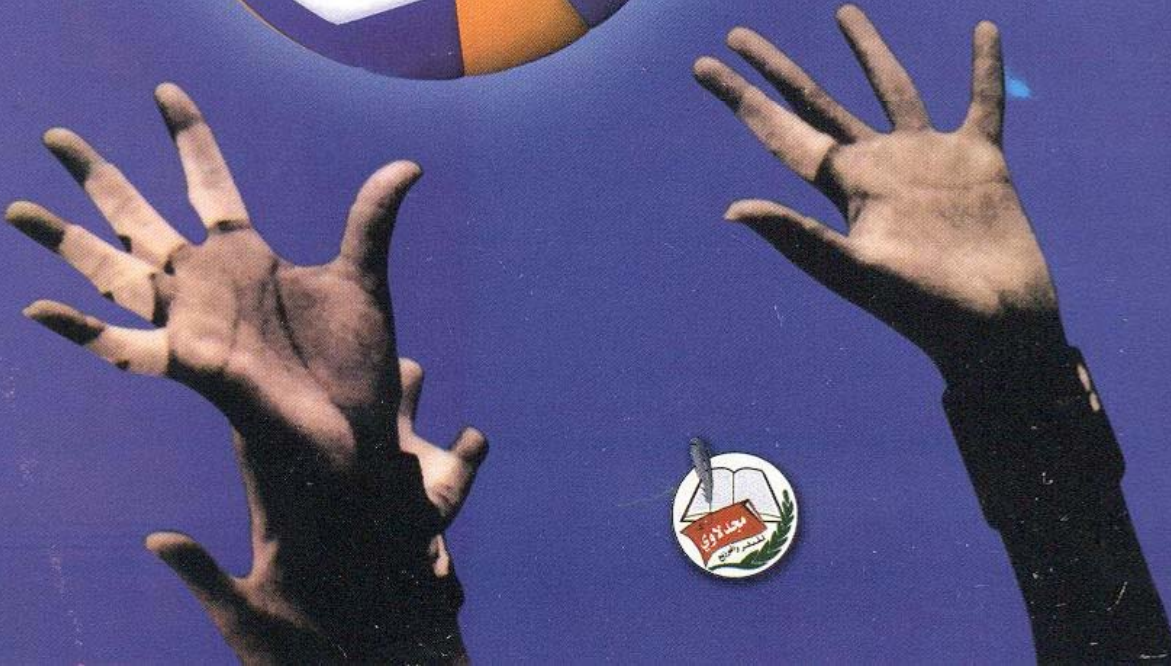
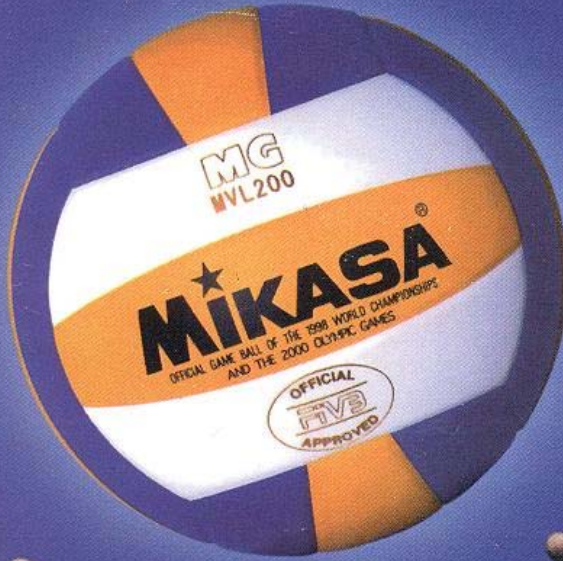


ساهرة حنا بولص

الاتصال الرياضي

في لعبة الكرة الطائرة



الاتصال الرياضي
في لعبة الكرة الطائرة

الاتصال الرياضي في لعبة الكرة الطائرة

ساهرة حنا بولص



حقوق التأليف محفوظة، ولا يجوز إعادة طبع هذا الكتاب أو أي جزء منه على أية هيئة أو بأية وسيلة إلا بإذن كتابي من المؤلف والناشر.

الطبعة الأولى
1427هـ - 2006م

| |
|--|
| المملكة الأردنية الهاشمية رقم الإيداع لدى الدائرة الوطنية (2006/8/2145) رقم الإجازة المتسلسل لدى دائرة المطبوعات والنشر (2006/7/2684) |
| 796.325 بولص، ساهرة الاتصال الرياضي في لعبة كرة الطائرة / ساهرة حنا بولص. - عمان: دار مجدلاوي ، 2006 () ص. ر.أ: (2006/8/2145) الوصفات: / كرة الطائرة // الألعاب الرياضية / |
| * تم إعداد بيانات الفهرسة والتصنيف الأولية من قبل دائرة المكتبة الوطنية |

(ردمك) ISBN 9957-02-254-7

| | |
|--|--|
| Dar Majdalawi Pub.& Dis. Telefax: 5349497 - 5349499 P.O.Box: 1758 Code 11941 Amman- Jordan www.majdalawibooks.com E-mail: customer@majdalawibooks.com |  دار مجدلاوي للنشر والتوزيع تليفاكس: ٥٣٤٩٤٩٧ - ٥٣٤٩٤٩٩ ص . ب ١٧٥٨ الرمز ١١٩٤١ عمان - الاردن |
|--|--|

الآراء الواردة في هذا الكتاب لا تعبر بالضرورة عن وجهة نظر الدار الناشره. ▼

الإهداء

لو إن العلم يفى مثقال حبكما لي
لو إن العمل يغني بعض عطائكما السخي...
لما توقفت في بذلهما ليل نهار لأرد أكفًا
داعيات... وعيونا ساهرات في ليلة ليلاء
إليكما أهدي يا أغنى من في الوجود
أمد الله في عمركما

"أبي وأمي"

وإلى أخوتي وأخواتي ورفيقاتي
والى أزهار المستقبل أبناء أخوتي وأخواتي
أحبة الفؤاد أسمى الأمنيات

أهدي لكم ثمرة جهدي

ساهرة حنا بولص

المحتويات

| الصفحة | الموضوع |
|--------|---|
| 15 | مقدمة الكتاب |
| 19 | الباب الأول: المدخل إلى لعبة الكرة الطائرة. |
| 21 | الفصل الأول: |
| 22 | أولاً: التطور التاريخي للعبة الكرة الطائرة. |
| 22 | 1- نشأة وتطور لعبة الكرة الطائرة في العالم. |
| 31 | 2- دخول لعبة الكرة الطائرة الوطن العربي |
| 33 | ثانياً: طبيعة ومميزات لعبة الكرة الطائرة. |
| 33 | 1- طبيعة لعبة الكرة الطائرة |
| 35 | 2- مميزات لعبة الكرة الطائرة. |
| 37 | الفصل الثاني: |
| 39 | المهارات الفنية الأساسية في لعبة الكرة الطائرة. |
| 41 | أولاً: فن مهارة الإرسال |
| 41 | أنواع الإرسال |
| 42 | 1- الإرسال من الأسفل |
| 42 | أ. الإرسال من الأسفل المواجه |
| 42 | - الأداء الحركي للإرسال من الأسفل المواجه |
| 44 | ب. الإرسال من أسفل الجانب المرتفع (الإرسال الروسي) |
| 45 | - الأداء الحركي للإرسال من أسفل الجانب المرتفع (الإرسال الروسي) |

| الصفحة | الموضوع |
|--------|---|
| 46 | 2- إرسال التنس |
| 46 | أ. إرسال التنس العادي |
| 46 | - الأداء الحركي لإرسال التنس العادي |
| 48 | ب. إرسال التنس القوي |
| 48 | - الأداء الحركي لإرسال التنس القوي. |
| 50 | ج- إرسال التنس القوي من القفز |
| 50 | - الأداء الحركي لإرسال التنس القوي من القفز |
| 52 | د- إرسال التنس المتموج |
| 53 | - الأداء الحركي لإرسال التنس المتموج |
| 54 | 3- الإرسال الجانبي من الأعلى (الإرسال الخطافي) |
| 54 | أ- الإرسال الجانبي العادي من الأعلى. |
| 54 | - الأداء الحركي للإرسال الجانبي العادي من الأعلى |
| 55 | ب- الإرسال الجانبي القوي من الأعلى |
| 55 | - الأداء الحركي للإرسال الجانبي القوي من الأعلى |
| 57 | ج- الإرسال الجانبي من الأعلى المتموج |
| 57 | - الأداء الحركي للإرسال الجانبي من الأعلى المتموج |
| 59 | الأخطاء الفنية لمهارة الإرسال. |
| 60 | الأخطاء القانونية لمهارة الإرسال |
| 61 | التعديلات القانونية لمهارة الإرسال. |
| 61 | طريقة التدريب على مهارة الإرسال |
| 62 | ثانياً: فن مهارة الاستقبال |
| 62 | الأداء الحركي لمهارة الإستقبال |

| الصفحة | الموضوع |
|--------|---|
| 65 | الأخطاء الشائعة لمهارة الاستقبال |
| 66 | طريقة التدريب على مهارة الاستقبال |
| 67 | ثالثاً: فن مهارة الأعداد |
| 68 | طرق تنفيذ الأعداد |
| 73 | أنواع الأعداد |
| 74 | الأداء الحركي لمهارة الإعداد |
| 77 | الأخطاء الشائعة لمهارة الأعداد |
| 78 | طريقة التدريب على مهارة الأعداد |
| 79 | رابعاً: فن مهارة الهجوم الساحق (الضربة الساحقة) |
| 80 | الأداء الحركي للهجوم الساحق |
| 83 | أنواع الهجوم الساحق |
| 84 | 1- الهجوم الساحق المواجه |
| 84 | طريقة الأداء |
| 85 | 2- الهجوم الساحق المواجه بالدوران |
| 86 | طريقة الأداء |
| 86 | 3- الهجوم الساحق الخاطف (السريع). |
| 87 | طريقة الأداء. |
| 88 | 4- الهجوم الساحق بالرسغ |
| 88 | طريقة الأداء |

| الصفحة | الموضوع |
|--------|---|
| 88 | 5- الهجوم الساحق بالخداع (التمويه) طريقة الأداء |
| 88 | |
| 89 | 6- الهجوم الساحق الجانبي (الخطائي) طريقة الأداء |
| 89 | |
| 91 | الأخطاء الشائعة في الهجوم الساحق |
| 92 | طريقة التدريب على الهجوم الساحق |
| 95 | خامساً: فن مهارة حائط الصد (جدار الصد) |
| 96 | الأداء الحركي لمهارة حائط الصد. |
| 99 | أقسام مهارة حائط الصد |
| 99 | 1- الصد الهجومي |
| 99 | 2- الصد الدفاعي |
| 100 | أنواع مهارة حائط الصد |
| 100 | 1- الصد بلاعب واحد (حائط الصد الفردي) طريقة الأداء |
| 101 | |
| 102 | 2- الصد بلاعبين (حائط الصد الزوجي) طريقة الأداء |
| 103 | |
| 104 | 3- الصد بثلاثة لاعبين طريقة الأداء |
| 105 | |
| 106 | الأخطاء الفنية لمهارة حائط الصد |
| 107 | الأخطاء القانونية لمهارة حائط الصد |

| الصفحة | الموضوع |
|--------|--|
| 108 | طريقة التدريب على حائط الصد |
| 109 | سادساً: فن مهارة الدفاع عن الملعب (التغطية) |
| 110 | أنواع الدفاع عن الملعب والأداء الحركي |
| 110 | 1- الدفاع عن الملعب بالذراعين من الأسفل من الوقوف ومن السقوط الأمامي |
| 112 | 2- الدفاع عن الملعب بذراع واحدة بالدرجة الجانبية |
| 113 | 3- الدفاع عن الملعب بذراع واحدة بالسقوط الأمامي (الغطس) |
| 116 | طريقة التدريب على مهارة الدفاع عن الملعب (التغطية) |
| 119 | الفصل الثالث: |
| | القواعد الدولية للعبة الكرة الطائرة |
| 121 | أولاً: الأدوات والتجهيزات |
| 121 | ثانياً: المشاركون |
| 128 | ثالثاً: شكل اللعب |
| 133 | رابعاً: حركات اللعب |
| 141 | خامساً: التوقيفات والتأخيرات |
| 154 | سادساً: اللاعب المدافع الحر |
| 160 | سابعاً: سلوك المشاركين |
| 162 | ثامناً: الحكام، مسؤولياتهم والإشارات الرسمية. |
| 166 | |

| الصفحة | الموضوع |
|--------|---|
| 193 | الفصل الرابع: |
| 195 | كرة الطائرة الشاطئية |
| 195 | أولاً: تاريخ لعبة كرة الطائرة الشاطئية |
| 195 | ثانياً: خصائص لعبة كرة الطائرة الشاطئية |
| 196 | ثالثاً: القواعد الرسمية للعبة كرة الطائرة الشاطئية |
| 205 | الفصل الخامس: |
| 207 | كرة الطائرة من الجلوس |
| 207 | أولاً: تاريخ لعبة كرة الطائرة من الجلوس |
| 208 | ثانياً: القواعد الرسمية للعبة كرة الطائرة من الجلوس |
| 211 | ثالثاً: التصنيف |
| 215 | الباب الثاني: الاتصال الرياضي في لعبة الكرة الطائرة (دراسة تحليلية) |
| 217 | المبحث الأول |
| 219 | أولاً: مفهوم الاتصال والاتصال الرياضي |
| 221 | ثانياً: عناصر الاتصال |
| 223 | ثالثاً: العوامل التي تساعد على نجاح عملية الاتصال |
| 226 | رابعاً: أنواع الاتصال |
| 227 | خامساً: الدراسات المشابهة بالكرة الطائرة. |
| 229 | سادساً: المصطلحات المستخدمة في الدراسة. |
| 230 | سابعاً: محددات الدراسة |
| 231 | ثامناً: تساؤلات الدراسة |

| الصفحة | الموضوع |
|--------|-------------------------------|
| 233 | المبحث الثاني: |
| 235 | أولاً: اجراءات الدراسة |
| 242 | ثانياً: عرض النتائج ومناقشتها |
| 281 | ثالثاً: الاستنتاجات والتوصيات |
| 285 | الملاحق |
| 293 | المراجع العامة |
| 293 | اولاً: المراجع العربية |
| 295 | ثانياً: المراجع الأجنبية |

مقدمة الكتاب

يعد موضوع الاتصالات بين اللاعبين من المواضيع الهامة في مجال التربية الرياضية بصورة عامة وفي الألعاب الجماعية بصورة خاصة ومنها لعبة كرة الطائرة حيث تؤدي الاتصالات سواء كانت لفظية أو حركية /إيجابية أو سلبية تعمل على تقارب أو تفاعل في نقل المعلومات بين اللاعبين أثناء اللعب للوصول إلى أهداف معينة وبالتالي الحصول على أفضل النتائج.

ولكون لعبة الكرة الطائرة تمتاز بأنها من الألعاب التي يجري فيها الكثير من الاتصالات نتيجة لعوامل مساعدة ناشئة من طبيعة اللعبة والتي تتمثل بصغر الملعب، وقرب اللاعبين من بعضهم البعض وكذلك قصر الفترة الزمنية التي يسمح بها قانون اللعبة لتداول الكرة ولوجود بعض الاحتياطات النسبي في المراكز مقارنة بالألعاب الجماعية الأخرى، سيكون الاتصال المباشر وجهًا لوجه بين اللاعبين أثناء اللعب هو أقوى أنواع الاتصال تأثيرًا.

ولا يمكن بطبيعة الحال أن يكون هناك تفاعلاً بين شخصين دون أن يتم الاتصال بينهما إذ يساعد الاتصال بسببه المتعددة على وحدة الفكر والتوصل إلى السلوك التعاوني فإذا كان الاتصال مجدياً وله فاعلية توحدت الأهداف أصبحت ذات معنى مشتركاً فيفهم كل فرد الآخر ويلتزم نفسه وفقاً للموقف بمهارة وقدرة ويتمكن المرء إذ كانت سبل الاتصال سليمة من الإحساس بالانتماء إلى الجماعة وإدراك معاييرها ومعرفة مكانته فيها.

وأن عملية الاتصال ليست مجرد الأخبار من الشخص المرسل أو مجرد الاستماع من الشخص المرسل إليه وإنما المشاركة في الأفكار والمعلومات المراد نقلها ومعنى آخر أن يكون هناك وحدة في الفكر. والاتصال عملية اشتراك ومشاركة في المعنى من خلال التفاعل الرمزي يتميز بالانتشار عبر الزمان والمكان فضلاً عن استمراريته وقابليته للتوقع.

وترى الكاتبة أن من الوسائل الفنية لتطوير الأداء في كثير من الألعاب الجماعية عملية التحليل لمعرفة نقاط الضعف والقوة وذلك ليتسنى لدى المدربين والعاملين في المجال الرياضي وضع البرامج التي تسهم في عملية التطوير وتحد من عمليات الضعف والعمل على تخفيف حدتها للوصول للاعبين إلى المستويات الرياضية المطلوبة بالإضافة إلى إمكانية امتلاك القدرات التي تؤهلهم على تنفيذ البرامج والخطط بصورة متميزة.

وأن أسلوب تحليل المباراة maTc analysis: "يعتبر من أفضل الأساليب الفعالة في تقويم وقياس مستويات اللاعبين وقد انتشر هذا الأسلوب في مجالات ميادين الكرة الطائرة لجميع المستويات وللجنسين حيث تم وضع خمس طرق لتحليل المباريات وهي (تقويم المهارات الأساسية، التحليل القصير، التحليل المطور، نظرية التدفق ونظرية الاستكشاف). ويعتبر أسلوب تحليل المباراة نظاما متكاملًا لقياس measurement وتقويم evaluation أداء اللاعبين وكذلك الفريق، حيث يقصد بالتقويم والقياس لأداء اللاعبين وتتبع أداء كل لاعب على حدة لمهاراته الأساسية أو تنفيذ المهام كالخطط والمهام المكلف بها أو تنفيذه لهذه المهام مجتمعة.

أما فيما يتعلق بالفريق فتكون المتابعة لجميع أعضاء الفريق في وقت واحد عبر تغيير وانتقال أحداث المباراة والتي بطبيعتها تكون عادة سريعة وخاطفة.

ولا يقتصر الأمر في هذا المجال على الفريق المعني (أي الفريق المراد تحليل أدائه)، بل يمتد استخدام نظام تحليل المباراة إلى تقويم أداء الفريق المنافس، حيث يسمح بدراستها والتعرف على نقاط الضعف والقوة في أداؤها.

وعليه يعتبر أسلوب تحليل المباراة نظامًا متكاملًا للتقويم والقياس سواء للاعب أو الفريق حيث يسمح بمقارنة الفرد مع نفسه أو مقارنته مع قرينه ومقارنة الفريق بالفرق الأخرى. ويسمح أسلوب تحليل المباراة بتقدير قيمة الأداء الذي يقوم به اللاعب والفريق وإصدار الأحكام على هذه القيمة في ضوء اعتبارات ومعايير

محددة، وهنا لا بد من الإشارة بأن أسلوب تحليل المباراة يعتبر أسلوباً تربوياً، تعليمياً لتتبع حالة الفريق ومعدلات تقدمه.

وأن نظام تحليل المباراة يتناول في إحدى جوانبه عملية الاتصال اللفظي أو الحركي سواء كان الاتصال الذي يجري بين اللاعبين أو اللاعب مع ذاته، وتأثير ذلك على أداء الفريق ونتائجه، حيث يعتبر الاتصال عامل ذو أثر فعال في تحديد النتيجة إلى جانب المهارات الفنية الأخرى.

كتاي (الاتصال الرياضي في لعبة كرة الطائرة) يهدف إلى التعرف على علاقة الاتصالات بين اللاعبين أثناء المباراة بالنتائج وأهميتها في تحليل المباريات، لتكون مساهمة للأندية والاتحادات وكذلك فنيي اللعبة ولتزويدهم بالمعلومات الكاملة عن هذه الاتصالات، وأهميتها في الوصول إلى النتائج المرجوة. قسم الكتاب إلى باين يتناول الباب الأول المدخل إلى لعبة الكرة الطائرة ويشمل الفصول التالية:

الفصل الأول:

أولاً: التطور التاريخي للعبة كرة الطائرة.

ثانياً: طبيعة ومميزات لعبة كرة الطائرة.

الفصل الثاني: المهارات الفنية الأساسية في لعبة كرة الطائرة.

الفصل الثالث: القواعد الدولية للعبة الكرة الطائرة.

الفصل الرابع: كرة الطائرة الشاطئية.

الفصل الخامس: كرة الطائرة من الجلوس.

ويتناول الباب الثاني الاتصال الرياضي في لعبة الكرة الطائرة (دراسة تحليلية).

الباب الأول

المدخل إلى لعبة
الكرة الطائرة

الفصل الأول

أولاً: التطور التاريخي للعبة كرة الطائرة

- 1- نشأة وتطور لعبة كرة الطائرة في العالم.
- 2- دخول لعبة كرة الطائرة الوطن العربي.

ثانياً: طبيعة ومميزات لعبة الكرة الطائرة.

- 1- طبيعة لعبة الكرة الطائرة.
- 2- مميزات لعبة الكرة الطائرة.

أولاً: التطور التاريخي للعبة الكرة الطائرة

1- نشأة وتطور لعبة كرة الطائرة في العالم.

تعتبر لعبة كرة الطائرة لعبة جماعية مثل باقي الألعاب الجماعية الأخرى. فقد تطوّرت هذه اللعبة تطورا كبيرا خاصة في الحقبة الأخيرة في القرن العشرين حيث انتشرت انتشارا واسعا لتشمل بلادا عديدة في جميع أنحاء العالم.

اختلف المؤرخون حول تحديد بداية ظهور لعبة كرة الطائرة في العالم. إلا أن البعض حدد ظهورها في فرع جمعية الشبان المسيحية في هولوك إحدى مدن ولاية ماساشوستس بالولايات المتحدة الأمريكية سنة (1895م) وهناك من يرجع تاريخها ما قبل ذلك بكثير. فقد ذكر إن لعبة كرة الطائرة لعبة معدلة عن لعبة إيطالية كانت تلعب في العصور الوسطى ومنها انتقلت إلى ألمانيا حيث عرفت باسم (فوستبول) (FaustBall) إلى أن جاء وليم مورجان (William C. morgan). وسواء صحت الرواية الأولى أو الثانية فإن الفضل في ظهور اللعبة وانتشارها في جميع أنحاء العالم يعود إلى مورجان دون شك.

كان مورجان يشغل وظيفة مدير التربية الرياضية بفرع جمعية الشبان المسيحية بمدينة هولوك ويشرف على مجموعات من رجال الأعمال كانت تمارس أنواعا من الرياضات تتيح لهم تنشيط أجهزتهم دون ما حاجة إلى بذل مجهودات كبيرة.

وهذا ما دفع مورجان للتفكير في لعبة جديدة بسيطة، لا تحتاج إلى جهد كبير وتكون في نفس الوقت لعبة ترويحية تساعد على تضيئة وقت الفراغ بمتعة وشغف وكان ذلك بعد ثلاث سنوات من ظهور لعبة كرة السلة التي استبعتها مورجان نظرا للمجهود الذي تتطلبه والذي لا يتناسب مع الإمكانيات الجسدية التي يملكها من يشرف على تدريبهم.

استخدم مورجان المئات الداخلية لكرة السلة، ولكنه ما لبث أن غيّر لها خفة وزنها، واستخدم كرة السلة العادية فوجد أنها ثقيلة جدا فعمد إلى الاتصال بإحدى شركات صنع الأدوات الرياضية واشترك مع بعض موظفيها في وضع تصميم لكرة جديدة تتناسب ومتطلبات اللعبة، فظهرت الكرة التي تشبه إلى حد كبير الكرة المستعملة حاليا وسماها (مينتون) (Minton).

درّب مورجان عددا من الفرق في هولوك وجنדהا في عرض اللّعبة أمام الجمهور في مختلف المناسبات وكانت تلعب في ملعب طوله (15) مترا وعرضه (7) أمتار ونصف تقسمه شبكة ارتفاعها (183) سم، ولم يكن عدد اللاعبين محددًا ومكان يسمح بأداء الإرسال مرتين متتاليتين كما يحدث في لعبة التنس ثم يتبادل الفريقان كل ثلاث نقاط وكانت الخطوط تعتبر من خارج الملعب.

تبنّت جمعية الشبان المسيحية اللعبة، بعد أن رأّت النجاح الذي حققته وأدخلتها في برامجها، وسرعان ما انتشرت داخل الولايات المتحدة وخارجها بواسطة فروع الجمعية في جميع أنحاء العالم.

وفي عام (1897م) اجتمعت اللجنة الفنية في جامعة (Spring Field) وناقش الأعضاء اللعبة الجديدة حيث تعرضت اللعبة لمعارضة شديدة من قبل (الدكتور الفرد. ن. هالستد) (Dr. Halstead) الأستاذ بجامعة سيرنجفيلد الذي أصر على تسميتها الكرة الطائرة بدلا من كرة (منتون) Minton لأن (Volley) تعني طائرة وهذا يتناسب مع المهارات والحركات الفنية للعبة التي لا تسمح بسقوط الكرة على الأرض. وفي حال سقوط الكرة على الأرض فإنها تعتبر ضربة خاسرة أو غير قانونية.

لذلك سميت (الكرة الطائرة) وانتشرت اللعبة من أمريكا إلى كندا سنة (1900م) ودخلت كوبا سنة (1905م) ثم دخلت هذه اللعبة دول أمريكا اللاتينية. وأقيمت عدة بطولات منذ ذلك الوقت ولحد الآن بين فرق دولية وعالمية.

وقد انتقلت اللعبة بعد الحرب العالمية الثانية إلى فرنسا وغرب وجنوب أوروبا وانتشرت في جميع الدول الاشتراكية بعد ذلك.

كما انتشرت اللعبة في آسيا بعد دخولها الهند عام (1900م) ومنها دخلت إلى باقي دول آسيا ومنها الفلبين عام (1910م) والصين عام (1913م) واليابان (1917م).

وأصبحت هذه اللعبة جزءا لا يتجزأ من حياة هذه الشعوب وقد سبقت العالم بوضع أول قانون للعبة وهو يختلف عن القانون الحالي من حيث ساحة الملعب وارتفاع الشبكة وزيادة 3 لاعبين فقد كانت تزيد مساحة الملعب عن الملعب الحالي بـ 4م في الطول و 2م في العرض وأقل 15سم من علو الشبكة الحالي. وقد توحدت القوانين بعد انضمام هذه الدول إلى الاتحاد العالمي لكرة الطائرة.

فما بين عام 1921 - 1925 تم تكوين الاتحادات الأولى لكرة الطائرة في كل من بولونيا - اليابان - تشيكوسلوفاكيا - الاتحاد السوفيتي سابقا. وفي عام 1928 تكون أول اتحاد لكرة الطائرة في أمريكا برئاسة د. جورج فيشر. وفي فرنسا عام 1936م وفي إيطاليا عام 1945م وبلجيكا والبرتغال عام 1946م.

وبعد عام واحد بعد الحرب العالمية الثانية عام 1946م وبمناسبة قدوم الفريق العسكري الأمريكي للعب في أوروبا فقد جرى تنظيم مباحثات جدية حول تأسيس الاتحاد الدولي لكرة الطائرة وكان قرار تأسيس الاتحاد الدولي قد صدر في براغ وكان هناك ممثل من الولايات المتحدة الأمريكية وفرنسا وبلجيكا وبولندا وتشيكوسلوفاكيا.

وفي عام 1947م تم تأسيس الاتحاد الدولي الحقيقي لكرة الطائرة في باريس. وقد لعبت فرنسا دورا مهما في تأسيسه واعترف به من اللجنة الأولمبية الدولية. وفي نفس العام عقد أول مؤتمر لكرة الطائرة في باريس بتمثيل 14 دولة. (بلجيكا - البرازيل - تشيكوسلوفاكيا - مصر - فرنسا - هولندا - المجر -

إيطاليا- بولندا - البرتغال - رومانيا - أوجواي - الولايات المتحدة الأمريكية - ويوغسلافيا).
كان أول رئيس للاتحاد الدولي للكرة الطائرة هو بول ليون من فرنسا وبقي على رأس الاتحاد الدولي لمدة 37 عاما أثناء ذلك الوقت ساهم بوضوح في تطور وشعبية الكرة الطائرة في العالم.
وقد وحد الاتحاد الدولي في نفس العام قوانين اللعبة. اتحدت القوانين الأمريكية والأوروبية.
ويشرف الاتحاد الدولي على الدورات الأولمبية وكأس العالم وبطولة العالم.
والتاريخ المهم في تطوير لعبة كرة الطائرة هو عام 1957 ففي ذلك العام عقد اجتماع اللجنة الأولمبية الدولية في صوفيا وكانت إحدى النقاط الرئيسية في جدول الأعمال هو إدخال لعبة الكرة الطائرة ضمن الألعاب الأولمبية اعتبارا من الدورة المقبلة.
وبعد عام 1960م جاءت أعوام التطور الحقيقي لهذه اللعبة حيث تم إنجاز البرنامج الذي وضع في عام 1957م إنجازا كاملا ودخلت الكرة الطائرة في دورة طوكيو الأولمبية عام 1964م وأصبحت من الألعاب الأساسية في الدورات الأولمبية.
بعد ذلك أنشئت الاتحادات الباقية بصورة بطيئة ومرتجة فقد أنشئ الاتحاد الآسيوي والاتحاد الأوروبي واتحاد أمريكا الجنوبية والاتحاد الأفريقي والاتحاد العربي.
● في عام 1957م- نظمت بلغاريا الدورة الدولية للرجال بمناسبة الدورة (53) للجنة الأولمبية الدولية.
● عام 1958م- قدمت اليابان نظام أو طريقة 6 لاعبين.
● عام 1962م- أقرت اللجنة الأولمبية الدولية بالكرة الطائرة كلعبة نسائية أولمبية.

- عام 1964م- دخلت كرة الطائرة لأول مرة في دورة طوكيو الأولمبية الثامنة عشر- وأصبحت من الألعاب الأساسية في الدورات الأولمبية.
- عام 1969م- تكونت لجنة الاتحاد الدولي للمدربين وعقد مؤتمر الحكام والمدربين الدوليين وأصبح يعقد في كل بطولة عالمية.
- عام 1970م- أدخلت عصا الشبكة.
- عام 1971م- عقدت أول دورة مدربين للاتحاد الدولي في اليابان بالاشتراك 39 من 13 دولة.
- وأدخلت لعبة كرة الطائرة لأول مرة في الدورة السادسة لألعاب البحر المتوسط في أزمير.
- عام 1972م- تكونت اللجنة الطبية للاتحاد الدولي للكرة الطائرة.
- عام 1974م- تم استخدام 3 كرات لأول مرة بصفة رسمية.
- عام 1976م- الهيئة العليا للاتحاد الدولي للكرة الطائرة تقرر في مونتريال تغييرات هامة جديدة في قوانين اللعبة.
- ولمسة الصد لا تحسب كواحدة من الثلاث لمسات. أبدى هذا التغيير مرحلة واضحة لتطور الكرة الطائرة القوية أصبح الدفاع أكثر أهمية.
- عام 1978م- أقيمت أول دورة دولية لمدربي الكرة الطائرة المصغرة في البحرين.
- عام 1984م- اتخذت الهيئة العليا للاتحاد الدولي قرارات هامة وواسعة في المجال على برنامج وبناء وإدارة الاتحاد الدولي للكرة الطائرة. انتخب الدكتور/ روبين اكوستا كرئيس جديد. الرئيس السابق لبيون أصبح عضو شرف (رئيس شرف) بعد خدمة 37 سنة كرئيس. وصل عدد الأعضاء المتضمنين للاتحاد الدولي للكرة الطائرة إلى 156 عضو.
- عام 1986م- في لوزان ناقش الخبراء إمكانيات حل مشكلة طول المباريات (الفترة الزمنية).

– وأول دورة معلمين للاتحاد الدولي للكرة الطائرة في ألمانيا الديمقراطية وذلك بـ39 مشتركا من كل القارات.

• عام 1988م- للمرة الأولى نظام إحصائي لمباريات الاتحاد الدولي الرسمية يستخدم ليמד الجماهير والفرق بالبيانات عن اللاعبين والفرق وأدائهم لاكتشاف أحسن اللاعبين والفرق لكل مهارة.

التوقيت لأولى البطولات والمسابقات الدولية والعالمية لكرة الطائرة

1948م- أول بطولة أوروبية للرجال في روما.

1949م- أول بطولة أوروبية للسيدات في براغ.

1949م - أول بطولة عالمية للرجال في براغ.

1952م - أول بطولة عالمية للسيدات في موسكو.

1963م - أول كأس أوروبا لفرق الأندية.

1964م - أول مسابقة أولمبية لكرة الطائرة في طوكيو.

1965م - أول مسابقة لكأس العالم للرجال في بولندا.

1967م- أول بطولة للناشئين لأوروبا في بودابست.

1972م - أول بطولة للناشئين لأمريكا الجنوبية في ريو.

1973م - أول مسابقة لكأس العالم للسيدات في أوجواي.

1975م - أول بطولة آسيوية في أستراليا.

1975م - أول بطولة أفريقية للسيدات في داكار.

1977م - أول بطولة عالم للناشئين في البرازيل.

1986م - أول بطولة للتأسيس (التعزيز) في اليونان.

كرة الطائرة الأولمبية:

أصبحت لعبة كرة الطائرة من الألعاب الأساسية في الدورات الأولمبية وفي الآونة الأخيرة احتلت المركز الأول من حيث المشاهدين وتمتعهم بها لما وصلت إليه من تطور النواحي الفنية العالية. في عام 1957م وبعد مسابقة ناجحة في صوفيا عرفت الكرة الطائرة كرياضة أولمبية. وأول مسابقة أولمبية للكرة الطائرة كانت في طوكيو (1964م). وفيما يلي توقيت للدورات الأولمبية التي شاركت بها لعبة كرة الطائرة والمراكز الأولى للفرق المشاركة.

1964م- الدورة الأولمبية الثامنة عشر في طوكيو.

أول دورة أولمبية تشارك فيها لعبة الكرة الطائرة.

أحرز الميدالية الذهبية فريق الاتحاد السوفياتي للرجال. وفريق اليابان للسيدات.

1968م- الدورة الأولمبية التاسعة عشر في مكسيكو.

ثاني دورة أولمبية لكرة الطائرة.

فاز في دوري الرجال الاتحاد السوفيتي بالمركز الأول واليابان ثانيا وبولندا ثالثا.

وفي دوري السيدات فاز فريق الاتحاد السوفيتي بالمركز الأول.

1972م- الدورة الأولمبية العشرين في ميونخ.

ثالث دورة أولمبية لكرة الطائرة.

فاز في دوري الرجال فريق اليابان بالمركز الأول وألمانيا الديمقراطية ثانيا والاتحاد

السوفيتي ثالثا.

أما في دوري السيدات فاز فريق الاتحاد السوفيتي بالمركز الأول واليابان ثانيا وكوريا

الديمقراطية ثالثا.

1976م- الدورة الأولمبية الحادية والعشرين في مونتريال.

رابع دورة أولمبية لكرة الطائرة.

فاز في دوري الرجال فريق بولندا بالمركز الأول والاتحاد السوفيتي ثانيا وكوريا ثالثا.
أما في دوري السيدات فاز فريق اليابان بالمركز الأول والاتحاد السوفيتي ثانيا وفريق كوريا
بالمركز الثالث.

1980م- الدورة الأولمبية الثانية والعشرين في موسكو.

خامس دورة أولمبية لكرة الطائرة.

فاز في دوري الرجال فريق الاتحاد السوفيتي بالمركز الأول وبلغاريا ثانيا وفريق رومانيا ثالثا.
أما في دوري السيدات فاز فريق الاتحاد السوفيتي بالمركز الأول وألمانيا الديمقراطية ثانيا وبلغاريا
بالمركز الثالث.

1984م- الدورة الأولمبية الثالثة والعشرين في لوس أنجلوس.

سادس دورة أولمبية لكرة الطائرة.

فاز في دوري الرجال فريق الولايات المتحدة الأمريكية بالمركز الأول والبرازيل ثانيا وإيطاليا ثالثا.
أما في دوري السيدات فاز فريق الصين بالمركز الأول والولايات المتحدة الأمريكية ثانيا واليابان
ثالثا.

1988م- الدورة الأولمبية الرابعة والعشرين في سيئول.

سابع دورة أولمبية لكرة الطائرة.

فاز في دوري الرجال فريق الاتحاد السوفيتي بالمركز الأول وفريق بيرو ثانيا والصين ثالثا.
أما في دوري السيدات فاز فريق الولايات المتحدة الأمريكية بالمركز الأول والاتحاد السوفيتي ثانيا
والأرجنتين ثالثا.

1992م- الدورة الأولمبية الخامسة والعشرين في برشلونة.

ثامن دورة أولمبية لكرة الطائرة.

فاز في دوري الرجال فريق البرازيل بالمركز الأول ونذرلاند بالمركز الثاني والولايات المتحدة الأمريكية ثالثاً.

أما في دوري السيدات فاز فريق كوبا بالمركز الأول وفريق CIS بالمركز الثاني والولايات المتحدة الأمريكية بالمركز الثالث.

1996م- الدورة الأولمبية السادسة والعشرين في الولايات المتحدة الأمريكية في أتلانتا.

تاسع دورة أولمبية لكرة الطائرة.

فاز في دوري الرجال فريق هولندا بالمركز الأول وإيطاليا بالمركز الثاني ويوغسلافيا بالمركز الثالث. أما في دوري السيدات فاز فريق كوبا بالمركز الأول وفريق الصين بالمركز الثاني والبرازيل بالمركز الثالث.

2000م- الدورة الأولمبية السابعة والعشرين في سيدني

عاشر دورة أولمبية لكرة الطائرة.

فاز في دوري الرجال فريق يوغسلافيا بالمركز الأول وفريق روسيا بالمركز الثاني وإيطاليا بالمركز الثالث.

أما في دوري السيدات فاز فريق كوبا بالمركز الأول وروسيا بالمركز الثاني والبرازيل بالمركز الثالث.

2004م- الدورة الأولمبية الثامنة والعشرين في اليونان

الدورة الأولمبية الحادية عشر لكرة الطائرة.

فاز في دوري الرجال فريق البرازيل بالمركز الأول وفريق إيطاليا بالمركز الثاني وروسيا بالمركز الثالث.

أما في دوري السيدات فاز فريق الصين بالمركز الأول وفريق روسيا بالمركز الثاني وكوبا بالمركز الثالث.

2- دخول لعبة كرة الطائرة الوطن العربي

دخلت الكرة الطائرة الوطن العربي بعد الحرب العالمية الأولى في بداية العشرينات كبقية الألعاب الرياضية عن طريق الاستعمار الفرنسي والبريطاني والإيطالي وعن طريق الجاليات الأجنبية التي كانت تعمل في الأقطار العربية ودخلت أيضا عن طريق المدارس الأجنبية والمدرسين الأوربيين الذين انتدبوا من قبل الدول العربية للتدريس في مدارسهم مثل بيروت - مصر - والعراق - وشمال أفريقيا. أما دخول لعبة كرة الطائرة إلى أقطار المغرب العربي فكان عن طريق المدرسين العرب والفرنسيين الذين أتموا دراستهم في معاهد فرنسا. وقل ما توجد مدرسة لا تملك ملعباً أو أكثر لكرة الطائرة لذلك وصلت فرق تونس والمغرب إلى مستوى راق من المهارات مما يضعها في مصاف الفرق العالمية الممتازة.

وبعد انتشار لعبة كرة الطائرة في الوطن العربي وتنفيذا لمقررات جامعة الدول العربية بضرورة تشكيل اتحادات رياضية عربية تساهم في التخطيط للنهوض بمستوى الرياضة في العالم العربي فقد تحركت بعض الاتحادات الوطنية العربية لتشكيل اتحاد عربي لكرة الطائرة. فقد تأسس الاتحاد العربي لكرة الطائرة في العراق في بغداد بتاريخ (12) كانون الأول (يناير) عام 1975م من قبل الاتحادات والجمعيات الرياضية لكرة الطائرة في الدول العربية وهي (الأردن - الإمارات العربية المتحدة - البحرين - الصومال - السودان - الكويت - فلسطين - ليبيا - اليمن الديمقراطية - مصر - والعراق).

ويعتبر الاتحاد العربي أعلى هيئة مشرفة فيما يختص بالكرة الطائرة في الوطن العربي. وهو معترف به من قبل الاتحاد الدولي لكرة الطائرة كاتحاد رياضي يشرف على نشاط اللعبة في الوطن العربي. وتعتبر اللغة العربية هي اللغة الرسمية للاتحاد.

عقد المؤتمر الأول للاتحاد العربي في بغداد في 12 / 12 / 1975 استمر ثلاثة أيام في بغداد وتمت مناقشة وإقرار مواد النظام الأساسي للاتحاد العربي الذي أعد مسودته الاتحاد العراقي لتلك اللعبة. وأيضاً تم انتخاب مجلس إدارة الاتحاد وتقرر أن يكون مقره في بغداد وانتخب رئيس وأمين سر الاتحاد من القطر العراقي لتمشية أعماله، ويضم الاتحاد لجاناً عديدة مثل (لجنة المدربين _ لجنة الحكام _ اللجنة الفنية _ اللجنة الطبية) تم انتخابهم من الأقطار العربية.

ويهدف الاتحاد العربي إلى:

- 1- العمل على حماية الهواية في لعبة الكرة الطائرة في حدود القواعد التي يضعها الاتحاد الدولي.
- 2- تشجيع ممارسة الكرة الطائرة في الدول العربية ورفع مستوى اللعبة ونشرها وحمايتها من العوامل التي تتعرض لها وذلك في حدود القوانين الأساسية والنظام المعمول به في الاتحاد الدولي لكرة الطائرة.
- 3- تنظيم المسابقات والدورات والبطولات العربية بين الدول الأعضاء في الاتحاد وإصدار اللوائح الخاصة باللعبة.
- 4- إصدار النشرات والكتيبات الخاصة باللعبة وتوزيعها إلى الدول العربية.
- 5- تشجيع ومساعدة الدول العربية الأعضاء لتكوين اتحادات أو هيئات مماثلة تعنى بشؤون الكرة الطائرة مع مساعدتها للانضمام للاتحاد الدولي والقاري.
- 6- تنظيم دراسات للمدربين والحكام والإداريين وغيرهم والعمل على الارتقاء بالمستوى الفني والإداري للعبة.
- 7- العمل على تسهيل الاتصالات واللقاءات الرياضية بين الدول العربية الأعضاء في الكرة الطائرة.

8- التنسيق بين الدول العربية الأعضاء على المستوى العربي والقاري والدولي والعمل على تسوية ما

قد ينشأ من خلافات بين الأعضاء في محيط اللعبة وإسداء النصح والمشورة لها.

9- استخدام الوسائل التي يراها الاتحاد محققة لأهدافه.

ثانياً: طبيعة ومميزات لعبة الكرة الطائرة

1- طبيعة لعبة الكرة الطائرة

إن لعبة كرة الطائرة من الألعاب الجماعية البسيطة وتعمل إلى أبعد حد في توضيح نشاطها

الفرقي للنواحي الفنية والخططية.

مباراة الكرة الطائرة تتطلب من اللاعبين تحضير وإعداد عناصر اللياقة البدنية والمهارات الفنية

(التكتيكية) والخططية (التكتيك) والنفسية، إعداداً جيداً لأن السباقات فيها تتطلب نشاطات متعددة من

اللاعبين داخل الملعب. كما ينبغي التعاون بين أعضاء الفريق لدمج إمكاناتهم الفردية للحصول على نشاط

جمعي (فرقي) عن طريق إتقانهم المهارات الفنية (التكتيكية) وتطبيق النواحي الخططية (التكتيكية)

بصورة متكاملة نحو الإنجاز العالي واكتساب النقاط وتحقيق نتيجة أفضل نحو الفوز.

ملعب كرة الطائرة عبارة عن مربعين متلاصقين ضلع كل منهما 9 أمتار تفصل بينهما شبكة

ارتفاعها 2.43م لفريق الرجال و 2.24م لفريق السيدات. ويتكون كل فريق من ستة لاعبين.

وهدف اللعب جعل الكرة تسقط في ملعب الفريق المنافس بطريقة لا تمكنه من إعادتها فوق

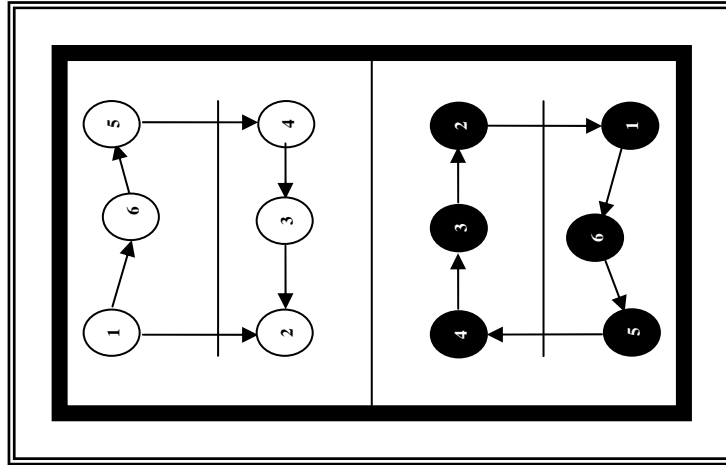
الشبكة. ويكسب الفريق النقطة عندما يفشل الفريق المنافس في إعادة الكرة بعد أن يكون الإرسال بحوزة

الفريق الأول. لهذا يتوجب العمل للحصول على الإرسال بسبب خطأ يرتكبه الفريق المضاد.

والمباراة عبارة عن ثلاثة أشواط من خمسة ويتألف الشوط من (25) نقطة. أما في حالة تعادل الفريقين بـ(24) نقطة لكل منهما فيكسب الفريق الذي يتجاوز منافسه بنقطتين متتاليتين. وفي حالة تعادل الفريقين بشوطين لكل منهما فيلعب الشوط الخامس والحاسم ويتألف الشوط من (15) نقطة واللعب يستمر حتى يحقق أحد الفريقين نقطتين زيادة عن منافسه.

ويسمح لكل لاعب بلعب الكرة بأي جزء من الجسم من فوق الركبة بما فيها الركبة وسمح أيضا بضرب الكرة بواسطة القدم.

ويكون توزيع اللاعبين في الملعب ثلاثة أماما وثلاثة خلفا يكون مراكزهم كما يلي: الدفاع الخلفي الأيمن، مركز (1) المرسل، مركز (2) لاعب الجناح الأيمن أمام المرسل مباشرة، مركز (3) قلب الهجوم، مركز (4) الجناح الأيسر، مركز (5) الدفاع الأيسر، مركز (6) قلب الدفاع، كما في الشكل رقم (1).



الشكل رقم (1)

مراكز اللاعبين ودوراتهم

اللاعبون الخلفيون في المراكز (1، 6، 5) لا يحق لهم لعب الكرة من منطقة الهجوم لتعبر الشبكة عندما تكون الكرة فوق مستوى الحافة العليا للشبكة.

يؤدي لاعب الدفاع الأيمن مركز (1) المرسل ضربة الإرسال لتعبر الشبكة إلى ملعب الخصم وسمح بلمس الكرة للشبكة أثناء عملية الإرسال. أما إذا سقطت الكرة خارج الملعب فإنه يفقد الإرسال وينتقل إلى الفريق الآخر.

وعندما يستعيد الفريق الإرسال يتحرك اللاعبون مركزا واحدا في اتجاه عقارب الساعة وبمجرد لعب الإرسال يمكن لأي لاعب أن يتحرك لأي مكان في الملعب للعب الكرة.

أما الأخطاء الأساسية في اللعبة فتتلخص فيما يلي:

- 1- تمرير الكرة خارج حدود الملعب.
- 2- لمس الكرة أكثر من ثلاث مرات متتالية من قبل الفريق الواحد.
- 3- لمس اللاعب الكرة مرتين متتاليتين.
- 4- لمس اللاعب الشبكة ولمس ملعب الفريق المضاد.
- 5- استقرار الكرة بين يدي أو ذراعي اللاعب تعتبر الكرة محمولة.

2- مميزات لعبة الكرة الطائرة:

تتميز لعبة كرة الطائرة بما يلي:

- 1- تعتبر هذه اللعبة من الألعاب الجماعية التي تناسب جميع الأعمار ولكلا الجنسين.
- 2- يمكن ممارستها في كل فصول السنة في الملاعب المكشوفة والمغطاة ويمكن ممارستها ليلا ونهارا.
- 3- قليلة التكاليف من الناحية المادية ولا تحتاج إلى تجهيزات كثيرة.

- 4- قليلة الاحتكاك الجسماني مع الفريق المنافس فكل فريق يلعب في نصف ملعب مستقل عن الآخر وهذا يسهل اللعبة ويبعد لاعبيها عن الإصابات الجسمية.
- 5- قانون اللعبة يسمح للاعب بلمسة واحدة فقط مما يعطي الفرصة لعدد كبير من اللاعبين في الاشتراك في لعب الكرة.
- 6- قانون تبديل مراكز اللاعبين يعطي الفرصة لكل لاعب لإظهار قدرته في الألعاب الدفاعية والهجومية على الشبكة.
- 7- تعتبر هذه اللعبة من الألعاب التي تساعد على تطوير الجهاز الحركي، وتنشيط الدورة الدموية والجهاز التنفسي والقدرة الوظيفية لأعضاء الجسم المختلفة.
- 8- يكون دوران اللاعبين بعد استحواذهم على الكرة من الخصم.
- 9- تعمل على علاج انحناء الظهر الناتج من الجلوس غير السليم وتقويم الهيكل العظمي.

الفصل الثاني

المهارات الفنية الأساسية

في لعبة الكرة الطائرة

أولاً- فن مهارة الإرسال.

ثانياً- فن مهارة الاستقبال.

ثالثاً- فن مهارة الإعداد.

رابعاً- فن مهارة الهجوم الساحق

(الضربة الساحقة).

خامساً- فن مهارة حائط الصد (جدار الصد).

سادساً- فن مهارة الدفاع عن الملعب (التغطية).

المهارات الفنية الأساسية في لعبة كرة الطائرة

المهارات الفنية الأساسية هي الحركات التي تتطلبها مجريات اللعب أثناء المباراة. ويجب على جميع اللاعبين إتقان هذه المهارات لكي يتمكن كل لاعب من تنفيذ واجبه أثناء اللعب. وبما أن قانون اللعبة يسمح بتبديل مراكز اللاعبين فلا يستطيع اللاعب أن يتخصص في مركز معين سواء في الدفاع أو في الهجوم ولهذا يجب على كل لاعب أن يعد إعدادا جيدا وأن يتقن جميع المبادئ الأساسية لكي يتمكن من التحرك في الملعب باستمرار بخفة ورشاقة وهذا ما تتطلبه لعبة كرة الطائرة لأنها لعبة سريعة ووضع الفريق يتغير من الهجوم إلى الدفاع وبالعكس تبعا لمواقف اللعب المختلفة كالتحرك لتغطية حائد الصد أو أداء عملية الضرب الساحق أو الدفاع عن الملعب وغيرها.

والمهارات الفنية الأساسية أو المبادئ الأساسية التي تتكون منها لعبة كرة الطائرة هي:

أولاً- فن مهارة الإرسال.

ثانياً- فن مهارة الاستقبال.

ثالثاً- فن مهارة الإعداد.

رابعاً- فن مهارة الهجوم الساحق (الضربة الساحقة).

خامساً- فن مهارة حائط الصد.

سادساً- فن مهارة الدفاع عن الملعب.

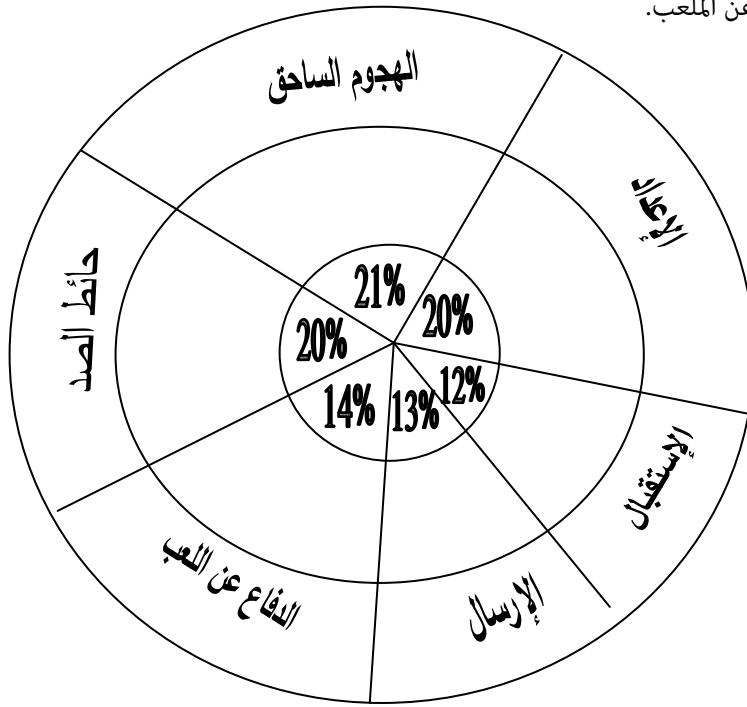
وتقسم المهارات الأساسية في لعبة كرة الطائرة إلى مجموعتين:

أ- المهارات الهجومية وتشمل:

- 1- الإرسال.
- 2- الإعداد.
- 3- الهجوم الساحق.
- 4- حائط الصد.

ب- المهارات الدفاعية وتشمل:

- 1- الاستقبال.
- 2- حائط الصد.
- 3- الدفاع عن الملعب.



الشكل رقم (2)

يمثل النسب المئوية للمهارات الفنية الأساسية

أولاً: فن مهارة الإرسال (Serve):

الإرسال هو أولى المهارات التي يبدأ بها اللعب في المباراة وينفذ بواسطة اللاعب الذي يشغل مركز رقم (1) من الخط الخلفي بعد إشارة الحكم (الصارفة) وإدخال الكرة في الملعب وتضرب الكرة بذراع واحدة بيد (مفتوحة أو مضمومة) حتى يتم عبورها إلى ملعب الفريق الخصم (المنافس).
وحسب تقويم المهارات الأساسية في لعبة كرة الطائرة في دورة العالم التي أقيمت في براغ عام 1966م تشمل حصة مهارة الإرسال 13% من المهارات من حيث تكرار استعماله في اللعب (الشكل رقم 2).

الإرسال هو إحدى المهارات التي لها طابع هجومي في الكرة الطائرة وله تأثير فعال إيجابي لفريق المرسل وسلبى لفريق الخصم إذا تم تنفيذه بالطريقة المطلوبة وهي:

- 1- الحصول على نقطة بدون إجهاد فريقه.
- 2- إعطاء فرصة راحة لفريقه.
- 3- كسب الثقة لأعضاء فريقه من الناحية النفسية.
- 4- إجهاد فريق الخصم بدنيا ونفسيا عند نجاحه.
- 5- زعزعة الثقة عند فريق الخصم.

أنواع الإرسال:

- 1- الإرسال من الأسفل ويشمل:
 - أ- الإرسال من الأسفل المواجه.
 - ب- الإرسال من أسفل الجانب المرتفع (الإرسال الروسي).
- 2- إرسال التنس ويشمل:
 - أ- التنس العادي.
 - ب- التنس القوي.

ج- التنس القوي من القفز.

د- التنس المتموج.

3- الإرسال الجانبي من الأعلى (الإرسال الخطافي) ويشمل:

أ- الإرسال الجانبي العادي من الأعلى.

ب- الإرسال الجانبي القوي من الأعلى.

ج- الإرسال الجانبي من الأعلى المتموج.

وفيما يلي توضيح وشرح أجزاء كل نوع من هذه الإرسالات وطرق تنفيذها.

1- الإرسال من الأسفل ويشمل:

أ- الإرسال من الأسفل المواجه

يعتبر هذا النوع من الإرسال من أسهل الإرسالات المستخدمة في لعبة كرة الطائرة ويستخدمه المبتدؤون والآنسات بسهولة تنفيذه وعدم حاجته إلى قوة كبيرة مما يعطي للفريق المنافس الفرصة لاستقباله والدفاع عنه بسهولة وهذه نقطة ضعف فيه إلا أن اللاعب يستطيع توجيهه إلى أماكن اللّعب الفارغة في ملعب الفريق المنافس.

الأداء الحركي للإرسال من الأسفل المواجه كمايلي:

إن الأداء الحركي لأي إرسال يمر بمراحل متسلسلة ومتصلة ومتراطة بحركات إنسيابية دون تقطع أو توقف بين مرحلة وأخرى أو بين جزء وجزء آخر وهي:

- التهيؤ (الاستعداد)

يقف اللاعب خلف خط النهاية للملعب ومواجهها للشبكة وفي حالة ارتخاء ويكون وضع الجسم

كما يلي:

• القدمان

- تكون قدم للأمام وقدم للخلف والقدم الأمامية تكون معاكسة لليد الضاربة.
- المسافة بين القدمين تكون بعرض الأكتاف أو في حدود 30سم.
- ارتكاز الجسم على القدم الأمامية.
- قدم الرجل الأمامية بالكامل على الأرض.
- قدم الرجل الخلفية تستند على المشط (رؤوس الأصابع).

• الرجلان

- الرجل الأمامية مثبتة بدرجة من 100° - 110°.
- الرجل الخلفية مثبتة قليلا.

• الجذع

- أما أن يكون الجذع عاموديا على الفخذ أو يكون الجذع مائلا قليلا إلى الأمام.

• الذراعان

- الذراع غير الضاربة تحمل الكرة وتكون أماما.
- الذراع الضاربة تكون قريبة من اليد الحاملة للكرة.

• الرأس

- يكون الرأس معتدلا والنظر إلى الأمام وعلى ملعب الفريق المنافس.

- رمي الكرة (قذف الكرة) إلى الأعلى:

- التحكم في التوقيت من حيث بعد وقرب الكرة من الجسم.
- ارتخاء الجسم.
- رميها إلى الأعلى بذراع واحدة ويمكن بذراعين.

- مرجحة الجسم والذراعين:

- مرجحة الجسم بنقل مركز ثقل الجسم من الساق الأمامية إلى الساق الخلفية.
- مرجحة الذراع الضاربة أسفل خلفا.
- تكون قدم الرجل الخلفية بالكامل على الأرض بحيث يكون ارتكاز الجسم عليها.
- قدم الرجل الأمامية ترتكز على مؤخرة القدم (الكعب).
- الذراع المعاكسة لليد الضاربة تنسحب مع الجسم للخلف.

