



## تأثير اسلوب الاستبصار في الدافعية الذاتية وتعلم مهارتي الاعداد والاستقبال بكرة الطائرة للطلاب

سامر حسين خليفة طعمة  
كلية التربية الاساسية – جامعة ديالى  
Emil:basicsport42te@uodiyala.edu.iq  
07700809788

تاريخ الاستلام : 2026/1/11  
تاريخ القبول: 2026/3/20  
تاريخ النشر: 2026/7/1



هذا العمل مرخص من قبل  
ملخص البحث

يهدف البحث الى معرفة اسلوب الاستبصار في الدافعية الذاتية وتعلم مهارتي الاعداد والاستقبال بكرة الطائرة للطلاب من خلال أسلوب الاستبصار (الفهم العميق للمهارة) يعزز الدافعية الذاتية لدى لاعبي الكرة الطائرة بتحويل التركيز من الأداء الميكانيكي إلى فهم الهدف من المهارة، مما يزيد تحسن تعلم الإرسال والاستقبال عبر ربط الأجزاء ببعضها وتوقع النتائج، ويقلل الأخطاء ويزيد الثقة بالنفس (تقدير الذات المهارة)، وهدف البحث هو معرفة تأثير اسلوب الاستبصار في الدافعية الذاتية في تعلم مهارتي الاعداد والاستقبال بكرة الطائرة للطلاب ونفرض في البحث الحالي هو معرفة الدلالة الاحصائية للاختبارات البعدية للاختبارات وبين المجموعات التجريبية والضابطة ولصالح الاختبارات البعدية وهذا الاسلوب يزيد الرغبة الذاتية في التعلم، كما في الأساليب التي تركز على الفهم مثل الأسلوب التبادلي، واستخدام الباحث المنهج التجريبي ذو المجموعتين التجريبية والضابطة لطبيعة ملائمة مشكلة البحث وتم اجراء التجانس والتكافؤ للمجموعتين واستخدام مقياس الدافعية الذاتية وفق اسلوب الاستبصار وايضا استخدم اختبارات الإرسال والاستقبال بكرة الطائرة , ومن خلال معالجة البيانات بالحقيبة الاحصائية (spss) استنتجت الدراسة الى ان لاستبصار يساعد اللاعب على فهم زاوية ضرب الكرة ونقطة الالتقاء، وليس مجرد ضربها. و فهم اللاعب كيف يؤثر إرساله (القوة، الاتجاه) على سير اللعب، مما يجعله يطور إرسالات أكثر فاعلية. و يان اسلوب الاستبصار اللاعب من توقع مسار الكرة وتوقيت التحرك، بدلاً من رد الفعل واوصت الدراسة الى أسلوب الاستبصار عبر تحديد الأهداف الواقعية، وتحليل الأداء باستخدام البطاقات التعليمية البصرية، التركيز على الفروق الحسية، وربط المهارة بالمتعة الذاتية لزيادة الرضا الحركي، مع التأكيد على أهمية تقدير الذات المهارة وتطبيق تقنيات الاستقبال والإرسال خطوة بخطوة لترسيخ التعلم .

الكلمات المفتاحية : اسلوب الاستبصار, الدافعية الذاتية , مهارات كرة الطائرة

## **The Impact of Insight-based learning on self-Motivation and Learning the Skills of Setting and Receiving in Volleyball for Students**

### **Abstract**

This research aims to identify the role of insight in self-motivation and learning the skills of setting and receiving in volleyball for students. The insight approach (deep understanding of the skill) enhances self-motivation in volleyball players by shifting focus from mechanical performance to understanding the objective of the skill, thus increasing engagement with the game and improving the learning of serving and receiving through linking. The parts are connected to each other, and the results are anticipated, reducing errors and increasing self-confidence (skill self-esteem). This leads to improved technical performance and a higher overall level. Understanding and insight raise the level of perception and facilitate the application of complex skills, improving reception and transmission performance effectively and sustainably through increased understanding and perception, where the player understands the purpose of each movement. This makes him more engaged with the game and boosts his self-esteem and skill. When a player understands "why" he is doing something, his confidence in his performance and ability to learn increases, and his psychological skills improve. Also, intrinsic motivation: the motivation shifts from simply "training" to "understanding and improving." Performance," which increases intrinsic motivation to learn, as in understanding-focused methods such as the exchange method. The researcher used the experimental method with two groups, experimental and control, due to the suitability of the research problem. Through data processing using the Statistical Package for the Social Sciences (SPSS), the study concluded that insight helps the player understand the angle of striking the ball. The focus should be on the point of contact, not just hitting the ball. Understanding how a player's serve (power, direction) affects the flow of the game allows them to develop more effective serves. Foresight enables the player to anticipate the ball's trajectory and timing, rather than simply reacting. The study recommended developing foresight through setting realistic goals and analyzing performance using flashcards, Visual, focusing on sensory differences, and linking skill to intrinsic enjoyment to increase motor satisfaction, while emphasizing the importance of skill self-esteem and applying step-by-step reception and transmission techniques to consolidate learning.

