

أثر استخدام الجمل الخططية في تطوير مهارة التصويب بالقفز و المتابعة الهجومية بكرة السلة على اللاعبين المتقدمين

م.د محمد جبار منادي

mohammed.jabbar@utq.edu.iq

تاريخ نشر البحث 25/12/2025

تاريخ استلام البحث 14/10/2025

الملخص

يزداد الاهتمام بلعبة كرة السلة في بلدان العالم المتطرفة منها أو النامية نظراً لما تتمتع به هذه اللعبة من مكانة لدى الجميع، إذ حظيت هذه اللعبة ببحوث كثيرة وكان لهذه البحوث دور مهم وأساس في تطوير مستوى اللعبة و اللاعبين، وأخذت الدول تبذل جهوداً كبيرة لتوفير التسهيلات المادية والمعنوية لارتفاع اللاعبين لارتفاع الفئات والأعمار.

أما بالنسبة لمشكلة البحث، فقد ظهرت من خلال خبرة الباحث العملية كمدرب ل كرة السلة ولشراحت عمرية متنوعة، حيث لاحظ أن بعض المدربين لا يعتمدون على استخدام الجمل الخططية التي تحاكي ظروف المنافسة الحقيقية، مما يؤدي إلى وجود فجوة بين الأداء التدريبي والأداء التناصفي، و يؤثر سلباً في تحقيق النتائج المرجوة. وقد حدد الباحث هدفي البحث وفرضياته، فيما تمثل المجال البشري للدراسة بلاعبين فريق نادي الناصرية الرياضي لفئة المتقدمين بكرة السلة خلال الموسم الرياضي 2023-2024. وفي نفذت الاختبارات القبلية، وأعقبها تطبيق مفردات الجمل الخططية في الوحدات التدريبية. وبعد انتهاء البرنامج، أُجريت الاختبارات البعدية، ثم تناول الباحث عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها في ضوء أثر استخدام الجمل الخططية. وفي الختام، قدم الباحث أبرز الاستنتاجات منها:-

إن توظيف الجمل الخططية في التدريب، وما يصاحبه من محاكاة لظروف المنافسة الفعلية، يسهم

بشكل فاعل في تطوير عدد من المهارات الهجومية المركبة في كرة السلة، والتي تضمنت ما يلي:

التهديف بالقفز بعد أداء الطبطة من خط الرمية الحرة -

متابعة الكرة والتهديف -

الكلمات المفتاحية : الجمل الخططية و مهارة التصويب بالقفز ، المتابعة الهجومية بكرة السلة

The Impact of Using Tactical Phrase Patterns on Developing Jump Shooting and Offensive Follow-Up Skills in Basketball for Advanced Players

Dr. Mohammed Jabbar Munadi

mohammed.jabbar@utq.edu.iq

College of Physical Education and Sport Science, University of Thi-Qar, Thi-Qar,
64001,Iraq

Research Received: 14/10/2025 Research Published: 25/12/2025

Abstract

Interest in basketball is growing in both developed and developing countries worldwide due to its widespread popularity. The sport has been the subject of numerous research studies, which have played a crucial role in developing the game and its players. Countries are making significant efforts to provide the necessary material and moral support to elevate the sport for all age groups.

The research problem arose from the researcher's practical experience as a basketball coach with diverse age groups. He observed that some coaches do not utilize tactical patterns that simulate real-world competitive conditions. This leads to a gap between training and competitive performance, negatively impacting the achievement of desired results. The researcher defined the research objectives and hypotheses. The human element of the study consisted of the players of the Al-Nasiriya Sports Club's senior basketball team during the 2023–2024 sports season. Pre-tests were administered, followed by the application of tactical phrases in training sessions. After the program concluded, post-tests were conducted. The researcher then presented, analyzed, and discussed the results in light of the impact of using tactical phrases. In conclusion, the researcher presented the most prominent findings, including:

Employing tactical phrases in training, along with the accompanying simulation of actual competition conditions, effectively contributes to developing several complex offensive skills in basketball, including:

- Jump shooting after dribbling from the free-throw line
- Tracking and scoring

Keywords: Tactical phrases, jump shooting skill, offensive rebounding in basketball

1 - التعريف بالبحث

1-1 المقدمة وأهمية البحث

يشهد العالم اليوم نهضة واسعة في المجال الرياضي، الذي أصبح من أكثر الميادين تأثيراً في إبراز مدى تقدم وتطور الأمم. وتُعزى هذه النهضة إلى الاهتمام المتزايد من قبل المسؤولين والباحثين والمتخصصين بعلم التدريب الرياضي، مما أسهم في الارتقاء بمستويات الأداء في مختلف الألعاب.

