولية 2,07 نلاحظ أنه لا توجد فروق دالة إحصائية بين المجموعتين اتحاد بسكرة واتحاد القنطرة في مهارة دقة التمير للأسفل.
- ✓ وكذلك اتحاد بسكرة متوسطها الحسابي يساوي 64 وانحرافها المعياري يقدر ب 15,72.
- أما نادي اتحاد القنطرة فقد كان متوسط حسابيه يساوي 40,33 وانحرافه المعياري يقدر ب 17,93.
- وبحساب (ت) المحسوبة 4,53 للمجموعتين اتحاد بسكرة واتحاد القنطرة عند درجة حرية تقدر ب 22 ومستوى دلالة 0,05 ومقارنتها ب (ت) الجدولية 2,07 نلاحظ وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين اتحاد بسكرة واتحاد القنطرة في مهارة دقة الإرسال.

✓ وكذلك بالنسبة لنادي اتحاد بسكرة قدر المتوسط الحسابي ب 62,25 وإنحرافا معياريا قدر ب 15,93.

أما بالنسبة إلى نادي اتحاد القنطرة فقدر متوسط حسابه ب 33,92 وإنحرافا معياريا يقدر ب 10,89.

وبحساب (ت) المحسوبة 4,27 للمجموعتين اتحاد بسكرة واتحاد القنطرة عند درجة حرية تقدر ب 22 ومستوى دلالة

0,05 ومقارنتها ب (ت) الجدولية 2,07 نلاحظ وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين اتحاد بسكرة واتحاد

القنطرة في مهارة دقة الاستقبال من الإرسال.

1.2.5 مناقشة نتائج الفرضية الثانية :

والتي تنص على أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الخصائص المهارية عند الناشئين حسب مستوى اللعب وإنطلاقا

من النتائج المتوصل إليها فإن الفرضية الثانية تحققت جزئيا حيث لم نجد فروقا ذات دلالة إحصائية في مهارتين وهي

دقة التمرير للأعلى ودقة التمرير للأسفل، وهذا ويعتبر فريق اتحاد القنطرة مدرسة في كرة الطائرة، وهذا وقد لاحظنا

تقارب في المستوى إلا في مهارتين دقة الإرسال ودقة الاستقبال من الإرسال هناك تفوق واضح لفريق اتحاد بسكرة وهذا ما

يعزى إلى الخصائص المورفولوجية التي يتمتع بها اللاعبين خاصة الطول الذي يعتبر خاصية هامة يجب أن يتمتع بها ناشئ

كرة الطائرة، والرغبة الواضحة للتعلم والتدريب التي يتميز بها لاعبين اتحاد بسكرة وهذا ما لمستته من خلال إشرافي على

هذا الفريق، وإكتساب الخبرة شيئا فشيئا لدى اللاعبين من خلال المشاركة في عدة دورات وتحقيق نتائج جيدة، كذلك

المواظبة والحضور الدائم للاعبين إلى الحصص التدريبية بالإضافة إلى مستوى المدرب الذي يتمتع بأفكار جديدة من

خلال دراسته الأكاديمية على مستوى الجامعة ومحاولة تطبيقها على مستوى الميدان من خلال وضع برنامج تدريبي يلائم

متطلبات وخصائص هذه الفئة من حيث تنمية وتطوير المهارات الأساسية القاعدية بإستعمال طرق ووسائل حديثة

تساعد على أداء المهارات بشكل صحيح وتكون هناك قابلية لدى الناشئين في تعلم مهارات أخرى وهذا ما أشار له محمد

صبيحي حسانين وحلمي عبد المنعم في كتابهما الأسس العلمية للكرة الطائرة وطرق القياس للتقويم. وتتوافق كذلك مع

نتائج الدراسة المشابهة أحمد فارس محمد الصالح التي أظهرت أن التحسن في الأداء البدني أدى إلى التحسن في الأداء المهاري

من خلال تطبيق برنامج مقترح (أحمد فارس محمد الصالح، 2011، ص5-11)

