الاسهام النسبي لمؤشر كتلة الجسم ببعض المهارات الهجومية للاعبي المدارس التخصصية بكرة السلة بأعمار (12–15) سنة

أ.م.د كرار صلاح سلمان

الملخص

يهدف البحث الى مساهمة مؤشر كتلة الجسم ببعض المهارات الهجومية للاعبي المدارس التخصصية بكرة السلة بأعمار (12–15) سنة استخدم الباحث منهج البحث الوصفي بالأسلوب المسحي والدراسات الارتباطية لملائمته مشكلة وأهداف البحث. شمل مجتمع البحث المدارس محافظة ميسان بكرة السلة للشباب ، وكانت عينة البحث المدارس المحافظة التابعة للاتحاد الفرعي بكرة السلة هم (مدرسة العمارة ، مدرسة دجلة ،مدرسة نفط ميسان، مدرسة الحشد الشعبي، مدرسة المركز) والبالغ عددهم (75لاعب) اعتمدت الحقيبة الاحصائية (SPSS) لمعالجة بيانات البحث الاحصائية. استنتجت الدراسة ظهور ارتباطات عالية بين مؤشر كتلة الجسم والمهارات الهجومية للاعبي كرة السلة المدارس التخصصية ، ان مؤشر كتلة الجسم ساهم بنسبة عالية بجميع المهارات الهجومية للاعبي كرة السلة المدارس التخصصية يمكن من خلالها التنبؤ مؤشر كتلة الجسم للأداء المهارات الهجومية للاعبي كرة السلة المدارس التخصصية واوصت الدراسة ضرورة وضع معايير خاصة لاختيار لاعبي كرة السلة المبكر في الاندية ومعتمداً على القياسات العالمية الجسمية والمهارية وطبقا لأهمية القياسات الجسمية في عملية الاختيار ضرورة وضع معايير خاصة لاختيار لاعبي كرة السلة.

الكلمات والمفتاحية: مؤشر كتلة الجسم المهارات الهجومية بكرة السلة

Relative Contribution of Body Mass Index to Selected Offensive Skills among Specialized Basketball School Players Aged 12–15 Years

By

Asst. Prof. Dr. Karrar Salah Salman

Abstract

The present study aimed to determine the relative contribution of **Body Mass Index (BMI)** to selected offensive skills among players enrolled in specialized basketball schools aged 12–15 years. The researcher employed the descriptive research method using both the survey and correlational approaches, as they were appropriate for the nature of the research problem and objectives.

The research population consisted of youth basketball players from specialized schools in Maysan Governorate. The study sample included players from five schools affiliated with the Maysan Basketball Sub-Association: **Al-Amarah School, Dijlah School, Maysan Oil School, Al-Hashd Al-Shaabi School, and Al-Markaz School**, with a total of **75 players**. Statistical analysis was performed using the **Statistical Package for the Social Sciences (SPSS)**.

The findings revealed strong correlations between Body Mass Index and the offensive basketball skills of players enrolled in specialized basketball schools. BMI demonstrated a substantial contribution to all of the offensive skills examined, indicating that it can serve as a significant predictor of offensive skill performance among young basketball players. Based on these findings, the study recommends establishing standardized criteria for the early selection of basketball players in sports clubs, relying on internationally recognized anthropometric and skill-based measurements. Given the importance of body measurements in the talent identification process, the researchers further recommend the development of specific anthropometric standards to improve the selection of prospective basketball players.

Keywords: Body Mass Index (BMI), Offensive Skills, Basketball.

1- التعريف بالبحث:

1-1 مقدمة البحث وأهميته:

من خلال التطور العلمي الذي طرأ على العالم كله في السنوات العشر الأخيرة كانت حصة المجال الرياضي كبيرة جدا، فاعتمد خبراء الرياضة على البحوث العلمية للوصول والاستمرار في تحقيق الإنجازات الرياضية.

وتعد لعبة كرة السلة من الألعاب الأكثر إثارة لكثرة تسجيل النقاط فيها من خلال اجادة أداء المهارات الهجومية والدفاعية المختلفة للاعب أو الفريق وتأثيرها في النتائج. ويعتقد الباحث عن طريق مثل هذه البحوث يمكننا من معرفة نوع العلاقة وتأثير هذه القياسات والمهارات في الإنجاز الفردي أو الجماعي للعبة كرة السلة.