**Keywords:** Insight technique, self-motivation, volleyball skills

**1- المقدمة وأهمية البحث :**

ان أسلوب الاستبصار في الكرة الطائرة يشير إلى المهارات الذهنية والاستراتيجية التي تسمح للاعبين بـ "رؤية" مجريات اللعب وتوقعها، وتتمثل في اتخاذ القرارات السريعة مثل توجيه تمريرة أو اختيار مكان ضرب الكرة استناداً إلى تحركات الخصوم وتمركز زملائهم، وهو مرتبط بالمهارات الأساسية مثل الاستقبال، الإعداد، والضرب الساحق، وكيفية تطبيقها بذكاء لتغيير مجرى اللعب وتحقيق التفوق الهجومي والدفاعي، ومن أهم جوانب أسلوب الاستبصار هو الوعي التكتيكي: فهم تشكيلات الفرق الأخرى وقدرات اللاعبين، ومعرفة أين توجد الفجوات في دفاع الخصم. واتخاذ القرار السريع: القدرة على اختيار التمريرة أو الضربة الأفضل في أجزاء من الثانية، بناءً على الموقف الحالي (مثل تمرير الكرة منخفضة أو عالية، وتوقع حركة الكرة والخصم: قراءة إرسال الخصم أو ضربته الساحق لتحديد أفضل مكان للاستقبال أو الدفاع. والمرونة في المهارات الأساسية: استخدام مهارات مثل التمرير العلوي (الإعداد) والتمرير السفلي (الاستقبال) بذكاء، وليس فقط كحركات ميكانيكية حيث يتم تطبيق الاستبصار عملياً في الاستقبال: (Reception) لاعب يستقبل الإرسال يتوقع مسار الكرة ويتحرك بوقفة استعداد مناسبة (ركبتان مثبتيان، ميل طفيف للأمام) لتوجيهها للمعد بدقة، بدلاً من مجرد صدها. وفي الإعداد: (Setting) المعد يقرر أي لاعب سيضرب الكرة وأين، بناءً على تمركز المهاجمين والمدافعين، قد يقرر إرسال كرة سريعة للاعب قريب أو كرة عالية متأخرة لآخر. وفي الهجوم (Attack): الضارب يرى دفاع الخصم، وقد يختار ضرب الكرة في منطقة فارغة، أو استخدام الخداع (Deception)، أو ضربة سريعة (Quick Attack) بدلاً من مجرد الضرب بقوة، حيث ان أسلوب الاستبصار يرفع مستوى اللعبة من مجرد ردود فعل إلى لعب استراتيجي فعال، حيث يفكر اللاعبون كفريق متكامل لتجاوز الخصم، حيث ان الدافعية الذاتية (الشغف الداخلي) وأسلوب الاستبصار (الفهم العميق للمهارة) ضروريان لتعلم وإتقان المهارات الأساسية بالكرة الطائرة (الإرسال، الاستقبال، الإعداد، الهجوم، الصد، الدفاع)، حيث تجعل اللاعبين يتدربون بتركيز أكبر، يستوعبون التقنيات بشكل أفضل، يتجاوزون الصعوبات بثبات، ويطورون أداءً فعالاً ومستداماً، مما يحول التدريب الروتيني إلى تجربة مجزية ذاتية بدلاً من مجرد تنفيذ تعليمات، ويؤدي لتحسن مستمر في الأداء. وأهمية أهمية الدافعية الذاتية (Intrinsic Motivation) التركيز العميق: تجعل اللاعب يركز على العملية نفسها، لا مجرد النتيجة، مما يعزز التعلم. والمثابرة: تساعد على تجاوز الإخفاقات وعدم الملل، خاصة في التدريب المتكرر للمهارات الأساسية. والشعور بالإنجاز: يربط الأداء الجيد بالرضا الداخلي، وليس فقط بالمكافآت الخارجية. وتطوير المهارات: تؤدي إلى بذل جهد أكبر لفهم "لماذا" و "كيف" يتم تنفيذ المهارة، وليس فقط "ماذا". وأهمية أسلوب الاستبصار (Insight Learning) الفهم العميق للتقنية: يعني فهم المبادئ الميكانيكية والفيزيائية وراء كل حركة (مثل حركة الذراعين في التمرير أو الدفع في الإرسال والربط بين المهارات يساعد اللاعب على فهم كيف تتكامل المهارات المختلفة (الاستقبال يقود للإعداد، والإعداد يقود للهجوم والتطبيق المرن: يمكّن اللاعب من تعديل المهارة بسرعة لتناسب المواقف المتغيرة في الملعب (الاستجابة للمنافس والاستقلالية: يقلل الاعتماد على توجيه المدرب المستمر، حيث يصبح اللاعب قادراً على تقييم أدائه وتصحيحه ذاتياً.

**2- مشكلة البحث :**

مشكلة الاستبصار والدافعية الذاتية في الكرة الطائرة تتمحور حول تأثير الحالة النفسية للاعب (مثل القلق، الثقة، تقدير الذات) على الأداء المهاري والخططي للمهارات الأساسية الإرسال، الاستقبال، الإعداد، الضرب الساحق،

الصد، الدفاع)، حيث أن اللعبة تتطلب تركيزاً عالياً وقدرة على التعامل مع ضغوط المنافسات الحتمية بالفوز أو الخسارة، مما يؤثر على اتخاذ القرار وتوجيه الكرة ويحتاج إلى إعداد نفسي يوازي الإعداد البدني والمهاري لتطوير هذه المهارات النفسية. حيث الاستبصار هو قدرة اللاعب على فهم أخطائه وتصحيحها بشكل ذاتي ومستمر، ومعرفة نقاط القوة والضعف لديه (الوعي الذاتي وايضا بالنسبة للدافعية الذاتية في الرغبة الداخلية للاعب للاستمرار في التدريب، تحسين الأداء، وتحقيق الأهداف الشخصية والجماعية، بغض النظر عن المكافآت الخارجية. وفي حال عدم وجود استبصار كافٍ أو انخفاض الدافعية الذاتية يؤدي إلى تكرار الأخطاء، عدم القدرة على التكيف، تراجع المستوى، والشعور بالإحباط، خاصة في المواقف الضاغطة مثل استقبال الإرسال الصعب أو تنفيذ إعداد حاسم. حيث ان الاستبصار يساعد الطالب على ملاحظة أخطاء تمريراته أو ضرباته أثناء اللعب وتصحيحها فوراً. والدافعية تدفع اللاعب لتكرار التمرين (الإعداد) بشكل صحيح حتى في ظل الإرهاق، وتدفعه للدفاع بقوة حتى بعد فقدان الكرة. تكمن مشكلة اسلوب الاستبصار ( فهم الموقف ككل) في ضعف الدافعية الذاتية للمتعلمين، مما يؤدي إلى صعوبة إدراك العلاقات بين مكونات مهارات استقبال الإرسال والإعداد. يؤدي هذا إلى أخطاء فنية، مثل ضعف تمرکز الجسم (الوقفة) أو عدم السيطرة على حركة الذراعين لتوجيه الكرة.

### 3- هدف البحث :

- 1- معرفة تأثير اسلوب الاستبصار في الدافعية الذاتية في تعلم مهارتي الاعداد الاستقبال بكرة الطائرة للطلاب .
- 2- اعداد وحدات تعليمية بأسلوب الاستبصار لدى لاعبي كرة الطائرة .
- 3- التعرف على الفروق بين المجموعتين ال ضابطة والتجريبية في الدافعية الذاتية وتعلم مهارتي الاعداد والاستقبال بالكرة الطائرة.

### 4- فروض البحث:

- 1- هناك فروق ذات دلالة إحصائية في اختبارات الاعداد والارسال في الدافعية الذاتية بين القياس القبلي و البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة و لصالح القياس البعدي
- 2- هناك فروق ذات دلالة إحصائية للمجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في الاختبارات البعدية في تعلم مهارتي الاعداد والارسال و لصالح المجموعة التجريبية.

### 5- مجالات البحث :

- 1- المجال البشري : طلاب كلية التربية الاساسية – قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة ديالى .
- 2- المجال المكاني : قاعات وملاعب الكلية لجامعة ديالى .
- 3- المجال الزمني : للفترة من 2025/ 2 /1 ولغاية 2025 /4 /25م.

### 6- تحديد المصطلحات:

- 1- اسلوب الاستبصار : هو أسلوب تدريبي يُعَلِّم اللاعبين كيفية اكتشاف الحلول بأنفسهم بدلاً من إعطائهم الأوامر، مما يعزز قدرتهم على قراءة اللعب , وإشارة إلى الوعي التكتيكي والفهم العميق للعبة (Cognitive Skill) ، وهو قدرة اللاعب على "رؤية" (بصيرة) مسار الكرة، تحركات الخصم، وتحديد أفضل استراتيجية لتنفيذ المهارات كالتمرير والإعداد والضرب، بدلاً من مجرد التنفيذ الحركي، وهذا يتضمن اتخاذ القرار السريع وتوقع اللعب، وهو ما يميز اللاعب الذكي عن غيره. (رشا فرج مسعود العربي (2017).
- 2- الدافعية الذاتية : هي سمة يتمتع بها جميع القادة الناجحين تقريباً، فهم مدفوعون لتحقيق الإنجازات التي تفوق كافة التوقعات، سواء كانت توقعاتهم الذاتية أو توقعات الآخرين (إبراهيم احمد, 2005)

او هي الرغبة الداخلية التي تدفع الفرد إلى تحقيق أهدافه والعمل نحو تحقيق رغباته. هي القوة التي تؤثر على سلوك الفرد وتحفزه على العمل .

