DOI prefix: 10.33170, 2025, Vol (18), Issue (1): 190-202

Sciences Journal Of Physical Education

P-ISSN: 1992-0695, O-ISSN: 2312-3619
https://joupess.uobabylon.edu.iq/

The effect of using compound exercises on the tactical thinking of young basketball players

Omar Taha Muhammad Ali Al-Hajjar*

Nineveh Governorate Education Directorate,Iraq.

*Corresponding author: omaralhajar02@gmail.com

Received: 13-12-2024 Publication: 28-02-2025

Abstract

The game of basketball has received increasing attention in the science of sports training as it is a popular game in a number of countries around the world, which has led to its great development and progress until it has reached what it is now. This was a result of the use of scientific methods for the exercises given during the training units in all preparation periods. Compound exercises are one of the types of developmental exercises that basketball coaches cannot do without during their training units in all periods of preparation because of their great importance in linking the skill and physical aspects and also work to raise the level of tactical thinking. The research aimed to use complex exercises and their effect on tactical thinking between the pre- and post-tests of the experimental group. The statistical differences between the experimental and control groups in tactical thinking in the post-tests. The researcher used the experimental method to suit the objectives and nature of the research. The research community was chosen using a comprehensive enumeration method from basketball players in Nineveh Governorate who represent the (youth group), numbering 14 players from the Nineveh Workers' Basketball Club for the sports season (2023-2024) and aged (16-17) years.

Keywords: Compound Exercises, Tactical Thinking, Basketball.

https://doi.org/10.33170/jocope.v16i7.3-23

أثر استخدام التمارين المركبة في التفكير الخططي للاعبي كرة السلة الشباب

عمر طه محمد علي الحجار
العراق. مديرية تربية محافظة نينوى
omaralhajar02@gmail.com

تاريخ استلام البحث ٢٠٢٤/١٢/١٣ تاريخ نشر البحث ٢٠٢٥/٢/٢٨

الملخص

حظيت لعبة كرة السلة باهتمام متزايد في علم التدريب الرياضي باعتبارها اللعبة الشعبية في عدد من دول العالم مما ادى الى تطويرها وتقدمها بشكل كبير حتى وصلت الى ماهي عليه وكان ذلك نتيجة لاستخدام اساليب علمية للتمارين المعطاة خلال الوحدات التدريبية في جميع فترات الاعداد، وتعد التمارين المركبة أحد انواع التمارين التطويرية التي لا يستغني عنها مدربو كرة السلة خلال وحداتهم التدريبية في جميع فترات الاعداد لما لها من اهمية كبيرة في ربط الجانب المهاري والبدني وكما تعمل على رفع مستوى التفكير الخططي.

هدف البحث الى استخدام التمارين المركبة وأثرها في التفكير الخططي بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية. والفروق الاحصائية بين المجموعة التجريبية والضابطة في التفكير الخططي في الاختبارات البعدية.

واستخدم الباحث المنهج التجريبي لملاءمته أهداف البحث وطبيعته، اختير مجتمع البحث بطريقة اسلوب الحصر الشامل من لاعبي كرة السلة في محافظة نينوى الذين يمثلون (فئة الشباب) والبالغ عددهم ١٤ لاعباً من نادي عمال نينوى كرة السلة للموسم الرياضي (٢٠٢٣-٢٠٢٤) وبأعمار (١٦-١٧) سنة.

الكلمات المفتاحية: التمارين المركبة، التفكير الخططي، كرة السلة.