وتُعد لعبة كرة السلة من الألعاب الجماعية التي تتميز بمهاراتها الأساسية والمركبة ذات الطابع السريع، والتي تتطلب من اللاعب دقة عالية في التنفيذ، ومن بين هذه المهارات: التصويب، والمتابعة الهجومية، وغيرها من المهارات التي تُكمل بعضها البعض ضمن نسق فني وتقني متكملاً. ويُعد هذا التطور نتيجة مباشرة لتبني مفاهيم التدريب الحديث، الذي بات يعتمد بشكل أساسي على وضع برامج تدريبية علمية ومدروسة تهدف إلى إعداد اللاعب بدنياً، ومهارياً، وخططياً بصورة شاملة ومتوازنة، سعياً لتحقيق أفضل النتائج، والمتمثلة في تسجيل أكبر عدد ممكن من النقاط خلال المباريات.

وانطلاقاً من ذلك، تتجلى أهمية البحث الحالي في تسليط الضوء على آلية تكوين الجمل الخططية الهجومية في كرة السلة، وكيفية توظيفها في تطوير المهارات المركبة ذات الطابع الهجومي، بالإضافة إلى خلق بيئة تدريبية تحاكي أجواء المبارزة الفعلية من خلال تطبيق تلك الجمل. ويسهم هذا التوجه في تقديم أسلوب تدريبي حديث يهدف إلى اختزال الوقت والجهد لكل من المدرب واللاعب، بما يخدم تطور لعبة كرة السلة المعاصرة ويدفع بها نحو الأفضل.

2-1 مشكلة البحث

إن اعتماد الأساليب العلمية الحديثة في تقييم الحالة التدريبية للاعب يُعد من العوامل الأساسية التي تسهم في تطوير العملية التدريبية والارتقاء بمستوى الأداء. ومن هذا المنطلق، فإن الجانب العلمي يُمثل الأساس الذي تستند إليه العملية التدريبية الناجحة، كونه يُعد المحك الذي يُسهم في تقدم اللعبة والوصول بها إلى أعلى المستويات. ويُعد إتقان الأداء المهاري جزءاً محورياً في هذه العملية، ولا يمكن تحقيقه إلا من خلال اعتماد طرق وأساليب تدريبية مبتكرة تتماشى مع التطور الحاصل في لعبة كرة السلة الحديثة، وهو ما يتطلب من اللاعبين فهماً عميقاً واستيعاباً كاملاً لتلك الأساليب، مع القدرة على تطبيقها في تدريبات تحاكي أجواء المنافسات الفعلية، وفي هذا السياق، تشير الممارسة الميدانية إلى أن نجاح اللاعب في أداء المهارات المركبة الهجومية خارج إطار الوحدات التدريبية التي تتضمن الجمل الخططية، لا يضمن بالضرورة تحقيق المستوى ذاته من النجاح عند تطبيق تلك المهارات ضمن وحدات تدريبية تعتمد الجمل الخططية كأسلوب رئيسي.

ومن خلال الخبرة الميدانية للباحث، التي اكتسبها من خلال عمله كمدرب ولشرائح عمرية متعددة، لاحظ أن العديد من المدربين لا يُوظفون الجمل الخططية ضمن تدريباتهم بأسلوب يشابه طبيعة الأداء التنافسي،

ما يؤدي إلى وجود فجوة بين الأداء في التدريب والأداء أثناء المنافسة، ويُشكل ذلك عائقاً أمام تحقيق الإنجاز الأمثل. كما لاحظ الباحث قلة الاعتماد على الطريقة العكسية في التدريب، والتي تتمثل باستخدام الجمل الخططية كوسيلة لتطوير المهارات المركبة الهجومية، إضافة إلى أن بعض البرامج التدريبية التي تتضمن الجمل الخططية تعتمد بشكل كبير على الخبرة الذاتية للمدرب دون مراعاة الأسس العلمية الخاصة بإعداد التمارين وتقنيتها بشكل منهجي.

وانطلاقاً من إيمان الباحث بأهمية معالجة هذه المشكلة، يرى أن تقديم حلول علمية لها من شأنه أن يشكل إضافة نوعية تساهم في تطوير لعبة كرة السلة، والارتقاء بمستوى الأداء نحو الأفضل.

3-1 هدف البحث

- 1) التعرف على تأثير استخدام الجمل الخططية في تطوير مهاراتي التصوب و المتابعة الهجومية المركبة بكرة السلة.
- 2) التعرف على الفروقات في نتائج الاختبارات البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في تطوير مهاراتي التصوب و المتابعة الهجومية المركبة بكرة السلة.

4-1 فرضاً البحث

- 1) وجود تأثير في استخدام الجمل الخططية لتطوير مهاراتي التصوب و المتابعة الهجومية المركبة بكرة السلة.
- 2) وجود فروق معنوية في نتائج الاختبارات البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح المجموعة التجريبية في تطوير مهاراتي التصوب و المتابعة الهجومية المركبة بكرة السلة.

5-1 مجالات البحث

5-1-1 المجال البشري:

لاعبو فريق نادي الناصرية الرياضي المتقدمين بكرة السلة للموسم الرياضي (2023-2024).