3.5 عرض وتحليل نتائج الفرضية الثالثة الخاصة بالإختبارات البدنية لفريقي اتحاد بسكرة واتحاد القنطرة :

الجدول رقم 3: يبين نتائج الإختبارات البدنية للفريقين اتحاد بسكرة واتحاد القنطرة

الصفات البدنية	العينة	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	درجة الحرية	مستوى الدلالة	(ت) المحسوبة	(ت) الجدولية	الدلالة الإحصائية
السرعة	بسكرة	3,80	0,23	22	0,05	2,68	2,07	دال
	القنطرة	4,11	0,17					
المرونة	بسكرة	2,33	6,08	22	0,05	2,66	2,07	دال
	القنطرة	0,38	6,90					
الرشاقة	بسكرة	8,88	0,39	22	0,05	2,26	2,07	دال
	القنطرة	9,36	0,49					

من خلال النتائج المسجلة في الجدول رقم 3 يتضح لنا مايلي :

✓ سجلت نتائج إتحاد بسكرة متوسطا حسابيا قدره 3,80 وانحرافا معياريا قدره 0,23. أما نادي إتحاد القنطرة فقد سجل متوسطا حسابيا قدره 4,11 وانحرافا معياريا قدره 0,17. الملاحظ هنا تفوق إتحاد بسكرة في نتائج إختبار السرعة 20 متر ولمعرفة هل هذه الفروق ذات دلالة إحصائية قمنا بحساب (ت) بتطبيق إختبار (T) ستودينت للفريقيين كما هو موضح في الجدول (13) وجاءت مساوية لـ 2,66 وبمقارنتها ب (ت) الجدولية 2,07 عند مستوى الدلالة 0,05 ودرجة حرية 22 وجدنا أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية. ✓ وكذلك يتضح لنا أن المتوسط الحسابي لفريق إتحاد بسكرة هو 0,38 سم و الانحراف المعياري 6,90 ، أما المتوسط الحسابي لفريق إتحاد القنطرة فكان 2,33 سم و الانحراف المعياري يقدر بـ 6,08 ، وبعد حساب (ت) عند درجة الحرية (1ن+2ن)-2 و مستوى الدلالة 0.05 وجدناها 2,66 و بالمقارنة مع (ت) الجدولية التي تساوي 2.07 نجد أن (ت) المحسوبة أكبر من (ت) الجدولية مما يدل على أن النتائج دالة إحصائيا بالنسبة لصفة المرونة. ✓ و كذلك إتحاد بسكرة متوسطها الحسابي يساوي 8,88 وانحرافها المعياري يقدر بـ 0,39. أما نادي إتحاد القنطرة فقد كان متوسط حسابيه يساوي 9,36 وانحرافه المعياري يقدر بـ 0,49. وبعد حساب (ت) عند درجة الحرية (1ن+2ن)-2 و مستوى الدلالة 0.05 وجدناها 2,26 و بالمقارنة مع (ت) الجدولية التي تساوي 2,07 نجد ان (ت) المحسوبة أكبر من (ت) الجدولية مما يدل على أن النتائج دالة إحصائيا بالنسبة لصفة الرشاقة.

1.3.5 مناقشة نتائج الفرضية الثالثة :

والتي تنص على أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الخصائص البدنية عند الناشئين حسب مستوى اللعب ، وإنطلاقا من النتائج المتوصل إليها فإن الفرضية قد تحققت ، وكانت نتائجها كلها تدل على وجود دلالة فروق بين الفريقين في الخصائص البدنية لصالح فريق إتحاد بسكرة ، وكل هذه الفروق تعزى إلى مستوى أعلى نظرا لوجود مدرب مختص متحصل على شهادات أكاديمية وكذلك إلى إحتكاك لاعبي فريق إتحاد بسكرة بفروق قوية وهذا ما يتماشى مع أهداف المنافسة والتي يعتبرها المختصون بأنها شكل من أشكال التدريب عالي الشدة حسب بعض الدراسات السابقة و أهداف التدريب الرياضي بما يخص هذه المرحلة العمرية وهذا من خلال تنمية وتطوير هذه الصفات البدنية أثناء عملية التدريب ، فالرفع من مستوى البدني للاعب كرة الطائرة يجب أن يعتمد على قواعد علمية وخصوصيات تطبق بكل صرامة و إتقان. (عباش أيوب، 2016، ص56)

