

علاقة بعض القدرات الذهنية بدقة التصويب بالقفز بكرة السلة لدى طالبات التربية البدنية وعلوم الرياضة

م.م.رنا عبد الواحد جاسم

Rana.abdalwahed@qu.edu.iq

م.رؤيا ضياء حسن

Ruya.hasen@qu.edu.iq

مستخلص

هدفت الدراسة للعرف على بعض القدرات الذهنية و دقة التصويب بكرة السلة لدى طالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، فضلا عن معرفة علاقة بعض القدرات الذهنية بدقة التصويب بكرة السلة لدى طالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، واستخدمت الباحثتان المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات ، و حدد مجتمع البحث وهن طالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة – جامعة القادسية للعام الدراسي 2021-2022 والبالغ عددهن (40) طالبة حيث بلغ نسبة العينة من المجتمع 100%، أما نتائج البحث فقد استنتجت بوجود علاقة ايجابية بين تركيز الانتباه ودقة التصويب بالقفز بكرة السلة ، و بين حدة الانتباه ودقة التصويب بالقفز بكرة السلة لدى طالبات التربية البدنية وعلوم الرياضة.

الكلمات المفتاحية : القدرة الذهنية ، دقة التصويب ، كرة السلة

The Relationship Of Some Mental Abilities To The Accuracy Of Shooting By Jumping With Basketball Among Students Of Physical Education And Sports Sciences

Rana Abdalwahed Jasm

Ruya Dhiaa Hasan

Summary

The study aimed to identify some of the mental abilities and the accuracy of shooting in basketball among students of the College of Physical Education and Sports Sciences, as well as to know the relationship of some mental abilities to the accuracy of shooting in basketball among students of the College of Physical Education and Sports Sciences. They are students of the College of Physical Education and Sports Sciences - University of Al-Qadisiyah for the academic year 2021-2022, and their number is (40) students, where the percentage of the sample from the community reached 100%. Attention and shooting accuracy by jumping with basketball among physical education and sports science students.

Keywords: mental ability, shooting accuracy, basketball

1-التعريف بالبحث :

1-1-المقدمة وأهمية البحث:

ان التطور الحاصل في مجالات الحياة جعل للألعاب و الفعاليات والأنشطة الرياضية مكانة بارزة و مرموقة في حياة الأمم و الشعوب و هذا التطور هو حسيطة ارتباط التربية الرياضية بالعلوم المختلفة كعلم البايوميكانيك و الفلسفة و علم النفس و التعلم الحركي و التدريب الرياضي و يعد التدريب الرياضي من أهم العلوم في هذا المجال إذ يهدف إلى تحقيق الانجازات الرياضية العالية على كافة المستويات و الأصعدة و لهذا أن مجموعة تمارين بدنية و مهارية و نفسية متنوعة و مختلفة تطبق بهدف إعداد رياضي للوصول إلى درجة كبيرة في التطور في نوع اللعبة التي تمارسها و لعبة كرة السلة كأى لعبة من الألعاب لها مبادئها الأساسية المتواردة التي تعتمد في أركانها على استخدام طرق التدريس الحديثة وفق الأسلوب العلمي المدروس و الصحيح من كافة النواحي البدنية و النفسية و المهارية وهذا بدوره يعد أحسن السبل الكفيلة إلى رفع المستوى الصحيح و إحراز اكبر عدد من الأهداف و أن إجادة هذه المهارة توفر الجوانب الاقتصادية حتى في حركات اللاعبين الهجومية و اختراق الأساليب الدفاعية للفرق المنافسة من خلال تنفيذها بصورة فردية و هذا يتطلب التدريب المتواصل لتطوير جميع مهارات كرة السلة ولاسيما مهارة المناولة و مهارة التصويب.

