

الكرة الطائرة الحديثة وتطوير أداء اللاعبين فردياً وجماعياً وكيفية تطويرها في العالم العربي لمنافسة القوى العالمية

أ. عصام علي أحمد البشارة
الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب
معهد التدريب الصناعي (تربية بدنية)
ea.albisharah@paaet.edu.kw

ملخص

تلعب الرياضة دوراً كبيراً في عمليات التنمية والتقدم لأي دولة، بل وأصبحت في بعض الدول رافداً أساسياً لجلب رؤوس الاموال والاستثمار. لهذا ركزت الدول الكبرى في المجال الرياضي وأنفقت عليه بسخاء ما جعلها تتبوأ مكانة عالمية سواء على مستوى اللعابات الفردية أو الجماعية. والكرة الطائرة هي واحدة من أكثر الألعاب شعبية في العالم ويعشقها مئات الملايين نظراً للإثارة والتشويق اللذان يصاحبان منافساتها المختلفة. وتخصص العديد من الدول ميزانيات كبيرة لدعم هذه اللعبة التي حققت من خلالها بطولات عالمية وميداليات ذهبية في الألعاب الأولمبية. ويعتبر الاتحاد الدولي للكرة الطائرة هو المسؤول الأول في العالم عن تطوير هذه اللعبة وتنظيم البطولات المختلفة. وكغيرها من اللعابات الأخرى، فإن للكرة الطائرة قوانينها الخاصة كما يحتاج اللاعب إلى الكثير من الصفات الشخصية والتدريب المستمر منذ سن مبكرة ليكون مبدعاً في هذه اللعبة. فيجب أن يعتني اللاعب بلياقته البدنية وأن يتبع نظاماً صحياً مناسباً للحفاظ على قوة عضلاته لتحقيق المرجو منه خلال سير المباراة. لكن في العالم العربي، لم تحقق الكرة الطائرة نتائج عالمية، ولم يسبق لأي منتخب عربي أن فاز ببطولة كأس العالم أو حصل على ميدالية ذهبية في الألعاب الأولمبية. وضعف الكرة الطائرة في الوطن العربي ناجم عن قلة الميزانيات المالية المخصصة لهذه اللعبة، لأن الاهتمام العربي يتركز على كرة القدم فقط وهو ما جعل الكرة الطائرة تتراجع إلى المرتبة الرابعة من الاهتمام بعد ألعاب كرة القدم والسلة واليد. ناقشت في هذا البحث تاريخ الكرة الطائرة وقوانين اللعبة والمهارات المطلوبة للاعبين. كما ناقشت مكانة الكرة الطائرة في العالم العربي وسبل تطويرها لمنافسة القوى الكبرى. واختتم البحث بعدد من التوصيات لمتخذي القرار لتطوير الكرة الطائرة على المستويين العربي والدولي.

الكلمات المفتاحية: الكرة الطائرة، الاتحاد الدولي، الصفات الشخصية، القدرات البدنية، الموارد المالية، المهارات

Abstract

Volleyball is one of the most popular games in the world and is loved by hundreds of millions around the world for the excitement of the competitions. Many countries allocate large budgets to support this game, through which it achieved world championships and gold medals in the Olympic Games. The International Volleyball Federation is the first responsible in the world for the development of this game and for the organization of various tournaments, whether for national teams or clubs. A volleyball player needs a lot of personal qualities and continuous training from an early age to be creative in this game. The player must take care of his physical fitness and follow an appropriate health regimen to maintain the strength of his muscles. Players must also work collectively during training and matches. But in the Arab world, volleyball has not achieved global results, and no Arab team has ever won the World Cup. The weakness of volleyball in the Arab world is caused by the small financial budget allocated to this game, and the Arab interest is focused on football. In this research, I discussed the history of volleyball, the laws of the game, and the skills required for players. I also discussed the status of volleyball in the Arab world and ways to develop it to compete with major powers. The research concluded with a number of recommendations for decision-makers to develop volleyball at the Arab and international levels.

Keywords: Volleyball, competitions, physical fitness, financial budget

التعريف بالكرة الطائرة تاريخياً وقوانينها وأهم البطولات العالمية

تعد الكرة الطائرة من الألعاب الجماعية الشيقة والمثيرة والتي تستحوذ على اهتمامات مئات الملايين حول العالم. والدولة الأولى في العالم التي مارست هذه الرياضة هي الولايات المتحدة الأمريكية على يد وليام جورج مورغان والذي اخترعها باعتبارها لعبة أقل خشونة من كرة السلة، ثم تلتها كندا في بدايات القرن الماضي. وحتى عام 1900 لم يكن هناك كرة خاصة بهذه الرياضة ولم تكن قوانينها واضحة بالشكل الذي هي عليه اليوم.