١ –المقدمة:

وقد حظيت لعبة كرة السلة باهتمام متزايد في علم التدريب الرياضي باعتبارها اللعبة الشعبية الاولى في عدد من دول العالم مما أدى الى تطويرها وتقدمها بشكل كبير حتى وصلت الى ماهي عليه وكان ذلك نتيجة لاستخدام أساليب علمية للتمارين المعطاة خلال الوحدات التدريبية في جميع فترات الاعداد ، وتعد التمارين المركبة أحد انواع التمارين التطويرية التي لا يستغني عنها مدربو كرة السلة خلال وحداتهم التدريبية في جميع فترات الاعداد (العام – الخاص) والمنافسات لما لها من اهمية كبيرة وما زالت تخضع للمزيد من التطور مسايرة في ذلك التقدم العلمي والبحثي . فالعمل من اجل التطوير والوصول الى أعلى مستوى في اداء اللاعبين بالمنافسات يعد الهدف الذي يسعى اليه المختصون وهذا التقدم ليس وليد الصدفة وانما ناتج عن الجهود العلمية والفنية الكبيرة التي يبذلها مدربو كرة السلة بإيجاد أفضل المناهج التدريبية المخططة والمنظمة للتمارين المعتمدة على مبادئ علم التدريب ولسنوات طويلة حسب الفئة العمرية والمستوى التدريبي وخصوصية الفعالية في الوحدات التدريبية للوصول بلاعبيهم وفرقهم الرياضية الى اعلى المستويات. وان مدى نجاح التمارين المركبة التي يضعها المدربون في فترات الاعداد تقاس بمدى اتقان اللاعبين للمهارات والاداء البدني والخططي العالي خلال المباراة طوال مدة المنافسات التي لها دور مهم في الاستمرار بالتخطيط والتنظيم للوحدات التدريبية والوصول الى اهداف كثيرة للعناصر الاساسية للعبة كرة السلة لاسيما الصفات البدنية والمهارية والخططية "فيعد التخطيط في كرة السلة من الناحية التطبيقية عبارة عن عملية اعداد ومحتويات وشكل وشروط ، ومقدار التدريب من حيث الكم والكيف خلال مدة معينة لغرض اعداد لاعب كرة السلة اعدادا شاملا والوصول به الى الفورمة الرياضية"

(اسماعيل، واخران،١٩٨٩ ،٢٣)

وبما ان التخطيط لتدريب كرة السلة له اهمية كبيرة في وصول اللاعبين الى الفورمة الرياضية وتقديم أفضل المستويات خلال المنافسات والبطولات. لذلك وجب وضع المناهج والوحدات التدريبية واختيار التمارين بأساليبها المختلفة بما يتناسب مع مدة الاعداد ومستوى اللاعبين مستندين في ذلك الى قاعدة متينة على اسس علمية " بما يتضمن معه التأثير الايجابي على مستوى اللاعب واستمرار تقدمه في الجوانب المختلفة في كرة السلة كمبدأ التدرج في ارتفاع مستوى الحمل والتوقيت الصحيح وتكراره " (اسماعيل ، واخران،١٩٨٩ ،١٧)

فضلا عن اطلاع الباحث على الرسائل والاطاريح لاحظ ان هناك دراسات سابقة كثيرة في كرة السلة كدراسة (الحجار، ٢٠١١) التي تناولت التحليل الفسيولوجي وبناء منهاج على نتائج التحليل، ودراسة (جاسم ٢٠٠٩) والتي تناولت أثر انتقال من الجانب المهاري الى الجانب البدني عن طريق اعداد منهاج تدريبي مهاري، ودراسة (محمد مرعي ،٢٠٠٤) التي تناولت التدريب الفتري باستخدام ازمنة مختلفة من منطقة الجهد الاولى.

وبما ان لعبة كرة السلة من الالعاب التي تمتاز بسرعة ورشاقة الاداء ودقة التصويب لأحراز النقاط، مما يتطلب من المدربين ايجاد تمارين خاصة تضم الصفات المذكورة اعلاه، وان لمهارة اللعب دور كبير في اداء المناولة والطبطبة والتهديف الى اخره من الحركات والمهارات الاساسية بكرة السلة، لذا توجب على المدرب ربط الجانب المهاري مع الجانب البدني المتكامل من الصفات البدنية، تبين لنا اهمية وضع تمارين مركبة على شكل منهاج تدريبي تلبي حاجة المدربين اثناء تدريباتهم خلال الوحدات التدريبية. وعلى حد علم الباحث انه لا توجد دراسة تجريبية تتناول الجانب التدريبي في تطوير التفكير الخططي والى استغلال مجموعة مهارات توضع في تمرين وأحد وهي التمارين المركبة. ومن هنا تبرز اهمية البحث لوضع منهاج تدريبي باستخدام التمارين المركبة والتعرف على أثرها في التفكير الخططي للاعبي كرة السلة.

