تأثير أستخدام وسائل مساعدة في تعلم وتطوير بعض الهارات لناشئي كرة السلة

خطة بحث مقدم من قبل

م.حـيـدر جمعـة

أستاذ في كلية التربية الرياضية

جامعة بابل

1425هـ 2007م

1- التعريف بالبحث

1- 1مقدمة البحث وأهميته

تتطلب عوامل النجاح في المجال الرياضي اتباع الأسلوب العلمي الصحيح الذي يحقق ما يصبوا اليه المدربين للوصول الى افضل النتائج وتعد لعبة كرة السلة من الألعاب التي تحتاج الى البحث والدراسة المستمرة لما تتميز مهاراتها من أداء فني عالي ..

وتعد الوسائل المساعدة والأجهزة التدريبية ذات أهمية كبيرة في العمل التدريبي لفاعليتها في تطوير المهارات الحركية والصفات البدنية وتكمن أهمية البحث في أيجاد وسيائل مساعدة جديدة تساعد في تطوير مهارات كرة السلة والوصول الى الأداء المهاري الصحيح وتجنب الأخطاء الفنية والأقتصاد بالجهد والوقت .

1- 2 مشكلة البحث

مما شك فيه أن الوسائل المساعدة في تعلم وتطوير المهارات الحركية أهمية كبيرة في لعبة كرة السلة.

ومن خلال متابعة الباحث الميدانية للعبة كرة السلة كونه لاعبا ومدربا ومدرسا لاحظ وجود ضعف كبير في هذه الصفة وبالتحديد في الأداء الفني للهارات لدى لاعبي كرة السلة العراقية عامة واللاعبين الناشئين خاصة ويعزي الباحث ذلك الى قلة أو عدم أستخدام الوسائل المساعدة والأجهزة التدريبية الخاصة في تطوير المهارات الحركية الخاصة وحلا لهذه المشكلة أرتأى تصنيع وسائل تعليمية مقترحة لتطوير المهارات .

1-3 أهداف البحث

1- تصنيع وسائل مساعدة لتعلم وتطوير بعض المهارات للناشئي كرة السلة .

2- التعرف على تأثير أستخدام الوسائل في تعلم وتطوير بعض المهارات بكرة السلة .

1-4 فروض البحث

1- للوسائل المساعدة المقترح تأثير أيجابي في تطوير المهارات للناشئين بكرة السلة.

3- منهج البحث

سوف يستخدم المنهج بالتصميم التجريبي للمجموعتين (الأختبار القبلي والبعدي للمجموعتين الضابطة والتجريبية)

4- مجتمع وعينة البحث : سوف يتكون مجتمع البحث من اللاعبين الناشئين بكرة السلة أما العينة فتتكون من (24) لاعبا يقسمون الى مجموعتين تجريبية وضابطة.

5- أدوات البحث والوسائل المساعدة

- الوسائل البحثية :

1- الأختبارات

2- المصادر والمراجع

3- الأستبيان

- أدوات البحث

1- كرات

2- ملعب كرة سلة

3- الوسائل المصنعة

2- الدراسات النظرية والدراسات المشابهة

2-1 الدراسات النظرية

2-1-1 الوسائل المساعدة

هي مجموعة من الأجهزة والأدوات والمواد التي يستخدمها المدرب أو المدرس لتحسين عملية التعلم وتقصير مدتها وتدريب اللاعبين أو التلاميذ على المهارات ،اذ أخذ المدربون وذي الأختصاص في الأونة الأخيرة يبدون أهتماما واضحا بألوسائل التدريبية لأن أستخدامها يزيد عمق الأثر التدريبي والأسراع بالتعلم والتطور وبأقل وقت وجهد ممكن[1].

اذ يتطلب نجاح العملية التدريبية توفر الأمكانات اللازمة من أجهزة وأدوات مساعدة لتنفيذ المنهج التدريبي المرسوم[2]،والوسائل المساعدة هي الأدوات التي يستطيع المدرب من خلالها رفع مستوى اللاعب التكنيكي والبدني والمعرفي ، كما تعبر الوسائل المساعدة عن أتجاه حديث في مجالات التعلم والتدريب وهو أتجاه أخذ في التزايد ليشمل مختلف الألعاب الرياضية لتحقيق افضل المستويات.

"اذ يكون الأسلوب التدريبي هو الطريق الذي يتبع من خلال تنفيذ المناهج التدريبية بأستخدام الوسائل والأمكانات المتاحة المحققة لأهداف التدريب".[3]وتوجد نقاط عدة يجب مراعاتها لأختيار الوسيلة المساعدة حيث يأتي هنا دور المدرب في أختيار الوسيلة المساعدة التي يجب أن تتناسب وأمكانيات وقدرات لاعبو الفريق البدنية والذهنية والمهارية وهذه النقاط هي:[1]

---

[1] عباس أحمد السامرائي . كفايات تدريسية في طرائق تدريس التربية الرياضية ، جامعة البصرة :مطبعة دار الحكمة ، 1991،ص42-45.