- التنفيذ:

- مرجحة الجسم من الخلف إلى الأمام.
- نقل مركز الثقل من الرجل الخلفية إلى الرجل الأمامية.
- مرجحة الذراع الضاربة من الخلف إلى الأمام.
- التحكم في توقيت ارتفاع وانخفاض الكرة.
- قذف الكرة أمام الجسم وأمام كتف اليد الضاربة.
- ضرب الكرة باليد وهي مجوفة متخذة شكل السطح الخارجي للكرة والأصابع مضمومة ويكون الرسغ واليد قوية ومنتجهة مباشرة إلى المكان المراد إيصال الكرة له.
- مد الجسم باتجاه الكرة.
- العودة إلى داخل الملعب بعد ضرب الكرة.

ب- الإرسال من أسفل الجانب المرتفع (الإرسال الروسي)

- يمتاز هذا النوع من الإرسال بسرعة دوران وارتفاع الكرة ولكنه يفتقر إلى دقة التوجيه.
- واستعماله نادر جدا في الصالات المغلقة ويستخدم في الملاعب

المكشوفة ويصعب استقباله لتأثير الشمس على الفريق المنافس في عدم تحديد مكان زاوية

سقوطه.

الأداء الحركي للإرسال الروسي كما يلي:

- التهيؤ (الاستعداد):

- الوقوف جانبا خلف خط النهاية.
- تكون جهة الجسم لليد الضاربة باتجاه الشبكة إذا كان الضارب باليد اليمنى تكون جهة اليمين مواجهة للشبكة والعكس في حالة اللاعب الأيسر.
- قدم اليد الضاربة موازية لخط النهاية.
- قدم الرجل الثانية تكون خلفا.
- المسافة بين القدمين باتساع الحوض.
- الركبتين مثبتتين ويكون الانثناء نصفي.
- الجذع مائل قليلا للأمام وللجانب من جهة الذراع الضاربة.
- الرأس عموديا على الكتف والنظر إلى الكرة.
- الكرة تستند على راحة اليد المعاكسة أو بالذراعين أو بالذراع الضاربة.

- رمي الكرة إلى الأعلى:

- تقذف الكرة للأعلى أمام كتف اليد الضاربة.
- التحكم في التوقيت من حيث بعد وقرب الكرة من الجسم بحيث تكون بامتداد اليد الضاربة.
- ترمى الكرة بذراع واحدة أو بذراعين.

- مرجحة الجسم والذراع:

- مرجحة اليد الضاربة أسفل خلفا بجانب الجسم.

- اليد الضاربة تكون ممدودة.
- أصابع اليد الضاربة تكون متلاصقة وممدودة والإبهام داخل الكف.
- مرجحة الجسم قليلا للخلف مع الذراع.

- التنفيذ:

- مرجحة الذراع والجسم خلفا أماما.
- تضرب الكرة بالحافة العليا للكف (في منتصف الأصبع العلوي والمنطقة المتصلة بالإبهام).
- تضرب الكرة من الأسفل حتى ترتفع عاليا وبشكل دوران.
- يمتد الجسم والذراع الضاربة إلى الأعلى باتجاه الكرة.
- يمتد اللاعب بالدوران لمواجهة الشبكة بالصدر بعد الانتهاء من ضرب الكرة.
- بعد التنفيذ يدخل اللاعب إلى الملعب لاستقبال الهجوم من الفريق الخصم.

2- إرسال التنس ويشمل:

أ- إرسال التنس العادي (الشكل رقم 3)

الأداء الحركي لإرسال التنس العادي كما يلي:

- التهيؤ (الاستعداد).
- الوقوف مواجهها الشبكة وخلف خط النهاية.
- تكون المسافة بين القدمين بعرض الأكتاف وتكون متوازيان أو تقديم قدم الرجل المعاكسة لليد الضاربة.
- الرجلان ممدودتان.
- يكون الجذع عامودي على الحوض.

- والرأس عمودي على الجذع.
- الذراع المعاكسة لليد الضاربة تحمل الكرة أمام الأكتاف.
- تكون اليد الضاربة فوق الكرة.

- رمي الكرة إلى الأعلى:

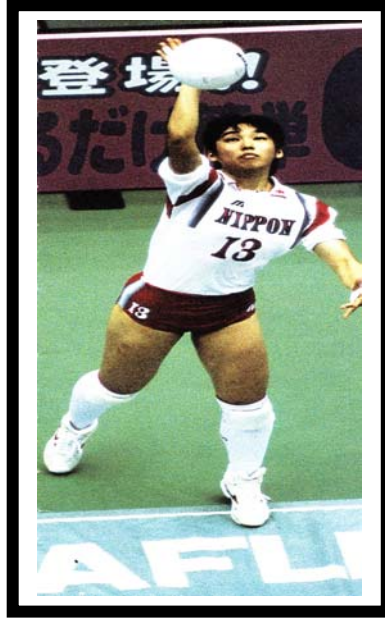
- التحكم في التوقيت من حيث بعد وقرب الكرة من الجسم.
- رمي الكرة أمام ذراع وكتف اليد الضاربة.
- رمي الكرة بارتفاع مناسب.

- مرجحة الجسم والذراع:

- مرجحة الذراع الضاربة عاليا خلفا قليلا لأن إرسال التنس العادي لا يحتاج إلى قوة.
- تكون كف اليد الضاربة مجوفة تأخذ شكل الكرة أو حجمها.
- لف الجسم قليلا لجهة اليمين إذا كان اللاعب يضرب الكرة بيده اليمنى والعكس صحيح.

- التنفيذ:

- تمرجح الذراع الضاربة من أعلى خلف الكتف والذراع مثبتة قليلا.
- التحكم في التوقيت من حيث ارتفاع وانخفاض الكرة عن الأرض.
- تضرب الكرة في الزاوية الخلفية السفلى.
- بعد الانتهاء من ضرب الكرة تنقل قدم الرجل الخلفية وتدخل في الملعب ليستعد لهجوم الخصم.



الشكل رقم (3)

فن مهارة إرسال التنس العادي

ب- إرسال التنس القوي: (الشكل رقم 4)

يمتاز هذا النوع من الإرسال بقوة ضرب الكرة حيث يحتاج إلى قوة عضلات البطن وعضلات الظهر وعضلات الأكتاف والأطراف العليا وعضلات الرجلين.

الأداء الحركي لإرسال التنس القوي كما يلي:

- التهيؤ (الاستعداد)

- تكون المسافة بين القدمين بعرض الأكتاف.
- تكون القدمان متوازيان أو تقديم قدم الرجل المعاكسة لليد الضاربة.
- انثناء قليل في الركبتين.
- الجذع عامودي على الحوض.

- الرأس عامودي على الأكتاف.
- تحمل الكرة باليد المعاكسة لليد الضاربة أو تحمل بالذراعين أمام الجسم.

- رمي الكرة إلى الأعلى:

- رمي الكرة أمام كتف الذراع الضاربة.
- التحكم في التوقيت من حيث بعد وقرب الكرة من الجسم.
- ترمى الكرة بارتفاع مناسب.

- مرجحة الجسم والذراع:

- تمرجح الذراع الضاربة لأعلى خلفا مع انثناء قليل فيها.
- تسحب كف اليد الضاربة خلفا.. يقوس الجسم خلفا ولفه قليلا لجهة اليد الضاربة.
- ينتقل مركز ثقل الجسم إلى الرجل الخلفية مع انثناء خفيف في الركبتين.

- التنفيذ:

- تبدأ حركة ضرب الكرة أثناء سقوطها.
- مد الجسم والساق الخلفية.
- خطف الذراع الضاربة إلى الأعلى وإلى الأمام وتكون ممدودة.
- سحب كتف اليد الضاربة أماما أعلى.
- سحب الجذع بقوة عضلات البطن من الخلف إلى الأمام.
- التحكم في توقيت ضرب الكرة من حيث ارتفاعها وانخفاضها عن الأرض.
- تكون اليد مجوفة والأصابع مفرودة ومضمومة.
- ينتقل مركز ثقل الجسم من القدم الخلفية إلى الأمامية أثناء ضرب الكرة ويميل الجذع أماما لاكتساب قوة الضربة المطلوبة.



الشكل رقم (4)

فن مهارة إرسال التنس القوي

ج- إرسال التنس القوي من القفز (الشكل رقم 5)

يستخدم هذا النوع من الإرسال بكثرة للفرق ذات المستويات العالية ويعتمد تنفيذه على قوة عضلات الرجلين للقفز وعضلات البطن والظهر لتقويس الجسم خلفا وأماما وعضلات الأكتاف والذراعين لضرب الكرة.

الأداء الحركي لإرسال التنس القوي من القفز كما يلي:

- التهيؤ (الاستعداد)

- المسافة بين القدمين بعرض الأكتاف.
- يمكن تقديم قدم على قدم أو تكون القدمان متوازيين.
- انثناء قليل في الرجلين.
- الجذع عامودي على الفخذين.

- الرأس عامودي على الكتفين والنظر يكون إلى الأمام.
- تحمل الكرة بين راحتي اليدين وأمام حزام الوسط.

- رمي الكرة إلى الأعلى:

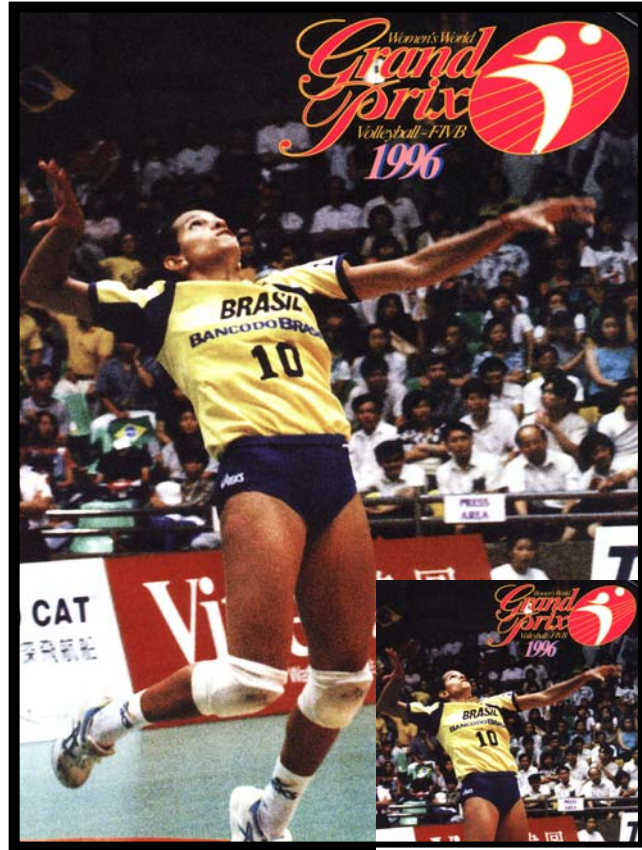
- رمي الكرة إلى ارتفاع مناسب أمام كتف اليد الضاربة.
- التحكيم في التوقيت أثناء رمي الكرة من حيث بعدها وقربها من الجسم.

- مرجحة الجسم والذراع:

- يكون انثناء الرجلين بدرجة بين (120 - 130) والانثناء على الأمشاط.
- مرجحة الذراعين أسفل خلفا ثم خلفا أسفل أماما عاليا خلفا.
- القفز عاليا مع تقويس الجسم خلفا أكثر ما يمكن لزيادة مسافة وسرعة حركة الذراع لمضاعفة القوة الضاربة.

- التنفيذ:

- خطف الذراع الضاربة عاليا أماما وتكون ممدودة.
- خطف الجذع أماما مع مرجحة الذراع الثانية أماما أسفل خلفا.
- التحكم في التوقيت لضرب الكرة من حيث ارتفاعها وانخفاضها عن الأرض.
- بعد ضرب الكرة يمكن الهبوط داخل الملعب والاستعداد لاستقبال هجوم الفريق المنافس.



الشكل رقم (5)

فن مهارة إرسال التنس القوي من القفز

د- إرسال التنس المتموج

يعتبر هذا الإرسال من أصعب أنواع الإرسالات المستخدمة في الكرة الطائرة لصعوبة استقباله لكون مسير الكرة في خط متموج (زكزاك) وهذا يجعل اللاعب في وضع يصعب عليه تقدير مكانها بصورة صحيحة. ويستخدم في الفرق ذات المستويات العالية لما يحتاجه من دقة وإتقان ومهارة فنية عالية.

الأداء الحركي لإرسال التنس المتموج كما يلي:

- التهيؤ (الاستعداد)

- تكون المسافة بين القدمين بعرض الأكتاف.
- تقديم قدم الرجل المعاكسة لليد الضاربة أو تكون القدمان متوازيين.
- القدمان مؤشرتان أماما.
- تكون الرجل والجذع والرأس على استقامة واحدة والنظر أماما.
- حمل الكرة براحة اليد غير الضاربة أماما ومستوى الأكتاف.

- رمي الكرة إلى الأعلى:

- التحكم في توقيت رمي الكرة من حيث بعدها وقربها عن الجسم.
- رمي الكرة أمام كتف الذراع الضاربة.
- رمي الكرة في الارتفاع المناسب بحيث يكون ثقب الهواء مواجهة لليد الضاربة.

- مرجحة الجسم والذراع

- تمرجح اليد الضاربة عاليا خلفا وتكون ممدودة.
- الأصابع مضمومة وممدودة والإبهام إلى الخارج.
- رسخ اليد الضاربة يكون ثابتا أثناء الحركة.
- يكون الجسم ثابت والحركة تكون بالذراع الضاربة فقط.

- التنفيذ:

- تخطف اليد الضاربة عاليا أماما وعلى استقامتها مع بقاء رسخ اليد ثابتا.
- تضرب الكرة من الجزء الخلفي المواجه لليد الضاربة وفوق ثقب الهواء وعلى شكل نقر.

- تضرب الكرة براحة اليد.
- إيقاف سير الذراع مباشرة بعد ضرب الكرة.

3- الإرسال الجانبي من الأعلى (الإرسال الخطافي)

يعتبر من أصعب الإرسال فنيا ويحتاج إلى درجة كبيرة من الإتقان ويتطلب وقتا كبيرا للتدريب على كيفية تنفيذه وإتقانه وإتقاننا تاما وإذا أدى بطريقة سليمة وصحيحة فهو فعال ومضمون حيث يصعب على الفريق المنافس استقباله.

ويشمل هذا النوع من الإرسال ثلاثة أنواع هي:

أ- الإرسال الجانبي العادي من الأعلى:

الأداء الحركي للإرسال الجانبي العادي من الأعلى كما يلي:

- التهيؤ (الاستعداد):

- الوقوف جانبا خلف خط النهاية وتكون الجهة المعاكسة لليد الضاربة مواجهة للشبكة.
- المسافة بين القدمين باتساع الأكتاف أو أكثر قليلا.
- تحمل الكرة أمام الجسم بذراع واحد أو بذراعين.

- رمي الكرة إلى الأعلى:

- ترمى الكرة عاليا فوق الرأس مباشرة أو بارتفاع مناسب.

- مرجحة الجسم والذراع:

- مرجحة الذراع الضاربة جانبا.
- ثني الرجل قليلا في جهة الذراع الضاربة ويكون ثقل الجسم عليها قليلا.
- ثني الجذع قليلا في جهة الذراع الضاربة.

- تكون الأصابع مضمومة أو مفتوحة قليلا ومجوفة بشكل الكرة وحجمها.

- التنفيذ:

- تمتد الرجل المثنية في جهة اليد الضاربة.
- تمرجح اليد الضاربة جانبا عاليا وعلى امتدادها وتضرب الكرة في أعلى نقطة ومن الزاوية الجانبية.
- بعد ضرب الكرة يلف اللاعب جسمه إلى الملعب ويستعد للعب.

ب- الإرسال الجانبي القوي من الأعلى:

يعتبر هذا النوع من الإرسال من أقوى أنواع الإرسالات في الكرة الطائرة وذلك لحاجته إلى قوة العضلات الجانبين وعضلات الرجلين وقوة الأكتاف والأطراف العليا وكذلك كبر مسافة حركة الذراع الضاربة والجذع مع سرعة الحركة تضاعف في إعطاء قوة كبيرة لضرب الكرة. ويستخدم هذا الإرسال من قبل مجموعة قليلة من اللاعبين لصعوبة إتقانه.

الأداء الحركي للإرسال الجانبي القوي من الأعلى كما يلي:

- التهيؤ (الاستعداد):

- يقف اللاعب بشكل جانبي خلف خط النهاية.
- مسافة القدمين أكبر من اتساع الأكتاف وبمسافة من (50 - 60) سم.
- مركز ثقل الجسم موزع على الرجلين.
- تحمل الكرة أمام الجسم بذراع واحدة أو بذراعين.
- النظر إلى الكرة.

- رمي الكرة إلى الأعلى:

- التحكم في التوقيت بحيث تكون الكرة عامودية فوق الرأس مباشرة.
- رمي الكرة في الارتفاع المناسب.

- مرجحة الجسم والذراع:

- ثني الرجل البعيدة عن خط النهاية في جهة اليد الضاربة.
- يكون ثقل الجسم على الرجل المثنية.
- ثني الجذع.
- مرجحة اليد الضاربة جانبا أسفل بحيث تكون ممدودة وقريبة من الرجل المثنية.
- ترفع الذراع الثابتة جانبا عاليا.

- التنفيذ:

- مد الرجل المثنية ونقل مركز ثقل الجسم إلى قدم الرجل المعاكسة لليد الضاربة.
- مد الجذع عاليا جانبا للجهة المعاكسة.
- خطف الذراع الضاربة جانبا عاليا وعلى امتدادها.
- تكون الأصابع مفتوحة ومجوفة بشكل الكرة وحجمها.
- الذراع الثانية تكون ممدودة وتخطف أسفل خلفا بحيث تسحب اتجاه الصدر ومواجهة الشبكة.
- تضرب الكرة في أعلى نقطة لها وعلى امتداد الذراع الضاربة.
- بعد ضرب الكرة تنقل الرجل الخارجية إلى داخل الملعب ليستعد لهجوم الفريق الخصم.

ج- الإرسال الجانبي من الأعلى المتموج:

يحتاج هذا النوع من الإرسال إلى ناحية فنية حركية جيدة من حيث الدقة والأداء. ويتميز بصعوبة استقباله من الفريق الخصم استخدم في بدايته من قبل الفريق الروسي ومن ثم الفرق اليابانية والصينية. وهناك اختلاف بسيط من حيث الأداء بين كل مدرسة من مدارس الكرة الطائرة في العالم.

الأداء الحركي للإرسال الجانبي من الأعلى المتموج كما يلي:

- التهيؤ (الاستعداد):

- يكون الوقوف جانبا خلف خط النهاية.
- المسافة بين القدمين أكثر من مسافة اتساع الأكتاف (40 - 50سم).
- الرجلان مثنيتان قليلا.
- الجذع والرأس عموديان على الفخذين.
- تحمل الكرة بالذراع المعاكسة لليد الضاربة.
- اليد الضاربة متدلّية بجانب الجسم.
- يكون النظر إلى الكرة.

ملاحظة: هناك اختلاف في التهيؤ بين المدرسة الروسية والآسيوية تكون مسافة القدمين في الروسية أوسع من مسافة الأقدام الآسيوية واتجاه الصدر في المدرسة الروسية جانبا وفي المدرسة الآسيوية يلف باتجاه الشبكة.

- رمي الكرة إلى الأعلى:

- الطريقة الروسية يكون ارتفاع الكرة فوق وأمام كتف اليد الضاربة.
- الطريقة الآسيوية يكون ارتفاع الكرة فوق وأمام كتف اليد الحاملة للكرة المعاكسة لليد الضاربة.

- الطريقة الروسية يكون ارتفاع الكرة أكثر قليلا من امتداد اليد الضاربة.

- الطريقة الآسيوية يكون ارتفاع الكرة بامتداد اليد الضاربة.

- مرجحة الجسم والذراع:

- الطريقة الروسية: نقل ثقل مركز الجسم إلى قدم الرجل الواقعة في جهة اليد الضاربة.

- الطريقة الآسيوية: تكون كتلة ثقل الجسم موزعا على القدمين.

- الطريقة الروسية: تكون اليد الحاملة للكرة أمام الجسم.

- الطريقة الآسيوية: تكون اليد الحاملة للكرة جانبا في الجهة المعاكسة لليد الضاربة.

- الطريقة الروسية: تكون حركة الذراع الضاربة أسفل جانبا نصف قوس.

- الطريقة الآسيوية: تكون حركة الذراع الضاربة أماما أسفل جانبا عاليا أماما على شكل دائرة كاملة.

- الطريقة الروسية: وضع الكف تكون الأصابع ممدودة متلاصقة ومجوفة للداخل والإبهام ممدودة

في داخلها والرسغ ثابت.

- الطريقة الآسيوية: تكون أصابع اليد مضمومة داخل الكف والإبهام إلى الخارج والرسغ ثابت.

- التنفيذ:

- الطريقة الروسية تخطف اليد الضاربة على امتدادها على الكتف وتضرب الكرة من الزاوية الجانبية

المواجهة لليد الضاربة ومن ثقب الهواء وبعد الانتهاء من ضرب الكرة تتوقف مباشرة حركة الذراع.

- في الطريقة الآسيوية تكون حركة اليد الضاربة على شكل دائرة أماما أسفل جانبا عاليا أماما وتضرب

من الزاوية المواجهة لليد الضاربة ومن ثقب

الهواء للكرة وتتوقف أيضا حركة الذراع مباشرة بعد الانتهاء من ضرب الكرة.

والمراحل التي مرت بها مهارة الإرسال في لعبة كرة الطائرة خلال تطورها وهي:

- المرحلة الأولى: الإرسال من الأسفل المواجه للفترة من (1895م - 1930م).
- المرحلة الثانية: الإرسال الجانبي (الخطافي) للفترة من (1930م - 1950م).
- المرحلة الثالثة: إرسال التنس للفترة من (1950م - 1970م).
- المرحلة الرابعة: الإرسال المتموج للفترة من (1970م - 1990م).
- المرحلة الخامسة: إرسال التنس القوي من القفز للفترة من (1990م - 1996م).

الأخطاء الفنية لمهارة الإرسال:

- ◆ بالنسبة لوضع القدمين يكون الخطأ من حيث:
 - قصر أو طول المسافة بين القدمين.
 - عدم استخدام أمشاط القدمين في دفع الجسم أثناء ضرب الكرة.
- ◆ بالنسبة لوضع الرجلين يكون الخطأ من حيث:
 - القلة أو زيادة درجة الانثناء في الركبتين.
 - المبالغة في ارتكاز الجسم على إحدى الرجلين أو كليهما وذلك حسب نوع كل إرسال.
- ◆ بالنسبة لوضع الجسم يكون الخطأ من حيث:
 - المبالغة في درجة ميل أو انثناء الجسم وذلك حسب نوع كل إرسال.
 - المبالغة في مرجحة الجذع أماما أو خلفا يمينا أو يسارا وذلك حسب نوع كل إرسال.
- ◆ بالنسبة لوضع الذراعين يكون الخطأ من حيث:
 - مسك الكرة بالذراع أو بالذراعين بصورة خاطئة.
 - الخطأ في مد أو ثني الذراع أو الذراعين.
- ◆ بالنسبة إلى رمي الكرة إلى الأعلى يكون الخطأ من حيث:

- مسافة بعد أو قرب الكرة من الجسم.
- مسافة ارتفاع أو انخفاض الكرة من الجسم.
- ◆ بالنسبة لوضع مرجحة الذراع أو الجسم يكون الخطأ من حيث:
 - عدم نقل كتلة ثقل الجسم من الأمام إلى الخلف وبالعكس أو من اليمين إلى اليسار وبالعكس.
 - عدم مد الذراع الضاربة في أثناء ضرب الكرة.
 - النقص أو الزيادة في سرعة حركة اليد الضاربة في أثناء ضرب الكرة.
 - عدم ضرب الكرة من الزوايا المطلوبة.
 - عدم استمرارية الذراع الضاربة والجسم باتجاه خط سير الكرة.

الأخطاء القانونية لمهارة الإرسال:

- عدم وقوف اللاعب خلف خط النهاية.
- لمس أحد خطوط منطقة خط النهاية.
- التأخر عن ضرب الكرة من الوقت المحدد للإرسال.
- عدم خروج الكرة من يد المرسل قبل التنفيذ.
- عدم تنفيذ الإرسال لحظة رمي الكرة إلى الأعلى وسقوطها على جسمه.
- عدم وصول الكرة إلى فريق الخصم (ملعب الخصم).
- مس الكرة للعصا الهوائية.
- سقوط الكرة خارج حدود ملعب الخصم.
- مس الكرة لسقف الملعب الداخلي (الصالة الداخلية).
- وصول الكرة ملعب الخصم من خارج حدود الشبكة.

التعديلات القانونية لمهارة الإرسال:

- مس الكرة للشبكة ثم عبورها إلى ملعب الخصم.
- أداء الإرسال من أي منطقة خلف خط النهاية.

طريقة التدريب على مهارة الإرسال:

عند التدريب على الإرسال يجب على المدرب التركيز على أداء وإتقان الإرسال قبل التدريب على القوة. وبالنسبة للمبتدئين عليه البدء في التدريب من الإرسال الأسهل إلى الأصعب.

عند التدريب على الإرسال يتبع الخطوات التالية:

- شرح الحركة بالتفصيل وتوضيح القانون الخاص بأداء مهارة الإرسال.
- شرح الوقفة الصحيحة ووضع اليد ودقة رمي الكرة والارتفاع المناسب لها.
- الاستعداد الصحيح للحركة في اللحظة المناسبة ثم الجري بسرعة داخل الملعب بعد أداء الإرسال مباشرة.
- قيام المدرب بأداء النموذج الصحيح.
- اتخاذ وضع الإرسال مع تصحيح الأخطاء بدون استعمال الكرة.
- أداء الإرسال على حائط مواجه وعلى مسافة 3 أمتار.
- أداء الإرسال على حائط مواجه وفوق خط على ارتفاع معين ثم يبدل الخط برسم مربع وعلى مسافة 3 أمتار.
- إرسال الكرة من فوق الشبكة من مسافة 3 أمتار وتزويد المسافة إلى أن يصل إلى خط النهاية.
- إرسال الكرة من الخط الخلفي.

- إرسال الكرة من الخط الخلفي وتوجيهها إلى هدف أو علامات مميزة بالملعب أو أشياء توضع في الأماكن المطلوبة كالصندوق أو الكرسي وغيرها.
- تصغير حجم ومسافة الأهداف التي يصوب عليها الإرسال.
- أداء الإرسال مع القوة والسرعة والدوران.
- أداء الإرسال بارتفاعات مختلفة وفي اتجاهات مرتفعة.
- أداء تمرين مركب لأداء مهارة الإرسال كالجري إلى الشبكة وعمل حركة حائط الصد والعودة إلى منطقة الإرسال.
- أداء الإرسال بأنواع مختلفة حتى يختار اللاعب الإرسال المناسب له.

ثانياً: فن مهارة الاستقبال (Receive)(الشكل رقم 6)

الاستقبال هو الدفاع عن الكرة المرسله من اللاعب المرسل للفريق المنافس ويطلق عليه التمريرة من الأسفل لتهيئة الكرة للاعب المعد أو للزميل في الملعب، وتعد من المهارات الدفاعية المهمة في لعبة الكرة الطائرة. وظهرت طريقة الاستقبال في السنوات الأخيرة بلاعبين متخصصين في كل فريق لهذه المهمة لأنها صعبة ومهمة على ضوء المستويات العالية الفنية للفرق المتقدمة في أداء الإرسالات المتنوعة، وتحتل مهارة الاستقبال 12% تقريباً بالنسبة لبقية مهارات الكرة (الشكل رقم 2).

الأداء الحركي لمهارة الاستقبال كما يلي:

- التهيؤ (الاستعداد):

- الوقوف يكون بتقديم قدم على قدم أو القدمان متوازيين وتكون المسافة بين القدمين أكثر من مسافة عرض الأكتاف.
- الأمشاط مؤشرة أماماً.

- يكون الارتكاز على الأمشاط.
- ثني الرجلين بدرجة 90.
- كتلة مركز ثقل الجسم تكون 60% على الرجل الأمامية و 40% على الرجل الخلفية.
- الجذع يكون عموديا ومائلا إلى الأمام.
- يكون ارتفاع الأكتاف أمام مشط القدم الأمامية.
- يكون الرأس مرفوعا والنظر أماما.
- تكون الذراعان متباعدتين عن بعضهما بقدر مسافة الكتفين مع مدهما أماما أسفل وتكون قريبة من الركبتين.

- التوقع والتقدير والإحساس:

هذه حالة تنبؤية يكتسبها اللاعب من خلال خبرته في ممارسة لعبة كرة الطائرة لفترة طويلة يحدث عنها توقعات أثناء اللعب من حيث:

1- الكرة:

- ارتفاع الكرة - سرعة تمرير الكرة - مسافة تمرير الكرة - قوة التمرير - اتجاه تمرير الكرة - ومكان تمرير الكرة.

2- اللاعب:

- القوة التي يجب توافرها لتنفيذ التمرير - السرعة التي يجب توافرها لتنفيذ التمرير - الحركة المطلوبة لتنفيذ التمرير - التفكير السليم لأداء التمرير.

- قدرات رد الفعل:

عند أداء اللاعب لمهارة الاستقبال يجب أن يمتلك قدرة رد الفعل والمتكومة من:
- سرعة الحركة (الرشاقة): حسب متطلبات سير الكرة يقوم اللاعب بتغيير حركته في الملعب.

- التوقيت الصحيح والتوازن الذي يعني مناسبة الحركة إلى الكرة والأداء بالمكان واتجاه اللعب.

- حركة القدمين:

- سرعة الحركة باتجاه الكرة.

- التحرك من الوقفة المنخفضة (الانثناء بدرجة 90).

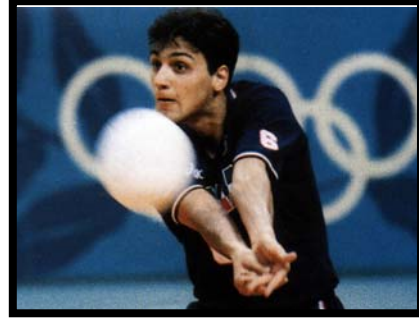
- تغيير الاتجاه بالحركة يكون بثلاثة أنواع وهي:

- 1- طريقة النقل: إذا كانت المسافة أقل من 3 م تكون حركة القدمين بنقل قدم الرجل اليمنى وتتبعها قدم الرجل اليسرى والعكس صحيح. إذا كانت الحركة لليسار.
- 2- طريقة التقاطع: إذا كانت المسافة بحدود 3 م تكون الحركة بتقاطع الرجلين (المقصية) وإذا كانت الحركة إلى جهة اليمين يكون التقاطع بالرجل اليسرى مع نقل الرجل اليمنى إلى الخارج (جهة اليمين) والعكس إذا كانت الحركة لجهة اليسار تكون الحركة عكسيا.
- 3- طريقة الركض: إذا كانت المسافة أكثر من 3 م تكون حركة الرجلين بالركض السريع مع تقاطع الخطوة الأخيرة بنفس طريقة التقاطع السابقة.

- التنفيذ:

- وضع كف داخل كف مع ثني رسيغيهما للأسفل مع تلاصق الإبهامين مشيرين للأمام.
- تلاصق الذراعين الممدودتين مع توسيع الساعدين للخارج.
- الذراعان يشكلان زاوية مع الجذع بدرجة من (40 - 45).
- انثناء الرجلين للأسفل مع الارتكاز على المشطين.

- سحب الأكتاف للأمام والداخل أي تقليص عضلات الصدر.
- سحب الذقن للداخل.
- النظر للأمام وعلى الكرة.
- مد جميع مفاصل الجسم باتجاه التمريرة بواسطة الدفع بالمشطين والرجلين وحركة الأكتاف والذراعين.



الشكل رقم (6)

فن مهارة الاستقبال التمريرة من الأسفل

الأخطاء الشائعة لمهارة الاستقبال:

- استقبال الكرة والذراعان مرفوعتان أماما عاليا مما يؤدي إلى زيادة قوة وسرعة طيران الكرة خارج حدود الملعب.
- استقبال الكرة والذراعان منخفضتان أماما أسفل.
- استقبال الكرة باليدين (الكفين) وليس بالساعدين.
- زيادة مقدار الزاوية للذراعين بالنسبة للجسم.

- وضع الذراعين بمستوى عالي جدا مما يجعل طيران الكرة عموديا وقصير المسافة.
- سحب الجسم خلفا أثناء عملية الاستقبال.
- استقبال الكرة بجانب الجسم.
- ثني اللاعب للمرفقين أثناء ضرب الكرة مما يؤدي إلى طيرانها خلفا.
- عدم مد الرجلين أثناء التنفيذ بواسطة الأمشاط والركبتان باتجاه التمريية.
- عدم استخدام الكتفين في امتصاص قوة الكرة.
- اختلاف مستوى سطح الساعدين مما يؤدي إلى ملامسة الكرة بساعد واحدة.
- عدم مد جميع مفاصل الجسم أثناء تنفيذ استقبال الكرة.
- عدم ثني رسغ اليدين إلى الأسفل.
- عدم تحريك الرجلين للاتجاه الصحيح.

طريقة التدريب على مهارة الاستقبال:

- شرح المهارة وعرضها.
- تأدية المهارة بدون استخدام الكرة حتى يتعود اللاعب على وقفة الاستعداد الصحيحة.
- تأدية المهارة وذلك باستخدام قذف الكرة من قبل الزميل له.
- قذف الكرة من قبل اللاعب نفسه إلى الأعلى عدة مرات من وقف الاستعداد.
- يقف لاعبان أحدهما على خط جانب ملعب كرة الطائرة والآخر على الخط المقابل للملعب يقوم أحدهما إرسال الكرة ويؤدي الآخر الدفاع عن الإرسال والتدرج في زيادة المسافة.
- أداء الإرسال من منطقة الإرسال ويقوم المدافع استقبال الكرة بطريقة صحيحة وتوجيهها إلى لاعب معين. حيث يبدأ الإرسال بقوة بسيطة ثم التدرج بزيادة قوة الإرسال.

- يقوم لاعب بتوجيه الإرسال إلى أي منطقة في الملعب وعلى اللاعب المدافع محاولة الدفاع عن الإرسال باستقبال الكرة بشكل صحيح وتوجيهها إلى نقطة معينة.
- أداء أنواع مختلفة من الإرسال ومتباينة في القوة وعلى المدافع الدفاع عنها بتوجيهها إلى لاعب معين أو نقطة معينة في الملعب.
- يقوم لاعب بإرسال الكرة واللاعب الآخر باستقبالها وتوجيهها إلى اللاعب المعد بدقة.
- يقوم لاعب بإرسال الكرة واللاعب الآخر باستقبالها وتوجيهها إلى المعد في مراكز مختلفة من أجل اشتراك اللاعب الضارب في التدريب.
- استقبال الكرة بلاعين أو ثلاثة وتوجيهها إلى اللاعب المعد.
- ربط عملية الاستقبال مع خطط الفريق وبناء عملية الهجوم.

ثالثاً: فن مهارة الإعداد Set: (الشكل رقم 7)

يعتبر الإعداد (تمرير الكرة من الاعلى) من المهارات الأساسية والمهمة في لعبة الكرة الطائرة حيث تحتل نسبة 20% من مجموع المهارات الست وتسلسلها ثالث مهارة إلا أنها تعد أول مهارة في تعلم اللعبة كونها أول مهارة عرفها الإنسان ومارسها قبل غيرها من المهارات.

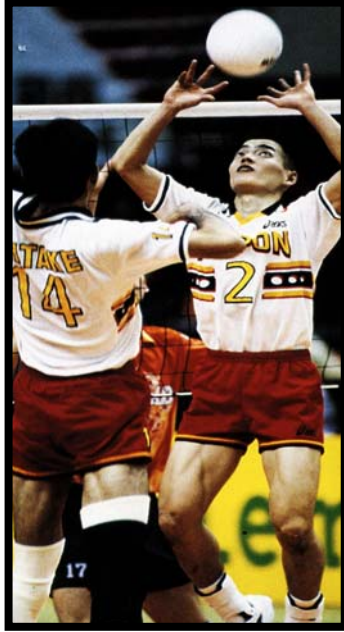
واللاعب الذي يتولى الإعداد لا بد أن يمتلك مواصفات خاصة تميزه عن غيره من اللاعبين لأن الإعداد يعتبر محرك الفريق ويشترط في المعد أن يكون ممتازا في الإعداد من الوقوف ومن الحركة وبطرق مختلفة ويمتلك التوقيت السليم في الجري للإعداد والرجوع إلى الخلف للمشاركة في الدفاع (سرعة رد الفعل) ويتقن الهجوم الجيد من خط الهجوم ومعرفة مميزات زملائه المهاجمين بتسهيل عملية الهجوم لهم وغالبا ما يكون المعد رئيسا للفريق وموجها لهم.

طرق تنفيذ الاعداد:

ينفذ الاعداد حسب نوع التمريرة المعطاة له من الوقوف أماما أو خلفا -الركض- الدحرجة-

القفز- السقوط الأمامي. وكما يلي:

- تنفيذ الاعداد الأمامي بذراعين أو بذراع.
- تنفيذ الاعداد الخلفي بذراعين أو بذراع.
- تنفيذ الاعداد بالدحرجة الخلفية بالذراعين أو بذراع واحدة أحيانا.
- تنفيذ الاعداد بالدحرجة الجانبية بالذراعين.
- تنفيذ الاعداد بالقفز بالذراعين أو بذراع واحدة.
- تنفيذ الاعداد الجانبي.



الشكل رقم (7)

فن مهارة الاعداد-التمريرة من الأعلى

ويقوم اللاعب المعد بمهارة الاعداد بعدة طرق وهي:

1- الاعداد للخلف: (الشكل رقم 8)

تستخدم هذه الطريقة بنسبة (15%) في اللعب ويكون لأغراض تكتيكية خطئية (تمويه) أو أن طبيعة نوع التمريرة إلى المعد تقتضي لذلك وهي مشابهة للاعداد الأمامي من حيث الأداء الحركي باستثناء بعض الاختلافات البسيطة وهي:

- يجب أن يكون الجسم بالكامل تحت الكرة.
- تكون اليدين فوق الرأس والذراعان مثنيتين والمرفقان أماما.
- يكون مد الذراعين عاليا خلفا.
- يكون مد الرجلين والجذع بتقوس خلفا.
- الحوض ينسحب أماما .
- انثناء الرأس خلفا.



الشكل رقم (8)

فن مهارة الاعداد للخلف

2- الاعداد بالدحرجة الخلفية:

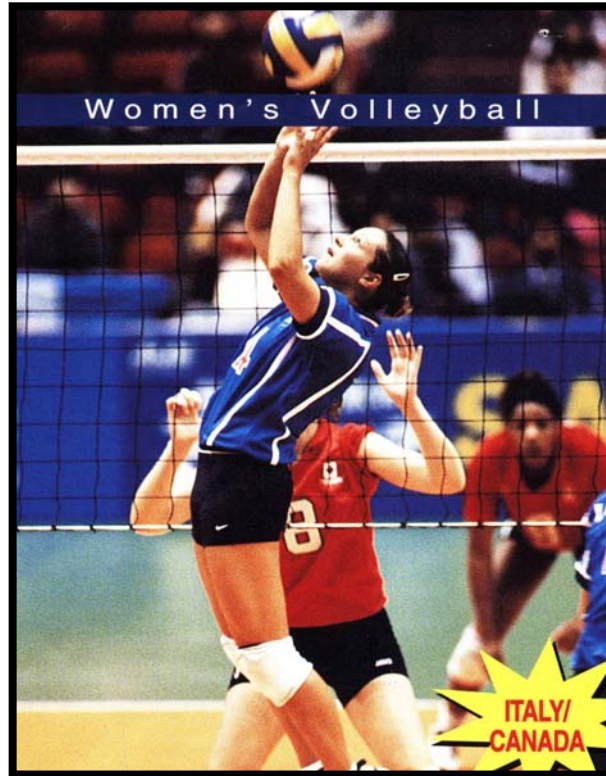
تأخذ هذه الطريقة نسبة قليلة في اللعب وهي (5%) ويستخدمها المعد في حالات معينة عندما تكون الكرة سريعة ومنخفضة أو عندما تأتي مرتدة من الشبكة أو من جدار حائط الصد وهي مشابهة للأداء الحركي للاعداد الأمامي. وتنفيذها يكون بتقديم رجل على رجل واثناء الرجلين بالكامل بحيث تكون اليدان تحت الكرة والرأس قريب منها وقدم الرجل الأمامية بالكامل على الأرض وقدم الرجل الخلفية ترتكز على المشط وقريبة من الحوض أثناء لمس الكرة وتمتد الذراعان بالكامل باتجاه التمريرة ويسقط الجسم خلفا على الحوض وعضلات الظهر وأثناء السقوط يسحب الرأس أماما ويقوس الظهر خوفا من اصطدام الرأس بالأرض واستعدادا للنهوض مباشرة بعد التنفيذ.

3- الاعداد بالدحرجة الجانبية:

يستخدم المعد هذه الطريقة عندما تكون التمريرة له منخفضة وبعيدة عنه لا يستطيع تنفيذها بالوقوف أو الدحرجة الخلفية، ونسبة استخدامها (5%) يستخدم اللاعب حركة الطعن عند القيام بهذه الطريقة أي إذا كانت الكرة على جهة اليمين يكون الطعن بالرجل اليمنى واثنائها بالكامل وارتكاز مع امتداد الرجل اليسرى وتكون الذراعان أمام الجبهة وأثناء لمس الكرة تمتد الذراعان باتجاه التمريرة ويسقط الجسم على العضلة الكبيرة الخلفية للكتف الأيمن مع سحب الرأس للأمام تحاشيا من اصطدامه بالأرض. وتكون الدحرجة عكسيا على جهة اليسار إذا كانت التمريرة على جهة اليسار. تستخدم هذه الطريقة عند الفرق النسوية أكثر منها عند الرجال.

4- الاعداد من القفز: (الشكل رقم 9)

كان استخدام هذه الطريقة سابقا بنسبة (5%) أما بعد التطور الكبير من حيث الأداء الفني فازدادت هذه النسبة وتستعمل في الكرات العالية وفي عمليات الخداع (التكتيكية) ويكون أداؤها باعتمادها على حركة الرسغ وأصابع اليدين وتنفذ بالذراعين أو بذراع واحدة وتحتاج إلى توقيت ودقة عالية من قبل اللاعب في القفز من لحظة لمس الكرة واللاعب يتمتع بالرشاقة حتى يستطيع تغيير حركاته أثناء القفز من دوران وتغيير وضع الجسم لكي لا يكتشف الخصم عملية الخداع أو التمريرة ولزيادة التمويه.



الشكل رقم (9)

فن مهارة الاعداد من القفز

5- الاعداد للجانب: (الشكل رقم 10)

تستخدم هذه الطريقة في حالات معينة، عندما تكون الكرة قريبة من المعد، وعندما يكون المعد قريبا من الشبكة ولا يسمح له بالدوران أو لحالات (تكتيكية) وكانت نسبتها (5%) والآن ازدادت هذه النسبة حسب الإمكانية الفنية للمعد حيث يكون ظهر المعد مواجه للشبكة ولفريق الخصم حتى لا يرى الخصم حركة الذراع ومكان واتجاه التمريرة وإلى أي مهاجم ستكون. والأداء الحركي مشابه لأداء التمريرة من الأعلى إلا أن الحركة تكون جانبية.



الشكل رقم (10)

فن مهارة الاعداد للجانب

هناك طريقتان للأداء هي:

1- الذراعان يكونان فوق الرأس وأثناء لمس الكرة يقوس الجسم لليمين إذا كانت التمريرة لليمين. وتنخفض الذراع اليمنى للأسفل وترتفع الذراع اليسرى للأعلى وتثنى الرجل اليمنى وتمتد الرجل اليسرى والحركة تكون عكسية إذا كانت لجهة اليسار.

2- الذراعان يكونان أمام الصدر وتكون هذه الحالة أصعب لأن الاعتماد الكلي يكون على حركة الأصابع والرسغ، وأثناء لمس الكرة ينخفض مرفق الذراع اليمنى بجانب الجسم ومرفق الذراع اليسرى يرتفع إلى الأعلى مع حركة بسيطة للجذع إلى الجهة اليمنى وتكون الحركة عكسيا إذا كانت التميريرة إلى اليسار.

أنواع الاعداد:

- الاعداد العالي الأكثر من 2 م فوق مستوى حافة الشبكة.
- الاعداد المتوسط الارتفاع من (0.5 - 2م) فوق مستوى حافة الشبكة.
- الاعداد المنخفض الارتفاع من (0.30 - 0.50 م) فوق مستوى حافة الشبكة.
- الاعداد القصير المسافة عن اللاعب المعد أقل (0.5 م) من الشبكة.
ويكون منخفضا ومتوسط الارتفاع عن حافة الشبكة.
- الاعداد متوسط المسافة عن المعد من 1م-1.5م) من الشبكة ويكون منخفضا ومتوسط الارتفاع وعاليا من حافة الشبكة.
- الاعداد طويل المسافة عن المعد أكثر من (3م) من الشبكة ويكون منخفضا ومتوسطا وعالي الارتفاع من حافة الشبكة.
- الاعداد بعيد المسافة عن الشبكة ويستخدم عادة إلى خط الدفاع وينفذ كما يلي:
 - ينفذ عموديا على خط الهجوم (خط 3 م) .
 - ينفذ مائلا إلى خط الهجوم (خط 3 م) .
 - ينفذ قطريا إلى خط الهجوم (خط 3 م) .

الأداء الحركي لمهارة الاعداد كما يلي:

يعتبر الاعداد الأمامي (التمريرة من الأعلى إلى الأمام) أكثر أنواع التمريرات من الأعلى استعمالاً وهو أساسي لتعلم جميع التمريرات بسهولة أدائه وتعلمه. ويأخذ نسبة (70%) من المجموع الكلي للتمريرات لذا بعد إتقانها يستطيع اللاعب أدائها من أوضاع مختلفة وباتجاهات وأشكال متنوعة.

- التهيؤ (الاستعداد):

- الوقوف بتقديم قدم على قدم أو تكون القدمان متوازيتين.
- يجب أن تكون المشاط مؤشرة للأمام.
- المسافة بين القدمين تكون بمسافة عرض الأكتاف.
- تكون كتلة ثقل الجسم على المشاط.
- يكون ثقل الجسم (60%) على الرجل الأمامية و(40%) على الرجل الخلفية.
- انثناء الرجلين بدرجة (90°) وزاوية القدم مع الساق بدرجة (80°) وزاوية الفخذ مع الجذع تكون من (90 - 100) درجة.
- يكون الجذع عمودي ومائل أماماً.
- تكون الأكتاف أمام مشط القدم الأمامية.
- الساعدان عموديان على العضدين بحيث يشكلان قائمي الزاوية مع الأكتاف.
- الساعدان يشكلان مثلثاً قائم الزاوية مع المرفقين واليدين إلى الأمام وفوق مستوى الجبهة.
- الأصابع متباعدة وممدودة ومجوفة بشكل الكرة. وحجمها بحيث تكون المسافة بين الإبهامين 3 سم والمسافة بين السابتين 3 سم.

- قدرات التوقع والتقدير والاحساس:

هذه حالة تنبؤية يكتسبها اللاعب من خلال ممارسته لعبة الكرة الطائرة لفترة طويلة يحدث عنها توقعات وتقديرات أثناء اللعب من حيث الكرة:

- ارتفاع وانخفاض تمريرة الكرة.

- سرعة وقوة تمريرة الكرة.

- مسافة تمريرة الكرة.

- اتجاه تمريرة الكرة.

- مكان تمريرة الكرة.

ومن حيث اللاعب:

- القوة التي يجب توافرها لتنفيذ التمريرة.

- السرعة التي يجب توافرها لتنفيذ التمريرة.

- الحركة المطلوبة لتنفيذ التمريرة.

- التفكير السليم لأداء التمريرة.

- قدرات رد الفعل

تعتبر إحدى مهارات التمريرة من الأعلى ويجب على اللاعب أن يمتلكها عندما يقوم بأداء هذه المهارة والمتكونة مما يأتي:

- سرعة الحركة (الرشاقة) والتي تتطلب تغيير اتجاه حركة اللاعب أثناء القفز في الهواء وعلى الأرض وذلك حسب اتجاه سير طيران الكرة.

- الارتخاء الذي ينتج عنه التركيز للانقباض العضلي لاستلام الإشارة عن طريق الجهاز العصبي للعضلات التي ستكلف للقيام بالحركة.

- التوقيت والتوازن الذي يعني مناسبة الحركة إلى الكرة والأداء بالمكان واتجاه اللعب.

- حركة القدمين:

- سرعة الحركة لتغيير وضع الجسم باتجاه الكرة.
- التحرك من الوقفة المنخفضة (الانثناء بدرجة 90°).
- تغيير الاتجاه بالحركة يتم بثلاثة أنواع وهي:
 - 1- **طريقة النقل:** إذا كانت الحركة إلى جهة اليمين والمسافة قصيرة أقل من (3م) تكون حركة القدمين بنقل القدم اليمنى وتتبعها القدم اليسرى وإذا كانت الحركة لليساار تكون الحركة عكسيا.
 - 2- **طريقة التقاطع:** إذا كانت المسافة متوسطة في حدود (3م) تكون حركة الرجلين بالتقاطع (مقصية) إذا كانت الحركة إلى جهة اليمين يكون التقاطع بالرجل اليسرى مع نقل الرجل اليمنى إلى الخارج (جهة اليمين) وإذا كانت الحركة لجهة اليسار تكون الحركة عكسيا.
 - 3- **طريقة الركض:** إذا كانت المسافة أكثر من (3م) تكون حركة الرجلين بالركض السريع مع تقاطع الخطوة الأخيرة ويكون التقاطع مشابها للحالة الثانية.
 - 4- **طريقة القفز:** تستخدم هذه الطريقة عندما تكون الكرة بمسافة قريبة أو بعيدة من المعد أو من وضع الوقوف وآخر خطوة تكون بالقفز لأغراض فنية.

- التنفيذ:

- تلمس الكرة لأطراف الأصابع الممدودة والمجوفة بهرونة وبدون أي شد عضلي.
- يكون لعب الكرة بأصابع الإبهام والسبابة والوسط بينما تساعد باقي الأصابع في المحافظة على التحكم والسيطرة على الكرة.
- مد الذراعين باتجاه التمريرة.
- مد جميع مفاصل الجسم باتجاه التمريرة بواسطة أمشاط القدمين والرجلين والذراعين.

الأخطاء الشائعة لمهارة الاعداد:

- كبر أو قصر المسافة الموجودة بين القدمين عن مستوى مسافة عرض الأكتاف مما يؤدي إلى عدم اتزان الجسم أثناء تنفيذ التمريرة.
- عدم الانثناء في مفاصل الجسم.
- تنفيذ التمريرة والكرة بعيدة أو قريبة من الجسم وتكون على الأغلب خاطئة.
- تنفيذ التمريرة براحة الكفين مما يؤدي إلى حمل الكرة.
- تنفيذ الكرة والأصابع والرسغ في حالة شد مما يؤدي إلى حمل الكرة.
- عدم وضع الكرة أمام الجبهة تقريبا لملاقاة الكرة.
- عدم وضع اليدين بشكل مقعر لاتخاذ شكل الكرة.
- عدم فرد الرجلين والجسم أثناء التمريرة.
- تمرير الكرة من الجري وإحدى القدمين في الهواء.
- عدم ميل الجسم قليلا للأمام وعدم انثناء الرجلين مما يتناسب مع مقدار القوة المطلوبة لتمرير الكرة.
- عدم استخدام أمشاط القدمين أثناء التمريرة وهذا يؤدي إلى دفع الجسم للخلف أو للأعلى وليس باتجاه التمريرة.
- تنفيذ التمريرة والكرة في مستوى الصدر مما يضطر اللاعب إلى ثني الذراعين أثناء التمريرة وتكون على الأغلب خاطئة.
- لمس اليدين الكرة من الزاوية العليا وهذا يؤدي إلى مرافقتها فترة أطول وتكون خاطئة قانونيا.
- تنفيذ التمريرة والكرة عاليا جدا عن اللاعب مما يضطره إلى القفز عليها ولعبها وأحيانا يكون توقيته للمس الكرة خاطئ أو غير صحيح.

طريقة التدريب على مهارة الاعداد:

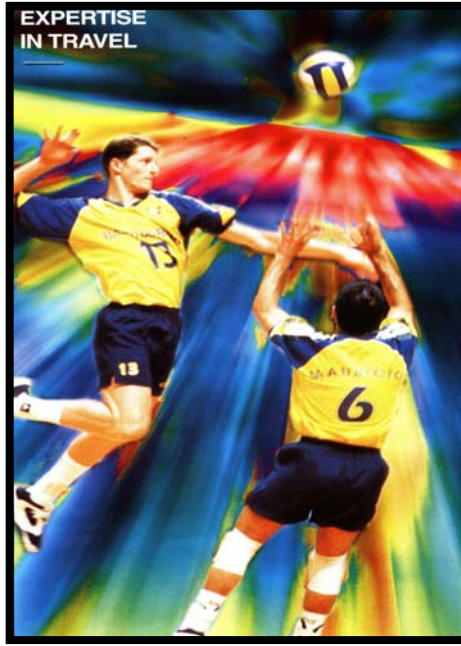
- شرح المهارة مع أداء نموذج.
- التدريب على المهارة بدون استعمال كرة.
- وضع المدرب الكرة على كفي اللاعب أمام الوجه وذلك بتوزيع الأصابع على الكرة لأخذ الإحساس الصحيح بالكرة.
- أداء اللاعب للتمرير بدفع الكرة لأعلى فوق الرأس لنفسه ولتسقط على الأصابع مع الدفع بالركبتين للأعلى عدة مرات.
- من وقفة الاستعداد يقذف اللاعب الكرة لزميله من مسافة (3) أمتار تقريبا ليؤدي عملية التمرير مع الدفع بالركبتين.
- قذف اللاعب للكرة عاليا لنفسه في الهواء على ارتفاع (3) أمتار تقريبا ثم يؤدي التمرير برؤوس الأصابع.
- أداء التمرير مقابل الحائط أو بين الزميلين لمسافة (3) أمتار تقريبا ثم التدرج في زيادة المسافة.
- التمرير بين زميلين من فوق الشبكة.
- أداء التمرير مع التحرك في مختلف الاتجاهات بخطوة واحدة ثم التدرج في عدد الخطوات.
- أداء التمرير للأمام بعد الدوران مع ملاحظة سرعة الحركة.
- أداء وضع الطعن بجميع الاتجاهات بدون كرة وبعد ذلك باستخدام كرة.
- أداء التمرير للخلف إلى مسافة معينة مع مراعاة حركة التقوس.
- أداء التمرير للجانبين مع ملاحظة حركة الجذع من الأمام ثم من الخلف وتصحيح الخطأ.
- أداء التمرير مع الدرجة للخلف وإلى الجانبين بدون استخدام الكرة مع مراعاة التوقيت الخاص بالتمرير والجلوس وبعد ذلك باستخدام الكرة.
- تمرير اللاعب الكرة عاليا فوق الرأس مرة وللزميل مرة أخرى.

- تمرير اللاعب للكرة بتوجيهها إلى نقطة أو علامة معينة في الملعب.
- تأدية التمرير من المنطقة الخلفية إلى مركز 4 أو 3 أو 2 وذلك حسب اتجاه الكرة الموجهة إليه.
- ربط التمرير بمهارة الضرب الساحق وخطط اللاعب المختلفة.

رابعاً: فن مهارة الهجوم الساحق (الضربة الساحقة) (ATTACK) (الشكل رقم 11)

هو عبارة عن ضرب الكرة بإحدى اليدين بطرق مختلفة من فوق الشبكة نحو ملعب الخصم ويعتبر الهجوم الساحق هو السلاح الأول في تحقيق نقطة لفريقه وتحتل نسبة 21% من بقية المهارات. ويتطلب هذا النوع من المهارات نوعية معينة من اللاعبين يتميزوا في سرعة البديهة وحسن التصرف والثقة بالنفس وارتفاع القامة، وقوة عضلات الرجلين والسرعة الفائقة، والرشاقة، والتوافق العضلي العصبي، والقوة الانفجارية العالية في الوثب والضرب، والدقة في الأداء الحركي وتوجيه الضربات في نقطة معينة بالإضافة إلى ذلك الهبوط بسلام وفي نفس الوقت الاستعداد للدفاع في موقعه.

لهذا لا يستطيع جميع اللاعبين أن يقوموا بأداء مثل هذه المهارات نظراً لاختلاف تكوينهم الجسمي وقدراتهم الحركية ومميزاتهم البدنية فيفضل تدريب جميع أفراد الفريق على أداء هذه المهارات ومن ثم اختيار أفضل اللاعبين للقيام بمهام أدائها أثناء المباريات فهذا النوع من المهارات يتطلب دراسات دقيقة واعية وتدريبات جادة ومستمرة لإتقان أدائه.



الشكل رقم (11)

فن مهارة الهجوم الساحق (الضربة الساحقة)

الأداء الحركي لمهارة الهجوم الساحق (الضربة الساحقة):

تنقسم طريقة الاداء الحركي للهجوم الساحق الى خمسة مراحل متتالية وهي:

-التهيؤ (الأستعداد).

-حركة القدمين.

-القفز.

-التنفيذ (الأداء).

-الهبوط والتغطية.

وتتشابه جميع أنواع الهجوم في الأداء ماعدا مرحلة ضرب الكرة (التنفيذ) تظهر فيها اختلافات

حسب ظروف وحالات اللعب.

-التهيؤ (الاستعداد):

يعتبر التهيؤ المرحلة الأولى لاداء مهارة الهجوم الساحق والتي تتطلب قدرات بدنية ذلت مستوى عالٍ وتعتمد هذه المتطلبات على قوة عضلات الرجلين وعضلات الظهر والبطن والورك وامتلاك الجسم للجهد العضلي (التحمل) ويعني العمل العضلي بدون وجود الأوكسجين (التنفس اللاهوائي). ويكون وضع الجسم في حالة التهيؤ كما يلي:

-القدمان متوازيتان أو تقديم قدم على قدم.

-الجذع مائل قليلا الى الأمام.

-الذراعان ممدودتان ومتدليتان بجانب الجسم.

-ارتخاء الجسم.

-النظر على ملعب الخصم وعلى إعداد الكرة.

-حركة القدمين:

تتصف هذه المرحلة بعدم وجود مسافة معينة للمهاجم وإنما ظروف وحالات الكرة هي التي

تحدد المسافة للمهاجم ويمكن اداؤها من:

أ- **الوقوف:** يستعمل اللاعب هذه الحالة نظرا لطبيعة الكرة المعدة له وبالأخص عندما تكون فوق

رأسه سواء كان قريبا أم بعيدا من الشبكة ويبدأ بثني الساقين بدرجة من (120-130) مع

مرجحة الذراعين اماما أسفل خلفا والارتكاز على مؤخرة القدمين استعدادا للقفز.