وان العمليات العقلية ومنها الانتباه تعد احدى الموضوعات المهمة التي لها علاقة باتخاذ القرار ويعد الانتباه من الاسس التي يقوم عليها مختلف العمليات العقلية فبدون الانتباه لا يستطيع الانسان ان يتعلم او يتذكر او يفكر بأي شيء فلكي يتعلم الانسان شيئاً يجب ان ينتبه اولاً ثم الاحساس ثم الادراك وبذلك فالانتباه يساعد في معرفة الاشياء واستنتاجها بسرعة وفي كرة السلة ظهرت اهمية الانتباه بصورة واضحة بالنسبة للاعبين كرة السلة وخاصة في مهارة المناولة والتصويب لانها تحتاج انتباه وتركيز اثناء تنفيذها من هذا أدارت الباحثتان دراسته على مدى أهمية تركيز الانتباه و أداء المهارات الهجومية المهمة في كرة السلة

1-2- مشكلة البحث :

تعد لعبة كرة السلة من الألعاب التي حظيت باهتمام وافر و دراسات بالغة الأهمية ومازالت من اجل الارتقاء بها نحو الأفضل و على الرغم من هذا فان البحث مازال مستمر لإيجاد أفضل السبل التدريبية التي يمكن مجاراتها الفريق أو المنتخبات المتقدمة سواء على مستوى البطولات المحلية أو الدولية تتطلب لعبة كرة السلة من اللاعب بذل جهد كبير أثناء وقت المباراة و يتضمن هذا الجهد أداء فني للاعب كالمناولات فهي من المهارات الأساسية في لعبة كرة السلة و أن تأثير مستواها يؤثر على مستوى الفني العام للفريق من خلال متابعة الطالبة لفريق كلية التربية الرياضية لكرة السلة لاحظت عدم وجود المناولات الموجهة بالشكل الصحيح و كذلك عدم وجود تركيز الانتباه في التصويبات الهجومية الخاصة عند التقدم اثناء المباراة الأمر الذي دعا الباحثتين لدراسة هذه المشكلة و الوقوف على أسبابها و إيجاد الحلول المناسبة لها .

1-3-أهداف البحث :

تهدف هذه الدراسة إلى التعرف على:-

- 1- بعض القدرات الذهنية لدى طالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.
- 2- التعرف على دقة التصويب بكرة السلة لدى طالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.
- 2- علاقة بعض القدرات الذهنية بدقة التصويب بكرة السلة لدى طالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.

1-4- فروض البحث:

هناك علاقة دالة إحصائية بين بعض القدرات الذهنية بدقة التصويب بكرة السلة لدى طالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.

1-5- مجالات البحث :-

- 1-5-1-المجال البشري:- طالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة القادسية للموسم 2021-2022

1-5-2- المجال الزمني : المدة من 24 / 8 / 2022 ولغاية 24 / 20 / 2022

1-5-3-المجال المكاني:- قاعة الألعاب المغلقة لكلية التربية الرياضية – جامعة القادسية.

3- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية :

3-1 منهج البحث:

استخدمت الباحثتان المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات لملائمتها مشكلة البحث.

3-2 مجتمع وعينة البحث:

تم تحديد مجتمع البحث وهن طالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة – جامعة القادسية للعام الدراسي 2021-2022 والبالغ عددهن (40) طالبة حيث بلغ نسبة العينة من المجتمع 100%.

3-3 الوسائل والأجهزة والأدوات المستعملة في البحث:

3-3-1 وسائل جمع المعلومات:

1- المراجع والمصادر العربية والأجنبية وشبكة الانترنت الدولية.

2- المقابلة.

3- الملاحظة.

4- الاختبارات والقياس.

5- استمارات لتسجيل نتائج الاختبارات المهارية.

6- استمارة تفريغ البيانات.

3-2 الأجهزة والأدوات المستعملة بالبحث:

1- جهاز كومبيوتر نوع (dell) عدد (1) .

2- شريط قياس جلدي بطول (5) م.

3- كرات سلة عدد (10).

4- ملعب كرة سلة قانوني.