5-1-2 المجال المكاني

قاعة الشهيد حيدر كامل برهان الرياضية المغلقة

5-1-3 المجال الزماني:

للفترة من (2023/10/20) ولغاية (2024/1/6)

2- منهج البحث وإجراءاته الميدانية

2-1 منهج البحث

اختار الباحث المنهج التجريبي لملاءمته لطبيعة المشكلة قيد الدراسة، إذ تُعد طبيعة المشكلة العامل الحاسم في تحديد المنهج الأنسب لجمع البيانات والمعلومات الدقيقة، كونه يتيح إمكانية التحكم في المتغيرات، مما

يسهم في التوصل إلى نتائج دقيقة وموضوعية " وهو امر تفرضه طبيعة الدراسة ومشكلتها ويمكن ان تحقق كل غرض من هذه الاغراض باستخدام منهج او اكثر من مناهج "

2-2 عينة البحث

اعتمد الباحث على أسلوب العينة العمدية في اختيار أفراد الدراسة، حيث تم اختيار لاعبي كرة السلة لفئة المتقدمين في نادي الناصرية الرياضي، والبالغ عددهم (12) لاعباً، وهم يمثلون ما نسبته (25%) من المجتمع الأصلي للبحث في محافظة ذي قار. وتم استبعاد لاعبين ليصبح العدد النهائي لعينة البحث (10) لاعبين ، وتم توزيع أفراد العينة عشوائياً إلى مجموعتين متساوietين: مجموعة تجريبية وأخرى ضابطة، تضم كل منهما (5) لاعبين. ولضمان دقة النتائج، أجرى الباحث اختبار التجانس داخل كل مجموعة بشكل مستقل، وذلك باستخدام معامل الاختلاف، كما تم التأكيد من تكافؤ المجموعتين من خلال اختبار (T) للعينات المستقلة المتساوية K وبالرجوع إلى نتائج الجدول (1)، تبين أن قيم معامل الاختلاف لجميع المتغيرات كانت أقل من (30%)، مما يشير إلى وجود تجانس مقبول داخل كل مجموعة. كما أن القيم المحسوبة لاختبار (T) كانت أقل من القيمة الجدولية المعتمدة، مما يؤكد تكافؤ المجموعتين في المتغيرات قيد الدراسة قبل البدء بالتجربة.

جدول (1)

يوضح تكافؤ المجموعتين الضابطة والتجريبية وتجانس العينة داخل المجموعة

مستوى دلالة	قيمة T المحتسبة	المجموعة التجريبية			المجموعة الضابطة			المتغيرات	ت
		معامل الاختلاف %	ع ±	س	معامل الاختلاف %	ع ±	س		
غير معنوي	0.401	4.858	0.894	18.4	2.456	0.447	18.2	العمر (سنة)	1
غير معنوي	0.381	0.785	0.547	69.6	1.288	0.894	69.4	الوزن (كغم)	2
غير معنوي	0.283	0.495	0.894	180.6	0.605	1.095	180.8	الطول (سم)	3
غير معنوي	0.566	9.767	0.547	5.6	7.706	0.447	5.8	الاهداف بالقفز بعد اداء البطولة من خط الرمية الحرة (عدد)	4
غير معنوي	1.266	7.209	0.447	6.2	7.706	0.447	5.8	متابعة الكرة والاهداف (عدد)	5

قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية 8 ومستوى دلالة $1.860 = 0.05 = 0.05$

3-2 وسائل جمع المعلومات

- المصادر العربية والأجنبية.

- المقابلات الشخصية

- الاختبارات والقياسات المستخدمة في البحث

- استمارة تقويم الجمل الخططية

2-4 الأدوات والأجهزة المستخدمة في البحث

- كرات سلة قانونية عدد (2) نوع (molten g7)
- ملعب كرة سلة قانوني
- شريط لقياس الطول وميزان لقياس الوزن
- هدف مرسوم على الجدار
- قلم تأشير
- حاسبة يدوية نوع (casio)
- ساعة توقيت نوع (mikasa)
- جهاز لابتوب نوع (hp omen)

2-5 الاجراءات الميدانية

2-5-1 اختبار التهديف بالقفز من منتصف خط الرمية الحرة بعد أداء الطبطبة

الهدف من الاختبار : تقييم مهارة دقة التهديف بالقفز (Jump shooting) بعد أداء الطبطبة
الاجهزه والأدوات المستخدمة : كرة سلة ، هدف كرة السلة

طريقة أداء الاختبار : يقوم اللاعب بأداء الطبطبة من منتصف الملعب باتجاه الهدف وعند وصوله خط الرمية الحرة يقوم بالقفز والتهديف (من منتصف خط الرمية الحرة).

شروط الاختبار :

- يمنح المختبر (10) محاولات
- لا تتحسب المحاولة التي لا تؤدي من حالة القفز .
- لا تتحسب المحاولة التي يرتكب فيها المختبر خطأ قانونياً.

التسجيل : يمنح المختبر نقطة واحدة في كل حالة تهديف ناجحة واعلى نقاط يمكن ان يجمعها المختبر هي (10) نقاط.