تتطلب لعبة كرة السلة اعدادا شاملا في جميع الجوانب البدنية والمهارية فضلا عن الخطخطية والنفسية وهذا يتم من خلال وضع مناهج تدريبية ولفترات طويلة الامد موضوعة على اساس علمي من اجل تطوير اللاعبين ومنهم الشباب كونهم القاعدة الاساسية لتحقيق افضل النتائج والوصول الى المستوى العالي ، ومن خلال خبرة الباحث الميدانية بوصفه لاعبا وجد ان الفترات الزمنية ومواعيد البطولات لا تتناسب مع الاعداد الكامل للفريق عليه توجب وضع منهاج تدريبي يتضمن مجموعة من التمارين المركبة التي تجمع الجانبين المهاري والبدني والخططي وكأجراء طارئ والذي تكون الغاية منه اعداد اللاعبين خلال اقل فترة زمنية ممكنة.

كما وان الاتجاهات الحديثة في التدريب الرياضي تركز على التمارين المشابهة لحالة اللعب وهذا ما يسمى بالتمارين المركبة التي تجمع الجانب البدني والمهاري والخططي باشراك أكثر من لاعب، لذا فان المشكلة الحقيقية هي ان الارتقاء بمستوى اللعبة واللاعبين يحتاج الى أساليب حديثة ومبتكرة عن طريق اعداد منهاج يتضمن تمارين مركبة مهارية هجومية يتم تطبيقها على عينة البحث للارتقاء بمستوى اللاعبين خططيا.

ويهدف البحث الى:

١-استخدام التمارين المركبة وأثرها في التفكير الخططي بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية.

٢-الفروق الاحصائية بين المجموعة التجريبية والضابطة في التفكير الخططي في الاختبارات البعدية.

٢-إجراءات البحث:

٢-١ منهج البحث: استخدم الباحث المنهج التجريبي لملاءمته لطبيعة ومشكلة البحث.

٢-٢ مجتمع البحث وعينته:

اختير مجتمع البحث بطريقة اسلوب الحصر الشامل من لاعبي كرة السلة في محافظة نينوى الذين يمثلون (فئة الشباب) والبالغ عددهم ١٤ لاعباً من نادي عمال نينوى الرياضي لكرة السلة للموسم الرياضي (٢٠٢٣-٢٠٢٤) وبأعمار (١٦-١٧) سنة.

أما عينة البحث فتكونت من (١٠) لاعباً أي بنسبة ٦٦% من مجتمع البحث الأصلي إذ وزعوا على مجموعتين (تجريبية وضابطة) بطريقة الأزواج المتماثلة *ضمت كل مجموعة (٥) لاعباً وقد راعى الباحث عند اختياره عينة البحث ما يأتي:

- جميع اللاعبين يمثلون الفئة العمرية (١٦-١٧) سنة حسب تعليمات الاتحاد العراقي لكرة السلة.
- استبعدت من مجتمع البحث عينة التجربة الاستطلاعية التي كان عدد لاعبها (٥).

- تجانس العينة:

تم اجراء التجانس لعينة البحث في متغيرات (العمر الزمني والعمر التدريبي والطول والوزن) والجدول (١) يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل الاختلاف لجميع المتغيرات المعتمدة في التجانس.

الجدول (١) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ليفين للمتغيرات المعتمدة في التجانس

المتغيرات	وحدة القياس	سَ	±ع	معامل الاختلاف
العمر الزمني	سنة	١٥,٥٣	١,٧٣	%١١,١٣
العمر التدريبي	سنة	٣,٨٦	٠,٩٦	%٢٤,٨٧
الطول	سم	١٨٠,٢٥	٤,٣٦	%٢,٤١
الوزن	كغم	٧٨,١١	١,٩٥	%٢,٤٩

* الأزواج المتماثلة: وهي طريقة استخدمها الباحث عن طريق تقسيم العينة حسب مراكز اللعب في كرة السلة ويتم اختيار كل لاعب للمركز عن طريق القرعة

- تكافؤ مجموعتي البحث:

تم إجراء التكافؤ بين مجموعتي البحث في مقياس التفكير الخططي الذي تم الاعتماد عليه في البحث وكما هو مبين في الجدول (٢).