ب- **الخطوة واحدة:** يستخدمها اللاعب عندما تكون المسافة قصيرة (1م) وتبدأ بتقديم الرجل

اليسرى بخطوة طويلة مع رفع ومد الذراعين اماما بمتابعتها للرجل وبعدها يتم نقل القدم

اليمنى بجانب القدم اليسرى أو متأخرة عنها قليلا وبمسافة عرض الأكتاف بينهما وثنيهما

بدرجة

(120-130) ومرجحة الذراعين أسفل خلفا والأرتكاز على مؤخرة القدمين استعدادا للقفز.

ج- **بخطوتين:** يستخدمها اللاعب عندما تكون المسافة متوسطة (2م) وتبدأ بتقديم الرجل اليسرى في الخطوة الأولى وتكون قصيرة والذراعان ممدودتان بجانب الجسم والخطوة الثانية تكون كما هي في (ثانيا).

د- **ثلاث خطوات:** يستعمل اللاعب هذه الحالة عندما تكون المسافة (3م) وتبدأ بتقديم الرجل اليسرى في الخطوة الأولى ثم اليمنى في الخطوة الثانية واليسرى في الخطوة الثالثة وكما موضح في (ثانيا) و (ثالثا).

هـ- **اربع خطوات:** يستخدم اللاعب هذه الحالة عندما تكون المسافة (4م) وتبدأ بتقديم رجل اليد الضاربة فاذا كان الضارب يد اليمنى فيقدم الرجل اليمنى والعكس كذلك الخطوة الأولى تكون قصيرة والثانية طويلة والثالثة قصيرة والرابعة تتميز بالسرعة والعمق والطول، مميزات هذه الطريقة تغطي للمهاجم السرعة الأفقية والقفز العامودي والتفكير الصحيح لضرب الكرة.

-القفز: (الشكل رقم 12)

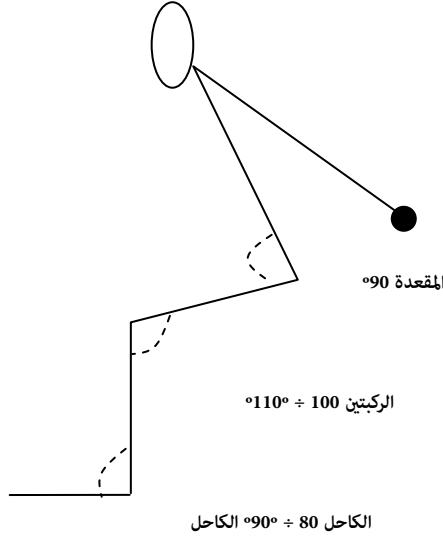
تبدأ هذه المرحلة بعد إنتهاء المرحلة الثانية بمرجحة الذراعين خلفا أسفل أماما ثم استمرار المرجحة اماما عاليا بعدها القفز بقوة عاليا وثنى الذراع الضاربة ومرجحتها خلفا مع لف الكتف ورفع الذراع الثانية عاليا.

-التنفيذ:

تبدأ بلمس اليد الضاربة الكرة من الزاوية العليا لها وتكون الاصابع متلاصقة وممدودة والأبهام مؤشرا الى الخارج أو تكون متباعدة قليلا ومجوفة بشكل حجم الكرة والجزء الثاني للتنفيذ يكون بمتابعة اليد الضاربة للكرة والجزء الثالث هو ترك اليد الكرة والتهيؤ للهبوط.

-الهبوط والتغطية:

وتبدأ بعد المرحلة الرابعة مباشرة بسحب الذراعين للأسفل مع تجنب لمس الشبكة بثنيها بجانب الجسم عن طريق سحب المرفق للخارج وميل الجذع قليلا للأمام مع الهبوط على مشطي القدمين بصورة متوازية وبفتحة عرض الاكتاف وبارتخاء بعيدا عن الشد الفعلي خوفا من الاصابات ويكون الانثناء عميقا استعدادا للتحرك بصورة سريعة للدفاع عن الكرة بعد الهجوم.



الوضع الصحيح لمرحلة القفز في مهارة الهجوم الساحق

أنواع الهجوم الساحق (الضربة الساحقة):

- 1-الهجوم الساحق المواجه (الضربة الساحقة المواجهة)
- 2-الهجوم الساحق المواجه بالدوران.
- 3-الهجوم الساحق الخاطف (السريع).
- 4-الهجوم الساحق بالرسخ.

5-الهجوم الساحق بالخداع (التمويه).

6-الهجوم الساحق الجانبي (الخطافي).

1-الهجوم الساحق المواجه (الضربة الساحقة المواجهة)

يعتبر هذا النوع من الهجوم اكثر الأنواع تكرارا في الملعب مقارنة بالانواع الأخرى وتؤدي عملية ضرب الكرة في السطح العلوي بحيث تغطي اليد الكرة لتجعلها في حركة دورانية ويكون اتجاه الضرب في اتجاه الركضة التقريبية، ويمرجح الذراع بكامله أثناء الضرب وتكون الزاوية بين الساعد والعضد قائمة لأعطاء اكبر قوة للضربة الساحقة، وفي الغالب يؤدي هذا النوع من الضرب الساحق من مركز (4 و 2) باتجاه الخطوط الجانبية لملعب الفريق المنافس.

طريقة الأداء:

-التهيؤ (الاستعداد):

بعد خطوتي الاقتراب يكون مركز ثقل الجسم خلف الكعبين وتكون القدمان مفتوحتان باتساع الحوض وتكون متوازيتان أو واحدة تسبق الأخرى قليلا وتمرجح الذراعان من أسفل للخلف وللأعلى بقدر الأماكن استعدادا لعملية الارتقاء للأعلى لتتحول القوة والسرعة الأفقية من الجري الى قوة وسرعة عمودية.

-التنفيذ:

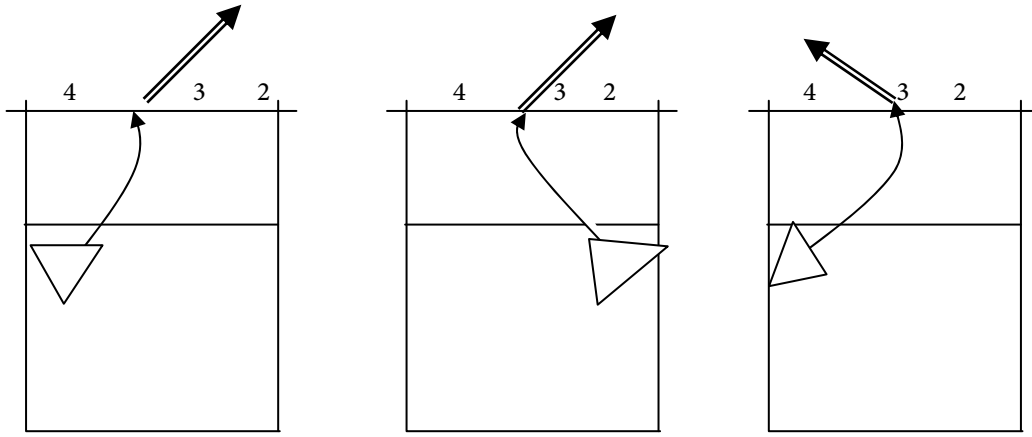
اثناء نقل الحركة من الكعبين الى المشطين تمرجح الذراعان من الخلف لأسفل ثم اماما ولأعلى بأقصى قوة بحيث تكون الذراع الضاربة خلف الرأس وتتحرك الذراع الحرة بزاوية قائمة أمام الجسم للمحافظة على اتزان الجسم في الهواء، ولحظة الضرب يحصل انقباض لعضلات البطن والكتف والذراع وتنفذ الضربة الساحقة بتغطية اليد للكرة لأكتسابها حركة دورانية وتضرب بشدة.

-الهبوط والتغطية:

بعد انتهاء الضربة الساحقة تسحب اليد الضاربة لأسفل مباشرة ويهبط اللاعب على القدمين بخفة أو قدم تلي الأخرى والمسافة بينهما باتساع الحوض ومواجه للشبكة وثني قليل للركبتين لأمتصاص شدة الهبوط والجذع مائلا قليلا للأمام والرأس والنظر للأعلى لاستقبال الكرات المرتدة من حائط الصد والاستعداد للعب مرة ثانية.

2-الهجوم الساحق المواجه بالدوران: (الشكل رقم 13)

في هذا النوع من الهجوم يقوم اللاعب بلف بسيط لكتف اليد الضاربة أثناء الاستعداد لاداء الضربة ثم ترافق الذراع الضاربة بحركة تتابع في اتجاه الدوران بعد قتل الجزء العلوي للجسم بحيث يصبح مواجهها الى الشبكة.



(ج)

الضرب الساحق يمينا
مع الدوران يسارا

(ب)

الضرب الساحق
بالدوران يمينا

(أ)

الضرب الساحق
بالدوران يسارا

الشكل رقم (13)

فن مهارة الهجوم الساحق المواجه بالدوران

طريقة الأداء:

-التهيؤ (الاستعداد):

بعد خطوات الاقتراب يتحرك مركز ثقل الجسم خلف الكعبين وعند دوران المشطين في اتجاه الكرة يتبعهُ دوران اللاعب وكتف الذراع الضاربة فلا يحدث فقط قوة ضرب وانما يتمكن الضارب من اداء الضرب في اتجاه عكسي لزاوية اتجاه الجري وليتمكن من توجيه الكرة في الأتجاه المراد سقوطها فيه.

-التنفيذ:

اثناء نقل الحركة من الكعبين الى المشطين تخرج الذراعان من الخلف لأسفل ثم اماما ولأعلى بأقصى قوة بحيث تكون الذراع الضاربة خلف الرأس وتتحرك الذراع الحرة بزاوية قائمة امام الجسم للمحافظة على اتزان الجسم في الهواء ويحدث لحظة الضرب انقباض لعضلات البطن والكتف والذراع وتنفذ الضربة الساحقة بتغطية اليد للكرة لأكسابها حركة دورانية وتضرب بشدة.

-الهبوط والتغطية:

بعد الانتهاء من ضرب الكرة بالدوران يهبط اللاعب على القدمين مع ثني خفيف للركبتين لامتصاص صدمة الهبوط مع دوران الجذع للداخل قليلا والنظر في اتجاه سقوط الكرة المرتدة من حائط الصد استعدادا للعب مرة ثانية.

3-الهجوم الساحق الخاطف (السرّيع):

يستخدم هذا النوع من الهجوم عندما يكون الاعداد منخفض أو قطري حيث لا تتيح الفرصة للفريق الخصم القيام بعملية الصد ولتفادي قيام الفريق المضاد بالصد بلاعبين او ثلاث لاعبين فيضطر الفريق المدافع الى القيام بالصد بلاعب واحد. وتؤدي هذه المهارة بخطوات قصيرة وسريعة ويقوم المهاجم بالوثب فورا

قبل ترك الكرة يد المعد وتعتبر هذه المهارة من الضربات السريعة المفاجئة للفريق الخصم. ويطلق البعض على هذه المهارة (الضربة الساحقة اليابانية) وذلك لاستخدام اليابانيين لها بكثرة وبكفاءة خلال المباريات أو الضربة الصاعدة وذلك لأنها تضرب قبل أن تصل إلى أعلى إرتفاع لها بعكس الضربات الساحقة الأخرى.

طريقة الأداء:

-التهيؤ (الأستعداد)

يقوم اللاعب الضارب بأخذ خطوات قصيرة وسريعة والدفع والوثب لأعلى إرتفاع قبل ترك الكرة يد المعد مع مرجحة الذراعين جانبا أسفل عاليا.

-التنفيذ:

في حالة وصول اللاعب إلى أعلى نقطة بعد الوثب واعداد الكرة يقوم اللاعب بفرد الذراع الضاربة بسرعة وبقوة لضرب الكرة وهي صاعدة ويوجهها إلى ملعب الفريق المضاد.

-الهبوط والتغطية:

لمراعاة عدم لمس الشبكة وبعد الانتهاء من تنفيذ الضربة الساحقة الصاعدة يلف اللاعب ذراعه للخارج وفي اتجاه جسمه عند الهبوط. ويكون الهبوط على القدمين وتكون المسافة بينهما بإتساع الحوض وثنى قليل للركبتين لأمتصاص صدمة الهبوط.

4-الهجوم الساحق بالرسغ:

طريقة الأداء:

تتشابه مراحل اداء هذه المهارة مع الهجوم الساحق المواجه والهجوم الساحق المواجه بالدوران وتؤدي هذه الضربة الساحقة في الحالة التي يكون فيها اللاعب على استعداد كامل لأداء الهجوم الساحق وذلك بمفاجأة الفريق الخصم وبيقاف حركة الذراع واليد الضاربة قبل ملامسة الكرة مباشرة وفي هذه اللحظة تكون الذراع عموديا تقريبا وتضرب الكرة بأطراف أصابع اليد وذلك بفرد الرسغ قليلا للأعلى وللأمام وبسرعة وعلى اللاعب ان يخفي هذه الحركة وذلك لتوجيه الكرة في مكان يصعب على الفريق الخصم التحرك اليه ولعب الكرة.

ويستخدم الهجوم الساحق بالرسغ في المواقف التالية:

-وجود حائط صد قوي للفريق المنافس.

-عدم الاتزان الجيد للاعب الضارب في الهواء.

-قيام المعد بإعداد الكرة الى مكان غير مناسب بالنسبة للاعب الضارب.

-وجود ضعف معين في خط دفاع الفريق المنافس.

5-الهجوم الساحق بالخداع (التمويه)

طريقة الأداء:

ويستخدم هذا النوع للأغراض الخطئية ويتميز عن الأنواع الاخرى في قدرة أكبر على التمويه والخداع ويتشابه في الأداء الحركي للهجوم الساحق المواجه الأ انه عند فرد الذراع لضرب الكرة يتوقف الضرب ثم يوجه الكرة بواسطة أصابع اليد الضاربة بلمسها من اسفل بخفة في الأتجاه المطلوب في اللحظة المفاجئة دون أن يكتشفه المنافس، ويستطيع الضارب توجيه الكرة الى الخلف أو اليمين أو اليسار حسب وجود الثغرات التي يتركها المنافس اثناء عمل حائط الصد والتغطية.

6-الهجوم الساحق الجانبي (الخطافي):

في هذا النوع من الهجوم يكون الاقتراب مائلا او موازيا للشبكة ويكون جسم اللاعب جانبا للشبكة لحظة الارتقاء والوثب، والارتقاء بقدم واحدة أو بالقدمين وتكون حركة الذراع الضاربة بمرجحتها جانبا في حركة دائرية من أسفل وجانبا، لأعلى لتقابل الكرة فوق الرأس كما في الأرسال الخطافي ويستخدم هذا النوع عندما يكون اعداد الكرة بعيدا عن الشبكة وكذلك في حالة وجود الضارب نفسه قريبا جدا من الشبكة واعداد الكرة تكون خلفه، واثناء لحظة اداء الضربة يقوم اللاعب بلف جسمه ويكون الهبوط في معظم الحالات مواجهها للشبكة.

طريقة الأداء:

-التهيؤ (الاستعداد):

بعد الاقتراب الموازي او المائل للشبكة يقوم اللاعب بالارتقاء بقدم واحدة او بالقدمين معا، ويقوم بأرجحة الذراع الضاربة لأسفل جانبا عاليا في قوس واسع أما الذراع الحرة فتكون أمام الجسم للحفاظ على توازن الجسم في الهواء.

-التنفيذ:

بعد نهاية الارتقاء والوثب عاليا وارجحة الذراع الضاربة للأعلى تقابل الكرة واليد مفتوحة للسطح العلوي للكرة واثناء ملامسة اليد للكرة يلف الضارب جسمه لحظة اداء الضرب لمواجهة الشبكة.

-الهبوط والتغطية:

بعد أداء الهجوم الساحق الجانبي الخطافي يلف اللاعب جسمه لمواجهة الشبكة ويهبط مواجهها للشبكة وتكون القدمين باتساع الحوض مع ثني قليل للركبتين

والجذع مائل للأمام والنظر للأعلى استعدادا لاستقبال الكرة المرتدة من حائط الصد.

الجدول أدناه يوضح بعض الاختلافات في أنواع الهجوم الساحق.

| نوع الهجوم | اتجاه الجسم | حركة القدمين | القفز | حركة الذراعين والتنفيذ | الهبوط |
|-------------------|--------------------|------------------------------------|-----------------------------|--|-------------------------------------|
| 1-الهجوم المواجه | مواجهة الشبكة | للامام او بزاوية على الشبكة | للاعلى وبالرجلين | مرجحتها أماما عاليا خلفا مع ضرب الكرة من الاعلى والذراع ممدودة | على القدمين مع انثناء الرجلين قليلا |
| 2-الهجوم بالدوران | بزاوية حادة للشبكة | سريعة وبزاوية حادة على الشبكة | برجل واحدة أو بالرجلين | حركة دائرية اسفل جانبا اعلى مع ضرب الكرة من الزاوية الخارجية | على القدمين أو على قدم واحدة |
| 3-الهجوم السريع | مواجهة الشبكة | سريعة وللأمام أو بزاوية على الشبكة | بالرجلين وإلى الاعلى | مرجحتها اماما عاليا خلفا مع ضرب الكرة من الاعلى والذراع ممدودة | على القدمين مع انثناء قليل بالرجلين |
| 4-الهجوم بالرسغ | " | " | " | " مع ضرب الكرة ضربا خفيفا والرسغ ثابت | " |
| 5-الهجوم بالخداع | " | " | " | " مع ايقاف الضرب وتمرير الكرة بالاصابع | " |
| 6-الهجوم الجاني | موازي للشبكة | الخطوات موازية للشبكة | برجل أو رجلين وجانبا للشبكة | حركة دائرية اسفل جانب اعلى مع ضرب الكرة واليد مفتوحة | " |

الاطء الشائعة في الهجوم الساق:

- 1- عدم ارتقاء الجسم في مرحلة التهيؤ مما يؤدي الى الشد العصبي العضلي وفقدان التركيز في التفكير.
- 2- الاقتراب في الاتجاه الغير صحيح والغير ثابت وحركة القدمين الغير صحيحة.
- 3- عدم اتخاذ الخطوات الصحيحة من حيث المسافة بينهما في الخطوات الأربعة.
- 4- عدم تقديم الرجل الواجب تقدمها وحسب عدد الخطوات المطلوبة.
- 5- عدم مرجحة الذراعين في الخطوة الأخيرة أماما أسفل خلفا.
- 6- عدم مرجحة الذراعين خلفا أسفل اثناء القفز.
- 7- الوثب للأمام بدل الوثب للأعلى.
- 8- الإرتقاء المبكر بسبب التوقيت الخاطئ والاقتراب في لحظة ترك الكرة يدي اللاعب المعد.
- 9- عدم الربط بين الاقتراب والإرتقاء.
- 10- عدم إنتقال القوة المميزة بالسرعة من الأفقية الى العمودية.
- 11- عدم انثناء الرجلين بدرجة (120-130)، أو انثناء الرجلين اكثر من ذلك.
- 12- عدم نقل كتلة ثقل الجسم أثناء القفز من مؤخرة القدم الى الأمشاط.
- 13- ضرب الكرة والذراع مثنية مما يجعلها تقع في الشبكة.
- 14- ضرب الكرة من الأسفل مما يجعلها ترتفع عاليا والى الخارج.
- 15- ضرب الكرة وهي بعيدة عن الذراع.
- 16- ضرب الكرة وهي فوق او خلف الرأس.
- 17- ضرب الكرة في غير المكان الصحيح.
- 18- ضرب الكرة من خلف الرأس بسبب الوثب القريب من الكرة.
- 19- الهبوط على الشبكة او تجاوز خط الوسط.
- 20- عدم الهبوط على المشطين من يؤدي الى اصابات العمود الفقري.
- 21- عدم انثناء الرجلين اثناء الهبوط.

22-عدم سحب الذراعين بجانب الجسم بعد الانتهاء من ضرب الكرة.

طريقة التدريب على الهجوم الساحق:

يشترط لتعليم الضرب الساحق قدرة اللاعبين على الوثب لارتفاع مناسب. فاذا لم يتوفر هذا الشرط فانه يجب البدء بإعطاء تدريبات بهدف تنمية عنصر الوثب عند اللاعبين، كذلك يجب الإهتمام اولا بدقة الضربات وتوجيهها الصحيح قبل البدء بالاهتمام بقوة الضربات. ويجب تعلم الضرب الساحق اولا من مركز (4) بالنسبة للضارب باليد اليمنى حيث ان الكرة المعدة تكون آتية من جهة الذراع الضاربة فتسهل عملية الضرب ثم بعد ذلك من مركز (3) وتعلم الضرب الساحق من مركز (2) بالنسبة للضارب الأيسر.

الخطوات التعليمية لمهارة الهجوم الساحق:

- 1- شرح اهمية المهارة بالنسبة للعبة كرة الطائرة واهميتها لكل لاعب.
- 2- اعطاء نموذج للاعبين لمشاهدة الاداء النهائي للمهارة المذكورة ويعطي النموذج بالطرق الآتية:
 - فيديو.
 - صور ولوحات.
 - لاعب ممتاز.
 - عن طريق المدرس اوالمدرّب.

تنقسم طريقة الاداء في الهجوم الساحق الى:

حركة الذراع الضاربة:

- التدريب اولا يكون على حركة الذراع الضاربة لانه يوجد تشابه كبير في حركة الذراع الضاربة قبل بدء الضرب (سواء في ارسال التنس أو في الهجوم الساحق) فحركة الذراع الضاربة في الأرسال تتجه للأمام ولكن حركة الذراع الضاربة في الهجوم الساحق تتجه للأسفل وتكون عمودية على الأرض. وايضا عندما يثب اللاعب للأعلى بعد خطوة الاقتراب فالمطلوب منه ملاحظة الكرة المعدة (المرفوعة) من اللاعب المعد وارتفاعها وكذلك بعده هو عن الشبكة بالاضافة الى ذلك مطلوب منه ملاحظة حائط الصدم المشكل من جانب لاعبي الفريق المنافس.
- يقف اللاعب ويمسك الكرة باليد غير الضاربة وهي في مستوى الوجه تقريبا ثم يؤدي الضرب بحيث تتحرك الذراع الضاربة بعد ثني المرفق فوق الكتف لتضرب الكرة في أعلى نقطة فيها، وعمل الاتجاه الصحيح للارحة حيث يشعر اللاعب بالمكان الصحيح لضرب الكرة.
- محاولة ضرب الكرة بالطريقة السابقة لاسقاطها على الأرض ثم استمرار حركة ضرب الكرة المرتردة من الأرض.
- تمسك الكرة باليد غير الضاربة أو اليدين معا. ثم يقفز اللاعب في الهواء ويرمي الكرة على ارتفاع مناسب ويضرب الكرة (وهو في الهواء) مع ملاحظة توجيه الكرة الى أسفل.
- لاعبان مواجهان ومعهما كرة ويتبادلان ضربها بالطريقة السابقة لترتد أمام الزميل ليكرر نفس الطريقة.
- لاعبان من جهتي الشبكة يحاول كل منهما ضرب الكرة بقوة حتى تمر فوق الشبكة للزميل المقابل وذلك بعد ارتدادها من الأرض مع مراعاة إمتداد الذراع الضاربة الى اقصى ارتفاع لها.

الاقتراب والوثب (القفز):

- تكون مسافة الاقتراب من (2م-2½م) بقطعها الضارب على خطوتين الخطوة الاولى قصيرة يكون طولها من (70سم) إلى (100سم) والثانية طويلة وعميقة من (130سم) إلى (180سم) حسب طول اللاعب.
- توضع للاعب علامات على الأرض لتعليم خطوتي الاقتراب بدون استخدام الشبكة.
- الخطوة السابقة بوضع حبل او ضبط مطاط على ارتفاع (2½م) وتكون نقطة الارتفاع على مسافة (40سم-50سم) من الحبل ثم يقوم بأداء الارتفاع.
- تعليق الكرة فوق نقطة الارتفاع على ارتفاع (2½م) ويحاول اللاعب لمس الكرة بيده ثم الهبوط فوق نقطة الارتفاع.
- يقف المدرب او الزميل على كرسي ويمسك الكرة لأعلى يقترب المهاجم ويرتقي ليلمس الكرة بكلتا اليدين عن اعلى ارتفاع يصل له.
- يقذف المدرب اوالزميل الكرة تقريبا (4 أمتار) لأعلى ويقترب المهاجم ويمسك الكرة بكلتا اليدين عند أقصى ارتفاع له ثم الهبوط في نفس مكان الارتفاع.
- يضع المدرب كرسي او يقف امام نقطة ارتفاع اللاعب حتى يتعود اللاعب على الهبوط في المكان الصحيح.

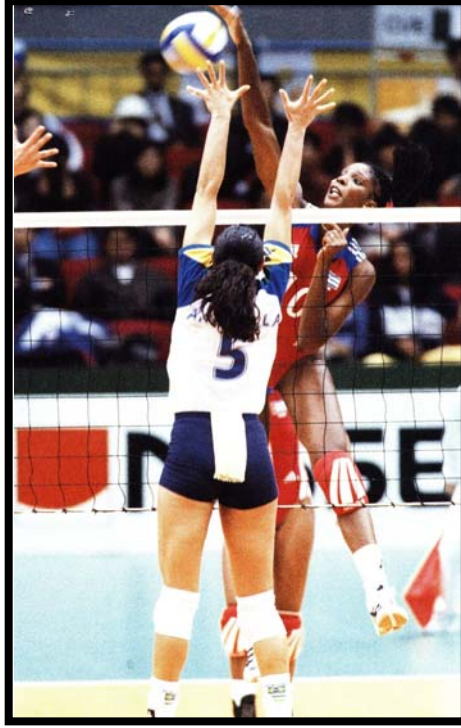
خطوات أداء الهجوم الساحق:

- توضع الشبكة على الارتفاع المناسب، يممسك الضارب الكرة ويمررها إلى المدرب أو الزميل الذي يتولى اعدادها بموازاة الشبكة فيقوم الضارب بعملية الضرب مع ملاحظة عدم ملامسة الشبكة أو تعدي خط المنتصف.
- ارتفاع قانوني للشبكة توضح علامات في مختلف اجزاء الملعب بحيث يحاول الضارب اصابتها.

- تأدية الهجوم الساحق مع وجود لاعب في الجهة المقابلة، يقوم بعملية الصد للتدريب على توجيه الكرة، ومرة اخرى وجود لاعبين ثم وجود ثلاث لاعبين.
- تأدية الهجوم الساحق باستخدام اليد اليسرى لتفادي عملية الصد ولخداع الفريق المنافس.
- تأدية الهجوم الساحق من مختلف المراكز الامامية.
- التدريب على الأنواع المختلفة للهجوم الساحق وبالتالي يختار فيها ما يناسبه.
- التدريب على الهجوم الساحق من مختلف المراكز بعد الارسال والاستقبال والاعداد من مسافات مختلفة ومتدرجة في الصعوبة.

خامسا: من مهارة حائط الصد (جدار الصد) (Blocking) (الشكل رقم 14)

تعتبر هذه المهارة إحدى المهارات الاساسية بالكرة الطائرة وتعتبر دفاعية وهجومية في وقت واحد وظهرت هذه المهارة سنة 1920م واستخدمت في بداية الأمر بلاعب واحد ثم تطورت بعدها بلاعبين حتى اصبحت بثلاثة لاعبين. وتحتل هذه المهارة نسبة 20% لبقية مهارات اللعبة وترجع أهمية حائط الصد الى عمل جدار امام هجوم الفريق المنافس لمنع من الضربات الساحقة مما يؤدي الى إحباط عزم الفريق المنافس وفي سنة 1964م سمح لأول مرة من عبور يد حائط الصد الى ساحة الفريق الخصم من فوق الشبكة وايضا يسمح له بلمس الكرة مرتين متتاليتين وتعتبر لمسة واحدة ويحق لفريقه بعدها لمسها مرتين متتاليتين ليصبح عددها اربع لمسات مع حائط الصد.



الشكل رقم (14)

فن مهارة حائط الصد (جدار الصد)

الاداء الحركي لمهارة حائط الصد:

ينقسم الاداء الحركي لمهارة حائط الصد الى خمس مراحل وكما يلي:

-التهيؤ (الاستعداد).

-حركة القدمين.

-القفز.

-فن التنفيذ (الأداء).

-الهبوط والتغطية.

وفيما يلي توضيح مبسط لكل مرحلة من هذه المراحل:

-التهيؤ (الأستعداد):

- وقوف اللاعب بمسافة عن الشبكة من (1/2 - م1).
- القدمان يشيران للأمام والفتحة بينهما بعرض الأكتاف.
- انثناء الرجلين بدرجة من (120 - 130) درجة.
- الجدع عامودي على الفخذين ومائل قليلا للأمام.
- الذراعان لهما طريقتان:
 - أ- الذراعان مثنيتان والمرفقان بمستوى الصدر وارتفاع اليدين بمستوى الأكتاف وامام الجسم.
 - ب- الذراعان مثنيتان والمرفقان بجانب الجسم واليدان بمستوى الأكتاف وبمستوى الصدر.

-حركة القدمين:

- أ - **طريقة النقل:** التحرك بنقل القدمين فإذا كان التحرك على جهة اليمين تنقل القدم اليمنى وتتبعها القدم اليسرى وعكس ذلك إذا كان لجهة اليسار، تستخدم هذه الطريقة للمسافة القصيرة من (م1 - م2).
- ب- **طريقة لتقاطع:** اذا كان التحرك الى جهة اليمين يكون التقاطع بالرجل اليسرى لجهة اليمين ثم نقل الرجل اليمنى لجهة اليمين ونقل اليسرى بجانبها (تكون المسافة بين القدمين بعرض الأكتاف) وعكس ذلك اذا كان التحرك على جهة اليسار، وتستخدم هذه الطريقة للمسافة المتوسطة في حدود م3.
- ج- **طريقة الركض:** التحرك بالركض السريع مع تقاطع الخطوة الأخيرة والتقاطع يكون حسب ما موضح في (ب) وتستخدم هذه الطريقة للمسافة الطويلة من مركز 2 إلى مركز 4 أو بالعكس من مركز 4 إلى مركز 2.

القفز:

يبدأ القفز بعد المرحلة الثانية وكما يلي:

-نقل كتلة ثقل الجسم على الأمشاط.

-ثني الرجلين بدرجة من (120 - 130).

-مرجحة الذراعين اماما أسفل ثم بالعكس خلفا أماما عاليا وفوق الشبكة.

-إذا كان القفز من الركض فتكون مرجحة الذراعين أسفل خلفا وبجانب الجسم ثم بالعكس خلفا

أسفل اماما عاليا لكي تساعد على عملية الطيران وعمل حائط الصد.

-التنفيذ:

- الذراعان ممدودتان فوق الشبكة أو عبر الشبكة في ساحة الخصم.

- اليدان لها طريقتان هما:

أ- اتجاه اليدين اماما وأثناء لمس الكرة ثنى رسغ اليد إلى أسفل باتجاه الأرض.

ب- اتجاه اليدين باتجاه الأرض مباشرة.

-تكون الأصابع منتشرة وممدودة ومشدودة ومجوفة والكفان متقاربتان بحيث لا يسمحان بمرور

الكرة.

- يميل الجسم للأمام من مفصل الفخذ.

- النظر يكون على عين المهاجم وعلى الكرة بوقت واحد.

-الهبوط والغطية:

-سحب الذراعين فوق الجسم.

-خفض المرفقين بجانب الجسم تلافيا من مس الشبكة أو عبور حائط الصد.

يكون الهبوط على مشطي القدمين.

-انثناء الرجلين لامتصاص الصدمة من الهبوط.

-اتجاه الجسم يكون باتجاه الكرة المرتدة وذلك استعدادا بعملية الهجوم المضاد.

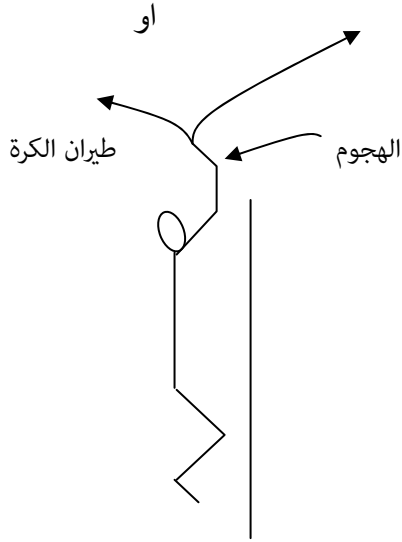
أقسام مهارة حائط الصد:

1-الصد الهجومي: (الشكل رقم 15)

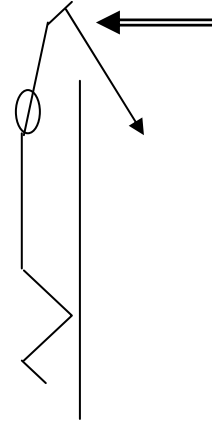
في الصد الهجومي تكون الأيدي المكونة لحائط الصد متوازية وقريبة من الشبكة وفيها انثناء نحو ملعب المنافس فتتحرك الذراعان واليدين إثناء الصد لمحاولة ضرب الكرة في ملعب الخصم.

2-الصد الدفاعي: (الشكل رقم 16)

وفيه يتم سقوط الكرة بعد عملية الصد في نفس ملعب الفريق المدافع بعد أن قلت قوتها وفقدت خطورتها بحيث يمكن للفريق ان يستغلها في الأعداد للضربات الساحقة، وتتم هذه الطريقة بان تثبت الذراعان واليدين وثني مفصل الرسغ بحيث تميل الأيدي للخلف في اتجاه ملعب نفس الفريق عند مقابلتهما للكرة أثناء الصد.



الشكل رقم (16) الصد الدفاعي



الشكل رقم (15) الصد الهجومي

أنواع مهارة حائط الصد:

1- حائط الصد بلاعب واحد: استخدامه في اللعب بنسبة 24%.

2- حائط الصد بلاعبين: استخدامه في اللعب بنسبة 72%.

3- حائط الصد بثلاثة لاعبين: استخدامه في اللعب بنسبة 4%.

تبين هذه النسب بأن إستخدام حائط الصد بلاعبين هو الشائع والرئيسي في لعبه كرة الطائرة ثم يليه الصد بلاعب واحد. أما بثلاث لاعبين فهو قليل الأستعمال وتستخدمه الفرق ذات المستوى العالي جدا. فهو يزيد من مسؤولية لاعبي الدفاع عن الملعب ويستخدم في حالة وجود مهاجم منافس قوي. وسوف نوضح إستخدام كل نوع من أنواع حائط الصد بصورة مختصرة وكما يلي:

1- الصد بلاعب واحد (حائط الصد الفردي) (الشكل رقم 17)

ينفذ هذا النوع بلاعب واحد أي كل لاعب يقوم بصنع حائط الصد من مركزه أو من مركز زميلة في خط الهجوم للمراكز الأمامية الثلاثة مثلا لاعب مركز 2 يعمل ضد مركز 4 من الفريق المضاد ومركز 3 ضد مركز 3 ومركز 4 ضد مركز 2 وحيانا يحدث تغيير بين لاعبي الخط الأمامي في مراكزهم مما يجعل اللاعب الواحد يقوم بصنع حائط الصد في أكثر من مركز وذلك حسب ظروف وامكانية اللاعب، ونسبة استخدامه حوالي 24%.

ويستخدم هذا النوع من الصد من قبل الفريق المدافع عندما يكون الفريق المهاجم سريعا فلا يعطي فرصة للفريق المدافع للقيام بالصد بلاعبين أو بثلاثة لاعبين ويستخدم أيضا في حالة وجود لاعب صد يتقن التوقيت الصحيح وحسن التصرف وعندما تتوفر الرغبة للفريق المدافع بالقيام بالهجوم المضاد.

طريقة الأداء:

- التهيؤ (الأستعداد):

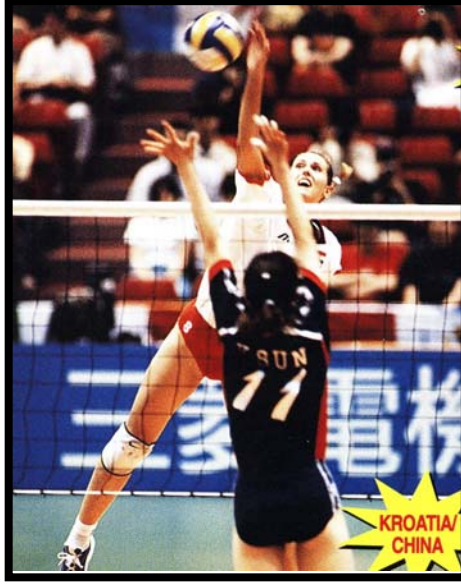
يقوم اللاعب الصاد بالتحرك بخطوات جانبية باتجاه اللاعب المهاجم من الفريق المنافس حتى يصل الى عملية التأهب وتكون القدمان متوازيان وباتساع الحوض، الذراعان مفردتان من المرفق والأصابع منتشرة ومتقاربة مع التركيز على مراقبة إعداد الخصم واللاعب المهاجم.

--التنفيذ:

يقوم اللاعب الصاد بثني الساقين ومدهما بقوة للأعلى بدفع القدمين ومرجحة الذراع جانبا أسفل عاليا وتكون هذه المرجحة قريبة من الجسم لتفادي لمس الشبكة. وبعد القفز تكون الذراعين واليدين ممدودتان أعلى من الحافة العليا للشبكة والأصابع مفرودة ومشدودة ومجوفة لتأخذ شكل سطح الكرة ويجب أن ينظر اللاعب الى يديه في اثناء مد الذراعين ويعمل على تصليح وضعيتهما حسب اتجاه الكرة، ولحظة لمس الكرة يقوم اللاعب بأداء حركة سحب للأمام من مفصل الرسغ لضرب الكرة في ملعب الفريق المنافس.

-الهبوط والتغطية:

بعد قيام لاعب حائط الصد بسحب اليدين والذراعين للخلف لتلافي لمس الشبكة يهبط على القدمين وتكون متباعدتين باتساع الحوض وثني الركبتين لامتناس صدمة الهبوط والنظر الى مسار الكرة والاستعداد لاستقبال الكرات المرتدة من حائط الصد والهجوم.



الشكل رقم (17)

فن مهارة حائط الصد بلاعب واحد (الصد الفردي)

2- الصد بلاعبين (حائط الصد الزوجي) (الشكل رقم 18)

يعتبر الصد بلاعبين من افضل طرق الصد وتستخدمه الفرق القوية في الوقت الحاضر حيث ان هذه الطريقة لا تسمح لمرور الكرة من بين يدي القائمين بعملية الصد لأنها تغطي جزءا كبيرا أمام الكرة. وعلى اللاعبين القائمين بعملية الصد التوافق والتوقيت الجديد واتقان الخطوات وتساوي الارتفاع وضبط الوقت لديهم.

وينفذ هذا النوع من حائط الصد بتحريك لاعب مركز 3 مع لاعب مركز 2. أو مع مركز 4، أو مركز 4 يتحرك مع مركز 3 او مركز 2 مع مركز 3 أو أحيانا مركز 2 مع مركز 4 أو بالعكس يحدد هذا التحرك امكانية وواجب كل لاعب فهم في خط الهجوم وحسب الخطة المرسومة لهم من قبل المدرب أو المدرس، ونسبة استخدامه حوالي 72%.

طريقة الأداء:

-التهيؤ (الاستعداد):

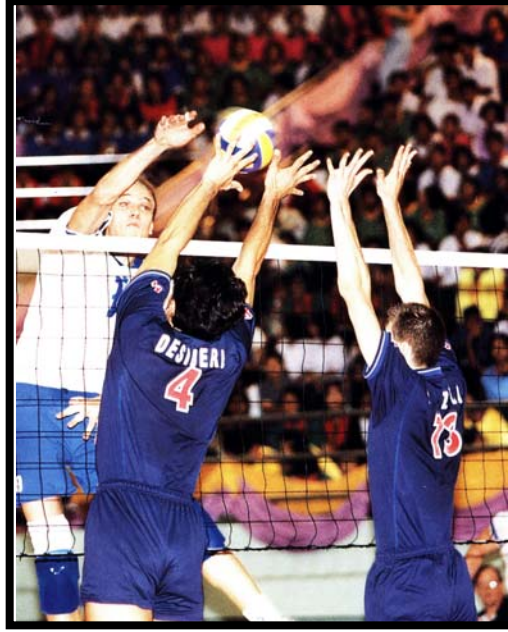
يقوم اللاعب المشترك في عملية الصد بالتحرك باتجاه اللاعب الآخر في المركز المنفذ من الهجوم بخطوات جانبية حتى يصل اللاعبان في وقت واحد امام اللاعب المهاجم وتؤدي عملية الوثب للأعلى في نفس وقت اللاعب المهاجم في الفريق المنافس. وتكون القدمان متباعدتين وباتساع الحوض ومرجحة الذراعان والوثب للأعلى بحيث تكون الذراعان قريبتان من الجسم حتى لا تعيق حركة اللاعب الآخر.

-التنفيذ:

يقوم اللاعبان المشتركان في حائط الصد بالوثب للأعلى عند قيام اللاعب المهاجم في الفريق المنافس بعملية الهجوم. ويكون تحريك الذراعين للأعلى. ممدودتان وتكون الاصابع منتشرة وممدودة والكفين على شكل سطح الكرة. ويجب أن يكون وثبهم معا وبصورة قريبة حتى لا يتركوا فجوة يستطيع منها المهاجم توجيه الكرة من خلالها الى ملعبهم.

-الهبوط والتغطية:

بعد انتهاء لاعبي الصد من عملية حائط الصد يهبطان مع سحب الذراعين للجسم ويكون الهبوط على القدمين وثنى الساقين لامتصاص صدمة الهبوط ويبقى اللاعبين مستعدين للمسة الثانية للكرة عندما تسقط في ملعبهم بعد عملية الصد.



الشكل رقم (18)

فن مهارة حائط الصد بلاعبين (الصد الزوجي)

3-الصد بثلاثة لاعبين (الشكل رقم19)

ينفذ هذا النوع من الصد بثلاثة لاعبين في الخط الأمامي أمام هجمات الفريق الخصم، ونسبة استخدامه في اللعب قليلة 4% مقارنة بالأنواع الأخرى من الصد لأن الصد بثلاثة لاعبين يترك فراغا واسعا ومساحة كبيرة في ملعب الفريق المدافع ويتيح الفرصة للفريق المهاجم بالقيام بعمليات الخداع واسقاط الكرات بدلا من القيام بالهجوم الساحق ويحدد الهجوم المضاد تحريك اللاعبين القائمين بعملية الصد كأن يكون التحرك لاعب مركز 2 ولاعب مركز 3 مع لاعب مرز 4 أو لاعب مركز 4 ولاعب مركز 3 مع لاعب مركز 2، أو لاعب مركز 2 ولاعب مركز 4 مع لاعب مركز 3. وهناك أوضاع مختلفة تتخذها أيدي لاعبي الصد كأن تبقى الأيدي على خط مستقيم للصد أو تشكيل قوس يطوق خط اتجاه الكرة أو تشكيل نصف دائرة مغلقة مقابل كرة الهجوم المضاد.

طريقة الأداء:

-التهيؤ (الاستعداد):

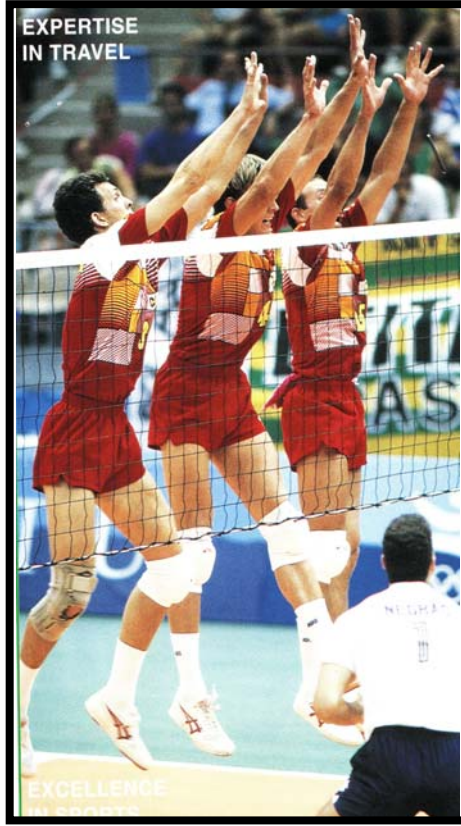
يكون تحرك لاعبو حائط الصد بخطوات جانبية موازية للشبكة للانضمام الى اللاعب الثالث مثلا قيام حائط الصد من مركز رقم (2) يتحرك لاعبي مركز (3 و4) بخطوات جانبية موازية للانضمام إلى لاعب مركز (2). ويتم وثب وصعود الثلاث لاعبين في الوقت الذي يتهيأ به اللاعب المهاجم لتنفيذ الضربة الهجومية ويكون النظر إلى اللاعب المهاجم والى كرة الفريق المهاجم وهذا أيضا بالنسبة إلى حائط الصد في مركز رقم (3) ومركز رقم (4).

-التنفيذ:

ينفذ اللاعبون حائط الصد في لحظة تنفيذ الهجوم ويكون بالوثب للأعلى ورفع الذراعان عاليا إلى ارتفاع واحد والأصابع منتشرة ومشدودة وتأخذ شكل السطح الخارجي بحيث يواجه اللاعب الأوسط الكرة بينما يتولى اللاعبان الآخران تغطية الجوانب بأغلاق زاوية كل منهما لتفادي سقوط الكرة بعد ارتطامها بالأيدي.

-الهبوط والتغطية:

بعد الانتهاء من عملية الصد يهبط اللاعبون الثلاثة مع المحافظة على التوازن ويكون الهبوط على القدمين وثني الركبتين لامتصاص الصدمة من الهبوط مع مراعاة المحافظة بعدم وقوعهم بأي خطأ قانوني والاستعداد للقيام بالتغطية والدفاع عن الهجوم المضاد.



الشكل رقم (19)

فن مهارة حائط الصد بثلاثة لاعبين

الاطءاء الفنية لمهارة حائط الصد:

- الوقوف قريبا للشبكة أو بعيدا.
- شد الجسم وعدم ارتخاؤه أثناء التهيؤ والاستعداد.
- الشد العضلي مما يؤدي الى عدم التركيز في الأداء.
- القفز باتجاه منحرف عن سير طيران اتجاه الكرة.
- القفز بعيد عن الشبكة.
- القفز قريبا عن الشبكة.

- عدم المرجحة الى الأعلى.
- عدم التوقيت في القفز كالفز قبل ضربة المهاجم أو بعدها.
- عدم توقيت حركة اليدين مع ضربة المهاجم.
- عدم نشر الاصابع بصورة مفتوحة وممدودة بشكل حجم الكرة.
- بعد اليدين عن بعضهما مما يسمح بمرور الكرة من بينهما.
- بعد المسافة بين لاعبي حائط الصد الزوجي و الثلاثي مما يسمح بمرور الكرة من بينهم.
- عدم أخذ الوضع الصحيح للذراعين اثناء عملية الصد.
- ارتخاء عضلات يدي لاعبي حائط الصد اثناء لمسهم للكرة.
- عدم سحب الذراعين فوق الجسم اثناء الهبوط.
- عدم استخدام الرجلين اثناء الطيران لموازنة الجسم.
- عدم الهبوط على مشطي القدمين.
- عدم اثناء الرجلين اثناء الهبوط.
- عدم ارتخاء الجسم بصورة عامة اثناء الهبوط.
- تصادم اللاعبين القائمين بعملية الصد.
- عدم التركيز على اللاعب القائم بالضربة الساحقة.

الاطاء القانونية لمهارة حائط الصد:

- مس الشبكة.
- تجاوز خط الوسط.
- مس العصا الهوائية.
- خروج الكرة خارج الملعب.
- لمس الكرة اكثر من مرتين متتاليتين.
- لمس الكرة اثناء طيرانها الى الخارج.

- عمل حائط الصد خارج حدود الشبكة.
- اشتراك لاعب الخط الخلفي في صنع حائط الصد.
- إستقرار الكرة على يدي وجسم صانع حائط الصد.

طريقة التدريب على حائط الصد:

- شرح حركة المهارة بالتفصيل واداء النموذج أمام اللاعبين.
- تجزئة حركة الصد عند التدريب العملي كالاقتراب والارتقاء ثم الذرعين والهبوط.
- من وقفة الاستعداد يؤدي عملية الاقتراب بخطوات جانبية على خط يرسم على الأرض وتتبعها عملية الارتقاء على أن تؤدي عملية الاقتراب والارتقاء من كلا الجانبين.
- اداء حركة الصد من الوقوف فوق مقعد وتكون اليدين عاليا وتستخدم الذراعان بصورة صحيحة ويؤدي هذا التمرين باستمرار حتى يتعود المبتدئين على عدم الخوف مثل غمض العينين وابعاد الوجه.
- يتقابل لاعبان أمام الشبكة يحاول كل منهما لمس يدي الزميل من الوثب وضغطهما خلفا بقوة مع ملاحظة عدم لمس الشبكة.
- نفس التمرين السابق بالوقوف جانبا أو خلفا مع استعمال كرة ثابتة فوق الشبكة.
- يقوم اللاعب بعملية الصد بأن يقذف المدرب أو زميل الكرة باتجاهه مع مراعاة عدم لمس الشبكة والهبوط.
- يقوم اللاعب بعملية الصد من اتجاهات مختلفة بالتحرك جانبا عدة مرات لضبط تكتيك المهارة صدا.
- نفس التمرين السابق مع استعمال الكرة من زميل أو مدرب مع مراعاة عدم لمس الشبكة.

- تؤدي عملية الصد من قبل لاعبين معا من الوقوف ثم من الجري بدون كرة مع مراعاة ضبط التوقيف وتوحيد مستوى ارتفاع الايدي وعدم بعدهما عن بعضهما عند الوثب.
- نفس التمرين السابق بثلاث لاعبين بحيث تتخذ الايدي الاشكال الثلاثة (خط مستقيم، قوس، بنصف دائرة).
- نفس التمرين السابق باستخدام كرة من قبل المدرب أو الزميل.
- يقف ثلاثة لاعبين في المنطقة الامامية في المركز (2، 3، 4) يتحرك لاعب مركز 2 ولاعب مركز 4 جانبا الى لاعب مركز 3 لعمل حائط الصد من الوسط بدون كرة.
- يتحرك لاعب مركز (2) ولاعب مركز (3) جانبا الى لاعب مركز 4 لعمل حائط الصد من مركز رقم (4) بدون كرة.
- يتحرك لاعب مركز 4 ولاعب مركز 3 جانبا الى لاعب مركز 2 لعمل حائط الصد من مركز رقم (2) بدون كرة.
- عمل حائط بحيث يمر كل لاعب بالمراكز الثلاثة باستخدام كرة من المدرب أو الزميل.
- (على المدرب تصحيح أخطاء أداء اللاعبين بعد كل تمرين).

سادسا: فن مهارة الدفاع عن الملعب (التغطية)

- الدفاع عن الملعب هو انقاذ الكرة المضروبة من قبل الفريق المنافس أو المرتدة من حائط الصد وتمريها بالذراعين او بذراع واحدة سواء كانت التمريرة من الأسفل او من الأعلى وتوصيلها لزميل في الملعب.
- وتعتبر هذه المهارة من المهارات الدفاعية المهمة ضد الهجوم الساحق من فريق الخصم وحماية الملعب خلف حائط الصد لفريقه وخلف المهاجمين من فريقه وتسمى احيانا (بالتغطية) وتنفيذها يتكرر بنسبة 14% تقريبا يؤدي الى نسبة 41%

من حالات الفشل وهو من صالح الفريق الخصم من اكتساب نقاط غير متوقعة ويستطيع الفريق المهتم بها كسب نقاط تعادل 23% من مجموع النقاط. وتعتبر هذه المهارة من المهارات الصعبة في الكرة الطائرة حيث تتطلب مستوى عالٍ من القوة والرشاقة والقدرة على سرعة رد الفعل والتركيز لفترة طويلة، التحمل، والجرأة، والشجاعة في استخدام انواع الدحرجات والطيران والأنزلاق (الغطس) لأنقاذ الكرات البعيدة.

أنواع الدفاع عن الملعب والأداء الحركي لكل نوع:

- 1- الدفاع عن الملعب بالذراعين من الأسفل من الوقوف ومن السقوط الامامي.
- 2- الدفاع عن الملعب بذراع واحدة بالدرجة الجانبية.
- 3- الدفاع عن الملعب بذراع واحدة بالسقوط الأمامي (الغطس).

الاداء الحركي لمهارة الدفاع عن الملعب (التغطية):

1-الدفاع عن الملعب بالذراعين من الأسفل من الوقوف ومن السقوط الأمامي: (الشكل

رقم 20)

يكون الأداء الحركي لهذا النوع من الدفاع عن الملعب مشابها للأداء الحركي لمهارة الاستقبال والاعداد والتي ذكرناها سابقا. يمكن الرجوع لهاتين المهارتين للاطلاع على المراحل التعليمية لها. باستثناء مرحلة التنفيذ (الأداء) وتوضيحها كالآتي:

نقل إحدى الرجلين الى الأمام بخطوة كبيرة ومنخفضة من الأرض بحيث تكون ساق الرجل الخلفية مع القدم على الأرض والرجل الأمامية مثنية انثناء كاملا وتكون القدم على الأرض والجذع ممدود ومواز للأرض. والذراعان مضمومتان

وممدودتان ومتوازيتان للأرض تقريبا والرسغان للأسفل مع ملامسة جانبيهما الداخلي لبعضهما البعض.

وإثناء لمس الكرة الساعدين يسقط الجسم على الأرض وتكون الرجل الخلفية ممدودة على الأرض والأمامية مثنية والجذع على الأرض، وتضرب الكرة بالساعدين إلى الأعلى وبالاتجاه المطلوب.



الشكل رقم (20)

فن مهارة الدفاع عن الملعب بالذراعين من الأسفل
من الوقوف ومن السقوط الأمامي

2-الدفاع عن الملعب بذراع واحدة بالدحرجة الجانبية:

(الشكل رقم 1-21)، (2-21).

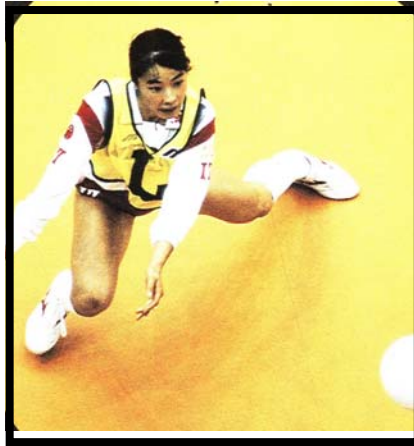
يستخدم هذا النوع من الدفاع على الأكثر في الفرق النسوية. وأداؤه كما يلي:

-التهيؤ (الاستعداد): ذكر شرحه سابقا.

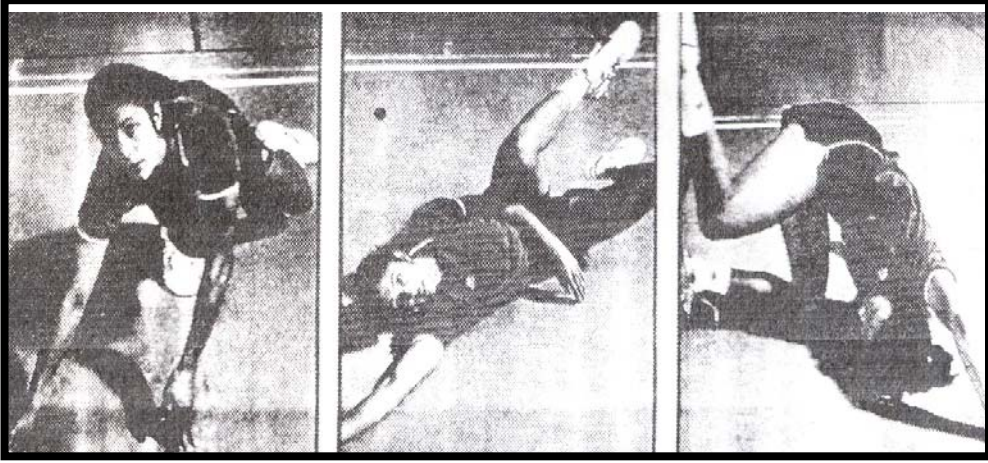
-التنفيذ:

الرجل القريبة للكرة تكون جانبا ومثنية اثناء كاملا والرجل البعيدة مثنية قليلا. أما الجذع فيكون ممدود ومواز للأرض ومستند على الذراعين. والذراعان تكون على الأرض للمحافظة على موازنة الجسم.

وثناء لمس الكرة باليد الضاربة، يسقط الجسم على الأرض وعلى نصف الظهر القريب من اليد الضاربة وتكون اليد الضاربة ممدودة على الأرض والرجلان مثنيتين بحيث ترتفع الرجل البعيدة للأعلى. وتتم الدحرجة بعد أن تضرب الكرة بالاتجاه المطلوب على كتف اليد الضاربة وتنقل الرجلان عاليا أسفل ومن فوق الرأس الى الخلف ثم ينهض اللاعب. وعكس ذلك اذا كانت الحركة على جهة اليسار.



الشكل رقم (1-21)



الشكل رقم (2-21)

فن مهارة الدفاع عن الملعب بذراع واحدة بالدرجة الجانبية

3-الدفاع عن الملعب بذراع واحدة بالسقوط الأمامي (الغطس):

يستخدم هذا النوع من الدفاع على الأكثر في فرق الرجال ويكون الاداء الحركي لهذا النوع كالآتي:

-التهيؤ (الاستعداد): ذكر سابقا.

-التنفيذ:

تكون الخطوة الأولى كبيرة والخطوة الثانية قصيرة باتجاه طيران الكرة. وحركة القفز للأمام وإلى الأعلى شبيهة لحركة الغطس إما الجسم فيكون ممدود أثناء الطيران بحيث تكون رجل في الهواء والأخرى إلى الأسفل والذراعان ممدودتين إلى الأمام والرأس مرفوع إلى الأعلى. وأثناء ضرب الكرة تكون اليدين مضمومتين معا، أو تضرب الكرة بظهر اليد القريبة من الكرة والأصابع إما أن تكون ممدودة ومشدودة بقوة لتضرب الكرة

بها أو تفتح الأصابع داخل الكف وتضرب الكرة بظهر الكف ويجب ان لا تستمر اليدين بمرافقة الكرة لتلافي سقوط الجسم على الأرض.

وبعد الانتهاء من ضرب الكرة توضع اليدين على الأرض بوضع امتداد وأثناء لمس الأرض يسحب الجسم للأمام ويقوس الظهر وتثنى الرجلان بحيث تكون القدمان فوق الحوض ووضع الجسم جانبا لتلافي اصطدام الذقن بالأرض مع رفع الرأس عاليا وتكون حركة السقوط مستندة على اليدين والصدر والبطن وبصورة متسلسلة ويتم الانزلاق إلى الأمام لامتصاص الصدمة.