3-4 الإجراءات الميدانية:

3-4-1 اختبار شبكة تركيز الانتباه⁽¹⁾

يستخدم هذا الاختبار الذي يُطلق عليه اختبار (شبكة التركيز)

(Grid concentration test) لقياس قدرة اللاعب على تركيز انتباهه، ومدة هذا الاختبار دقيقة واحدة فقط ويطلب من اللاعب ان يضع شرطاً (/) على أكبر عدد من الأرقام التي تلي الرقم المعين الذي يحدده القائم بالاختبار فمثلاً عند تحديد رقم البدء بالرقم (17) على سبيل المثال فينبغي على الشخص المختبر ان يقوم بوضع شرطاً (/) على الرقم (18) ومن ثم الرقم (19) وهكذا وعدم محاولة وضع شرطاً (/) على الرقم (19) اولاً ثم (18) ثانية. ويمكن استخدام هذا الاختبار مرات عدة مع تغيير الرقم الابتدائي المحدد لكل مرة تالية كما يمكن تغيير أرقام شبكة التركيز وعمل نسخ متعددة منها مع تغيير مكان أرقامها حتى لا يتعود المُختبر على حفظ وتذكر مكان الأرقام ويراعى ان تكون الأرقام، جميعها مكونة من عددين مثل (01) ، (02) ، (23) ، وهكذا .. ، كما يمكن إجراء الاختبار في العديد من المواقف التجريبية مثل الاداء إمام الزملاء او بإضافة بعض المتغيرات المشتتة للانتباه.

التصحيح: يتم التصحيح بإحصاء الأرقام التي قام الرياضي بشطبها بطريقة صحيحة في غضون مدة الدقيقة المحددة لإجراء الاختبار ويتم منح درجة واحدة لكل رقم مشطوب بطريقة صحيحة وكلما ارتفعت درجات الرياضي دل ذلك على قدرته العالية على تركيز الانتباه كما في الشكل (1).

84	27	51	78	59	52	13	85	61	55
28	60	92	04	97	90	31	57	29	33
32	96	95	39	80	77	49	86	18	70
76	87	71	95	98	81	01	46	88	00
48	82	89	47	35	17	10	42	62	34
44	67	93	11	07	43	72	94	69	56
53	79	05	22	54	74	58	14	91	02
06	68	99	75	26	15	41	66	20	40
50	09	64	08	38	30	36	45	83	24
03	73	21	23	16	37	25	19	12	63

شكل (1)

اختبار شبكة تركيز الانتباه

3-4-2 اختبار بوردن- أنغيموف:

أن هذا الاختبار عبارة عن استمارة تحتوي على (31) سطراً من الأرقام الروسية يحتوي كل سطر على (40) رقم فبذلك يحتوي الاختبار على (1240) رقماً وتتكون الأرقام في كل سطر من مجموعات

⁽¹⁾ محمد حسن علاوي: موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، ط1، 1998 ، ص 530 .

- موضوعة بطريقة مقننة وتتكون كل منها من (3-5) ارقام مختلفة التوزيع والترتيب لضمان عدم حفظها من قبل المختبر ولغرض حساب مظاهر الانتباه المختلفة يجب معرفة ما يلي :
- عدد الحروف التي نظرها اللاعب خلال الاختبار (الحجم العام) $a =$
- عدد التراكيب المفروض أن يقوم بشطبها في ورقة الاختبار $b =$
- عدد الأخطاء العام (عدد التراكيب الخطأ التي شطبها + عدد التراكيب التي لم يشطبها $B =$
- عدد التراكيب التي شطبها $r =$
- معامل دقة العمل وتنفيذ الاختبار $e =$

$$E = \frac{b - B}{b}$$

أولاً حدة الانتباه:

طريقة الاداء:

(ينفذ الاختبار في مدة دقيقة واحدة)

يطلب من اللاعب ان يقلب الصفحة ويشطب التركيب (B.C) وبسرعة بدقة بدون أخطاء وعند الإشارة (قف) يمتنع عن الاستمرار ويضع شرط مستعرضة عند نقطة التوقف ثم تحسب شدة الانتباه من :-

حدة الانتباه = تحسب بالطريقة السابقة $Axe u = axe . u$

3-4-3 اختبارات التهديد بالقفز في لعبة كرة السلة (1) :

الغرض من الاختبار: قياس القدرة على أداء المهارتين الهجوميتين.