تأسس الاتحاد الدولي للكرة الطائرة عام 1947 وأقيمت أول بطولة عالمية للرجال بعد تاريخ التأسيس بعامين أي في العام 1949، كما أقيمت أول بطولة عالمية للسيدات في العام 1952. وفي عام 1964 انضمت الكرة الطائرة إلى الألعاب الأولمبية في أولمبياد طوكيو في اليابان. ومن رياضة الكرة الطائرة خرجت رياضة كرة الطائرة الشاطئية عام 1986 وأضيفت إلى الأولمبياد عام 1996 في أولمبياد أتلانتا في الولايات المتحدة الأمريكية. ويقع مقر الاتحاد الدولي للكرة الطائرة في العاصمة الفرنسية باريس.

هناك الكثير من القواعد الخاصة بلعب الكرة الطائرة شأنها شأن أي رياضة ومن هذه القوانين أن الكرة لا يمكن الإمساك بها نهائياً على غرار كرة القدم والسلة واليد، بل يجب ضربها مباشرة.

ويحق للاعبين التصدي للكرة عند ارتفاع لاعب الفريق المنافس فوق الشباك، شريطة أن يقوم بهذا التصدي أحد اللاعبين الثلاثة القريبين من الشبكة، كما يحق للاعب الخلفي ضرب الكرة على الشبكة شرط وجودهم خلف خط الهجوم؛ الذي يُعرف بخط الثلاثة أمتار. ولا يحق للاعبين لمس الشبكة ولا يتم احتساب أي شيء عندما تلمس الكرة الشبكة.

• النقاط والفوز بالمباراة

ويحصل أي فريق على نقطة عندما ينجح لاعبه في رمي الكرة من فوق الشبكة لتلامس أرضية الفريق المنافس، أو عندما يرتكب الفريق الخصم أي خطأ، أو عندما يحصل الفريق الخصم على عقوبة من أي نوع كانت. كما يحصل الفريق على نقطة إذا رمي الفريق المنافس الكرة خارج حدود الملعب المعروفة.

ويفوز أي فريق بالشوط ماعدا (الشوط الخامس الحاسم) إذا حصل على خمسة وعشرين نقطة شريطة أن يتقدم بفارق نقطتين، على سبيل المثال 25-23 وإذا حدث التعادل 24-24 يستمر الشوط حتى يتقدم أحد الفريقين بنقطتين مثلاً 30-28.

ولكي يفوز أي فريق بالمباراة يتعين عليه الفوز بثلاثة أشواط وإذا حدث أن تعادل الفريقان 2-2 يتم اللجوء إلى شوط خامس من خمسة عشر نقطة ويتعين على أي فريق حسمه بفارق نقطتين على الأقل.

يتكون فريق الكرة الطائرة من ستة لاعبين على أرض اللعب وستة آخرين احتياط. ولا يحق للاعبين لمس الكرة أكثر من ثلاث تمريرات قبل تسديدها في أرضية الفريق الخصم.

في عام 1998 استحدث الاتحاد الدولي للكرة الطائرة ما يسمى باللاعب الحر وهو اللاعب الذي يرتدي زياً مختلفاً عن باقي أعضاء فريقه ومهمته الرئيسية في الاستقبال والدفاع من الخط الخلفي، وله حرية الدخول للملعب دون استئذان حكم المباراة في أي وقت بديلاً عن أي لاعب من الصف الخلفي.

• أهم البطولات الكبرى الخاصة بالكرة الطائرة

بطولة كأس العالم للكرة الطائرة: تقام كل أربع سنوات في دولة مختلفة وأقيمت أول بطولة عام 1949 في مدينة براغ في تشيكوسلوفاكيا. كما تنظم جميع الاتحادات القارية بطولات على مستوى كل قارة سواء على مستوى المنتخبات أو الأندية.

وتعد البرازيل والولايات المتحدة وروسيا وبولندا والأرجنتين وفرنسا وإيطاليا وكندا واليابان من أبرز الدول التي تتبوأ مكانة عالية في تاريخ هذه الرياضة ولها سجل حافل في الفوز بالبطولات سواء العالمية أو القارية.