2-5-2 اختبار متابعة الكرة والتهديف

الهدف من الاختبار: تقييم دقة التهديف من متابعة الكرة على هدف كرة السلة .

الأجهزة والأدوات المستخدمة في الأختبار:

كرة سلة، هدف كرة سلة .

طريقة الأداء: يقوم المختبر برمي الكرة على لوحة الهدف. ثم القفز لمتابعة الكرة وتوجيهها إلى الهدف.

شروط الاختبار:

- يمنح المختبر (10) محاولات.
 - لا يجوز توجيه الكرة إلى الهدف إلا في حالة القفز.
 - يجوز استخدام اليد الواحدة أو اليدين في متابعة الكرة والتهديف.

التسجيل :

- يحسب عدد الأهداف التي يسجلها المختبر. ويمنح نقطة عن كل هدف.
أعلى نقاط يجمعها المختبر هي (10) نقاط.

3-5-2 التجربة الاستطلاعية

قام الباحث بأجراء التجربة الاستطلاعية يوم الاثنين الموافق (16/10/2023) على عينة غير عينة البحث الأصلية وهم (10) لاعبين من نادي الفرات الرياضي بكرة السلة المتقدمين وكان هدف التجربة الاستطلاعية ما يأتى:

- 1) التأكد من الأسس العلمية للاختبارات المستخدمة.
 - 2) الوقوف على الصعوبات التي قد تواجه الباحث إثناء تطبيقه التجربة الرئيسية.
 - 3) التأكد من استيعاب الكادر المساعد لمفردات الاختبار، ومدى كفاءتهم في تطبيقها.
 - 4) تقيين الحمل التدريبي للجمل وحساب زمن كل جملة خططية.

4-5-2 الأسس العلمية للاختبارات

الاختبار 5-4-1 صدق

اعتمد الباحث في التحقق من صدق الاختبارات على أسلوب الصدق التمييزي، والذي يقصد به "المقارنة بين نتائج تطبيق الاختبار بالنسبة للمجموعتين باستخدام أي اختبار احصائي مناسب لقياس دلالة الفروق بين المجموعتين ".

ولتحقيق ذلك، قام الباحث بتطبيق الاختبارات على مجموعتين مختلفتين: الأولى ضمت لاعبي نادي الفرات الرياضي لفئة المتقدمين في كرة السلة، أما الثانية فتألفت من طلاب المرحلة الأولى في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة العين، ومن لا يمارسون لعبة كرة السلة بشكل تخصصي (رياضيون غير ممارسين). وبهذا تم قياس قدرة الاختبار على التمييز بين الممارسين وغير الممارسين للعبة، ولغرض تحليل النتائج، تم استخدام اختبار (T) للعينات المتساوية المستقلة، وقد أظهرت النتائج الموضحة في الجدول (2) وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح مجموعة اللاعبين المتقدمين، وهو ما يدل على تمتع الاختبارات بدرجة جيدة من الصدق التميزي.

جدول (2)

يبين صدق الاختبارات للمهارات الهجومية المركبة بكرة السلة

مستوى الدلالة	قيمة T المحتسبة	لاعبون متقدمون		رياضيون غير ممارسين اللعبة		الاختبارات	ت
		ع	±	س	ع	±	س
معنوي	10.617	0.994	5.9	0.699	1.6	التهديف بالقفز بعد أداء الطبطة من خط الرمية الحرة	1
معنوي	14.509	0.516	5.6	0.567	1.9	متابعة الكرة والتهديف	2

قيمة T الجدولية عند درجة حرية (18) تحت مستوى دلالة 0.05 = 1.734

2-4-5-2 ثبات الاختبار

توجد طرائق مختلفة لحساب معامل الثبات ، وقد لجأ الباحث الى استخدام احد هذه الطرائق وهي (تطبيق الاختبار واعادة تطبيقه) يقصد بثبات الاختبار الاستقرار " بمعنى انه لو كرر تطبيق الاختبار لعدة مرات يعطي نفس النتيجة ويشير Tuckman إلى أن أسلوب تطبيق الاختبار وإعادته يُعد من الأساليب الشائعة والمناسبة في البحوث التجريبية، حيث يتضمن هذا الأسلوب تطبيق الاختبار على المجموعة نفسها من الأفراد في مناسبتين مختلفتين يفصل بينهما عادة مدة زمنية تتراوح بين (7-1) أيام ، وبناءً على ذلك، قام الباحث بإعادة تطبيق الاختبارات في تاريخ (19/10/2023) على أفراد العينة الاستطلاعية الأولى، والبالغ عددهم (10) لاعبين من فئة المتقدمين في نادي الفرات الرياضي بكرة السلة، مع مراعاة تحقيق شروط إعادة الاختبار من حيث الزمان والمكان، وتطابق القائمين على تنفيذ الاختبارات، وترتيب التمارين، وفترات الراحة بين المحاولات.