الاختلاف بين استقبال الإرسال والدفاع عن الملعب (التغطية):

| الدفاع عن الملعب | استقبال الإرسال |
|--|--|
| 1- تكون وقفة الاستعداد أكثر عمقا (بدرجة أقل من 90) باستثناء الرجلين. | 1- تكون وقفة الاستعداد متوسطة العمق (بدرجة 90) بانثناء الرجلين. |
| 2- تكون المسافة أكثر من مسافة عرض الأكتاف. | 2- تكون المسافة بين القدمين بمسافة عرض الأكتاف. |
| 3- الجذع عمودي ومائل قليلا للأمام. | 3- الجذع عامودي ومائل للأمام. |
| 4- القدمان متباعدتان ويتناسب مع العمق المطلوب. | 4- القدمان متوازيتان أو تسبق قدم على قدم. |
| 5- مركز ثقل الجسم موزع بالتساوي على القدمين. | 5- كتلة ثقل مركز الجسم يكون 60% على الرجل الأمامية و40% على الرجل الخلفية. |
| 6- تكون الذراعان مفرودتين اماما مائلا للأسفل مع فتحهما للجانبين قليلا. | 6- تكون الذراعان متباعدتين عن بعضهما بقدر مسافة الكتفين مع مدهما أماما أسفل وتكون قريبة من الركبتين. |
| 7- ضرب الكرة يعتمد على حركة الجسم كله. | 7- ضرب الكرة يعتمد على حركة الذراعين والأكتاف والرجلين. |
| 8- تكون حركة القدمين بالطعن وبخطوات واسعة. | 8- تكون حركة القدمين بخطوات. |
| 9- إيقاف مد مفاصل الجسم أثناء لمس الكرة لامتصاص قوة ضرب الكرة. | 9- مد مفاصل الجسم باتجاه طيران الكرة. |

طريقة التدريب على مهارة الدفاع عن الملعب (التغطية):

- 1- شرح المهارة شرحاً جيداً، مع عرض أفلام وصور.
- 2- أداء نموذج للمهارة أمام اللاعبين بدون كرة.
- 3- أداء نموذج للمهارة أمام اللاعبين باستعمال كرة.
- 4- تجزئة حركات المهارة بدون استعمال الكرة كتعلم وقفة الاستعداد ووضع اليدين بشكل صحيح.
- 5- أداء المهارة من قبل اللاعبين وتصحيح الخطأ من قبل المدرب أو المدرس داخل ملعب كرة الطائرة.
- 6- يقف لاعبان أمام الآخر بمسافة (2-3م) في ملعب كرة الطائرة ويحاول اللاعب الأول ضرب الكرة إلى اللاعب الآخر والذي يحاول أداء المهارة وإنقاذ الكرة مهما كانت صعوبتها وتوجيهها لزميله.
- 7- يقف لاعب في المنطقة الخلفية كلها ويقوم المدرب بضرب الكرات باتجاهات مختلفة وعلى اللاعب الدفاع عن الملعب وإنقاذ أي كرة وإعادتها إلى المدرب أو اللاعب المعد. لهذا التمرين وقت محدد وهذا يساعد على تنمية عنصر التحمل وسرعة رد الفعل عند اللاعب المدافع.
- 8- نفس التمرين السابق ولكن يكون المدرب واقفاً فوق كرسي أو صندوق خشبي في ساحة الفريق المنافس بحيث يكون أعلى من مستوى الحافة العليا للشبكة ثم يقوم بالضرب الساحق إلى اللاعب المدافع والذي يقوم بالدفاع عن الملعب باتجاهات مختلفة حسب الكرة الآتية من المدرب وإعادتها إلى اللاعب المعد.
- 9- نفس التمرين السابق ولكن يكون الدفاع عن الضرب الساحق بلاعبين اثنين يدافع كل لاعب عن المنطقة المخصصة له.
- 10- نفس التمرين السابق، ولكن يكون الدفاع عن الضرب الساحق بثلاثة لاعبين يقفون في المنطقة الخلفية ويتبادلون اللاعبون الثلاثة المراكز فيخرج اللاعب

الذي على اليمين ويدخل اللاعب الآخر من اليسار بعد دقيقة ويستمر حتى يمر كل لاعب بالمراكز الثلاثة ولمدة ثلاث دقائق لكل لاعب.

11- ينقسم اللاعبون إلى فريقين. (كل فريق في ساحة) يأخذ كل لاعب مكانه في ساحة اللّعب. ويلعب الفريقين مباراة كاملة مع التركيز على مهارة الدفاع عن الملعب، ويقوم المدرب بتصحيح الأخطاء أثناء اللّعب.

الفصل الثالث

القواعد الدولية للعبة

الكرة الطائرة

أولا : الأدوات والتجهيزات.

ثانيا : المشاركون.

ثالثا : شكل اللعب.

رابعا : حركات اللعب.

خامسا : التوقفات والتأخيرات.

سادسا : اللاعب المدافع الحر.

سابعا : سلوك المشاركين.

ثامنا : الحكام، مسؤولياتهم والاشارات الرسمية.

القواعد الدولية للعبة الكرة الطائرة

أولاً: الأدوات والتجهيزات

• منطقة اللعب: الشكل رقم 1

تتضمن منطقة اللعب أرض الملعب والمنطقة الحرة، ويجب أن تكون مستطيلة الشكل ومتماثلة (القاعدة رقم 1.1).

1- الأبعاد: (الشكل رقم 2)

أرض الملعب عبارة عن مستطيل مقاساته (18 متر × 9 أمتار) ومحاطة بمنطقة حرة لا يقل عرضها عن (3) أمتار من جميع الجوانب. المجال الحر للعب هو المجال الموجود فوق منطقة اللعب وخال من أية عوائق ويجب أن لا يقل قياس المجال الحر في الارتفاع عن (7) أمتار من مسطح اللعب. للمنافسات العالمية للاتحاد الدولي للكرة الطائرة يجب أن لا يقل قياس المنطقة الحرة عن (5) أمتار من الخطوط الجانبية و (8) أمتار من خطوط النهاية ويجب أن لا يقل ارتفاع المجال الحر للعب عن (12.5) متر من مسطح اللعب.

2- مسطح اللعب:

- يجب أن يكون المسطح مستويا وأفقيا وموحدا. ويجب أن لا يشكل أي خطر لإصابة اللاعبين. ويمنع اللعب على المسطحات الخشنة أو الزلقة.
للمنافسات العالمية للاتحاد الدولي للكرة الطائرة والرسمية. يسمح فقط بمسطح خشبي أو من المواد الصناعية. ويجب أن يكون أي مسطح معتمد مسبقا من الاتحاد الدولي للكرة الطائرة.
- يجب أن يكون مسطح اللعب من لون فاتح في الملاعب المغطاة.

للمنافسات العالمية للاتحاد الدولي للكرة الطائرة والرسمية. يتطلب اللون الأبيض للخطوط. وتتطلب ألوان أخرى مختلفة كل عن الآخر لأرض الملعب والمنطقة الحرة. (القواعد أرقام 1.1, 1.3, 1)

- يسمح بميل قدرة (5 ملم) لكل متر في الملاعب المكشوفة لصرف المياه وتمنع خطوط الملعب المصنوعة من مواد صلبة (القاعدة رقم 1.3).

3- الخطوط على الملعب: (الشكل رقم 2)

جميع الخطوط بعرض (5سم) ويجب أن تكون بلون فاتح الذي يختلف عن لون الأرض وأية خطوط أخرى (القاعدة رقم 2.2, 1)

- الخطوط الحدودية:

يحدد الملعب بخطين جانبيين وخطين للنهية ويرسم كل من خطي الجانب والنهية داخل أبعاد أرض الملعب. (القاعدة رقم 1.1)

- خط المنتصف: (الشكل رقم 2)

يقسم محور خط المنتصف أرض الملعب إلى ملعين متساويين بقياس 9م × 9م لكل منهما ويمتد هذا الخط أسفل الشبكة من الخط الجانبي إلى الخط الجانبي الآخر.

- خط الهجوم:

تحدد المنطقة الأمامية في كل ملعب بخط الهجوم الذي ينتهي حده بثلاثة أمتار خلف محور خط المنتصف (القواعد أرقام 1.4, 1.3, 3.1).

للمنافسات العالمية للاتحاد الدولي للكرة الطائرة والرسمية يمتد خط الهجوم بخطوط متقطعة

إضافية من الخطوط الجانبية بخمسة خطوط قصيرة (15 سم) وبعرض (5 سم) يرسم على بعد (20 سم) كل على الآخر بطول إجمالي (1.75) متر. (الشكل رقم 2)

4- المناطق والمساحات: (الشكل رقم 2, 1)

- المنطقة الأمامية:

تحدد المنطقة الأمامية في كل ملعب بواسطة محور خط المنتصف وخط الهجوم والحافة الحقيقية

لخط الهجوم (القواعد أرقام 1.3, 1.3, 1.3, 1.3)

تعتبر المنطقة الأمامية ممتدة إلى ما وراء الخطوط الجانبية حتى نهاية المنطقة الحرة. (القواعد أرقام

1.1, 1.3, 1.2)

- منطقة الإرسال:

تكون منطقة الإرسال بعرض (9 أمتار) خلف خط النهاية

تحدد جانبا بخطين قصيرين طول كل منهما (15 سم) ويرسمان على بعد (20 سم) خلف خط النهاية

كامتداد الخطين الجانبيين وكلا الخطين القصيرين من ضمن عرض منطقة الإرسال (القاعدة رقم 2.3.

1) (الشكل رقم 1)

تمتد منطقة الإرسال في العمق إلى نهاية المنطقة الحرة (القاعدة رقم 1.1)

- منطقة التبديل:

تحدد منطقة التبديل بامتداد خطي الهجوم حتى طاولة المسجل (القاعدة رقم 1.3, 1.4)

(الشكل رقم 1).

- منطقة الاحماء:

المنافسات العالمية للاتحاد الدولي للكرة الطائرة والرسمية تكون مساحة مناطق الاحماء (3 × 3 أمتار)

تقريبا وتكون على كلا الركنين من مخطط الملعب بجانب المقاعد خارج المنطقة الحرة. (الشكل رقم

1).

- منطقة الجزاء:

تعين منطقة الجزاء داخل منطقة المراقبة خارج امتداد خط النهاية وحجمها التقريبي (1 × 1 متر)

ومجهزة بكرسيين ويجوز تحديدهما بواسطة خط أحمر بعرض (5 سم) (شكل رقم 1).

5- درجة الحرارة:

لا يقل الحد الأدنى لدرجة الحرارة عن (10) درجات مئوية (50 درجة فهرنهايت).
للمنافسات العالمية للاتحاد الدولي للكرة الطائرة والرسمية. لا يزيد أعلى درجة للحرارة عن (25)
درجة مئوية (77 درجة فهرنهايت) ولا يقل الأدنى عن (16) درجة مئوية (61 درجة فهرنهايت).

6- الإضاءة:

للمنافسات العالمية للاتحاد الدولي للكرة الطائرة والرسمية. يجب أن تكون الإضاءة على منطقة
اللعب ما بين (1000) إلى (1500) لوكس، تقاس على ارتفاع متر واحد فوق مسطح منطقة اللعب.
(القاعدة رقم 1).

• الشبكة والقوائم: (الشكل رقم 3)

1- ارتفاع الشبكة:

- توضع الشبكة عموديا فوق خط المنتصف. وتكون حافتها العليا بارتفاع (2.43) متر للرجال و (2.24)
متر للسيدات. (القاعدة رقم 3.3. 1)
- يقاس ارتفاع الشبكة من منتصف أرض الملعب. ويجب أن يكون ارتفاع الشبكة (فوق الخطين
الجانبين) بالضبط نفسه ويجب أن لا يزيد عن الارتفاع القانوني عن (2 سم). (القواعد أرقام 1.1. 2
, 1.3. 1 , 1.1. 1).

2- التركيب: (الشكل رقم 3)

يكون عرض الشبكة (متر واحد) وطولها (9.5 إلى 10 أمتار) مع (25 سم إلى 50 سم) من كل جانب من الأشرطة الجانبية مصنوعة من خيوط سوداء بعيون مربعة بقياس (10 سم) .
يوجد شريط أفقي عند حافتها العليا بعرض (7 سم) مصنوع من قطعتين مطويتين من القماش القنب الأبيض مخاط بطول الشبكة بالكامل. ويوجد عند كل من نهايتي الشريط ثقب يمر من خلاله حبل لتثبيت الشريط بالقائمتين للمحافظة على شد حافتها العليا.
يوجد سلك مرن داخل الشريط لتثبيت الشبكة بالقائمين والمحافظة على شد حافتها العليا.
أسفل الشبكة يوجد شريط أفقي آخر بعرض (5 سم) مشابه للشريط العلوي يمر من خلاله حبل، وهذا الحبل لتثبيت الشبكة بالقائمين والمحافظة على إبقاء الجزء السفلي مشدودا.

3- الأشرطة الجانبية:

يثبت شريطان باللون الأبيض عموديا على الشبكة ويوضعان مباشرة فوق كل خط جانبي وهما بعرض (5 سم) وبطول واحد. ويعتبران جزءا من الشبكة. (القاعدة رقم 2، 3، 1) (الشكل رقم 3).

4- العصاتان الهوائيتان:

العصا الهوائية عبارة عن قضيب مرن طولها (1.8) متر وبقطر (10 ملم) مصنوعة من الألياف الزجاجية أو أية مادة مماثلة.
تثبت العصاتان الهوائيتان على الحد الخارجي لكل من شريطي الجانب وتوضعان على الجانبين العكسين للشبكة - (القاعدة رقم 3، 2) (الشكل رقم 3)

يمتد الجزء العلوي من كل عصا وطوله (80 سم) فوق الشبكة ويقسم إلى أجزاء بطول (10 سم) بلونين متباينين ويفضل الأحمر والأبيض.

تعتبر العصاتان الهوائيتان جزءا من الشبكة وتحددان جانبيا مجال العبور. (القاعدة رقم 1.1).
(11) (الشكل رقم 5 , 3).

5- القائمان:

- يوضع القائمان المثبتان للشبكة على مسافة تتراوح ما بين (0.50- 1.00) متر خارج الخطين الجانبيين، وهما بارتفاع 2.55 متر، ويفضل أن يكونا قابلين للتعديل. (الشكل رقم 3).
لجميع منافسات الاتحاد الدولي للكرة الطائرة والرسمية. يوضع القائمان المثبتان للشبكة على بعد متر خارج الخطوط الجانبية.
- يكون القائمان مستديرين وأملسين ويثبتان في الأرض بدون أسلاك وتحظر التجهيزات الخطرة أو المعرقة.

6- الأدوات الإضافية:

تحدد جميع الأدوات الإضافية بواسطة لوائح الاتحاد الدولي للكرة الطائرة.

• الكرات:

1- المقاييس

يجب أن تكون الكرة مستديرة الشكل ومصنوعة من جلد مرن أو جلد صناعي وبداخلها كيس هوائي مصنوع من المطاط أو مادة مماثلة.
يجب أن يكون لونها فاتحا موحدًا أو من تشكيلة من الألوان.

الكرات المصنوعة من مادة الجلد الصناعي وذات تشكيلة من الألوان المستخدمة في المنافسات الدولية الرسمية، يجب أن تكون مطابقة لمقاييس الاتحاد الدولي للكرة الطائرة. يكون محيط الكرة (65 - 67 سم) ووزنها (260 - 280 جرام) ويكون ضغط الهواء الداخلي (0.30 - 0.325 كيلو جرام/سم²) (294.3 - 318.82 مليار أو هنري باسكال).

2- توحيد الكرات:

يجب أن تكون جميع الكرات المستخدمة في المباراة بنفس المقاييس فيما يتعلق بالمحيط والوزن والضغط والنوع واللون... الخ. (القاعدة رقم 3.1). في المنافسات العالمية للاتحاد الدولي للكرة الطائرة والرسمية وكذلك الوطنية أو بطولات الدوري يجب أن يتم اللعب بكرات معتمدة من الاتحاد الدولي للكرة الطائرة.

3- نظام الثلاث كرات:

المنافسات العالمية للاتحاد الدولي للكرة الطائرة والرسمية يتم استخدام ثلاث كرات، وفي هذه الحالة يقف ستة ملتقطي كرات. واحد عند كل ركن من أركان المنطقة الحرة. وواحد خلف كل حكم. (الشكل رقم 10)

ثانيا: المشاركون

• الفرق

1- تكوين الفريق:

- يجب أن يتكون الفريق من 12 لاعب كحد أقصى ومدرب ومساعد مدرب وممرن وطبيب بشري.
(القواعد أرقام 3. 5 , 2. 5)
- للمنافسات العالمية للاتحاد الدولي للكرة الطائرة والرسمية، يجب أن يكون الطبيب البشري معتمدا مسبقا بواسطة الاتحاد الدولي للكرة الطائرة.
- يكون أحد اللاعبين ما عدا اللاعب المدافع الحر، رئيسا للفريق الذي يجب أن يشار إليه في استمارة التسجيل. (القواعد أرقام 3. 1 , 20 , 5. 1)
- يحق فقط للاعبين المسجلين في استمارة التسجيل دخول الملعب واللعب في المباراة، لا يمكن تغيير اللاعبين المسجلين بعد توقيع المدرب ورئيس الفريق على استمارة التسجيل. (القواعد أرقام 21. 5 , 2. 1 , 5. 1)

2- أماكن الفريق:

- يجب أن يجلس اللاعبون غير المشاركين في اللعب. إما على مقعد الفريق أو التواجد في منطقة الاحماء الخاصة بهم، ويجلس المدرب وأعضاء الفريق الآخرين على المقعد، ولكن يمكنهم مغادرته مؤقتا. (القواعد أرقام 3. 3 , 7 , 3. 2 , 5. 4 , 4. 1).
- يكون موقع مقاعد الفريقين بجانب طاولة المسجل خارج المنطقة الحرة. (الشكل رقم 1).
- يسمح فقط لأعضاء الفريق الجلوس على المقعد أثناء المباراة والمشاركة في فترة الاحماء. (القواعد أرقام 2. 7 , 1. 1 , 4. 1).

- يحق للاعبين غير المشاركين في اللعب الاحماء بدون كرات. على النحو التالي:
- * أثناء اللعب في مناطق الاحماء (القاعدة رقم 1. 4. 4. 1) (الشكل رقم 1).
- * أثناء الأوقات المستقطعة والأوقات المستقطعة الفنية: في المنطقة الحرة خلف مقعدهم (القواعد أرقام 4. 16 , 3. 3. 1)
- أثناء فترات الراحة بين الأشواط يحق للاعبين الاحماء بالكرات في المنطقة الحرة. (القاعدة رقم 1.

(19)

3- الأدوات:

- تتكون أدوات اللاعب من فانيلة وشورت وجوارب (متماثلة) وحذاء رياضي.
- يجب أن يكون لون وتصميم الفانيلات والشورتات والجوارب موحدًا (ما عدا اللاعب المدافع الحر) ونظيفًا لكل أعضاء الفريق (القواعد أرقام 2. 1, 20, 4).
- يجب أن تكون الأحذية خفيفة ومرنة وذات نعل من المطاط أو الجلد وبدون كعب.
- للمنافسات العالمية للاتحاد الدولي للكرة الطائرة والرسمية للكبار، يجب أن يكون لون الأحذية موحدًا للفريق، ولكن يجوز أن تختلف علاماتها التجارية من حيث اللون والتصميم ويجب أن تكون الفانيلات والشورتات مطابقة لمقاييس الاتحاد الدولي للكرة الطائرة.
- يجب أن ترقم فانيلات اللاعبين من (1 إلى 18)
- * يجب أن يوضع الرقم على الفانيلة في المنتصف من الأمام ومن الخلف ويجب أن يكون لون ووضوح الأرقام متباينًا مع لون ووضوح الفانيلات.

- * يجب أن لا يقل ارتفاع الرقم عن (15 سم) على الصدر وأن لا يقل الارتفاع عن (20 سم) على الظهر، ويكون عرض الشريط المكون للأرقام (2 سم) كحد أدنى.
- للمنافسات العالمية للاتحاد الدولي للكرة الطائرة والرسمية، يتم تكرار رقم اللاعب على الجانب الأيمن لساق الشورت. ويجب أن يكون الرقم بارتفاع (4 - 6 سم) والشريط المكون للأرقام (1 سم) كحد أدنى في العرض.
- يجب أن يكون على فانيلة رئيس الفريق شريط بقياس (2 × 8 سم) يوضع تحت الرقم على الصدر. (القاعدة رقم 1.5).
- يمنع ارتداء ملابس بلون مختلف عن اللاعبين الآخرين (ما عدا اللاعب المدافع الحر) أو بدون أرقام رسمية. (القاعدة رقم 2.20)

4- تغييرات الأدوات:

- يحق للحكم الأول السماح للاعب أو أكثر (القاعدة رقم 24)
- * اللعب حافيا.
- * تغيير الملابس المبتلة بين الأشواط أو بعد التبديل بشرط أن تكون الملابس الجديدة بنفس اللون والتصميم والرقم. (القاعدة رقم 8.3.4)
- * اللعب ببدلات التدريب في الجو البارد. بشرط أن تكون بنفس اللون والتصميم لجميع أفراد الفريق (ما عدا اللاعب المدافع الحر) ومرقمة طبقا للقاعدة 3.3.4. (القواعد أرقام 20، 1.1.4).

5- الأشياء الممنوعة:

- يمنع ارتداء الأشياء التي يمكن أن تسبب الإصابة أو تعطي ميزة اصطناعية للاعب.
- يحق للاعبين لبس النظارات أو عدسات على مسؤوليتهم الخاصة.

• قادة الفريق:

يكون رئيس الفريق والمدرب كلاهما مسؤولين عن سلوك وانضباط أعضاء فريقهما. (القاعدة رقم 3.1 .21).

لا يستطيع اللاعب المدافع الحر أن يكون رئيسا للفريق. (القاعدة رقم 3.1 .21)

1- رئيس الفريق:

- قبل المباراة يوقع رئيس الفريق على استمارة التسجيل ويمثل فريقه في القرعة. (القواعد أرقام 1.1 .2.1 , 26 .1 .7)

- أثناء المباراة وتواجهه في الملعب يكون رئيسا للشوط وعندما لا يتواجد رئيس الفريق في الملعب يجب على المدرب أو رئيس الفريق تعيين لاعبا آخر في الملعب بخلاف اللاعب المدافع الحر. ليواصل القيام بدور رئيس الشوط. ويستمر رئيس الشوط هذا بمسؤولياته لحين استبداله أو عودة رئيس الفريق إلى الملعب أو بانتهاء الشوط. (القواعد أرقام 3.1 .20 , 2.6)

عندما تكون الكرة خارج اللعب. يكون رئيس الشوط هو الوحيد المخول بالتحدث مع الحكام (القاعدة رقم 2.9).

* يتطلب ايضا حول تطبيق أو تغيير القواعد ويقدم أيضا طلبات أو أسئلة زملائه. وإذا لم يقتنع رئيس الشوط بايضاح الحكم الأول يحق له الاحتجاج ضد مثل هذا القرار، ويشير للحكم الأول فورا احتفاظه بحق تسجيل احتجاج رسمي على استمارة التسجيل عند نهاية المباراة. (القاعدة رقم 4.2 .24)

* يطلب السماح بـ:

أ- تغيير كل أو جزء من الأدوات (القواعد أرقام 2.4 .4 .3 .4).

ب- التحقق من مراكز الفريقين (القواعد أرقام 1.2 .1 .4 .7).

ج- فحص الأرضية والشبكة والكرة.. إلخ (القاعدة رقم 3).

* طلب الأوقات المستقطعة والتبديلات (القواعد ارقام 4.16 , 1.2 .16 , 8).

- يقوم رئيس الفريق عند نهاية المباراة (القاعدة رقم 6.3).
- * يشكر الحكام ويوقع على استمارة التسجيل لإقرار ما جاء بها. (القاعدة رقم 3.3.2.3.62)
- * عند الإشعار في الوقت المحدد للحكم الأول يجوز التأكيد والتسجيل على استمارة التسجيل اعتراضاً رسمياً بخصوص تطبيق الحكم أو تفسيره للقواعد.
(القواعد أرقام 2.3.26, 3.3.2.1.5)

2- المدرب:

- على مدى فترة المباراة يقوم المدرب بتوجيه تحركات فريقه من خارج الملعب، ويختار ترتيب الدوران الأساسي والبدلاء ويطلب الأوقات المستقطعة، في هذه المهمات يكون ارتباطه الرسمي هو الحكم الثاني.
(القواعد أرقام 4.16, 8, 2.3.7, 1.1).
- قبل المباراة: يسجل المدرب أو يتأكد من أسماء وأرقام لاعبيه على استمارة التسجيل ثم التوقيع عليها.
(القواعد أرقام 1.1.26, 4.1)
- أثناء المباراة يقوم المدرب:
 - * يعطي قبل كل شوط المسجل أو الحكم الثاني ورقة ترتيب الدوران مستوفاه وموقعة. (القاعدة رقم 2.3.7).
 - * يجلس على المقعد الفريق الأقرب إلى المسجل ولكن يحق له المغادرة. (القاعدة رقم 2.4)
 - * يطلب الأوقات المستقطعة والتبديلات (القواعد أرقام 4.16, 8)
 - * يحق له وكذلك أعضاء الفريق الآخرين إعطاء تعليمات للاعبين في الملعب. ويحق للمدرب إعطاء هذه التعليمات إما واقفاً أو ماشياً في حدود المنطقة الحرة أمام مقعد فريقه من امتداد منطقة الهجوم حتى منطقة الاحماء دون إزعاج أو تأخير للمباراة. (القواعد أرقام 4.4.1, 4.3.1)

3- مساعد المدرب:

- يجلس مساعد المدرب على مقعد الفريق ولكن لا يحق له التدخل في المباراة.
- يحق لمساعد المدرب وبناء على طلب من رئيس الشوط وموافقة الحكم الأول القيام بمهام المدرب إذا لزم الأمر ترك المدرب لفريقه.
- (القواعد أرقام 2, 5, 2, 1, 5)

ثالثاً: شكل اللعب

• لتسجيل نقطة والفوز بالشوط والمباراة

1- لتسجيل نقطة:

- النقطة:

يسجل الفريق نقطة:

* ارتطام الكرة بنجاح على ملعب الخصم.

* عندما يرتكب الفريق المنافس خطأ .

* عندما يجازي الفريق المنافس بإنذار.

(القواعد أرقام 31, 22, 3, 17, 2, 1, 6, 1, 1, 11, 3, 9)

- الخطأ:

يرتكب الفريق خطأ يجعل اللعب مخالفا للقواعد (أو بانتهاكها بطريقة أخرى)

يقدر الحكام الأخطاء ويحددوا النتائج طبقاً للقواعد. يترتب على الخطأ خسارة التبادل.

* إذا ارتكب خطأ أو أكثر على التوالي يحسب الخطأ الأول فقط.

* إذا ارتكب خطأ أو أكثر بواسطة المتنافسين في وقت واحد، يحسب خطأ مزدوج ويعاد الإرسال.

- نظام الفوز والتعادل:

التداول عبارة عن سلسلة من حركات اللعب من لحظة ضربة الإرسال بواسطة المرسل حتى تكون

الكرة خارج اللعب. (القواعد ارقام 2. 9 , 1. 9)

* إذا فاز الفريق المرسل بالتداول يحرز نقطة ويستمر بالتداول.

* إذا فاز الفريق المستقبل بالتداول يحرز نقطة ويجب أن يقوم بالإرسال التالي.

2- للفوز بالشوط :

يفوز بالشوط الفريق الذي يسجل (25) نقطة أولاً ويتقدم نقطتين على الأقل (ما عدا الشوط

الفاصل - الخامس). وفي حالة التعادل 24 - 24 يستمر اللعب حتى يصل الفارق نقطتين (26 - 24 أو 25 -

(27) (القاعدة رقم 2. 3. 6) .

3- للفوز بالمباراة:

- يفوز بالمباراة الفريق الذي يفوز بثلاثة أشواط. (القاعدة رقم 2. 6)

- في حالة التعادل (2 - 2) يلعب الشوط الفاصل (الخامس) إلى (15) نقطة ويتقدم نقطتين على الأقل.

(القواعد أرقام 1. 4. 16 , 1. 7)

4- التخلف والفريق الغير المكتمل

- عندما يرفض الفريق اللعب بعد أن يطلب منه ذلك، فإنه يعلن متخلفاً ويخسر- المباراة بنتيجة (3 -

صفر) للمباراة و (25 - صفر) لكل شوط.

(القواعد أرقام 3. 6 , 2. 6)

- إذا لم يتواجد الفريق على أرض الملعب في الوقت المحدد دون مبرر معقول فإنه يعتبر متخلفاً وبنفس

النتيجة كما هو في (القاعدة 1. 4. 6).

- إذا أعلن الفريق غير مكتمل للشوط أو للمباراة. فإنه يخسر الشوط أو المباراة ويعطي الفريق المنافس النقاط والأشواط المطلوبة للفوز بالشوط أو المباراة ويحتفظ الفريق غير المكتمل بنقاطه وأشواطه.
(القواعد أرقام 1.3 , 7 , 6.3 , 6.2)

• نظام اللعب:

1- القرعة:

يقوم الحكم الأول قبل المباراة بإجراء القرعة لتحديد الإرسال وجانبي الملعب في الشوط الأول.
(القاعدة رقم 1.13).

إذا تقرر لعب الشوط الفاصل. فإنه يتم إجراء قرعة جديدة

(القاعدة رقم 2.3.6).

- تجري القرعة في حضور رئيسي الفريقين (القاعدة رقم 1.5)

- يختار الفائز بالقرعة: إما

* الحق في الإرسال أو استقبال الإرسال (القاعدة رقم 1.1.13)

* أو جانب الملعب.

يأخذ الخاسر الاختيار المتبقي.

- في حالة تعاقب فترات الاحماء، يأخذ الفريق الذي له الإرسال الأول دوره أولاً عند الشبكة (القاعدة رقم 2.7).

2- فترة الاحماء:

- قبل المباراة: تعطي فترة احماء على الشبكة لكل فريق مدتها (3 دقائق) إذا كان لديهما ملعب آخر تحت تصرفهما. أما إذا لم يتوفر ذلك يحق أن يأخذ كل منهما فترة (5 دقائق).

- إذا وافق رئيسا الفريقين على الاحماء معا على الشبكة، يحق للفريقين القيام بذلك لفترة (6 أو 10) دقائق طبقا للقاعدة (1. 2. 7).

3- ترتيب الدوران الأساسي للفريق:

- يجب أن يتواجد دائما ستة لاعبين لكل فريق في الملعب (القاعدة رقم 3. 4. 6).
- يوضح الترتيب الأساسي للفريق ترتيب دوران اللاعبين في الملعب ويجب المحافظة على هذا الترتيب طوال الشوط (القاعدة رقم 6. 7)
- يقدم المدرب قبل بداية كل شوط ترتيب الدوران الأساسي لفريقه على ورقة ترتيب الدوران وتسلم هذه الورقة مستوفاة وموقعة إلى الحكم الثاني أو المسجل.
- (القواعد أرقام 2. 1. 2. 1. 62 , 1. 3. 25 , 2. 1. 20 , 2. 31. 5).
- اللاعبون غير المسجلين في ترتيب الدوران الأساسي للشوط هم البداء لذلك الشوط (ما عدا المدافع الحر) (القواعد أرقام 2. 1. 20 , 8 , 2. 3. 7)
- بمجرد تسليم ورقة ترتيب الدوران للحكم الثاني أو المسجل لا يسمح بأي تغيير في ترتيب الدوران بدون تبديل عادي. (القواعد أرقام 2. 2. 16 , 8)
- التعارض بين مراكز اللاعبين في الملعب وما في ورقة ترتيب الدوران . (القاعدة رقم 1. 3. 25).
- * عندما يكتشف مثل هذا التعارض قبل بداية الشوط، يجب تصحيح مراكز اللاعبين طبقا لما هو موجود بورقة ترتيب الدوران ولا يكون هناك جزاء. (القاعدة رقم 2. 3. 7)
- * قبل بداية الشوط إذا وجد لاعب في الملعب غير مسجل في ورقة ترتيب الدوران لذلك الشوط يجب تبديل هذا اللاعب طبقا لورقة ترتيب الدوران ولا يكون هناك جزاء. (القاعدة رقم 2. 3. 7)

* وعلى أية حال عندما يرغب المدرب في الإبقاء على مثل هذا اللاعب (اللاعبين) غير المسجل في الملعب فيجب عليه طلب تعديل (تبديلات) قانوني والذي سيسجل بعدئذ في استمارة التسجيل (القاعدة رقم 2.2. 16)

4- المراكز: (الشكل رقم 4).

في اللحظة التي تضرب بها الكرة بواسطة المرسل، يجب أن يكون كل فريق داخل ملعبه وفقاً لترتيب الدوران (فيما عدا المرسل)

(القواعد أرقام 4، 13، 1، 9، 1، 6، 7)

- ترقيم مراكز اللاعبين كالتالي:

* اللاعبون الثلاثة على طول الشبكة هم لاعبو الصف الأمامي يشغلون المراكز 4 (أمامي أيسر-)، 3 (أمامي وسط-)، 2 (أمامي أيمن).

* أما الثلاثة الآخرون فهم لاعبو الصف الخلفي الذين يشغلون المراكز 5 (خلفي أيسر-)، 6 (خلفي أوسط-)، 1 (خلفي أيمن).

- الصلة بين مراكز اللاعبين.

* يجب على كل لاعب صف خلفي أن يكون في مركز أبعد من الشبكة من اللاعب المماثل له في الصف الأمامي.

* يجب أن يكون لاعبو الصف الأمامي ولاعبو الصف الخلفي على التوالي في وضع جانبي وفقاً للترتيب الموضح في القاعدة رقم (1.4.7).

- تحدد مراكز اللاعبين وتتم مراقبتها طبقاً لمواقع أقدامهم الملامسة للأرض كالتالي: (الشكل رقم 4)

* يجب أن يكون جزء على الأقل من قدم أي من لاعبي الصف الأمامي أقرب إلى خط المنتصف من قدمي لاعب الصف الخلفي المماثل له (القاعدة رقم 3.3. 1)

* يجب أن يكون جزء على الأقل من قدم لاعب الجانب الأيمن (الأيسر) أقرب إلى الخط الجانبي الأيمن (الأيسر) من قدمي لاعب الوسط في ذلك الصف. (القاعدة رقم 2. 3. 1)
- يحق للاعبين بعد إرسال الكرة التحرك وشغل أي مركز في ملعبهم والمنطقة الحرة. (القاعدة رقم 2. 2.)
(12)

5- خطأ المركز: (الشكل رقم (13) 11 , 4)

- يرتكب الفريق خطأ المركز إذا لم يكن اللاعب في مركزه الصحيح في اللحظة التي تضرب فيها الكرة بواسطة المرسل. (القواعد أرقام 4. 7 , 3. 7.)
- عندما يرتكب المرسل خطأ إرسال في لحظة ضرب الإرسال فإن خطأ المرسل يحسب قبل خطأ المركز. (القواعد أرقام 1. 7. 13 , 4. 13.)
- عندما يصبح الإرسال خاطئاً بعد ضربة الإرسال فإن خطأ المركز هو الذي يحتسب. (القاعدة رقم 2. 7. 13.)
- يؤدي خطأ المركز إلى النتائج التالية:
* يجازي الفريق بخسارة تداول
* تصحح مراكز اللاعبين. (القواعد أرقام 4. 7 , 3. 7 , 6. 13.)

6- الدوران:

- يحدد ترتيب الدوران بواسطة الترتيب الأساسي للفريق، وتتم مراقبته من خلال ترتيب الإرسال ومراكز اللاعبين طوال الشوط. (القواعد أرقام 1. 4. 7 , 2. 13 , 1. 3. 7)
- عندما يكسب الفريق المستقبل الحق في الإرسال، يدور لاعبه مركزاً واحداً في اتجاه عقرب الساعة يدور اللاعب في مركز (2) إلى مركز (1) ليرسل

ويدور اللاعب في مركز (1) إلى مركز (6) ... إلخ. (القاعدة رقم 2.2.2.13).

7- خطأ الدوران: (لبشكل رقم (13) 11).

- يرتكب خطأ الدوران عندما لا يؤدي الإرسال طبقاً لترتيب الدوران ويؤدي إلى النتائج التالية: (القواعد

أرقام 1.6.7, 13)

* يجازي الفريق بخسارة التداول. (القاعدة رقم 3.1.6).

* يصح ترتيب دوران اللاعبين. (القاعدة رقم 1.6.7).

- علاوة على ذلك يتعين على المسجل أن يحدد بدقة اللحظة التي ارتكب فيها الخطأ، ويجب إلغاء

جميع النقاط التالية لذلك والمسجلة بواسطة الفريق المخطئ. وتظل نقاط الفريق المنافس كما هي.

(القاعدة رقم 2.2.2.26).

عندما يتعذر تحديد تلك اللحظة لا يتم إلغاء النقطة (النقاط) والجزاء الوحيد هو خسارة التداول.

(القاعدة رقم 3.1.6).

• تبديل اللاعبين:

التبديل هو الإجراء الذي يوجهه يدخل اللاعب في اللعب بعد أن يكون المسجل قد قام

بتسجيله ليشغل مركز لاعب آخر الذي يجب عليه مغادرة الملعب (ما عدا اللاعب المدافع الحر). ويحتاج

التبديل إلى تصريح الحكم. (القواعد أرقام 2.3.20, 5.16).

1- حدود التبديلات:

- يسمح بإجراء ستة تبديلات كحد أقصى لكل فريق لكل شوط، ويجوز استبدال لاعب أو أكثر في نفس

الوقت.

- يحق للاعب الترتيب الأساسي للدوران مغادرة اللعب والعودة ولكن لمرة واحدة فقط في الشوط ولمركزه السابق فقط في ترتيب الدوران. (القاعدة رقم 1.3.7).
- يحق للاعب البديل أن يدخل اللعب مكان لاعب الترتيب الأساسي للدوران لمرة واحدة في الشوط. ويمكن أن يستبدل فقط مع نفس اللاعب الأساسي. (القاعدة رقم 1.3.7)

2- التبديل الاستثنائي:

- يتم تبديل اللاعب المصاب الذي لا يستطيع مواصلة اللعب تبديلا قانونيا (ما عدا اللاعب المدافع الحر). وإذا لم يكن ذلك ممكنا يحق للفريق إجراء تبديل استثنائي خارج حدود القاعدة 1.8. (القواعد أرقام 3.3 , 20.3 , 1.8) .
- (التبديل الاستثنائي): يعني أن أي لاعب غير متواجد في الملعب وقت الإصابة يمكن استبداله بدلا من اللاعب المصاب، ما عدا اللاعب المدافع الحر أو اللاعب المتغير معه. ولا يسمح للاعب المصاب المستبدل بالعودة ثانية إلى المباراة.
- لا يمكن أن يحتسب التبديل الاستثنائي بأي حال كبديل عادي.

3- التبديل بسبب الطرد أو الاستبعاد:

- يجب أن يستبدل اللاعب المطرود أو المستبعد من خلال تبديل قانوني، وإذا لم يكن هذا ممكنا يعلن الفريق غير مكتمل.
- (القواعد أرقام 3.3 , 22.3 , 2.3 , 1.8 , 1.3 , 7.3 , 4.6)

4- التبديل الغير القانوني:

- يكون التبديل غير قانوني عندما يتجاوز الحدود المشار إليها في القاعدة (8.1) باستثناء الحالة في القاعدة (8.2).

- عندما يجري الفريق تبديلا غير قانونيا واستؤنف اللعب فسوف يتبع الإجراء التالي: (القاعدة رقم 1.1)
(9)

* يجازي الفريق بخسارة التداول. (القاعدة رقم 3.1.6)

* يصحح التبديل.

* تلغى النقاط التي سجلها الفريق المخطئ منذ ارتكاب الخطأ. وتظل نقاط المنافس سارية.

رابعا: حركات اللعب

• حالات اللعب:

1- الكرة في اللعب:

تعتبر الكرة في اللعب منذ لحظة ضربة الإرسال المصرح بها بواسطة الحكم الأول. (القاعدة رقم

13.3).

2- الكرة خارج اللعب:

تعتبر الكرة خارج اللعب عند لحظة الخطأ الذي أطلقت عليه الصافرة بواسطة أحد الحكمين،

وفي حالة عدم وجود الخطأ، وعند لحظة الصافرة.

3- الكرة داخل (الشكل رقم (1) 12 , (14) 11)

تعتبر الكرة داخل عندما تلمس أرض الملعب بما في ذلك الخطوط الحدودية. (القواعد أرقام 3.

1.1 , 1.2)

4- الكرة خارج: (الشكل رقم (15) 11).

تعتبر الكرة خارج عندما:

- يكون جزء الكرة الذي يلمس الأرض خارج الخطوط الحدودية بالكامل. (القاعدة رقم 2. 3. 1)
(الشكل رقم (2) 12) .

- تلمس جسما خارج الملعب أو السقف أو شخصا خارج الملعب (الشكل رقم (3) 12)

- تلمس العصاتين الهوائيتين أو الحبال أو القائمين أو الشبكة نفسها خارج الأشرطة الجانبية. (القاعدة رقم 3. 2) (الشكل رقم (4) 12 , 5).

- تعبر المستوى العامودي للشبكة كليا أو حتى جزئيا خارج مجال العبور باستثناء الحالة في القاعدة (11. 12).

(القاعدة رقم 1. 1. 11) (الشكل رقم (5) 12, 5)

- تعبر بالكامل المجال السفلي تحت الشبكة (الشكل رقم (22) 11, 5)

(القاعدة رقم 3. 2. 3. 24).

• لعب الكرة:

يجب أن يلعب كل فريق في منطقة ومجال لعبه باستثناء القاعدة (2. 1. 11) ويحق على كل استعادة الكرة من خلف المنطقة الحرة.

1- ضربات الفريق:

يسمح للفريق بثلاث ضربات كحد أقصى بالإضافة إلى الصد (القاعدة رقم 1.4. 15) لإعادة الكرة وإذا استخدم أكثر من ذلك يرتكب الفريق خطأ (أربع ضربات).

تشمل ضربات الفريق ليس فقط على الضربات المعتمدة بواسطة اللاعبين ولكن أيضا اللمسات غير المعتمدة للكرة.

- اللمسات المتتالية:

لا يجوز للاعب أن يضرب الكرة مرتين متتاليتين. (باستثناء القواعد 2. 4.15 , 2. 15 , 3. 2 , 10).

- اللمسات المتزامنة:

يحق أن يلمس لاعبان أو ثلاثة الكرة في نفس اللحظة

* عندما يلمس زميلان (ثلاثة) الكرة في نفس الوقت، يحتسب ذلك ضربتين (ثلاثة) (باستثناء الصد) وعندما يحاولون الوصول إلى الكرة ولكن يلمسها أحدهم، تحتسب ضربة واحدة، ولا يشكل اصطدام اللاعبين خطأ.

* عندما يلمس متنافسان الكرة في نفس الوقت فوق الشبكة، وتظل الكرة في اللعب، يكون للفريق المستقبل للكرة الأحقية في ثلاث ضربات أخرى وعندما تذهب مثل تلك الكرة خارجاً فإنه خطأ الفريق الذي في الجهة العكسية.

* عندما تؤدي اللمسات المتزامنة بواسطة متنافسين إلى المسك فإنها تعتبر (خطأ مزدوج) ويعاد التداول.

(القواعد أرقام 2. 2 , 10 , 2. 1 , 1. 6) (الشكل رقم (23) (11)).

- الضربة المساعدة:

لا يسمح للاعب داخل منطقة اللعب أن يأخذ مساعدة من زميل أو أي عائق جسم بغرض الوصول إلى الكرة. (القاعدة رقم 1).

ويجوز مع ذلك إيقاف أو مسك اللاعب الذي يكون على وشك ارتكاب خطأ (لمس الشبكة أو عبور خط المنتصف) بواسطة زميله.

2- خصائص الضربة:

- يمكن أن تلمس الكرة أي جزء من الجسم.

- يجب أن تضرب الكرة وأن لا تمسك/ أو ترمي ويمكن أن ترند في أي اتجاه.

- يمكن أن تلمس الكرة أجزاء مختلفة من الجسم. بشرط أن تحدث اللمسات في نفس الوقت.

استثناءات

- * يسمح عند الصد بلمسات متتالية من لاعب صد أو أكثر بشرط أن تحدث اللمسات أثناء حركة واحدة. (القواعد ارقام 2. 15 , 1. 1. 15)
- * يمكن عند الضربة الأولى للفريق أن تلمس الكرة أجزاء مختلفة من الجسم على التوالي بشرط أن تحدث هذه اللمسات أثناء حركة واحدة (القواعد أرقام 1. 4. 15 , 1. 10)

3- الأخطاء في لعب الكرة:

- الأربع لمسات: يضرب الفريق الكرة أربع مرات قبل إرجاعها (القاعدة رقم 1. 10) (الشكل رقم 18) (11)
- الضربة المساعدة: يأخذ اللاعب مساعدة من زميله أو أي عائق/ جسم داخل منطقة اللعب بغرض الوصول إلى الكرة (القاعدة رقم 3. 1. 10).
- المسك: لا يضرب اللاعب الكرة وتكون الكرة ممسوكة أو مرمية. (القاعدة رقم 2. 2. 10) (الشكل رقم 16) (11).
- اللمسة المزدوجة: يضرب اللاعب الكرة مرتين متتاليتين، أو تلمس الكرة أجزاء مختلفة من جسمه على التوالي (القاعدة رقم 3. 2. 10) (الشكل رقم 17) (11)

• الكرة عند الشبكة:

1- عبور الكرة للشبكة:

- يجب أن تعبر الكرة المرسله إلى ملعب المنافس فوق الشبكة من خلال مجال العبور، مجال العبور هو الجزء من المستوى العمودي للشبكة والمحدد كالتالي: (القاعدة رقم 2. 11) (الشكل رقم 5)
- * من الأسفل بواسطة الحافة العليا للشبكة. (القاعدة رقم 2. 2)
- * من الجانبين بواسطة العصاتين الهوائيتين وامتدادهما الوهمي (القاعدة رقم 4. 12)
- * من الأعلى بواسطة السقف.
- يحق استعادة الكرة التي عبرت مستوى الشبكة إلى المنطقة الحرة للمنافس كلياً أو جزئياً من خلال المجال الخارجي ضمن ضربات الفريق بشرط: (القاعدة رقم 1. 10)
- * عدم لمس اللاعب ملعب المنافس (القاعدة رقم 2. 2. 12)
- * تعبر الكرة عند استعادتها مستوى الشبكة كلياً أو جزئياً مرة أخرى من خلال المجال الخارجي على نفس الجانب من الملعب.
- لا يحق للفريق المنافس منع هذا الأداء.

2- لمس الكرة للشبكة:

يمكن أن تلمس الكرة عند عبورها (القاعدة رقم 1. 1. 11)

3- الكرة في الشبكة:

- يمكن استعادة الكرة التي تصطدم بالشبكة في حدود الضربات الثلاث للفريق. (القاعدة رقم 1. 10)

- إذا مزقت الكرة عيون الشبكة أو أسقطتها، يلغي التداول ويعاد. (القاعدة رقم 6.2).

• اللاعب عند الشبكة:

1- الوصول خلف الشبكة:

- في عملية الصد يحق للقائم بالصد لمس الكرة خلف الشبكة بشرط ألا يتداخل مع لعب المنافس قبل أو أثناء الضربة الهجومية للأخير. (القواعد أرقام 3.15 , 1.15).
- يسمح للاعب بتمرير يده خلف الشبكة بعد الضربة الهجومية. بشرط أن تكون اللمسة قد تمت داخل مجال لعبه.

2- الاجتياز أسفل الشبكة:

- يسمح بالاجتياز إلى داخل مجال المنافس تحت الشبكة بشرط ألا يتدخل ذلك مع لعب المنافس.
- الاجتياز إلى داخل ملعب المنافس وراء خلف المنتصف (القاعدة رقم 3.3. 1) (الشكل رقم (22) 11).
- * يسمح بلمس ملعب المنافس بالقدم (بالقدمين) أو باليد (باليدين). بشرط أن يبقى جزء من القدم العابرة (القدمين) أو اليد (اليدين) إما ملامسا لخط المنتصف أو فوقه مباشرة. (القاعدة رقم 3.2. 1).
- * يمنع لمس ملعب المنافس بأي جزء آخر من الجسم.
- يحق للاعب أن يدخل ملعب المنافس بعد أن تكون الكرة خارج اللعب.
- يحق للاعبين الاجتياز إلى داخل المنطقة الحرة للمنافس بشرط أن لا يتدخلوا مع لعب المنافس. (القاعدة رقم 2.9).

3- لمس الشبكة:

- لا يعتبر لمس الشبكة بواسطة اللاعب خطأً، ما عدا عندما تلمس خلال حركة لعب الكرة أو التداخل مع اللعب.
(القواعد أرقام 3.2، 3.3، 4.4، 12).
- بعض حركات لعب الكرة، يجوز أن تشمل الحركات التي لا يلمس اللاعبون فيها الكرة فعلياً.
- يحق للاعب بمجرد ما يضرب الكرة أن يلمس القائم أو الحبل أو أي جسم آخر خارج طول الشبكة بالكامل بشرط ألا يتدخل ذلك مع اللعب.
- لا يعتبر خطأً عندما تصطدم الكرة بالشبكة وينتج عن ذلك لمس الشبكة للمنافس.

4- أخطاء اللاعب عند الشبكة:

- يلمس اللاعب الكرة أو المنافس في مجال المنافس قبل أو أثناء الضربة الهجومية للمنافس. (القاعدة رقم 1.1، 12) (الشكل رقم (20) 11).
- يجتاز اللاعب إلى مجال المنافس تحت الشبكة متداخلاً مع لعب الأخير (القواعد أرقام 1.1، 2، 12).
- يجتاز اللاعب إلى ملعب المنافس (القاعدة رقم 2.2، 2، 12).
- يلمس اللاعب الشبكة أو العصا الهوائية أثناء حركته للعب الكرة أو التداخل في اللعب. (القاعدة رقم 1.3، 12) (الشكل رقم (19) 11).

• الإرسال:

- الإرسال: هو حركة وضع الكرة في اللعب بواسطة اللاعب الخلفي الأيمن المتواجد في منطقة الإرسال. (القواعد أرقام 1.4، 13، 1.9).

1- الإرسال الأول في الشوط:

- يؤدي الإرسال الأول في الشوط الأول وكذلك في الشوط الفاصل (الخامس) بواسطة الفريق المحدد بواسطة القرعة. (القواعد أرقام 1. 7 , 2. 3. 6).
- تبدأ الأشواط الأخرى بإرسال الفريق الذي لم يقم بالإرسال أولاً في الشوط السابق.

2- ترتيب الإرسال:

- يجب أن يتبع اللاعبون ترتيب الإرسال المسجل في ورقة ترتيب الدوران. (القواعد أرقام 2. 3. 7 , 1. 3. 7).
- بعد الإرسال الأول الشوط. يحدد اللاعب الذي يقوم بالإرسال كالتالي: (القاعدة رقم 1. 13).
- * عندما يفوز الفريق المرسل بالتداول. يؤدي اللاعب الذي أرسل من قبل (أو بديله) الإرسال مرة أخرى. (القواعد أرقام 8 , 3. 1. 6).
- * عندما يفوز الفريق المستقبل بالتداول. فإنه يكسب الحق في الإرسال، ويدور قبل تأدية الإرسال، ويقوم بالإرسال اللاعب الذي يتحرك من المركز الأمامي الأيمن إلى المركز الخلفي الأيمن. (القواعد أرقام 2. 6. 7 , 3. 1. 6).

3- السماح بالإرسال:

- يسمح الحكم الأول بالإرسال بعد التأكد من أن الفريقين مستعدين للعب وأن المرسل مستحوذ على الكرة. (القاعدة رقم 13) (الشكل رقم (2), 1) (11).

4- تنفيذ الإرسال:

- يجب أن تضرب الكرة بيد واحدة أو بأي جزء من الذراع بعد قذفها أو تركها من اليد (اليدين).
- يسمح بقذفه أو ترك واحد للكرة فقط، ويكون ارتداد الكرة أو تحركها بين اليدين مسموحاً.
- يجب على المرسل عند لحظة ضربة الإرسال أو الارتقاء للإرسال بالقفز، عدم لمس الملعب (بما في ذلك خط النهاية) أو الأرض خارج منطقة الإرسال. (القاعدة رقم 2، 4. 1) (الشكل رقم (4) 12).
- يجب أن يضرب المرسل الكرة خلال (8) ثواني بعد صافرة الحكم الأول للإرسال. (القاعدة رقم 3. 13) (الشكل رقم (11) 11).
- يلغى الإرسال الذي ينفذ قبل صافرة الحكم ويعاد. (القاعدة رقم 3. 13).

5- إخفاء الإرسال: (الشكل رقم (12) 11).

- يجب على لاعبي الفريق المرسل ألا يمنعوا منافسهم خلال إخفاء إرسال فردي أو جماعي من رؤية المرسل أو مسار الكرة (القاعدة رقم 2. 5. 13).
- يقوم لاعب أو مجموعة من اللاعبين من الفريق المرسل بإخفاء الإرسال بتحريك الأذرع أو القفز أو التحرك من جانب لآخر، خلال تنفيذ الإرسال أو بالوقوف الجماعي لتغطية طيران مسار الكرة. (القاعدة رقم 4. 13) (الشكل رقم 6).

6- أخطاء تحدث أثناء الإرسال:

- أخطاء الإرسال:
- تؤدي الأخطاء التالية إلى تغيير الإرسال حتى ولو كان المنافس في غير مركزه، المرسل: (القواعد أرقام 1. 7. 13 , 2. 2. 2. 13).

* يخل بترتيب الإرسال. (القاعدة رقم 2. 13).

* لم ينفذ الإرسال بصورة صحيحة. (القاعدة رقم 4. 13).

- أخطاء بعد ضرب الإرسال:

يصح الإرسال خطأ بعد أن تضرب الكرة بصورة صحيحة (ما لم يكن اللاعب خارج مركزه) حيث أن

الكرة: (القواعد أرقام 2. 7. 13 , 4. 13).

* تلمس لاعبا من الفريق المرسل أو تفشل في عبور المستوى العمودي للشبكة كليا من خلال مجال العبور.

(القواعد أرقام 1. 1. 11 , 5. 4. 9 , 4. 4. 9) (الشكل رقم (19) 11).

* تذهب خارجاً (القاعدة رقم 4. 9)

* تعبر فوق إخفاء الإرسال (القاعدة رقم 5. 13).

7- الأخطاء بعد الإرسال وأخطاء المركز:

- إذا ارتكب المرسل خطأ عند لحظة ضربة الإرسال (تنفيذ غير صحيح، ترتيب دوران خاطئ... إلخ) ويكون المنافس في غير مركزه، فإنه يكون خطأ الإرسال فيجازى. (القواعد أرقام 1. 6. 13 , 2. 5. 7 , 1. 5. 7).

- وبدلا من ذلك إذا كان تنفيذ الإرسال صحيحا وفيما بعد أصبح الإرسال خاطئا. تذهب خارجا، تذهب فوق إخفاء الإرسال... إلخ) فإن خطأ المركز هو الذي حدث أولا ويجازى. (القواعد أرقام 3. 5. 7 , 2. 6. 13).

• الضربة الهجومية.

1- الضربة الهجومية:

- تعتبر كل الحركات التي توجه الكرة نحو المنافس فيما عدا الإرسال أو الصد ضربات هجومية. (القواعد أرقام 1. 1. 15 , 13).

- يسمح بالإسقاط أثناء الضربة الهجومية فقط إذا كانت الضربة واضحة. لم تمسك أو ترمى. (القاعدة رقم 2.2.10).

- تعتبر الضربة الهجومية قد اكتملت في اللحظة التي تعبر فيها الكرة تماما المستوى العمودي للشبكة أو تلمس بواسطة المنافس.

2- قيود الضربة الهجومية:

- يحق للاعب الصف الأمامي أن يكمل الضربة الهجومية عند أي ارتفاع، بشرط أن تكون لمسة الكرة قد تمت داخل مجال ملعبه (باستثناء القاعدة 4.2.14).

(القاعدة رقم 1.1.4.7).

- يحق للاعب الصف الخلفي أن يكمل الضربة الهجومية عند أي ارتفاع خلف المنطقة الأمامية. (القواعد أرقام 1.2.4.1, 7.4.1, 1.4.1) (الشكل رقم 8).

* يجب أن لا تلمس قدم اللاعب (قدماه) عند ارتفاعه خط الهجوم أو تعبر فوقه. (القاعدة رقم 4.3.1).

* يحق للاعب بعد ضربته أن ينزل داخل المنطقة الأمامية. (القاعدة رقم 1.4.1).

- يحق للاعب الصف الخلفي أيضا أن يكمل الضربة الهجومية من المنطقة الأمامية. عندما لا تكون الكرة بالكامل عند لحظة اللمسة أعلى من قمة الشبكة. (القواعد أرقام 1.2.4.1, 7.4.1, 1.4.1) (الشكل رقم 8).

- لا يسمح لأي لاعب أن يكمل الضربة الهجومية على إرسال المنافس عندما تكون الكرة في المنطقة الأمامية وأعلى كلية من الحافة العليا للشبكة. (القاعدة رقم 1.4.1).

3- أخطاء الضربة الهجومية.

- يضرب اللاعب الكرة داخل مجال لعب الفريق المنافس. (القواعد أرقام 4. 9 , 1. 2. 14).
- يضرب اللاعب الكرة خارجا.
- يكمل لاعب الصف الخلفي الضربة الهجومية من المنطقة الأمامية عندما تكون الكرة عند لحظة الضربة كلية فوق الحافة العليا للشبكة. (القواعد أرقام 3. 2. 14 , 2. 1. 4. 7 , 1. 4. 1) (الشكل رقم (21) 11).
- يكمل اللاعب الضربة الهجومية على إرسال الفريق المنافس، عندما تكون الكرة في المنطقة الأمامية كلية فوق الحافة. العليا للشبكة. (القاعدة رقم 4. 2. 14) (الشكل رقم (21) 11).
- يكمل اللاعب المدافع الحر الضربة الهجومية. إذا كانت الكرة عند لحظة الضربة كاملة فوق الحافة العليا للشبكة. (القاعدة رقم 2. 1. 3. 20) (الشكل رقم (21) 11).
- يكمل اللاعب الضربة الهجومية من أعلى قمة الشبكة عندما تكون الكرة قادمة من تمريرة من الأعلى بالأصابع بواسطة اللاعب المدافع الحر في المنطقة الأمامية. (القاعدة رقم 4. 1. 3. 20) (الشكل رقم (21) 11).

• الصد:

1- أداء الصد:

- الصد: هو حركة اللاعبين القريبين من الشبكة لاعتراض الكرة القائمة من المنافسين، وذلك بالوصول أعلى من الحافة العليا للشبكة، ويسمح فقط للاعب الصف الأمامي بتكملة الصد. (القاعدة رقم 1. 4. 7).
- محاولة الصد: هي حركة الصد بدون لمس الكرة.

