

مقارنة بعض القدرات العقلية والوظيفية والبدنية والمهارية بين لاعبي ناديي سيروان الجديد والبيشمركة الرياضي بكرة السلة

أ.م.د. اياد نور الدين محمد ، م.د. فيان عبد الكريم سعيد ، م.م. دنيا نجاه رشيد

العراق. جامعة السليمانية. سكول التربية الرياضية والأساس/قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة
ayad_mahmeed@yahoo.com

الملخص

ان التطور الذي حدث على المستويات العالية في مجال التدريب ، وما تحقق في البطولات العالمية في الالونه الاخيرة من انجازات رياضية متقدمه جاء بفضل التقدم العلمي الذي يشهده العالم في مختلف الميادين و من ضمنها المجال الرياضي . وتختلف تلك الانجازات تبعاً لخصوصية كل فعالية رياضية ، وتعد القدرات العقلية أحد مكونات الأساسية المهمة التي يحتاجها لاعبي كرة السلة أذ انها تعمل وتساعد على تنمية القدرات الحركية وتطوير المهارات الخطئية، اذ أن هناك العباباً تحتاج الى بذل جهد بدني مهاري كبيرين واخرى تحتاج الى بذل جهد ذهني أو أن يكون تخوف النفسي هو الكفة المراجعة في تحقيق الفوز، وينعكس ذلك الوصف جلياً في الالاب الجماعية اذ انها تحتاج الى توافر متطلبات عقلية وجسمية وبدنية ووظيفية ومهارية وخطئية ونفسية عالية الكافية .

وتوصل الباحثون الى الاستنتاجات التالية:

- ظهرت فروق ذات دلالة معنوية بين لاعبي نادي سيروان وبيشمركة فئة المتقدمين ، ولصالح لاعبي بيشمركة في متغير تركيز الانتباه أما اختبار الإدراك بالمسافة الوثب كانت لصالح نادي سيروان الرياضي .

- عدم ظهور فروق معنوية في الاختبارات البدنية والتي اشتملت على (الوثب الطويل والسرعة الانتقالية لدى عينة البحث .

- عدم ظهور فروق معنوية في المؤشرات الوظيفية لدى عينة البحث .

- عدم ظهور فروق معنوية في الاختبارات المهارية لدى عينة البحث .

الكلمات المفتاحية : القدرات العقلية والوظيفية ، المهارية ، بكرة السلة

Comparing some of the mental, functional, physical and skill Abilities among
players of Sirwan new club and Peshmerga in basketball

Assistant Prof.Dr. Iyad Nouraldin Mohamed, Lect.Dr. Fayan Abdul Karim Saeed, Assistant
Lect. Donya Najat Rasheed

Iraq. University of Sulaymaniyah. School of Physical Education and Foundation / Department
of Physical Education and Sports Sciences

ayad_mahmeed@yahoo.com

Abstract

The development that took place at the high levels in the field of training, and the advanced sports achievements in the world championships recently came thanks to the scientific progress witnessed by the world in various fields, including sports. These achievements vary according to the specificity of each sports activity. Mental abilities are one of the essential components that basketball players need. They help to develop motor skills and develop planning skills.

There are games that require great physical effort and others that need mental effort or the psychological fear is the cuff preponderant in achievement of victory, and is reflected in describing clearly the collective games as they need to meet the requirements of mental and physical, physical, functional, skill, planning and psychological of high sufficiency.

The researchers concluded the following:

- There were significant differences among Sirwan Club players and advanced category players of Peshmerga club, and for the benefit of Peshmerga players in concentration of attention variable, but the test of awareness of the jump distance was in favor of the Sirwan Sports club.
- There were no significant differences in physical tests which included
(The long jump and the transition speed of the sample.
- There were no significant differences in the functional indicators in the research sample.
- There were no significant differences in the skill tests in the research sample.