## 2-الاطار النظري :

1- اسلوب الاستبصار : الاستبصار في علم النفس يعني الفهم المفاجئ والعميق للعلاقات بين عناصر موقف ما، مما يؤدي إلى حل المشكلات أو فهم الذات، ويختلف عن المعرفة الخارقة للطبيعة (Precognition) التي تنبئ بالمستقبل، ويركز علم النفس على الاستبصار كعملية إدراكية لحل المشكلات (التعلم بالاستبصار) أو كجزء أساسي في العلاج النفسي لفهم الذات وتغيير السلوك، وهو إدراك العلاقات بين الوسائل والهدف .

وايضا هو معرفة خارقة للطبيعة بالأحداث المستقبلية، لا تركز على إحداث الأحداث ذهنياً، بل على التنبؤ بتلك التي يدعي الشخص أن وقوعها قد حُدد مسبقاً. ومثلا التخاطر والاستبصار يُقال إن الاستبصار يعمل دون اللجوء إلى الحواس العادية، وبالتالي فهو شكل من أشكال الإدراك الحسي الخارق والتخاطر هو ادراك يحدث بشكل مستقل عن العمليات الحسية المعروفة. وعادةً ما تشمل هذه الفئة من الظواهر ما يلي التخاطر،" أو نقل الأفكار بين الأشخاص الاستبصار ، أو الوعي الخارق بالأشياء أو الأحداث التي قد لا يعرفها الآخرون بالضرورة؛ والاستبصار ، أو معرفة المستقبل. يعود البحث العلمي في هذه الظواهر وما شابهها إلى أواخر القرن التاسع عشر، حيث تأتي معظم الأدلة الداعمة من تجارب تخمين أوراق اللعب (أميرة محمود، 2016). يحاول المشاركون تخمين رموز أوراق اللعب المخفية عن أنظارهم في ظروف مضبوطة؛ وتعد نسبة التخمينات الصحيحة التي تتجاوز الصدفة في عدد كبير من المحاولات دليلاً على الإدراك الحسي الخارق. ورغم أن العديد من العلماء ما زالوا يشككون في وجود هذه القدرة، إلا أن فرق التحقيق التي تبحث عن المفقودين تستعين أحياناً بأشخاص يدعون امتلاكه.

## 2- مفهوم الاستبصار

يعد هذا المفهوم من اكبر الاضافات العلمية التي قدمها علم النفس الجشطط لفهم طبيعة عملية التعلم , ويعرف الاستبصار بانه ( ادراك مفاجيء للعلاقات بين عناصر او جوانب الموقف , نتيجة اعادة تنظيم تلك العناصر ) , اذ يفسر اصحاب هذه النظرية عملية التعلم على اساس انها عملية اعادة تنظيم للمجال الادراكي الذي يوجد فيه الكائن الحي , من خلال ادراك العناصر اولاً , وبعد ذلك تدرك العلاقات التي تربط بينهما في ضمن المجال , وهذه الادراكات تؤدي الى اعادة تنظيم المجال في صورة كلية جديدة .

وبذلك يكون التعلم هو العملية المؤدية الى اعادة تكوين الكل المنظم , وعلى وفق هذه الرؤية للتعلم بالاستبصار نجد أنه يتضمن عمليتين من اهم العمليات العقلية وهما عمليتا: الفهم وادراك العلاقات , ومثل هذا المستوى من التعلم (ي عامر فيصل, 2014) وجد في مستويات عليا من سلم الكائنات الحية , وحتى نستطيع توضيح هذا المفهوم , اي كيف يقوم الكائن الحي بأدراك عناصر الموقف وتكوين علاقات واضحة بينها حتى يتوصل الى الحل الاستبصاري سنقوم بعرض التجارب .

1. فهم الكل: رؤية الموقف ككل وتحديد العلاقات بين أجزائه المختلفة، وليس مجرد إدراك الأجزاء المنفصلة.

2. حل المشكلات: الإدراك الفجائي للروابط التي تؤدي إلى حل مشكلة معقدة، وغالباً ما يأتي بعد محاولات فاشلة (نظرية الجشططت).

3. فهم الذات: معرفة عميقة بالنفس، بما في ذلك الدوافع، المشاعر، نقاط القوة والضعف، ومصادر الاضطرابات

### 3- أنواع الاستبصار

1. الاستبصار المعرفي (Cognitive Insight): فهم العلاقات بين الأسباب والنتائج وحل المشكلات.
2. الاستبصار الذاتي (Self-Insight): فهم الذات وتناقضاتها، وهو أساسي في العلاج النفسي.
3. الاستبصار الخارق (Precognition): (يُدْرَس خارج علم النفس التقليدي) وهو القدرة المفترضة على معرفة الأحداث المستقبلية، ويُصنف ضمن علم ما وراء النفس.

### 4- أهمية الاستبصار

1. تغيير السلوك: يساعد الفرد على رؤية كيف تؤثر تجاربه الماضية على سلوكه الحالي، مما يُمكنه من تعديل مفاهيم الذات وتغيير السلوكيات غير التكيفية.
  2. تقبل الذات: يتيح تقبل الذات وفهمها بعمق، مما يقلل من الحاجة إلى حيل الدفاع النفسي، ويسمح بتحويل الخبرات المؤلمة إلى دروس.
  3. تطوير الإرادة: يعزز قدرة الفرد على السيطرة على مشاكله بدلاً من أن تسيطر.
- والاستبصار في كرة الطائرة يعني "الإدراك البصري السريع" للملعب والكرة والمنافسين لاتخاذ قرارات آنية، ويظهر في مهارات مثل استقبال الإرسال) اتخاذ وضعية الاستعداد الصحيحة، الركبتين مثنيتين، الميل للأمام) والتصرف السريع وقت الهجوم، وهو مرتبط بالسرعة، الدقة، التوازن، والتوقع، ويساعد الفريق على إحراز النقاط والتغلب على الخصم .

### 5- ومن خصائص التعلم بالاستبصار ما يأتي : (فرانسيس دوانر: 2015)

- 1- تتوقف قدرة الفرد على التعلم بالاستبصار على مستوى ذكائه وكذلك على سنه وخبراته أي أن الذكاء عند مدرسة الجشطت ضرب من الاستبصار.
- 2- إن التعلم بالاستبصار تسبقه غالباً مرحلة من المحاولات والاختفاء الذهنية لدى الكبار من بني الانسان وربما كان الأمر كذلك لدى الأطفال لكن سرعان ما يتبع ذلك المادة تنظيم للموقف حتى يتم تعلمه وبصورة صحيحة.

3- الفهم الذي يتضمنه الاستبصار قد لا يظهر على نحو فجائي كما تصرح مدرسة الجشطت , بل قد يكون هذا الفهم تدريجياً , أما الاستبصار الفجائي فالأجدر أن يسمى بالإلهام Inspiration أو الاشرار Illumination.

### 6- الدافعية الذاتية للتعلم بكرة الطائرة : (شادي محمود: 2021)

الدافعية الذاتية للتعلم في الكرة الطائرة هي حافز داخلي يدفع اللاعب لتحسين مهاراته (الإرسال، الاستقبال، الإعداد، الهجوم، الصد، الدفاع) وإتقانها بنفسه، وتتأثر بالرغبة في النجاح، وتطوير الذات، وتجاوز التحديات، وتعزز الثقة بالنفس والمشاركة الإيجابية، وتعتمد على استراتيجيات مثل التدريب الذهني ولعب الأدوار لزيادة الاهتمام والفعالية، مما يقلل من الملل والاعتماد على الحوافز الخارجية فقط .