6. الاستنتاجات والاقتراحات:

1.6 الإستنتاجات:

من خلال تحليلنا لنتائج الدراسة وبشكل مجزئ ثم القيام بعملية مناقشة النتائج التي توصلنا إليها في هذه الدراسة تم استنتاج ما يلي:

أشارت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في بعض القياسات الجسمية (الطول ، الوزن) بين الفريقين إتحاد القنطرة وإتحاد بسكرة ولصالح هذه الأخيرة .

- أشارت النتائج كذلك إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في جميع المهارات عدا مهارة التمير من الأسفل أي أن مستوى اللعب له تأثير على إكتساب المهارات الأساسية .

- كلما كان اللاعبون يتمتعون بخصائص مورفولوجية كالطول والوزن كانت لها أثر إيجابي على أداء المهارات الخاصة بالكرة الطائرة بشكل جيد .
- هناك ارتباط قوي بين بعض القياسات الجسمية والخصائص المهارية كالإستقبال والإرسال والتمرير .
- هناك فروق في بعض القياسات الجسمية والخصائص البدنية والمهارية باختلاف مستوى اللعب .
- القياسات الجسمية والخصائص البدنية والمهارية تتأثر ببعضها البعض بنسب متفاوتة.
- سرعة تعلم المهارات ودقة الأداء في الكرة الطائرة يرجع إلى تخطيط برنامج تدريبي ممنهج .
- تفوق فريق إتحاد بسكرة على فريق إتحاد القنطرة في جميع الخصائص البدنية.
- يمكن بناء مستويات معيارية في المهارات الأساسية بالإعتماد على نتائج دراسة بن برنو عثمان .

2.6 الإقتراحات :

- يجب أن تكون عملية تدريب الناشئين مبنية على أسس وقواعد علمية صحيحة للوصول إلى تحقيق نتائج عالمية.
- إستخدام النتائج التي توصلنا إليها لإجراء البحوث والدراسات الأخرى.
- الإهتمام والتركيز على الجانب البدني والمهاري عند الناشئين للوصول إلى المستويات العالمية.
- تسيير برامج للتدريب للنهوض بالكرة الطائرة على المستوى المحلي.
- إجراء بحوث مشابهة على الخصائص الفيزيولوجية والذهنية.
- العمل على تنمية المهارات الأساسية المساهمة والتي وضحتها الدراسة.
- إجراء دراسات أخرى مشابهة للاعبين الكرة الطائرة على عينات أخرى تختلف في السن والجنس.
- ضرورة إطلاع المدربين والمختصين على في تدريب الكرة الطائرة على نتائج الأبحاث والدراسات للإستفادة منها في مجال الإنتقاء الرياضي.
- إجراء قياسات أخرى تشمل القياسات الأثرية وبومترية لتوسيع دائرة الأبحاث الخاصة بهذه الرياضة.
- العمل على ضرورة إستغلال مرحلة الناشئين التي تعد اللبنة الأولى للوصول للاعبين للعالمية على أحسن مايمكن
- لاعب الكرة الطائرة الحديث يجب أن يتمتع بخصائص بدنية عالية المستوى لتطوير الأداء المهاري.

7. قائمة المصادر والمراجع المعتمدة في الدراسة:

1. عبد العاطي عبد الفتاح السيد ، خالد محمد زيادة ، نظريات تطبيقية في الكرة الطائرة ، ط1 ، المنصورة ، 2006.
2. عباس أيوب ، أثر إستخدام بعض الوحدات التدريبية في تنمية صفة المقاومة لتحسين أداء مهارة الصد لد لاعبي كرة الطائرة – دراسة حالة فريق مدرسي بالرابطة الجهوية للرياضة المدرسية بولاية سطيف (15-17 سنة) ، مجلة التحدي ، عدد رقم 10 ، جويلية 2016.
3. كمال جميل الربطي ، التدريب الرياضي للقرن 21 ، عمان ، الأردن ، 2004 .
4. سعد حماد الجميلي ، تعليم وتدريب وتحكيم الكرة الطائرة ، ط1 ، ليبيا ، 2000.
5. زكي محمد حسن ، التدريبات الموقفية (العلاجية) في الكرة الطائرة ، المكتبة المصرية للطباعة والنشر ، الإسكندرية ، مصر ، 2006.
6. رعد محمد عبد ربه ، الرياضات الكروية ، الجنادرية للنشر والتوزيع ، ط1 ، عمان ، الأردن ، 2010.
7. محمد بوعلاق ، الهدف الإجرائي تميزه وصيغته ، قصر الكتاب للنشر والتوزيع ، الجزائر ، 1999.

8. كمال عبد الحميد ، محمد صبيحي حسانين ، اللياقة البدنية ومكوناتها، دار الفكر العربي، 1996 .
9. مصطفى باهي و صبري عمران، الإختبارات والمقاييس في التربية الرياضية ، مكتبة الأنجلو مصرية ، ط1، القاهرة ، مصر ، 2008.
10. أحمد سعد جلال، مبادئ الإحصاء النفسي تطبيقات وتدريب على برنامج spss ، الدار الدولية للاستثمارات الثقافية، ط1، غرب القاهرة، مصر، 2008.
11. محمد صبيحي حسانين، حمدي عبد المنعم، الأسس العلمية للكرة الطائرة وطرق القياس للتقويم، مركز الكتاب للنشر، 1997.
12. أبوعلاء أحمد عبد الفتاح ، محمد صبيحي حسانين، فيسيولوجيا ومورفولوجيا الرياضي وطرق القياس للتقويم، دارالفكر العربي، 1996.
13. محمد صبيحي حسانين، القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية، دار الفكر العربي، 1995.
14. محمد إبراهيم شحاتة، دليل اللياقة البدنية، المكتبة المصرية، 2008.
15. عادل عبد البصير علي، التدريب الرياضي والتكامل بين النظرية والتطبيق، مركز الكتاب، 2008.
16. زكي محمد محمد حسن، الكرة الطائرة بناء المهارات الفنية والخططية، منشأة المعارف، 1998.
17. علي مصطفى طه، الكرة الطائرة، تاريخ، تعليم، تدريب، تحليل ، قانون، دار الفكر العربي، 1999.
18. سعد حماد الجميلي، الكرة الطائرة مبادئها وتطبيقاتها الميدانية ، دار دجلة للنشر، 2009.
19. أحمد فارس محمد الصالح: فاعلية برنامج مقترح لتحسين القدرات البدنية الخاصة بمهارة الضربة الهجومية لدى ناشئي الكرة الطائرة في فلسطين ، رسالة مقدمة لنيل شهادة الماجستير في المناهج وطرق التدريس من كلية التربية جامعة الأزهر غزة سنة 2011.
20. بن برونو عثمان: تحديد الدرجات المعيارية من خلال بطارية إختبارات لتقويم بعض المهارات الأساسية في الألعاب الجماعية (كرة اليد، الكرة الطائرة ، كرة السلة) ، رسالة مقدمة لنيل شهادة الدكتوراة في نظريات ومناهج التربية البدنية و الرياضية بالجزائر سنة 2007 .
21. عمر إبراهيم محمد: الخصائص البدنية والمهارية لدى لاعبي مراكز اللعب المختلفة لنادي كرة القدم في الضفة الغربية (فلسطين) ، مذكرة لنيل شهادة الماجستير في التربية الرياضية بنابلس فلسطين سنة 2012 .
22. amadouniane : ETUDE DES QUALITES PHYSIQUES DE DETENTE De VITESSE ET DE VITESSE COORDINATION CHEZ LES JOUEURS DE VOLLEY-BALL DE L'ASFA, DE L'ASC POLICE, DE LA CSE ET DU DUC. MEMOIRE DE MAITRISES ES SCIENCES ET TECHNIQUES DE L'ACTIVITE PHYSIQUE ET DU SPORT.SENEGALE ,2006 .