Keywords: mental and functional abilities, skill, basketball

1- المقدمة :

يعود التقدم بالمهارات الأساسية ومستوى الأنجاز بكرة السلة الى مجموعة من المقومات الأساسية التي تسهم في عملية الوصول الى المستويات العليا للاعبين على حد سواء ولعل من بين اهم هذه المقومات هي القدرات العقلية والوظيفية والبدنية الخ ، والتي تشكل محوراً أساسياً من محاور الأعداد والتدريب للوصول الى الأهداف المرجوة .

أذ اتجهت الدراسات الحديثة الى تقويم وتطوير الكثير من الألعاب الرياضية ومنها كرة السلة من خلال الاهتمام بتنمية وتطوير جميع القدرات التي يحتاجها اللاعب لما لها من أهمية كبيرة في تحسين الأداء المهاري.

ان التطور الذي حدث على المستويات العالية في مجال التدريب ، وما تحقق في البطولات العالمية في الآونة الأخيرة من انجازات رياضية متقدمة جاء بفضل التقدم العلمي الذي يشهده العالم في مختلف الميادين ومن ضمنها المجال الرياضي . وتختلف تلك الانجازات تبعاً لخصوصية كل فعالية رياضية ، وتعد القدرات العقلية أحد مكونات الأساسية المهمة التي يحتاجها لاعبي كرة السلة أذ انها تعمل وتساعد على تنمية القدرات الحركية وتطوير المهارات الخطئية ، اذ أن هناك العباأ تحتاج الى بذل جهد بدني مهاري كبيرين واخرى تحتاج الى بذل جهد ذهني أو أن يكون تخوف النفسي هو الكفة المراجعة في تحقيق الفوز، وينعكس ذلك الوصف جلياً في الألعاب الجماعية اذ انها تحتاج الى توافر متطلبات عقلية وجسمية وبدنية ووظيفية ومهارية وخطئية ونفسية عالية الكفاية .

واستنادا لما تقدم تكمن أهمية البحث في مقارنة بعض القدرات العقلية والوظيفية والبدنية والمهارية لدى لاعبي كرة السلة.

ومن خلال متابعة وملاحظه الباحثون لعدد من المباريات و الوحدات التدريبية لعدد من الاندية لاحظ عدم الاهتمام بالنواحي العقلية والبدنية والمهارية والوظيفية خلال الوحدات التدريبية اليومية ومن هنا برزت مشكلة البحث وهي مقارنة لبعض القدرات العقلية والبدنية والمهارية والوظيفية لدى لاعبي كرة السلة لبعض اندية مركز محافظة السليمانية والتعرف على الفروق في بعض القدرات العقلية والوظيفية والبدنية والمهارية، ولذا أرتأى الباحثون دراسة هذه المشكلة لإيجاد الحلول المناسبة لها لآرتقاء بمستوى اللعبة . وهدف البحث على التعرف على مستوى بعض القدرات العقلية والبدنية والمهارية والوظيفية لدى لاعبي نادي بيشمركه ونادي سيروان الجديد بكرة السلة .

- التعرف على الفروق في بعض القدرات العقلية والبدنية والمهارية والوظيفية لدى لاعبي نادي بيشمركه وسيروان الجديد بكرة السلة وأفترض الباحثون بأن هناك فروق ذات دلالة احصائية في بعض القدرات العقلية والبدنية والمهارية والوظيفية لدى لاعبي نادي سيروان الجديد ونادي بيشمركه الرياضي بكرة السلة . ولاعبي نادي سيروان الجديد ونادي بيشمركه الرياضي بكرة السلة المتقدمين .

2- اجراءات البحث :

2-1 منهج البحث :

استخدم الباحثون المنهج الوصفي بطريقة (المقارنة) الملائمة لطبيعة البحث وذلك لان المنهج الوصفي هو "محاولة الوصول الى المعرفة الدقيقة والتفصيلية لعناصر مشكلة او ظاهرة قائمة للوصول الى اساسيات واجراءات المستقبلية الخاصة بها " . (الرفاعي ، 2002 ، ص122)

2-2 عينة البحث :

اشتملت عينة البحث على لاعبي نادى سيروان وبيشمركه الرياضى بكرة السلة ، وتم اختيار العينة بالطريقة العمدية ، اذ يبلغ مجتمع الاصل الكلي (24) و تم اختبار (20) لاعبا من كلا الفريقين واستبعاد (4) لاعبين . حيث تم اجراء التجربة الاستطلاعية عليهم .