ولغرض التحقق من ثبات الاختبارات، تم حساب معامل الثبات باستخدام معامل الارتباط البسيط لبيرسون، وقد أظهرت النتائج الواردة في الجدول (3) مستوى مناسباً من الثبات، مما يؤكد إمكانية الاعتماد على هذه الاختبارات في الدراسة الرئيسية.

جدول (3)

يبين ثبات الاختبارات للمهارات الهجومية المركبة بكرة السلة

مستوى الدلالة	معامل الثبات	الاختبار الثاني		الاختبار الاول		الاختبارات	ت
		ع	±	س	ع	±	س
معنوي	0.805	1.567	5.3	0.994	5.9	التهديف بالقفز بعد أداء الطبطة من خط الرمية الحرة (عدد)	1
معنوي	0.748	0.632	5.8	0.416	5.6	متابعة الكرة والتهديف (عدد)	2

قيمة (ر) عند درجة حرية (8) تحت مستوى دلالة 0.05 = 0.549

3-4-5 الموضعية

وتعني موضعية الاختبار، "ان الاختبار الموضعى هو الذى لا يحدث فيه تباين بين اراء المحكمين إذا ما قام بالتحكيم لفرد المختبر اكثرا من حكم " ، ونظراً لأن الاختبارات المستخدمة في هذه الدراسة اختبارات مفترة، وتعتمد في تقييمها على معايير كمية محددة مثل عدد النقاط أو الأهداف التي يحققها المختبر ضمن محاور الأداء، فإن ذلك يُضفي عليها طابعاً من الموضعية العالية في القياس، وقد حرص الباحث على تقليل تأثير العامل البشري في التقييم، والاعتماد على مؤشرات الأداء المباشرة التي يقيسها الاختبار نفسه، وليس على تقدير شخصي من قبل المحكمين. وبذلك يمكن القول إن الاختبارات التي تم استخدامها تتمتع بدرجة عالية من الموضعية.

6- الاختبارات القبلية

أجريت الاختبارات القبلية يوم الجمعة الموافق (2023/10/20) وتم اعادة الاختبارات يوم الجمعة الموافق (2023/10/27) .

7- فترة تطبيق التمرينات (الجمل الخططية):

بدأ تطبيق التمرينات المقترحة يوم الاحد الموافق (2023/10/29) وانتهت يوم الخميس الموافق (2024/1/4) تم تطبيق تمرينات الجمل الخططية ايام (الاحد-الثلاثاء-الخميس) من كل اسبوع.

8- الاختبارات البعدية:

تم تطبيق الاختبارات البعدية يوم السبت الموافق (2024/1/6) ، وقام الباحث من تثبيت المتغيرات قدر المستطاع من خلال وقت أداء الاختبارات والكادر المساعد ومكان الاختبار.

9- الجمل الخططية المقترحة

تم تطبيق الجمل الخططية ضمن القسم الرئيسي من الوحدة التدريبية، وذلك في إطار المنهج التدريبي المعتمد من قبل مدرب الفريق وقبل تنفيذ هذه الجمل ميدانياً، تم عرضها على مجموعة من الخبراء المتخصصين ذوي الخبرة في مجال التدريب الرياضي، لغرض تقييمها وتقديم الملاحظات العلمية بشأنها. وبناءً على الآراء المقترحة، أُجريت مجموعة من التعديلات التي شملت الحذف، والإضافة، والتعديل بعض الجمل الخططية بما يضمن ملائمتها للأهداف التدريبية.

وقد تم تنفيذ الجمل الخططية على مدى (30) وحدة تدريبية موزعة على (10) أسابيع، بواقع (3) وحدات تدريبية في الأسبوع وخصصت فترة زمنية تتراوح ما بين (18-22) دقيقة لتنفيذ الجمل الخططية في كل وحدة تدريبية.

ونظراً لأن طبيعة النشاط البدني هي العامل الأساسي في تحديد مستوى الشدة والحجم التدريبي المستخدم، فقد تم اعتماد شدة مرتفعة تراوحت بين (70% - 90%)، و زمن أداء فردي يتراوح بين (3.33 - 4.28) دقيقة، مع تنفيذ (4) مجاميع تدريبية في كل وحدة وفي هذا الإطار، أشار محمد رضا ابراهيم المدامغة الى ان الشدة التدريبية عند اداء أي تمرين بدني تختلف و تتبع طبقاً لخصوصية اللعبة او الفعالية الرياضية الممارسة " كما يؤكّد مفتى ابراهيم أن درجات الحمل الأدنى من الحد الأقصى، والتي تراوح نسبتها بين (70-90%)، تُستخدم لتطوير جوانب معينة من الأداء الحركي، سواء المهاري أو الخططي، خصوصاً عندما يتم التدريب في أجواء تحاكي ظروف المنافسة الفعلية واستناداً إلى نتائج التجارب الاستطلاعية التي أجرتها الباحث، ووفقاً للاحظات الخبراء، تم اعتماد معدل النبض كمؤشر لتحديد فترات الراحة البنية بين المجاميع التدريبية. حيث تم تحديد الراحة عند عودة النبض إلى معدل يتراوح بين (120-140) ض/د، وهو ما يعادل زمناً تقربياً بقدار (1.5) دقيقة. ويؤكّد محمد عثمان أن "الراحة بعد أداء الحمل، إذا ما أردت منها تطوير الأداء الحركي، يجب أن تكون راحة غير كاملة و تُعرف بالراحة المستحقة"

