

**ملخص البحث باللغة العربية****تأثير استخدام تدريبات الرشاقة الخاصة علي بعض المتغيرات البدنية ومهارة الضرب****الساحق لدي ناشئات الكرة الطائرة****الدكتور/ محمد جمال علي\*****الدكتور/ إسلام خليل عبدالقادر\*\*****الدكتور/ أحمد عادل عثمان\*\*\*****الباحثة/ هبة الله محمد فتحي\*\*\*\***

يهدف البحث إلي التعرف علي تأثير تدريبات الرشاقة الخاصة علي بعض المتغيرات البدنية ومهارة الضرب الساحق لدي ناشئات الكرة الطائرة، واستخدم الباحثين المنهج التجريب بيتصميم مجموعة واحدة مع استخدام القياس القبلي والبعدي، كما اشتمل مجتمع البحث علي ناشئات الكرة الطائرة تحت (١٤) سنة والمسجلات بالاتحاد المصري للكرة الطائرة موسم ٢٠٢٢/٢٠٢٣م، والمقيدات بنادي بنها الرياضي ، وبلغ عددهم (٢٦) ناشئة، اختار الباحثين (١٦) لاجراء الدراسة الأساسية، كما تم اختيار عينة استطلاعية عددها (١٠) ناشئات من داخل مجتمع البحث وخارج العينة الأساسية، وذلك لاجراء المعاملات العلمية، وأشارت أهم النتائج إلي:

١- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي في المتغيرات البدنية قيد البحث لصالح القياس البعدي .

٢- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي في اختبار الضرب الساحق قيد البحث لصالح القياس البعدي.

الدكتور/ محمد جمال علي\* / استاذ الكرة الطائرة بقسم نظريات وتطبيقات الرياضات الجماعية .كلية التربية الرياضية جامعة بنها  
الدكتور/ إسلام خليل عبدالقادر\*\* / استاذ مساعد بقسم نظريات وتطبيقات الرياضات الجماعية .كلية التربية الرياضية جامعة بنها  
الدكتور/ أحمد عادل عثمان\*\*\* / استاذ مساعد بقسم نظريات وتطبيقات الرياضات الجماعية .كلية التربية الرياضية جامعة بنها  
الباحثة/ هبة الله محمد فتحي\*\*\*\* / باحثة ماجستير

### Research summary in English

#### The effect of using specific agility training on certain physical variables and the spiking skill of young female volleyball players

The research aims to identify the effect of special agility exercises on some physical variables and the crushing skill of female volleyball players, and the researcher used the experimental approach by designing one group with the use of tribal and post measurement. The ٢٠٢٢/٢٠٢٣ season, and those enrolled in the Benha Sports Club, and their number reached (٢٦) young people, of whom the researcher chose (١٦) to conduct the basic study, and an exploratory sample of (١٠) young women was selected from within the research community and outside the basic sample, in order to conduct scientific transactions.

#### **The most important results indicated:**

- ١- There are statistically significant differences between the averages of the cardiac and dimensional measurements in the physical variables under study in favor of the dimensional measurement.
- ٢- There are statistically significant differences between the averages of the cardiac and post measurements in the crushing beating test under discussion in favor of the post measurement.