[2] آسيا كاظم ، علي جواد. تأثير أستخدام جهاز المسند الخطاف في تعلم بعض المهارات الحركية على جهاز المتوازي للرجال. مجلة علوم التربية الرياضية ،العددالأول ، المجلد الثاني ،جامعة بابل ،2003،ص62.

[3] وديع ياسين التكريتي . النظرية والتطبيق في رفع الأثقال . ج1-ج2،بغداد: المكتبة الوطنية ، 1985،ص133.

[1] علي محمد عبد الرزاق الخياط . تأثير أستخدام جهاز مقترح في أكتساب تعلم بعض مهارات التنس الأرضي الأساسية ، رسالة ماجستير ،جامعة بغداد ، التربية الرياضية ،1999،ص8.

1- أن تكون غيرمعقدة وواضحة للمدربين في طريقة استخدامها .

2- أن تحقق الهدف الذي صممت من أجله .

3- أن تكون ذات كلفة اقتصادية قليلة في صناعتها .

4- أن تكون مشوقة وتجذب أنتباه اللاعبين لها.

ان أستخدام الوسائل المساعدة يعود لعدة أهداف يسعى المدربون لتحقيقها وكما يأتي :[2]

1- رفع مسوى المتدربين .

2- تعزيز الخبرة لدى المتدربين وتطوير مهارتهم.

3- زيادة فاعلية الوحدة التدريبية .

4- سد القصور في جوانب التدريب مما يؤدي الى تحسين الأداء .

1-2-2 التهديف في كرة السلة (3)

التهديف هو(عملية دفع الكرة بأتجاه الهدف على شكل حركة رمي بأسخدام ذراع واحدة أو ذراعين) وهو أيضا(الهدف الأساسي الذي يتوج جميع العمليات التي تحدث بكرة السلة حيث يعتبر المهارة الأساسية الأولى من حيث الأهمية التي عن طريقها يمكن للفريق تحقيق الانتصار في المباراة) وكذلك هو(المبدأ الأساسي الذي يعطيه المدربين وقت أكثر من غيره أثناء التدريب)[4]

3-2-2 القوة المميزة بالسرعة:

وتسمى أيضا بالقوة السريعة حيث يعرفها قيس وبسطويسي بأنها (أمكانية المجموعات العضلية في التغلب على مقاومات أقل من القصوى لفترة زمنية قصيرة)[5]

وتشير دانية نقلا عن السيد بدر عبد الرحمن (1984م) بأن (القوة المميزة بالسرعة أثر متزايد على مستوى الأداء في بعض الأنشطة ذات الحركات المتكررة)[6]

ومن خلال ما تقدم تعد القوة المميزة بالسرعة من المتطلبات الضرورية للعبة كرة السلة التي تمتاز بكثرة مهاراتها ومنها المهارات الهجومية التي تتكرر حركاتها مثل مناولة الكرة والتهديف بأنواعه.

3- منهج البحث وأجراءاته الميدانية :

1-3منهج البحث:

أستخدم الباحث المنهج التجريبي كونه يتلائم وطبيعة مشكلة البحث .

2-3 عينة البحث

---

[2] عباس السامرائي . مصدر سبق ذكره ، ص44-51.

[3] رعد جابر باقر وكمال عارف ظاهر .المهارات الفنية بكرة السلة . بغداد :مطبعة التعليم العالي ، 1987م،ص143.

[4] خالد نجم عبد (1986م) أقتبسه العامري ،سلوان صالح .تحليل وتقويم الحيازة وعلاقتها بنتائج مباريات كرة السلة .رسالة ماجستير ،كلية التربية الرياضية –الجادرية ،جامعة بغداد،1998م، ص18.

[5] قيس ناجي وبسطويسي أحمد. أسس ونظريات التدريب الرياضي.القاهرة :دار الفكر العربي ،1999م،ص343

[6]النجم،دانية رياض حامد. العلاقة بين بعض القدرات البدنية والوظيفية كمؤشر لاختبارات تاشئ الكرة الطائرة في العراق بأعمار (14-16) سنة . رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية – الجادرية ، جامعة بغداد ، 1999م،ص16.

أختيرت عينة البحث بالطريقة العشوائية من مجتمع البحث المتمثل بلاعبي ناشئي نادي الحلة الرياضي والبالغ عددهم(30) لاعب أذ تم أختيار (24) لاعب منهم عن طريق القرعة ليمثلوا المجموعتين التجريبية والضابطة لعينة البحث وبواقع (12) لاعب لكل مجموعة .

3- 3تجانس وتكافؤ العينة :

3-3-1تجانس العينة :

لغرض التأكد من تجانس أفراد عينة البحث قام الباحث بمعالجة نتائج أختبارات مستوى اداء التهديف والقوة المميزة بالسرعة لعضلات اليد الرامية باستخدام (معامل الألتواء) وكما موضح في الجدول (1) .

الجدول (1)

مستوى أداء التهديف	24	4.57	0.4	4	1.5
القوة المميزة بالسرعة لليد الرامية	24	11.13	1.42	11	0.09

حيث بلغ الوسط الحسابي لأختبار مستوى أداء التهديف (4.60) بأنحراف معياري (0.4) وقيمة منوال (4) وبلغت معامل الألتواء (1.5) وهي أصغر من (+3) وفي أختبار القوة المميزة بالسرعة لعضلات اليد الرامية بلغ الوسط الحسابي (11.13) وبأنحراف معياري (1.42) وقيمة منوال (11) وبلغت معامل الألتواء (0.09) وهي أصغر من (−3) وهذا يعني أن أفراد عينة البحث يتوزعون توزيعا طبيعيا في المتغيرات المبحوثة.