الجدول (٢) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة ومستوى الاحتمالية لمجموعتي البحث في مقياس التفكير الخططي

اختبار	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة (ت) المحسوبة	مستوى الاحتمالية
		سَ	±ع	سَ	±ع		
مقياس التفكير الخططي	درجة	٥١,٦٦	٥,٠٣	٥٢,٧٧	٤,٧٦	٠,٨٥٧	٠,٩٠٣

من الجدول (٢) تبين إن مستوى الاحتمالية لاختبار مقياس التفكير الخططي هي أكبر من مستوى الاحتمالية ٠,٠٥ للنظام الإحصائي SPSS المستخدم في المعالجات الإحصائية للبحث، وهذا يدل على عدم وجود فروق معنوية في المتغير المذكورة مما يدل على تكافؤ المجموعتين التجريبية والضابطة في التفكير الخططي المعتمدة في البحث.

٢-٣وسائل جمع المعلومات والبيانات:

- تحليل محتوى المصادر العلمية.
- الاستبيان.
- المقاييس والاختبارات.
- المقابلات الشخصية مع عدد من السادة المختصين في مجال علم التدريب الرياضي وكرة السلة

٢-٤ تحديد مقياس التفكير الخططي:

من اجل تحديد مقياس التفكير الخططي وبعد تحليل محتوى المصادر العلمية لاختيار مقاييس التفكير الخططي الملائم لعينة البحث والمناسب للتمارين المركبة وتم وضع المقاييس بشكل استبيان وتم توزيعه على مجموعة من المختصين في القياس والتقويم وكرة السلة والجدول (٣) يبين نسب اتفاق السادة المختصين على المقياس المناسب والنسب المئوية التي حصلت على نسب اتفاق (٧٥%) فأكثر.

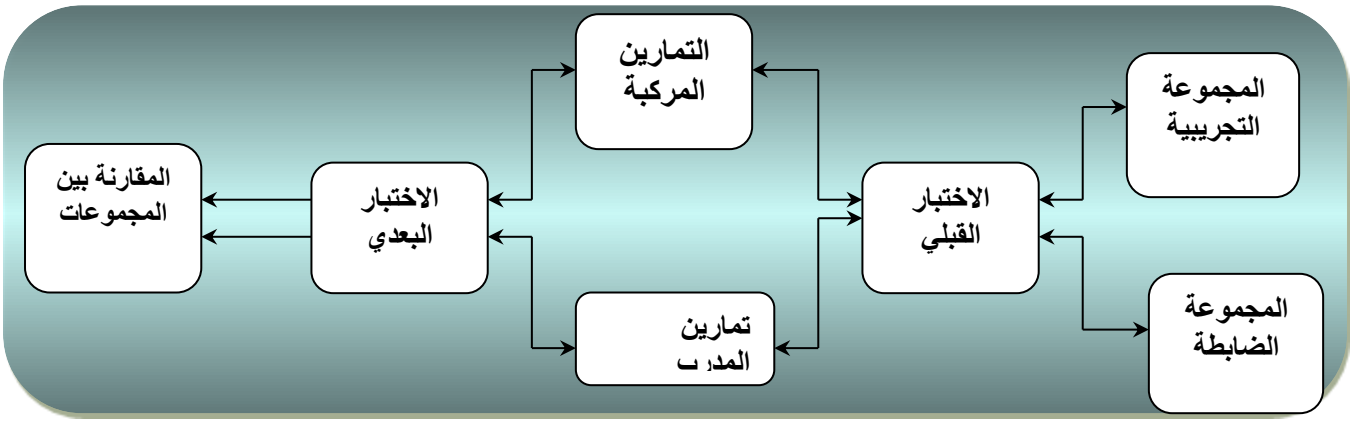
الجدول (٣) يبين النسب المئوية لاتفاق المختصين على أهم مقياس للتفكير الخططي بكرة السلة