### 7- مفهوم الدافعية الذاتية في الكرة الطائرة

دافع داخلي :شعور بالرغبة في تعلم مهارات الكرة الطائرة لأجل المتعة الشخصية والإنجاز، وليس فقط للمكافآت الخارجية.

أهميتها :تحفز على المثابرة، والتركيز، وتجاوز الصعوبات، وتؤدي إلى تعلم أعمق وأكثر استدامة

**8- كيف تؤثر على تعلم المهارات**

1. تعزيز المهارات الحركية: تساعد الدافعية الذاتية اللاعب على ممارسة المهارات (مثل الإرسال، الاستقبال، الهجوم) بشكل متكرر، حتى لو لم يكن هناك مدرب، مما يسرع إتقانها.
2. التدريب الذهني: تسمح للاعبين بالتركيز على التصور الذهني للمهارات وتجاوز المشتتات لتحقيق الأداء الأمثل.
3. الثقة بالنفس: كلما زادت مهارة اللاعب واعتمد على دافعه الذاتي، زادت ثقته بقدرته على تحقيق النجاح في الملعب.

**9- استراتيجيات تعزيزها (ايمان وقروين: 2020)**

1. استخدام أسلوب لعب الأدوار: لجعل التدريب أكثر متعة وتفاعلية، خاصة للمبتدئين، كما يتضح في الدراسات التي تربطها بتحسين دافعية الطلاب.
2. ربط الأهداف الشخصية بالتدريب: جعل التدريب مرتبطاً بميول واهتمامات اللاعب يزيد من استمتاعه باللعبة.
3. تحفيز الإنجاز: تشجيع اللاعب على تحديد أهداف صغيرة قابلة للتحقيق، والاحتفال بها لزيادة الشعور بالرضا وتحفيز المزيد من التعلم.

**10- مهارات كرة الطائرة :**

1-الارسال: هو عبارة عن جعل الكرة في حالة لعب بواسطة اللاعب الحر الذي يشغل المنصب الخلفي الأيمن (1) ويتم ضرب الكرة باليد المفتوحة أو المغلقة أو بأي جزء من الذراع بهدف ارسالها فوق الشبكة ويستأنف به اللعب في بداية كل شوط(سراب شاكر: 2005)

\*أهمية ومميزات الارسال:( عقيل عبدالله: 1998)

-ترجع أهمية الارسال إلى أنه أحد المهارات الأساسية ذات الطابع الهجومي حيث أن كل فريق لا يستطيع تحقيق النقاط بالاحتفاظ به أو استرجاعه عندما يكون لدى الخصم.

-فيجب على لاعبي كرة الطائرة أن يدركوا أن الارسال ليس مجرد ارسال الكرة فوق الشبكة، لكن يجب على اللاعبين أن يوجيدوا الارسال بطريقة جيدة ودقيقة على أن يراعى فيه المسافة – الارتفاع – المكان المحدد.

-فيستطيع لاعب الارسال تسجيل عدة نقاط خاصة اذا علمنا أنه يؤدي بطريقة مستقلة عن اللاعبين الآخرين دون تأثير الفريق الخصم أو زملاء اللاعب.

\*أنواع الارسال : نستطيع تقسيم أنواع الارسال بالنظر لوضع الكرة أثناء أداء الارسال.

**1-الارسال من الأسفل:**

أ-الارسال من الأسفل الأمامي: يعتبر من أسهل أنواع الارسال يستخدمه المبتدئون وذلك لسهولة أدائه ، وعدم حاجتهم إلى قوة كبيرة ، فهو في أغلب الأحيان مضمون النجاح إلى أنه من السهل على المنافس استقباله والدفاع عنه .  
-ولكن رغم ذلك يستطيع اللاعب توجيهه وبسهولة إلى الأماكن الفارغة في ملعب المنافس.  
\*طريقة الأداء:

يقف اللاعب في نهاية الملعب مواجهاً للشبكة مع ثني الركبتين قليلاً والقدمان واحدة متقدمة على الأخرى حيث تكون المتقدمة عكس اليد الضاربة مع ميل الجذع والرأس قليلاً إلى الأمام .  
تضرب الكرة عند مستوى الحوض تقريباً، وأخيراً دخول الملعب و أخذ المركز المناسب.

ب-الارسال من الأسفل الجانبي : يشبه هذا النوع السابق من حيث سهولة أدائه وقلة القوة اللازمة لإرسال الكرة ويصلح للناشئين. (محمد وليد:2012) )  
\*طريقة الأداء:

يقف اللاعب خلف خط النهاية ويواجه الشبكة بجانب الجسم الأيمن أو الأيسر وذلك حسب اللاعب ، والقدمان متباعدتان ومتوازيتان مع توزيع ثقل الجسم عليهما .  
-تقذف الكرة لأعلى عند مستوى الكتف ثم تؤرجح الذراع الضاربة للخلف وللأسفل.  
-تضرب الكرة من الجهة الخلفية السفلى وبيد مفتوحة أو بقبضة اليد مغلقة.  
-وفي الأخير يقوم اللاعب بالدخول إلى مركزه المناسب.

## 2-الارسال من الأعلى:

أ-الارسال من الأعلى برؤوس الأصابع: يعتبر من الطرق السهلة للارسال ويستحسن البدء بتعليمه للمبتدئ من أجل اكسابه التوافق الحركي العصبي ولزيادة الثقة بالنفس لا نجاح الارسال ويؤدي ب:  
-يقف اللاعب وراء الخط الخلفي مواجهاً للشبكة والقدمان متباعدتان باتساع الحوض مع توزيع ثقل الجسم عليهما وتقديم رجل على الأخرى ، وتقذف الكرة إلى الأعلى أمام اللاعب مع ميل الجذع واليد الضاربة للخلف للمساعدة على إيصال الكرة للمكان المناسب. (ناهد عبد الزيد الدليمي(2001) ).  
-يتم ضرب الكرة بقوة برؤوس الأصابع المشدودة أو مفرودة.  
-يتم متابعة اليد الضاربة للكرة ثم يدخل اللاعب الميدان.

ب-ارسال التنس(الساحق): يعتبر أكثر أنواع الارسال انتشاراً واستعمالاً، ويعتبر هدافاً ومحققاً للنقاط ، يتطلب من اللاعب الدقة في توجيهه والقوة لتوجيهه للمكان المناسب يكون المنحنى الذي تسير في الكرة منخفضاً وسريعاً مما يسبب الارتباك للفريق الخصم ويصعب استقباله ويتشابه مع الضربات الساحقة يؤدي ب:  
-تشبه الطريقة السابقة من حيث الوقوف خلف الخط الخلفي القدمان متباعدتان ويتم النظر إلى المكان المراد توجيه الكرة إليه.  
-يقوم اللاعب بقذف الكرة إلى أعلى مكان ممكن أمام الكتف ، مع تقوس الجسم للخلف وكذلك اليد.  
-تضرب الكرة براحة اليد مما يجعل الكرة في حالة دوران في الهواء وبسرعة كبيرة، وينتقل ثقل الجسم إلى الأمام لا كسابه القوة اللازمة ثم دخوله للميدان.