3-3-2 تكافؤ المجموعات :

تم اجراء التكافؤ بين مجموعتي البحث في اختبار القوة المميزة بالسرعة لعضلات الذراع الرامية واختبار مستوى أداء التهديف وكما هو موضح في الجدول (2) و (3)

جدول(2)

يبين تكافؤ مجموعتي البحث في اختبار مستوى أداء التهديف

المجاميع / الاختبارات	القبلي للضابطة		القبلي للتجريبية		قيمة (ت) المحسوبة	دلالة الفروق
	س	ع	س	ع		
مهارة التهديف من القفز	4.58	0,42	4.92	0,63	2.3	عشوائي

قيمة (T) الجدولية هي (2,09) ودرجة الحرية هي (22) ومستوى دلالة (0.05)

جدول (3)

يبين تكافؤ مجموعتي البحث في اختبار القوة المميزة بالسرعة

الاختبار	قيمة (كا^2)		دلالة الفروق
	المحسوبة	الجدولية	
القوة المميزة بالسرعة لعضلات اليد الرامية	0.75	3.84	عشوائي

قيمة (كا^2) الجدولية عند درجة حرية (1) ومستوى دلالة (0.05)

الوسائل والأدوات والأجهزة المستخدمة :

1-4-3 الوسائل المستخدمة :

أستخدم الباحث الوسائل البحثية الآتية :

- المصادر العربية والأجنبية .
- الملاحظة .
- الأختبارات الموضوعية .

2-4-3 الأدوات والأجهزة المستخدمة :

استخدم الباحث الأدوات والأجهزة الآتية :

- أهداف كرة سلة عدد (4) .
- كرات سلة عدد (24) .
- ملعب كرة سلة قانوني .
- ساعة توقيت .
- صافرة .

3-5الجهاز التدريبي المقترح

1-5-3 مكونات الجهاز :

يتكون الجهاز من ثلاثة أجزاء (الجزء الأول) القاعدة التي هي عبارة أنبوب حديدي مجوف طوله (120سم) يحتوي في الأعلى على نابض للتحكم بارتفاعات الجهاز ويرتكز الأنبوب على مساند وكما مبين في الشكل رقم(1)

أما الجزء الثاني فهو الذراع التي تحمل الأثقال وهي عبارة عن أنبوب حديدي يحتوي على قاعدة الدفع ومن الأعلى يحتوي حوامل الأثقال موصول بانبوب آخر مثقب بعدة ثقوب متدرجة الأرتفاعات طوله (2م) والمسافة بين ثقب وآخر (10سم) ومن الأعلى يحتوي على أنبوب صغير طوله (15سم) يحدد حركة الذراع المثقلة و يتحرك هذا الجزء بواسطة مفصل متحرك وكما مبين في الشكل رقم(2) أما الجزء الثالث فهو الأثقال وكما مبين في الشكل (3).

واستعرض الباحث في الشكل (7,8,9) صورة الجهاز بالكامل من عدة جوانب ويبين الشكل (6) كيفية سحب النابض وتغير أرتفاعات الجهاز.

(3) (2) (1)

(6) (5) (4)

(9) (8) (7)

3-5- 2طريقة تركيب الجهاز:

لغرض العمل على الجهاز المقترح يتم أتباع ما يلي:

1- ضبط طول اللاعب مع تدرج أرتفاع الجهاز فبالامكان زيادة ارتفاع الذراع المثقلة أو أنخفاضها بواسطة سحب النابظ الموضوع في أنبوب القاعدة يدخل في أحد ثقوب الأرتفاعات.

2- يتم التدريب على الجهاز في البدء بدون أوزان وبعد التعرف على طبيعة عمل الجهاز من قبل اللاعب المتدرب ويتم وضع الأوزان وتغير فيها حسب طريقة التدريب المستخدمة وتطوير أي نوع من أنواع القوة

3-5-3 كيفية الأداء على الجهاز

يقف اللاعب المتدرب مواجها للجهاز من الوقوف ويقوم بوضع يده المستعملة بالتهديف تحت قاعدة دفع الذراع المثقلة وحسب وضعية الأصابع على الكرة اثناء التهديف وقد قام الباحث برسم كف يد على القاعدة بوضع صحيح وبعد وضع اللاعب يده يقوم بتأدية مهارة التهديف كاملة برفع الذراع المثقلة اعلى أسفل مع التأكيد على المسار الصحيح في التهديف وزوايا اليد أثناء العمل على الجهاز وكما موضح في الشكل(10-11-12-13).

(10)

(11)

(12)

(13)

4-5-3 مواصفات عمل الجهاز :

هنالك بعض المميزات التي يتميز بها الجهاز المصمم لأبد من الأشارة اليها لغرض توضيح عمل الجهاز :

1- أن الجهاز يستفاد منه في جميع الفئات العمرية بكرة السلة لتطوير التهديف من الوقوف والقفز .