المقياس	عدد المختصين	عدد المتفقين	نسب الاتفاق
زياد قاسم يحيى الزبيدي (٢٠١٣) "بناء مقياس التفكير الخططي الهجومي وعلاقته ببعض القدرات العقلية للاعبين المتقدمين بكرة السلة	٥	٥	%١٠٠
ريام ماجد جبار (2015) "الذكاء المعرفي وعلاقته بالتصرف الخططي الهجومي للاعبي أندية المنطقة الجنوبية بكرة السلة "	٥	٠	%٠

٢-٥ التصميم التجريبي:

تعد عملية اختيار التصميم التجريبي للبحث امرا ضروريا في كل بحث تجريبي وهو اجراء يهيئ السبل الكفيلة للوصول الى النتائج المطلوبة، لذا استخدم الباحث التصميم التجريبي الذي يطلق عليه تصميم المجموعات المتكافئة عشوائية الاختبار القبلي والبعدي.

(الزوبعي والغنام، ١٩٨١، ١٠٢-١١٢)



الشكل (١) يوضح التصميم التجريبي

٢-٦ تصميم منهاج التمارين المركبة:

بعد تحليل محتوى المصادر العلمية والرسائل والاطاريح الخاصة بلعبة كرة السلة ارتأى الباحث اختيار مجموعة من التمارين المركبة وعُرضها على مجموعة من المختصين في مجال لعبة كرة السلة لتحديد انسب التمارين لعينة البحث وبعد فرز التمارين المختارة وتعديل عدد من ها حسب توجيهات المختصين اختير (١٢) تمريناً قام الباحث بتصميم منهاج التمارين المركبة وعُرضها على مجموعة من المختصين لبيان أراءهم في صلاحية المنهاج من حيث مدة دوام التمرين المستخدم وفترات الراحة بين التكرارات وتمرين واخر وزمن الحجوم التدريبية وبعد عرض المنهاج المذكور تم الأخذ بملاحظات السادة المختصين الى ان استقر منهاج التمارين المركبة .

٢-٧ متغيرات البحث وكيفية ضبطها:

تتميز البحوث التجريبية بوجود المتغيرات التابعة والمتغيرات المستقلة، ويشير (فان دالين) الى أن المتغيرات التابعة تتأثر بعوامل متعددة غير العامل التجريبي، لذلك لابد من ضبط هذهِ العوامل وإتاحة المجال للمتغيرات المستقلة (التجريبية) وحدها للتأثير في المتغيرات التابعة.

(فان دالين، ١٩٨٤، ٢٤٢)

٢-٨-١ المتغيرات التابعة: تضمنت مقياس التفكير الخططي بكرة السلة التي يتناولها البحث.

٢-٨-٢ المتغيرات المستقلة: تضمنت منهاجاً بأسلوب التمارين المركبة للمجموعة التجريبية.

٢-٩ خطوات البحث الميدانية:

٢-١٠التجارب الاستطلاعية: قام الباحث بإجراء عدد من التجارب الاستطلاعية على (٥) لاعبين بغية تخطي العقبات التي تصادف الباحث والمساعدين واللاعبين في اثناء تنفيذهم الاختبارات والتمارين في الوحدات التدريبية ووضع الحلول المناسبة لها وكما يأتي:

- التجربة الاستطلاعية الأولى:

أجريت بتاريخ ٢٠٢٤/٦/٥ لمعرفة إمكانية اعتماد مقياس التفكير الخططي المختارة في البحث والتعرف على الوقت المناسب والمستغرق لأداء مقياس التفكير الخططي وإمكانية أدائه من الجميع فضلاً عن تعرف فريق العمل المساعد ومدى تفهمهم لكيفية العمل وفي ضوء ذلك وزع مقياس التفكير الخططي.

