

تأثير تمارين خاصة في تقليل زمن الاستجابة الحركية للاعب(الليبرو) لمهارة الدفاع عن الملعب بالكرة الطائرة

هدف اعداد تمارين خاصة في تقليل زمن الاستجابة الحركية، والتعرف على تأثير التمارين الخاصة في سرعة الاستجابة الحركية للاعب (الليبرو) ومهارة الدفاع عن الملعب بالكرة الطائرة، وتم إجراء الدراسة على أندية الدرجة الأولى بالكرة الطائرة في قضاء الرمادي والبالغ عددهم (سبعة) أندية، وكان عدد اللاعبين الليبرو (١٤) اللاعب يمثلون مجتمع الصل، أما عينة البحث اشتملت على العبي الليبرو من أندية أبو ريشة والجزيرة والوحدة والبالغ عددهم (٦)ة البحث من قبل فري ق العمل المختص بذلك وفق العيين، ن وتم إج اراء الاختبارت القبليية لعي الأساليب العلمية الصحيحة المتبعة، بعدها تم تطبيق المنهاج التدريبي(التمارين الخاصة) المعدة ان لمدة (من قبل الباحث ٨)أسابيع وبواقع (٣) وحدات تدريبية في الأسبوع الواحد، بعدها أجريت الاختبارت البعديية بنفس الطريقة التي استخدمت في الاختبارت القبليية، ثم تم جمع المعلومات مناقشتها بصيغة علمية والنتائج ومعالجتها إحصائيا وعرضها بجدول وتحليل نتائجها ومن ثم مستندة إلى المصادر العلمية. استنتج الباحثان أن أداء التمارين الخاصة كان لها الأثر الفعال والإيجابي في تطوير سرعة الاستجابة الحركية ومهارة الدفاع عن الملعب للاعب الليبرو بالكرة الطائرة، واسمعت التمارين في تقليل زمن الاستجابة الحركية وتطوير مهارة الدفاع عن الملعب بالكرة الطائرة. وأوصى الباحثان بضرورة اعتماد هذه التمارين في الوحدات التدريبية لما لها من اثر فعال في تقليل زمن الاستجابة الحركية للاعب(الليبرو) ومهارة الدفاع عن الملعب بالكرة الطائرة