2- أن للجهاز أمكانية زيادة أو تقليل الارتفاع حسب طول اللاعب .

3- للجهاز أمكانية التحكم في شدة التدريب عليه من خلال تقليل أو زيادة الوزن أو سرعة الأداء

4- سهولة استخدام الجهاز من قبل أي لاعب وبدون مساعدة المدرب مع مراعاة زوايا اليد الرامية ووضع أصابع اليد بصورة صحيحة.

5- يعكس عمل الجهاز الرؤية الحديثة في عالم التدريب من حيث تطوير الصفة البدنية والمهارة من خلال عمل يشابه الأداء المهاري والعمل العضلي .

6- سهولة نقل وحمل الجهاز تعطيه أمكانية العمل في أي مكان .

5-5-3 تصميم وتصنيع الجهاز

لقد قام الباحث بتصميم الجهاز بالأسشارة مع مهندس ميكانيكي وتم تصنيعه من قبل مصنع لأجهزة التدريب الرياضية وقد أستغرق تصنيع الجهاز مدة (40) يوم.

6-3 الاختبارات المستخدمة

1-6-3 تقويم أداء مهارة التهديف من القفز بكرة السلة* .

* قام بتقويم الاداء الاساتذه :- د.م. رواء علاوي . جامعة بابل – كلية التربية الرياضية .
م. فراس مطشر . جامعة بغداد – كلية التربية الرياضية .

الهدف من التقويم: تقويم الأداء الفني لمهارة التهديف من القفز
الأدوات المستخدمة: ملعب كرة سلة قانوني وكرات سلة عدد (3)وأستمارة تقويم .
مواصفات الأداء: يقوم اللاعب المختبر بأداء التهديف من القفز .
شروط الأداء : لكل لاعب (3) محاولات متتالية .
التسجيل : يقوم ثلاثة مقومين بتقويم المحاولات الثلاث لكل لاعب مختبر ويمنح عنها ثلاث درجات عن كل مقوم علما أن الدرجة التقويمية النهائية لكل محاولة هي (10) درجات . وبعدها نقوم بأستخراج الوسط الحسابي لدرجات كل مقوم سنحصل على ثلاث درجات نأخذ لها الوسط الحسابي وتحتسب الدرجة النهائية لكل لاعب مختبر.

2-6-3 أختبار قياس دقة التهديف من القفز

الغرض من الأختبار : قياس دقة التهديف بالقفز.
الأدوات اللازمة : ملعب كرة سلة ،شريط قياس ،كرة سلة عدد (2) قانونية ،هدف كرة سلة ،طباشير.
وصف الأداء:يقوم اللاعب بالتهديف من ثلاث علامات الأولى خارج منطقة الرمية الحرة وعلى جهة اليسار والثانية في منتصف خط الرمية الحرة والثالثة على جهة اليمين منخط الرمية الحرة. ويؤدي اللاعب التهديف بالقفز بيد واحدة وبأتجاه السلة مباشرة دون أن تلمس لوحة الهدف وللاعب (15) رمية يؤديها بواقع ثلاث مجموعات كل مجموعة خمس رميات .
حساب الدرجات :
* تحتسب وتسجل للاعب درجتان لكل رمية ناجحة (تدخل فيها الكرة السلة). *تحتسب وتسجل للاعب درجة واحدة لكل رمية تلمس الكرة الحلقة ولا تدخل السلة *لا تحتسب درجات عندما تلمس الكرة اللوحة ولا تدخل السلة .
*درجة اللاعب تساوي مجموع النقاط التي يحصل عليها في الرميات (15).
*الدرجة القصوى للاختبار (30) درجة.

3-6-3 أختبار القوة المميزة بالسرعة لعضلات الذراع الرامية

الغرض من الأختبار :قياس القوة المميزة بالسرعة لعضلات الذراع الرامية .
الأدوات اللازمة : تم أستخدام الجهاز المقترح كأداة أختبار .
وصف الأداء: يتخذ اللاعب وضع التهديف من الوقوف أمام الجهاز ويقوم بعمل التهديف على الجهاز باليد الرامية بأداء أقصى عدد من المرات ولمدة عشر ثانية ويتم تغير الأوزان لكل لاعب حسب القوة القصوى له .
المعاملات العلمية : الصدق : المحتوى *
الثبات : 0.78

م.م. سامر احمد . جامعة بابل – كلية التربية الرياضية .
* تم عرض الاختبار على أ.د محمود داود وأ.م.د احمد يوسف متعب و أ.م.د سامر يوسف متعب التدريسيون في كلية التربية الرياضية جامعة بابل .

الموضوعية : 0.80

حساب الدرجات : تحتسب وتسجل للاعب عدد الدفعات في العشر ثواني .

1-7-3 التجربة الاستطلاعية الأولى : قام الباحث بأجراء تجربة أستطلاعية يوم 2005/8/13م على كيفية عمل الجهاز والتعرف على مدى صلاحيته للعمل وأسفرت هذه التجربة عن صلاحية الجهاز للعمل .