المهارات الأساسية للاعب الكرة الطائرة

هناك الكثير من المهارات التي يجب أن يتمتع بها لاعب الكرة الطائرة لكي يصبح لاعباً متميزاً. ولا يستطيع أي فريق تحقيق أي انتصار إلا بوجود هذه المهارات بين لاعبيه، ومن أهم هذه المهارات:

• مهارة الإرسال

من أهم مهارات الكرة الطائرة وتلعب دوراً حاسماً في فوز أي فريق. ويتم الإرسال بوضع الكرة في ملعب الفريق المنافس من خلال لاعب الخط الخلفي، ومن خلال القرعة يتم تحديد الفريق الذي سيبدأ عملية الإرسال في بداية الشوط الأول والخامس فقط أما بقية الأشواط فتتم عملية الإرسال بالتناوب. أما الإرسال خلال مجريات المباراة فيكون من نصيب الفريق الفائز بالنقطة السابقة.

• مهارة الاستقبال

هي أحد المهارات التي يجب أن يجيدها كل فريق وتتمثل في استقبال الإرسال من لاعب الفريق المنافس لتهيئتها للاعب المعد أو أي زميل في الفريق لبدء الهجمة.

• مهارة الهجوم

هو أي ضربة يقوم الفريق بتوجيهها لمنافسه ماعدا ضربة الإرسال والصد. ويتم اكتمال الضربة الهجومية بعبور الكرة للشبكة، أو لمسها من قبل أحد لاعبي الفريق الخصم.

• مهارة الضرب الساحق

تعتبر هذه المهارة متعة الكرة الطائرة ورونقها واللحظة التي تأتي معها صيحات الجماهير وتتحقق من خلالها الكثير من النقاط لأي فريق. والغرض من السحق هو ضرب الكرة بكل قوة لملعب الفريق المنافس بحيث يفشل لاعبه في إعادتها مرة أخرى. وعادة ما تتم هذه الضربة من خلال اللمسة الثالثة. ويجب أن يتمتع اللاعب الذي

يؤدي هذه المهمة بعدد من المواصفات أهمها الثقة بالنفس والسرعة في الحركة وقوة العضلات خاصة الرجلين وطول القامة وقراءة أوضاع اللاعبين في الفريق المنافس قراءة جيدة لتسديد الكرة في المكان الخالي من الملعب

• الاعتراض والصد

هو محاولة لاعبي الفريق الذي يكون في حالة دفاع منع وصول الكرة لملاعبهم بالتصدي لها بالقفز لأعلى الشبكة، ويقوم بهذا الحركة لاعبو الصف الأمامي، ومن الممكن أن يقوم بها لاعب أو اثنين أو ثلاثة وتسمى في هذه الحالة صدا جماعيا. "وتعد مهارة الدفاع عن الملعب صمام الأمان للفريق ضد هجوم الفريق المنافس وهي الخط الدفاعي الثاني بعد حائط الصد" (ناهدة وحيدر، 2010).

خطوات أساسية تساعد على تحسين مستوى اللاعب في كرة الطائرة

مما لا شك فيه أن اتقان أي نوع من أنواع الرياضة يحتاج إلى مهارات وصفات معينة لا بد أن يمتلكها اللاعب لكي يكون مميزا في أداء الرياضة التي يمارسها. وهذه المهارات يكون موهبة يمتلكها اللاعب بالفطرة وبعض المهارات يتم اكتسابها خلال التدريبات ويحاول كل مدير فني تنمية المواهب لدى اللاعبين للحصول على الأداء المطلوب. ولاعب الكرة الطائرة لا يختلف عن أي لاعب آخر، إذ لا بد أن ينمي قدراته وإمكانياته وتوظيفها من أجل الفريق ولن يتأتى هذا إلا من خلال اتباع عدد من الخطوات نوجزها في التالي:

أولاً:

على أي لاعب كرة طائرة الاهتمام بصحته جيدا وذلك من خلال تناول الغذاء الصحي المتكامل وعدم شرب الكحوليات والنوم بدرجة كافية. فالصحة الجيدة عامل أساسي للاعب الكرة الطائرة لتوظيف مهاراته وقدراته. كما انها تلعب دورا كبيرا في تجنب الإصابات الشائعة التي يعاني منها الكثير من اللاعبين حول العالم (جبارة ومكي، 2019).

ثانياً:

الاهتمام بالبرنامج التدريبي الذي يضعه المدير الفني وتطبيقه تماما في ملاعب التدريب والذي يتضمن الكثير والكثير من التعليمات الخاصة بفنيات الكرة الطائرة ومنها: التدريب على طريقة الإرسال بشكل صحيح وبكل قوة وحتى لا تخرج عن الحدود المسموحة بها في الملعب.