وكرة السلة إحدى الأنشطة الرياضية التي وصلت إلى مستوى متطور نتيجة لدخول الجانب العلمي جميع جوانبها ، ومن بين هذه الجوانب النواحي الجسم الخاصة باللاعبين ، فطول الجسم مثلاً يؤدي دوراً في تحديد مركز اللاعب في الفريق وتقوم عليه العديد من الخطط التي يمكن أن يستعين بها الفريق في اختراق دفاعات الخصم وتسجيل النقاط، إلاّ أن ذلك يتطلب أيضاً التناسق بين أجزاء الجسم الأخرى ، فضلاً عن وزن الجسم ، كما أن الإيقاع السريع لهذه اللعبة يتطلب تكيفاً وظيفياً معيناً لتوفير الطاقة اللازمة.

وتعد كرة السلة من الألعاب الفرقية وهي في تجدد مستمر لما يطرأ عليها من العالم حيث ان الحكم يحتاج اثناء المباريات إلى النواحي القياسات الجسمية وإلى جوانب عديدة بما ينسجم ومتطلبات مؤشر كتلة الجسم، كتحسين إذ من المألوف أن ممارسة أي نشاط رياضي بانتظام لفترات طويلة يكسب ممارسيه صفات جسمانية ووظيفية ، وتعدّ هذه الصفات أحد الصلاحيات الأساسية للوصول إلى مستوى البطولة ، وبناءً على ذلك فان البحث عن المتطلبات الخاصة في جميع الألعاب الرياضية ومنها كرة السلة، وبناءً على ذلك فان البحث عن المتطلبات الخاصة في جميع الألعاب الرياضية ومنها كرة السلة أمر يبدو في غاية الأهمية منذ الوهلة الاولى ، على أن هذه المتطلبات يمكن أن تنمو وتتطور نتيجة التكييف الذي يفرضه التدريب المنظم لسنوات طويلة ، وتكمن أهمية البحث في كونه مساهمة مؤشر كتلة الجسم ببعض المهارات الهجومية للاعبي المدارس التخصصية بكرة السلة بأعمار (12-15) سنة حول أهمية وفوائد التغذية السليمة وتأثيرها الايجابي في الأداء الرياضي، إذ لا يوجد أدنى شك ألآن على أن ما يأكله الرياضي ويشربه سوف يؤثر في صحته ووزنه وتركيب جسمه ومصادر الوقود فيه، ذلك إنَّ التغذية المثلى تحسن النشاط البدني لتكون دليلاً للاعبين والمدربين على حدٍ سواء للاستفادة منها مستقبلاً.

1-2 مشكلة البحث:

إن الأداء لنشاط رياضي معين ، يؤثر في أجزاء الجسم التي تقوم بالأداء ، ويغير شكلها لوحظ في الآونة الأخيرة عدم اهتمام من قبل المدربين بالقياسات الجسمية ومنها الطول والوزن وخاصةً اللاعبين الناشئين؛ ونظراً لأهمية مؤشر كتلة الجسم في لعبة كرة السلة تتبع أهمية البحث في معرفة تأثير بعض قياسات اللاعب الجسمية في أداء مهارات اللعبة المختلفة. وذلك لزيادة التركيز على هذه التأثيرات من قبل المدربين حتى يستطيعوا التغلب على نقاط الضعف في تلك المهارات سواء أكانت مهارة هجومية أم دفاعية وما لها من دور فاعل في اداء المهارات الهجومية، ارتأى الباحث التعرف على الحال الواصل اليه اللاعبين ومعرفة مستوياتهم المهارية وكذلك التعرف على نسب المساهمة لمؤشر كتلة الجسم في أداء بعض المهارات الهجومية والتي ستكون دليلاً علمياً يستفيد منه اللاعبين والمدربين على حدٍ سواء.

1-3 أهداف البحث:

1) التعرف على مستوى اللاعبين في مؤشر كتلة الجسم وبعض المهارات الهجومية بكرة السلة لدى عينة البحث.
2) التعرف على العلاقة بين مؤشر كتلة الجسم وبعض المهارات الهجومية بكرة السلة لدى عينة البحث.
3) التعرف على نسبة مساهمة مؤشر كتلة الجسم ببعض المهارات الهجومية بكرة السلة لدى عينة البحث.

1-4 مجالات البحث:

1- 4-1المجال البشري: عينة للاعبي المدارس التخصصية بكرة السلة بأعمار (12-15) سنة في محافظة ميسان وعددهمّ(75)لاعباً للموسم 2025- 2026.

1-4-2 المجال الزماني: المدة من (2026/1/2) لغاية (2026/3/1).

1-4-3 المجال المكاني: قاعة وسام عريبي الاولمبية في محافظة ميسان .