2-3 الاجهزه والادوات وسائل جمع المعلومات :

1- المصادر والمراجع العلمية .

2- اختبارات والقياس (العقلية ، البدنية، المهارية، الوظيفية)

3- ميزان طبي .

4- شريط قياس .

5- ساعة التوقيف .

6- صندوق ارتفاعه 40 سم .

7- شواخص .

8- كرات سلة .

2-4 إجراءات البحث الميدانية :

- تحديد الاختبارات قيد البحث وأختباراتها .

من خلال اطلاع الباحثون على العديد من المصادر والمراجع استطاعوا ان يحددوا وبالاتفاق مع الخبراء والمختصين (أ.د. أيمن نجم الدين عباس ، أ.م.د. ياسين عمر محمد ، م.د. ديار محمد صديق) اهم المتغيرات العقلية والبدنية والمهارية والوظيفية الخاصة بلعبة كرة السلة كما اختاروا لها اختبارات مقننة كما مبين في الجدول (1).

الجدول (1) يبين القدرات قيد البحث وأختباراتها

ت	القدرات	الأختبارات
1	العقلية	اختبار تركيز الانتباه (علاوي ، 1996 ، ص 399)
		الأدراك الحس الحركي (الأدراك بمسافة الوثب) (وجيه محجوب ، 2001)
2	البدنية	القدرة الانفجارية - لعضلات الرجلين - الوثب الطويل من الثبات (علي سلوم جواد ، 2004 ، ص 170)
		- السرعة الانتقالية - ركض (30) م من الوقوف (عبد الجبار واحد ، 1987 ، ص 363)
3	المهارية	التصويب التصويب البعيد خلال (60) ثانية (علاوي ورضوان ، 1987، ص 418)
		الطبطة الطبطة بين (4) شواخص (لؤي غانم الصميدعي وآخرون ، 2010، ص 331)
4	الوظيفية	القدرة الفوسفاجينية أختبار القفز العمودي لسارجنت (محمد نصر الدين رضوان ، 1999 ، ص 124)
		القدرة اللاهوائية أختبار الصندوق لمدة (30) ثانية (محمد نصر الدين رضوان ، 1999 ، ص 157)

2-4-1 التجربة الاستطلاعية :

تم اجراء التجربة الاستطلاعية بتاريخ 2014/12/5 الساعة 3.00 عصراً أذ قام الباحثون بأجراء الاختبارات (عقلية - بدنية - مهارية - وظيفية) على (4) لاعبين من مجتمع الاصل .

2-4-2 الاجراءات الرئيسية :

تم تطبيق الاختبارات من قبل الباحثون وبمساعدة فريق العمل ، حيث تم تطبيق الاختبارات كما يلي: في اليوم الاول الاختبارات العقلية المصادف 2014/12/13 ساعة (3) عصراً .

اما في اليوم الثاني والمصادف 2014/12/14 تم تطبيق الاختبارات البدنية الساعة (3) عصراً وفي اليوم الثالث تم تطبيق الاختبارات الوظيفية والمصادف 2014 /12/15 الساعة (3) عصراً . وفي اليوم الرابع تم تطبيق الاختبارات الوظيفية والمصادف 2014 /12/16 الساعة (3) عصراً .

2-5 الوسائل الإحصائية : استخدام الباحثون الحقيبة الإحصائية spss.

- الوسط الحسابي .

- الانحراف المعياري .

- اختبار (ت) للعينات المستقلة .

3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها :

قام الباحثون بعرضها على شكل جداول من اجل توضيح الصورة للقارئ لغرض فهمها .