- الصد المكتمل: يكتمل الصد عندما تلمس الكرة بواسطة القائم بالصد (الشكل رقم 7).
- الصد الجماعي: ينفذ الصد الجماعي بواسطة لاعبين أو ثلاثة قرييين من بعضهم البعض ويكتمل عندما يلمس أحدهم الكرة.

2- لمسة الصد:

يحق أن تحدث لمسات متتالية (سريعة ومتصلة) من لاعب صد أو أكثر بشرط أن تؤدي اللمسات أثناء حركة واحدة.

3- الصد داخل مجال المنافس:

يحق للاعب في الصد وضع يديه وذراعيه خلف الشبكة بشرط ألا تتداخل هذه الحركة مع لعب المنافس. وهكذا لا يسمح بلمس الكرة خلف الشبكة إلا بعد تنفيذ المنافس الضربة الهجومية. (القاعدة رقم 1.1.14).

4- الصد وضربات الفريق:

- لا تحتسب لمسة الصد كضربة للفريق وبناء على ذلك يحق للفريق بعد لمسة الصد ثلاث ضربات لإعادة الكرة. (القاعدة رقم 1.10).
- يحق أن تؤدي الضربة الأولى بعد الصد بواسطة أي لاعب مما في ذلك اللاعب الذي لمس الكرة أثناء الصد.

5- صد الإرسال:

يمنع صد إرسال المنافس.

6- أخطاء الصد:

- يلمس القائم بالصد الكرة في مجال المنافس إما قبل أو بالتزامن مع الضربة الهجومية للمنافس. (القاعدة رقم 3. 15) (الشكل رقم (12) (11) .
- يكمل لاعب الصف الخلفي أو اللاعب المدافع الحر الصد أو يشترك في صد مكتمل. (القواعد أرقام 3. 1. 3. 20 , 15. 5 , 15. 1).
- صد إرسال المنافس. (قاعدة رقم 5. 15).
- ترسل الكرة خارجا من الصد (القاعدة رقم 4. 9).
- صد الكرة في مجال المنافس من خارج العصا الهوائية.
- يكمل أو يحاول اللاعب المدافع الحر بصد فردي أو جماعي. (القواعد أرقام 1. 15 , 3. 1. 3. 20).

خامسا: التوقفات والتأخيرات

• توقفات اللعب العادية:

توقفات اللعب العادية هي الأوقات المستقطعة وتبديلات اللاعبين. (القواعد أرقام 5. 16 , 4. 16).

1- عدد التوقفات العادية:

يحق لكل فريق طلب وقتين مستقطعين وستة تبديلات للاعبين كحد أقصى لكل شوط. (القواعد أرقام 5. 16 , 4. 16).

2- طلب التوقفات العادية:

- يجب أن تطلب التوقفات بواسطة المدرب أو رئيس الشوط فقط (القواعد أرقام 2. 5 , 2. 1. 5 , 16).

يؤدي الطلب بإظهار إشارة اليد الدالة عندما تكون الكرة خارج اللعب وقبل الصافرة للإرسال.
(القواعد أرقام 3، 13، 2، 9) (الشكل رقم (5، 4) 11).

- يسمح طلب التبديل قبل بداية الشوط ويتعين تسجيله كتبديل قانوني في ذلك الشوط. (القاعدة رقم
4، 3، 7).

3- التوقفات المتتالية:

- يسمح الطلب لوقت أو وقتين مستقطعين وطلب واحد للتبديل لأي فريق وعلى التوالي دون الحاجة
لاستئناف اللعب. (القواعد أرقام 5، 16، 4، 16).
- على كل، لا يسمح للفريق بإجراء طلبات متتالية لتبديل اللاعبين أثناء نفس الوقت للعب، ويحق
تبديل لاعبين أو أكثر أثناء نفس التوقف. (القواعد أرقام 5، 16، 1، 1، 8).

4- الأوقات المستقطعة والأوقات المستقطعة الفنية:

- يستغرق جميع الأوقات المستقطعة المطلوبة 30 ثانية. (الشكل رقم (4) 11).
للمنافسات العالمية للاتحاد الدولي لكرة الطائرة والرسمية، في الأشواط 4 - 1 يطبق آليا "وقتان
مستقطعان فنيان" 60 ثانية إضافيا عندما يصل الفريق المتقدم إلى النقاط 8 و 16. (القاعدة رقم
1، 3، 6).
في الشوط الفاصل (الخامس) لا توجد "أوقات مستقطعة فنية" حيث يحق فقط طلب وقتين
مستقطعين 30 ثانية المطلوبة بواسطة كل فريق. (القاعدة رقم 2، 4، 6).
- يجب على اللاعبين في اللعب أن يذهبوا إلى المنطقة الحرة قرب مقعدهم أثناء جميع الأوقات
المستقطعة.

5- تبديل لاعب: (الشكل رقم (5) 11).

(لحدود التبديلات انظر القاعدة 1. 8).

(التغيرات المتعلقة باللاعب المدافع الحر، انظر القواعد 3. 3، 20، 2. 3، 20)

- يجب أن يجري التبديل من داخل منطقة التبديل (القاعدة رقم 3. 4. 1). (الشكل رقم 1).

- يستغرق التبديل فقط الوقت اللازم لتسجيل التبديل في استمارة التسجيل والسماح بدخول وخروج

اللاعبين (القواعد أرقام 3. 2. 2، 26، 3. 5. 16).

- يجب أن يكون اللاعب البديل (اللاعبون البدلاء) عند لحظة الطلب للتبديل مستعدا لدخول الملعب واقفا قريبا من منطقة التبديل.

(القواعد أرقام 2. 17، 3. 1. 8، 3. 3. 7، 3. 4. 1).

إذا لم يكن الأمر كذلك لا يمنح التبديل ويجازى الفريق للتأخير.

للمنافسات العالمية للاتحاد الدولي لكرة الطائرة والرسمية تستخدم لوحات مرقمة لتسهيل التبديل.

- يجب على المدرب عندما يعتزم إجراء أكثر من تبديل واحد أن يشير بالعدد عند لحظة الطلب. ويجب

في هذه الحالة أن تؤدي التبديلات على التوالي، زوج من اللاعبين بعد الآخر. (القواعد أرقام 2. 3. 16،

1. 2. 16، 5).

6- الطلبات الخاطئة:

- يكون طلب التوقف خاطئا (القاعدة رقم 16).

* أثناء تداول اللعب أو عند لحظة الصافرة للإرسال أو بعدها.

(القواعد أرقام 1. 2. 16، 3. 1. 6).

* بواسطة عضو في الفريق غير مصرح له بذلك (القواعد أرقام 2. 3. 16، 1. 2. 16).

- * لتبديل لاعب قبل استئناف اللعب بعد تبديل سابق لنفس الفريق.
- * بعد استئناف العدد المسموح به للأوقات المستقطعة وتبديلات اللاعبين. (القاعدة رقم 1. 16)
- تكرار الطلب الخاطئ في المباراة يشكل تأخيرا. (القاعدة رقم 17).
- يجب رفض الطلب الخاطئ الأول الذي لا يؤثر أو يؤخر اللعب بدون نتائج أخرى (القاعدة رقم 1. 17).

• تأخيرات اللعب:

1- أنواع التأخيرات:

يعتبر الأداء الخاطئ للفريق الذي يؤجل استئناف اللعب تأخيرا ويتضمن:

- تأخير التبديل (القاعدة رقم 2. 5. 16).
- إطالة التوقفات الأخرى بعد أن يكون قد طلب منه استئناف اللعب. (القاعدة رقم 16).
- طلب تبديل غير قانوني (القاعدة رقم 4. 8).
- تكرار الطلب الخاطئ (القاعدة رقم 2. 6. 16).
- تأخيرات اللعب بواسطة عضو الفريق.

2- جزاءات التأخيرات:

- يكون لفت نظر للتأخير "وإنذار للتأخير" جزاءات للفريق.
- * تظل جزاءات التأخير سارية المفعول طوال المباراة.
- * تسجيل جميع جزاءات التأخير بما فيها لفت النظر على استمارة التسجيل. (القواعد أرقام 6. 2. 2. 26 , 3. 6).
- يجازى التأخير الأول في المباراة بواسطة عضو الفريق "لفت نظر تأخير" (القواعد أرقام 3. 6 , 1. 1. 4) (الشكل رقم (25) 11).

- يشكل التأخير الثاني والتأخيرات التالية له من أي نوع بواسطة أي عضو لنفس الفريق وفي نفس المباراة خطأ ويجازى "إنذار تأخير" خسارة التداول. (القاعدة رقم 3.1.6) (الشكل رقم (25) 11).
- تطبق جزاءات التأخير الموقعة قبل أو بين الأشواط في الشوط التالي. (القواعد أرقام 1.19 , 3.6).

• توقيفات اللعب الاستثنائية:

1- الإصابة:

- إذا وقع حادث خطير بينما الكرة في اللعب، يجب على الحكم إيقاف اللعب فوراً ويسمح للمساعدة الطبية بدخول اللاعب. (القاعدة رقم 1.9) يعاد بعدئذ التداول: (القاعدة رقم 3.1.6).
- إذا تعذر تبديل اللاعب المصاب قانونياً أو استثنائياً يعطي اللاعب 3 دقائق وقت للعلاج ولكن ليس لأكثر من مرة واحدة لنفس اللاعب في المباراة. (القواعد أرقام 2.8 , 1.8 , 3.6).
- إذا لم يشف اللاعب يعلن عدم اكتمال فريقه (القواعد أرقام 1.3 , 7 , 3.4.6).

2- التدخل الخارجي:

- إذا حدث أي تدخل خارجي أثناء اللعب يوقف اللعب ويعاد التداول (القاعدة رقم 3.1.6).

3- التوقفات المطولة:

- إذا أدت ظروف طارئة إلى إيقاف المباراة. فسوف يقرر الحكم الأول المنظم، لجنة المراقبة إذا تواجد أحدهم. الاجراءات التي تتخذ لاستعادة الظروف الطبيعية. (القاعدة رقم 3. 6).
- في حالة حدوث توقف واحد أو عدة توقفات لمدة لا تزيد في مجموعها عن 4 ساعات. (القاعدة رقم 1. 3. 18).
- * إذا استؤنفت المباراة على نفس الملعب. يستمر الشوط المتوقف طبيعيا بنفس النتيجة واللاعبين والمراكز وتحتفظ الأشواط التي لعبت من قبل بنتائجها. (القواعد أرقام 3. 7 , 1).
- * إذا استؤنفت المباراة على ملعب آخر يلغي الشوط الذي حدث فيه التوقف ويعاد بنفس أعضاء الفريق ونفس الترتيب الأساسي للدوران. وتحتفظ الأشواط التي لعبت من قبل بنتائجها. (القاعدة رقم 3. 7).
- في حالة حدوث توقف واحد أو عدة توقفات لمدة تزيد في مجموعها عن 4 ساعات يجب أن تعاد المباراة بالكامل. (القاعدة رقم 3. 6).

• فترات الراحة وتغيير اللاعبين:

1- فترات الراحة:

- تستغرق فترات الراحة بين جميع الأشواط ثلاث دقائق. (القاعدة رقم 3. 6).
- يتم خلال هذه الفترة من الوقت تغيير اللاعب وتسجيل ترتيب الدوران للفريقين في استمارة التسجيل. (القواعد أرقام 2. 1. 26 , 2. 19).
- يمكن أن تمتد فترة الراحة بين الشوطين الثاني والثالث إلى 10 دقائق بواسطة الجهة المختصة عند طلب المنظم.

2- تغيير الملاعب: (الشكل رقم (3) 11).

- يغير الفريقان ملعبهما بعد كل شوط باستثناء الشوط الفاصل (القاعدة رقم 1. 7).
- في الشوط الفاصل حالما يصل الفريق للنقطة 8. يغير الفريقان ملعبيهما بدون تأخير، وتظل مراكز اللاعبين كما هي. (القواعد أرقام 1. 4, 7, 2. 3, 6).
- إذا لم يجر التغيير حالما يصل الفريق المتقدم النقطة 8، فسوف يتم إجراؤه عندما يكشف الخطأ. وتظل النتيجة كما هي في الوقت الذي أجري فيه ذلك التغيير.

سادسا: اللاعب المدافع الحر

• اللاعب المدافع الحر

1- تعيين اللاعب المدافع الحر:

- يحق لكل فريق بتسجيل لاعب (1) مدافع متخصص "اللاعب المدافع الحر". ضمن قائمة 12 لاعب (القاعدة رقم 1. 1. 4).
- يجب تسجيل اللاعب المدافع الحر على استمارة التسجيل قبل المباراة على سطر خاص محدد له ويجب إضافة رقمه على ورقة ترتيب الدوران للشوط الأول. (القاعدة رقم 2. 3. 7).
- لا يكون اللاعب المدافع الحر رئيسا للفريق ولا للشوط.

2- الأدوات: (القاعدة رقم 5)

- يجب أن يرتدي اللاعب المدافع الحر زيا (أو سترة للاعب المدافع الحر المعاد تعيينه) والذي يجب أن تكون الفانيلة على الأقل بشكل مناقض لبقية أعضاء الفريق. ويجوز أن يكون زي اللاعب المدافع بتصميم مختلف. ولكن يجب أن يكون مرقما مثل بقية أعضاء الفريق. (القاعدة رقم 3. 4).

3- الحركات المسموحة المتعلقة باللاعب المدافع الحر:

- حركات اللعب:

- * يسمح للاعب المدافع الحر التغيير مع أي لاعب في مركز الصف الخلفي. (القاعدة رقم 2. 1. 4. 7).
- * يكون محكوما بأداء لاعب الصف الخلفي، ولا يسمح له بإكمال الضربة الهجومية مع أي مكان (يشغل الملعب والمنطقة الحرة) إذا كانت الكرة لحظة التلامس أعلى بالكامل من قمة الشبكة.
- (القواعد أرقام 5. 3. 14 , 3. 2. 14 , 2. 2. 14).

* لا يحق له الإرسال أو الصد أو محاولة الصد.

- * لا يحق للاعب تكملة الضربة الهجومية إذا كانت الكرة أعلى من قمة الشبكة إذا كانت الكرة قادمة من تمريرة من الأعلى بالأصابع بواسطة اللاعب المدافع الحر في المنطقة الأمامية، ويحق أن تلعب الكرة بحرية كضربة هجومية إذا أدى اللاعب المدافع الحر نفس الحركة من خلف المنطقة الأمامية.
- (القواعد أرقام 6. 3. 14 , 6. 6. 15 , 2. 6. 15 , 1. 15. 13).

- تغييرات اللاعبين:

- * التغييرات المتعلقة باللاعب المدافع الحر لا تحتسب من التبديلات العادية. (القاعدة رقم 8).
- عددها غير محدد ولكن يجب أن يكون تداول بين تغييرين للاعب المدافع الحر.
- * يجب أن يتم إجراء التغييرات عندما تكون الكرة خارج اللعب وقبل الصافرة للإرسال: (القاعدة رقم 3. 13).

عند بداية كل شوط لا يستطيع اللاعب المدافع الحر دخول الملعب حتى يقوم الحكم الثاني بالتدقيق على ترتيب الدوران الأساسي. (القواعد أرقام 1. 13 , 2. 3. 7).

- * لا يرفض التغيير الذي يتم بعد الصافرة للإرسال ولكن قبل ضربة الإرسال، ولكن يجب أن يكون هدفا للفت نظر شفوي بعد نهاية التداول (القواعد أرقام 4، 13، 3، 12).
- التغييرات اللاحقة المتأخرة يجب أن تكون هدفا لعقوبة التأخير. (القاعدة رقم 2، 17).
- * يحق للاعب المدافع الحر واللاعب المتغير الدخول والخروج من الملعب فقط من الخط الجانبي أمام مقعد فريقه بين خط الهجوم وخط النهاية. (الشكل رقم 1).
- إعادة تعيين لاعب مدافع حر.
- * في حالة إصابة اللاعب المدافع الحر المعين وبتصريح مسبق من الحكم الأول يستطيع المدرب إعادة تعيين لاعب مدافع حر من أحد اللاعبين غير المتواجدين في الملعب لحظة إعادة التعيين.
- لا يجوز للاعب المدافع الحر المصاب العودة للعب لبقية المباراة
- * وبالتالي يجب أن يظل اللاعب المعين الجديد كلاعب مدافع حر لبقية المباراة.
- * في حالة إعادة تعيين لاعب مدافع حر، يجب تسجيل رقم هذا اللاعب على ركن ملاحظات استمارة التسجيل وورقة ترتيب الدوران للشوط التالي.
- (القواعد أرقام 7، 2، 26، 2، 1، 20، 2، 3، 7).

سابعاً: سلوك المشاركين..

• متطلبات السلوك:

1- السلوك الرياضي:

- يجب على المشاركين الإلمام بالقواعد الرسمية للكرة الطائرة والالتزام بها.
- يجب أن يتقبل المشاركون قرارات الحكام بسلوك رياضي وبدون معارضتهم. (القاعدة رقم 1، 2، 1، 5).

في حالة الشك يجوز التوضيح من خلال رئيس الشوط فقط.

- يجب على المشاركين تجنب الحركات والمواقف التي تهدف إلى التأثير على قرارات الحكام أو تغطية الأخطاء التي يرتكبها فرقتهم.

2- اللعب النظيف:

- يجب أن يتم سلوك المشاركين بالاحترام والتهديب وفقا لروح اللعب النظيف. ليس فقط تجاه الحكام ولكن أيضا تجاه الرسميين الآخرين والمنافسين والزلاء والمتفرجين.
- يسمح بالاتصال بين أعضاء الفريق خلال المباراة. (القاعدة رقم 4. 3. 2. 5).

• سوء السلوك وجزاءاته:

1- سوء السلوك البسيط:

لا يكون سوء السلوك البسيط موجبا للجزاء ومن واجب الحكم الأول منع الفريقين من الاقتراب من مستوى الجزاء وذلك بتوجيه لفت نظر شفهي أو بإشارة اليد للفريق من خلال رئيس الشوط. (القواعد أرقام 2. 1. 5 , 3. 22).

لفت النظر هذا ليس إنذارا وليست له نتائج فورية. ولا يجب تسجيله في استمارة التسجيل.

2- سوء السلوك المؤدي إلى الجزاءات:

يصنف السلوك غير اللائق من عضو الفريق تجاه الرسميين والمنافسين وزملاء الفريق أو المتفرجين إلى ثلاث فئات طبقا لدرجة الإساءة.
(القاعدة رقم 1. 1. 4).

- سلوك غير مهذب: تصرف مناف للسلوك الحسن أو المبادئ الأخلاقية أو إظهار الاحتقار.

- سلوك عدائي: كلمات أو إشارات جارحة أو مهينة.

- الاعتداء: إعتداء بدني أو شروع في الاعتداء.

3- جدول الجزاء: (الشكل رقم 9).

طبقا لتقدير الحكم الأول واستنادا إلى خطورة المخالفة فإن الجزاءات التي تطبق وتسجل في استمارة التسجيل هي: (القواعد أرقام 6. 2. 2. 26 , 2. 22).

- الإنذار: (الشكل رقم (6) 11).

للسلوك غير المهذب الأول في المباراة بواسطة أي عضو في الفريق يجازى بخسارة التداول. (القواعد أرقام 1. 2. 22 , 1.1. 4) .

- الطرد: (الشكل رقم (7) 11).

* لا يحق لعضو الفريق المجازى بالطرد، اللعب لبقية الشوط، ويجب عليه الجلوس في منطقة الجزاء وبدون نتائج أخرى.

(القواعد أرقام 2. 3. 5 , 1. 1. 4 , 4. 5. 1).

المدرّب المجازى بالطرد يحرم من حق التدخل في الشوط ويجب عليه الجلوس في منطقة الجزاء (الشكل رقم 1)

* يجازى السلوك العدائي الأول بواسطة عضو الفريق بالطرد وبدون نتائج أخرى. (القواعد أرقام 2. 2. 22 , 1. 1. 4).

* يجازى السلوك غير المهذب الثاني في نفس المباراة بواسطة نفس عضو الفريق بالطرد وبدون نتائج أخرى. (القواعد أرقام 1. 2. 22 , 1. 1. 4).

- الاستبعاد: (الشكل رقم (8) 11).

* يجب على عضو الفريق المجازى بالاستبعاد مغادرة منطقة مراقبة المسابقة لبقية المباراة وبدون نتائج أخرى. (القاعدة رقم 1. 1. 4) (الشكل رقم 1).

* يجازى الاعتداء الأول بالاستبعاد وبدون نتائج أخرى (القاعدة رقم 3. 2. 22).

- * يجازى السلوك العدائي الثاني في نفس المباراة بواسطة نفس عضو الفريق بالاستبعاد وبدون نتائج أخرى (القواعد أرقام 2.2 , 2.1 , 1.4)
- * يجازى السلوك غير المهذب الثالث في نفس المباراة بواسطة نفس اللاعب بالاستبعاد وبدون نتائج أخرى. (القواعد أرقام 2.2 , 2.1 , 1.4).

4- تطبيق جزاءات سوء السلوك:

- تكون جميع جزاءات سوء السلوك كجزاءات فردية وتظل سارية المفعول لكل المباراة وتسجل في استمارة التسجيل. (القواعد أرقام 6.2 , 2.2 , 3.22).
- يجازى تكرار سوء السلوك بواسطة نفس عضو الفريق في نفس المباراة تصاعديا (يتلقى عضو الفريق جزاءا أشد لكل إساءة متتالية).
- (القواعد أرقام 3.22 , 2.2 , 1.4). (الشكل رقم 9).
- لا يتطلب الطرد أو الاستبعاد الناجم عن السلوك العدائي أو الاعتداء وجود جزاء سابق. (القواعد أرقام 3.22 , 2.22).

5- سوء السلوك قبل وبين الشوطين:

- يجازى أي سوء سلوك يحدث قبل أو بين الأشواط وفقا للقاعدة (3.22) وتطبق الجزاءات في الشوط التالي: (القواعد أرقام 3.22 , 2.22 , 1.19).

6- بطاقات الجزاء:

- لفت نظر: شفهي أو إشارة يد بدون بطاقة (القاعدة رقم 1.22) (الشكل رقم 8 و 7 و 6)
- (11).
- إنذار: البطاقة الصفراء. (القاعدة رقم 1.3.22).
- طرد: البطاقة الحمراء. (القاعدة رقم 2.3.22).
- استبعاد: البطاقة الصفراء والبطاقة الحمراء (معا). (القاعدة رقم 3.3.22).

ثامنا: الحكام

مسؤولياتهم والإشارات الرسمية

• هيئة التحكيم والاجراءات

1- التكوين:

تتكون هيئة التحكيم للمباراة من الرسميين التاليين

- الحكم الأول (القاعدة رقم 24)

- الحكيم الثاني (القاعدة رقم 25)

- المسجل (القاعدة رقم 26)

- أربعة (اثنان) مراقبو الخطوط (القاعدة رقم 27)

تكون أماكنهم موضحة في شكل (هيئة التحكيم)

للمنافسات العالمية للاتحاد الدولي للكرة الطائرة والرسمية يكون مساعد المسجل إجباريا.

2- الاجراءات:

- يحق للحكمين الأول والثاني فقط إطلاق الصافرة أثناء المباراة.

* يعطي الحكم الأول الإشارة للإرسال الذي يبدأ التداول.

(القواعد أرقام 3.3 , 3.1 , 6).

* يشير الحكمين الأول والثاني إلى نهاية التداول. بشرط أن يتأكد من أن هناك خطأ قد ارتكب وأنهما حددا طبيعته.

- يحق لهما إطلاق الصافرة أثناء توقف اللعب للتوضيح بأنهما وافقا أو رفضا طلب الفريق. (القواعد أرقام 2.1 , 5 , 2.9)

- مباشرة بعد صافرة الحكم للإشارة إلى نهاية التداول يجب عليهما التوضيح بإشارات اليد الرسمية (القواعد أرقام 1.28 , 2.1 , 2.23)

* إذا أطلقت الصافرة على الخطأ بواسطة الحكم الأول فسوف يشير :

أ- الفريق الذي سيقوم بالإرسال (القاعدة رقم 2.2. 13)

ب- طبيعة الخطأ.

ج- اللاعب المخطئ (إذا لزم)

سيتبع الحكم الثاني بإعادة إشارة الحكم الأول.

* إذا أطلقت الصافرة على الخطأ بواسطة الحكم الثاني فسوف يشير:

أ- طبيعة الخطأ.

ب- اللاعب المخطئ (إذا لزم).

ج- اتباع الحكم الأول بإعادة إشارته للفريق الذي سيقوم بالإرسال.

في هذه الحالة لم يشير الحكم الأول كليا إلى الخطأ واللاعب المخطئ ولكن فقط للفريق الذي

سيقوم بالإرسال.

* في حالة الخطأ المزدوج، يوضح الحكمان معا:

أ- طبيعة الخطأ.

ب- اللاعبون المخطئون (إذا لزم).

ج- الفريق الذي سيقوم بالإرسال حسب إشارة الحكم الأول.

• الحكم الأول:

1- الموقع: (الشكل رقم 10) .

يؤدي الحكم الأول واجباته جالسا أو واقفا على منصة الحكم الموجودة عند إحدى نهايتي الشبكة،

ويجب أن يكون مستوى نظره فوق الشبكة بحوالي 50 سم تقريبا.

2- السلطة:

- يدير الحكم الأول المباراة من البداية وحتى النهاية، وله السلطة على جميع أعضاء التحكيم وأعضاء

الفريقين. (القواعد أرقام 1.1 , 4 , 3.6).

تكون قرارات الحكم الأول أثناء المباراة النهائية، وله السلطة في إلغاء قرارات أعضاء هيئة التحكيم الآخرين إذا تكتشف أنها خاطئة.

يجوز للحكم الأول أيضا أن يستبدل أي من أعضاء هيئة التحكيم الذي لا يؤدي واجباته بصورة صحيحة.

- يراقب الحكم الأول عمل ملتقطي الكرات وماسحي الأرضية والمجففين. (القاعدة رقم 3.3).

- للحكم الأول السلطة في اتخاذ القرار في أي أمر متعلق باللعب بما في ذلك الأمور عبر المنصوص عنها في القواعد.

(القاعدة رقم 3.3).

- لا يسمح للحكم الأول بأي نقاش حول قراراته. (القاعدة رقم 2.1.21).

وعلى كل، يعطي الحكم الأول بطلب من رئيس الشوط، إيضاحا حول تطبيق أو تفسير للقواعد التي استند إليها القرار. (القاعدة رقم 1.2.1.5).

إذا لم يوافق رئيس الشوط على توضيح الحكم الأول واختار الاحتجاج ضد مثل هذا القرار. يجب عليه فورا الاحتفاظ بحق تقديم الاحتجاج عند نهاية المباراة، ويجب على الحكم الأول السماح بهذا الحق لرئيس الشوط.

(القواعد أرقام 2.3.26, 2.3.1.5, 1.2.1.5)

- يكون الحكم الأول مسؤولا قبل وأثناء المباراة عن تحديد إذا كانت منطقة اللعب والأدوات والظروف تفي بمتطلبات اللعب. (القاعدة Chapter 1).

3- المسؤوليات:

- يقوم الحكم الأول قبل المباراة.

* فحص حالة منطقة اللعب والكرات والأدوات الأخرى. (القاعدة Chapter 1)

* إجراء القرعة مع رئيسي الفريقين. (القاعدة رقم 1.7).

* مراقبة إحماء الفريقين (القاعدة رقم 2.7).

- يكون للحكم الأول فقط أثناء المباراة سلطة:

* إصدار لفت نظر للفريقين (القواعد أرقام 2. 22 , 2. 17 , 1. 22).

* مجازاة سوء السلوك والتأخيرات.

* يقرر بشأن:

أ- أخطاء المرسل ومراكز الفريق المرسل، بما في ذلك إخفاء الإرسال.

(القواعد أرقام 3. 10 , 1. 7. 13 , 5. 13 , 4. 13 , 4. 7).

ب- الأخطاء في لعب الكرة.

ج- الأخطاء فوق الشبكة وعند جزئها العلوي (القواعد أرقام 4. 13 , 4. 7).

د- الضربة الهجومية للاعب المدافع الحر، والضربة الهجومية الخاطئة للاعبي الصف الخلفي.

(القواعد أرقام 5. 3. 14 , 3. 3. 14).

هـ- أداء الضربة الهجومية بواسطة اللاعب للكرة القادمة من تمريرة من الأعلى بالأصابع بواسطة

اللاعب المدافع الحر في المنطقة الأمامية. (القاعدة رقم 6. 3. 14).

و- عبور الكرة المجال السفلي تحت الشبكة. (القاعدة رقم 5. 4. 9).

- عند نهاية المباراة، يدقق ويوقع استمارة التسجيل.

(القاعدة رقم 3. 3. 26).

• الحكم الثاني:

1- الموقع: (الشكل رقم 10).

يؤدي الحكم الثاني واجباته واقفا خارج الملعب قرب القائم في الجانب المقابل للحكم الأول ومواجهها

له.

2- السلطة:

- الحكم الثاني هو مساعد للحكم الأول. ولكن له أيضا نطاق سلطة خاصة به. (القاعدة رقم 3. 25).
- يحق للحكم الثاني أن يحل محل الحكم الأول. في حالة عدم قدرة الحكم الأول على الاستمرار في عمله.
- يحق للحكم الثاني أيضا الإشارة بدون إطلاق الصافرة إلى أخطاء خارج نطاق سلطاته، ولكن لا يحق له الإصرار عليها للحكم الأول. (القاعدة رقم 3. 25).
- يراقب الحكم الثاني عمل المسجل (المسجلين) (القاعدة رقم 2. 26).
- يشرف الحكم الثاني على أعضاء الفريق على مقعد الفريق، ويبلغ الحكم الأول عن سوء سلوكهم. (القاعدة رقم 1. 2. 4).
- يراقب الحكم الثاني اللاعبين في منطقتي الاحماء. (القاعدة رقم 3. 2. 4).
- يسمح الحكم الثاني بالتوقيفات. ويراقب مدتها ويرفض الطلبات الخاطئة. (القواعد أرقام 3. 2. 2. 26 , 6. 16 , 16).
- يراقب الحكم الثاني عدد الأوقات المستقطعة والتبديلات المستخدمة بواسطة كل فريق. ويبلغ الحكم الأول والمدرب المعني عن الوقت المستقطع الثاني والتبديلين الخامس والسادس (القواعد أرقام 3. 2. 26 , 1. 16).
- يسمح الحكم الثاني في حالة إصابة اللاعب بتبديل استثنائي أو يمنح 3 دقائق وقت للعلاج. (القواعد أرقام 2. 1. 18 , 2. 8).
- يتأكد الحكم الثاني من حالة الأرضية خاصة في المنطقة الأمامية ويتأكد أيضا أثناء المباراة من أن الكرات ما زالت مطابقة للقواعد. (القواعد أرقام 3 , 1. 2. 1).
- يشرف الحكم الثاني على أعضاء الفريق في منطقة الجزاء.. ويبلغ الحكم الأول عن سوء سلوكهم. (القواعد أرقام 2. 3. 22 , 5. 4. 1).

3- المسؤوليات:

- يتأكد عند بداية كل شوط وعند تغيير اللاعبين في الشوط الفاصل ومتى ما كان ضرورياً. بأن المراكز الفعلية للاعبين في الملعب مطابقة لورقة ترتيب الدوران. (القواعد أرقام 2.3 , 7 , 2.2 , 19 , 5.3 , 7 , 1.3 , 5).

- يقرر الحكم الثاني أثناء المباراة ويطلق الصافرة ويؤشر على:

* الاجتياز داخل ملعب ومجال المنافس تحت الشبكة. (القاعدة رقم 2.12).

* أخطاء المركز للفريق المستقبل. (القاعدة رقم 5.7).

* خطأ لمس الشبكة عند جزئها السفلي أو العصا الهوائية التي بجانبه من الملعب. (القاعدة رقم 1.3 , 12).

* أي صد مكتمل بواسطة لاعب الصد الخلفي أو محاولة للصد بواسطة اللاعب المدافع الحر. (القواعد أرقام 6.6 , 15 , 2.6 , 15 , 3.3 , 14).

* لمس الكرة لجسم خارجي أو الأرض. عندما يكون الحكم الأول في وضع لا يمكنه من رؤية اللمسة.

(القواعد أرقام 4.4 , 9 , 3.4 , 9 , 2.4 , 9 , 1.4 , 9).

- يوقع على استمارة التسجيل عند نهاية المباراة. (القاعدة رقم 3.3 , 2.26).

• المسجل:

1- الموقع: (الشكل رقم 10).

يؤدي المسجل واجباته جالسا عند طاولة المسجل في الجانب المقابل للملعب مواجهها الحكم الأول.

2- المسؤوليات:

يحتفظ باستمارة التسجيل طبقا للقواعد متعاوناً مع الحكم الثاني، يستخدم الجرس الكهربائي أو جهاز صوتي آخر لإعطاء الإشارات للحكام وفقاً لمسؤولياته.

- يقوم المسجل قبل المباراة والشوط:
- * بتسجيل بيانات المباراة والفريقين طبقاً للإجراءات المعمول بها، ويحصل على توقيعات رئيسي الفريقين والمدربين.
- (القواعد أرقام 2. 2 , 5. 1 , 1. 1 , 5. 1 , 4. 1).
- * بتسجيل ترتيب الدوران الأساسي لكل فريق من ورقة ترتيب الدوران.
- (القواعد أرقام 2. 3 , 7. 1 , 3. 2 , 5. 1).
- عندما يخفق في استلام ورقة ترتيب الدوران في الوقت المحدد، يقوم بإبلاغ الحكم الثاني فوراً عن هذه الواقعة.
- * بتسجيل رقم واسم اللاعب المدافع الحر.
- (القواعد أرقام 2. 3 , 3. 2 , 20. 1 , 2. 2 , 3. 7).
- يقوم المسجل أثناء المباراة .
- * بتسجيل النقاط التي أحرزت ويتأكد من أن لوحة النتائج تشير إلى النتيجة الصحيحة. (القاعدة رقم 1. 6).
- * بمراقبة ترتيب الإرسال لكل فريق ويشير إلى الحكم فوراً عن أي خطأ بعد ضربة الإرسال. (القاعدة رقم 2. 13).
- * بتسجيل الأوقات المستقطعة وتبديلات اللاعبين. ويراقب إعدادها ويخطر الحكم الثاني بذلك.
- (القواعد أرقام 7. 2 , 25. 6 , 2. 25 , 1. 4 , 16. 1 , 16. 1).
- * إبلاغ الحكمين عن طلب غير قانوني للتوقف.
- * بالإعلان للحكمين عن نهاية الأشواط وبداية ونهاية كل وقت مستقطع فني وعن تسجيل النقطة الثامنة في الشوط الفاصل.
- (القواعد أرقام 2. 2 , 19. 1 , 4. 16 , 2. 6 , 6. 16).
- * بتسجيل أي جزاءات (القواعد أرقام 3. 22 , 2. 17).
- * بتسجيل جميع ما يحدث حسب التعليمات بواسطة الحكم الثاني.

* يشيرون على الكرة "داخل" و "خارج" كلما تسقط الكرة بالقرب من خطوطهم. (القواعد أرقام 4. 9 , 3.

(9) (الشكل رقم 12)

* الكرات الملموسة "الخارجة" من الفريق المستقبل للكرة (الشكل رقم 12) .

* ملامسة الكرة العصا الهوائية أو عندما تعبر الكرة المرسله الشبكة من خارج مجال العبور.. الخ.

(القواعد أرقام 4. 4. 9 , 3. 4. 9).

* تخطي أي لاعب خارج أرض ملعبه (باستثناء المرسل) في لحظة ضربة الإرسال. (القاعدة رقم 4. 7).

* أخطاء القدم للمرسل. (القاعدة رقم 3. 4. 13).

* أي تلامس مع العصا الهوائية على جانبهم من الملعب بواسطة أي لاعب أثناء حركته للعب الكرة أو

يتداخل مع لاعب. (القاعدة رقم 1. 3. 12).

* الكرة التي تعبر الشبكة خارج مجال العبور إلى ملعب المنافس أو تلمس العصا الهوائية التي بجانبه

من الملعب. (القاعدة رقم 1. 1. 11).

- يجب على مراقب الخط تكرار إشارته عند طلب الحكم الأول.

• الإشارات الرسمية:

1- إشارات اليد للحكام: (الشكل رقم 11)

يجب على الحكام أن يوضحوا بإشارات اليد الرسمية سبب إطلاق صافرتهم (طبيعة الخطأ التي

أطلقت عليها الصافرة أو الغرض من التوقف المسموح).

تحتفظ الإشارة لبرهة. وإذا نفذت بيد واحدة فتستخدم اليد المواجهة لجانب الفريق الذي ارتكب

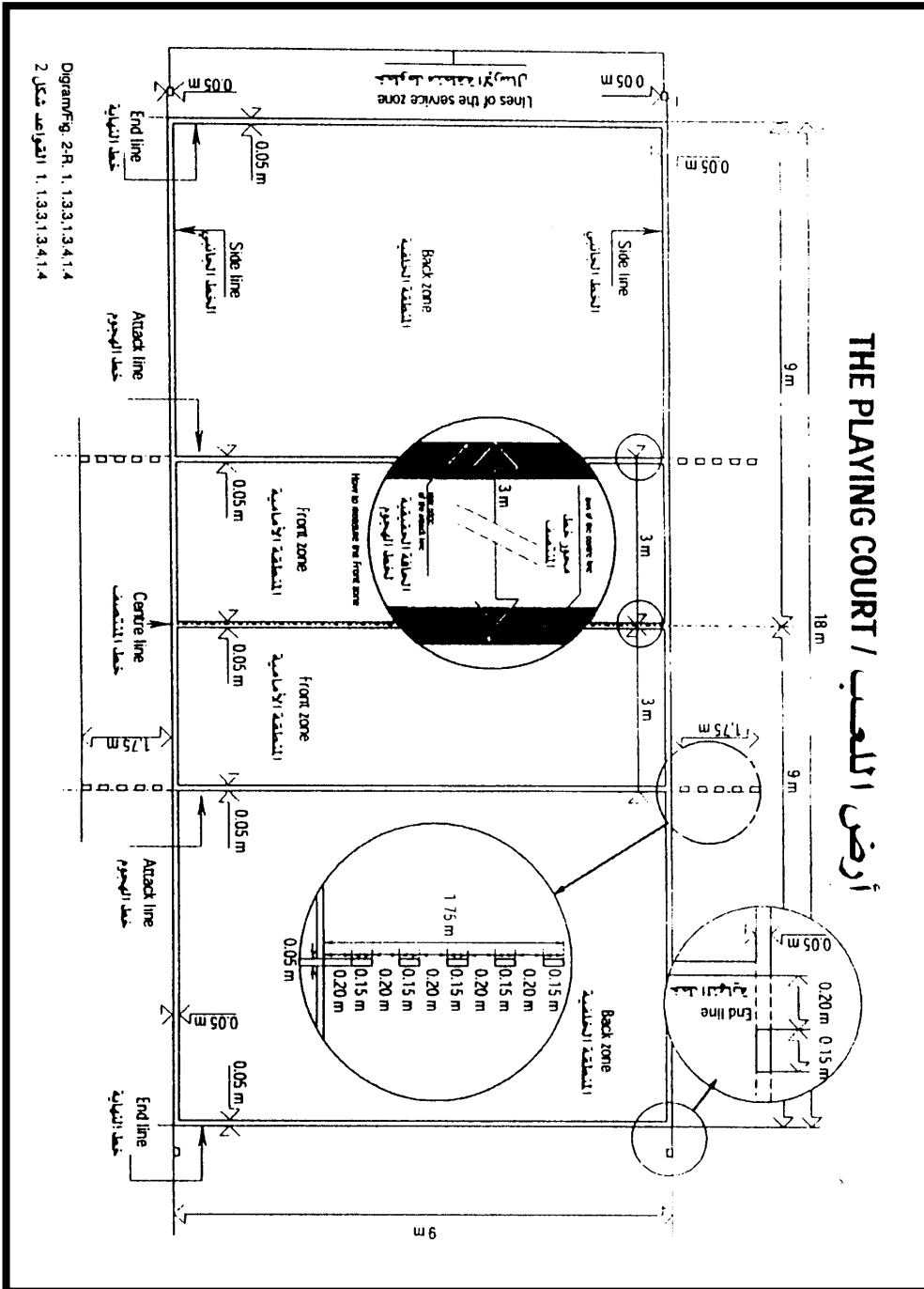
الخطأ أو تقدم بالطلب.

2- إشارات الراية لمراقبي الخطوط (الشكل رقم 12).

يجب أن يوضح مراقبوا الخطوط بإشارة الراية الرسمية طبيعة الخطأ المحتسب والاحتفاظ بالإشارة

لبرهة.

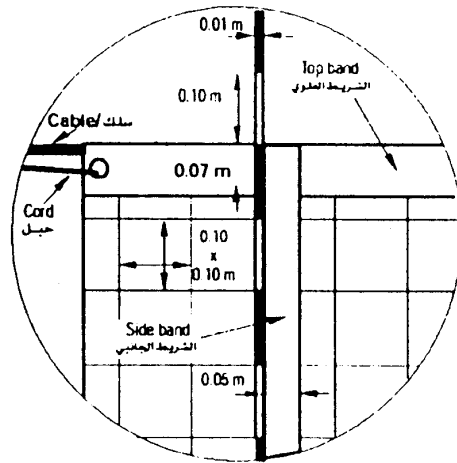
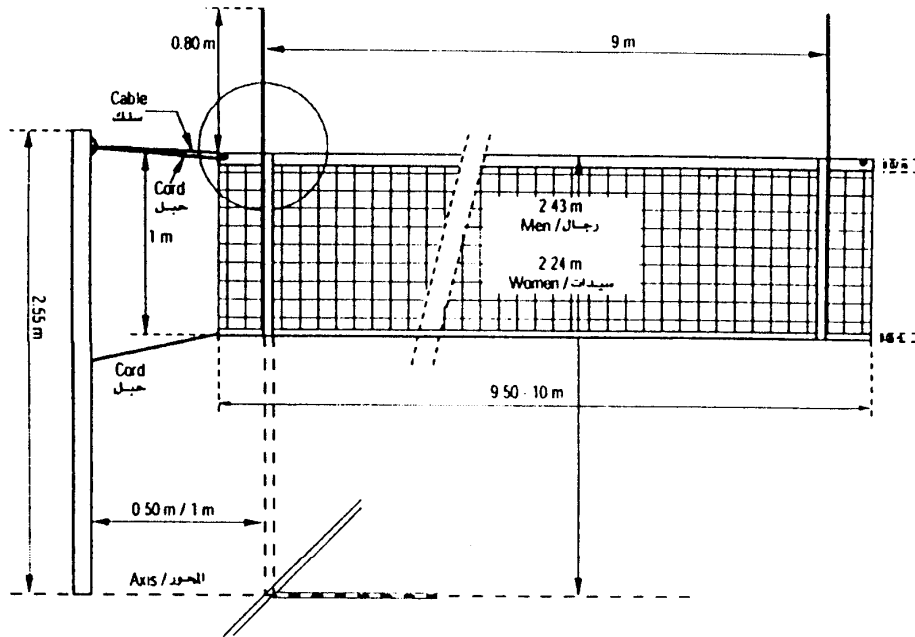
THE PLAYING COURT / أرض اللاعب



Digram/ Fig. 2.R. 1.1.3.3.1.3.4.1.4
 1.1.3.3.1.3.4.1.4 التواضع شكل 2

الشكل رقم (2)

DESIGN OF THE NET / تصميم الشبكة



Digram/Fig 3-R. 2.2.2.3.2.4,2.5.1
القواعد القواعد شكل 3

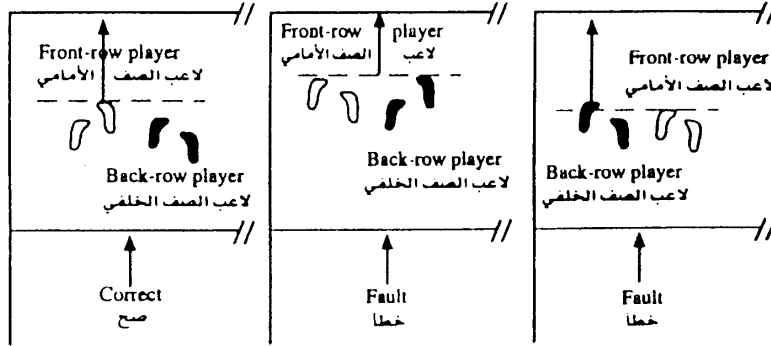
الشكل رقم (3)

POSITION OF PLAYERS

مراكز اللاعبين

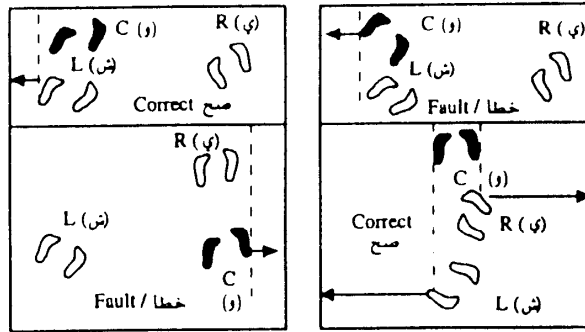
Example A : Determination of the positions between a front-row player and the corresponding back-row player

مثال أ : تحديد المراكز بين لاعب الصف الأمامي وزميله لاعب الصف الخلفي



Example B : Determination of the positions between players of the same row

مثال ب : تحديد المراكز بين لاعبي نفس الصف



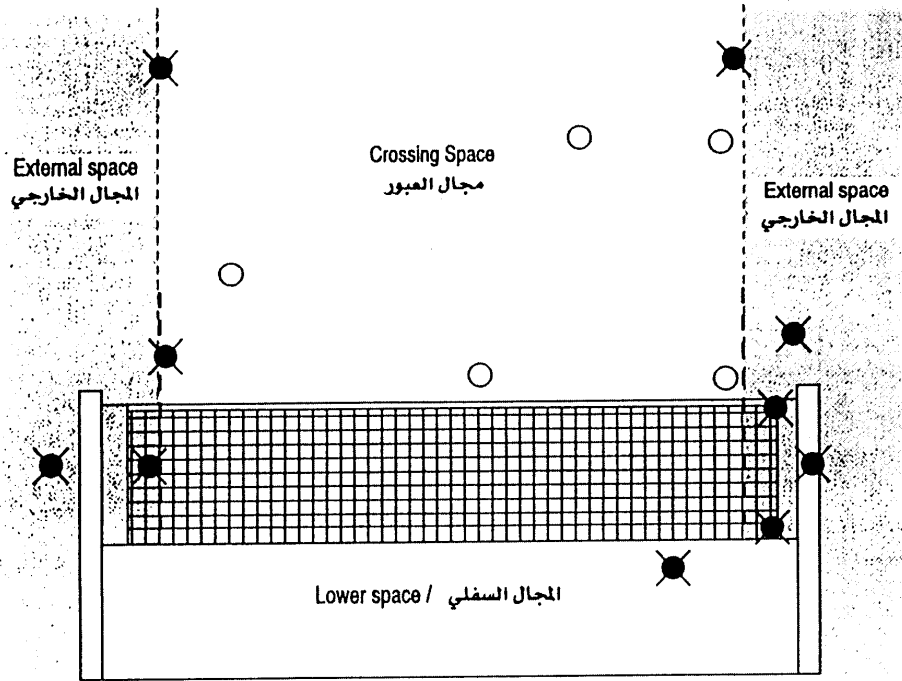
- C = Centre player / لاعب الوسط
- R = Right player / لاعب اليمين
- L = Left player / لاعب الشمال

Diagram/Fig. 4.R. 7.4.7.4.3,7.5
القواعد شكل 4 4.R. 7.4.7.4.3,7.5

الشكل رقم (4)

**BALL CROSSING THE VERTICAL PLANE OF THE NET
TO THE OPPONENT COURT**

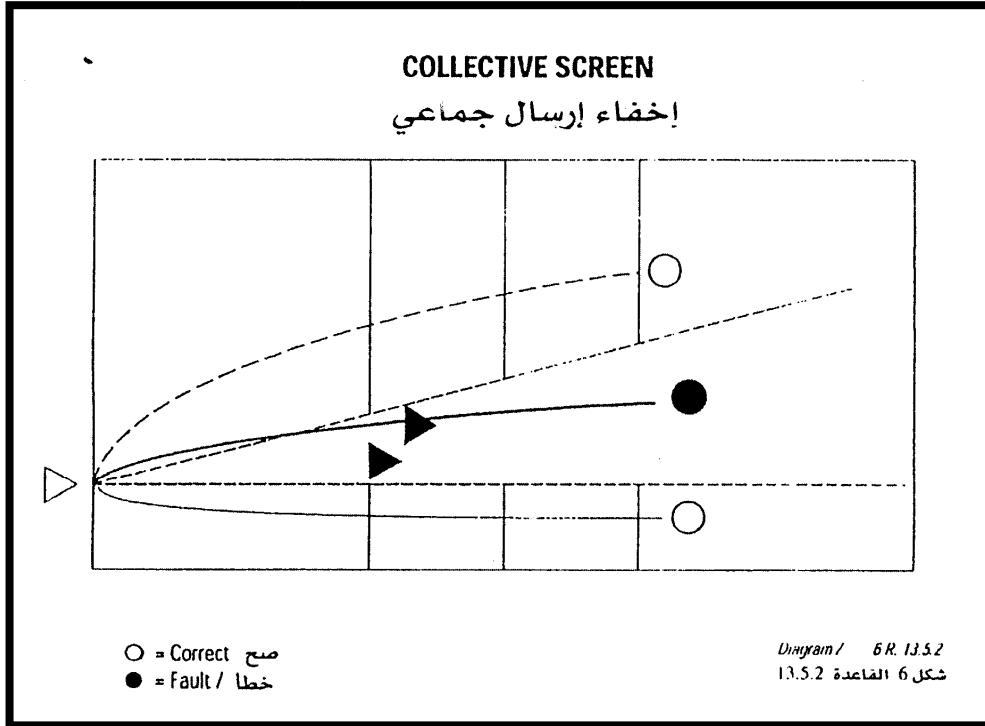
عبور الكرة المستوي العمودي للشبكة إلى ملعب المنافس



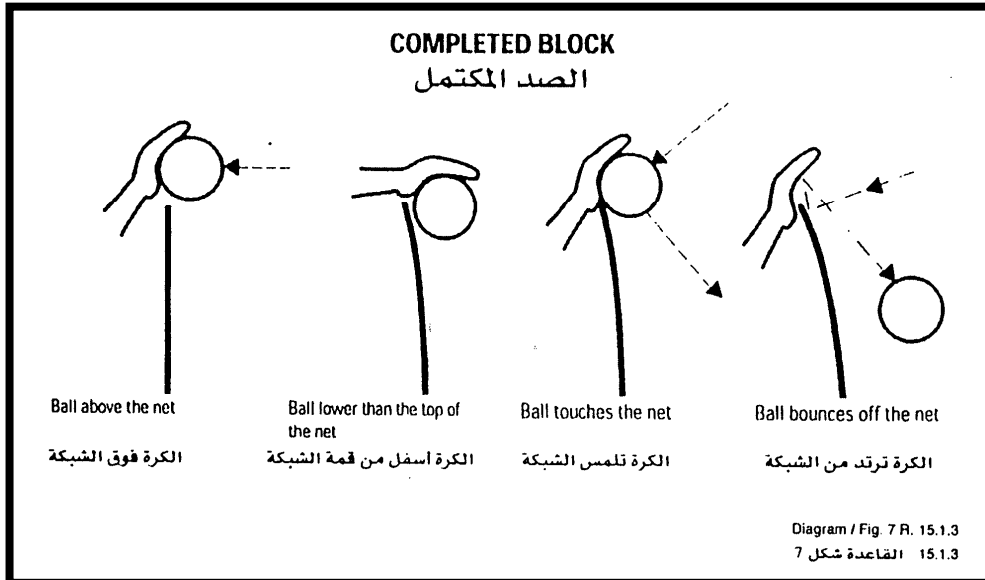
- ⊗ = Fault / خطأ
- = Correct crossing / عبور صحيح

Diagram/fig. 5-R. 2.4.9.4.3,9.4.4.9.4.5,11.1.1.
5 القواعد شكل 5 2.4.9.4.3,9.4.4.9.4.5,11.1.1.