2-7-3 التجربة الأستطلاعية الثانية :

قام الباحث باجراء التجربة الأستطلاعية يوم 2005/8/15م على عينة من مجتمع البحث البالغ عددهم (5)لاعبين من الذين لم يشتركوا في التجربة الأساسية ،وكانت أهداف التجربة الاستطلاعية هي :

1- معرفة مدى ملائمة الاختبارات لعينة البحث .

2- معرفة الوقت المستغرق لأجراء الاختبارات .

3- معرفة الصعوبات التي قد تواجه مجريات العمل لمعالجتها.

8-3 الأختبارات القبلية :

أجريت الأختبارات القبلية لعينة البحث يوم 2005/8/18م الخاصة بالأداء الفني والدقة أما فيما يخص أختبار القوة المميزة بالسرعة فقد أجري في يوم 2005/8/19م.

3-8-3 التدريب على الجهاز المقترح *

- أستغرق التدريب على الجهاز (8) أسابيع .
- عدد الوحدات التدريبية في الأسبوع (3) وحدة.
- مجموع الوحدات التدريبية (24) وحدة .
- طريقة تدريب فترى مرتفع الشدة
- أخضعت المجموعتين التجريبية والضابطة الى المنهج التدريبي الذي قام الباحث بوضعه أذ تميزت فيه المجموعة التجريبية عن الضابطة باستخدام الجهاز المصمم في التدريب .

4-8-3 الأختبارات البعدية :

بعد أكمال (24) وحدة تدريبية في مدة (8) أسابيع من قبل مجموعتي البحث أجريت الأختبارات البعدية على مجموعتي البحث في نفس الضروف التي أجريت بها الأختبارات القبلية

وأجريت الأختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة لأختبارات الأداء الفني في يوم 2005/10/19م وأختبار القوة المميزة بالسرعة أجري في يوم 2005/10/20م

9-3 الوسائل الحصائية :

استخدم الباحث الوسائل الإحصائية آلاتية :-

1- الوسط الحسابي(1):-

---

* انظر الملحق رقم (1) و (2) .

(1) محمد جاسم الياسري ومروان عبد المجيد ، الاساليب الاحصائية في مجال البحوث التربوية . ط1 ، عمان : مؤسسة الوراق ،2001 ، ص171- 274 .

$$\text{سَ} = \frac{\text{مج س}}{\text{ن}}$$

2- الانحراف المعياري (2)

$$\text{ع} = \sqrt{\frac{\text{مج س}^2 - \frac{(\text{مج س})^2}{\text{ن}}}{\text{ن} - 1}}$$

3-أختبار (T) للعينات المتناظرة (1) :

$$= \sqrt{\frac{\text{مج ف}^2 - \frac{(\text{مج ف})^2}{\text{ن}}}{\text{ن} (\text{ن} - 1)}}$$

4- اختبار(t) للعينات غير المتناظرة (1): [2]

$$= \frac{\text{سَ}_1 - \text{سَ}_2}{\sqrt{\frac{\text{ع}_1^2}{} + \frac{\text{ع}_2^2}{}}}$$

---

(1) محمد جاسم الياسري ومروان عبد المجيد ، نفس المصدر السابق ، علي سلوم الحكيم ، الاختبارات والقياس والاحصاء في المجال الرياضي ، وزارة التعليم العالي ، جامعة القادسية ، 2004 ، ص299 .

[2] محمد نصر الدين رضوان ، الاحصاء اللابارومتري في بحوث التربية الرياضية ، القاهرة دار الفكر العربي 1989 م .

—

ن – 1

5- ولكوكسن فروق في الرتب[3]

6- أختبار الوسيط[4] (س²) = ن (أ د – ب ج)²

(أ + ب)(ج + د)(أ + ج)(ب +د)

7- المنوال القيمة الأكثر شيوعا

4- عرض النتائج وتحليلها

الجدول (3)

يبين معنوية الفروق بين نتائج أختبارات أداء التهديف من القفز ودقة التهديف في القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة .

المجاميع / الاختبارات	القبلي		البعدي		قيمة (ت) المحسوبة	دلالة الفروق
	س	ع	س	ع		
دقة التهديف	14,8	1,01	15	0,7	3,33	معنوي
مستوى أداء التهديف	4,58	0,67	5,63	0,42	3,86	معنوي

{ قيمة (T) الجدولية هي(2,2) ودرجة الحرية هي (11) }

في الجدول أعلاه نرى أن أختبار دقة التهديف ظهرت قيمة الوسط الحسابي في الأختبار القبلي هي(14,8) وقيمة الأنحراف المعياري هي (1,01) وقيمة الوسط الحسابي في الأختبار البعدي هي (15) والأنحرف المعياري (0,7) وقيمة (t) المحسوبة (3,33) وهي أكبر من الجدولية مما يدلل على وجود فرق معنوي ، وفي الأختبار القبلي لمستوى أداء التهديف ظهرت قيمة الوسط الحسابي (4,58) والأنحرف المعياري هي (0,67) وفي الأختبار البعدي قيمة الوسط الحسابي (5,63) والأنحراف المعياري هي (0,42) وقيمة (t) المحسوبة هي (3,86) وهي أكبر من الجدولية مما يدلل على وجود فرق معنوي .