10-2 الوسائل الإحصائية

استخدم الباحث الحقيقة الإحصائية (SPSS- V24) وكما يلي :

1. الوسط الحسابي
2. الانحراف المعياري
3. معامل أرتباط البسيط لبيرسون
4. قانون T للعينات المتساوية المرتبطة
5. اختبار T للعينات المتساوية الغير مرتبطة
6. معامل الاختلاف

3 - عرض النتائج و تحليلها ومناقشتها

3-1 عرض نتائج الاختبارات البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في متغيرات البحث ومناقشتها

جدول (4)

يوضح الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيم T (المحتسبة والجدولية) للختبارات البعدية- البعدية للمجموعة الضابطة والتجريبية

مستوى الدلالة	قيمة T المحتسبة	المجموعة التجريبية (بعدى)		المجموعة الضابطة (بعدى)		الختبارات	ت
		ع	± س	ع	± س		
معنوي	2.811	0.707	8	0.894	6.4	التهديف بالقفز بعد أداء الطبطبة من خط الرمية الحرة (عدد)	1
معنوي	4.198	0.548	8.6	0.894	6.4	متابعة الكرة والتهديف (عدد)	2

قيمة T الجدولية عند درجة حرية (8) تحت مستوى دلالة $0.05 = 1.860$

يتضح من نتائج الجدول (4) أن المتوسط الحسابي للختبار البعدى في المهارة الهجومية المركبة (التهديف بالقفز بعد أداء الطبطبة من خط الرمية الحرة) لدى المجموعة الضابطة بلغ (6.4) بانحراف معياري قدره (0.894)، في حين أن المجموعة التجريبية سجلت متوسطاً حسابياً بلغ (8) بانحراف معياري (0.707)، وقد بلغت قيمة (T) المحسوبة (2.811)، وهي أعلى من القيمة الجدولية البالغة (1.860) عند درجة حرية (8) ومستوى دلالة (0.05)، مما يشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح المجموعة التجريبية.

أما فيما يخص المهارة الهجومية المركبة (متابعة الكرة والتهديف)، فقد سجلت المجموعة الضابطة متوسطاً حسابياً قدره (6.4) بانحراف معياري (0.894)، بينما حصلت المجموعة التجريبية على متوسط قدره (8.6) بانحراف معياري (0.548). وقد بلغت قيمة (T) المحسوبة (4.198)، وهي كذلك تفوق القيمة الجدولية (1.860) عند نفس درجة الحرية ومستوى الدلالة، مما يعزز وجود فروق معنوية لصالح المجموعة التجريبية.

وبناءً على ذلك، يمكن ملاحظة وجود فروق إحصائية دالة في نتائج الاختبارات البعدية للمهارات الهجومية المركبة في كرة السلة بين المجموعتين، وقد جاءت هذه الفروق لصالح المجموعة التجريبية. ويعزى ذلك - بحسب رأي الباحث - إلى فعالية الأسلوب التدريسي المعتمد على الجمل الخططية، والذي أثبت كفاءته مقارنة بالأسلوب التقليدي المتبعة مع المجموعة الضابطة. ورغم تحسن أداء المجموعة

الضابطة بين مرحلتي الاختبار القبلي والبعدي، إلا أنها لم تحقق المستوى الذي بلغته المجموعة التجريبية. ويُعد هذا التباين انعكاساً لتطور أساليب التدريب في كرة السلة الحديثة، التي باتت تعتمد على نماذج تدريبية تحاكي ظروف اللعب الفعلية، مثل استخدام الجمل الخططية، لما توفره من بيئة قريبة من أجواء المباراة الحقيقية. وقد أشار إلى ذلك مفتى إبراهيم في تأكيده على أن إعطاء الجمل الخططية يساعد على بناء الهجوم والاقتراب من آلية الأداء المهاري .

أما ريسان خرييط فيؤكد أن (من الانسب تطوير المهارات الفنية المتضمن من الحالات الخططية وعلى الرياضي أن يدرك ذلك عند دراسة المهارات الفنية