2- منهج البحث وإجراءاته الميدانية :

2-1 منهج البحث :

إن طبيعة المشكلة هي التي تحدد المنهج المناسب الذي يعتمد عليه الباحث ليحقق أهدافه وذلك عن طريق دراسة ما يتعلق من ظواهر وأدلة لمشكلة البحث إذ ان(تقدم البحث العلمي رهين بالمنهج يدور معه وجوداً وعدماً) .

لقد عمده الباحث إلى استخدام المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي والدراسات الارتباطية والتي يعني(المعرفة بارتباط المتغيرات أو معرفة إلى أي حد تتفق المتغيرات في احد العوامل مع المتغيرات في عامل أخر). [1]

2-2مجتمع وعينة البحث :

بعد تحديد مجتمع البحث المتمثل للاعبي للاعبي المدرسة التخصصية بكرة السلة بأعمار (12-15) سنة في محافظة ميسان وبالطريقة العمدية تم تحديد العينة والتي هي " الجزء الذي يمثل مجتمع الأصل أو النموذج الذي يجري الباحث مجمل عمله ومحوره عليه ، اختار التابعة للاتحاد الفرعي بكرة السلة هم (مدرسة العمارة ، مدرسة دجلة ،مدرسة نفط ميسان، مدرسة الحشد الشعبي، مدرسة المركز) والبالغ عددهم (75لاعب) عينة لبحثها حيث حين يسعى الباحث لتحقيق هدف أو غرض معين من دراسة يقوم باختيار أفراد العينة بما يخدم ويحقق هذا الغرض أو الهدف.

وبالطريقة العمدية تم اختيار لاعبي من مدرسة العمارة عينة البحث لتنفيذ التجربة الاستطلاعية والبالغ عددها (10لاعب)

2-3 ووسائل جمع المعلومات وأدوات والأجهزة البحث المستخدمة:

استخدم الباحث الوسائل العلمية الآتية لجمع المعلومات :المصادر والمراجع العربية .اختبارات القياسات الجسمية والاختبار مهارات كرة السلة (كرات السلة قانونية عدد (10)، شاخص عدد (10)، صافرة، ملعب كرة سلة ميزان طبي لقياس الوزن عدد (1)، جهاز الرستومتر لقياس الطول عدد (1).جهاز حاسوب لابتوب نوع (Dell) بانتيوم (4).طابعة ليزرية نوع 2900 Canon.ساعة توقيت عدد (2) بنوع (Sony) فريق العمل المساعد .

2-4 خطوات إجراء تحديد متغيرات البحث :

2-4-1 قياس مؤشر كتلة الجسم (Body Mass Index-BMI) وتحديد زيادة الوزن والسمنة:

مؤشر كتلة الجسم (BMI): يستخرج عن طريق قسمة الوزن (كغم) على مربع الطول (متر).

[1] محسن علي السعداوي ، وآخرون: **أدوات البحث العلمي في بحوث التربية الرياضية** ، ط1 ، النجف الاشرف ، دار المواهب للطباعة والنشر والتوزيع ، (2007)،ص24.

2-4-2 قياس الوزن: يتم قياس وزن الجسم إلى أقرب (100) غم (0.1 كغم) بواسطة ميزان معاير، ويستحسن أن يكون رقمياً، وتتم عملية القياس بدون حذاء وبأقل الملابس الممكنة على جسم المفحوص، ومن الضروري مراعاة عدم وضع الميزان على أرضية لينة (مثل سجاد أو مرتبة إسفنجية) عند إجراء عملية القياس (هزاع بن محمد الهزاع وآخرون، 2001).

2-4-3 قياس الطول: يتم قياس طول الجسم إلى أقرب سنتيمتر، وذلك بأستخدام مقياس الطول، ويلزم أن تتم عملية قياس الطول بدون حذاء، والمفحوص منتصب القامة، ويراعى أن يتم الضغط على رأس المفحوص بواسطة لوحة المقياس وخاصة عندما يكون شعر الرأس كثيفاً [1] (هزاع بن محمد الهزاع وآخرون، 2001).

2-4-4 اختبارات البحث المهارات الهجومية بكرة السلة:

1- اسم الاختبار:الطبطبة العالية المستقيم (20)مترا[2]

اسم الاختبار: قياس مهارة المحاورة العالية على شكل(L)

- **الغرض من الاختبار:**قياس سرعة مهارة المحاورة العالية على شكل (L)
- **الأدوات الأزمة :** ملعب كرة سلة مصغرة ، كرة سلة مصغرة ، صافرة ، شواخص (عدد3 ارتفاع 50سم) ، ساعة توقيت.
- **مواصفات الأداء:** عند إشارة البدء يقوم المختبر من البداية بأداء المحاورة العالية من زاوية الملعب باتجاه خط المنتصف ثم يستدير لقطع الملعب على الخط المنتصف ومن ثم يستدير للرجوع من حيث ما بدء إلى نهاية الملعب كما موضحاً في الشكل.
- **الشروط :**يجب على المختبر أن يؤدي عملية المحاورة العالية بشكل قانوني.