ج-الارسال من الأعلى المتموج: هذا النوع من الارسال يشبه ارسال التنس من حيث وضع الجسم ولكن يختلف عنه في مسار الكرة الذي يكون متموجاً، وينقسم إلى نوعين:

\*ارسال متموج أمريكي

\*ارسال متموج ياباني

1-الارسال من الأعلى المتموج (الأمريكي): يطلق عليه هذا الاسم بالنظر إلى مكان نشأته وبداية ممارسته.

-يؤدي بنفس طريقة ارسال التنس ولكن يشترط ضرب الكرة في منتصفه الأمامي.

2-الارسال من الأعلى المتموج (الياباني): نسبة إلى مكان ظهوره لأول مرة ، ويتميز بسير الكرة المتموج خلال طيرانه في الهواء مما يؤدي إلى صعوبة استقباله.

## 2-الدراسات السابقة :

1- دراسة سلام موسى شكر (2025) تأثير تمارين مهارية على وفق اسلوب الاستبصار في الدافع المعرفي وتعلم مهارة التصويب بكرة السلة للطلاب بهدف البحث الى تأثير تمارين مهارية وفق اسلوب الاستبصار في الدافع المعرفي لتعلم

مهارة التصويب بكرة السلة للطلاب وان مفهوم الاستبصار من النظريات النفسية والتربوية التي احدثت تحولا نوعيا في فهم عملية التعلم ويختلف هذا الاسلوب عن الاساليب التقليدية التي تعتمد على مبدا التعلم التدريجي والخطوة بخطوة حيث ان عملية التعلم بالاستبصار يحدث في اراك فجائي للعلاقة والترابط بين اجزاء المهارة المكونة للموقف التعليمي والدافع المعرفي مهم بالنسبة للطلاب لانه يحتاج الى فهم وادراك وتطبيق للعمليات العقلية , والمشكلة تركز على فهم الكل قبل تحليل الاجزاء مما يعني ان الفهم الحقيقي للموقف التعليمي يأتي من رؤية العلاقات الكلية بين العناصر او اجزاء المهارة بكرة السلة للطلاب وان عملية التعلم لا تعتمد على التكرار فقط او المحاولة والخطا بل على الانماط والعلاقات الموجودة في المهارة نفسها وتفكيك المهارة الى اجزاء ومن ثم تعلمها بشكل تدريجي مما يسهم في عملية التعلم, واستخدم الباحث المنهج التجريبي لطبيعة ملائمة المشكلة وتم معالجة البيانات بالحقيبة الاحصائية (spss) واستنتجت الدراسة الى ان الطالب قادر على ادراك العلاقات والترابط بين اجزاء المهارة وبالتالي يستطيع ان يحل المشكلات التي تواجهه في عملية التعلم لمهارة التصويب بكرة السلة وبطريقة شمولية وليس عن طريق المحاولة والخطا , واوصت الدراسة الى استخدام هذا الاسلوب في تعلم فعاليا ومهارات رياضية اخرى .

### 3-اجراءات البحث :

#### 3-1 المنهج المستخدم :

استخدم الباحث المنهج التجريبي بصميم المجموعات المتكافئتان ذات الاختبار القبلي والبعدي , وذلك لطبيعة ملائمة المشكلة (عبيدات:2000).

#### 3-2 مجتمع وعينة البحث .

يتكون مجتمع البحث من طلاب كلية التربية الاساسية قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة -جامعة ديالى للعام الدراسي 2025 , مكونة من اربع شعب , اختار الباحث شعبة واحدة بالطريقة العشوائية والبالغ عددهم (40) طالب.

اما عينة البحث "العينة هي الجزء الذي يمثل مجتمع الاصل أو النموذج الذي يجري الباحث مجمل ومحور عمله عليها , (مروان عبد الحميد , 2002)

اختيرت بالطريقة العشوائية وبالغلة (12) طلاب للمجموعة التجريبية و(12) طلاب للمجموعة الضابطة والعينة الاستطلاعية عددها (5) طلاب من مجتمع البحث الاصيل ومن خارج عينة البحث وعينة البحث تكون بنسبة (30%) .

#### جدول رقم (1) التصميم التجريبي لعينة البحث

المجموعات	الاختبار القبلي	المتغير المستقل	الاختبار البعدي	الفرق بين الاختبارين	الفرق بين المجموعتين (التجريبية والضابطة)
المجموعة التجريبية	اختبار الاعداد والاستقبال كرة الطائرة	اسلوب الاستبصار	اسلوب الاستبصار للدافعية الذاتية واختبار استقبال كرة الطائرة	الفرق بين الاختبارين القبلي والبعدي	الفرق بين الاختبارين للمجموعتين
المجموعة الضابطة	اختبار الاعداد والاستقبال كرة الطائرة	الاسلوب المتبع	اسلوب الاستبصار والدافعية الذاتية واختبار استقبال كرة الطائرة		

**3-3 الاجهزة والادوات المستخدمة بالبحث :**

- 1- شبكة الانترنت
- 2- القياس والاختبارات
- 3- ملعب كرة طائرة قانوني
- 4- كرات طائرة عدد (10)
- 5- المصادر والمراجع العربية والاجنبية
- 6- صافرات عدد(3)
- 7- مقياس الدافعية الذاتية
- 8- اختبار الاعداد واستقبال الارسال بكرة الطائرة.
- 9- شريط قياس , استمارات تسجيل , حاسبة الكترونية ويديوية , ميزان طبي, ساعة توقيت .اوراق اقلام

**4-3 تجانس وتكافؤ مجموعتي البحث :****1- التجانس**

لغرض معرفة تجانس العينة لدى عينة البحث في متغيرات(الطول والوزن والعمر ) تم استخراج معامل الاختلاف لهذه المتغيرات حيث ظهرت قيم معامل الاختلاف تتراوح بين (2.84-5.92) وهذا يدل على تجانس العينة كما في جدول رقم (2)

جدول رقم (2)

المتغيرات	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الاختلاف
الطول	سم	165.5	5.52	3.33
الوزن	كغم	62.9	3.73	5.92
العمر	سنة	22.17	0.63	2.84

جدول رقم (3) تكافؤ المجموعتين لمجاميع البحث قيمة (ت) بين المجموعة الضابطة والتجريبية في (العمر والطول والوزن )

المتغير	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		القيمة الجدولية	الدلالة
	وسط حسابي	انحراف معياري	وسط حسابي	انحراف معياري		
العمر	19.8	1.8	19.6	1.6	1.42	غير دال
الطول	1.75	0.20	1.73	0.23	0.37	
الوزن	67.4	5.63	68.2	7.22	1.87	
مهارتي استقبال	13.32	2.78	14.15	2.56	1.95	
مهارة الاعداد	13.31	2.76	14.12	2.50	1.90	

درجة حرية 22 عند مستوى دلالة 0.05

تبين من الجدول رقم (3) ان قيم الاختبارات (ت) المحسوبة اصغر من القيمة الجدولية عند مستوى دلالة (0.05) مما يدل على لا توجد فروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة.