3-1 عرض النتائج :

الجدول (2)

المعامل الأحصائية				الأختبارات	الأندية	القدرات
الدالة	T المحسوبة	ع	س			
0.003	2.144	8.330	132.625	تركيز الانتباه/درجة	سيروان	العقلية
		9.370	120.130		بيشمركة	
0.038	2.553	0.886	7.250	الأدراك بمسافة الوثب/سم	سيروان	
		0.916	8.370		بيشمركة	
0.401	0.894	3.522	21.875	القدرة الانفجارية للرجلين/سم	سيروان	البدنية
		3.758	22.875		بيشمركة	
0.630	0.508	0.145	4.314	السرعة الانتقالية/ثانية	سيروان	
		0.178	4.277		بيشمركة	
0.329	1.049	0.925	7	التصويب البعيد/درجة	سيروان	المهارية
		1.597	6.375		بيشمركة	
0.106	1.855	0.730	6.156	الطبطة بين الشواخص/انية	سيروان	
		0.504	5.445		بيشمركة	
0.473	0.758	29.796	366.120	القدرة الفوسفاجينية/درجة	سيروان	الوظيفية
		49.163	376.250		بيشمركة	
0.857	0.186	44.691	477.250	القدرة اللاهوائية/درجة	سيروان	
		55.558	472.880		بيشمركة	

3-2 مناقشة النتائج :

بعد إجراء المعالجات الإحصائية التي يوضحها الجدول أعلاه تبين إن من خلال عرض النتائج نلاحظ عدم وجود فروق معنوية في جميع الاختبارات (البدنية المهارية والوظيفية) بينما يشير الى ظهور فروق حقيقية ذات دلالة معنوية لمتغير تركيز الانتباه بين لاعبي نادي سيروان وبيشمركة فئة المتقدمين ولصالح لاعبي نادي بيشمركة . مما يدل على انه لم يتم الاهتمام بقدر كافي بتطوير تركيز الانتباه لدى لاعبي نادي سيروان الرياضي من قبل المدرب أو قد يكون عدم تخصيص وقت كافي لتطوير القدرات العقلية ومن ضمنها تركيز الانتباه ، حيث يقول (أسامة راتب ، 1997)

(أسامة راتب ، 1997 ، ص342)

"الرياضي الذي يمتلك التركيز العالي العميق هو الذي يستطيع أن يوفق بين مواقفه الجسدية والعقلية لكيانه الخاص"

وفي هذا الخصوص يشير(عبد الستار جبار ، 2000)

(عبد الستار جبار ، 2000 ، ص87)

"بانه عندما يكون مثير في بؤرة الانتباه فهذا يعني بان أنتباه الفرد مركز عليه خلال لحظة معينة ، وان الموضوعات الاخرى المرتبطة به تكون في هامش الانتباه وان تركيز الانتباه مهم ويلعب دور بارز في جميع الفعاليات وخاصة التي فيها عنصر الجسم هو الدقة في اللعبة التي تمارس وكذلك الرياضيات التي فيها تدخل الاجهزة والادوات كذلك الحالة النفسية تلعب دوراً بارزاً في تركيز الانتباه ، حيث يقول

(عبد الستار جبار ، 2000)

ان "التوتر النفسي والحالة النفسية والحالة الانفعالية السلبية الملازمة للظرف في البدايه واثناء المباراة من الممكن ان تمنع تركيز الانتباه بصورة كاملة وخاصةً عند دخول هدف مبكر او حصول نقطه ، مما يؤدي الى انخفاض حاد في شدة الانتباه كما ان اللاعب لكي يصل الى الاداء المثالي يجب ان تتكامل لديه جميع الصفات والقدرات" ، وبهذا الخصوص يقول (محمد حسن علاوي 1975)

(محمد حسن علاوي ، 1975 ، ص62)

الى ان "نجاح او فشل اللاعب في اضهار افضل ما عنده من قدرات ومهارات في المنافسة الرياضية تكمن في عملية التكامل ما بين المهارات والقدرات البدنية والحركية وما بين المهارات النفسية كالقدرة على الاسترخاء والتصور العقلي وغيرها" .

وأن هذا التفاوت في القدرات العقلية بين لاعبي نادي سيروان الجديد وبيشمركة الرياضي بكرة السلة قد يدل على انه لم يتم الاهتمام بقدر كافي بتطوير تركيز الانتباه لدى لاعبي نادي سيروان الرياضي من قبل المدرب أو قد يكون عدم تخصيص وقت كافي لتطوير القدرات العقلية ومن ضمنها تركيز الانتباه .