[3] محمد نصر الدين رضوان . نفس المصدر السابق .
[4] محمد نصر الدين رضوان . نفس المصدر السابق .

الجدول (4)

يبين معنوية الفروق بين نتائج أختبارات أداء التهديف من القفز ودقة التهديف في القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية

المجاميع / الاختبارات	القبلي		البعدي		قيمة (ت) المحسوبة	دلالة الفروق
	س	ع	س	ع		
دقة التهديف	14,17	0,72	19,8	1,2	15,97	معنوي
مستوى اداء التهديف	4,92	0,79	7,54	0,63	15,47	معنوي

في الجدول أعلاه نرى أن في أختبار دقة التهديف ظهرت قيمة الوسط الحسابي في الأختبار القبلي هي(14,17) وقيمة الأنحراف المعياري هي (0,72) وقيمة الوسط الحسابي في الأختبار البعدي هي (19,8) والأنحرف المعياري (1,2) وقيمة (t) المحسوبة (15,97) وهي أكبر من الجدولية مما يدلل على وجود فرق معنوي ، وفي الأختبار القبلي لمستوى أداء التهديف ظهرت قيمة الوسط الحسابي (4,92) والأنحرف المعياري هي (0,79) وفي الأختبار البعدي قيمة الوسط الحسابي (7,54) والأنحراف المعياري هي (0,63) وقيمة (t) المحسوبة هي (15,47) وهي أكبر من الجدولية مما يدلل على وجود فرق معنوي .

الجدول (5)

يبين معنوية الفروق بين نتائج أختبارات أداء التهديف من القفز ودقة التهديفبين الأختبارات البعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية .

المجاميع / الاختبارات	البعدي للضابطة		البعدي للتجريبية		قيمة (ت) المحسوبة	دلالة الفروق
	س	ع	س	ع		
دقة التهديف	15	0,7	19,8	1,2	11,43	معنوي
مستوى اداء التهديف	5,63	0,42	7,54	0,63	7,77	معنوي

قيمة (T) الجدولية هي (2,09) ودرجة الحرية هي (22)

في الجدول أعلاه نرى أن في أختبار دقة التهديف ظهرت قيمة الوسط الحسابي في الأختبار ألبعدي للمجموعة الضابطة هي(15) وقيمة الأنحراف المعياري هي (0,7) أما المجموعة التجريبية فقيمة الوسط الحسابي في الأختبار البعدي هي (19,8) والأنحرف المعياري (1,2) وظهرت قيمة (t) المحسوبة (11,43) وهي أكبر من الجدولية مما يدلل على وجود فرق معنوي لصالح المجموعة التجريبية ، وفي الأختبار البعدي للمجموعة الضابطة لمستوى أداء التهديف ظهرت قيمة الوسط الحسابي (5,63) والأنحرف المعياري هي

(0,42) أما للمجموعة التجريبية فقيمة الوسط الحسابي (7,54) والأنحراف المعياري هي (0,63) وقيمة (t) المحسوبة هي (7,77) وهي أكبر من الجدولية مما يدلل على وجود فرق معنوي .

جدول (6)

يبين معنوية الفروق بين نتائج الأختبارات القبلية والبعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في أختبار القوة المميزة بالسرعة لعضلات الذراع الرامية

المجموعة	الاختبار	درجة ولكوكسن		دلالة الفروق
		المحسوبة	الجدولية	
الضابطة	القوة المميزة بالسرعة لعضلات الذراع الرامية	صفر	25	معنوي
التجريبية		صفر	25	معنوي

درجة حرية (12)

في الجدول أعلاه في أختبار القوة المميزة بالسرعة لعضلات الذراع الرامية بلغت قيمة (ولكوكسن) المحسوبة (صفرا) وهي أصغر من القيمة الجدولية البالغة (25) وهذا يعني وجود فرق معنوي بين القياسين ولصالح القياس ألبعدي ولكلا المجموعتين الضابطة والتجريبية .

جدول (7)

يبين معنوية الفروق بين نتائج الأختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في صفة القوة المميزة بالسرعة لعضلات اليد الرامية في أختبار (الوسيط)

الاختبار	قيمة (كا²)		دلالة الفروق
	المحسوبة	الجدولية	
القوة المميزة بالسرعة لعضلات اليد الرامية	12	3.84	معنوي

قيمة (كا²) الجدولية عند درجة حرية (1) ومستوى دلالة (0.05)

من خلال الجدول أعلاه يبين معنوية الفروق بين نتائج المجموعتين في الأختبارات البعدية في أختبار القوة المميزة بالسرعة لعضلات اليد الرامية حيث بلغت قيمة (كا)
المحسوبة (12) بين نتائج المجموعتين وهي أكبر من القيمة الجدولية (3.84) وهذا يعني وجود فرق معنوي بين مجموعتي البحث ولصالح المجموعة التجريبية .