**4-3 ادوات البحث :****1- مقياس الدافعية الذاتية :**

من خلال اطلاع الباحث على الاطر النظرية والادبيات والمواضيع التي تخص مقاييس علم النفس للدافعية الذاتية اختار الباحث مقياس الدافعية الذاتية للطلبة للباحثة حمده اسماعيل محمد التميمي , قسم اصول التربية , كلية التربية جامعة الامارات العربية المتحدة بدراستها بعنوان ( اثر التعزيز الايجابي على دافعية التعلم لدى الحلقة الاولى من

وجهة نظر معلمهم بمدينة العين ) لسنة 2022م حيث تكون المقياس من (20) فقرة وببدائل اجابة خماسي حيث بلغت اعلى قيمة (100) واقل قيمة (20) وبوسط فرضي (45). وتم عرضه على الخبراء من ذو الخبرة والاختصاص وتمت الموافقة عليها .

## 2- اختبار مهارة دقة الاستقبال من الارسال: (علي مهدي هادي وعادل مجيد خزعل)

- الغرض من الاختبار: قياس دقة الاستقبال من الارسال.
- الادوات: ملعب كرة طائرة، صندوق خشبي، كرات طائرة
- مواصفات الاداء: يوضع الصندوق في مكان اللاعب العداء. بحيث يؤدي المختبر خمس محاولات من كل مركز من المراكز الثلاثة الخلفية (مركز 1، مركز 6، مركز 5)، هذا وعلى المدرب ان يقوم بالارسال من المنطقة المخصصة للارسال في نصف الملعب الآخر. وكما هو موضح في الشكل (2).
- الشروط: لا تحسب محاولة المختبر إذا كان واقفاً خارج الموضع المحدد له.
- التسجيل:
- (4) نقاط لكل تمريرة صحيحة تسقط فيها الكرة على المرتبة.
- (3) نقاط لكل تمريرة صحيحة تسقط فيها الكرة بحيث تماس حدود الصندوق.
- نقطة واحدة لكل تمريرة تسقط فيها الكرة داخل حدود منطقة (3) متر.

## 2- اختبار مهارة الإعداد من الأعلى بالأصابع (علي سلمان عبد الطرقي )

- الغرض من الاختبار : قياس استعداد المختبر في مهارة الأعداد القريب من الشبكة .
- الأدوات اللازمة : ملعب الكرة الطائرة بشبكة ذات ارتفاع قانوني , كرات طائرة ، قائما وثب عالي بارتفاع نصفي دائرتين مشتركتين في المركز ( المركز في منتصف خط المنتصف ) بحيث يكون نصف خط الدائرة الكبيرة 180 سم ونصف قطر الدائرة الداخلية 60 سم . ويوضع قائما الوثب العالي على خط واحد وموازي للشبكة وعلى بعد 240 سم من خط المنتصف ، والمسافة بين القائمين 3 ويشير الحبل على القائمين بارتفاع 240سم من الأرض
- مواصفات الأداء : يقف المدرب ( T ) في المكان المحدد له أمام القائمين والى الجانب قليلا ويكون ممسكا بالكرة وعليه ان يرمي الكرة ( بطريقة التصويب المتبعة في كرة السلة ) إلى المختبر ( X ) والذي يكون واقفا في مكانه
- تعليمات الاختبار :

- \_ مكان وقوف المدرس (T) كما هو مبين في الشكل أمام القائمين وظهره جهة الشبكة .
- \_ مكان وقوف المختبر (X) فيكون على بعد 480سم من خط المنتصف وكذلك 240سم من القائمين على ان يكون مواجهها للشبكة . ومواجهها للمدرس . عند وصول الكرة للمختبر عليه ان يقوم بتمريرها من أعلى الأصابع تمر الكرة فوق الحبل لتسقط في احد نصف الدائرتين (بين القائمين والشبكة ) ويكرر ذلك عشر مرات .

### إدارة الاختبار :

- \_ مسجل: يقوم بالنداء على الأسماء أولا وتسجل نتائج المحاولات العشر .
- \_ محكم : يقف في الجهة الأخرى لمراقبة تنفيذ التمريرة ومكان سقوطها .
- التسجيل :

- \_ إي خطأ من المختبر في الأداء تحسب المحاولة ويحصل منها على صفر .
- \_ يحصل المختبر على (10) درجات إذا كانت المحاولة صحيحة وسقطت الكرة داخل نصف الدائرة الصغرى

- يحصل المختبر على (5) درجات إذا كانت المحاولة صحيحة وسقطت الكرة داخل نصف الدائرة الكبرى .
- يحصل المختبر على (2) درجة إذا كانت المحاولة صحيحة وسقطت الكرة خارج الدائرتين لكن داخل نصف الملعب الذي يؤدي فيه الاختبار
- فيما عدا سبق يحصل المختبر على صفر في المحاولة.
- الدرجة النهائية تمثل مجموع درجات المختبر على الاختبار في محاولات العشر إي ان الدرجة النهائية تكون 100 درجة .

### 5-3 الاسس العلمية للاختبارات:

من اجل الحصول على الاسس للاختبارات والتي تتحدد في الثبات والصدق والموضوعية فقد تم إجراء التالي وكما في الجدول ادناه.

#### الجدول (4) الصدق ومعامل الثبات للاختبارات

ت	الاختبارات	معامل الثبات	الصدق	الدلالة
1	مقياس الدافعية الذاتية بكرة الطائرة	0.80	0.88	دال
2	اختبارات الاعداد واستقبال الكرة	0.81	0.89	دال

### 6-3 التجربة الاستطلاعية :

قام الباحث بأجراء التجربة الاستطلاعية ليوم الثلاثاء 11 / 3 / 2025 لاختبارات الاعداد والاستقبال بكرة الطائرة على عينة مكونة من ( 5 ) طلاب من غير عينة البحث من طلاب المرحلة الثالثة, وبعد مرور (7) ايام تم اعادة التجربة على نفس العينة لضبط متغيرات البحث .

### 7-3 الاختبارات القبليّة:

قام الباحث بأجراء اختبارات مهارتي الاعداد والاستقبال لكرة الطائرة على عينة البحث للمجموعتين ليوم الاربعاء 26 / 3 / 2025 , وتم توضيح للطلاب ما يجب ان يقومون به على كيفية الاداء من قبل الباحث , وهي مهارتي اعداد واستقبال الكرة للطلاب على عينة البحث للمجموعتين التجريبيّة والضابطة والبالغة عددهم (12) طالب وتهيئة المستلزمات المطلوبة والادوات وبمساعدة فريق العمل المساعد وبأشراف الباحث .

الجدول ( 5 ) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ، والقيمة التانيه المحسوبة والجدولية لدرجات اختبار الارسال

#### والاستقبال بكرة الطائرة القبلي لطلاب لمجموعي البحث

المتغيرات	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت) المحسوبة	قيمة ( ت ) الجدولية	الدلالة
الاستقبال	12	12.1	0.66	0.977	1.79	غير دال
الاعداد	12	11.2	0.74	0.952		

يتضح من الجدول ( 5 ) ، عدم وجود فرق ذا دلالة إحصائية بين طلاب مجموعتي البحث في الاختبار القبلي لمهارات كرة الطائرة ، وذلك لأن قيمة (ت) المحسوبة للمجموعة الضابطة ( 0.977 ) والمجموعة التجريبية هي ( 0.952 ) وهي أقل من قيمة (ت) الجدولية والبالغة ( 1.79 ) لذا فإن المجموعتين غير متكافئتان في هذا المتغير .