ويتضمن التدريب أيضا تدريب اللاعب على تمرير الكرة بطريقة صحيحة لزملائه في الفريق في النقطة المناسبة من الملعب حتى تتاح للفريق كسب المزيد من النقاط. ويجب على اللاعب التدريب الجيد على طريقة ضرب الكرة بقوة خلال اللمسة الثالثة لها. كما يجب أن يتدرب اللاعب جيدا على مهارة صد الكرة لإفساد هجمات الفريق المنافس وحرمانه من تسجيل النقاط. نستنتج من هذا ان الحصة التدريبية لأي فريق هي الأساس لتقوية اللاعبين فنيا.

ثالثاً:

هناك الكثير من الصفات الشخصية يجب أن يتمتع بها لاعب الكرة الطائرة ومنها:

- النشاط وخفة الحركة والعمل بروح الفريق لتشجيع باقي أعضاء الفريق. فاللاعب المتكاسل يؤثر تأثيراً نفسياً في باقي الزملاء.

- كما يجب على اللاعب تقبل النصائح بكل أريحية أثناء المباريات واتباع تعليمات المدير الفني لأنه يرى بشكل أوضح الطريقة التي يلعب بها الفريق المنافس كما أنه أكثر خبرة من اللاعب. لذا فطاعة المدير الفني للفريق والالتزام بتعليماته خلال سير المباراة من أساسيات الفوز لأي فريق.

- على لاعب الكرة الطائرة الالتزام أخلاقياً أثناء المباراة وعدم التهور سواء بالفعل أو بالقول في حال الخطأ في لعبة ما. إن حفاظ اللاعب على الهدوء والتصرف بحكمة ميزة إيجابية لا بد أن يمتاز بها اللاعبون وتساعد الفريق على العودة للمباراة بسرعة في حال خسارة أي شوط.

- على اللاعب بث روح المنافسة لزملائه سواء كان داخل أو خارج الملعب. فالكرة الطائرة لعبة جماعية تحتاج إلى تشجيع اللاعبين بعضهم لبعض.

- على أي لاعب تطوير سرعته، فالكرة الطائرة لا تعتمد على الذراع فقط، ولكنها تحتاج إلى ضرورة تواجد اللاعب في المكان الصحيح والتحرك برشاقة داخل الملعب وتحسين مستوى قفزته العمودية لاستخدامها في مهارة الصد وذلك بالتدريب على مهارة القفز باستخدام الحبل.

- يجب أن يمتاز اللاعب بالعزيمة والأمل والقتال على كل كرة حتى النفس الأخير وعدم اليأس نهائياً. فلا بد أن يتعامل اللاعب مع كل كرة على أنها كرة المباراة. إن زرع هذه الميزة في أي لاعب سوف تكون دافعا له ولفريقه وستجعل جميع اللاعبين يقاتلون في أرضية الملعب حتى النقطة الأخيرة وبغض النظر عن النتيجة ككل.

- ولا يخفى على أحد الدور الكبير الذي تلعبه الأسرة. لذا فعلى الوالدين ضرورة توفير الإمكانات التي تساعد الابن على التفوق في الكرة الطائرة من خلال توفير المتطلبات المادية لذلك وتوفير الوقت المناسب والتشجيع باستمرار والتواصل مع إدارات الأندية ومراكز الشباب للوقوف على مستوى الابن ومدى تطوره.

وأخيراً على اللاعب ألا يتعجل الأمور وألا يتوقع أن يصبح لاعبا مشهورا وعالميا خلال أيام قليلة، بل يجب أن يعرف أن العمل الجاد والمثابرة والالتزام في التدريب وخارج التدريب أمور لا بد منها للتقدم والوصول إلى المستوى الأفضل.

واقع الكرة الطائرة في العالم العربي

للأسف الشديد فإن واقع الكرة الطائرة في العالم العربي يدعو للحسرة، فلم نشاهد منتخباً عربياً يحصل على ميدالية ذهبية أو فضية في تاريخ الأولمبياد كما لم نشاهد منتخباً عربياً يحصل على بطولة العالم. كما لم تحصل الأندية العربية على بطولات دولية باستثناء البطولات القارية التي تشارك فيها الأندية الكبرى عربياً مثل الأهلي والزمالك وسبورتنج من مصر والوداد المغربي والترجي التونسي والفيصلي الأردني والهلال السعودي والقادسية الكويتي، وهناك الكثير من الأسباب التي أدت إلى تراجع هذه اللعبة في وطننا العربي وأهمها:

- الاهتمام الحكومي في كل الدول العربية يتركز فقط على كرة القدم، ودائماً ما تخصص وزارات الشباب الميزانيات الكبرى للاتفاق على كرة القدم وإهمال بقية الألعاب الأخرى سواء لعبات فردية أو جماعية وهو الأمر الذي أدى إلى غياب العرب عن منصات التتويج في مختلف الألعاب وبالطبع منها الكرة الطائرة.