- التجربة الاستطلاعية الثانية:

أجريت بتاريخ ٢٠٢٤/٦/٨ في القاعة الرياضية/لقسم التربية الرياضية/كلية التربية الأساسية وبإشراف مختصين في فسلجه التدريب الرياضي وكان الهدف منها التعرف على زمن الراحة البينية بين التكرارات وبين تمرين وآخر وكذلك التعرف على التكرارات المناسبة للتمارين المستخدمة في المنهاج من خلال قياس مؤشر النبض بجهاز (Run Tec).

- التجربة الاستطلاعية الثالثة:

أجريت بتاريخ ٢٠٢٤/٦/٨ وكان الهدف منها اعتماد التمارين التي ستؤدى في المنهاج وكيفية تطبيقها والكشف عن الأخطاء والمعوقات التي تحدث بإشراف فريق عمل مساعد مختص فضلاً عن تحديد الزمن الكلي لكل تمرين وكذلك تحديد الواجبات المتاحة للمدرب التي سيقوم بتنفيذها طوال مدة المنهاج فضلاً عن الأخطاء والصعوبات التي قد تواجه المدرب في أداء التمارين خلال الوحدات التدريبية.

٢-١١الاختبارات القبلية:

أجري الاختبار القبلي على أفراد عينة البحث للمجموعتين التجريبية والضابطة قبل البدء بتنفيذ المنهاج وقد استغرق الاختبار القبلي يوم واحد بتاريخ ٢٠٢٤/٣/١٥

٢-١١-١تنفيذ منهاج التمارين المركبة

بعد الانتهاء من إجراء مقياس التفكير الخططي القبلية نفذ منهاج التمارين المركبة ابتداءً من ٢٠٢٤/٦/٥ ولغاية ٢٠٢٤/٨/١٣ وعلى النحو الآتي:

- المجموعة التجريبية نفذت منهاج التمارين المركبة في قاعة نادي عمال نينوى.
- ابتداء الوحدات التدريبية بالإحماء العام لتهيئة عضلات الجسم كافة، يليه إحماء خاص يتوافق مع العملية التدريبية.
- طبق منهاج التمارين المركبة في بداية الجزء الرئيسي من الوحدة التدريبية الكاملة.
- تالف المنهاج التدريبي من دورتين متوسطتين مدة كل دورة منهما أربعة أسابيع (دورات صغرى) وبحركة حمل (١:٣) وتضمنت كل دورة متوسطة أربع دورات صغرى بواقع ثلاث وحدات تدريبية لكل دورة صغرى.
- اشتمل المنهاج التدريبي الذي قام الباحث بتصميمه على أسلوب التمارين المركبة خصوصية لعبة كرة السلة باعتماده على المهارات المركبة الهجومية الملائمة لعينة البحث.
- استخدمت طريقة التدريب التكراري لملاءمته أسلوب التمارين المركبة.
- حُددت مدد الراحة بين التكرارات وتمرين وآخر على التجربة الاستطلاعية إذ استخدم النبض مؤشراً لتقنين هذه المتغيرات.
- وزعت التمارين على الوحدات الثلاثة الأولى المؤلفة للدورة الصغرى الأولى على نحو متوازن إذ حوت كل وحدة تدريبية أربعة تمارين مهارية مركبة وقد مثلت هذه التمارين الحجر الأساس الذي اعتمد عليه البحث في تصميم المنهاج التدريبي.
- حُددت شدة الحمل في التمارين المركبة بالاعتماد على النبض اذ أشارت العديد من المصادر العلمية التي تطرقت إلى التدريب التكراري فضلاً عن ذلك المقابلات الشخصية على استخدام

الشدة المثالية فضلاً عن التجربة الاستطلاعية لقياس النبض بجهاز (Run Tec) للتأكد من الشدة المستخدمة.

– حُددت الراحة بين تكرار وآخر حتى استعادة الشفاء أي عودة النبض الى (١١٠–١٢٠) ض/د أما الراحة بين تمرين وآخر فحددت بعودة النبض إلى (٩٠–١٠٠) ض/د من خلال التجربة الاستطلاعية.