الأدوات اللازمة: ملعب كرة السلة، وحاجزان، وشاخص واحد، وكرات سلة عدد (8) قانونية، وشريط قياس جلدي (20 م)، وشريط لاصق، وساعة توقيت إلكترونية، وكرسيان، وصافرة.

الإجراءات:

تحدد نقطة مركزية أسفل السلة يعتمد عليها في تأشير بعض النقاط الرئيسية.

تحدد نقطة أمامية خارج القوس بين الخططين الموازيين وعلى بعد (30 سم) وتكون عمودية على النقطة المركزية، وتمثل وقفة اللاعب المختبر. رسم خطين موازيين من نهايتي خط الرمية الحرة باتجاه القوس ببعد (3 م). وضع حاجزين (ارتفاع العمود لكل منهما 2م والحاجز المعلق على كل واحد منهما بطول 100 سم من الأعلى وعرضه 50 سم) على بعد (1.25 م) من خط القوس للتصويب البعيد وباتجاه النقطة الأمامية التي يقف عليها اللاعب المختبر. وضع شاخص خلف النقطة الأمامية ببعد (2 م) من أجل الدوران حوله. تحدد نقطة على الجانب الأيسر البعيد للنقطة المركزية ببعد (8 م)، وتمثل وقفة أحد أفراد فريق العمل الذي يسلم الكرة، وهذه النقطة تبتعد عن الخط الجانبي (1.50 م).

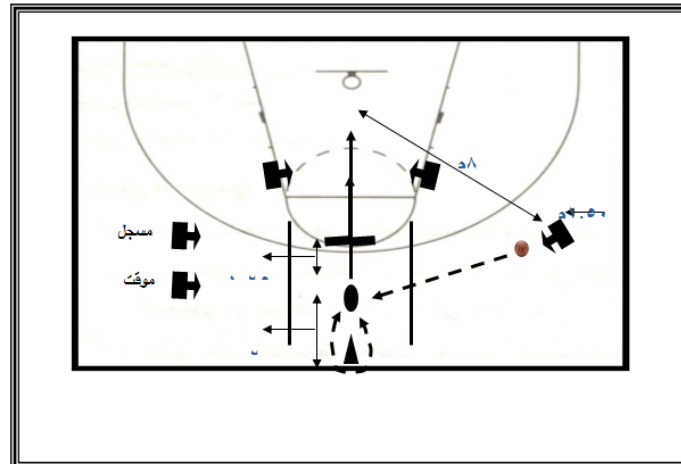
وصف الأداء: يقف اللاعب المختبر على النقطة الأمامية المؤشرة على الأرض، وفي الوقت نفسه يقف أحد أفراد فريق العمل ومعه الكرة على النقطة المحددة (الجانب اللاعب المختبر). عند إشارة البدء (صافرة) يتم تسليم الكرة (مناولة صدرية باليدين) للاعب المختبر الذي يؤدي الاستلام المنتهي بالتصويب بالقفز (ثلاث نقاط) مباشرةً موضح بالخطوات (1،2). يؤدي اللاعب المختبر ثماني محاولات، تقسم

(1) فارس سامي يوسف شابا: اطروحة دكتوراه ، بناء وتقنين بطارية اختبار لقياس بعض المهارات الهجومية المركبة بكرة

السلة للشباب ، جامعة بغداد ،كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ،2006،ص170.

المحاولات الثماني إلى خمس محاولات من الثبات، والثلاث الأخرى الأخيرة تتم بعد إن يحصل دوران حول الشاخص الموجود خلف النقطة الأمامية، والرجوع إلى النقطة الأمامية نفسها.
شروط الاختبار: السرعة في الأداء، والدوران حول الشاخص يكون حراً وبالطريقة التي يرغب بها اللاعب المختبر، ومساعدة اللاعب المختبر (التنبيه) للبدء بالدوران حول الشاخص ، ولكل لاعب محاولتان خاطئتان فقط.