الشكل رقم (5)



الشكل رقم (6)



الشكل رقم (7)

BACK ROW PLAYER'S ATTACK

هجوم لاعب الصف الخلفي

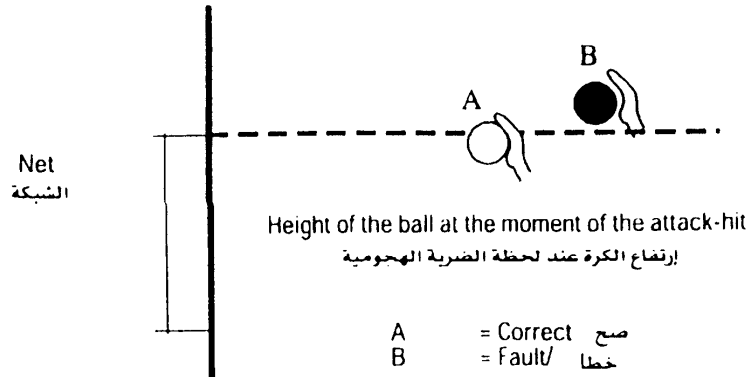
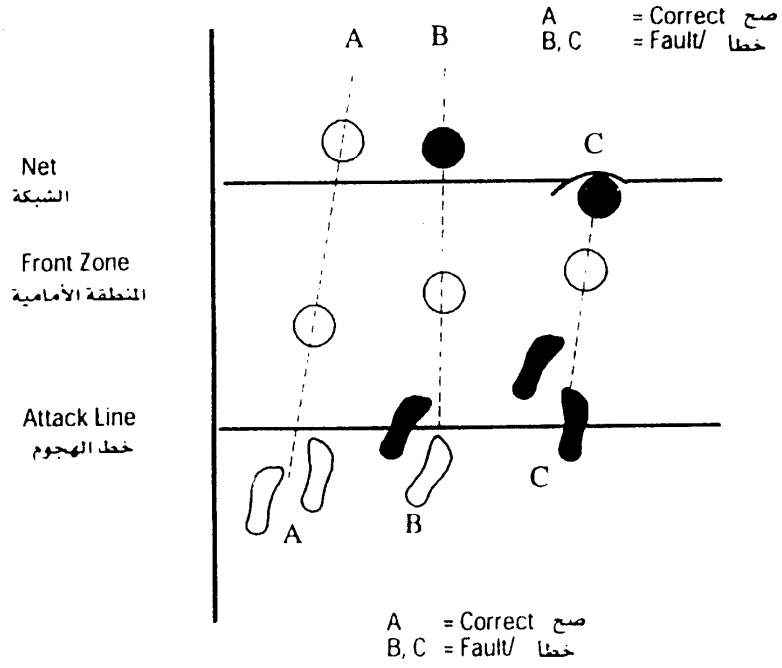


Diagram / Fig 8-R. 14 2 2, 14 2 3
القواعد شكل 8 14 2 2, 14 2 3

الشكل رقم (8)

MISCONDUCT SANCTION SCALE

| CATEGORIES | OCCURRENCE (for a team) | OFFENDER | SANCTION | CARDS | CONSEQUENCE |
|----------------------|----------------------------|------------------------|------------------|------------------------------------|---|
| RUDE CONDUCT | • First | Any member | Penalty | Yellow | Loss of Rally |
| | • Second | Same member | Expulsion | Red | Shall leave the playing area and stay behind the bench in the penalty Area for the remainder of the set |
| | • Third | Same member | Disqualification | Red + Yellow Jointly | Shall leave the Competition Control Area for the rest of the match |
| OFFENSIVE CONDUCT | • First | Any member | Expulsion | Red | Shall leave the playing area and stay behind the bench in the penalty Area for the remainder of the set |
| | • Second | Same member | Disqualification | Red + Yellow Jointly | Shall leave the Competition Control Area for the rest of the match |
| AGGRESSION | • First | Same member | Disqualification | Red + Yellow Jointly | Shall leave the Competition Control Area for the rest of the match |
| DELAY SANCTION SCALE | | | | | |
| DELAY | • First | Any member of the team | Delay Warning | Hand Signal N° 25 with no card | Prevention - No Penalty |
| | • Second (and subsequents) | Any member of the team | Delay Penalty | Hand Signal N° 25 with yellow card | Loss of rally |

جدول جزاء سوء السلوك

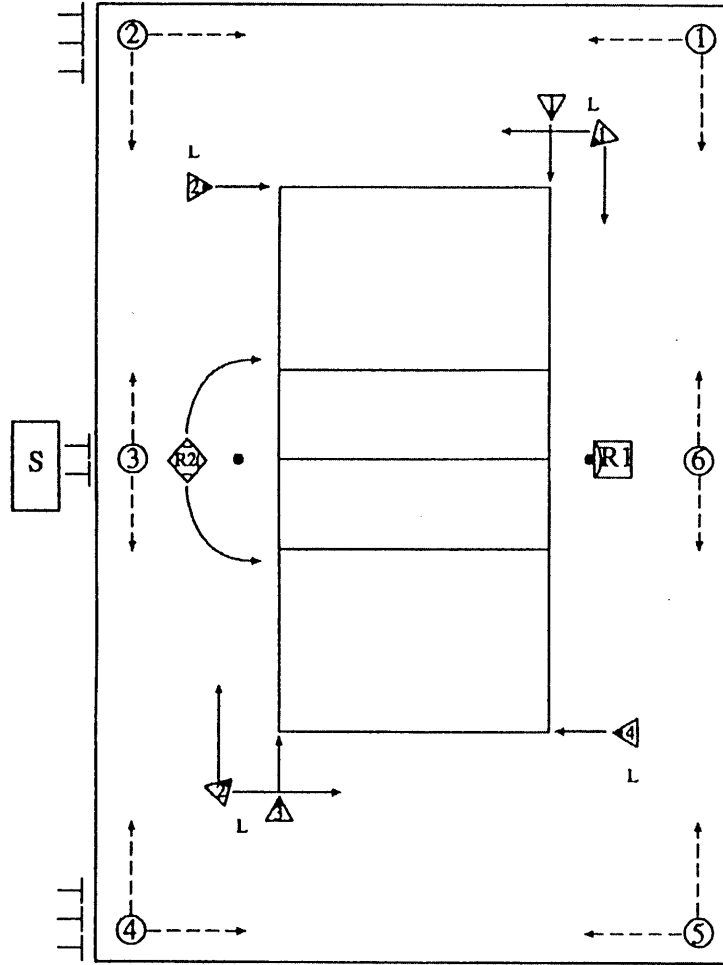
| الفئات | الأحداث (للفريق) | الخطيئ | الجزاء | المنطقات | التبعات |
|-------------------|------------------|---------------|---------------|--------------------------------|---|
| السلوك غير المهذب | الأول | أي عضو | إنذار | صفراء | خسارة التبادل |
| | الثاني | نفس العضو | طرد | حمراء | يجب مغادرة منطقة اللعب والبقاء خلف المقعد داخل منطقة الجزاء لبقية الشوط |
| | الثالث | نفس العضو | إستبعاد | حمراء + صفراء معاً | يجب مغادرة منطقة المراقبة لبقية المباراة |
| السلوك العدائي | الأول | أي عضو | طرد | حمراء | يجب مغادرة منطقة اللعب والبقاء خلف المقعد داخل منطقة الجزاء لبقية الشوط |
| | الثاني | نفس العضو | إستبعاد | حمراء + صفراء معاً | يجب مغادرة منطقة المراقبة لبقية المباراة |
| الإعتداء | الأول | أي عضو | إستبعاد | حمراء + صفراء معاً | يجب مغادرة منطقة المراقبة لبقية المباراة |
| جدول جزاء التأخير | | | | | |
| التأخير | الأول | أي عضو للفريق | وقت نظر تأخير | إشارة اليد رقم 25 بدون بطاقة | للمنع - بدون جزاء |
| | الثاني وتبعاته | أي عضو للفريق | إنذار تأخير | إشارة اليد رقم 25 وبطاقة صفراء | خسارة التبادل |

Diagram / Fig. 9 R. 22.3, 22.4.2
22.3, 22.4.2 العراعد شكل 9

الشكل رقم (9)

LOCATION OF THE REFEREEING CORPS AND THEIR ASSISTANTS

أماكن هيئة التحكيم ومساعدتهم





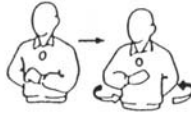


- ⓂR1 = First Referee / الحكم الأول
- ⓂR2 = Second Referee / الحكم الثاني
- S = Scorer / المسجل
- ▶ = Linesjudges / مراقبو الخطوط (numbers 1-4 or 1-2 / الأرقام 1-4 أو 1-2)
- ④ = Ball Retrievers / ملتقطو الكرات (numbers 1-6 / الأرقام 1-6)
- └ = Floor Moppers / مجففو الأرض

Diagram / Fig. 10 - R 3.3,24.1,25.1,26.1,27.1
 القواعد 10 - R 3.3,24.1,25.1,26.1,27.1

الشكل رقم (10)

REFEREES' OFFICIAL HAND SIGNALS
Diagram 11.1 to 5 R. 28.1

إشارات اليد الرسمية للحكام
5 إلى 11.1 من القاعدة 28.1

| Situations to be indicated | Hand signals be executed by | إشارة اليد التي تؤدي بواسطة | الحالات التي يشار إليها |
|----------------------------|---|---|--|
| | First referee F Second referee S | الحكم الأول الحكم الثاني | |
| Authorisation to serve | F | 1 | السماح بالإرسال |
| R. 13.3 | Move the hand to indicate the direction of service |  | حرك اليد لتوضيح اتجاه الإرسال ق 13.3 |
| Team to serve | F S | 2 | الفريق الذي سيرسل |
| R. 13.3 R. 23.2.3.1 | Extend the arm to the side of team that will serve |  | مد الذراع جانب الفريق الذي سيرسل ق 13.3 ق 23.2.3.1 |
| Change of courts | | 3 | تغيير الملاعب |
| R. 19.2 | Raise the forearms front and back and twist them around the body |  | ارفع الساعدين أماماً وخلفاً ولفهما حول الجسم ق 19.2 |
| Time-out | | 4 | الوقت المستقطع |
| R. 16.2.1 R. 16.4 | Place the palm of one hand over the fingers of the other, held vertically (forming a T) |  | ضع راحة إحدى اليدين على أصابع اليد الأخرى بوضع عامودي (مشكلاً حرف T) ق 16.2.1 ق 16.4 |
| Substitution | | 5 | التبديل |
| R. 16.2.1 R. 16.5 | Circular motion of the forearms around each other |  | حركة دائرية للساعدين حول بعضهما البعض ق 16.2.1 ق 16.5 |






الشكل رقم (5 إلى 1 , 11)

REFEREES' OFFICIAL HAND SIGNALS

إشارات اليد الرسمية للحكام

Diagram 11,6 to 10 R. 28.1

10 إلى 11,6 على القاعدة 28.1

| Situations to be indicated | Hand signals be executed by | إشارة اليد التي تؤدي بواسطة | الجات التي يشار إليها |
|---|---|---|---|
| | First referee F | الحكم الأول | |
| | Second referee S | الحكم الثاني | |
| Misconduct Penalty | F | 6 | إنتذار سوء سلوك |
| R. 22.3.1 R. 22.6 | Show a yellow card for penalty |  | إظهار البطاقة الصفراء للإنذار ق 22.3.1 ق 22.6 |
| Expulsion | F | 7 | طرد |
| R. 22.3.2, R. 22.6 | Show a red card for expulsion |  | إظهار البطاقة الحمراء للطرد ق 22.3.2 ق 22.6 |
| Disqualification | F | 8 | إستبعاد |
| R. 22.3.3 R. 22.6 | Show both cards together for disqualification |  | إظهار البطاقتين معاً للإستبعاد ق 22.3.3 ق 22.6 |
| End of set (or march) | F S | 9 | نهاية الشوط (أو المباراة) |
| R. 6.2 R. 6.3 | Cross the forearms in front of the chest, hands open. |  | إجعل الساعدين متقاطعين أمام الصدر واليدين مفتوحين ق 6.2 ق 6.3 |
| Ball not tossed or released at the service hit. | F | 10 | لم تقذف أو تحرر الكرة عند ضربة الإرسال |
| R. 13.4.1 | Lift the extended arm, the palm of the hand facing upwards. |  | إرفع الذراع الممدودة وراحة اليد متجهة إلى الأعلى ق 13.4.1 |






الشكل رقم (10 إلى 6 , 11)

REFEREES' OFFICIAL HAND SIGNALS




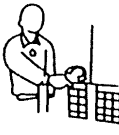
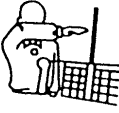
إشارات اليد الرسمية للحكام

Diagram 11,11 to 15 R. 28.1

15 إلى 11,11 شكل القاعدة 28.1

| Situations to be Indicated | Hand signals be executed by | إشارة اليد التي تؤدي بواسطة | الحالات التي يشار إليها |
|--|---|--|--|
| | First referee F Second referee S | الحكم الأول الحكم الثاني | |
| Delay In Service R. 13.4.4 | F | 11  | التأخير في الإرسال 13.4.4 ق |
| Raise eight fingers, spread open | | ارفع ثمانية أصابع مفردة مفتوحة | |
| Blocking fault 15.6 or screening R. 13.5 | F S | 12  | خطأ الصد 15.6 ق أو إخفاء الإرسال 13.5 ق |
| Raise both arms vertically, palms forward. | | ارفع كلا الذراعين رأسياً وراحة اليدين للأمام | |
| Positional or rotation fault R. 7.5 or R. 7.7 | F S | 13  | خطأ المركز أو الدوران 7.5 ق أو 7.7 ق |
| Make a circular motion with the forefinger. | | اعمل حركة دائرية بالسبابة | |
| End of set (or march) R. 9.3 | F S | 14  | الكرة "داخل" 9.3 ق |
| Point the arm and fingers toward the floor | | أشرب بالذراع والأصابع نحو الأرض | |
| Ball "out" R. 9.4 | F S | 15  | الكرة "خارج" 9.4 ق |
| Raise the forearms vertically, hands open, palms towards the body. | | ارفع الساعدين رأسياً واليدين مفتوحتين وراحتيهما نحو الجسم | |

الشكل رقم (15 إلى 11 , 11)

| REFEREES' OFFICIAL HAND SIGNALS | | إشارات اليد الرسمية للحكام | |
|---|---|--|--|
| Diagram 11,16 to 20 R. 28.1 | | 20 إلى 11,16 جعل القاعدة 28.1 | |
| Situations to be indicated: | Hand signals be executed by | إشارة اليد التي تؤدي بواسطة | الحالات التي يشار إليها |
| | First referee F | الحكم الأول | |
| | Second referee S | الحكم الثاني | |
| Catch R. 10.3.3 | F Slowly lift the forearm, palm of the hand facing upwards. | 16  | القبض ق 10.3.3 إرفع الساعد ببطء وراحة اليد مواجهة للأعلى |
| Double contact R. 10.3.4 | F Raise two fingers, spread open | 17  | اللمسة المزدوجة ق 10.3.4 إرفع إصبعين مفرودين مفتوحين |
| Four hits R. 10.3.1 | F Raise four fingers, spread open. | 18  | أربع ضربات ق 10.3.1 إرفع أربعة أصابع مفرودة مفتوحة |
| Net touched by a player: R. 12.4.4 Service hit touching the net and not staying in play R. 13.6.2 | F S | 19  | تلمس الشبكة بواسطة لاعب ق 12.4.4 ضربة الإرسال تلمس الشبكة ولا تبقى في اللعب ق 13.6.2 أشرف إلى الجهة المعنية للشبكة |
| Reaching behind the net R. 12.4.1 | F Place a hand above the net, palm facing downwards. | 20  | الوصول خلف الشبكة ق 12.4.1 ضع اليد فوق الشبكة وراحة اليد مواجهة للأسفل |

الشكل رقم (20 إلى 16, 11)

REFEREES' OFFICIAL HAND SIGNALS

إشارات اليد الرسمية للحكام

Diagram 11,21 to 25 R. 28.1

25 إلى 11,21 معن القاعدة 28.1

| Situations to be indicated | Hand signals be executed by | إشارة اليد التي تؤدي بواسطة | الحالات التي يشار إليها |
|---|-----------------------------|--|--|
| | First referee F | الحكم الأول | |
| | Second referee S | الحكم الثاني | |
| Attack hit fault: by a back row player or on the opponent's service R. 14.3.3, R. 14.3.4, on an overhand finger pass by the libero in the front zone R. 14.3.6 | F | 21 Make a downward motion with the forearm, hand open | ضربة هجومية خاطئة بواسطة لاعب الصف الخلفي أو على إرسال المنافس ق 14.3.3 ق 14.3.4 على التمريرة من الأعلى بالأصابع بواسطة اللاعب الدفاع الحر في المنطقة الأمامية ق 14.3.6 |
| Penetration into the opponent's court or ball crossing the lower space. R. 12.2.2 R. 9.4.5 | F S | 22 Point to the centre line. | الإجتياز داخل ملعب المنافس أو عبور الكرة المجال السفلي ق 12.2.2 ق 9.4.5 |
| Double fault and replay R. 6.1.2.2 R. 10.1.2.3 | F | 23 Raise four fingers, spread open. | خطأ مزدوج أو الإعادة ق 6.1.1.2.2 ق 10.1.2.3 |
| Ball touched | F S | 24 إمسح براحة اليد أصابع اليد الأخرى بوضع رأسي | كرة ملموسة |
| Delay Warning R. 17.2.2 | F | 25 Warning لفت نظر | لفت نظر تأخير ق 17.2.2 |
| Delay penalty R. 17.2.3 | | Penalty إنذار غط الرسغ الأيمن باليد اليسرى المفتوحة والكف مواجهة الحكم الأول (لفت نظر) أو اشر إلى الرسغ مع البطاقة الصفراء (إنذار) | إنذار تأخير ق 17.2.3 |




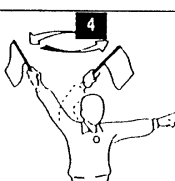

الشكل رقم (25 إلى 11, 21)

REFEREES' OFFICIAL HAND SIGNALS

إشارات اليد الرسمية للحكام

Diagram 11,1 to 5 R. 28.2

5 إلى رقم 1 شكل القاعدة 28.2

| Situations to be Indicated | Flag signals to be executed by | إشارة الراية التي تؤدي بواسطة | الحالات التي يشار إليها |
|--|--|---|--|
| | Linejudge <input type="checkbox"/> L | مراقب الخط | |
| Ball "in" | <input type="checkbox"/> L |  | الكرة "داخل" |
| R. 9.3 | Point down with flag. | اشر بالراية إلى الأسفل | ق 9.3 |
| Ball "out" | <input type="checkbox"/> L |  | الكرة "خارج" |
| R. 9.4.1 | Raise flag vertically. | اشر بالراية رأسياً | ق 9.4.1 |
| Ball touched | <input type="checkbox"/> L |  | كرة ملموسة |
| R. 27.2.1.2 | Raise flag and touch the top with the palm of the free hand. | إرفع الراية والمس أعلاها براحة اليد الحرة | ق 27.2.1-2 |
| Ball out or server's foot fault | <input type="checkbox"/> L |  | الكرة خارج أو خطا القدم بواسطة أي لاعب أثناء الإرسال |
| R. 9.4.2, 9.4.3, 9.4.4 R. 13.4.2, 27.2.1.4 R. 27.2.1.6 | Wave flag over the head and point to the antenna or the end line | لوح بالراية فوق الرأس وأشر إلى المصا الهوائية أو خط النهاية | ق 9.4.2-9.4.3-9.4.4 ق 13.4.2, 27.2.1.4 ق 27.2.1.6 |
| Judgement impossible | <input type="checkbox"/> L |  | إستحالة الحكم |
| | Raise and cross both arms and hands in front of the chest. | إرفع الذراعين واليدين متقاطعتين أمام الصدر | |

الشكل رقم (5-1, 12)



كرة الطائرة الشاطئية

الفصل الرابع

كرة الطائرة الشاطئية

أولاً: تاريخ لعبة كرة الطائرة الشاطئية.

ثانياً: خصائص لعبة كرة الطائرة الشاطئية.

ثالثاً: القواعد الرسمية للعبة كرة الطائرة الشاطئية.

كرة الطائرة الشاطئية

أولاً: تاريخ لعبة كرة الطائرة الشاطئية.

تعد لعبة كرة الطائرة الشاطئية من الألعاب الصيفية الترفيهية والترفيهية التي يمارسها الناس أثناء رحلاتهم واستجمامهم على الشواطئ وقد لاقت إقبالا كبيرا. وأصبح لهذه اللعبة قانون خاص لممارستها في عدة دول من أنحاء العالم والبلاد العربية.

ففي عام 1987م نظمت بطولة لهذه اللعبة في البرازيل وشارك فيها كل من (الولايات المتحدة الأمريكية، إيطاليا، الأرجنتين، التشيلي، المكسيك، البرازيل). وفي عام 1988م شكل الاتحاد الدولي للكرة الطائرة المجلس العالي للكرة الطائرة الشاطئية وبدأت البطولات الرسمية لها عام 1989م. وأدخلت هذه اللعبة لأول مرة في الدورة الأولمبية عام 1996م.

ثانياً: خصائص لعبة كرة الطائرة الشاطئية

كرة الطائرة الشاطئية هي لعبة تلعب بين فريقين بلاعبين اثنين لكل منهما على ملعب رملي مقسم بواسطة شبكة وهناك صيغ مختلفة متاحة لظروف معينة بغرض تقديم تعددية اللعبة لكل فرد.

والهدف من اللعبة هو إرسال الكرة فوق الشبكة بغرض إسقاطها على ملعب المنافس. ومنع نفس المحاولة بواسطة المنافس. ولكل فريق الحق بثلاث ضربات لإعادة الكرة (تشمل لمسة الصد).

توضع الكرة في اللعب بالإرسال. وتضرب بواسطة المرسل فوق الشبكة إلى المنافس. يستمر التداول حتى يتم إسقاط الكرة على الملعب أو تذهب خارجا. أو يفشل الفريق في إعادتها بصورة صحيحة.

في هذه اللعبة الفريق الفائز بالتداول يسجل نقطة (نظام تتابع النقطة) وعندما يفوز الفريق المستقبل بالتداول. فإنه يكسب نقطة والحق في الإرسال. ويجب على اللاعب المرسل أن يتناوب في أي مرة يحدث هذا.

ثالثا: القواعد الرسمية للعبة كرة الطائرة الشاطئية

منطقة اللعب: (الشكل رقم 1)

1- أرض الملعب

- أرض الملعب عبارة عن مستطيل مقاساته (8 × 16) متر ومحاط بمنطقة حرة لا تقل عرضها عن (3) أمتار وفضاء خال من أي عائق بارتفاع (7) أمتار على الأقل من سطح اللعب.
- للمنافسات العالمية للاتحاد الدولي للعبة المنطقة الحرة لا تقل عن (5) أمتار وكحد أقصى- عن (6) أمتار من خطوط النهاية وفضاء بارتفاع (12.5) متر على الأقل من سطح اللعب.
- وتتكون أرض الملعب من رمال مستوية ومسطحة وموحدة وخالية من الصخور والقواقع وأي شيء آخر يشكل خطر الجروح أو إصابات اللاعبين.
- الحدود الخارجية للملعب عبارة عن شرائط مصنوعة من مادة مقاومة وان تكون المثبتات المكشوفة من مادة ناعمة ومرنة.
- لا يرسم خط وسط.

2- الشبكة والقوائم: (الشكل رقم 2)

- يكون طول الشبكة (8.5) متر وعرضها متر واحد.
- ارتفاع الشبكة (2.43) متر للرجال و (2.24) متر للسيدات.
- ارتفاع قوائم الشبكة 2.55 متر.

- تحدد جميع الأدوات الإضافية بواسطة لوائح الاتحاد الدولي للكرة الطائرة.

3- الكرة:

- يجب أن تكون الكرة مستديرة مصنوعة من مادة مرنة (الجلد - جلد صناعي أو ما شابه) وتكون ملائمة لظروف الملاعب المكشوفة بحيث لا تمتص الرطوبة.
- اللون: ألوان زاهية (مثل البرتقالي - الأصفر - القرنفلي - الأبيض .. إلخ).
- الوزن: (260) غم إلى (280) غم.
- المحيط: (66) سم إلى (68) سم.
- الضغط الداخلي: (171 - 221) مليبار (0.175 - 0.225) كغم/ سم².

4- الفرق:

- يتكون الفريق على وجه الحصر من لاعبين اثنين.
- يجوز فقط للاعبين الاثنین المقيدين باستمارة التسجيل الاشتراك في المباراة.
- يتم توضيح رئيس الفريق على استمارة التسجيل والذي يقوم على التوقيع على استمارة التسجيل وتمثيل فريقه في عملية القرعة.

5- أدوات اللاعبين

- تتكون الملابس من شورتات قصيرة أو لباس السباحة. يعتبر ارتداء الفانيلة اختياريا باستثناء عندما ينص على ذلك في لوائح الدورة ويجوز للاعبين ارتداء قبعات.
- يجب أن يلعب اللاعبون حفاة. باستثناء عندما يأذن لهم الحكمان بغير ذلك بارتداء جوارب أو أحذية.

- يجب أن ترقم فانيلاات اللاعبين بالرقمين (1 و 2) ويجب أن يوضع على الصدر (أو على الشورتات من الأمام) وتكون ألوان الأرقام مخالفة لألوان الفانيلاات.
- إذا وصل الفريقان مرتديان فانيلاات من نفس اللون يجب إجراء قرعة لتحديد الفريق الذي عليه أن يغير.
- يمنع ارتداء أي شيء يمكن أن يسبب الإصابة مثل الساعات والدبابيس والأسورة والخ..
- يجوز أن يلبس اللاعبون النظارات على مسؤوليتهم الخاصة.

6- الفائز بالنقطة والشوط والمباراة:

- * للفوز بالمباراة:
- يفوز بالمباراة الفريق الذي يفوز بشوطين.
- في حالة التعادل (1 - 1) يلعب الشوط الفاصل (الثالث) إلى (15) نقطة ويتقدم نقطتين على الأقل.
- * الفوز بالشوط:
- يفوز بالشوط الفريق الذي يحرز (21) نقطة ويتقدم نقطتين على الأقل (ما عدا الشوط الثالث الفاصل) وفي حالة التعادل (20 - 20) يستمر اللعب حتى يتم الوصول إلى التقدم بنقطتين (21 - 23 أو 20 - 22 .. الخ).
- يغير الفريقان الملاعب بعد كل 7 نقاط (الشوطين الأول والثاني) و 5 نقاط (الشوط الثالث ان لعب)
- * الفوز بتداول الكرة:
- عندما يفشل الفريق في إرساله أو يفشل في إعادة الكرة أو يرتكب أي خطأ آخر يفوز الفريق المنافس بتداول الكرة مع إحدى النتائج التالية:
- إذا أرسل الفريق المقابل. فإنه يحرز نقطة ويستمر بالإرسال.

- إذا استقبل الفريق المنافس الإرسال. فإنه يفوز بأحقية الإرسال ويحرز نقطة.
- * التخلف والفريق غير المكتمل:
- عندما يرفض الفريق اللعب بعد أن يطلب منه ذلك فإنه يعلن متخلفاً ويخسر المباراة (2 - صفر) و (21 - صفر) و (21 - صفر) للأشواط.
- الفريق الذي لا يتواجد على أرض الملعب في الوقت المحدد يعتبر متخلفاً مع نفس النتيجة أعلاه.
- يطبق القانون الدولي للكرة الطائرة على الكرة الشاطئية مع وجود بعض الاستثناءات التالية:
- لا توجد مراكز محددة بالملعب وعلى اللاعبين الحرية في اتخاذ مراكزهم. ولا يوجد خطأ مراكز.
- يتبادل أعضاء الفريق الإرسال على التوالي وإذا أخطأ الفريق في دوران الإرسال يخسر- الفريق الإرسال فقط.
- في الحركة الدفاعية للضربة الساحقة إذ يمكن في هذه الحالة حمل الكرة للحظة من أعلى بواسطة الأصابع.
- يجب أن يضرب المرسل الكرة خلال خمسة ثوان بعد صافرة الحكم الأول للإرسال.
- لا يجوز ضرب الكرة (إسقاط الكرة) باليد المفتوحة.
- تحتسب لمسة الصد كضربة للفريق. ويحق للفريق القائم بالصد ضربتين إضافيتين فقط بعد لمسة الصد.
- يحق لكل فريق وقت مستقطع واحد في الشوط كحد أقصى.
- يجوز طلب الأوقات المستقطعة بواسطة اللاعبين فقط.
- يعطي اللاعب المصاب مدة (5) دقائق كحد أقصى- للعلاج في المباراة ويحق للهيئة الطبية دخول الملعب لمعالجته ويسمح الحكم للاعب المصاب بمغادرة منطقة اللعب بدون جزاء وبعد انقضاء مدة الخمس دقائق يطلب الحكم من

اللاعب أن يستمر. وإذا لم يشف اللاعب أو يرجع إلى منطقة اللعب بعد انقضاء مدة العلاج يعلن عن عدم اكتمال الفريق .

- تستغرق فترة الراحة بين كل شوط (1) دقيقة واحدة.

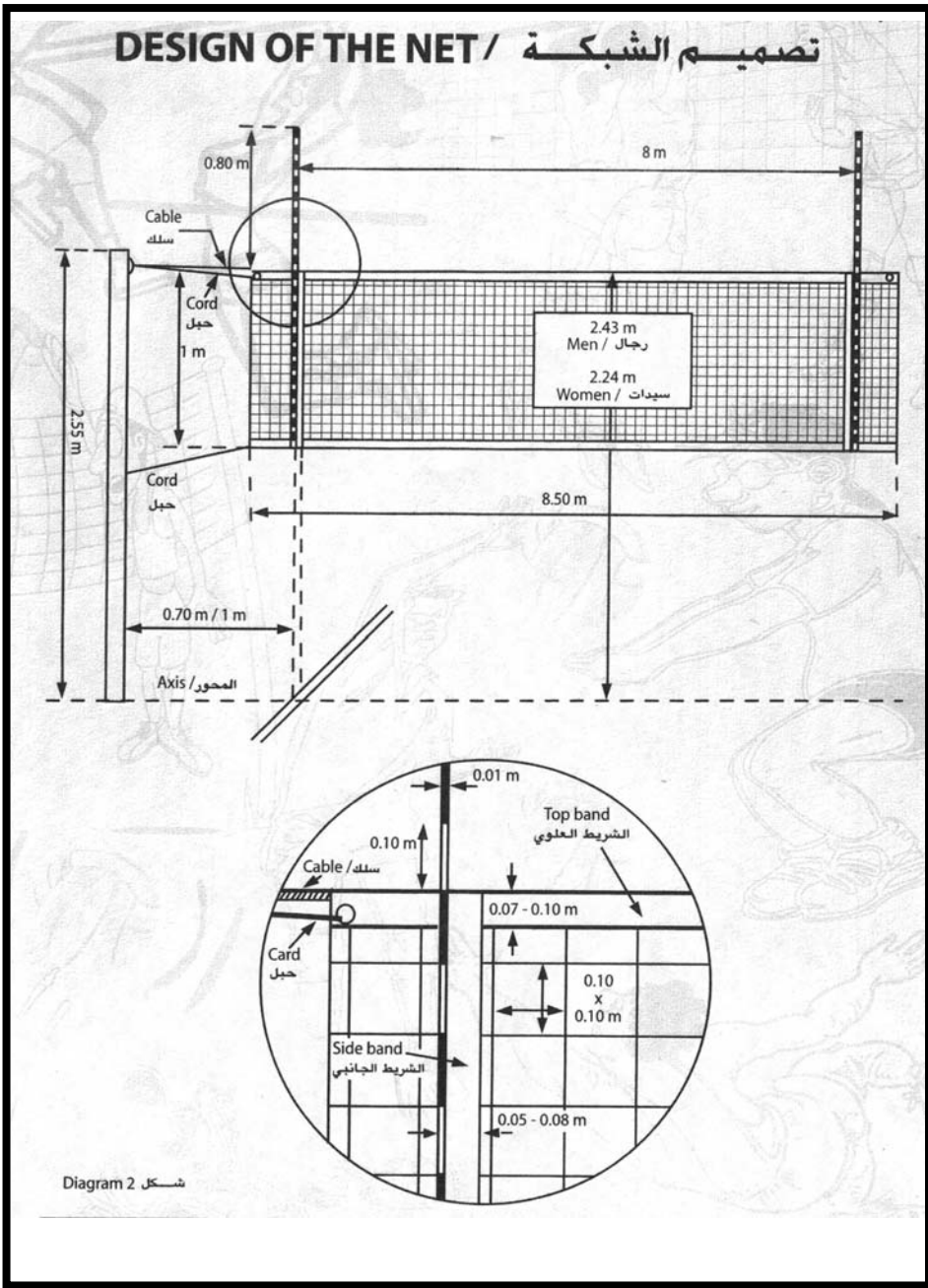
- في حالة وجود اختلاف في تفسير قواعد لعبة الكرة الطائرة الشاطئية يرفع كتاب إلى مدير البطولة.

7- هيئة التحكيم (الشكل رقم 3)

تتكون هيئة التحكيم من الحكم الأول والحكم الثاني والمسجل وأربعة (اثنان) من مراقبو الخطوط.

- السلطة والمسؤوليات لهيئة التحكيم في لعبة كرة الطائرة الشاطئية لا تختلف عن سلطة ومسؤوليات هيئة التحكيم في لعبة كرة الطائرة.

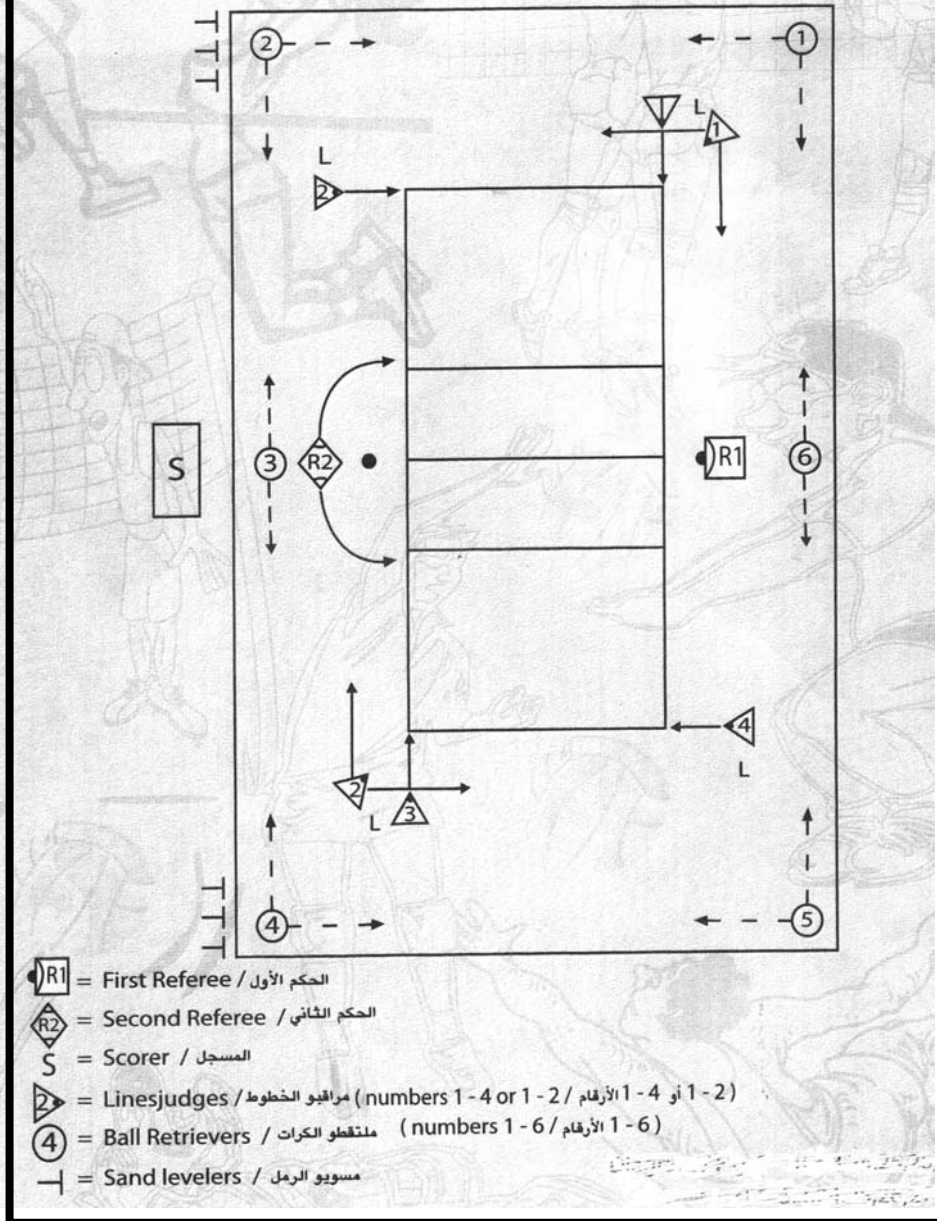
- يستخدم مراقبو الخطوط رايات أبعادها (30 × 30 سم).



الشكل رقم (2)

LOCATION OF THE REFEREEING CORPS AND THEIR ASSISTANTS

مكان هيئة التحكيم ومساعدتهم



الشكل رقم (3)

الفصل الخامس

كرة الطائرة من الجلوس

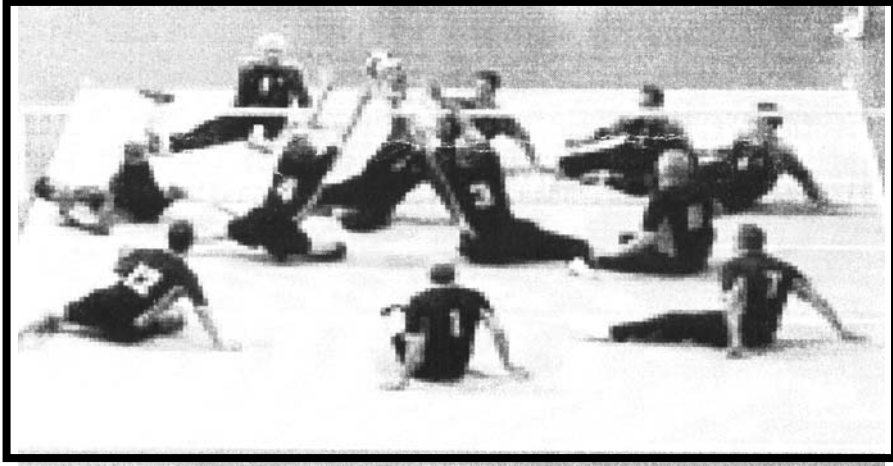
أولا : تاريخ لعبة كرة الطائرة من الجلوس

ثانيا: القواعد الرسمية للعبة كرة الطائرة من الجلوس

ثالثا: التصنيف

كرة الطائرة من الجلوس (الشكل رقم 1)

لعبة كرة الطائرة هي واحدة من الالعاب الرياضية الخمسة عشر التي تدخل ضمن برنامج بارالمبيك (Paralmpice) والتي تشترك مع الالعاب الاولمبية: الرماية -العاب القوى- كرة السلة بالكراسي المتحركة- ركوب الدراجات- الفروسية-المبارزة بالكراسي المتحركة- كرة القدم الخماسية- كرة القدم السباعية- الجودو- الإبحار- اطلاق النار- السباحة- كرة الطاولة- التنس بالكراسي المتحركة- بالاضافة الى لعبة كرة الطائرة من الجلوس.



الشكل رقم (1)

ملعب كرة الطائرة من الجلوس

أولاً: تاريخ لعبة كرة الطائرة من الجلوس:

بدأت اللعبة في هولندا عام 1956م واقامت اول بطولة دولية عام 1980م. يمارس كرة الطائرة من الجلوس المعاقين حركيا او البتر للرجال والسيدات، ولا يصنف اللاعبون مثل بقية الالعاب ولكن يجب أن يكونوا على درجة من الاعاقة

وتقام المباريات في قاعة، واطوال الملعب (6x10)م ويتكون كل فريق من (6) لاعبين اساسيين
اضافة الى (6) لاعبين احتياط.
كرة الطائرة من الجلوس معتمدة اولمبيا اعتبارا من اولمبيا 2000.

ثانيا: القواعد الرسمية للعبة كرة الطائرة من الجلوس:

-الادوات والتجهيزات:

• الكرة:

- يمكن ان تكون لون واحد او عدة الوان.
- يجب ان تكون معتمدة دوليا من الاتحاد الدولي واتحاد الطائرة الدولي للمعوقين (WOVD).
- محيطها (65-67)سم ووزنها من (260-280) غم.

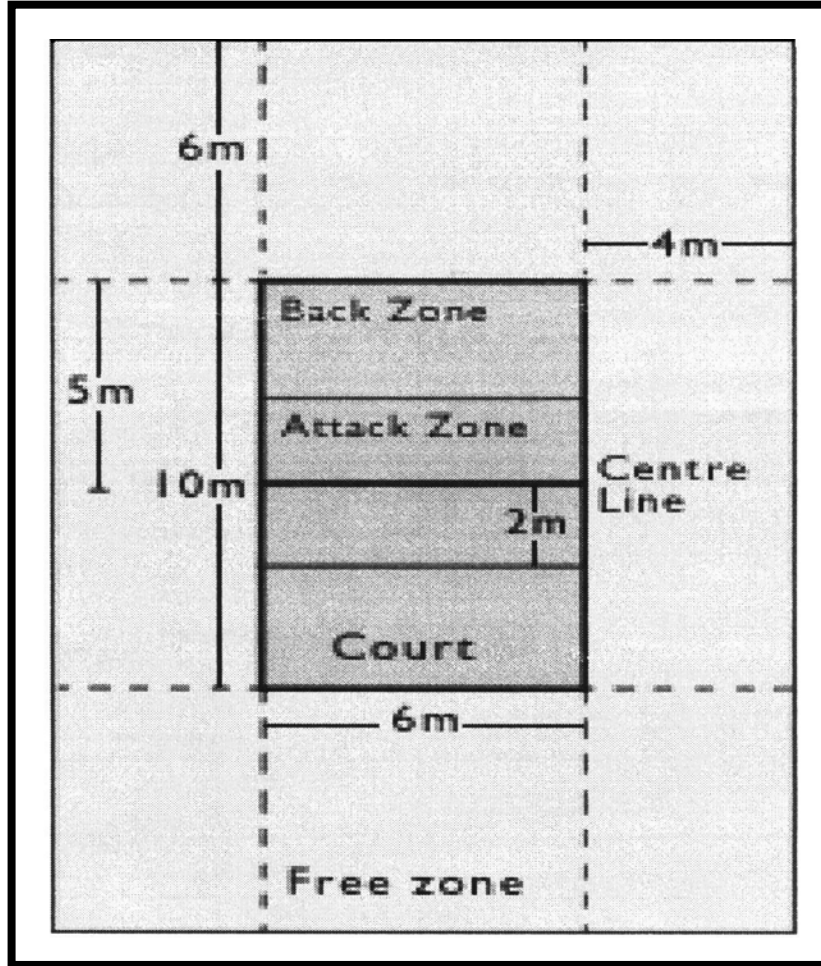
• الملابس:

- يتكون لباس اللاعبين من فانيلة وشورت وحذاء ويسمح للاعب باستخدام البنطلون الرياضي الطويل.
- ترقم الفانيلات من (1-18) بحجم (15)سم من الامام وبحجم (20)سم من الخلف ويرتدي الكابتن شريط طوله (8)سم وعرضه (2)سم ونفس الالوان باستثناء اللاعب الليبرو.

• الملعب: الشكل رقم (2)

- مقاييس الملعب (10)م طولاً X (6)م عرضا والمنطقة الحرة 4م بالعرض وبالطول (6)م خلف خط النهاية.

- ارتفاع الشبكة للرجال (115)سم ولل سيدات (105)سم وعرضها من (6.5)م - (7)م واتساعها (80)م.
- يوجد اثنان على جهتي الشبكة فوق خطي الجانبين للملعب.
- خط المنطقة الهجومية يبعد (2)م من خط الوسط.
- يتم ارسال الكرة من خلف خط النهاية لكل ملعب.



الشكل رقم (2)

ملعب كرة الطائرة من الجلوس

-شكل اللعب:

• المباراة والاشواط:

- يسمح للفريق بلمس الكرة بعد ارسالها من الخصم ثلاث مرات.
- لا يعتبر البلوك محاولة للمس الكرة.
- اشواط المباراة هي (5) اشواط ومن يفوز بثلاثة اشواط يعتبر فائزا.
- ينتهي الشوط عند العدد (25) وعند التعادل (24/24) يمدد حتى يتقدم أي فريق بنقطتين.
- اذا تعادل الفريقان بشوطين لكل منهما يقام الشوط الخامس والفريق الذي يصل (15) يعتبر فائزا وعند التعادل (14/14) يمدد الشوط حتى يتقدم فريق على الاخر بنقطتين.
- الفريق (12) لاعبا من بينهم كابتن الفريق والليبرو.
- يجب ان تكون مقعدة اللاعب خارج خط النهاية عند الارسال ويسمح بوجود القدم أو الفخذ على الخط اثناء الارسال ويجلس بقية اللاعبين في اماكنهم ويمكن ان يتحركوا بعد الارسال ويمكنهم صد كرات الخصم.
- احتكاك الاقدام والفخدين مع الفريق الخصم مسموح بشرط عدم اعاقه الخصم وكذلك الاشتباك بالايدي فوق الشبكة.
- عند الهجوم في منطقة الشبكة يجب ان تبقى المقعدة على الارض.
- يستطيع اللاعب الخلفي الهجوم بشرط عدم لمس خط المنطقة الامامية.
- تدار المباراة من خلال حكمين ويساعدهم مسجل اضافة الى (2-4) حكام للخطوط.

• تعديلات جديدة:

- اللييرو: يرتدي لون مختلف عن الفريق ويمكنه ان يدخل ويخرج من الملعب عدد غير محدود من المرات ولا يسمح له بارسال او ضرب (SPIKE) الكرة فوق الشبكة ويسمح له باستقبال الارسال والدفاع مع الفريق.
- اذا اصيب اللييرو يمكن استبداله باحد اللاعبين.

ثالثا: التصنيف:

يعتمد نظام التصنيف هذا على وضع الشخص الأبتز وهو يستند إلى البتر المكتسب و(dysmeha) التي تشبه البتر المكتسب أو الشلل الجزئي والشلل الكلي.

- مختصرات:

AK = فوق مفصل الركبة أو عند المفصل.

BK = أسفل الركبة لكن عند المفصل الفخذي أو فوقه.

AE = فوق مفصل المرفق أو عنده.

BE = أسفل المرفق لكن عبر مفصل المعصم (الرسغ) أو فوقه.

-رموز التصنيف الأساسية:

المجموعة A1 = AK مزدوج

المجموعة A2 = AK مفرد

المجموعة A3 = BK مزدوج

المجموعة A4 = BK مزدوج

المجموعة A5 = AE مزدوج

المجموعة A6 = AE مفرد

المجموعة A7 = BE مزدوج

المجموعة A8 = BE مفرد

• التصنيف الطبي للكرة الطائرة - جلوس:-

أهلية المنافسة:

المؤهلون للمنافسة أولئك الرياضيون الذين يمارسون الكرة الطائرة جلوس مع وجود إعاقة في حدها الأدنى كما هو محددة في الفقرات السابقة. ويتم إجراء التصنيف حول الإعاقة بحدها الأدنى بواسطة مصنف طبي مخول لرياضة الكرة الطائرة إن المؤهلين للتنافس بالكرة الطائرة -جلوس- الرياضيون الذين لديهم بتر كما محدد في الجزء الأول مع التغييرات والإضافات التالية:

بتر الأصبعين الأولين في كلتا اليدين.

بتر سبعة أصابع أو أكثر في كلتا اليدين.

بتر في يد واحدة في مفصل M.P. والرسغ.

الأطراف السفلى: بتر في مفصل Lisfrance في قدم واحدة.

بتر في مفصل Chopart في قدم واحدة.

الأطراف العليا: قصر "تقصير الطرف" في أحد الطرفين العلويين أو أكثر في (33%) يجب أن يكون القصر "التقصير" حقيقيا أو وظيفيا في المسافة الـ Acromion ونهاية أطول أصبع مقارنة بالطرف الآخر.

قوة العضلات: شلل حركي ضعيف أو شلل تام في أحد الأطراف العلوية على الأقل يكون النقصان في قوة العضلات بمقدار (20) نقطة ليتضمن كلا الطرفين العلويين عند الاختبار حسب نظام ميزان الدرجات (0-5) وبدون حساب درجة أو درجتين.

المفصل: يتم الاختبار بواسطة المنقل "جهاز قياس الزوايا".

الكتف: الأبعاد والثني "الالتواء" لا يكون أكثر من (90) درجة.

الرياضيون المؤهلون للتنافس هم أولئك الرياضيون الذين لديهم إعاقة دائمية في الآتي من الأمثلة:

(أ) خلع الورك أو مفصل الورك.

(ب) عيب في أحد الطرفين السفليين أو كلاهما.
(ج) عدم ثبات (استقرار) الركبة بمقدار (1.5) سم يحركها للأمام أو للخلف.

ملاحظة: إن حالات الإعاقة المدرجة في الفقرات السابقة ليست محددة كما يجب إثبات حالة الإعاقة هذه بواسطة أشعة X أو بتقرير طبي يُسلَّم قبل المسابقة "المنافسة" إلى مصنفي الكرة الطائرة المخولين.

الباب الثاني

الاتصال الرياضي

في لعبة

الكرة الطائرة

دراسة تحليلية

المبحث الأول

أولاً: مفهوم الاتصال والاتصال الرياضي

ثانياً: عناصر الاتصال

ثالثاً: العوامل التي تساعد على نجاح عملية الأتصال

رابعاً: انواع الاتصال

خامساً: الدراسات المشابهة للدراسة التحليلية

سادساً: المصطلحات المستخدمة في الدراسة

سابعاً: محددات الدراسة

ثامناً: تساؤلات الدراسة

أولاً: مفهوم الاتصال والاتصال الرياضي

تتطلب طبيعة الألعاب الجماعية عمل مشترك وتعاون بين المدرب واللاعبين، وبين اللاعبين انفسهم، والذي يعكس نفسه على الأداء وبالتالي على النتيجة، كما إن العلاقة بين اللاعبين أثناء المباراة لا تعتمد على التدريب والأداء المهاري المشترك فحسب، لكن من خلال اتصال اللاعبين مع بعضهم أثناء المباراة سواء كان باللفظ او بالحركة والذي يعد وسيلة هامة لإحداث نوع من التفاهم والتفاعل فيما بينهم لتجاوز الأخطاء والتحفيز للوصول إلى الهدف الذي يسعى إليه الفريق بالفوز والحصول على افضل المراكز.

وهناك وسائل عديدة للاتصالات أثناء التدريب وأثناء المباريات والتي تدور بين اللاعبين، ولمعرفة هذه الاتصالات وعلاقتها بالنتائج، لابد من رصدها أثناء المباريات ومعرفة تأثيرها على النتائج. ولابد من تحليل المباريات للحصول على المعلومات التي تسهم في تطوير الفريق سواء في المجال الخططي أو المجال الانفعالي للوصول بالفرق الرياضية إلى الترابط والتلاحم بالعمل الجماعي (Team Work).

ومن خلال خبرتي الميدانية كوني لاعبة المنتخب الوطني بالكرة الطائرة ومدربة وحكم للعبة ومن خلال مشاهداتي الميدانية للبطولات، لاحظت بان الاندية التي تستخدم قواعد المعرفة والتفكير والاتصال خلال المباريات تسهم في تحقيق النتائج المنشودة بصورة متميزة وهذا مما يزيد من دافعهم للعطاء ودقة الاداء، والفرق التي لم تستخدم قواعد الاتصال المختلفة فقد ظهر ان هناك اختلاف واضح في الاداء والدقة وتحقيق الهدف المطلوب. ولاحظت ايضا ان هناك اتصالات تحدث بين اللاعبين أثناء المباراة تؤثر سلبا أو إيجابا على النتيجة ولكن هذه الاتصالات كانت كثيرة ومتعددة الأنواع الا انها غير موجهة نحو اللعب والنتيجة بالشكل السليم وهذا ما يدل على ان للاتصالات دور فاعل بين اللاعبين خلال المباريات والتي تسهم في تحقيق الانجازات الرياضية والفوز في المباريات ولكن

هذه الفعالية تحتاج بصورة مستمرة الى دراسة وتحليل هذه الاتصالات للوقوف على افضلها استخداما خلال اللعب بالاضافة الى كميتها ونوعيتها ليتسنى توجيه اللاعبين اليها مما يخدم الفريق. ولكي نصل الى المضمون العلمي لمنهجنا في تحليل المباراة ومعرفة الاتصال الرياضي في لعبة الكرة الطائرة عملت على توضيح العديد من المفاهيم الضرورية لكتابي بدء بمفهوم الاتصال وعناصره والعوامل التي تساعد على نجاح عملية الاتصال. كما استخدمت المنهج الوصفي واستمارة الاستكشاف كأداة لجمع البيانات وتحديد كمية ونوعية الاتصالات بين اللاعبين في مباريات الكرة الطائرة لفرق الدرجة الاولى المشاركة في احدى بطولات الدوري الممتاز في الاردن (عينة التحليل).

-ما الاتصال؟

تطرق العديد من العلماء والباحثين إلى تحديد مفهوم للاتصال وذلك وفقا لوجهة نظر كل واحد منهم وقد ارتأت الكاتبة الى توضيح بعضا من هذه المفاهيم وهي:

- وضح مهدلي (1997م) مفهوم الاتصال من الناحية اللغوية بأنه تعبير ورد من الكلمة اللاتينية (Communis) التي تعني في اللغة الإنكليزية (Common) أي مشترك أو اشتراك لان محاولة الاتصال أو التواصل تتطلب تأسيس اشتراكا مع شخص أو مجموعة من الأشخاص اشتراكا في المعلومات أو الأفكار أو الاتجاهات. ويضيف بان الاتصال هو "العملية أو الطريقة التي تنتقل بها الأفكار والمعلومات بين الناس داخل نسق اجتماعي معين يختلف من حيث الحجم ومحتوى العلاقات المتضمنة فيه".

- ويعرف شفيق وعكاشة (1997م) الاتصال بأنه "المشاركة في المعنى عن طريق وسائل مختلفة تلك التي تنتقل بها الأفكار والآراء والمعلومات والاتجاهات داخل نسق اجتماعي معين".
- أما أبو اصبح (1999م) فقد عرف الاتصال بأنه "عملية يقوم بها الشخص في ظرف ما بنقل رسالة ما تحمل المعلومات أو الآراء أو اتجاهات أو مشاعر إلى الآخرين لهدف ما، عن طريق الرموز بغض النظر عما قد يعترضها من تشويش".
- في حين ترى هالة منصور (2000م) إن موضوع الاتصال يعد من المفاهيم الجوهرية في مختلف العلوم الإنسانية بل والطبيعة أيضا فلم يقتصر الاهتمام به على مهنة بعينها أو تخصص بعينه وإنما تناوله كل فرع من فروع المعرفة من خلال زاوية اهتماماته الخاصة.

وبذلك يتوضح لنا أن للاتصالات أهمية كبيرة في لعبة الكرة الطائرة سواء كانت لفظية أو حركة وهذه الاتصالات قد تكون إيجابية تؤدي إلى فوز الفريق بالمباراة وقد تكون سلبية تؤثر على اللاعبين وقد تؤدي إلى الفوز أو خسارة المباراة.

ثانياً: عناصر الاتصال:

من خلال الاطلاع على تصنيف الباحثين لعناصر الاتصال يمكن استخلاص عناصر الاتصال التالية:

أ- المرسل

الشخص الذي يقوم بتحويل الرسالة إلى معلومات وهو النقطة التي تبدأ عندها عملية الاتصال وقد يكون المرسل فرداً أو جماعة مؤسسة اتصالية.

وفي المجال الرياضي فان المرسل هو اللاعب او الفريق الذي يقوم بتوضيح بعض الإجراءات الفنية خلال المباراة وذلك من خلال استخدام بعض الاشارات او الالفاظ التي تعبر عن الاتصال الذي يقوم به سواء كانت لتنفيذ خطة اللعب المرسومة وتحقيق الانجاز المطلوب.

ب-المستقبل

يقع على المستقبل دورا هاما في عملية الاتصال حيث يستقبل الرسالة المرتدة محاولا فهم الفكرة التي أراد المرسل إرسالها والتي تتوافق مع الهدف.
والمستقبل في المجال الرياضي يعني اللاعب المستقبل لعملية الاتصال التي اراد اللاعب المرسل ارسالها له لتحقيق الهدف.

ج-الرسالة أو المضمون

تحتوي الرسالة على معلومات أو آراء أو مشاعر أو اتجاهات يرغب المرسل بنقلها إلى الآخرين وتكون الرسالة لفظية أو غير لفظية أو مكتوبة او موجات صوتية أو إشارات تعبيرية أو إيماءات توضيحية أو حركات جسدية تعكس في النهاية معان مختلفة يعينها المتصل.
وان الرسالة المرسله من اللاعب في المجال الرياضي تكون لفظة او اشارات حركية يرسلها اللاعب المرسل الى اللاعب المستقبل وذلك لتنفيذ خطة اللعب والحصول على افضل النتائج.

د- قناة التوصيل

قناة التوصيل هي الطريقة التي يتم عن طريقها نقل الرسالة من المرسل إلى المستقبل وفي حالة الاتصال الشخصي يتم نقل الرسالة عن الطريق الشفوي وفي حالة الاتصال الجماهيري قد يتم نقلها عبر الكتاب أو المجلة أو الإذاعة أو

التلفزيون. اما الاتصال في الفرق الرياضية اثناء المباريات يتم عن طريق الاتصال اللفظي أو الاشارات الحركية.

هـ-التشويش

التشويش يعمل على تقليل عملية استقبال المعلومات ومهما كان نوع عملية الاتصال أو مستواها أو نوع الوسيلة المستخدمة فان هناك بعض عناصر التشويش التي يحتمل أن تتداخل في عملية الاتصال مما يمكن أن يؤثر في نجاحها. اما التشويش في المجال الرياضي قد يكون صادر من الجمهور او لاعبي الفريق الخصم .. مما يؤدي الى عدم نجاح عملية الاتصال.

و- الهدف

يجري القائم بعملية الاتصال لهدف ما قد يكون للتأثير في أفكار او مشاعر أو اتجاهات أو آراء المتلقين للرسالة. اما الهدف في المجال الرياضي يكون تنفيذ خطة اللعب وتحقيق الانجاز المطلوب للوصول الى افضل النتائج المنشودة.

ثالثا: العوامل التي تساعد على نجاح عملية الاتصال

يتوقف نجاح عملية الاتصال على نجاح كل العناصر في أداء الدور المطلوب منها وان العوامل التي تساعد على نجاح عملية الاتصال هي:

أ-عوامل متصلة بالمرسل:

يعد المرسل من أهم العوامل المؤثرة في نجاح أي عملية اتصالية ومن ثم الوصول إلى تحقيق الأهداف التي يسعى المرسل الى تحقيقها. ومن أهم العوامل الواجب توفرها في المرسل حتى يتحقق الاتصال ما يلي:

- أن يكون المرسل موضع ثقة من المستقبل باعتبار إن هذه الثقة تعد الأساس الذي يبنى المستقبل تفاعله.
- أن تتوفر لديه مهارات اتصالية عالية، وذلك عن طريق استخدام عنصريها اللفظي والغير اللفظي الأمر الذي ينعكس على مدى قدرته في صياغة الرسالة المعبرة عن هدفه بوضوح.
- التوقيت السليم للاتصال: اختيار الوقت الملائم الذي يمكن فيه إتمام الاتصال والمقصود بالتوقيت السليم هو الوقت المناسب للمرسل إليه وليس الوقت المناسب للراسل نفسه أو على الأقل الوقت المناسب للطرفين أي عدم إهمال طرف على حساب الطرف الآخر وخاصة إن المرسل إليه هو الطرف المطلوب الاتصال به.

ان العوامل اعلاه في المجال الرياضي هي عوامل متصلة باللاعب المرسل القائم بعملية الاتصال.

ب-عوامل متصلة بالرسالة:

عند إعداد الرسالة الاتصالية يجب مراعاة بعض الشروط لضمان استجابة المستقبل لها.
- أن يتناسب موضوع الرسالة مع المستقبل من حيث اهتمامه ودرجة استيعابه ومستوى إدراكه وتلبية احتياجاته.
- حسن صياغتها وتضمينها عنصر التشويق والإثارة الذي يخاطب إدراك المستقبل ويضمن قوة تفاعله معها، بالإضافة إلى حسن استخدام النسق الرمزي بما يتلائم وهدف الرسالة وطبيعة المستقبل لها.
في المجال الرياضي يكون هدف الرسالة هو تنفيذ الخطة الفنية للأداء الجماعي وذلك للوصول الى تحقيق الانجاز والحصول على الفوز.

ج-عوامل متصلة بالمستقبل:

- مستوى الإدراك الحسي للمستقبل والمتمثل في حواسه من سمع، بصر، لمس، تذوق، باعتبار إنها الطريق إلى التعرف على الرسالة. فإذا كانت هذه الحواس معطلة لسبب أو لآخر فإن ذلك يمثل عائقا لا يمكن التغلب عليه مهما بذل المرسل من جهد في إعداد رسالته.
- الظروف المحيطة باللاعب المستقبل للرسالة: حيث تدعم هذه الظروف من نوعية رسائل معينة وتكسبه قوة وقدرة على التأثير.
- دافعية اللاعب المستقبل للرسالة إلى المعرفة، كلما سعى إليها هو بنفسه دون غيرها من الرسائل وذلك طبقا لدوافعه أو حاجاته التي يريد إشباعها.
- والعوامل أعلاه في المجال الرياضي هي عوامل متصلة باللاعب الذي يقوم باستقبال الملاحظات والاشارات داخل الملعب لتساعده في تحقيق الهدف وتنفيذ الخطة المرسومة من قبل المدرب بطريقة سليمة.

د-عوامل متصلة بوسائل الاتصال:

- لكل وسيلة من وسائل الاتصال مزاياها وعيوبها. حيث يجب على المرسل أن يختار الوسيلة التي تصلح لتمام الاتصال بنجاح فقد تكون بعض الوسائل غير ملائمة لبعض عمليات الاتصال ليس لسبب فيها بل لان المرسل إليه لا يستوعب هذه الوسيلة أو لا يستطيع أن يتجاوب معها.
- وفي المجال الرياضي فيجب على اللاعب المرسل لعملية الاتصال ان يختار الوسيلة المناسبة سواء كانت لفظية او إشارات حركية والتي يتجاوب معها اللاعب المستقبل لعملية الاتصال للوصول الى تحقيق الهدف المطلوب.

رابعاً: أنواع الاتصال:

- يشير أبو اصبح (1999) إلى انه يمكن تقسيم الاتصال من حيث حجم المشاركين في العملية الاتصالية إلى الأنواع التالية:
- الاتصال الذاتي **Individual Communication**: وهو الاتصال الذي يتم بين الشخص ذاته وفي المجال الرياضي يكون الاتصال الذاتي (اتصال اللاعب مع نفسه).
 - الاتصال بين شخصين **Tow Parties Communication**: وهو الاتصال الثنائي بين شخصين وفي المجال الرياضي يكون الاتصال لاعب مع لاعب.
 - الاتصال بين الأشخاص **Interpersonal Communication**: وهو الاتصال الذي يتم بين مجموعة من الأفراد كالأسرة أو مجموعة أصدقاء. وفي المجال الرياضي يكون الاتصال (لاعب مع أكثر من لاعب) أو بين اللاعبين جميعاً.
 - الاتصال بين الجماعة ذاتها **Intergroup Communication**: وهو الاتصال الذي يتم بين جماعة محددة مثل جماعة العمل، جماعة النادي أو ما شابه. وفي المجال الرياضي يكون الاتصال بين جماعة النادي الرياضي أو بين أعضاء فريق النادي جميعاً.
 - الاتصال بين الجماعات **Communication between Groups**: وهو الاتصال الذي يتم بين أكثر من جماعة، مثل اتصال فرق رياضية لنادية مختلفة في مهرجان رياضي.
 - الاتصال التنظيمي **Organizational Communication**: وهو الاتصال الذي يتم داخل المؤسسات والمنظمات أو الذي يتم بين المؤسسات المختلفة.
 - اتصال بالجمهور (اتصال تام) **Public Communication**: وهو اتصال يشمل جمهوراً في حجمه أكبر من حجم الجماعة ونوعية جمهوره الغير متجانسة. مثل زوار المسرح، أو مشاهدي كرة القدم، أو الذين يذهبون للاستماع إلى خطاب في ندوة جماهيرية.

خامسا: الدراسات المشابهة للدراسة التحليلية:

قدم العديد من الباحثين في مجال الاتصال الرياضي في لعبة كرة الطائرة العديد من الدراسات فقد أجرت هنين (Hanin, 1972)، دراسة هدفت إلى التعرف على كمية ونوعية الاتصالات الكلامية التي تصدر خلال المباريات وارتباطها بالفوز والخسارة، حيث أجريت هذه الدراسة على عينة من فرق الولايات المتحدة الأمريكية وفرق الاتحاد السوفيتي. ومن خلال مباراة واحدة بالكرة الطائرة أقيمت لفريقي من الاتحاد السوفيتي تم رصد الاتصالات الكلامية بين اللاعبين، فقد توصلت الباحثة إلى النتائج بان (66%) من الكلام كان إيجابيا وحافزا للفوز. في حين كان الاتصال السلبي (34%) يعود للخسارة سواء للنقطة أو الإرسال.