- العوائد المادية للاعب الكرة الطائرة في العالم العربي ضعيفة للغاية مقارنة بنظيره لاعب كرة القدم. لذا فالإقبال على ممارستها ليس بالقدر المطلوب إذ يحاول أولياء الأمور توجيه أطفالهم منذ الصغر لممارسة كرة القدم والبعد عن الألعاب الأخرى.

- يلعب رجال الأعمال والشركات الكبرى دوراً كبيراً في أوروبا في رعاية اللاعبين الموهوبين في الكرة الطائرة والاستفادة منهم مستقبلاً، إلا أن هذا الدور يخفي تماماً في العالم العربي فلم نسمع عن رجل أعمال أو شركة كبرى قد تبنت لاعبا في الكرة الطائرة ورعته حتى الوصول للعالمية.

- الرياضة المدرسية في الدول المتقدمة بمثابة الأساس لتخريج الأبطال في مختلف الألعاب، وغالبية الأبطال الرياضيين في الألعاب الجماعية والفردية تمت تنمية موهبتهم من خلال حصص التربية البدنية في المدارس. إلا أننا في العالم العربي قد أهملنا وبشدة حصة التربية البدنية وأصبحت مجرد حصة للهو والترفيه وخرجت عن الإطار المخصص لها وهو تربية الطالب بدياً ورياضياً وتنمية مواهبه في اللعبة التي يجيدها. إن إهمال حصة التربية البدنية في المدارس وعدم وجود ملاعب للكرة الطائرة في المدارس العربية قد ألقى بظلال قاتمة على هذه اللعبة التي رفعت أعلام دول في المحافل العالمية "توفير الأرضيات المناسبة والقانونية لغرض العملية التدريبية والمباريات" (جبارة و مكي 2019).

• دور الأندية العربية في تطوير الكرة الطائرة

لا شك أن الدور الكبير لتطوير الكرة الطائرة في العالم العربي يقع في المقام الأول على عاتق الأندية التي لا بد أن توجه اهتمامها لهذه اللعبة مثل اهتمامها بكرة القدم، لذا فإن هناك الكثير من الخطوات التي يجب أن يقوم بها أي نادي لتطوير الكرة الطائرة:

- زيادة المخصصات المالية لفريق الكرة الطائرة والتعاقد مع لاعبين أكفاء ومع مديرين فنيين على أعلى المستويات وصرف الحوافز باستمرار للاعبين والمدربين والأجهزة الطبية.

- يجب على كل نادي تعيين متخصصين في اللياقة البدنية والتغذية وتفعيل الزيارات المدرسية لانتقاء أنسب العناصر.

- الاهتمام بقطاع الناشئين في كل نادي ليكون الرافد الأساسي للفريق الأول. وهذا يتطلب من كل نادي تعيين عدد من اللاعبين السابقين أصحاب الخبرة كمشرفين لاختيار العناصر المناسبة من المدارس ومراكز الشباب.

- ضرورة مشاركة الأندية في بطولات مختلفة سواء بطولات ودية أو رسمية لأن أي تطوير للعبة الكرة الطائرة لن يتم إلا بالمشاركة في مثل هذه البطولات.

- وعلى غرار كرة القدم يجب على الأندية العربية عمل توأمة مع الأندية الأوروبية بهدف تبادل الخبرات والزيارات للاطلاع على أحدث ما وصلت إليه طرق التدريب في الكرة الطائرة.

- يجب على الأندية الاستفادة من البحث العلمي والتكنولوجيا الحديثة لتطوير الكرة الطائرة لمسيرة القوى الكبرى في هذه اللعبة وذلك من خلال وضع برامج للتدريب والتأهيل وتوفير أحدث الأجهزة لرفع المستوى البدني والمهاري للاعبين.

• بعض العوامل الأخرى التي أثرت بشكل على تطوير الكرة الطائرة في العالم العربي خلال السنوات العشر الأخيرة

تأثرت لعبة الكرة الطائرة في العالم العربي خلال السنوات العشر الأخيرة تأثيرا كبيرا بالأحداث السياسية التي شهدتها العديد من الدول العربية في مصر وسوريا واليمن وليبيا والعراق ولبنان والسودان وغيرها من الدول. وقد أجمع الخبراء والمختصون على أن الاستقرار السياسي والأمني عامل مهم للتقدم في المجال الرياضي وبالطبع منه مجال الكرة الطائرة.