إدارة الاختبار: موقت: يقوم بإعطاء إشارة البدء فضلاً عن حساب الزمن المستغرق لأداء الاختبار.
مسجل: يقوم بالنداء على الأسماء أولاً وتأشير كل من المحاولات الناجحة والفاشلة والزمن ثانياً.
حساب الدرجة: يحسب الوقت منذ استلام اللاعب المختبر للكرة حتى نهاية المحاولة الثامنة بعد أن تترك الكرة يد اللاعب المختبر. تقسيم الزمن على (60 ثا) .
تحسب للاعب درجة عن كل حالة تصويب بالقفز ناجحة.
تحسب للاعب (صفر) من الدرجات عن كل حالة تصويب بالقفز فاشلة.
جمع درجات (الدقة) المحاولات الناجحة.
الدرجة الكلية (النهائية): تقسيم ناتج الدقة على الزمن



شكل (2)

يبين دقة التصويب من القفز

3-5- الأسس العلمية للاختبار.

3-5-1- صدق الاختبار:

يعد الصدق من الصفات المهمة التي يجب أن يتصف بها الاختبار الجيد ، فالاختبار الذي لا يتمتع بنسبة جيدة من الصدق لا يمكن أن يؤدي وظيفته ، وقد استخدمت الباحثتان الصدق الظاهري من خلال تحديد الاختبارات في استمارة استبيان وعرضها على الخبراء والمختصين .

3-5-2- ثبات الاختبار:

أجرت الباحثتان الى اختبار عينة التجربة الاستطلاعية ، ومن ثم إعادة الاختبار عليهم بعد مرور سبعة أيام ومن ثم معالجة بيانات الاختبار إحصائياً من خلال معامل الارتباط البسيط (بيرسون) ، وكما مبين في الجدول (1).

3-5-3- الموضوعية.

استخرجت الباحثتان قيمة الموضوعية للاختبارات عن طريق حساب درجتي قياس المختبرين ومعالجتها عن طريق معامل الارتباط البسيط (بيرسون) وتم استخراج موضوعية الاختبار والتي دلت على أن الاختبار موضوعية ، وكما مبين في الجدول (1).

جدول (1).

يبين المعاملات العلمية للاختبارات المستخدمة

ت	الاختبارات	معامل الثبات	معامل الموضوعية
1-	تركيز الانتباه	0.8452	0.912
2-	حدة الانتباه	0.7645	0.796
3-	دقة التصويب بالقفز	0.981	0.983

3-7- التجربة الرئيسة.

تم إجراء التجربة الرئيسة على القاعة المغلقة في التربية البدنية وعلوم الرياضة وذلك في يوم (الأحد) المصادف 2022/10/24 وقد تم العمل بأشراف الباحثين ومساعدة فريق العمل المساعد ، وبعد إتمام التجربة تم تفرغ الاستمارات واستحصال البيانات ، ومن ثم أجراء المعالجات الإحصائية.

3-8- الوسائل الإحصائية:

استخدمت الباحثتان (SPSS) وذلك لإجراء العمليات الإحصائية التالية :

1. الوسط الحسابي.
2. الانحراف المعياري.
3. الخطأ المعياري
4. معامل الارتباط البسيط. (بيرسون)

4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها :-

4-1- عرض النتائج :-

لغرض توضيح المعلومات تم عرض النتائج على شكل جداول ثم تحليلها ومناقشتها بعد عرضها .
4-1-1- عرض وتحليل نتائج قيم الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لمتغيرات قيد الدراسة

جدول (2)

يبين نتائج الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للدرجات

ت	المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الخطأ المعياري	الحد الاعلى	الحد الأدنى
1	التركيز	11.635	1.3910	0.2199	14.50	10.40
2	حدة الانتباه	104.5	2.903	0.459	109.32	100.00
3	دقة التهديد بالقفز	1.1880	0.1173	0.0185	1.78	1.11

يبين الجدول (2) الوسط الحسابي لاختبار التركيز بلغ (11.635) وبانحراف معياري (1.3910) اما الوسط الحسابي لاختبار حدة الانتباه فقد بلغ (104.5) وبانحراف معياري (2.903) أما في حالة دقة التهديد بالقفز بلغ الوسط الحسابي (1.1880) بانحراف معياري (0.1173).