– اعتمد الباحث في ارتفاع مستوى الحمل التدريبي على الحجم أي زيادة عدد التكرارات بحيث تتناسب مع خصوصية تدريب التمارين المركبة بصورة عامة وتدريب كرة السلة بصورة خاصة.

٢–١١–٢اختبار مقياس التفكير الخططي البعدي:

بعد الانتهاء من تنفيذ المنهاج التدريبي أجريت بعد يومين الاختبارات البعدية للتعرف على الأثر الذي يمكن أن يتركه تطبيق المنهاج التدريبي وقد استغرقت الاختبار البعدي يوم واحد أيضاً بتاريخ (٢٠٢٤/٨/١٤) وقد أجري الاختبار نفسه وفي المدد الزمنية نفسها لغرض توحيد ظروف الاختبارات القبلية والبعدية.

٢–١٢ الوسائل الإحصائية: استخدم الباحث بواسطة نظام الحاسوب SPSS الوسائل الإحصائية الآتية:

– النسبة المئوية.

– الوسط الحسابي.

– الانحراف المعياري.

– معامل الاختلاف.

– قانون (ت) للفروقات بين مجموعتين مرتبطتين.

– قانون (ت) للفروقات بين مجموعتين غير مرتبطتين.

٣-١ عرض وتحليل ومناقشة نتائج التفكير الخططي للبحث:

٣-١ عرض وتحليل نتائج التفكير الخططي:

٣-١-١ عرض وتحليل نتائج الفروق في متغير التفكير الخططي بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية:

الجدول (٤)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) المحسوبة للفروق ومستوى الاحتمالية بين الاختبارين القبلي والبعدي لمتغير التفكير الخططي للمجموعة التجريبية

الاختبار	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة (ت) المحسوبة	مستوى الاحتمالية
		سَ	±ع	سَ	±ع		
مقياس التفكير الخططي	درجة	64.36	٤,٥٧	٧١,٦٦	٤,٢٦	١٠,٩١٢	٠,٠٠١

٣-١-٢ عرض وتحليل نتائج الفروق في متغير التفكير الخططي بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة:

٣-١-٣ عرض وتحليل نتائج الفروق في متغير التفكير الخططي بين مجموعتي البحث في الاختبار البعدي:

الجدول (٥)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) المحسوبة للفروق ومستوى الاحتمالية بين الاختبارين القبلي والبعدي لمتغير التفكير الخططي للمجموعة الضابطة

اختبار	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة (ت) المحسوبة	مستوى الاحتمالية
		سَ	±ع	سَ	±ع		
مقياس التفكير الخططي	درجة	٥٨,٨٣	٦,١١	٦١,٤٢	٥,٠٩	١,٠٦٣	٠,٠٦٧

الجدول (٦)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) المحسوبة للفروق ومستوى الاحتمالية بين الاختبارين البعدي-البعدي لمتغير التفكير الخططي لمجموعتي البحث.

اختبار	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة (ت) المحسوبة	مستوى الاحتمالية
		سَ	±ع	سَ	±ع		
مقياس التفكير الخططي	درجة	٧١,٦٦	٤,٢٦	٦١,٤٢	٥,٠٩	١٤,١٦	٠,٠٠١

٣-٢ مناقشة نتائج التفكير الخططي:

في ضوء نتائج الجداول (٤ ،٥، ٦) التي تم الحصول عليها وتم ذكرها آنفاً، ظهر أن هناك تقدماً معنوياً بين الاختبارين القبلي والبعدي في مقياس التفكير الخططي للمجموعة التجريبية ولمصلحة الاختبار البعدي، وعدم حصول تقدماً معنوياً بين الاختبارين القبلي والبعدي في مقياس التفكير الخططي للمجموعة الضابطة، وعند تطبيق اختبار(ت) المستقلة بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي تبين ان هنالك فرقا معنويا ولمصلحة المجموعة التجريبية في مقياس التفكير الخططي.