كما أثرت جائحة كورونا التي اجتاحت العالم برمتها خلال السنوات الثلاث الماضية على الأنشطة الرياضية في العالم وتم إغلاق الأندية ووقف مختلف المسابقات الخاصة بالكرة الطائرة وهو ما أثر بالسلب على المستوى الذهني والبدني للاعبين، كما تأثرت قطاعات الناشئين بشدة في مختلف الأندية والتي تعد الرافد الأساسي للفريق الأول في كل نادي وللمنتخبات الوطنية.

دور التكنولوجيا الحديثة في تطوير الكرة الطائرة

لا يمكننا أن ننكر أن التكنولوجيا الحديثة قد دخلت في كل مجالات الحياة ولا يمكن لأي دولة أن تتقدم إلا بمسايرتها لهذه التكنولوجيا. ولم تغب هذه التطورات عن المجال الرياضي، فالرياضة الحديثة تعتمد على أحدث التقنيات في وسائل التدريب والتأهيل البدني والنفسي. لذا فقد حرصت كليات التربية الرياضية في مختلف دول العالم على الاستفادة من هذه التكنولوجيا.

وبالطبع لم تغب الكرة الطائرة عن الاستفادة من التطورات الحديثة وذلك من خلال:

- وضع البرامج التدريبية وفقا لأحدث النظم العلمية لتحقيق الأهداف المرجوة سواء عند اختيار اللاعبين أو أثناء التدريب. كما اتجه الكثير من الأندية إلى التواصل مع المدارس التدريبية المختلفة في الدول المتقدمة في

الكرة الطائرة عن طريق الندوات وورش العمل التي تتم عن بُعد، " ضرورة استخدام التكنولوجيا الحديثة أو الوسائل والأدوات المساعدة في تعلم المهارات الأساسية في كرة الطائرة" (فايد، 2020).

- يستخدم المدربون الفنيون للأنديّة والمنتخبات الإحصائيات الدقيقة بعد كل مباراة لتحديد نقاط القوة والضعف عند كل لاعب. إن هذه الإحصائيات لم تكن تتم سابقاً بهذه الدقة، ولكن مع التقدم التكنولوجي يستطيع أي مدير فني معرفة عدد الخطوات وكمية المجهود الذي بذله أي لاعب خلال المباراة ومناطق تحركه في كل قطعة من الملعب.

- سمحت التكنولوجيا الحديثة للاعبين الصغار في الكرة الطائرة بمشاهدة البطولات العالمية في أي وقت عن طريق وسائل الاتصال الحديثة. لذا فإن هؤلاء اللاعبين أصبح بإمكانهم تعلم المهارات المختلفة للكرة الطائرة في أي وقت وأي مكان.

- أصبح بإمكان المدربين في أي دولة الاطلاع على أحدث نظم التدريب في الكرة الطائرة عن طريق مشاهدة الندوات والمؤتمرات.

- قامت الكثير من كليات التربية الرياضية بتصميم برامج اليكترونية على الشبكة العنكبوتية لتعليم مهارات الكرة الطائرة لطلابها والذين سينقلونها فيما بعد لطلابهم بعد التخرج في المدارس الابتدائية والمتوسطة والثانوية.

أفضل لاعبي الكرة الطائرة في عام 2021

ونظراً لأن الكرة الطائرة لا تلقى الاهتمام الإعلامي مثل اللعابات الأخرى والدليل أنك لو سألت مواطناً عربياً عن اسم لاعب كرة قدم فسوف يعطينا أسماء مئات اللاعبين الحاليين والسابقين، في المقابل إذا سألته عن اسم لاعب واحد للكرة الطائرة فربما لن يعرف. لذا فسوف أذكر في هذا البحث أشهر ثلاثة لاعبين للكرة الطائرة على مستوى العالم خلال العام الماضي 2021 حتى يعرفهم الجميع:

• جافين شميت

كندي الجنسية وقاد فريقه أركاس التركي للفوز ببطولة الدوري. تم اختياره كأفضل لاعب وأفضل هداف وأفضل صانع ألعاب

• إيرفين نجابث

فرنسي الجنسية ويحل في المرتبة الثانية في قائمة أفضل اللاعبين للعام 2021 وأفضل لاعب فرنسي في بطولة كأس العالم 2014

• سعيد معروف

أول لاعب إيراني يفوز بالدوري الروسي وكأس روسيا ودوري أبطال أوروبا ويعتمد المنتخب الإيراني عليه بشكل كبير لتحقيق الانتصارات وهو كابتن المنتخب.