أما دراسة سيدنتوب (Sedentop, 1978)، أجريت على عينة تكونت من مباراة لفريق الولايات المتحدة الأمريكية بالكرة الطائرة شملت الأشواط الخمسة للمباراة، توصل الباحث إلى أن عدد الاتصالات في حالة استمرار اكتساب النقاط اقل منها في حالة فقدانها بالنسبة للفريق الفائز بالشوطين الأول والثاني و أن الفريق الفائز في الشوط الثالث سجل اتصالات كلامية اقل من الأشواط السابقة. وقد توصل الباحث أيضا إلى أن الفريق الخاسر سجل اتصالات كلامية في الأشواط الأولى والثاني والثالث اكثر من الفريق الفائز وازداد اتصالاته من شوط إلى آخر. كما دلت النتائج أيضا إلى أن الاتصالات تزداد بالشوط الحاسم حيث ارتفع معدل الاتصال بالشوط الرابع إلى (239) اتصالا، بينما كان معدل الاتصال بالأشواط الثلاثة (62) اتصالا.

قام حمدان (1987م)، بدراسة هدفت إلى تحليل الاتصالات الكلامية عند لاعبي الكرة الطائرة، حيث أستخدم الباحث المنهج الوصفي بطريقة العلاقات الارتباطية النسبية، وقد تمّ استخدام الملاحظة عن طريق إستمارة لتسجيل الاتصالات الكلامية، وأشارت نتائج الدراسة الى وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى 0.05 حيث كانت هناك زيادة في الاتصالات اللفظية في حالة الفوز عنها

في حالة الخسارة، في حين لم تحقق بعض الفرق الأخرى دلالات إحصائية، كما أشارت النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائية في الاتصالات اللفظية لدى الفرق المشاركة في البطولة والبالغ عددها (7) فرق. ومن خلال الاستعراض المرجعي للبحوث والدراسات السابقة بالكرة الطائرة والتي تتحدد أهدافها في محاولة التعرف على كمية الاتصالات أثناء المباراة وعلاقتها بالفوز والخسارة كدراسة حنين (Hanin 1972) وحمدان (1987م)، فقد أظهرت نتائج هذه الدراسات على وجود علاقة بين الاتصالات اللفظية الإيجابية والفوز وبين الاتصال السلبي والخسارة اما دراسة سيدنتوب (Sedentop, 1978). فقد أظهرت نتائج هذه الدراسة بان عدد الاتصالات في حالة اكتساب النقاط اقل منها في حالة فقدانها وبينت النتائج ايضا بان الفريق الخاسر قد سجل اتصالات كلامية اكثر من الفريق الفائز، وقد استخدم الباحثون في دراساتهم المنهج الوصفي والمعالجات الاحصائية المناسبة كالنسب المئوية والمتوسطات الحسابية واختبار T-test، كما كانت عينة الدراسة لديهم من لاعبي اندية الدرجة الأولى. وفي ضوء هذه الدراسات فقد اتضح بان هناك اتفاق بين نتائج دراسة كل من حنين (Hanin, 1972) وحمدان (1987م) ودراسة الكاتبة والتي تدور حول العلاقة المتبادلة بين الاتصالات الايجابية والفوز والاتصالات السلبية والخسارة. ويمكن القول بان الاطلاع على الدراسات السابقة والاجراءات العلمية المستخدمة كان عوناً في فهم عمق المشكلة وفي اختيار وسائل جمع البيانات وعينة الدراسة والمنهج المناسب مما يسهل عملية استخدام افضل الأساليب الإحصائية المناسبة. وقد تميزت دراسة الكاتبة عن غيرها من الدراسات بأنها قامت بتحليل ودراسة الاتصالات الحركية التي يؤديها لاعبو الكرة الطائرة.

سادسا: المصطلحات المستخدمة في الدراسة:

الاتصال: عبارة عن عملية تبادل أو نقل المعلومات التي تتم بين اللاعبين أعضاء الفريق الواحد أثناء المباراة من خلال أسلوب تعبيرى سواء كان لفظي أو حركي بقصد تحفيز أو نقد عمل ما تم القيام به أو سوف يتم أو عملية تفاهم ما لتنفيذ خطة معينة.

◆ **الاتصال اللفظي:** هو الاتصال الكلامي بين اللاعبين وينقسم إلى قسمين:

- **الاتصال اللفظي الإيجابي:** هو عبارة عن عبارات كلامية إيجابية تحدث بين اللاعبين قبل أو بعد أداء ضرب ساحق أو إرسال حائط صد ناجح أو عند إعداد خطة اللعب من قبل المعد واللاعبين بصورة موفقة. مثل عبارة (احسنت- ممتاز-لامام يا شباب- ابدعت- كنت سوبر) وغيرها.

- **الاتصال اللفظي السلبي:** هو عبارة عن عبارات كلامية سلبية تحدث بين اللاعبين قبل أو بعد أداء ضرب ساحق أو إرسال أو حائط صد غير ناجح أو عدم تنفيذ خطة اللعب بصورة موفقة من قبل اللاعبين. مثل عبارة (ماذا فعلت- ماذا حدث لك- سئ- ما هذه الفوضة) وغيرها.

◆ **الاتصال الحركي:** هو الاتصال المبني على الإشارة أو الحركة بين اللاعبين والتي تعبر عن سلوك معين وينقسم الى قسمين:

- **الاتصال الحركي الإيجابي:** هو عبارة عن إشارات حركية إيجابية تحدث بين اللاعبين قبل أو بعد أداء ضرب ساحق أو إرسال أو حائط صد ناجح أو تنفيذ خطة اللعب موفقة من قبل اللاعب أو أعضاء الفريق. مثل (إشارة بيد واحدة مع الزميل -إشارة باليدين مع الزميل- وضع يد اللاعب على رأس زميله - القفز الى الاعلى تدل على البهجة- قيام اللاعب بعمل دحرجة امامية أو خلفية تدل على البهجة- اشارات تعبيرية بالوجه تدل على السعادة والرضا عن الاداء وغيرها.

والملاحق (1) يوضح بعض الإشارات الحركية الإيجابية التي تحدث بين المعد واللاعبين لتنفيذ خطة اللعب.

- الاتصال الحركي السلبي: هو عبارة عن إشارات حركية سلبية تحدث بين اللاعبين قبل أو بعد أداء ضرب ساحق غير موفق أو إرسال وحائط صد غير ناجحين أو عدم تنفيذ خطة اللعب بصورة موفقة من قبل اللاعبين. مثل اشارة رفع اليد الى الاعلى تدل على عدم الرضا للزميل القائم باي مهارة غير موفقة - اشارات تعبيرية على الوجه تدل على عدم الرضا لاي زميل ادى مهارة غير ناجحة - وغيرها.

◆ تحليل المباراة: هو عبارة عن أسلوب يتخذه المدرب من اجل معرفة نقاط القوة والضعف لدى فريقه والفريق المنافس لتلافي النقص الحاصل في مستوى فريقه من خلال استخدام أساليب مختلفة.

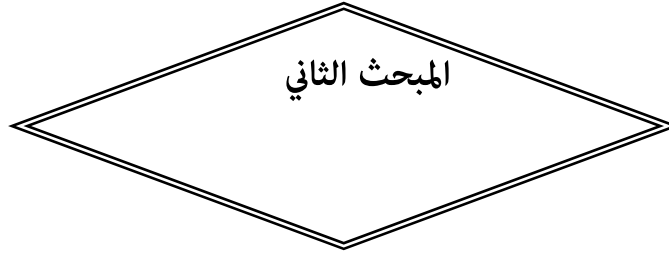
سابعاً: محددات الدراسة:

- 1-المجال البشري: تم تطبيق الدراسة على لاعبي فرق أندية الدرجة الأولى للكرة الطائرة المشاركين بالدوري والمسجلين في قيود الاتحاد الأردني لكرة الطائرة (2000م).
- 2-المجال المكاني: تم تصوير ورصد مباريات الدوري في الكرة الطائرة لنادية الدرجة الأولى في الأردن لعام (2000م) في قصر الرياضة بمدينة الحسين للشباب في عمان.
- 3-المجال الزمني: تم تصوير مباريات الكرة الطائرة للدرجة الأولى في مواعيد مختلفة للمدة بين 2000/4/2م - 2000/7/30م وفق جدول المباريات الصادر من الاتحاد الأردني للكرة الطائرة لعام (2000م) لمرحلتي الذهاب والإياب وبلغ عدد المباريات التي صورت (12) مباراة بواقع مباراتان لكل نادي والملاحق (2) يوضح ذلك.

4- تتحدد نتائج الدراسة بالأداة المستخدمة في جمع البيانات.

ثامنا: تساؤلات الدراسة

- 1- ما كمية ونوعية الاتصالات داخل اشواط مباريات الكرة الطائرة لفرق الدرجة الأولى في الأردن؟
- 2- هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية في كمية ونوعية الاتصالات بين فرق أندية الدرجة الأولى في الأردن؟
- 3- هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية في كمية ونوعية الاتصالات بين لاعبي الفريق نفسه يعزى لمتغير المرحلة؟
- 4- هل هناك علاقة بين كمية ونوعية الاتصال ونتائج المباريات لدى الفرق المشاركة في دوري أندية الدرجة الأولى بالكرة الطائرة مجتمعة في عام 2000.



اولا: اجراءات الدراسة

ثانيا: عرض النتائج ومناقشتها

ثالثا: الاستنتاجات والتوصيات

أولاً: إجراءات الدراسة

أ- منهج الدراسة

استخدام المنهج الوصفي اسلوب الدراسات التحليلية لملاءمته وطبيعة الدراسة.

ب- مجتمع الدراسة

قسم مجتمع الدراسة الى قسمين:

1-المجتمع الأول: يتكون من مجموعة الاندية المشاركة في بطولة دوري الكرة الطائرة للدرجة الاولى لعام 2000م تمثل (7) اندية وهي (الوحدات، شباب الحسين، العودة، الكرمل، البقعة، الحسين اربد والتعاون).

2-المجتمع الثاني: يتكون من (36) مباراة اقيمت بين (7) اندية من الدرجة الاولى للموسم (2000) حيث لعبت في مرحلة الذهاب (21) مباراة وفي الاياب لعبت (15) مباراة بعد انسحاب نادي التعاون وكما هو موضح في الجدول (1).

الجدول (1)

مجتمع الدراسة من حيث عدد المباريات التي لعبها كل فريق

| الأندية | عدد مباريات الذهاب | عدد مباريات الإياب | مجموع المباريات |
|-------------|--------------------|--------------------|-----------------|
| الوحدات | 6 | 5 | 11 |
| شباب الحسين | 6 | 5 | 11 |
| العودة | 6 | 5 | 11 |
| البقعة | 6 | 5 | 11 |
| الحسن اربد | 6 | 5 | 11 |
| الكرمل | 6 | 5 | 11 |
| التعاون | 6 | - | 6 |

ج-عينة الدراسة

تم اختيار (12) مباراة من (6) فرق بعد انسحاب نادي التعاون بالطريقة العشوائية بواقع مباراة لمرحلة الذهاب ومباراة لمرحلة الاياب لكل نادي وبنسبة مئوية 33.33% من مجتمع الدراسة وكما موضح في الجدول (2).

الجدول (2)

توصيف عينة الدراسة

| عدد المباريات | المباريات التي خاضتها الأندية المحللة إحصائيا | | الأندية المحللة إحصائيا |
|---------------|---|--------------|-------------------------|
| | مرحلة الإياب | مرحلة الذهاب | |
| 2 | شباب الحسين | العودة | الوحدات |
| 2 | الكرمل | العودة | شباب الحسين |
| 2 | الوحدات | البقعة | العودة |
| 2 | العودة | الوحدات | البقعة |
| 2 | العودة | البقعة | الحسين اربد |
| 2 | شباب الحسين | البقعة | الكرمل |
| 12 | 6 | 6 | المجموع الكلي |

د- أداة الدراسة

تم اتباع الإجراءات التالية للحصول على البيانات والمعلومات التي تحقق أهداف الدراسة.
1- تم مراجعة الكتب والمراجع العلمية المرتبطة بموضوع الدراسة وذلك من خلال الاطلاع على المراجع التي أعدها كل من حسنين (1997م)، علاوي (1998م)، أبو أصبع (1999م)، ومنصور (2000م).

2- تم مراجعة الأدوات المستخدمة في جمع البيانات في الدراسات والبحوث العلمية السابقة كدراسة حنين (1972م)، سيدنتوب (1978م).

- بناء على مراجعة الأبحاث والدراسات السابقة تم استخدام أجهزة فيديو دقيقة لرصد كافة الاتصالات التي تحدث بين لاعبي كرة الطائرة.

مواصفات أجهزة الفيديو التي استخدمت:

1-Digital Video Camera Recorder

Sony (Digital 8)

DCR – TRV 520E

Model: 2000

2-Sony Handycan 8

DCR – TRV 3/0

Model: 199

- أعدت استمارة استكشاف كما هو مبين في ملحق (3) بصورتها الأولية، للحصول على البيانات و المعلومات حيث قامت الباحثة بعد التصوير بتحليل المباريات من خلال الملاحظة العلمية وتسجيل الملاحظات والبيانات على الاستمارة.

هـ- المعاملات العلمية الاستمارة

- صدق الاستمارة

تم استخدام صدق المحتوى عن طريق عرض أداة الدراسة (الاستمارة) على هيئة من المحكمين مكونة من تسعة محكمين من حملة الدكتوراه والماجستير في التربية الرياضية كما هو موضح في ملحق (4) لبدء الرأي حول تناسب أداة الدراسة.

وبعد ذلك تم إجراء التعديلات التي ارتأها المحكمون ضرورة للدراسة ومن ثم اخرجت استمارة الاستكشاف بصورتها النهائية كما مبين في ملحق (5) وتم إعادة عرضها على الخبراء أنفسهم وتمت الموافقة عليها.

- موضوعية الاستمارة

تم اختيار مجموعة من المساعدين، وتدريبهم جيدا على كيفية الحصول على البيانات لتثبيتها على استمارة الاستكشاف، وقد تم عرض احدى المباريات عليهم وهي مباراة (البقعة والعودة) حيث قاموا بتفريغ البيانات على الاستمارة، وقد وجد انه هناك اتفاق كبيرا بين المساعدين اذ بلغ معامل الارتباط 0.85 مما يدل على موضوعية الاختبار.

- خطوات إجراء الدراسة

تم اتباع الاجراءات التالية:

- تم الحصول على كتاب تسهيل مهمة من كلية التربية الرياضية بتاريخ 2000/3/26م، موجه للاتحاد الاردني لكرة الطائرة. وذلك لتصوير مباريات دوري 2000م. للمرحلتين الذهاب والإياب للفترة من 2000/4/2م ولغاية 2000/7/30م. لأغراض البحث و الدراسة.
- حصلت الموافقة من المعنيين في قصر الرياضة بالسماح للكاتب بالدخول إلى القصر دون أي عائق لأغراض تصوير مباريات الدوري ضمن الفترة المحددة.
- تم الحصول على كتاب تسهيل مهمة من كلية التربية الرياضية بتاريخ 2001/3/13م موجه الى الاتحاد الاردني لكرة الطائرة، لاستخراج استمارات دوري أندية الدرجة الاولى 2000م.
- تم تصوير المباريات على أشرطة الفيديو وكانت الكاتبة تلاحظ وتراقب الاتصالات وتسجلها صوتيا مع الصورة.

- وأخيرا تم تحليل المباريات على الفيديو وذلك من خلال عرض المباراة المراد تحليلها والقيام بتحليل كل شوط من المباراة وتدوين البيانات المتمثلة بمتغيرات الاتصال اللفظي ومتغيرات الاتصال عن طريق الإشارات وذلك باستمارة الاستكشاف التي خصصت لذلك والجدولين (3 و4) يوضحان ذلك.

الجدول (3)

المباريات التي تم تحليلها في مرحلة الذهاب

| النسبة المئوية لعدد الأشواط | زمن المباراة | عدد الأشواط | النتيجة | الفاز | التاريخ | المباراة |
|-----------------------------------|--------------|----------------|---------|---------|-----------|---------------------|
| 12.64 | د 63 | 3 | 0/3 | البقعة | 2000/4/2 | الحسين اربد+ البقعة |
| 22.72 | د 101 | 5 | 2/3 | البقعة | 2000/4/6 | العودة+البقعة |
| 13.64 | د 64 | 3 | 0/3 | الوحدات | 2000/4/8 | الوحدات+العودة |
| 13.64 | د 62 | 3 | 0/3 | البقعة | 2000/4/10 | الكرمل+البقعة |
| 13.64 | د 63 | 3 | 0/3 | الوحدات | 2000/4/14 | البقعة+الوحدات |
| 22.72 | د111 | 5 | 2/3 | العودة | 2000/4/20 | شباب الحسين+ العودة |
| %100 | | 22 | | | | المجموع |

الجدول (4)

المباريات التي تم تحليلها في مرحلة الإياب

| النسبة المئوية لعدد الأشواط | زمن المباراة | عدد الأشواط | النتيجة | الفائز | التاريخ | المباراة |
|--------------------------------|--------------|-------------|---------|----------------|-----------|--------------------------|
| 18.52 | 103د | 5 | 2/3 | شباب الحسين | 2000/5/11 | شباب الحسين + الكرمل |
| 18.52 | 103د | 5 | 2/3 | شباب الحسين | 2000/5/11 | الكرمل + شباب الحسين |
| 18.52 | 115د | 5 | 2/3 | العودة | 2000/5/11 | البقعة+العودة |
| 14.81 | 81د | 4 | 1/3 | الوحدات | 2000/5/15 | العودة+الوحدات |
| 11.11 | 64د | 3 | 0/3 | الوحدات | 2000/5/23 | الوحدات + شباب الحسين |
| 18.52 | 109 | 5 | 2/3 | العودة | 2000/5/23 | الحسين اربد+ العودة |
| %100 | | 27 | | | | المجموع |

ي- متغيرات الدراسة

* متغيرات مستقلة

أندية الدرجة الأولى لدوري 2000م وهي:

أ-الوحدات -شباب الحسين- العودة- الكرمل - البقعة- الحسين اربد

ب-المرحلة (ذهاب وإياب).

* متغيرات تابعة

أ-الاتصالات

1-الاتصال اللفظي

- لاعب يتصل مع لاعب (إيجابي- سلبي)

- لاعب يتصل مع اكثر من لاعب (إيجابي- سلبي)
- لاعب يتصل مع نفسه (إيجابي- سلبي)

2- الاتصال عن طريق الإشارات الحركية

- لاعب يتصل مع لاعب (إيجابي- سلبي)
- لاعب يتصل مع اكثر من للاعب (إيجابي- سلبي)
- لاعب يتصل مع نفسه (إيجابي- سلبي)

ب- نتائج المباريات في مرحلتي الذهاب والاياب

ح- المعالجة الاحصائية

للإجابة على تساؤلات الدراسة تم استخدام معالجات إحصائية متعددة على النحو التالي:

- 1- للإجابة على التساؤل الاول تم استخدام النسب المئوية والمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية.
- 2- للإجابة على التساؤل الثاني تم استخدام تحليل التباين الأحادي (ANOVA one way) متبوعا باختبار (اقل فرق معنوي) Least Significant Difference (L.S.D) للمقارنات البعدية لابعاد الدراسة الدالة احصائيا.
- 3- للإجابة على التساؤل الثالث تم استخدام المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية واختبار t.Test لايجاد دلالة الفروق في كمية الاتصالات.
- 4- للإجابة على التساؤل الرابع تم استخدام معامل ارتباط بيرسون (correlation Person) لإيجاد العلاقة بين كمية الاتصال ونتائج المباريات.

ثانياً: عرض النتائج ومناقشتها

هدفت هذه الدراسة الى تحليل الاتصالات ونوعيتها سواء كانت لفظية او حركية بين لاعبي كرة الطائرة للفرق المشاركة في الدوري الممتاز لعام 2000م. وعلى ضوء أهداف الدراسة وتساؤلاتها تم اجراء المعالجات الاحصائية للبيانات التي تم الحصول عليها من خلال تصوير الفيديو للمباريات والتقييم الذاتي للكاتبه للاتصالات من خلال استمارة الاستكشاف.

وفيما يلي عرض النتائج وفقاً لتسلسل تساؤلات الدراسة.

التساؤل الأول:

ما هي كمية ونوعية الاتصالات بين اللاعبين داخل اشواط مباريات الكرة الطائرة لفرق الدرجة الأولى في الأردن؟

للإجابة على هذا التساؤل تم استخدام النسب المئوية والمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية كما هو موضح في الجدول (5، 6، 7، 8).

الجدول (5)

النسب المئوية لكمية ونوعية الاتصالات لمرحلتى الذهاب والاياب

للفرق المشاركة في دوري 2000

ن=12

| اتصال حركي | | | اتصال لفظي | | | الاتصالات النادي |
|--------------|----------------------|--------------|--------------|----------------------|--------------|---------------------|
| لاعب مع نفسه | لاعب مع اكثر من لاعب | لاعب مع لاعب | لاعب مع نفسه | لاعب مع اكثر من لاعب | لاعب مع لاعب | |
| الوحدات | | | | | | |
| 177 | 322 | 284 | 61 | 316 | 239 | اتصال إيجابي |
| 17.22 | 15.86 | 13.25 | 13.15 | 16.52 | 12 | % |
| 103 | 15 | 30 | 6 | 4 | 23 | اتصال سلبي |
| 11.03 | 11.81 | 10.34 | 2.49 | 3.7 | 8.55 | % |
| شباب الحسين | | | | | | |
| 258 | 466 | 463 | 140 | 441 | 449 | اتصال إيجابي |
| 25.1 | 22.95 | 21.61 | 30.17 | 21.48 | 22.53 | % |
| 256 | 5 | 40 | 33 | 5 | 32 | اتصال سلبي |
| 27.4 | 3.94 | 13.79 | 13.69 | 4.63 | 11.9 | % |
| العودة | | | | | | |
| 117 | 276 | 316 | 44 | 272 | 298 | اتصال إيجابي |
| 11.39 | 13.6 | 14.75 | 9.48 | 14.23 | 14.95 | % |
| 166 | 26 | 40 | 50 | 26 | 45 | اتصال سلبي |
| 17.77 | 20.47 | 13.79 | 20.75 | 24.07 | 16.73 | % |

| الكرمل | | | | | | |
|-------------|-------|-------|-------|-------|-------|-----------------------------|
| 152 | 330 | 398 | 56 | 300 | 349 | اتصال إيجابي |
| 14.78 | 16.26 | 18.75 | 12.06 | 15.69 | 17.51 | % |
| 114 | 21 | 42 | 70 | 19 | 41 | اتصال سلبي |
| 12.21 | 16.54 | 14.49 | 29.05 | 17.59 | 15.24 | % |
| البقعة | | | | | | |
| 165 | 319 | 337 | 76 | 356 | 372 | اتصال إيجابي |
| 16.05 | 15.71 | 15.73 | 16.39 | 18.6 | 18.66 | % |
| 169 | 23 | 68 | 37 | 12 | 32 | اتصال سلبي |
| 18.1 | 18.11 | 23.45 | 15.35 | 11.12 | 11.9 | % |
| الحسين اريد | | | | | | |
| 159 | 317 | 345 | 87 | 258 | 286 | اتصال إيجابي |
| 15.46 | 15.62 | 16.09 | 18.75 | 13.48 | 14.35 | % |
| 126 | 37 | 70 | 45 | 42 | 96 | اتصال سلبي |
| 13.49 | 29.13 | 24.14 | 18.67 | 38.89 | 35.68 | % |
| 1028 | 2030 | 2143 | 464 | 1913 | 1993 | المجموع للاتصال الايجابي |
| 934 | 127 | 290 | 241 | 108 | 269 | المجموع للاتصال السلبي |

يتضح من خلال الجدول (5) بان اكبر كمية اتصالات إيجابية (للاعب مع لاعب) كانت لفريق

شباب الحسين حيث حصل على (449) اتصال بنسبة

22.53% من مجموع الاتصالات الكلي، ويليه فريق البقعة الذي حصل على (372) اتصال أي ما نسبته 18.66%، يليه فريق الكرمل (349) اتصال بنسبة 17.51% ثم تلاه فريق العودة الذي حصل على (298) اتصال بنسبة 14.95%، فيما حصل نادي الحسين/اربد على (286) اتصال بنسبة 14.35% اما نادي الوحدات فقد حصل على (239) اتصال بنسبة 12%، وهذا يدل على ان فريق الوحدات هو اقل الفرق اتصالا (للاعب مع لاعب) وحسب الجدول اعلاه، حيث نجد ان عدد الاشواط التي لعبها كل فريق كانت على التوالي كما هو موضح في الجدول (3، 4) فقد بلغ عدد الاشواط التي لعبها فريق الوحدات (6) اشواط خلال المرحتين وهو اقل عدد من الاشواط، اما فريق (الكرمل، البقعة، الحسين اربد) فقد بلغ عدد الاشواط لكل فريق (8) اشواط خلال المرحتين. بينما بلغ عدد الاشواط لفريق العودة (9) اشواط واخيرا كانت عدد اشواط فريق شباب الحسين لعب (10) اشواط خلال المرحتين وهو اكثر الفرق حصل على عدد من الاشواط بين الفرق.

أما بالنسبة للاتصالات اللفظية السلبية (للاعب مه لاعب)، فقد وجد ان فريق الحسين/ اربد حصل على أكبر عدد لهذا النوع من الاتصال حيث بلغ (96) اتصال وبنسبة 35.68% والذي حصل على الترتيب الأخير في الدوري بينما حصل فريق العودة على (45) اتصال وبنسبة 16.73%، ويليه فريق الكرمل الذي حصل على (41) اتصال وبنسبة 15.24%، ثم يليه فريقي شباب الحسين والبقعة اللذان تساوى في عدد الاتصالات لهذا النوع فقد حصلا على (32) اتصالا وبنسبة 11.9%، اما نادي الوحدات والحاصل على المركز الاول في الدوري حصل على اقل عدد من الاتصال وبلغ (23) اتصال بنسبة 8.55%.

أما بالنسبة للاتصالات اللفظية الإيجابية التي تمت ما بين (لاعب مع أكثر من لاعب) فقد حصل فريق شباب الحسين على أعلى عدد من هذا الاتصال حيث بلغ (411) بنسبة 21.48% وهي أعلى نسبة إيجابية لجميع الفرق حيث وجد ان هذا الفريق حصل على المركز الثاني في البطولة. كما بلغ عدد الاتصالات لهذا

النوع للفرق التالية (البقعة، الوحدات، الكرمل، العودة، الحسين اربد)، على التوالي (356)، (316)، (300)، (272)، (258) وبنسب على التوالي (18.6%)، (16.52%)، (15.69%)، (14.23%)، (13.48%)، ونجد ان فريق الحسين اربد قد حصل على المركز الاخير في الدوري، وهذا يدل على عدم استخدام الاتصالات اللفظية الايجابية قد يكون لها علاقة في حصولهم على المركز الاخير في الدوري. وفيما يتعلق بالاتصال اللفظي/ السلبي (للاعب مع اكثر من لاعب) فقد كانت أعلى نسبة لفريق الحسين اربد الذي حصل على المركز الاخير في الدوري إذ حصل على (42) اتصالا بنسبة 38.89%، تلاه فريق العودة حيث حصل على (26) اتصالا بنسبة 24.07%، ثم فريق الكرمل حصل على (19) اتصال بنسبة 17.59% فيما حصل فريق البقعة على (12) اتصال بنسبة 11.12%، تلاه فريق شباب الحسين وحصل على (5) اتصالات فقط بنسبة 4.63%، فيما كان ترتيب نادي الوحدات الذي حصل على بطولة الدوري في المركز السادس ضمن هذا النوع من الاتصال اذ حصل على (4) اتصالات سلبية فقط بنسبة 3.7%.

أما الاتصالات التي تمت باتصال لفظي/ إيجابي (للاعب مع نفسه) فقد كانت أعلى نسبة لفريق شباب الحسين إذ بلغت (140) اتصالا بنسبة 30.17% تلاه فريق الحسين/ اربد حيث حصل على (87) اتصالا بنسبة 18.75%، وحصل فريق البقعة على (76) اتصال بنسبة 16.39% فيما حصل فريق الوحدات على (61) اتصال بنسبة 13.15%. أما الكرمل حصل على (56) اتصال بنسبة 12.06%. ويأتي فريق العودة اخيرا اذ حصل على (44) اتصال بنسبة 9.48%.

أما بالنسبة للاتصالات اللفظية/ السلبية (للاعب مع نفسه) فقد كانت أعلى نسبة لفريق الكرمل إذ حصل على (70) اتصالا بنسبة مئوية 29.05%، ثم فريق العودة اذ حصل على (50) اتصال بنسبة 20.75%، يليه فريق الحسين/ اربد حصل على (45) اتصالا بنسبة 18.67%، يليه نادي البقعة الذي حصل على (37)

اتصال بنسبة 15.35%، ثم نادي شباب الحسين حصل على (33) اتصال بنسبة 13.69% واخيرا نادي الوحدات حصل على (6) اتصالات فقط بنسبة 2.49%.

ويتضح من خلال الجدول (5) الاتصالات الحركية الإيجابية للفرق حيث يظهر ان الاتصالات الحركية لفريق شباب الحسين (للاعب مع لاعب/ إيجابي) بلغت (463) اتصالا بنسبة 21.61%، في حين حصل فريق الكرمل على (398) اتصالا بنسبة 18.75%، يليه فريق الحسين/ اربد حصل على (345) اتصالا بنسبة 16.09% ثم فريق البقعة إذ حصل على (337) اتصالا بنسبة 15.73%، اما فريق العودة فقد حصل على (316) اتصالا بنسبة 14.75%، واخيرا فريق الوحدات حيث حصل على (284) اتصالا بنسبة 13.25%.

فيما يتعلق بالاتصال الحركي/ السلبي الذي تم بين (لاعب مع لاعب) فقد حصل نادي الحسين/ اربد على الترتيب الاول في هذا النوع من الاتصال حيث حصل على (70) اتصالا بنسبة 24.14%، فيما كان ترتيب نادي البقعة الثاني وحصل على (68) اتصالا بنسبة 23.45%، والكرمل ثالثا حصل على (42) اتصالا بنسبة 14.49%، أما العودة وشباب الحسين فكان ترتيبهم الرابع في هذا النوع من الاتصال حيث حصلوا على (40) اتصالا وكانت النسبة المئوية لهما 13.79%، واحتل فريق الوحدات المرتبة الاخيرة اذ حصل على (30) اتصالا بنسبة 10.34%، وتحليل هذه النتائج نلاحظ ان هناك تناسب عكسي ما بين ترتيب الفرق على سلم الدوري ونسبة ترتيبها في هذا النوع من الاتصال مما يعطي مؤشرا واضحا بتأثيره على نتائج المباريات.

أما الاتصال الحركي/ الإيجابي الذي تم بين (لاعب مع اكثر من لاعب) فقد اتضح لنا من خلال الجدول (5) بان فريق شباب الحسين كان افضل الفرق في هذا النوع من الاتصال حيث بلغ مجموع اتصالاته (466) بنسبة 22.95% من مجموع الاتصالات للفريق مجتمعة، ثم يليه نادي الكرمل اذ حصل على (330) اتصالا بنسبة 16.26%، ثم فريق الوحدات الذي حصل على (322) اتصالا بنسبة

15.86% يليه فريق البقعة حيث حصل على (319) اتصالاً بنسبة 15.71% ثم فريق الحسين/ اربد وحصل على (317) اتصالاً بنسبة 15.62%، واخيراً فريق العودة حصل على (276) اتصالاً بنسبة 13.6%.

أما بالنسبة للاتصال الحركي/ السلبي الذي تم بين (لاعب مع أكثر من لاعب)، فقد حصل فريق الحسين/ اربد على أعلى كمية من هذا النوع من الاتصال حيث بلغت (37) اتصالاً بنسبة 29.13%، يليه فريق العودة وحصل على (26) اتصالاً بنسبة 20.47% ثم فريق البقعة حيث حصل على (23) اتصالاً بنسبة 18.11% تلاه فريق الكرمل وحصل على (21) اتصالاً بنسبة 16.45% ثم فريق الوحدات وحصل على (15) اتصالاً بنسبة 11.81% واخيراً نادي شباب الحسين وحصل على (5) اتصالات فقط بنسبة 3.94%.

أما الاتصالات الحركية/ الإيجابية لاتصال (لاعب مع نفسه) فقد بلغت أعلى كمية من هذا النوع من الاتصالات لصالح فريق شباب الحسين، حيث حصل على (258) اتصالاً بنسبة 25.1%، ثم تلاه فريق الوحدات في الترتيب وحصل على (177) اتصالاً بنسبة 17.22%، فيما حل فريق البقعة بالترتيب الثالث وحصل على (165) اتصالاً بنسبة وقدرها 16.05%، أما فريق الحسين/ اربد فقد حصل على (159) اتصالاً بنسبة 15.46% تلاه فريق الكرمل إذ حصل على (152) اتصالاً بنسبة 14.78% وقد حل فريق العودة في الترتيب الأخير حيث بلغت اتصالاته (117) اتصالاً بنسبة 11.39%.

أما فيما يتعلق بالاتصالات الحركية/ السلبيية (لاعب مع نفسه) فكانت أعلى كمية من هذا النوع من الاتصالات لفريق شباب الحسين حيث حصل على (256) اتصالاً بنسبة 27.4% يليه فريق البقعة إذ حصل على (169) اتصالاً بنسبة 18.1% وفريق العودة ثالثاً حيث حصل على (166) اتصالاً بنسبة 17.77% تلاه فريق الحسين/ اربد وحصل على (126) اتصالاً بنسبة 13.49% ثم فريق الكرمل

حصل على (114) اتصال بنسبة 12.21% واخيرا فريق الوحدات إذا حصل على (103) اتصال بنسبة 11.03%.

وترى الكاتبة ان حصول بعض الاندية على عدد كبير من الاتصالات الايجابية/ اللفظية والحركية وحصولها على افضل المراكز قد يعود الى خبرة المدرب من حيث تدريب اللاعبين اثناء التمرين على استخدام قواعد المعرفة والتفكير واستخدام بعض العبارات اللفظية والاشارات الحركية واستخدامها ايضا في المباريات والتي تسعى الى تحقيق الهدف والحصول على افضل النتائج والى اسباب اخرى خارج نطاق هذه الدراسة قد تكون خبرة اللاعبين، الادارة الجيدة، والعلاقة المترابطة بين اللاعبين وايضا المستوى المهاري والبدني للفريق. وهناك بعض الاندية حصلت على عدد قليل من الاتصالات الايجابية/اللفظية والحركية وحصولها على مراكز متأخرة في الدوري قد يعود ذلك الى عدم استخدام اللاعبين قواعد التفكير والاتصال خلال التدريب والمباريات والتي تسهم في تحقيق النتائج المنشودة بصورة متميزة والتي تزيد دافعهم للعباء والدقة في الاداء، وقد يعود ايضا الى اسباب اخرى مثل الادارة الغير المنظمة للفريق وخبرة المدرب واللاعبين والمستوى المهاري للفريق وغيرها.

(6) الجدول

مجموع الاتصالات الإيجابية والسلبية ونسبتها مع عدد الأشواط التي لعبتها

الفرق في دوري 2000م

| النادي | الوحدات | شباب الحسين | العودة | الكرمل | البقعة | الحسين اربد |
|--------------------------------------|---------|-------------|--------|--------|--------|----------------|
| عدد الأشواط | 6 | 10 | 9 | 8 | 8 | 8 |
| مجموع الاتصالات الإيجابية | 1399 | 2187 | 1323 | 1585 | 1625 | 1452 |
| متوسط الاتصالات الإيجابية | 233.16 | 218.7 | 147 | 198.13 | 203.13 | 181.5 |
| الترتيب | 1 | 2 | 6 | 4 | 3 | 5 |
| مجموع الاتصالات السلبية | 181 | 371 | 353 | 307 | 341 | 416 |
| متوسط الاتصالات السلبية | 30.17 | 37.1 | 39.22 | 38.37 | 42.66 | 52 |
| الترتيب | 6 | 5 | 3 | 4 | 2 | 1 |
| الترتيب النهائي للنادية في الدوري | 1 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 |

يتضح من الجدول (6) ان مجموع الاتصالات الايجابية بالنسبة الى عدد الاشواط في المباراتين التي لعبها كل فريق وخضعت الى التحليل ان فريق الوحدات قد حصل في الاتصال الايجابي على اعلى متوسط والذي بلغ (233.16) لكل شوط من الاشواط الستة التي لعبها يليه فريق شباب الحسين بمتوسط (218.7) لكل شوط من الأشواط العشرة التي لعبها ثم يليه فريق البقعة بمتوسط (203.13) لكل شوط فالكرمل بلغ متوسط الاتصالات الايجابية له (198.13) ثم فريق الحسين/ اربد بمتوسط (181.5) من الاشواط الثمانية التي لعبتها الفرق الثلاث أما

فريق العودة فقد حل في المركز الاخير حيث بلغ متوسط اتصالاته الايجابية (147) اتصال لكل شوط من الأشواط التي لعبها.

أما بالنسبة لمتوسط كل شوط في الاتصالات السلبية التي جمعها كل فريق إلى مجموع الأشواط التي لعبها نجد ان فريق الوحدات قد حصل على اقل متوسط حيث بلغ (30.17) لكل شوط من اصل الستة أشواط التي لعبها ثم فريق شباب الحسين فقد بلغ متوسطه من الاتصالات (37.1) لكل شوط من الاشواط العشرة التي لعبها ويليه فريق الكرملة ثالثا حيث بلغ متوسط اتصالاته السلبية (38.37) لكل شوط من الاشواط الثمانية التي لعبها ثم نادي العودة حيث بلغ متوسطه (39.22) لكل شوط من الاشواط التسعة التي لعبها يأتي بعده فريق البقعة فقد بلغ متوسط اتصالاته (42.66) من ثمانية اشواط ثم أخيرا فريق الحسين/ اربد الذي بلغ متوسط اتصالاته (52) لكل شوط من الاشواط التي لعبها وبالغة ثمانية أشواط.

وبالمقارنة بين نتائج ترتيب الفرق على سلم الدوري نجد ان هناك ارتباطا وثيقا بين اثر الاتصالات السلبية وهذا الترتيب بشكل كبير الصلة، فيما كان تأثير الاتصالات الايجابية اقل بقليل من تأثير الاتصالات السلبية.

وترى الكاتبة ان ذلك قد يعود الى سوء الإدارة من قبل المدرب خلال المباريات والتدريب وعدم تفاهم اللاعبين فيما بينهم وهذا عائد إلى عدم اتباع أسلوب التدريب وسوء استخدام اللاعبين للاتصالات فيما بينهم في التدريب مما يؤدي إلى سوء النتائج في المباريات، ومما يعود ايضا الى النواحي النفسية للاعبين واهمية المباراة على سلم الدوري.

الجدول (7)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للاتصال اللفظي

وفق متغيرات الدراسة

| السلبي | | الإيجابي | | لاعب مع نفسه | | لاعب مع أكثر من لاعب | | لاعب مع لاعب | | الاتصالات الأندية |
|-------------------|-----------------|-------------------|-----------------|-------------------|-----------------|----------------------|-----------------|-------------------|-----------------|----------------------|
| الانحراف المعياري | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | المتوسط الحسابي | |
| 1.5 | 5.5 | 23 | 102.6 | 3.1 | 11.2 | 4.5 | 53.03 | 21 | 43.7 | الوحدات |
| 6.7 | 7 | 26 | 100 | 12 | 17.3 | 8.2 | 41.6 | 7.4 | 48.1 | ش. الحسين |
| 8 | 13.4 | 23.8 | 68.2 | 5.3 | 10.4 | 12.3 | 33.1 | 12.2 | 38.1 | العودة |
| 6.2 | 16.2 | 30 | 88.1 | 8.6 | 15.7 | 14.9 | 39.8 | 11.7 | 48.7 | الكرمل |
| 7.9 | 10.1 | 15.4 | 100 | 9.4 | 14.1 | 7.3 | 46 | 6.7 | 50.5 | البقعة |
| 8.6 | 22.8 | 18.2 | 78.8 | 6.8 | 16.5 | 9.8 | 37.5 | 12.6 | 47.7 | الحسين/اربد |
| | 12.5 | | 89.7 | | 14.2 | | 41.9 | | 46.1 | الكلي |

يتضح من الجدول (7) أن أعلى متوسط حسابي للاتصال لاعب مع لاعب سجل لنادي البقعة الذي بلغ (50.5)، وأدنى متوسط حسابي كان لنادي العودة وبلغ (38.1)، أما اتصال (لاعب مع أكثر من لاعب) فكان أعلى متوسط حسابي سجل لفريق الوحدات الذي بلغ (53.03)، أما أدنى متوسط حسابي كان لفريق العودة وبلغ (33.1)، واتصال لاعب مع نفسه كان أعلى متوسط حسابي لفريق شباب الحسين الذي بلغ (17.3)، وأدنى متوسط حسابي سجل لفريق العودة الذي بلغ (10.4)، أما أعلى متوسط حسابي للاتصال اللفظي الإيجابي فقد كان لصالح فريق الوحدات حيث بلغ (102.6)، وسجل فريق العودة اقل متوسط حسابي والذي بلغ (68.2)، أما أعلى متوسط حسابي للاتصال اللفظي السلبي لفريق الحسين اربد الذي بلغ (22.8)، في حين سجل أدنى متوسط حسابي لفريق الوحدات والذي بلغ (5.5).

وترى الكاتبة ان ذلك قد يعود إلى ان بعض الفرق اعتادت على استخدام بعض العبارات اللفظية بين اللاعبين أثناء التدريب واستخدامها أثناء المباريات ومعرفتها المسبقة بالفائدة المرجوة منها مما يؤثر تأثيراً إيجابياً في المباريات ومن ثم الحصول على النتائج وعلى افضل المراكز. ولكن هناك بعض الفرق ليس لديها إلمام بهذه الاتصالات أو انهم لا يرغبون استخدامها وتطبيقها أثناء المباريات وبالتالي عدم حصول الفريق على النتائج الجيدة، وقد يعود أيضاً إلى أسباب أخرى مثل عدم استقرار المدرب في تدريب الفريق والحالة النفسية للاعبين وعدم التجانس بين أعضاء الفريق والتذبذب في مستوى الفريق أثناء الدوري وغيرها.

الجدول (8)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للاتصال الحركي

وفق متغيرات الدراسة

| السلبي | | الإيجابي | | لاعب مع نفسه | | لاعب مع أكثر من لاعب | | لاعب مع لاعب | | الاتصالات الأندية |
|-------------------|-----------------|-------------------|-----------------|-------------------|-----------------|----------------------|-----------------|-------------------|-----------------|-------------------|
| الانحراف المعياري | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | المتوسط الحسابي | |
| 5.9 | 24.6 | 23.7 | 130.5 | 12.9 | 46.7 | 8.2 | 56.2 | 10.7 | 52.3 | الوحدات |
| 10.3 | 30.1 | 29.2 | 118.7 | 19.2 | 51.4 | 12.5 | 47.1 | 7.4 | 50.3 | ش.الحسين |
| 7.6 | 25.7 | 23.4 | 78.7 | 10 | 31.4 | 10.9 | 33.5 | 12.4 | 39.5 | العودة |
| 7.2 | 22.1 | 38.3 | 110 | 11.3 | 33.2 | 15.3 | 43.8 | 16.6 | 55 | الكرمل |
| 9.3 | 32.5 | 17.9 | 102.6 | 9.2 | 41.7 | 7.0 | 42.7 | 6.3 | 50.6 | البقعة |
| 5.8 | 29.1 | 31 | 102.6 | 14 | 35.6 | 14.4 | 44.2 | 21 | 51.8 | الحسين أريد |

ويتضح من الجدول (8) ان أعلى متوسط حسابي للاتصال الحركي (للاعب مع لاعب) سجل لفريق الكرمل الذي بلغ (55)، وأدنى متوسط حسابي كان لفريق العودة فقد بلغ (39.5)، أما بالنسبة لاتصال لاعب مع أكثر من لاعب فكان أعلى

متوسط حساي لفريق الوحدات حيث بلغ (56.2)، وسجل أدنى متوسط حساي لفريق العودة فقد بلغ (33.5)، واتصال لاعب مع نفسه كان أعلى متوسط حساي لفريق شباب الحسين الذي بلغ (51.4)، وأدنى متوسط حساي سجل لفريق العودة الذي بلغ (31.4)، أما بالنسبة لأعلى متوسط حساي للاتصال الحركي الإيجابي سجل لفريق الوحدات حيث بلغ (130.5)، وأدنى متوسط حساي كان لفريق العودة الذي بلغ (78.7)، وكما سجل أعلى متوسط حساي للاتصال السلبي كان لفريق البقعة حيث بلغ (32.5)، في حين سجل أدنى متوسط حساي لفريق الكرمل والذي بلغ (22.1).

وترى الكاتبة ان حصول بعض الفرق على أعلى متوسط حساي للاتصالات الحركية والتي أدت إلى حصولهم على افضل النتائج قد يعود إلى أن هذه الفرق استخدمت هذه الإشارات بين اللاعبين أثناء التدريب ومن ثم تطبيقها في المباريات بصورة جيدة ولديه خبرة سابقة لها، وأيضا خبرة المدرب والإدارة الجيدة للفريق ومستوى الفني والمهاري للاعبين والعلاقة المترابطة بينهم وغيرها، كلها أمور تؤدي بالفريق للحصول إلى أفضل المراكز في الدوري.

التساؤل الثاني:

هل هناك فروق دالة إحصائية في كمية ونوعية الاتصالات بين لاعبي فرق أندية الدرجة الأولى في

الأردن؟

للإجابة على هذا التساؤل استخدم تحليل التباين الأحادي (one way ANOVA) وإيجاد اقل

فرق معنوي دال إحصائيا (L.S.D) Least Significant Difference للمقارنات البعدية. كما هو موضح

في الجدول (9).

الجدول (9)

نتائج تحليل التباين الأحادي (one way ANOVA) للاتصال اللفظي بين الأندية

| ت | الاتصال اللفظي | مصدر التباين | مجموع المربعات | درجة الحرية | متوسطات المربعات | قيمة ف | مستوى الدلالة |
|---|----------------------|---------------|----------------|-------------|------------------|--------|---------------|
| 1 | لاعب مع لاعب | بين المجموعات | 882.5 | 5 | 176.5 | 1.2 | 0.325 |
| | | ضمن المجموعات | 6326.1 | 43 | 147.1 | | |
| | | الكلية | 7208.6 | 48 | | | |
| 2 | لاعب مع أكثر من لاعب | بين المجموعات | 1781.5 | 5 | 356.3 | *3.3 | 0.012 |
| | | ضمن المجموعات | 4567.4 | 43 | 106.3 | | |
| | | الكلية | 6349.0 | 48 | | | |
| 3 | لاعب مع نفسه | بين المجموعات | 338.1 | 5 | 67.6 | 0.9 | 0.461 |
| | | ضمن المجموعات | 369.5 | 43 | 71.3 | | |
| | | الكلية | 3407.6 | 48 | | | |

* قيمة ف الجدولية (2.44) عند مستوى $\alpha \geq 0.05$

يتضح من الجدول (9) ان قيمة (ف) المحسوبة للاتصال اللفظي بين الأندية (لاعب مع لاعب، لاعب مع أكثر من لاعب، ولاعب مع نفسه) كانت على التوالي (1.2، 3.3، 0.9) فقد وجد ان قيمة ف المحسوبة في الإتصال الأول والثالث كانت اقل من قيمة ف الجدولية (2.44) أي أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية لهذين الاتصاليين عند مستوى الدلالة (0.05)، كما وجد ان قيمة (ف) المحسوبة في المتغير الثاني اكبر من قيمة (ف) الجدولية أي أنه هناك فروق دالة إحصائية لهذا المتغير عند مستوى (0.05) في الاتصال اللفظي بين الأندية.

وللتعرف لصالح من كانت هذه الفروق تم استخدام اختبار (اقل فرق معنوي) (L.S.D) Least Significant Deference للمقارنات البعدية بين الأندية كما هو موضح في الجدول (10).

الجدول (10)

اختبار (اقل فرق معنوي) L.S.D للمقارنات البعدية للاتصالات اللفظية

بين الأندية

| الاتصالات اللفظية | الأندية | فرق المتوسطات الدالة | الدلالة لصالح |
|-------------------------|-----------------------|-------------------------|---------------|
| لاعب مع أكثر من لاعب | وحدات- شباب الحسين | 11.73 | الوحدات |
| | وحدات- العودة | 20.22 | الوحدات |
| | وحدات- الحسين اربد | 15.83 | الوحدات |
| | وحدات- الكرمل | 13.45 | الوحدات |
| | العودة- البقعة | 12.88- | البقعة |

يتضح من الجدول (10) ان المقارنات البعدية للاتصال اللفظي بين الأندية لاتصال لاعب مع اكثر من لاعب كان لصالح نادي الوحدات مع (شباب الحسين، العودة، الحسين اربد، الكرمل) ولصالح البقعة مع (العودة).

ويتضح من الجدولين (9,10) إلى أن كمية الاتصالات اللفظية كانت معنوية وكبيرة لاتصال (لاعب مع أكثر من لاعب) لدى كل الفرق المشاركة، بينما كانت كمية الاتصال (للاعب مع لاعب) غير معنوية وقليلة كما في اتصال (لاعب مع نفسه) الذي كان اقل من الأنواع الأخرى للاتصال اللفظي بين الاندية.

وتشير الكاتبة ان زيادة كمية الاتصال اللفظي بين لاعبي الأندية قد يكون مؤثر بشكل ايجابي على الفريق وبالتالي على نتيجته، حيث وجد ان فريق الوحدات الذي حاز على المركز الاول في الدوري كما موضح في ملحق (6) حصل على اكثر عدد من الاتصال اللفظي (للاعب مع اكثر من لاعب) واكثر الفرق تطبيقا له بالمباريات مما يعني ان لدى هذا الفريق الخبرة المسبقة والتي اعتاد عليها من التدريب المستمر المتبع لديه وهذا يدل على انه كان حافزا ايجابيا.

وترى الكاتبة ان هذه النتائج قد تعود الى اهتمام الاندية الرياضية لتحقيق الفوز للفرق بأقصى درجة من السرعة والى مستوى الاداء وخبرة الفريق التي تعود الى التدريب المستمر المتبع لديهم والاتفاق الجيد بين اللاعبين والمعد، والى تدريب اللاعبين على استخدام بعض المصطلحات الخاصة بالاتصالات اللفظية والحركية الجماعية والتي تؤدي إلى تحقيق الهدف والوصول إلى افضل النتائج.

وقد خالف نتائج دراسة الكاتبة دراسة سيدنتوب (Sedentop, 1978) الذي أجرى دراسة على فريق من الولايات المتحدة الأمريكية لكرة الطائرة حيث أظهرت نتائج دراسته على ان الاتصال اللفظي يكون اقل لدى الفريق الفائز من الخاسر. وهذا يدل على ان نوع الاتصال في ذلك الوقت ولذاك الفريق غير محفز وبالتالي يؤثر على العلاقة بين اللاعبين وبشكل سلبي.

فيما اتفقت نتائج دراسة الكاتبة مع نتائج دراسة هنين (Hanin, 1972) والتي أجرت دراستها على فريقين من الاتحاد السوفيتي والتي توصلت فيها من خلال رصد الاتصالات اللفظية بين اللاعبين إلى ان 66% من الاتصال اللفظي كان إيجابيا وحافزا للفوز، في حين كانت نسبة الاتصال السلبي 34% عائد للخسارة سواء للنقطة أو الإرسال. وهذا يدل على ان كمية الاتصال اللفظي ضرورية وحافزا للاعبين ولصالح النتيجة. كما اتفقت نتائج دراسة الكاتبة مع دراسة حمدان (1987م) الذي توصل في دراسته التي أجراها على الفرق المشاركة في بطولة الأندية العربية السادسة والبالغة سبعة فرق، على أنه هناك زيادة في كمية الاتصال

اللفظي بين اللاعبين في حالة الفوز عنها في حالة الخسارة. إذ تضمنت دراسة الكاتبة الاتصال اللفظي الإيجابي والسلبي فقد تبين من خلالها علاقة الاتصال الإيجابي في تعزيز حالة الفوز فيما كان الاتصال السلبي يرجح الميل إلى الخسارة.

الجدول (11)

نتائج تحليل التباين الأحادي (one way ANOVA)

للاتصال الحركي بين الأندية

| ت | الاتصال الحركي | مصدر التباين | مجموع المربعات | درجة الحرية | متوسطات المربعات | قيمة ف | مستوى الدلالة |
|---|----------------------|---------------|----------------|-------------|------------------|--------|---------------|
| 1 | لاعب مع لاعب | بين المجموعات | 1240.6 | 5 | 248.1 | 1.39 | 0.244 |
| | | ضمن المجموعات | 7632.4 | 43 | 177.4 | | |
| | | الكلي | 8873.1 | 48 | | | |
| 2 | لاعب مع أكثر من لاعب | بين المجموعات | 1979.1 | 5 | 395.8 | *2.75 | 0.03- |
| | | ضمن المجموعات | 6169.8 | 43 | 143.8 | | |
| | | الكلي | 8148.9 | 48 | | | |
| 3 | لاعب مع نفسه | بين المجموعات | 2767.0 | 5 | 553.4 | *3.3 | 0.02 |
| | | ضمن المجموعات | 7854.8 | 43 | 182.6 | | |
| | | الكلي | 10621.9 | 48 | | | |

* قيمة ف الجدولية (2.44) عند مستوى $\alpha \geq 0.05$

يتضح من الجدول (11) ان قيمة (ف) المحسوبة للاتصال الحركي بين الأندية (لاعب مع لاعب، لاعب مع أكثر من لاعب، لاعب مع نفسه) كانت على التوالي (1.39، 2.75، 3.3) فقد تبين ان قيمة (ف) المحسوبة في الاتصال الأول كانت اقل من قيمة (ف) الجدولية (2.44) أي أنه لا توجد فروق دالة إحصائية لهذا الاتصال، كما وجد ان قيمة (ف) المحسوبة في الاتصال الثاني والثالث أكبر من قيمة (ف) الجدولية (2.44) مما يدل إن هناك فروق دالة إحصائية لهذين الاتصالين عند مستوى (0.05) في الاتصال الحركي بين الأندية.

وللتعرف لصالح من كانت هذه الفروق تم استخدام اختبار (اقل فرق معنوي) Least Significant Deference (L.S.D) للمقارنات البعدية بين الأندية كما هو موضح في الجدول (12).

الجدول (12)

اختبار (اقل فرق معنوي) L.S.D للمقارنات البعدية

للاتصالات الحركية بين الأندية

| الاتصال الحركي | الأندية | فرق المتوسطات الدالة | لصالح الأندية |
|----------------------|-------------------------|-------------------------|---------------|
| لاعب مع أكثر من لاعب | وحدات - العودة | 22.61 | الوحدات |
| | وحدات - البقعة | 13.41 | الوحدات |
| | شباب الحسين - العودة | 13.54 | شباب الحسين |
| لاعب مع نفسه | وحدات - العودة | 15.22 | الوحدات |
| | ش. الحسين - العودة | 19.95 | شباب الحسين |
| | ش. الحسين - الحسين اربد | 15.77 | شباب الحسين |
| | شباب الحسين - الكرمل | 18.15 | شباب الحسين |

يتضح من الجدول (12) ان اتصال لاعب مع أكثر من لاعب للمقارنات البعدية للاتصال الحركي بين الأندية ظهرت لصالح نادي الوحدات مع (العودة، البقعة) كما تبين إن المقارنات البعدية لهذا الاتصال بين (شباب الحسين والعودة) كانت لصالح شباب الحسين.

أما المقارنات البعدية لاتصال (لاعب مع نفسه) في الاتصال الحركي بين (الوحدات، العودة) كانت لصالح نادي الوحدات. كما كانت المقارنات البعدية لهذا الاتصال لصالح (شباب الحسين) مع (العودة، والحسين اربد، الكرمل).

ويتضح من الجدولين (11 و 12) ان كمية الاتصالات الحركية بين اللاعبين كانت كبيرة ومعنوية، وكانت مؤثرة ومحفزة للتعبير عن درجة التفاهم والتواصل بينهم من خلال الإشارات الحركية لديهم. وترى الكاتبة ان ذلك قد يعود إلى حرص اللاعب على الاتصال المستمر وأهمية الاتصال الحركي بين اللاعبين وتوجيه المدرب للفريق للاتصال المستمر لتوثيق العلاقة فيما بينهم أثناء اللعب ولزيادة التقارب والإحساس بالروح الجماعية لاتخاذ القرارات والحصول على النقاط لخدمة النتيجة وهذا مما أدى بهذين الفريقين إلى احتلالهم للمراكز الأولى في الدوري.

ونظرا لعدم توفير دراسات مشابهة للاتصال الحركي على حد علم الكاتبة تشابه أو تخالف نتائج الدراسة فالكاتبة تحث على ضرورة التوجه والاهتمام بهذا النوع من الاتصال الحركي بين اللاعبين وإعطائه أهمية لتأثيره الإيجابي على النتائج.

الجدول (13)

نتائج تحليل التباين الأحادي (one way ANOVA)

للاتصالات اللفظية والحركية بين الأندية

| ت | الاتصالات | مصدر التباين | مجموع المربعات | درجة الحرية | متوسطات المربعات | قيمة ف | مستوى الدلالة |
|---|-------------|---------------|----------------|-------------|------------------|--------|---------------|
| 1 | لفظي/إيجابي | بين المجموعات | 8098.7 | 5 | 1619.7 | *2.94 | 0.022 |
| | | ضمن المجموعات | 23628.6 | 43 | 549.5 | | |
| | | الكلية | 31727.3 | 48 | | | |
| 2 | لفظي/سلبى | بين المجموعات | 1622.6 | 5 | 324.5 | *6.41 | 0.00 |
| | | ضمن المجموعات | 2174.9 | 43 | 50.5 | | |
| | | الكلية | 3797.6 | 48 | | | |
| 3 | حركي/إيجابي | بين المجموعات | 12193.0 | 5 | 2438.6 | *3.04 | 0.019 |
| | | ضمن المجموعات | 34488.9 | 43 | 802.0 | | |
| | | الكلية | 46682.0 | 48 | | | |
| 4 | حركي/سلبى | بين المجموعات | 594 | 5 | 118.8 | 1.8 | 0.132 |
| | | ضمن المجموعات | 2827.5 | 43 | 65.7 | | |
| | | الكلية | 3422 | 48 | | | |

* قيمة ف الجدولية (2.44) عند مستوى $\alpha \geq 0.05$

يتضح من الجدول (13) أن قيمة (ف) المحسوبة للاتصال اللفظي / الإيجابي والسلبي والحركي / الإيجابي كانت على التوالي (6.41، 2.94، 3.04) وهي قيم أكبر من قيمة (ف) الجدولية (2.44) أي يوجد هناك فروق دالة إحصائية عند مستوى (0.05) لهذه الأنواع من الاتصالات بين الأندية. أما الاتصال الحركي السلبي فقد وجد ان قيمة (ف) المحسوبة بلغت (1.8) وهي أقل من قيمة (ف) الجدولية (2.44) أي انه لا يوجد فرق دال إحصائية لهذا النوع من الاتصال بين الأندية. وللتعرف لصالح من كانت هذه الفروق تم استخدام (اقل فرق معنوي) Least Significant Difference (L.S.D) للمقارنات البعدية بين الأندية كما هو موضح في الجدول (14).