### 8-3 الاختبارات البعديّة :

قام الباحث باختبار مهارتي الاعداد والاستقبال للطلاب وفق اسلوب الاستبصار ومقياس الدافعية الذاتية للطلاب في تعلم المهارات من خلال الوحدات التعليمية بواقع وحدتين في الاسبوع للمجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة

بالأسلوب المتبع , وبعد انتهاء منها , تم اختبار الطلاب في الوقت والمكان المحدد ليوم الثلاثاء الموافق 4/8/2025م وعلى ملعب القاعة الداخلية لكرة الطائرة في كلية التربية الرياضية جامعة ديالى .

### 9-3 الوسائل الاحصائية في البحث :

استخدم الباحث الحقيبة الاحصائية (SPSS) لمعالجة البيانات .

### 4- عرض وتحليل النتائج :

#### 1- جدول رقم ( 6 ) يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة والجدولية

للاختبارات المهارية بكرة الطائرة البعيدة للمجموعتين التجريبية والضابطة .

الجدولية	قيمة (ت) المحسوبة	مقياس الدافعية الذاتية				الختبارات المهارات
		المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		
		ع	س	ع	س	
1.79	2.01	1.66	4.15	0.77	4.10	مهارة استقبال الكرة
	2.80	2.30	12.78	1.66	13.40	مهارة الاعداد بكرة الطائرة
	2.73	2.25	11.70	1.55	5.22	مقياس الدافعية الذاتية

قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (11) ومستوى دلالة (0.05) = (1.734)

يتضح من الجدول اعلاه ان قيمة الوسط الحسابي لاختبار مهارة استقبال الكرة في الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية (4.10) وانحراف معياري (0.77) حيث بلغ الوسط الحسابي للمجموعتين الضابطة (4.15) وانحراف معياري (1.66) باستخدام اختبار (ت) بلغت قيمة (ت) المحسوبة (2.01) وهي اكبر من القيمة الجدولية البالغة (1.79) مما يدل على وجود فروق معنوية بين مجموعتي البحث التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية , وايضا في اختبار مهارة اعداد الكرة ان قيمة الوسط الحسابي لاختبار مهارة الاعداد في الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية (13.40) وانحراف معياري (1.66) والوسط الحسابي للمجموعة الضابطة بلغ (12.78) وانحراف معياري (2.30) وباستخدام اختبار (ت) للعينات المستقلة تبين ان قيمة (ت) المحسوبة هي (2.80) وهي اكبر من القيمة الجدولية مما يدل على وجود فروق ذات دلالة معنوية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في اختبار اعداد الكرة ولصالح الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية وهذا يدل على فعالية وتأثير الكبير لاستخدام أسلوب الاستبصار في تدريب الكرة الطائرة يعزز الدافعية الذاتية للمتعلم من خلال التركيز على الفهم العميق للمهارات (مثل الاستقبال والاعداد) بدل الحفظ، مما يزيد من استقلالية اللاعب وقدرته على التكيف، ويخلق رغبة داخلية للممارسة، وينعكس إيجاباً على الأداء والتحفيز الذاتي، لأنه يحول المتعلم إلى مشارك فعال في حل المشكلات الحركية، بدلاً من مجرد متلقٍ سلبي للمعلومات، فهو أسلوب يعتمد على إدراك المتعلم للعلاقات بين مكونات المهارة وأهدافها، مما يجعله يكتشف الحلول بنفسه , من خلال الفهم العميق: بدلاً من التكرار الأعمى، يركز المتعلم على "لماذا" و "كيف" تؤدي المهارة، كما في إعداد الكرة الطائرة لتغيير مسار اللعب هجومياً. "وتأثيره على الدافعية الذاتية للطلاب من خلال زيادة الشعور بالكفاءة و التحكم والتحفيز الذاتي و زيادة الاستمتاع باللعب و تطوير المرونة التكتيكية و باختصار، الاستبصار يحول تدريب الكرة الطائرة من تلقين إلى استكشاف، مما يغذي الدافع الداخلي للمتعلم ويجعله أكثر استقلالية وفاعلية في الملعب .(عصام الوشامي (1994).

**1- الاستنتاجات والتوصيات :****1- الاستنتاجات :**

وفق النتائج التي توصل اليها الباحث استنتج الباحث الى مايلي :

- 1- ان أسلوب الاستبصار (الإدراك البصري) يعزز الدافعية الذاتية للاعبين في استقبال وإعداد الكرة الطائرة.
- 2- يزيد الفهم البصري لحركة الكرة ومساراتها، مما يقلل القلق ويزيد الثقة.
- 3- يُحسّن الأداء الفني ويزيد الاستمتاع بالمهارة، ويُسرّع التعلم عبر ربط المعلومات البصرية بالاستجابات الحركية الصحيحة، ويعكس إيجابياً على الدافعية الداخلية للاعبين للتحسين المستمر.
- 4- يحسن من قدرة اللاعب على توقع مسار الكرة وتوجيهها بفعالية بدلاً من الاعتماد على ردود الفعل الغريزية، مما يحول التعلم من عملية ميكانيكية إلى عملية إدراك وفاعلية .
- 5- يساعد الاستبصار في ربط المعلومات البصرية (مثل شكل حركة الكرة) بالاستجابات الحركية الصحيحة (الاستقبال، الإعداد)، مما يجعل عملية التعلم أسرع وأعمق.

**2- التوصيات :**

- 1- ضرورة تحديد الاهداف الذاتية استبصار الاداء , بالنسبة للأعداد تحديد دقة تمرير الكرة للمهاجمين في مناطق معينة، أو تحقيق نسبة تمريرات ناجحة معينة و للاستقبال استبصار الوصول للكرة في أصعب المواقع بدقة، أو تقليل الأخطاء في استقبال الإرسال.
- 2- التركيز على الإيجابيات , تذكير اللاعب بنجاحاته السابقة في الإعداد والاستقبال، كما أظهرت دراسات العلاقة بين تقدير الذات والأداء.
- 3- تجزئة المهارة ,تقسيم الإعداد والاستقبال إلى أجزاء صغيرة، والاحتفال بإتقان كل جزء لتعزيز الشعور بالكفاءة.
- 4- استخدام التغذية الراجعة البصرية والذهنية من خلال التصوير والتحليل , تسجيل اداء اللاعب وتحليله بصريا لمساعدة على الرؤية الاخطاء من اجل تحسينها .
- 5- ضرورة التحفيز الذاتي للاعب او الطالب من خلال محاكاة مواقف اللعب الحقيقية مثل استقبال ارسال قوي لتحفيز الاستجابة الذاتية وتعزيز الدافعية .
- 6- ضرورة التدرج بالتمرينات حيث تبدأ من السهولة والتدرج بالصعوبة من الارسال المنخفض القوة الى الارسالات القوية لضمان النجاح المتكرر.