وعلى المستوى العربي اختار الاتحاد الدولي للكرة الطائرة لاعب النادي الأهلي القاهري أحمد صلاح ضمن أفضل مائة لاعب في العالم خلال العقد الأخير نظرا للمستويات الرائعة التي قدمها لفرقه ولمنتخب مصر حيث قاد مصر إلى بطولة كأس العالم 2019. وفي كأس العالم 2015 أحرز صلاح 230 نقطة لينال شرف ولقب هداف البطولة، كما شارك صلاح في دورتي الألعاب الأولمبية عامي 2008 و 2016

النتائج والتوصيات

بعد أن استعرضت لعبة الكرة الطائرة وتاريخها والمهارات المطلوبة للاعبين للأداء في الملعب بدرجة عالية من الاتقان والمهارة والكفاءة، وأسباب تأخر هذه اللعبة في عالمنا العربي وعدم تبوأ العرب المكانة اللائقة بين الدول الكبرى المستحوذة على نصيب الأسد من البطولات العالمية والميداليات الأولمبية، فهناك عددا من التوصيات لتطبيقها خلال السنوات القليلة للارتقاء بهذه اللعبة عربيا وعالميا:

أولاً:

من الضروري تشجيع الأسرة لأطفالها للإقبال على ممارسة هذه اللعبة منذ الصغر وتسجيل الأطفال في أحد الأندية القريبة من السكن حتى يمارس الطفل هذه اللعبة على يد مدربين متخصصين فيتعلم قواعدها وقوانينها الأساسية منذ نعومة أظفاره.

ثانياً:

يجب الاهتمام بهذه اللعبة في المدارس من خلال حصة التربية البدنية، فيجب على كل مدرسة تأسيس ملعب للكرة الطائرة ليتسنى الفرصة للطلبة للتدريب العملي وحتى تصبح هذه الحصة مفيدة للطلبة ول مستقبلهم وليس مجرد حصة للترف واللهو. ويجب أن يكون النجاح في مادة التربية البدنية شرطاً لاجتياز المرحلة التعليمية والانتقال إلى مرحلة أخرى. كما يجب إقامة بطولة للكرة الطائرة على مستوى المدارس أخرى على مستوى الجامعات لنشر اللعبة شعبياً واكتشاف الموهوبين، "وضع مادة التربية البدنية في الحصة الأخيرة من الجدول الدراسي يؤثر بشكل كبير على أداء الطلبة للتدريبات الخاصة بالكرة الطائرة كون الطلبة مرهقين طوال اليوم" (المومني و عكور 2011).

ثالثاً:

تخصيص ميزانيات مالية للاتحادات الوطنية للكرة الطائرة من قبل وزارات الشباب والرياضة في مختلف الدول وذلك من أجل الاستعانة بالخبرات الأجنبية وتنظيم البطولات الكبرى.

رابعاً:

الاهتمام بقطاع الناشئين في مختلف الأندية ليكون رافداً كبيراً للفريق الأول وللمنتخبات الوطنية. إن قطاع الناشئين في أي نادي هو الثروة التي يجب أن يتم استغلالها بشكل أفضل. لذا فمن الضروري التركيز على تأهيل الناشئين بندياً ونفسياً للارتقاء بهم للوصول للأهداف المنشودة.

خامساً:

ضرورة نشر لعبة الكرة الطائرة بالساحات العامة والحدائق والشواطئ حتى تصبح لعبة شعبية من الدرجة الأولى مثل كرة القدم. من المعلوم أن ملعب الكرة الطائرة القانوني لا يحتاج مساحة واسعة من الأرض، ومن الممكن أن تنتشر مثل هذه الملاعب في الحدائق والمنتزهات

سادساً:

يجب على الاتحادات الوطنية للكرة الطائرة استضافة الأندية والمنتخبات التي لها باع طويل في الكرة الطائرة خاصة في الأوقات التي يتوقف فيها النشاط المحلي، للاستفادة منها فنياً والاحتكاك القوي بمدارس مختلفة في الأداء. إن مثل هذه المباريات سوف تفيد اللاعبين والمدربين والإداريين والأجهزة الطبية لأن الفرصة تكون ساحة للتعامل المباشر بين اللاعبين والأجهزة الفنية.

سابعاً:

يجب على الاتحادات الوطنية إجراء التعديلات المطلوبة للوائح والأنظمة لمواكبة التطورات العالمية وبما يضمن تماماً الارتقاء بمستوى اللعبة من جميع النواحي. كما يجب على الاتحادات الوطنية تدبير موارد إضافية بعيداً عن دعم الدولة وذلك من خلال الشراكة مع القطاع الخاص واستغلال حقوق البث التلفزيوني ودعم رجال الأعمال.