الجدول (14)

اختبار (اقل فرق معنوي) L.S.D للمقارنات البعدية لأنواع الاتصالات بين الأندية

| الاتصالات | الأندية | فرق المتوسطات الدالة | الدلالة لصالح |
|---------------------|------------------------|----------------------|---------------|
| اتصال لفظي / إيجابي | وحدات - العودة | 34.44- | الوحدات |
| | شباب الحسين - العودة | 31.77 | شباب الحسين |
| | العودة - البقعة | 32.27- | البقعة |
| اتصال لفظي / سلبي | وحدات-العودة | 7.94- | العودة |
| | وحدات-الحسين اربد | 17.37- | الحسين اربد |
| | وحدات - الكرمل | 10.75- | الكرمل |
| | ش. الحسين- الحسين اربد | 15.87- | الحسين اربد |
| | شباب الحسين- الكرمل | 9.25- | الكرمل |
| | العودة- الحسين اربد | 9.43- | الحسين اربد |
| | البقعة- الحسين اربد | 12.75- | الحسين اربد |
| | وحدات- العودة | 51.72 | الوحدات |
| | شباب الحسين- العودة | 39.92 | شباب الحسين |
| العودة-الكرمل | 31.22- | الكرمل | |

يتضح من خلال الجدول (14) ان المقارنات البعدية للاتصال اللفظي الإيجابي بين (الوحدات والعودة) كانت لصالح الوحدات. وبين (شباب الحسين والعودة) لصالح شباب الحسين، وبين (العودة والبقعة) لصالح البقعة.

كما وجد أيضا أن المقارنات البعدية للاتصال اللفظي السلبي بين (الوحدات والعودة) كان لصالح العودة. وبين (الوحدات والحسين اربد) لصالح الحسين اربد. وبين (الوحدات والكرمل) لصالح الكرمل و(شباب الحسين والحسين اربد) لصالح الحسين اربد. وبين (شباب الحسين والكرمل) لصالح الكرمل. وبين (العودة والحسين اربد) لصالح الحسين اربد وبين (البقعة والحسين اربد) لصالح الحسين اربد.

ويتضح أيضا أن المقارنات البعدية للاتصال الحركي/ الإيجابي بين (الوحدات والعودة) كانت لصالح الوحدات وبين (شباب الحسين والعودة) لصالح شباب الحسين، وبين (العودة والكرمل) لصالح الكرمل.

ويبين من نتائج الجدولين (13 و 14) بان الاتصال اللفظي بشكل عام سواء كان إيجابي أو سلبي ذو دلالة معنوية ويؤثر على الفريق وبالتالي على النتيجة وعند التعرف على المقارنات البعدية للاتصالات اللفظية الإيجابية وجد انه كان لصالح نادي الوحدات وشباب الحسين والبقعة وعند التعرف على المقارنات البعدية للاتصالات اللفظية السلبية وجد انه كان لصالح نادي العودة.

تري الكاتبة أن ذلك قد يعود إلى عدم التدريب على استخدام عبارات لفظية إيجابية أثناء التمرين وأثناء المباريات والتي تسهم في رفع معنويات اللاعبين وبالتالي رفع مستوى الفريق وان تزايد الاتصال اللفظي السلبي بين اللاعبين يعود أيضا إلى ضعف التجانس بين أعضاء الفريق والى عدم استقرار المدرب على تدريب الفريق لفترة طويلة وغيرها.

أما بالنسبة للاتصال الحركي الإيجابي فهو ذو دلالة معنوية وله علاقة بنتيجة المباراة، وعند التعرف على المقارنات البعدية للاتصال الحركي الإيجابي فقد كانت لصالح الوحدات وشباب الحسين الحائزان على المراكز الأولى في الدوري.

وترى الكاتبة ان ذلك قد يعود إلى أن هذا النوع من الاتصال يجعل العلاقة بين اللاعبين متقاربة ومترابطة وبالتالي الوصول إلى نتيجة إيجابية بالإضافة إلى عوامل أخرى مثل المستوى المهاري والخططي واللياقة البدنية للاعبين والإدارة الجيدة للفريقين واستمرارية التدريب وغيرها.

وتضيف الكاتبة ان المقارنات البعدية لهذا النوع من الاتصال كانت لصالح نادي الكرملة ايضا ولكن تأخير مركزه في الدوري قد يعود إلى أسباب أخرى فقد لا يكون للاتصال الحركي الإيجابي اثر في الحصول على نتائج جيدة فقد يكون الفريق المنافس ذو مستوى عال أو لديه اتصال للوصول إلى تحقيق الهدف وهو الفوز بالمباراة.

التساؤل الثالث:

هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية في كمية ونوعية الاتصالات بين لاعبي الفريق نفسه يعزي

لمتغير المرحلة؟

للإجابة على هذا التساؤل، استخدمت الكاتبة اختبار (t-Test) لدلالة الفروق في كمية

الاتصالات للنادي الواحد في مرحلتي الذهاب والإياب كما هو موضح في الجداول رقم (15، 16، 17، 18،

19، 20، 21).

الجدول (15)

نتائج اختبار "ت" للعينات المرتبطة (Paired t,Test) لإيجاد دلالة الفروق بين متوسطات كمية الاتصالات لنادي الوحدات في مرحلتي الذهاب والإياب

ن=6

| مستوى الدلالة | قيمة ت | الإياب | | الذهاب | | المتغيرات |
|-----------------------|--------|--------|-------|--------|-------|------------------------------|
| | | ع | س | ع | س | |
| الاتصال اللفظي | | | | | | |
| 0.52 | 0.7 | 3.1 | 33.66 | 4.58 | 46 | لاعب مع لاعب/ إيجابي |
| 0.46 | 0.8 | 0.57 | 3.33 | 2.08 | 4.33 | لاعب مع لاعب/ سلبي |
| 0.15 | 1.76- | 4.93 | 55.66 | 3.21 | 49.66 | لاعب مع أكثر من لاعب/ إيجابي |
| 37 | 1 | 057 | 0.33 | 1 | 1 | لاعب مع أكثر من لاعب/ سلبي |
| 0.66 | 0.47- | 5 | 11 | 3.51 | 9.33 | لاعب مع نفسه/ إيجابي |
| 0.51 | 0.7- | 1.52 | 1.33 | 0.57 | 0.66 | لاعب مع نفسه/ سلبي |
| الاتصال الحركي | | | | | | |
| 0.12 | 1.91- | 8.54 | 53 | 0.56 | 41.66 | لاعب مع لاعب/ إيجابي |
| 1 | 0.00 | 2 | 5 | 3.46 | 5 | لاعب مع لاعب/ سلبي |
| 0.42 | 0.88- | 5.13 | 56.66 | 10.59 | 50.66 | لاعب مع أكثر من لاعب/ إيجابي |
| 0.01 | *4.59 | 057 | 0.33 | 1.52 | 4.66 | لاعب مع أكثر من لاعب/ سلبي |
| 0.07 | 2.42- | 12.34 | 38.33 | 2.51 | 20.66 | لاعب مع نفسه/ إيجابي |
| 0.66 | 0.46- | 7.09 | 18.33 | 5 | 16 | لاعب مع نفسه/ سلبي |

*قيمة ت الجدولية (2.77) عند مستوى $\alpha \geq 0.05$

يتضح من الجدول(15)عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بالنسبة للاتصال اللفظي وفقا لمتغيرات الدراسة(لاعب مع لاعب/إيجابي وسلبي، لاعب مع أكثر من لاعب/إيجابي وسالبي، ولاعب مع نفسه/إيجابي وسالبي)حيث بلغت قيمة

ت المحسوبة لهذه الاتصالات على التوالي (0.7، 0.8، 1.76، 1، -0.47، -0.7) وهي قيم أقل من قيمة ت الجدولية البالغة (2.77) عند مستوى (0.05).

ويتضح عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بالنسبة للاتصال الحركي وفقا لمتغيرات الدراسة (لاعب مع لاعب/إيجابي وسلبى، لاعب مع أكثر من لاعب/إيجابي ولاعب مع نفسه/إيجابي) حيث بلغت قيمة ت المحسوبة لهذه الاتصالات على التوالي (-0.91، 0.00، -0.88، -2.42، -0.46) وهي أقل من قيمة (ت) الجدولية (2.77) عند مستوى (0.05)، بينما توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات كمية الاتصال الحركي/السلبى (للاعب مع أكثر من لاعب) حيث بلغت قيمة ت المحسوبة لهذا الاتصال (4.59) وهي أكبر من قيمة (ت) الجدولية (2.77) عند مستوى (0.05).

حيث أظهرت النتائج بأنه توجد فروق دالة إحصائية لاتصال (لاعب مع أكثر من لاعب/سلبى) ولصالح مرحلة الذهاب حيث بلغ المتوسط الحساي في مرحلة الذهاب (4.66) في حين بلغ المتوسط الحساي (0.33) في مرحلة الإياب.

وترى الكاتبة ان زيادة اتصال (لاعب مع أكثر من لاعب/سلبى) لنادي الوحدات في مرحلة الذهاب قد يعود إلى ان فريق الوحدات لعب المباراة أمام فريق العودة والذي يعتبر من الفرق القوية والمنافسة له على بطولة الدوري مع فريق شباب الحسين وهي فرق لا تقل قوة عن فريق الوحدات مما أدى إلى ارتباك الفريق وجعل المعد مرتبكا نتيجة لظروف الاستقبال التي كانت تؤثر عليه سلبيا في تطبيق الاتصال بينه وبين زملاءه وغيرها.

الجدول (16)

نتائج اختبار "ت" للعينات المرتبطة (Paired t.Test) لإيجاد دلالة الفروق بين متوسطات كمية

الاتصالات لندي شباب الحسين في مرحلتي الذهاب والإياب

ن=10

| مستوى الدلالة | قيمة ت | الإياب | | الذهاب | | المتغيرات |
|-----------------------|--------|--------|------|--------|------|-----------------------------|
| | | ع | س | ع | س | |
| الاتصال اللفظي | | | | | | |
| 0.051 | 2.27 | 4.65 | 40.7 | 7.98 | 49.6 | لاعب مع لاعب/إيجابي |
| 0.07 | 2.03 | 2.7 | 4.6 | 1.48 | 1.8 | لاعب مع لاعب/سلبي |
| 0.04 | *2.31 | 4.43 | 36.2 | 8.36 | 46 | لاعب مع أكثر من لاعب/إيجابي |
| 0.35 | 0.97- | 1.3 | 0.8 | 0.44 | 0.2 | لاعب مع أكثر من لاعب/سلبي |
| 0.01 | *3.23 | 4.32 | 5.2 | 11.36 | 22.8 | لاعب مع نفسه/إيجابي |
| 0.06 | 2.15- | 4.61 | 5.6 | 1.22 | 1 | لاعب مع نفسه/سلبي |
| الاتصال الحركي | | | | | | |
| 0.63 | 0.49 | 9.94 | 45 | 6.26 | 47.6 | لاعب مع لاعب/إيجابي |
| 0.008 | *3.5- | 2.38 | 6.2 | 1.48 | 1.8 | لاعب مع لاعب/سلبي |
| 0.14 | 1.63 | 13.14 | 40.6 | 9.76 | 52.6 | لاعب مع أكثر من لاعب/إيجابي |
| 0.35 | 0.97- | 1.3 | 0.8 | 0.44 | 0.2 | لاعب مع أكثر من لاعب/سلبي |
| 0.051 | 2.25 | 7.39 | 19.8 | 9.33 | 31.8 | لاعب مع نفسه/إيجابي |
| 0.03 | *2.53 | 9.33 | 18.2 | 9.13 | 33 | لاعب مع نفسه/سلبي |

*قيمة ت الجدولية (2.30) عند مستوى $\alpha \geq 0.05$

يتضح من الجدول (16) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بالنسبة للاتصال اللفظي وفقا

لمتغيرات الدراسة (لاعب مع لاعب/إيجابي وسالبي، لاعب مع أكثر من لاعب، ولاعب مع نفسه/سلبي)

حيث بلغت قيمة (ت) المحسوبة لهذه الاتصالات على التوالي (2.27، 2.03، -0.97، -2.15) وهي قيم اقل

من قيمة ت الجدولية (2.30) عند مستوى (0.05).

ويتضح وجود فروق ذات دلالة إحصائية بالنسبة للاتصال اللفظي/الإيجابي وفقا لمتغيرات الدراسة (للاعب مع لاعب، ولاعب مع نفسه) حيث بلغت قيمة (ت) المحسوبة على التوالي (2.31، 3.23) وهي قيم أكبر من قيمة (ت) الجدولية (2.30) عند مستوى (0.05).

حيث كانت هذه الفروق لصالح مرحلة الذهاب إذ بلغ المتوسط الحسابي لكلا الاتصالين في هذه المرحلة (46 و 22.8) وفي مرحلة الإياب (36.2 و 5.2) على التوالي. وبالرغم من زيادة هذه الاتصالات في مرحلة الذهاب إلا إنها لم تؤثر إيجابيا على نتيجة المباراة وأن الفريق خسر المباراة كما هو موضح في الجدول (3)، أي أن العلاقة اللفظية الإيجابية بين اللاعبين لإيصال المعلومات والخطط كانت أفضل في مرحلة الذهاب، ولكن على الرغم من قوة العلاقة الإيجابية إلا أن نتيجة الفريق في هذه المرحلة كانت الخسارة وهذا قد يعود إلى أسباب أخرى.

ويتضح عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بالنسبة للاتصال الحركي وفقا لمتغيرات الدراسة (لاعب مع لاعب/إيجابي، لاعب مع أكثر من لاعب/إيجابي وسليبي ولاعب مع نفسه/إيجابي) حيث بلغت قيمة ت المحسوبة على التوالي (0.49، 1.63، 0.97، 2.25) وهي قيم أقل من قيمة (ت) الجدولية (2.30) عند مستوى (0.05). وتبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية بالنسبة للاتصال الحركي (لاعب مع لاعب/سليبي، ولاعب مع نفسه/سليبي) حيث بلغت قيمة (ت) المحسوبة لهذه الاتصالات على التوالي (-3.5، 2.53) وهي قيم أكبر من قيمة (ت) الجدولية (2.30) عند مستوى (0.05).

حيث أظهرت الفروق الدالة لاتصال لاعب مع لاعب/ساليبي لصالح مرحلة الإياب إذ بلغ المتوسط الحسابي لمرحلة الذهاب (1.8) وفي مرحلة الإياب (6.2)، وبالرغم من زيارة هذا النوع من الاتصال في هذه المرحلة إلا أنه لم يؤثر على مستوى أداء الفريق لأن نتيجة الفريق كانت الفوز في هذه المرحلة كما هو موضح في الجدول (4).

أما بالنسبة (لاتصال لاعب مع نفسه /سليبي) فكانت لصالح مرحلة الذهاب حيث بلغ المتوسط الحسابي لهذه المرحلة (33) وفي مرحلة الإياب (18.2) أي أن هذا النوع من الاتصال كان له علاقة بأداء الفريق وبالتالي له علاقة بالنتيجة لان الفريق خسر مبارياته في مرحلة الذهاب والجدول (3) يوضح ذلك، ومن هنا فان درجة تكامل مستوى الأداء والاتصال بين اللاعبين له علاقة بنتيجة المباراة. وترى الكاتبة أن زيارة الاتصالات اللفظية الإيجابية في مرحلة الذهاب، قد يعود إلى رغبة الفريق في تحقيق الفوز ولديهم دافعيه كبيرة للظهور بمستوى متقدم يرضي الإدارة والجمهور مما جعلهم تحقيق الخطة والاتصال بصورة متميزة.

الجدول (17)

نتائج اختبار "ت" للعينات المرتبطة (Paired t.Test) لإيجاد دلالة الفروق بين متوسطات كمية

الاتصالات لنادي العودة في مرحلتي الذهاب والإياب

ن=9

| مستوى الدلالة | قيمة ت | الإياب | | الذهاب | | المتغيرات |
|-----------------------|--------|--------|------|--------|------|-----------------------------|
| | | ع | س | ع | س | |
| الاتصال اللفظي | | | | | | |
| 0.37 | 0.94- | 12.72 | 37 | 9.61 | 30 | لاعب مع لاعب/إيجابي |
| 0.005 | *3.96- | 4.96 | 10 | 1.22 | 1 | لاعب مع لاعب/سلبي |
| 0.87 | 0.16 | 15.96 | 29.5 | 7.59 | 30.8 | لاعب مع أكثر من لاعب/إيجابي |
| 0.053 | 2.32- | 2.08 | 4.5 | 1.67 | 1.6 | لاعب مع أكثر من لاعب/سلبي |
| 0.21 | 1.36- | 6.18 | 7.25 | 3 | 3 | لاعب مع نفسه/إيجابي |
| 0.5 | 0.7 | 3.69 | 4.5 | 4.21 | 4.6 | لاعب مع نفسه/سلبي |
| الاتصال الحركي | | | | | | |
| 0.2 | 1.39- | 8.86 | 40 | 9.75 | 31.2 | لاعب مع لاعب/إيجابي |
| 0.01 | *3.44- | 4.92 | 8.75 | 0.22 | 1 | لاعب مع لاعب/سلبي |
| 0.52 | 0.67 | 12.67 | 28 | 8.87 | 32.8 | لاعب مع أكثر من لاعب/إيجابي |
| 0.051 | 2.32- | 2.08 | 4.5 | 1.67 | 1.6 | لاعب مع أكثر من لاعب/سلبي |
| 0.35 | 0.98 | 8.88 | 10.5 | 4.74 | 15 | لاعب مع نفسه/إيجابي |
| 0.16 | 1.56 | 2.94 | 15 | 7.39 | 21.2 | لاعب مع نفسه/سلبي |

*قيمة ت الجدولية (2.36) عند مستوى $\alpha \geq 0.05$

يتضح من الجدول (17) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بالنسبة للاتصال اللفظي

لمتغيرات الدراسة (لاعب مع لاعب/إيجابي، لاعب مع أكثر من لاعب/إيجابي وسلبي، لاعب مع نفسه/إيجابي

وسلبي) حيث بلغت قيمة ت المحسوبة لهذه الاتصالات على التوالي (-0.94، 0.16، -2.32، -1.36، 0.7)

وهي قيم أقل من قيمة (ت) الجدولية (2.36) عند مستوى (0.05). وتبين وجود فروق ذات دلالة

إحصائية للاتصال اللفظي (لاعب مع لاعب/سليمي) حيث بلغت قيمة ت المحسوبة لهذا الاتصال (-3.96) وفي قيمة أكبر من قيمة ت الجدولية (2.36) عند مستوى دلالة (0.05)، وكانت هذه الفروق لصالح مرحلة الإياب حيث بلغ المتوسط الحسابي لمرحلة الذهاب (1) وفي مرحلة الإياب (10)، وترى الكاتبة ان هذا النوع من الاتصال له علاقة بنتيجة المباراة لأن الفريق خسر- مبارياته في مرحلة الإياب والجدول (4) يوضح ذلك.

ويتضح عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بالنسبة للاتصال الحركي وفقا لمتغيرات الدراسة (لاعب مع لاعب/إيجابي، لاعب مع أكثر من لاعب/ إيجابي و سلبي، لاعب مع نفسه/ إيجابي وسالبي) حيث بلغت قيمة ت المحسوبة لهذه الاتصالات على التوالي (-1.39، 0.67، -2.32، 0.98، 1.56) وهي قيم أقل من قيمة (ت) الجدولية (2.36) عند مستوى (0.05). وتبين وجود ذات دلالة إحصائية للاتصال الحركي (لاعب مع لاعب/سليمي) حيث بلغت قيمة ت المحسوبة لهذا الاتصال (-3.44) وهي قيمة أكبر من قيمة (ت) الجدولية (2.36) عند مستوى (0.05)، حيث كان هذا الفرق لصالح مرحلة الإياب إذ بلغ المتوسط الحسابي لمرحلة الذهاب (1) وفي مرحلة الإياب بلغ (8.75).

وترى الكاتبة ان زيارة الاتصال الحركي (للاعب مع لاعب/سالبي) في مرحلة الإياب قد يعود إلى توتر العلاقة بين اللاعبين في هذه المرحلة كون الفريق لعب مبارياته في هذه المرحلة مع فريق الوحدات وهو بطل الدوري مما أدى إلى عدم التجانس بين اللاعبين وبالتالي إلى خسارتهم للمباراة التي لعبها.

الجدول (18)

نتائج اختبار "ت" للعينات المرتبطة (Paired t.Test) لإيجاد دلالة الفروق بين متوسطات كمية

الاتصالات لنادي الكرملة في مرحلتي الذهاب والإياب

ن=8

| مستوى الدلالة | قيمة ت | الإياب | | الذهاب | | المتغيرات |
|------------------|--------|--------|------|--------|-------|-----------------------------|
| | | ع | س | ع | س | |
| | | | | | | الاتصال اللفظي |
| 0.69 | 0.40 | 17.0 | 42 | 2.8 | 36.33 | لاعب مع لاعب/إيجابي |
| 0.01 | *3.62- | 3.19 | 7.8 | 1.15 | 0.66 | لاعب مع لاعب/سلبى |
| 0.13 | 1.74 | 15.99 | 31.2 | 3.6 | 48 | لاعب مع أكثر من لاعب/إيجابي |
| 0.58 | 0.57- | 3.11 | 2.8 | 1.52 | 1.66 | لاعب مع أكثر من لاعب/سلبى |
| 0.16 | 1.57- | 7.05 | 9.6 | 3.05 | 2.66 | لاعب مع نفسه/إيجابي |
| 0.00 | *9.54 | 1.94 | 2.6 | 3 | 19 | لاعب مع نفسه/سلبى |
| | | | | | | الاتصال الحرى |
| 0.76 | 0.31- | 23.33 | 4.51 | 2.64 | 47 | لاعب مع لاعب/إيجابي |
| 0.059 | 2.32- | 4.39 | 7.6 | 1.52 | 1.33 | لاعب مع لاعب/سلبى |
| 0.19 | 1.44 | 16.54 | 35.8 | 4.5 | 50.33 | لاعب مع أكثر من لاعب/إيجابي |
| 0.43 | 0.84- | 2.86 | 3.2 | 1.52 | 1.66 | لاعب مع أكثر من لاعب/سلبى |
| 1.00 | 0.00 | 11.46 | 19 | 2.64 | 19 | لاعب مع نفسه/إيجابي |
| 0.49 | 0.72 | 4.39 | 13.4 | 4.02 | 15.66 | لاعب مع نفسه/سلبى |

*قيمة ت الجدولية (2.44) عند مستوى $\alpha \geq 0.05$

يتضح من الجدول (18) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بالنسبة للاتصال اللفظي وفقا

لمتغيرات الدراسة (لاعب مع لاعب/إيجابي، لاعب مع أكثر

من لاعب/إيجابي وسلبى، لاعب مع نفسه/إيجابي) حيث بلغت قيمة ت المحسوبة لهذه الاتصالات على التوالي (0.40، -1.74، -0.57، -1.57) وهي قيم اقل من قيمة (ت) الجدولية (2.44) عند مستوى (0.05)، في حين توجد فروق ذات دلالة إحصائية للاتصال اللفظي (لاعب مع لاعب/سلبى ولاعب مع نفسه/سلبى) حيث بلغت قيمة ت المحسوبة لهذه الاتصالات على التوالي (-3.62، 9.54) وهي قيم أكبر من قيمة ت الجدولية (2.44) عند مستوى (0.05). ان الفرق بين المتوسطات للاتصال اللفظي السلبى (للاعب مع لاعب) كان لصالح مرحلة الإياب، حيث بلغ المتوسط الحسابي لمرحلة الذهاب (0.66) و لمرحلة الإياب (7.8) مما يدل على ان لهذا النوع من الاتصال علاقة كبيرة بأداء الفريق وبالتالي بنتيجة المباراة. أما بالنسبة للفرق بين متوسطات الاتصال اللفظي السلبى (للاعب مع نفسه) كان لصالح مرحلة الذهاب حيث بلغ المتوسط الحسابي لهذه المرحلة (19) و لمرحلة الإياب (2.6).

ويتضح عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية للاتصال الحركي وفقا لمتغيرات الدراسة (لاعب مع لاعب/إيجابي وسلبى، لاعب مع اكثر من لاعب/ إيجابي و سلبى، لاعب مع نفسه/إيجابي وسلبى) حيث بلغت قيمة ت المحسوبة لهذه الاتصالات على التوالي (-0.31، -2.32، 1.44، -0.84، 0.00، 0.72) وهي قيم اقل من قيمة (ت) الجدولية (2.44) عند مستوى (0.05).

وترى الكاتبة ان احد أسباب خسارة الفريق في المباراتين التي لعبها في كلتا المرحلتين أمام فريق البقعة وشباب الحسين هي العلاقة اللفظية السلبية بين اللاعبين وزيادتها في اتصال (لاعب مع لاعب) في مرحلة الإياب و(لاعب مع نفسه) في مرحلة الذهاب وذلك قد يعود أيضا إلى الفردية والمزاجية في اللعب وخروج الفريق من اللعب الجماعي وعدم وجود تعاون بين اللاعبين أدت إلى خسارتهم للمباريات التي لعبها.

الجدول (19)

نتائج اختبار "ت" للعينات المرتبطة (Paired t.Test) لإيجاد دلالة الفروق بين متوسطات كمية

الاتصالات لنادي البقعة في مرحلتي الذهاب والإياب

ن=8

| مستوى الدلالة | قيمة ت | الإياب | | الذهاب | | المتغيرات |
|-----------------------|--------|--------|------|--------|-------|------------------------------|
| | | ع | س | ع | س | |
| الاتصال اللفظي | | | | | | |
| 0.53 | 0.65 | 8.75 | 45.2 | 2.08 | 48.66 | لاعب مع لاعب/ إيجابي |
| 0.79 | 0.27 | 2.28 | 3.8 | 3.21 | 4.33 | لاعب مع لاعب/ سلبي |
| 0.45 | 0.79 | 7.51 | 43 | 5.56 | 47 | لاعب مع أكثر من لاعب/ إيجابي |
| 0.51 | 0.69 | 1.78 | 1.2 | 1 | 2 | لاعب مع أكثر من لاعب/ سلبي |
| 0.32 | 1.07- | 7.82 | 11.4 | 1.52 | 6.33 | لاعب مع نفسه/ إيجابي |
| 0.31 | 1.09 | 3.78 | 2.6 | 10.39 | 8 | لاعب مع نفسه/ سلبي |
| الاتصال الحركي | | | | | | |
| 0.29 | 1.15- | 3.63 | 43.8 | 7.57 | 39.33 | لاعب مع لاعب/ إيجابي |
| 0.72 | 0.36- | 3.03 | 8.8 | 3 | 8 | لاعب مع لاعب/ سلبي |
| 0.35 | 1.00- | 5.8 | 41.8 | 8.96 | 36.66 | لاعب مع أكثر من لاعب/ إيجابي |
| 0.89 | 0.14 | 2.04 | 2.8 | 1.73 | 3 | لاعب مع أكثر من لاعب/ سلبي |
| 0.02 | *3.12- | 6.16 | 25 | 1.52 | 13.33 | لاعب مع نفسه/ إيجابي |
| 0.27 | 1.19 | 3.43 | 18.4 | 13.61 | 25.66 | لاعب مع نفسه/ سلبي |

*قيمة (ت) الجدولية (2.44) عند مستوى $\alpha \geq 0.05$

يتضح من الجدول (19) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بالنسبة للاتصال اللفظي وفقا

لمتغيرات الدراسة (لاعب مع لاعب/ إيجابي وسلبي، ولاعب

مع أكثر من لاعب/ إيجابي وسلبى، لاعب مع نفسه/ إيجابي وسلبى) حيث بلغت قيمة (ت) المحسوبة لهذه الاتصالات على التوالي (0.65، 0.27، 0.79، 0.69، -1.07، 1.09) وهي قيم أقل من قيمة ت الجدولية (2.44) عند مستوى (0.05).

ويتضح عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بالنسبة للاتصال الحركي وفقا لمتغيرات الدراسة (لاعب مع لاعب/ إيجابي وسلبى، لاعب مع أكثر من لاعب/ إيجابي وسالب/ لاعب مع نفسه/ سلبى) حيث بلغت قيمة ت المحسوبة لهذه الاتصالات على التوالي (-1.15، -0.36، 1.00، 0.14، 1.19) وهي قيم أقل من قيمة (ت) الجدولية (2.44) عند مستوى (0.05). في حين توجد فروق دالة إحصائية بالنسبة للاتصال الحركي (لاعب مع نفسه/ إيجابي) حيث بلغت قيمة (ت) المحسوبة لهذا الاتصال (-3.12) وهي أكبر من قيمة ت الجدولية (2.44). ويتضح بان الفروق كانت لصالح مرحلة الإياب حيث بلغ المتوسط الحسابي لمرحلة الذهاب (13.33) و (25) في مرحلة الإياب، وترى الكاتبة ان زيادة اتصال (لاعب مع نفسه) في مرحلة الإياب لم يؤثر إيجابيا على أداء الفريق ولم يحقق النتائج المنشودة. وذلك كون الفريق خسر مباراته في هذه المرحلة، كما هو مبين في الجدول (4) وتضيف إلى ان ذلك يعود إلى عدم وجود تعاون بين أعضاء الفريق وعدم إعطاء أهمية لجماعية الاتصال كون اللعبة جماعية، وكذلك إلى أسباب أخرى أدت إلى خسارته مثل المستوى المهاري والخططي للفريق وظروف المباراة ومستوى الفريق المنافس حيث لعب فريق البقعة في مرحلة الإياب مع فريق العودة الحاصل على إحدى المراكز الأولى في بطولة الدوري.

الجدول (20)

نتائج اختبار "ت" للعينات المرتبطة (Paired t.Test) لإيجاد دلالة الفروق بين متوسطات كمية

الاتصالات لنادي الحسين/اربد في مرحلتي الذهاب والإياب

ن=8

| مستوى الدلالة | قيمة ت | الإياب | | الذهاب | | المتغيرات |
|-----------------------|--------|--------|------|--------|-------|-----------------------------|
| | | ع | س | ع | س | |
| الاتصال اللفظي | | | | | | |
| 0.99 | 0.01- | 17.1 | 35.8 | 5.5 | 35.66 | لاعب مع لاعب/ إيجابي |
| 0.48 | 0.74 | 5.7 | 11 | 2.51 | 13.66 | لاعب مع لاعب/ سلبي |
| 0.19 | 1.47- | 6.41 | 34.8 | 6.08 | 28 | لاعب مع أكثر من لاعب/إيجابي |
| 0.22 | 1.36- | 6.22 | 7.2 | 2 | 2 | لاعب مع أكثر من لاعب/سلبي |
| 0.23 | 1.32- | 5.07 | 12.6 | 4 | 8 | لاعب مع نفسه/إيجابي |
| 0.07 | 2.16- | 4.84 | 8 | 1.15 | 1.66 | لاعب مع نفسه/سلبي |
| الاتصال الحركي | | | | | | |
| 0.15 | 1.63 | 19.5 | 35.6 | 9.29 | 55.66 | لاعب مع لاعب/ إيجابي |
| 0.00 | *5.92 | 1.3 | 6.2 | 2 | 13 | لاعب مع لاعب/سلبي |
| 0.14 | 1.66- | 14.25 | 45.2 | 6.42 | 30.33 | لاعب مع أكثر من لاعب/إيجابي |
| 0.055 | 2.38- | 2.54 | 6 | 0.57 | 2.33 | لاعب مع أكثر من لاعب/سلبي |
| 0.80 | 0.26 | 5.71 | 18.8 | 24.54 | 21.66 | لاعب مع نفسه/إيجابي |
| 0.67 | 0.44 | 5.44 | 15.2 | 1.52 | 16.66 | لاعب مع نفسه/سلبي |

*قيمة ت الجدولية (2.44) عند مستوى $\alpha \geq 0.05$

يتضح من الجدول (20) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية للاتصال اللفظي وفقا لمتغيرات

الدراسة (لاعب مع لاعب/إيجابي وسلبي، لاعب مع أكثر من لاعب/إيجابي وسلبي، لاعب مع نفسه/إيجابي

وسلبي) حيث بلغت قيمة ت المحسوبة لهذه الاتصالات على التوالي (-0.01، 0.74، -1.47، -1.36، -1.32،

-2.16) وهي قيم أقل من قيمة (ت) الجدولية (2.44) عند مستوى (0.05).

ويتضح عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بالنسبة للاتصال الحركي وفقا لمتغيرات الدراسة (لاعب مع لاعب/إيجابي، لاعب مع أكثر من لاعب/إيجابي و سلبي، لاعب مع نفسه/إيجابي وسلبي) حيث بلغت قيمة (ت) المحسوبة لهذه الاتصالات على التوالي (1.63، -1.66، 2.38، 0.26، 0.44) وهي قيم أقل من قيمة (ت) الجدولية (2.44) عند مستوى (0.05). في حين توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات كمية الاتصال الحركي (لاعب مع لاعب/سلبي) حيث بلغت قيمة ت المحسوبة لهذا الاتصال (5.92) وهي قيمة أكبر من قيمة ت الجدولية (2.44) عند مستوى (0.05). فقد كانت هذه الفروق لصالح مرحلة الذهاب حيث بلغ المتوسط الحسابي لمرحلة الذهاب (13) وبلغ في مرحلة الإياب (6.2) مما يدل على ان لهذا الاتصال تأثير سلبي على أداء الفريق وعلى العلاقة بين اللاعبين لان الفريق خسر المباراة التي لعبها في مرحلة الذهاب وحصوله على المركز الرابع المكرر الأخير في الدوري.

وترى الكاتبة ان ذلك قد يعود إلى عدم التدريب الجيد للفريق على الاتصالات التي تسهم في تنفيذ خطة اللعب وفي تحقيق الهدف أو استخدام الفريق لاتصالات معينة مما تؤدي إلى سلبيات تؤثر على أداء الفريق وليس إيجابيات تساعد الفريق على الفوز، وأيضاً هناك أمور أخرى أدت إلى تأخر مركز هذا الفريق في بطولة الدوري مثل عدم وجود تعاون بين أعضاء الفريق والاعتماد على الفردية في اللعب وعدم وجود توافق بين الفريق والإدارة والجوانب النفسية للاعبين وغيرها.

الجدول رقم (21)

نتائج اختبار "ت" (Paired t.Test) لدلالة الفروق في كمية الاتصالات لكافة الأندية بين مرحلتي

الذهاب والإياب

ن=49

| مستوى الدلالة | قيمة ت | فرق المتوسطات | الإياب | | الذهاب | | المتغيرات |
|-----------------------|--------|------------------|--------|-------|--------|-------|--------------------------------|
| | | | ع | س | ع | س | |
| الاتصال اللفظي | | | | | | | |
| 0.45 | 0.74 | 2.74 | 34.57 | 39.44 | 10.02 | 43.18 | لاعب مع لاعب/إيجابي |
| 0.02 | *2.38- | 3.11- | 4.53 | 6.88 | 4.58 | 3.77 | لاعب مع لاعب/سليبي |
| 0.28 | 1.07 | 3.56 | 12.32 | 37.44 | 10.52 | 41 | لاعب مع أكثر من لاعب/إيجابي |
| 0.06 | 1.86- | 1.61- | 3.85 | 2.92 | 1.35 | 1.31 | لاعب مع أكثر من لاعب/سليبي |
| 0.99 | 0.01- | 0.03- | 6.11 | 9.48 | 9.52 | 9.45 | لاعب مع نفسه/إيجابي |
| 0.4 | 0.84 | 1.36 | 4.06 | 4.29 | 7.23 | 5.68 | لاعب مع لاعب/سليبي |
| الاتصال الحركي | | | | | | | |
| 0.7 | 0.38- | 1.42- | 14.49 | 44.37 | 10.42 | 42.95 | لاعب مع لاعب/إيجابي |
| 0.01 | *2.5- | 2.82- | 3.23 | 7.18 | 4.63 | 4.36 | لاعب مع لاعب/سليبي |
| 0.66 | 0.43 | 1.61 | 13.73 | 40.7 | 12.17 | 42.31 | لاعب مع أكثر من لاعب/إيجابي |
| 0.12 | 1.57- | 1.07- | 2.74 | 3.07 | 1.82 | 2 | لاعب مع أكثر من لاعب/سليبي |
| 0.92 | 0.09- | 0.3- | 10.81 | 21.11 | 11.18 | 20.81 | لاعب مع نفسه/إيجابي |
| 0.009 | *2.74 | 6.07 | 5.63 | 16.33 | 9.68 | 22.4 | لاعب مع نفسه/سليبي |

*قيمة ت الجدولية (2.01) عند مستوى $\alpha \geq 0.05$

يتضح من الجدول (21) عند وجود فروق ذات دلالة إحصائية بالنسبة للاتصال اللفظي وفقا

لمتغيرات الدراسة (لاعب مع لاعب/إيجابي، لاعب مع أكثر

من لاعب/إيجابي وسلبى، لاعب مع نفسه/إيجابي وسلبى) حيث بلغت قيمة ت المحسوبة لهذه الاتصالات على التوالي (0.74، 1.07، -1.86، -0.01، 0.84) وهي قيم اقل من قيمة ت الجدولية (2.01) عند مستوى (0.05)، في حين توجد فروق ذات دلالة إحصائية للاتصال اللفظي لمتغير (لاعب مع لاعب/سلبى) حيث بلغت قيمة (ت) المحسوبة لهذا الاتصال (-2.38) وهي اكبر من قيمة (ت) الجدولية (2.01) عند مستوى (0.05).

ويتضح عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بالنسبة للاتصال الحركي وفقا لمتغيرات الدراسة (لاعب مع لاعب/إيجابي، لاعب مع اكثر من لاعب/إيجابي وسلبى، لاعب مع نفسه/إيجابي) حيث بلغت قيمة ت المحسوبة لهذه الاتصالات على التوالي (-0.38، 0.43، -1.57، -0.09) وهي اقل من قيمة (ت) الجدولية (2.01) عند مستوى (0.05)، في حين توجد فروق ذات دلالة إحصائية للاتصال الحركي (لاعب مع لاعب/سالبى ولاعب مع نفسه/سلبى) حيث بلغت قيمة (ت) المحسوبة لهذه الاتصالات على التوالي (-2.5، 2.74) وهي اكبر من قيمة (ت) الجدولية (2.01) عند مستوى (0.05).

وبناء على نتائج الجدول (21) ومقارنتها مع نتائج الجداول (15، 16، 17، 18، 19)، وجد بان الاتصال لاعب مع لاعب سواء كان لفظيا أو حركيا/إيجابي أو سلبى) له علاقة كبيرة بنتيجة المباراة. وترى الكاتبة ان ذلك قد يعود إلى درجة الانسجام بين اللاعبين وخاصة من يلعبون في مركزين متجاورين لما لذلك علاقة بمساحة الملعب ولكون لعبة كرة الطائرة لعبة جماعية فللاتصال دور مهم وحافز في تنفيذ خطة اللعب والحصول على النتائج المنشودة وتحقيق الهدف وهو الفوز وللوصول إلى المراكز الأولى في الدوري.

التساؤل الرابع:

هل هناك علاقة بين كمية الاتصال ونتائج المباريات لدى الفرق المشاركة في دوري أندية الدرجة الأولى بكرة الطائرة مجتمعة عام 2000م.
للإجابة على هذا السؤال استخدم معامل الارتباط بيرسون (Person correlation) والجدول (22) يوضح ذلك.

الجدول (22)

معامل ارتباط بيرسون (Person correlation) بين الاتصالات ونتائج مباريات الأندية مجتمعة

| ت | الاتصالات | قيمة الارتباط | مستوى الدلالة |
|-----------------------|----------------------|---------------|---------------|
| الاتصال اللفظي | | | |
| 1 | لاعب مع لاعب | 0.08 | 0.85 |
| 2 | لاعب مع أكثر من لاعب | *0.307- | 0.03 |
| 3 | لاعب مع نفسه | 0.139 | 0.34 |
| 4 | اتصال لفظي/إيجابي | 0.217- | 0.13 |
| 5 | اتصال لفظي/سلبي | *0.472 | 0.00 |
| الاتصال الحركي | | | |
| 6 | لاعب مع لاعب | 0.090- | 0.68 |
| 7 | لاعب مع أكثر من لاعب | *0.418- | 0.00 |
| 8 | لاعب مع نفسه | 0.199- | 0.17 |
| 9 | اتصال حركي/إيجابي | *0.406- | 0.00 |
| 10 | اتصال حركي/سلبي | *0.410 | 0.00 |

*دال عند مستوى $\alpha \geq 0.05$

يتضح من الجدول (22) وجود ارتباط بين نتيجة المباريات والاتصال اللفظي لمتغير (لاعب مع اكثر من لاعب) حيث بلغت قيمة الارتباط (-0.307) عند مستوى (0.05)، وهذا يدل على ان لهذا الاتصال علاقة بنتيجة المباريات لكل الفرق. ويتضح عدم وجود ارتباط لمتغير (لاعب مع لاعب) و(لاعب مع نفسه) في الاتصال اللفظي مع النتيجة، حيث بلغت قيمة الارتباط لهذين الإتصاليين على التوالي (0.139، 0.08) عند مستوى (0.05)، وهذا يدل على انه لا علاقة لهما بنتيجة المباريات لدى كل الفرق.

أما نتائج الارتباط للاتصال الحركي اتصال (لاعب مع اكثر من لاعب) فقد وجد ارتباط بين هذا الاتصال ونتيجة المباريات حيث بلغت قيمة الارتباط (-0.418) عند مستوى دلالة (0.05) وهذا مما يدل على ان هذا الاتصال يؤثر على نتيجة المباريات لكل الفرق. بينما لم تظهر النتائج وجود ارتباط للاتصاليين (لاعب مع لاعب) و (لاعب مع نفسه) في الاتصال الحركي مع النتيجة حيث بلغت قيمة الارتباط للمتغيرين على التوالي (-0.090، -0.199) عند مستوى (0.05) وهذا يدل على ان لهذين الاتصاليين لا علاقة بنتيجة المباريات لدى كل الفرق.

كما يتضح من الجدول أعلاه ان نتائج الاتصال (اللفظي والحركي/ السلبي) لها ارتباط بنتيجة المباريات حيث بلغت قيمة الارتباط على التوالي (0.410، 0.472) عند مستوى (0.05) وهذا يدل على ان هناك علاقة للاتصاليين (اللفظي والحركي/ السلبي) بنتيجة المباريات لكل الفرق.

كما وجد أيضا إن للاتصال الحركي/الإيجابي ارتباط بنتيجة المباريات لكل الفرق حيث بلغت قيمة الارتباط (-0.406) عند مستوى (0.05).

وتبين ان للاتصال الحركي سواء كان إيجابي أو سلبي علاقة بنتيجة مباريات جميع الأندية في الدوري مما أدى إلى فوز بعض الفرق التي يكثر فيها الاتصال الإيجابي وإلى خسارة البعض الآخر الذي يكثر فيها الاتصال السلبي.

أما للاتصال السلبي سواء كان لفظي أو حركي علاقة بنتيجة المباريات، لجميع الأندية في الدوري، مما أدى إلى خسارة بعضها للمباريات التي يكثر فيها هذا النوع من الاتصال.
وجد أيضا بان لكمية الاتصال الحركي (للاعب مع اكثر من لاعب) ارتباط كبير بنتائج المباريات للأندية كما في الاتصال اللفظي.

وترى الكاتبة ذلك قد يعود إلى أن لعبة كرة الطائرة لعبة جماعية فهي تعتمد بالأساس على مدى الانسجام بين اللاعبين والذي يتم الإعداد له خلال مرحلة ما قبل الدوري ويتم ذلك من خلال الاتصالات سواء اللفظية أو الحركية بين اللاعبين والتي لها علاقة كبيرة بنتيجة المباراة، لأن سرعة الأداء في هذه اللعبة الجماعية بالتحديد تتطلب درجة عالية من التفاهم والانسجام.

ثالثا: الاستنتاجات والتوصيات

أ-الاستنتاجات:

توصلت الكاتبة إلى الاستنتاجات النهائية لدراستها التحليلية في موضوع الاتصال الرياضي في لعبة الكرة الطائرة إلى:

- 1- زيادة عدد الاتصالات اللفظية والحركية الإيجابية (للاعب مع لاعب ولاعب مع اكثر من لاعب) أما علاقة الاتصال (لاعب مع نفسه) فهي علاقة ضعيفة مقارنة بالاتصالات الأخرى.
- 2- أكثر الأندية استخداما للاتصال الإيجابي اللفظي والحركي هو نادي الوحدات وأكثرها استخداما للاتصال السلبي اللفظي هو نادي الحسين اربد.
- 3- وجود فروق ذات دالة إحصائية في الاتصال اللفظي لمتغير (لاعب مع اكثر من لاعب) بين الأندية لصالح نادي الوحدات والبقعة. والفروق لهذا المتغير في الاتصال الحركي لصالح كل من نادي الوحدات وشباب الحسين.

- 4- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الاتصال اللفظي والحركي لمتغير (لاعب مع لاعب) بين الأندية.
- 5- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الاتصال الحركي لمتغير (لاعب مع نفسه) بين الأندية لصالح كل من نادي الوحدات وشباب الحسين. وعدم وجود فروق لهذا المتغير في الاتصال اللفظي بين الأندية.
- 6- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الاتصال اللفظي الإيجابي بين الأندية لصالح كل من (الوحدات، شباب الحسين، والبقعة).
- 7- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الاتصال اللفظي السلبي بين الأندية لصالح كل من (العودة، الحسين اربد، والكرمل). وعدم وجود فروق في الاتصال الحركي السلبي بين الأندية.
- 8- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الاتصال الحركي الإيجابي بين الأندية لصالح كل من (الوحدات، شباب الحسين والكرمل).
- 9- وجود ارتباط بين الاتصال اللفظي والحركي لمتغير (لاعب مع أكثر من لاعب) ونتائج مباريات الأندية مجتمعة.
- 10- عدم وجود ارتباط بين الاتصال اللفظي والحركي لمتغيري (لاعب مع لاعب ولاعب مع نفسه) ونتائج مباريات الأندية مجتمعة.
- 11- وجود ارتباط بين الاتصال الحركي الإيجابي والسلبي واللفظي السلبي ونتائج مباريات الأندية مجتمعة.
- 12- عدم وجود ارتباط بين الاتصال اللفظي الإيجابي ونتائج المباريات مجتمعة.

ب-التوصيات

وفي ضوء عرض ومناقشات النتائج، توصي الكاتبة بما يلي:

- 1- التأكيد على مدربي الفرق بالتركيز على أهمية الاتصال اللفظي والحركي الإيجابي للاعبين أثناء التدريب.

- 2- ضرورة الاهتمام بنوعية الاتصال الحركي بين اللاعبين أثناء التدريب والمباراة.
- 3- ضرورة التأكيد على اللاعبين بالتركيز على استخدام الاتصال الجماعي الايجابي (لاعب مع أكثر من لاعب) في المباراة.
- 4- التأكيد على مدربي الأندية بأهمية استخدام الأسلوب العلمي في التدريب من خلال تحليل المباريات لمعرفة نقاط القوة والضعف لديهم من خلال الاتصالات التي تحدث بينهم.
- 5- إجراء دراسة مشابهة على الفرق النسوية وفرق الناشئين والناشئات.
- 6- إجراء دراسة تجريبية لموضوع الاتصال وتأثيره على المباريات.
- 7- إجراء دراسة لمعرفة أكثر المناطق التي يحدث فيها الاتصال.



ملحق رقم (1)

بعض الإشارات الحركية الإيجابية التي تحدث بين المعد واللاعبين لتنفيذ خطة

اللعب في المباريات

1- إصبع السبابة: يعني ضرب ساحق عالي من مركز (4) يسار الملعب وارتفاع الكرة من 5-8م فوق مستوى الشبكة. (H.K).

2- إصبع السبابة والإبهام: (كما يشار للمسدس) وهو ضرب سريع يتم من أمام المعد وعلى بعد (2.5-3م) ما بين مركز 3 ومركز 4 حيث يتم خروج الضارب إلى الشبكة قبل إعداد الكرة ويكون بالهواء قبل ضرب الكرة ويتم رفع الكرة بارتفاع الذراع الضاربة وموازية للشبكة (B.Q).

3- إصبع الإبهام: ويعني لدى اللاعبين ضرب ساحق سريع من أمام المعد وعلى بعد (1متر) في مركز 3، حيث يتم رفع الكرة عند بدء اقتراب اللاعب للضرب الساحق ويتم رفع الكرة في حدود (25-60 سم) ورهما تصل في بعض الحالات إلى ارتفاع (1 متر) ويتم ضرب الكرة قبل ان تصل أعلى ارتفاع لها. (A.Q).

4- الإصبع الصغير: عند رفع هذا الإصبع يتم الضرب الساحق من خلف المعد وعلى بعد (1م) من المعد وبنفس ارتفاع الضرب الساحق (A.Q) ويتم أداء المهارة ما بين مركز 3 ومركز 4.

ملحق رقم (2)

مواعيد مباريات مرحلتي الذهاب والإياب لدوري أندية الدرجة الأولى لكرة الطائرة لعام (2000م) التي أجريت عليهم الدراسة

| مرحلة الإياب | | مرحلة الذهاب | | رقم المباراة |
|--------------|-------------------------|--------------|--------------------|--------------|
| التاريخ | الفريقان | التاريخ | الفريقان | |
| 2000/5/11 | شباب لحسين +الكرمل | 2000/4/2 | الحسين اربد+البقعة | 1 |
| 2000/5/11 | البقعة+العودة | 2000/4/6 | العودة+البقعة | 2 |
| 2000/5/11 | الكرمل + شباب الحسين | 2000/4/8 | الوحدات+العودة | 3 |
| 2000/5/15 | العودة+ الوحدات | 2000/4/10 | الكرمل+البقعة | 4 |
| 2000/5/23 | وحدات + شباب الحسين | 2000/4/14 | البقعة+الوحدات | 5 |
| 2000/5/23 | الحسين اربد +العودة | 2000/4/20 | شباب الحسين+العودة | 6 |

*أجريت جميع المباريات في قصر الرياضة بمدينة الحسين للشباب

ملحق رقم (4)

أعضاء هيئة التحكيم الذين تم الاعتماد عليهم في تحديد صدق المحتوى

| الرقم | اسم المحكم | الرتبة الأكاديمية | مكان العمل |
|-------|-------------------|-------------------|---|
| 1 | أ.د. هاشم إبراهيم | أستاذ | كلية التربية الرياضية / الجامعة الأردنية |
| 2 | أ.د. عصمت الكردي | أستاذ | كلية التربية الرياضية / الجامعة الأردنية |
| 3 | أ.د. نوري الشوك | أستاذ | كلية التربية الرياضية / جامعة بغداد |
| 4 | د. سميرة عرابي | أستاذ مشارك | كلية التربية الرياضية / الجامعة الأردنية |
| 5 | د. بسام هارون | أستاذ مشارك | كلية التربية الرياضية / الجامعة الأردنية |
| 6 | د. عبد الله مرقس | أستاذ مشارك | كلية الآداب / قسم الاجتماع / جامعة الموصل |
| 7 | د. عامر السعدي | أستاذ مشارك | كلية التربية الرياضية / جامعة بغداد |
| 8 | د. ثريا نجم | أستاذ مشارك | كلية التربية الرياضية / جامعة بغداد |
| 9 | محمد خليل | مدرس | كلية التربية الرياضية / الجامعة الأردنية |

ملحق رقم (5)
الاستمارة بصورتها النهائية

| اسم الفريق: | | البطولة: | | المكان: | | متغيرات الاتصال اللفظي | | | | | | | | | | | | | |
|-------------|--|----------|--|---------|--|------------------------|--------------|-------------------|--------------|---------------------------|--------------|--|--------------|-------------------|--------------|---------------------------|--------------|--------------------|--|
| | | | | | | التاريخ: | | الوقت: | | النتيجة: | | متغيرات الاتصال عن طريق الإشارات الحركية | | | | | | | |
| | | | | | | لاعب يتصل مع نفسه | | لاعب يتصل مع لاعب | | لاعب يتصل مع أكثر من لاعب | | لاعب يتصل مع نفسه | | لاعب يتصل مع لاعب | | لاعب يتصل مع أكثر من لاعب | | الأشواط | |
| | | | | | | اتصال سلبي | اتصال إيجابي | اتصال سلبي | اتصال إيجابي | اتصال سلبي | اتصال إيجابي | اتصال سلبي | اتصال إيجابي | اتصال سلبي | اتصال إيجابي | اتصال سلبي | اتصال إيجابي | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | الأول | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | مجموع الشوط الأول | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | الثاني | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | مجموع الشوط الثاني | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | الثالث | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | مجموع الشوط الثالث | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | الرابع | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | مجموع الشوط الرابع | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | الخامس | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | مجموع الشوط الخامس | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | المجموع | |

ملحق رقم (6)

الترتيب النهائي للفرق المشاركة في بطولة دوري الأندية

| الأندية | الترتيب النهائي | مجموع النقاط |
|-------------|-----------------|--------------|
| الوحدات | الأول | 22 |
| شباب الحسين | الثاني | 14 |
| العودة | الثالث | 12 |
| الكرمل | الرابع | 8 |
| البقعة | الرابع (مكرر) | 8 |
| الحسين اربد | الرابع (مكرر) | 8 |

المراجع العامة

أولاً: المراجع العربية

- 1- الاتحاد الدولي للكرة الطائرة، والقواعد الرسمية للكرة الطائرة، 2001م-2004م.
- 2- الاتحاد الدولي للكرة الطائرة، القواعد الرسمية للكرة الطائرة الشاطئية، 2002م-2004م.
- 3- الاتحاد العربي للكرة الطائرة، النظام الأساسي.
- 4- إبراهيم، د. مروان عبد المجيد، التصنيف الطبي والقانون الدولي بالكرة الطائرة للمعاقين حركياً، جلوس. الدار العلمية الدولية دار الثقافة للنشر والتوزيع، 2002م.
- 5- أبو اصبع، صالح خليل. الاتصال الجماهيري. دار المشرق، 1999م.
- 6- بولص، ساهرة حنا، دراسة تحليلية للاتصالات بين لاعبي الكرة الطائرة أثناء المباريات وعلاقتها بالنتائج، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الأردنية، 2001م.
- 7- الجميلي، د. سعد حماد، الكرة الطائرة - تعليم- تدريب- تحكيم، منشورات جامعة السابع من أبريل، ط1، ليبيا، 1997م.
- 8- الجواد، حسن عبد، الكرة الطائرة، دار العلم للملايين، بيروت/لبنان، 1989م.
- 9- حسانين، د. محمد صبحي عبد المنعم، د. مجدي، الأسس العلمية لكرة الطائرة وطرق القياس والتقويم، مركز الكتاب للنشر، 1997م.
- 10- حمدان، ساري، دراسة تحليلية للاتصالات الكلامية عند لاعبي الكرة الطائرة، بحث مقدم للمؤتمر العلمي الرياضي الخامس لكليات التربية الرياضية، جامعة البصرة، 1987م.

- 11-الحياري، د.حسن، أبو الطيب، حسن، سويلم، حسين، فنون الكرة الطائرة، دار الأمل للنشر- والتوزيع /أربد، 1987م.
- 12-خطايبه، د. أكرم زي، موسوعة الكرة الطائرة الحديثة، ط1- دار الفكر للطباعة والنشر- والتوزيع، عمان، 1996م.
- 13-فرج، د.ألن وديع، الكرة الطائرة/دليل المعلم والمدرب واللاعب، جامعة الإسكندرية، 1990م.
- 14-قطب، د.سعید محمد، سعید، د. لؤي غانم، الكرة الطائرة بين النظرية والتطبيق، العراق، جامعة الموصل، 1985م.
- 15-مختار، سالم، حول الكرة الطائرة، مكتبة المعارف/بيروت، 1974م.
- 16-منشورات الدورة الأولمبية الثامنة والعشرين في اليونان/أثينا، 2004م.
- 17-منصور، هالة، الاتصال الفعال، مناهجه، أساليبه، مهاراته، الإسكندرية، 2000م.
- 18-مهدي، محمد محمود، المدخل في تكنولوجيا الاتصال الاجتماعي، الإسكندرية، 1997م.
- 19-الوشاحي، عصام، الكرة الطائرة الحديثة- مفتاح الوصول إلى المستوى العالي دار الفكر العربي - مصر- 1994م.

ثانيا: المراجع الأجنبية:

- 1- G-E.Mayers et al., 1980, The dynamics of human. Communication me grow – hill book company, third edition.
- 2- Hanin, Y.L., 1972, Questions of the problems of psychological approaches in sport, leningrad: the lesgraft institute of physical, cuiture.
- 3- mary dunphy: Head coach men’s volleyball program pepperdine university CA 1991.
- 4- Rod wilde – member, United states men’s national (Volleyball Today) 1994.
- 5- Seidentop, D. 1978, the management or proctice behavior in sport psychology, analysis or athletic behavior, new yourk, moremeat, publications.



ساهرة حنا بولص

- ماجستير تربية رياضية/الجامعة الأردنية.
- بكالوريوس تربية رياضية / جامعة بغداد.
- دبلوم صحافة/ معهد التدريب الإذاعي الصحفي/ العراق.
- لاعبة المنتخب الوطني العراقي بالكرة الطائرة.
- لاعبة نادي ديونس بالكرة الطائرة /الأردن.
- مثلت المنتخبات الجامعية العراقية والأردنية بالكرة الطائرة.
- مدربة فريق كرة الطائرة للنساء/نادي الآثوري/العراق.
- محررة /قسم الرياضة/مجلة الطلبة والشباب/العراق.
- محاضرة تدريس/جامعة بغداد كلية التربية الرياضية.
- مساعدة تدريس / الجامعة الأردنية/ كلية التربية الرياضية.
- مراسلة رياضية/ مجلة الأنوثة الجزائرية.
- حاصلة على شهادة تدريبية درجة أولى بالكرة الطائرة.
- حاصلة على شهادة تحكيمية درجة أولى بالكرة الطائرة.

Majdalawi



000100
Books

Dar Majdalawi Pub & Dis,
Telefax: 5349497 - 5349499
P.O.Box: 1758 Amman 11941 Jordan



دار مجدلاوي للنشر والتوزيع
تليفاكس: ٥٣٤٩٤٩٧ - ٥٣٤٩٤٩٩
ص.ب: ١٧٥٨ عمان ١١٩٤١ الأردن

E-mail: customer@majdalawibooks.com
www.majdalawibooks.com

ISBN: 9957-02-254-7