4-1-2- عرض وتحليل نتائج بعض القدرات الذهنية وارتباطها بدقة التصويب من القفز بكرة السلة.

جدول (3)

بين علاقة بين القدرات الذهنية ودقة التصويب بكرة السلة

ت	المتغيرات	التركيز	مستوى الدلالة	حدة الانتباه	مستوى الدلالة	الدالة
1/2	دقة التصويب من القفز	0.329*	0.038	0.334*	0.035	معنوي

يبين الجدول (3) أن قيمة (معامل الارتباط) كانت ايجابية ومعنوية بين القدرات الذهنية ودقة التصويب بالقفز بكرة السلة.

وتعزو الباحثان ذلك الى أن مهارات التصويب المهمة بلعبة كرة السلة وهي تحتاج الى القدرات الذهنية المتمثلة بالتوافق العضلي العصبي بين العين والكرة واليد الرامية والمستلمة وايضاً تحتاج تركيز وانتباه جيدين لحركة الذراعين وتوافقهما مع العينين الخاصة بالمتعلم، لذلك فإن ممارسة الأداء المهاري يتطلب الانتباه حيث يؤثر بشكل ايجابي على خلق توافقات عضلية عصبية عن طريق تركيز الانتباه والتصور لتكرار المهارة مرة بعد أخرى، ويزداد الإحساس الحركي للمهارة دقة مع التكرار للمهارة والممارسة المستمرة لها وان الزيادة في تكرار المهارة وممارستها سيعطي أفضلية في تحديد دقة الحركة وتقليل نسبة أخطائها وهذا ما أشار إليه (محمد ومحمد، 1987)، " أن الإحساس بالمهارة عقلياً وبدنياً، يساهم في تطويرها وخاصة اذا كان ضمن برنامج يستند للمعايير العلمية التي تخضع لها العملية التعليمية".⁽¹⁾ كذلك ما اشار اليه (محمد، 1975) " ان ارتفاع درجة الاتقان للمهارات الحركية لا يرتبط فقط بمؤهلات التدريب بل يرتبط ايضاً بقدرة الفرد على تركيز انتباهه".⁽²⁾

5_ الاستنتاجات والتوصيات

5_1 الاستنتاجات

في ضوء إجراءات البحث تم استنتاج ما يلي :

1- وجود علاقة ايجابية بين تركيز الانتباه ودقة التصويب بالقفز بكرة السلة لدى طالبات التربية البدنية وعلوم الرياضة.

2- وجود علاقة ايجابية بين حدة الانتباه ودقة التصويب بالقفز بكرة السلة لدى طالبات التربية البدنية وعلوم الرياضة.

5_2 التوصيات

1- ضرورة الاهتمام بالقدرات الذهنية للطالبة الخاصة بتعزيز العملية التعليمية وفقاً للمهارة التي يتم تعليمها.

2- ضرورة اعداد برامج لتطوير القدرات الذهنية خاصة التركيز والانتباه لدى الطالبات في عملية التعلم

(1) محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين: الاختبارات المهارية والنفسية في المجال الرياضي، مصر، دار الفكر العربي، 1987، ص115.

(2) محمد حسن علاوي، علم التدريب الرياضي، ط3، دار المعارف، مصر، 1975، ص55.



3- اجراء دراسات وبحوث مشابهة على عينات اخرى

المصادر:

- 1- محمد حسن علاوي، علم التدريب الرياضي، ط3، دار المعارف، مصر، 1975، ص55.
- 2- حمد حسن علاوي: موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، ط1، 1998 ، ص 530 .
- 3- فارس سامي يوسف شابا: اطروحة دكتوراه ، بناء وتقنين بطارية اختبار لقياس بعض المهارات الهجومية المركبة بكرة السلة للشباب ، جامعة بغداد ،كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ،2006، ص170.
- 4- محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين: الاختبارات المهارية والنفسية في المجال الرياضي، مصر، دار الفكر العربي، 1987، ص115.