ثامناً:

على وزارات الشباب والرياضة في مختلف الدول تنظيم الكثير من المؤتمرات وورش العمل يحضرها المدربون والإداريون والأجهزة الطبية وذلك لشرح أحدث التطورات التي طرأت على لعبة الكرة الطائرة، على أن يتم بث هذه الندوات تلفزيونياً لزيادة الوعي لدى طلاب المدارس والمشاهدين

تاسعاً:

ضرورة الاستفادة من التكنولوجيا الحديثة في الكرة الطائرة بالاطلاع على البحوث العلمية المختلفة المتعلقة بأساليب التدريب والعناية الطبية، للأخذ بها عند اختيار الموهوبين ووضع البرامج التدريبية المناسبة للاعبين للوصول إلى الفورمة المطلوبة التي تساعد اللاعب على تحقيق المهام المطلوبة منه على أرض الملعب بكل اقتدار.

عاشراً:

على وزارات الإعلام في مختلف الدول إعطاء جانباً كبيراً من الأهمية لتغطية النشاطات المختلفة للكرة الطائرة على غرار ما يحدث مع كرة القدم. ويجب على المسؤولين في قطاع البرامج الرياضية تسليط الضوء على الفعاليات المختلفة ومحاور اللاعبين والمسؤولين للوقوف على أي عقبات تقف أمامهم لوضعها أمام صناعات القرار.

المراجع العربية

- ادريس، أسماء احمد جبارة، & فضل المولى مرحوم، مكي. (2019). الإصابات الرياضية الشائعة لدى لاعبي الكرة الطائرة بولاية الخرطوم. جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا – أطروحة دكتوراه.
- المومني، زياد & عكور، أحمد. (2011). المعوقات التي تواجه لعبة الكرة الطائرة من وجهة نظر معلمي ومعلمات التربية البدنية في محافظة أربد. قسم التربية البدنية -كلية التربية الرياضية- جامعة اليرموك – الأردن
- أمان الله، رشيد. (2009). السلوك القيادي للمدرب وعلاقته بسمات الدافعية للاعبي الكرة الطائرة الدرجة الأولى. جامعة الجزائر3. معهد التربية البدنية والرياضية.
- زكي، مصطفى. (2009). الكرة الطائرة الحديثة تعلم وتدريب وتاريخ ط 2. دار الفكر العربي. القاهرة. مصر
- صبحي خليل، بهاء & مطر عراق، محمد. (2021). التمايز في القدرات الحركية دالة لتسكين لاعبي الكرة الطائرة المتقدمين ضمن تخصص (الليبرو) Sciences Journal Of Physical Education, 14(3)
- عبد زيد الدليمي، ناهده & عبد الرضا طراد، حيدر. (2010). متابعة الكرة الهجومية المرتدة من حائط الصد وعلاقتها بنتائج مباريات الكرة الطائرة(4)1 Journal of Human Sciences,
- فايد، محمد عبد الباسط. (2020). مساهمة التكنولوجيا الحديثة في تعلم المهارات الحركية في الكرة الطائرة (أطروحة دكتوراه)
- ناصر خليف، سميحة. (2021). بحث حول كرة الطائرة (موقع موضوع الإلكتروني 19 ديسمبر)
- عبد الحميد محمد، إخلص. (2014). السمات الشخصية وعلاقتها بمستوى أداء لاعبي الكرة الطائرة. كلية التربية جامعة بغداد. 11-11, 13(1), Modren Sport Journal.

المراجع الأجنبية

- Flanagan, L. (1983). The history of volleyball in the United States. Microform Publications, College of Human Development and Performance, University of Oregon.
- Giddens, S., & Giddens, O. (2005). Volleyball: rules, tips, strategy, and safety. The Rosen Publishing Group.
- Hadzic, V., Sattler, T., Veselko, M., Markovic, G., & Dervisevic, E. (2014). Strength asymmetry of the shoulders in elite volleyball players. Journal of athletic training, 49(3), 338-344.
- Marques, M. C., Van den Tillaar, R., Gabbett, T. J., Reis, V. M., & González-Badillo, J. J. (2009). Physical fitness qualities of professional volleyball players: determination of positional differences. The Journal of Strength & Conditioning Research, 23(4), 1106-1111.
- Palao, J. M., Manzanares, P., & Ortega, E. (2009). Techniques used and efficacy of volleyball skills in relation to gender. International Journal of Performance Analysis in Sport, 9(2), 281-293.
- Qo'shayevich, X. Q. (2021). The Origin of Volleyball and its Place in World Sports. European Journal of Life Safety and Stability (2660-9630), 11, 140-141.
- Raiola, G. (2014). Teaching method in young female team of volleyball. Journal of physical education and sport, 14(1), 74.