ويُعزى نجاح استخدام الجمل الخططية في تطوير المهارات الهجومية المركبة لدى لاعبي المجموعة التجريبية إلى طبيعة هذه المهارات نفسها، والتي تتميز بدرجة عالية من التعقيد والتكرار خلال المباريات ولأن تطوير هذه المهارات يتطلب التكيف مع ظروف مشابهة لتلك التي يواجهها اللاعب في المباريات الفعلية، فقد وجد الباحث أن توظيف الجمل الخططية يُعد الأسلوب الأنسب لتحقيق ذلك. فالقدرة على تفزيذ هذه المهارات في بيئة التدريب الخالية من الضغوط التنافسية لا تعني بالضرورة القدرة على أدائها بنفس الكفاءة أثناء المباريات، حيث تتدخل العديد من العوامل النفسية والذهنية التي قد تعيق الأداء التلقائي (الآلي) للمهارة. ومن هنا، فإن التدريب باستخدام الجمل الخططية، الذي يحاكي واقع المباراة، يسهم في تجاوز هذه العوائق ويعزز من كفاءة الأداء المهاري في المواقف الحقيقة. وهذا ما أشار إليه جبار على جبار إلى أن المنافسات التجريبية تهدف إلى الاعداد المنظم المتقن للمنافسات الهمامة مع مراعات ان يكون لكل منافسة تجريبية هدف واضح تعمل على تحقيقه لتخفيض عمليات التدريب الرياضي وهذا ما يؤكده فائز بشير حموات بالقول أن التكتيكات الهجومية للفريق الغرض منها احباط محاولات الخصم الدافعية بغية تسجيل النقاط او تحرير احد المهاجمين لكي يصيّب الهدف وبالأسلوب الذي اعتاد عليه في التدريب الذي يتيح له الحرية في استعمال التصويب نحو السلة

وكما يؤكد رعد جابر باقر وعبد الحكيم محمد الطائي على ان (التمارين يجب أن تكيف لاستخدام أثناء الوحدة التدريبية بشكل يلائم استخدامها من قبل لاعبي الفريق أثناء المنافسات أن هذا التكيف للتمارين سيكون ذا معنى للاعبين وسيضمن عملية التطور المهاري لكونها تتطابق مع حالات اللعب

كما يرى الباحث أن الجمل الخططية التي تم تطبيقها كان لها دور كبير في تعزيز حالة الهدوء النسبي لدى لاعبي المجموعة التجريبية، إذ أسهمت في رفع مستوى التركيز الذهني أثناء أداء التمارين. هذا التركيز المتزايد انعكس بشكل إيجابي على ثقة اللاعبين بأنفسهم، نتيجة ملاحظتهم للتحسين التدريجي والتطور الواضح في تنفيذ المهارات المركبة خلال مراحل المنهج التدريبي. ونتيجة لذلك، حدث انخفاض ملحوظ في مستوى الانفعالات النفسية المصاحبة للأداء، مثل القلق، والخوف، والغضب، والإحباط، وهي

جميعها عوامل معروفة بتأثيرها السلبي على تطور مستوى اللاعب، وقدرته على تحقيق الأداء المثالي، والعمل ضمن حدود إمكانياته الفصوى.

ويتفق الباحث مع (ماجد علي موسى) في قوله ان الحالة التدريبية تعبر عن مقدرة الرياضي بصفة عامة دون التعرض لمستوى هذه المقدرة او مستوى الإنجاز .

ويؤكد الباحث أن التطور الملاحظ في أداء المهارات الهجومية المركبة لدى لاعبي المجموعة التجريبية يعود إلى طبيعة التمارين المستخدمة، التي جاءت محاكاة لظروف اللعب الفعلية في المباريات، مما أتاح للاعبين التكيف مع متغيرات الأداء الواقعي. ويتفق الباحث في ذلك مع ما أشار إليه (ماجد علي موسى)، ان من اهم الوسائل التدريبية التي تستخدم لزيادة التكيف بالمنافسات هو العمل بظروف مختلفة للوصول إلى مرحلة تثبيت الأداء وصولاً إلى مرحلة الافتراضية .

ويرى الباحث أن لعملية التسجيل الإحصائي دوراً معنوياً عالياً في زيادة الرغبة على استغلال فترة الجملة الخططية بشكل جيد من خلال الإثارة والتشويق بين اللاعبين وذلك من خلال عرض الإحصائيات على اللاعبين للاطلاع عليها قبل الوحدة التدريبية وبذلك تكون حافزاً للأداء والمنافسة بين اللاعبين.

5- الاستنتاجات والتوصيات

1-5 الاستنتاجات

1. إن توظيف الجمل الخططية في التدريب، وما يصاحبه من محاكاة لظروف المنافسة الفعلية، يسهم بشكل فاعل في تنمية عدد من المهارات الهجومية المركبة في كرة السلة، والتي تضمنت ما يلي:
 - التهديف بالقفز بعد أداء الطبطة من خط الرمية الحرة
 - متابعة الكرة والتهديف
2. أن الطرق التقليدية التي تخلو من الأجواء التنافسية تساعد أيضاً على تطوير المهارات المركبة الهجومية بكرة السلة ولكن بدرجة أقل من استخدام طريقة الجمل الخططية.
3. استخدام الجمل الخططية في تدريب المهارات الهجومية المركبة بكرة السلة يتطلب الربط بين تلك المهارات حسب أهميتها وليس تدريبيها بصورة منفردة .
4. تستخدم الجمل الخططية لتدريب فئة المتقدمين ذات المستوى العالي لأنها تعتمد على تطوير المهارات نحو الأفضل وليس لبنائها وتنميتها .
5. أفضل مدة تدريبية لتطوير المهارات الهجومية المركبة بكرة السلة بطريقة الجمل الخططية هي خلال وفترتي الإعداد الخاص وما قبل المنافسات .