ويعزو الباحث سبب الفروق المعنوية في مقياس التفكير الخططي لدى المجموعة التجريبية في الاختبارات البعدية الى تطبيق التمرينات المركبة في بداية الجزء الرئيسي من الوحدة التدريبية في المنهاج التدريبي الذي تالف من دورتين متوسطتين وبتموج حمل (٣: ١) اي تنفيذ (٤) دورات صغيرة في كل دورة متوسطة وبواقع (٣) وحدات تدريبية في كل دورة صغيرة والمعدة وفق الأسس العلمية بالإضافة الى دورة متوسطة تعليمية ، وهذا ما إشارة اليه (جلال، علاوي) عندما ذكر بان " تعتبر الخبرات السابقة من معارف ومعلومات وقدرات خططية، التي اكتسبها الفرد الرياضي أثناء عمليات التعلم الخططي، وأثناء اشتراكه في المنافسات الرياضية لتطبيق ما تعلمه واكتسبه تعد من أهم العوامل التي تعمل على التوجيه الصحيح للتفكير الخططي للاعب".

(جلال، علاوي، ١٩٨٢، ٢٣٤)

٤-الاستنتاجات والتوصيات:

٤-١ الاستنتاجات:

١-حدث المنهج باستخدام التمارين المركبة الذي نفذته المجموعة التجريبية تطوراً في الاختبار البعدي بعدي في مستوى التفكير الخططي بكرة السلة التي تناولها البحث بشكل أفضل من المجموعة الضابطة.

٤-٢التوصيات:

١-التأكيد على استخدام التمارين المركبة لأنه يؤدي إلى تطوير في مستوى التفكير الخططي.

٢-استخدام قواعد التدريب التكراري عند تطوير مستوى التفكير الخططي لفعالية كرة السلة قد أثبت فائدته حسب خصوصية الفعالية من خلال الضغط على النظام الفوسفاجيني من خلال تأثير التمارين المركبة على النظام الاول.

٣-التأكيد على استخدام أسلوب التمارين المركبة عند بناء منهاج تدريبي وذلك لتشابهها لحالة اللعب التي تحدث في المباراة وهذا ما يسعى اليه التدريب الحديث.

المصادر

- اسماعيل، طه واخران (١٩٨٩): كرة القدم بين النظرية والتطبيق "دار الفكر العربي، القاهرة.
- جاسم، فارس عبد الله (٢٠٠٩): "انتقال أثر التدريب المهاري الى الصفات البدنية وأثره في بعض متغيرات البناء الجسمي والمتغيرات الوظيفية للاعبي تربية نينوى بكرة السلة"، أطروحة دكتوراه غير منشورة، جامعة الموصل، كلية التربية الرياضية.
- الحجار، اوس محمد طه (٢٠١١): "أثر منهاج تدريبي قائم على (التحليل الفسيولوجي) في عدد من المتغيرات البدنية والمهارية المفردة والمركبة للاعبي كرة السلة الشباب"، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الموصل، كلية التربية الرياضية.
- الزوبعي، عبد الجليل إبراهيم والغنام، محمد احمد (١٩٨١): مناهج البحث العلمي في التربية، ط١، مطبعة جامعة بغداد.
- صالح، احمد زكي (١٩٧٩): علم النفس التربوي، ط١٣، مكتبة النهضة العربية، القاهرة.
- فان دالين، دي بولد (١٩٨٤): مناهج البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس، ط٢، ترجمة محمد نبيل نوفل واخرون، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة.
- ريام ماجد جبار (2015): "الذكاء المعرفي وعلاقته بالتصرف الخططي الهجومي للاعبي أندية المنطقة الجنوبية بكرة السلة.
- زياد قاسم يحيى الزبيدي (٢٠١٣):"بناء مقياس التفكير الخططي الهجومي وعلاقته ببعض القدرات العقلية للاعبين المتقدمين بكرة السلة.
- جلال، وعلاوي، محمد (١٩٨٢): علم النفس التربوي الرياضي ط٦، دار المعارف، القاهرة
- محمد، مرعي (٢٠٠٤): "أثر التدريب الفتري باستخدام ازمنة مختلفة من منطقة الجهد الاولى في بعض المتغيرات البدنية والمهارية ومعدل سرعة النبض لدى لاعبي كرة السلة"، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة الموصل.