1-4 مناقشة النتائج

من خلال عرض النتائج تبين أن هنالك فروقا ذات دلالة معنوية بين الأختبارات القبلية والبعدية ولمجموعتي البحث التجريبية والضابطة في جميع الأختبارات ولصالح البعدية .
فنجد أن المجموعتين حققتا تطورا نتيجة أستخدام المنهج التدريبي ،ولكن ظهرت فروق معنوية في الأختبارات البعدية بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية لصالح المجموعة التجريبية في جميع الأختبارات ويعزو الباحث ظهور هذه الفروق الى التطور الحاصل في أداء المجموعة التجريبية للأستخدامها الجهاز الذي عمل على تطوير القوة المميزة بالسرعة لليد الرامية بمعنى تطور القوة الخاصة للعضلات العاملة فعليا في أداء مهارة التهديف من خلال عمل الجهاز المشابه تماما لهذه المهارة من حيث زوايا اليد الرامية وشكل الأداء وقابلية التحكم والسيطرة على الكرة وتوجيهها بشكل جيد مما أنعكس ذلك على تطور مستوى أداء التهديف وبالتالي ارتفاع نسبة الدقة في التهديف .حيث يؤكد (مهند عبد الستار)[1] على أن قوة عضلات الذراعين كلما زادت أستطاع لاعب كرة السلة في السيطرة على الحركات التي يؤديها بالذراعين

وقد ركز الباحث على تطوير هذه الصفة لأهميتها الكبيرة في مهارة التهديف حيث توجد هنالك علاقة قوية بين مهارة التهديف وقدرة الذراعين وما بين القوة والسرعة .

ويتفق ذلك مع نتائج(منى محمد جواد)[2] التي توصلت الى وجود علاقة معنوية بين المستوى المهاري للتصويب في كرة السلة وقدرة الذراعين والرجلين وأن تطوير قوة عضلات الذراعين أسهم في تحسين قدرة اللاعب في مسك الكرة والرمي على السلة. وهذا ما تؤكده عايدة علي على أن (الوحدات التدريبية تتكامل بالوسائل المساعدة)[3] وأن أستخدام الوسائل المساعدة يؤدي الى معالجة الأخطاء التكنيكية وزيادة فاعلية التدريب وهذا ما يؤكده علي محمد عواجي (لأن الوسائل المساعدة تساعد اللاعبين على معالجة أوجه القصور وخاصة الذين تكون استجابتهم بطيئة كما تزيد من فاعلية الوحدة التدريبية)[4] وتدل النتائج على أن أستخدام الوسائل المساعدة التي تعمل على تطوير الصفات البدنية الخاصة والتي يكون عملها مشابه للمسارات الحركية للمهارات لها الأثر الكبير في رفع مستوى الأداء المهاري أي بمعنى أن يكون هنالك هدفان للوسيلة (بدني مهاري) ،ويعني ذلك صفة بدنية مرتبطة بمهارة حركية حيث يرى الباحث أن تصميم هكذا أجهزة له الأثر الكبير في تطوير المهارات الحركية.

5- الاستنتاجات والتوصيات:

5-1 الاستنتاجات :

---

[1] مهند عبد الستار : منهج تدريبي مقترح وتأثيره في تطوير بعض الصفات البدنيه والمهاريه في كرة السلة . رسالة ماجستير غير منشوره . جامعة بغداد – كلية التربية الرياضية . 2000 . ص76 .

[2] منى محمد جواد . تحديد عناصر اللياقة الخاصة للعبي التنس وكرة السلة . عن فاطمة محمد عبد المقصود تحديد عناصر اللياقة البدنيه الخاصة ومدى مساهمتها لكل مركز من مراكز اللعب في كرة السلة . مجلة علوم وفنون الرياضه . جامعة حلوان . كلية التربيه الرياضية للبنات . القاهرة . المجلد الثاني العدد الثالث . سبتمبر . 1990 . ص107 .

[3] عايدة علي حسين . أثر فاعلية الوسائل المساعدة في تعلم بعض المهارات الحركية في الجمناستك الفني للنساء ،أطروحة دكتوراه غير منشورة ، جامعة بغداد – كلية التربية الرياضية ، 1999 ص53.

[4] علي محمد عواجي .مجلة المعلم .مجلة تربوية ثقافية جامعة

1- للجهاز التدريبي المقترح تأثير أيجابيا في تطور القوة المميزة بالسرعة لعضلات الذراع الرامية في مهارة التهديف من القفز بكرة السلة .

2- للجهاز التدريبي المقترح تأثيرا أيجابيا في تطور أداء مهارة التهديف من القفز بكرة السلة .

5- 2 التوصيات :

1- يوصي الباحث بأستخدام الجهاز التدريبي المقترح من قبل المدربين لتطوير أنواع القوة الخاصة وأهمها القوة المميزة بالسرعة .

2-أستخدام الجهاز التدريبي لتطوير أداء مهارة التهديف من القفز

3- تصميم أجهزة تدريبية لتطوير الصفات البدنية الخاصة يكون مشابه للأداء الفني للمهارات.