2-5 التوصيات

1. ضرورة تطوير المهارات الهجومية المركبة بكرة السلة عن طريق الجمل الخططية وخلق أجواء شبيهة بأجواء المنافسة لفئة المتقدمين.
2. اعتماد التمرينات المقترنة والمطبقة بطريقة الجمل الخططية لتطوير المهارات المركبة الهجومية بكرة السلة للاعبين المتقدمين.
3. عدم اعتماد الطرق التقليدية البعيدة عن خلق أجواء شبيهة بالمنافسة إثناء تطوير المهارات الهجومية المركبة بكرة السلة.
4. على الباحثين والمختصين في مجال لعبة كرة السلة استخدام مصادر واختبارات متنوعة عن فكرة الجمل الخططية والمهارات المركبة بكرة السلة الجديدة.
5. إجراء بحوث بطريقة الجمل الخططية لتطوير المهارات الأساسية الدافعية بكرة السلة .

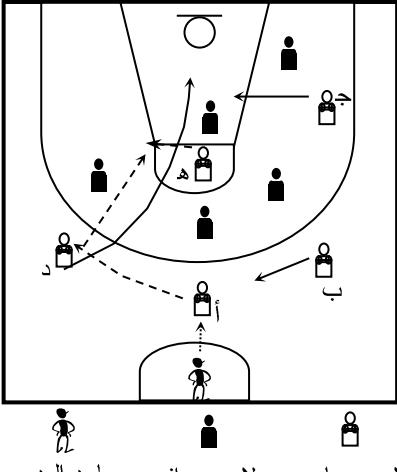
المصادر

المصادر العربية

1. جبار علي جبار: التدريب الرياضي ، ط1، العراق ،شركة بلورة الجنوب،2014،ص97.
2. حيدر عبد الرزاق كاظم : اسسیات كتابة البحث العلمي في التربية البدنية وعلوم الرياضة ، ط1،العراق،البصرة،شركة الغدير للطباعة والنشر المحدودة،2015،ص123.
3. رعد جابر باقر الرشيد وعبد الحكيم محمد الطائي: الأعداد الفرقى لكرة السلة، جامعة بغداد، مطبع وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، ب.ت، ص 123 .
4. ريسان خريبيط مجيد وسركية سكندر فرج: الألعاب الحركية، ط1، عمان دار الشروق للنشر والتوزيع، 2000، ص 83.
5. عامر سعيد الخيكاني وايمن هاني الجبوري : المرشد في كتابة الرسائل والاطاريج ، العراق ،النجف، دار الضياء للطباعة والتصميم، 2016 ، ص 149.
6. فائز بشير حمودات ومؤيد عبد الله جاسم: كرة السلة، مطبع جامعة الموصل، 1987 ، ص 233.
7. فائز حمودات وآخرون: التدريب الرياضي بين المبدأ والتطبيق ، 1985 ، ص 25.
8. ماجد علي موسى : التدريب الرياضي الحديث، ط1، العراق، البصرة، مطبعة النخيل، 2009 ، ص 13.
9. محمد جاسم الياسري ، مروان عبد المجيد: الاساليب الاحصائية في مجالات البحوث التربوية ، ط1، مؤسسة العراق للنشر والتوزيع ، عمان ، 2001 ، ص 77 .
10. محمد رضا ابراهيم المدامغة: التطبيق الميداني لنظريات وطرائق التدريب الرياضي، ط2،بغداد، مكتب الفضلي،2008 ص93.
11. محمد عثمان: الحمل التدريبي والتكيف، القاهرة، دار الفكر العربي، 2000 ، ص 147 .
12. مفتى ابراهيم حماد: التدريب الرياضي الحديث، القاهرة، دار الفكر العربي، 2001 ، ص 76 .

Tuckman, Bruce W. Conducting Educational Research. 2nd Edition, New York, Harcourt Jovanovich Inc. 1978, P221.

نموذج للجمل الخططية المتبعة في البحث



الجمله الخططيه (المقترحه)

يبدأ تشكيل الجملة الخططية وذلك بمناولة الكرة من قبل المساعد الى المهاجم (أ) والذي يقوم بدوره ينالو الكرة الى المهاجم (د) ثم الانطلاق الى داخل منطقة التهديف بنقطتين اما المهاجم (د) فينالو الكرة الى المهاجم (هـ) وينطلق الى داخل منطقة الزون وهنا يكون أمام المهاجم (هـ) اختياران أما التهديف او مناولة الكرة الى أحد المهاجمين (أـدـ) ليقوم أحدهما بالتهديف اما المهاجم (جـ) فيقوم بالمتابعة اما المهاجم (بـ) فينطلق ليحل محل المهاجم (أـ) لمنع الهجوم السريع المضاد.