## المصادر:

- 1- ابراهيم ابراهيم احمد (2005م) : الاستراتيجية الدافعة للتعلم وعلاقتها بمستوى الذكاء والمناخ التعليمي لدى طاب المرحلة الثانوية، مجلة كلية التربية، كلية التربية، جامعة عين شمس، العدد (29)، الجزء الاول.
- 2- أميرة محمود طه ، رشا يحي السيد الحريري(2016) : استراتيجية تدريس قائمة على التعلم البصرى وتأثيرها على بعض نواتج التعلم لمقرر الباليه "مجلة تطبيقات علوم الرياضة، المجلة العلمية لكلية التربية الرياضية ابو قير جامعة الاسكندرية
- 3- ذوقان عبيدات (واخرون):البحث العلمي مفهومه-ادواته-اساليبه, عمان ,شركة المطابع النموذجية,1982,ص221.
- 4- رشا فرج مسعود العربي (2017): "برمجية تعليمية قائمة على التعلم البصرى وتأثيرها على التحصيل المعرفي وتعلم بعض المهارات الأساسية في رياضة المبارزة" , مجلة علوم التربية البدنية والرياضية كلية التربية الرياضية جامعة بنها .
- 5- سراب شاكر سهيل ,تقدير الذات البدنية والمهارية وعلاقتها ببعض القدرات البدنية ودقة الاداء المهارى لناشئي الكرة الطائرة , رسالة ماجستير كلية التربية الرياضية وعلوم الرياضة للبنات , جامعة بغداد, 2005.
- 6- سعدون عبد الرضا فرحان ومها محمد صالح (2013) : دقة التصويب وعلاقتها بالذكاء البصري على وفق مستويات الذكاء للاعبين الناشئين بكرة اليد, بحث منشور , كلية التربية الاساسية , جامعة ديالى .
- 7- شادي محمود أبو عباس، خالد حسين علوان (2021م): التعلم عن بعد ودافعية التعلم لدى طلبة الصف الثاني الثانوي في ظل جائحة كورونا: دراسة على عينة أردنية، دراسات تربوية ونفسية، المجلة الدولية للدراسات التربوية والنفسية، العدد 12، مارس 2021م، الأردن.
- 8- صغيرو , ايمان وفروين , منى (2020) : دور التعزيز والدافعية في التعلم , دراسة ميدانية لتلاميذ السنة الرابعة الابتدائي (رسالة ماجستير ) , الجزائر , جامعة محمد بو ضياف.
- 9- عامر فيصل على السهيلي (2014) : "أثر استراتيجيات التعلم البصرى في اكتساب المفاهيم الفيزيائية والتفكير البصرى عند طلاب الصف الرابع العلمي" , رسالة ماجستير غير منشورة , كلية التربية جامعة بغداد .
- 10- عصام الوشامي (1994) الكرة الطائرة الحديثة مفتاح الوصول الى المستوى العالمي , القاهرة , دار الفكر العربي .
- 11- عقيل عبدالله الكاتب :الكرة الطائرة في التدريب والخطط الجماعية واللياقة البدنية , ج1, مطبعة التعليم العالي, 1998, ص 19-21.
- 12- علي سلمان عبد الطرفي : الاختبارات التطبيقية في التربية الرياضية , بدنية , حركية , مهارية , مكتبة النور بغداد باب المعظم , رقم الإيداع في دار الكتب والوثائق ببغداد 2467 لسنة 2013 , ص 301-302 .
- 13- علي مهدي هادي وعادل مجيد خزعل : الاختبارات الميدانية في فعالية الكرة الطائرة , ط 1 , دار نيبور للطباعة والنشر والتوزيع – العراق , رقم الإيداع في دار الكتب والوثائق العراقية 2293 , سنة 2015 , ص 142 – 143 .
- 14- فرانسيس دوائر وديفيد مايك مور ، ترجمة نبيل جاد عزمي (2015) : الثقافة البصرية , ط2, مكتبة بيروت , القاهرة
- 15- محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان (1982): , اختبارات الاداء الحركي , ط1 , القاهرة , دار الفكر العربي.
- 16- محمد وليد شهاب الشخالي, بناء وتقنين بطارية اختبار لقياس دقة المهارات الفنية للاعبى كرة الطائرة-جلوس(المتقدمين), اطروحة دكتورا,(مجلس كلية التربية الرياضية, جامعة بغداد212),ص37.
- 17- مروان عبد المجيد, الموسوعة العلمية لكرة الطائرة, ط1,(عمان, مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع,2001)ص247. 39
- 18- ناهده عبد الزيد الدليمي ;تأثير التداخل في اساليب التمرين على تعلم مهاراتي الارسال الساق والضرب الساق بالكرة الطائرة,(كلية التربية والرياضية ,جامعة بابل,2001),ص 33.

## مقياس الدافعية الذاتية للطلاب

ت	العبارة	موافق بشدة	موافق	محايد	غير موافق	غير موافق بشدة
1	يخلق جو من الاثارة والتنافس بين المتعلمين					
2	يساهم في زيادة حماس المتعلم ودافعية التعلم					
3	اداة ناجحة في تحسين وتطوير الافكار الابداعية لدى المتعلم					
4	داعم للمشاركة الفاعلة بين المعلم والمتعلم					
5	يقلل من غياب المتعلمين					
6	يؤدي الى رفع مستوى الاداء لدى المتعلمين					
7	يخلق جو من الالفة والمحبة بين المعلم والمتعلم وبالتالي زيادة دافعيته للتعلم					
8	يزيد من ثقة المتعلمين بأنفسهم					
9	يساعد على جذب انتباه المتعلمين وتركزهم في الدرس					
10	يشعر المتعلم بالمتعة والسرور والرضا					
11	يساعده في تكوين اتجاهات ايجابية نحو المعلم والمادة الدراسية او المهارة الرياضية					
12	يشجع المتعلم المنطوي والخجول وضعيف المستوى على المشاركة في أنشطة الدرس					
13	يرفع من درجة الحيوية والنشاط والتشويق في الدرس					
14	بإمكان المتعلم من اداء المهام المطلوبة بشكل مستمر					
15	يقلل الشعور بالخوف والتوتر والقلق					
16	ينمي احساس المتعلم بالمسؤولية نحو التعلم					
17	يغرس القيم الايجابية التي تعود بالنفع على الفرد والمجتمع					
18	يعمل على تثبيت السلوك الحسن واستمراره					
19	يرفع مستوى الشعور بالتميز والتفوق					
20	يخلق جو اجتماعي متميز وجذاب بين المتعلمين					

## الوحدة التعليمية المقترحة (الاستبصار والدافعية):

- الجزء التمهيدي: تهيئة ذهنية (عرض فيديو للمهارة) لتحفيز التفكير، وتدريبات إحماء عامة وخاصة.
  - الجزء الرئيسي (تطبيق الاستبصار)
  - مهارة الإعداد (التمرير من الأعلى): (فهم كيفية تموضع اليدين فوق الرأس وتشكيل مثلث، واستخدام الساقين في الدفع. يتم استخدام الحائط للتركيز على دقة التوجيه.
  - مهارة استقبال الإرسال (من الأسفل): (فهم عملية تشبيك اليدين، تمديد الساقين، وتوجيه الكرة بالساعدين (تمريرة ممتصة أو عميقة).
  - الاستبصار الذاتي: قيام المتعلم بمناقشة سبب فشل/نجاح التمريرة والبحث عن حلول لتحسينها.
  - الجزء الختامي: تمارين استشفاء، مراجعة ذهنية للمهارة، وتعزيز دافعية المتعلمين من خلال تقديم التغذية الراجعة الإيجابية.
- التركيز على الدافعية الذاتية:**  
تعتمد الوحدات على تقليل التلقين المباشر وزيادة مساحة الاستنتاج، مما يجعل المتعلم "مكتشفاً" للمهارة، وبالتالي يشعر بالمسؤولية والإنجاز.