حيث يقول (أسامة راتب ، 1997) (أسامة راتب ، 1997 ، ص342)

"الرياضي الذي يمتلك التركيز العالي العميق هو الذي يستطيع أن يوفق بين مواقفه الجسدية والعقلية لكيانه الخاص" ، أو قد يعود الى ان لاعبي عينة البحث لم يستخدموا التدريب على القدرات العقلية جنباً الى جنب مع المهارات الاساسية بكرة السلة اذ كان الاهتمام على الجوانب البدنية والمهارية اكثر من الجانب العقلي مما جعل اللاعبين لا يستخدمون القدرات العقلية بشكل فعال اثناء التدريب او المنافسة لغرض السيطرة على مختلف الافكار التي تدور في ذهن اللاعب اثناء الاداء حتى يكون قادراً على اداء المهارة بشكلها الامثل ويعزو ايضاً قد يكون السبب حالة إلى طول فترة التهيؤ والاستعداد لأداء التصويب والذي يهيئ اللاعب للتكيف المناسب لأداء فعل التصويب بعد أن يمر في حالة التصور والتذكر مستثمراً الذاكرة الحركية في المخ لإصدار قراره في أداء التصويب وكلما كان التركيز كافياً كانت دقة التصويب جيدة ، لأن القصور في التركيز لا يساعدنا على تكوين حالة من التهيؤ التام لأداء التصويب "إذا لم تكن مركزاً لما يجري أمامك فأن التصويب لا يتحقق بالشكل الأمثل حيث أن تركيز الانتباه شيء ضروري من أجل تحقيق أعلى قمة في الأداء والقدرة. (هاشم أحمد سليمان ، 1988 ، ص82)

اذ أن الوقت الذي يعطى للاعبين قبل الأداء يساعدهم في تحقيق أعلى مستوى من الاستعداد التعبوي ويعينهم على تحقيق مستوى أفضل ويطلق على هذه الحالة (الاستعداد التعبوي الحركي) وذلك لأنها تشمل تعبئة جميع القوى المتوافرة عند اللاعب لإتمام الأداء وتحقيق نتيجة أفضل

من خلال عرض النتائج نلاحظ عدم وجود فروق معنوية في جميع الاختبارات (البدنية والمهارية والوظيفية ويعزو الباحثون ذلك ان افراد عينة البحث اغلبيتهم يمتلكون قدرات بدنية ومهارية ووظيفية عالية اضافة الى ذلك ان لاعبي نادي (سيروان وبيشمركة الرياضي) يلعبون ضمن اندية الدرجة الممتازة في إقليم كوردستان منذ فترة طويلة.

كما ادى التركيز في الوحدات التدريبية على الصفات البدنية التي تمكن اللاعب من القدرة علي اداء مختلف المهارات والوصول به الى اعلى المستويات فهي ضرورية لكل الالعاب الرياضية وتحديد سيادة صفة او اكثر على غيرها من الصفات البدنية الاخرى طبقاً لطبيعة اللعبة

ويؤكد(الحمامي ، 2000) (الحمامي ، 2000 ، ص4)

على ان "تحديد الخصائص البدنية الاساسية لها اهمية لتمكين الفرد من القدرة على اداء مختلف المهارات الحركية لنوع النشاط الممارس والتميز في كل نوع من الالعاب والرياضات".

كما ان للعوامل الوظيفية اهمية في ممارسة النشاطات الرياضية علي اختلاف انواعها

(الكرافي ، 2001 ، ص13)

من خلال ممارسة اللاعب لاي فعالية نشاط يختاره فان ذلك يؤدي الي تأثيرات فسيولوجية مختلفة علي وظائف وبناء اجهزة الجسم. وهنا يظهر تباين هذه التأثيرات اذ انها تختلف عند لاعبي النشاطات الرياضية والتي تتميز بالسرعة عن مثيلاتها في الالعاب التي تتميز بالتحمل.