المـــصـــادر والمـــــراجع

- آسيا كاظم ، علي جواد. تأثير أستخدام جهاز المسند الخطاف في تعلم بعض المهارات الحركية على جهاز المتوازي للرجال. مجلة علوم التربية الرياضية ،العدد الأول ، المجلد الثاني ،جامعة بابل ،2003،ص62.
- خالد نجم عبد (1986م) أقتبسه العامري ،سلوان صالح .تحليل وتقويم الحيازة وعلاقتها بنتائج مباريات كرة السلة .رسالة ماجستير ،كلية التربية الرياضية –الجادرية ،جامعة بغداد،1998م، ص18.
- رعد جابر باقر وكمال عارف ظاهر .المهارات الفنية بكرة السلة . بغداد :مطبعة التعليم العالي ، 1987م،ص143.

- عايدة علي حسين . أثر فاعلية الوسائل المساعدة في تعلم بعض المهارات الحركية في الجمناستك الفني للنساء ،أطروحة دكتوراه غير منشورة ، جامعة بغداد – كلية التربية الرياضية ، 1999 ص53.
- عباس أحمد السامرائي . كفايات تدريسية في طرائق تدريس التربية الرياضية ، جامعة البصرة :مطبعة دار الحكمة ، 1991،ص42-45.
- علي سلوم الحكيم ، الاختبارات والقياس والاحصاء في المجال الرياضي ، وزارة التعليم العالي ، جامعة القادسية ، 2004 ، ص299 .
- علي محمد عبد الرزاق الخياط . تأثير أستخدام جهاز مقترح في أكتساب تعلم بعض مهارات التنس الأرضي الأساسية ، رسالة ماجستير ،جامعة بغداد ، التربية الرياضية ،1999،ص8.
- علي محمد عواجي .مجلة المعلم .مجلة تربوية ثقافية جامعة .

محمد جاسم الياسري ومروان عبد المجيد ، الاساليب الاحصائية في مجال البحوث التربوية . ط1 ، عمان : مؤسسة الوراق ،2001 ، ص171-274 .

- محمد نصر الدين رضوان ، الاحصاء اللاباروميتري في بحوث التربية الرياضية ، القاهرة دار الفكر العربي 1989 م .
- منى محمد جواد . تحديد عناصر اللياقة الخاصة للعبي التنس وكرة السلة . عن فاطمة محمد عبد المقصود تحديد عناصر اللياقة البدنيه الخاصة ومدى مساهمتها لكل مركز من مراكز اللعب في كرة السلة . مجلة علوم وفنون الرياضه . جامعة حلوان . كلية التربيه الرياضية للبنات . القاهرة . المجلد الثاني العدد الثالث . سبتمبر . 1990 . ص107 .
- مهند عبد الستار : منهج تدريبي مقترح وتأثيره في تطوير بعض الصفات البدنيه والمهاريه في كرة السلة . رسالة ماجستير غير منشوره . جامعة بغداد – كلية التربية الرياضية . 2000 . ص76 .

ملحق رقم (1)

نموذج لوحدة تدريبية

زمن الوحدة التدريبية (90 دقيقة)

(المجموعة التجريبية)

الشدة المستخدمة	المقاومة المستخدمة	الراحة	الحجم	التمارين	الزمن بالدقيقة	أقسام الوحدة التدريبية
				تمارين أحماء بالكرة وتمارين تمطية	15 دقيقة	التحضيري

مرتفع الشدة (تحت القصوى)	45 % من القوة القصوى	الراحة بين تمرين وتمرين (40 ثانية) وبين مجموعة ومجموعة (2 دقيقة)	(تكرار التمرين ثلاث مرات) في ثلاث مجاميع	العمل على الجهاز المقترح (تمرين رفع الذراع المثقلة عشرة دفعات)	15 دقيقة	الرئيسي
مرتفع الشدة (تحت القصوى)	45 % من القوة القصوى	الراحة بين تمرين وتمرين (40 ثانية) وبين مجموعة ومجموعة (2 دقيقة)	(10 تكرار *3) *3	تمارين قوة للرجلين	15 دقيقة	
				تمارين تهديف بالكرة	35 دقيقة	
				تمارين مرونة وأسترخاء	10 دقيقة	الختامي

ملحق رقم (2)

نموذج لوحدة تدريبية

زمن الوحدة التدريبية (90 دقيقة)

(المجموعة الضابطة)

الشدة المستخدمة	المقاومة المستخدمة	الراحة	الحجم	التمارين	الزمن بالدقيقة	أقسام الوحدة التدريبية
				تمارين أحماء بالكرة وتمارين تمطية	15 دقيقة	التحضيري

مرتفع الشدة (تحت القصوى)	45 % من القوة القصوى	الراحة بين تمرين وتمرين (40 ثانية) وبين مجموعة ومجموعة (2 دقيقة)	(تكرار التمرين ثلاث مرات) في ثلاث مجاميع	تمارين القوة المميزة بالسرعة للذراعين (بنج بريس ، ضغط أكتاف خلفي وأمامي)	15 دقيقة	الرئيسي
مرتفع الشدة (تحت القصوى)	45 % من القوة القصوى	الراحة بين تمرين وتمرين (40 ثانية) وبين مجموعة ومجموعة (2 دقيقة)	(10 تكرار *3) *3	تمارين قوة للرجلين	15 دقيقة	
				تمارين تهديف بالكرة	35 دقيقة	
				تمارين مرونة وأسترخاء	10 دقيقة	الختامي