ومن جانب آخر يعزو الباحثون عدم وجود فروق معنوية في الاختبارات المهارية وكما كان الهدف من الطبطة والانتقال من مكان الى اخر وان هذا الانتقال يجب ان يكون سريعاً في تطلب توافر عند السرعة وتغلب قدراً من القوة من أجل دفع الكرة باتجاه الارض بعد ارتدادها وهنا يؤكد

(Mario Blasoon, 1995)

(Mario Blasoon. 1995. P24)

على "ضرورة زيادة قدرة وقابلية اللاعب وهو مسيطراً على الكرة خلال الطبطة "

اما مهارة التهديد البعيد تتطلب توفر القوة وخاصة القوة الانفجارية للرجلين والذراعين وان هذه القوة مصحوبة بالدقة في توجيه الكرة لأنها تؤثر بصورة مباشرة في نجاح التصويب .

4- الاستنتاجات والتوصيات :

4-1 الاستنتاجات :

1- ظهرت فروق ذات دلالة معنوية بين لاعبي نادي سيروان وبيشمركة فئة المتقدمين ، ولصالح لاعبي بيشمركة في متغير تركيز الانتباه أما اختبار الإدراك بالمسافة الوثب كانت لصالح نادي سيروان الرياضي .

2- عدم ظهور فروق معنوية في الاختبارات البدنية والتي اشتملت على (الوثب الطويل والسرعة الانتقالية لدى عينة البحث .

3- عدم ظهور فروق معنوية في المؤشرات الوظيفية لدى عينة البحث .

4- عدم ظهور فروق معنوية في الاختبارات المهارية لدى عينة البحث .

4-2 التوصيات :

1- ضرورة إجراء تمارين تطويرية ووحدات تدريبية خاصة في تركيز الانتباه للاعبي كرة السلة.

2- ضرورة ربط تمارين تركيز الانتباه بالأداء المهاري مما يجعله ذو نتائج أفضل في تطوير تركيز الانتباه

3- الاهتمام بالقدرات البنية والوظيفية والمهارات خلال الوحدات التدريبية .

4- اجراء دراسات مماثلة على فئات أخرى وخاصة فرقة سلوية .

5- اجراء بحوث ودراسات مشابهة على المتغيرات قيد البحث .

المصادر

- أسامة كامل راتب: علم نفس الرياضة المفاهيم- التطبيقات. ط2، القاهرة : دار الفكر العربي، 1997.
- احمد حسين الرفاعي : مناهج البحث العلمي تطبيقات الادارية واقتصادية ، عمان ، دار وائل للنشر ، ط3 ، 2002 .
- علي سلوم جواد الحكيم : الاختبارات والقياس والإحصاء في المجال الرياضي ، التعليم العالي والبحث العلمي ، جامعة القادسية ، 2004.
- عبد الستار جبار الصمد: فسيولوجيا العمليات العقلية في الرياضة . ط1، عمان: دار الفكر العربي، 2000.
- على سلمان عبد سويلم الكرافي : دراسة بعض المحددات البدنية التخصصية لانتقاء الناشئين ، اطروحة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية بالمصارعة الرومانية ، جامعه بغداد ، 2001 .
- لؤي غانم الصميدعي وآخرون : الإحصاء والاختبارات في المجال الرياضي، ط1، اربيل ، 2010.
- محمد حسن علاوي : علم النفس في التدريب الرياضي : ط 3 ، القاهرة ، دار المعارف ، 1996 .
- محمد حسن علاوي: علم النفس الرياضي، النمو والدافعية فالتربية الرياضية، ط2، مصر، دار المعارف، 1975.
- محمد نصر الدين رضوان : طرق قياس الجهد البدني في الرياضة ، ط1، القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 1999.
- محمد المحامي : انتقاء الموهوبين في المجال الرياضي الكشف عن الجول والاتجاهات ، جديدة البيات ، الامارات العربية ، ، 2000 .
- هاشم أحمد سليمان : علاقة تركيز الانتباه بدقة التصويب في الرمية الحرة بكرة السلة ، رسالة ماجستير ، غير منشور ، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، 1988.
- Mario Blasoon . LETS Buld AEAM OEITALY , 1995 , .