يسمح للمختبر محاولة واحدة فقط .

- **التسجيل:**يحسب الزمن للمختبر منذ إشارة البدء إلى اجتياز خط النهاية لأقرب 0,01من الثانية.

2-اختبار التصويب من خلف خط الرمية الحرة(10 رميات)[1]

---

[1] هزاع بن محمد الهزاع وآخرون؛ **الدليل الإرشادى لاختبار اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لدول مجلس التعاون للفئات العمرية من (7-18) سنة**، ط1: (مجلس التعاون لدول الخليج العربية، الأمانة العامة، شئون الإنسان والبيئة، 2001)، ص52.

[2] كرار صلاح سلمان التميمي: **بطارية اختبار على وفق الأنماط الحركية والمهارات الهجومية لانتقاء لاعبي المدرسة السلّوية في محافظة ميسان**، رسالة ماجستير ،جامعة القدسية - كلية التربية الرياضية، 2013.

- **الغرض من الاختبار: قياس دقة التصويب للرمية الحرة.**
- الأدوات اللازمة: ملعب كرة سلة قانوني، هدف كرة سلة قانوني ،كرات سلة عدد(10) قانونية.
- **وصف الاداء**

❖ يتخذ اللاعب وضع الوقوف ومعه الكرة خلف منتصف خط الرمية الحرة.

❖ يقوم كل لاعب بأداء (10) رميات متتالية.

❖ من حق اللاعب التصويب على السلة بأي طريقة مناسبة.

❖ لكل لاعب محاولة واحدة فقط.

❖ **حساب الدرجات**

❖ تحتسب وتسجل درجة واحدة عند كل رمية ناجحة (الكرة تدخل السلة).

❖ لا تحتسب للاعب أي درجة عندما لا تدخل الكرة السلة(فاشلة).

❖ درجة اللاعب مجموع النقاط التي يحصل عليها في (10)الرميات.

3-اختبار مناولة الكرة واستلامها نحو الدوائر المتداخلة على الحائط من مسافة(7.50م)[2]

الهدف من الاختبار: قياس دقة المناولة نحو الهدف.

الأدوات: حائط أملس – كرة سلة عدد(2) قانونية – شريط قياس- طباشير – حبل غير مطاط.

الإجراءات: رسم ثلاث دوائر متداخلة على حائط أملس بواسطة الطباشير والحبل غير المطاط زائد مسمار كمركز مشترك للدوائر الثلاثة.

تكون أقطار الدوائر المتداخلة مرتبة من الدائرة الصغيرة الى الدائرة الكبيرة وعلى النحو الاتي:-

❖ قطر الدائرة الصغيرة الاولى (45)سم.

❖ قطر الدائرة المتوسطة الثانية (98)سم.

❖ قطر الدائرة الكبيرة الثالثة (150)سم.

---

(1) علي سلوم: **الاختبارات والقياس والاحصاء في مجال الرياضي**، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، جامعة القادسية، الطيف للطباعة،2004،ص175..

(2) علي سلوم: **الاختبارات والقياس والاحصاء في مجال الرياضي**، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، جامعة القادسية، الطيف للطباعة،2004،ص175.

- ❖ الحافة السفلى للدائرة الكبيرة تبعد عن الارض مسافة (90)سم.
- ❖ رسم خط على الأرض وعلى بعد (7.50) م من الحائط الأملس وبشكل مواجه له.

وصف الأداء

- ❖ يقف اللاعب خلف خط البدء مباشرة وهو ممسك بيده الكرة.
- ❖ لكل لاعب مناولة صدرية واحدة فقط للتدريب قبل الاداء لغرض الاحساس بالكرة.
- ❖ ثم يقوم اللاعب بمناولة الكرة على الدوائر المتداخلة باستخدام اليدين معاً(مناولة صدرية مباشرة).
- ❖ يستمر اللاعب في تكرار هذا الاداء لـ(5) مناولات صدرية مباشرة ومتتالية.
- ❖ لكل لاعب محاولة واحدة فقط وعلى اللاعب عدم تجاوز الخط المرسوم على الأرض.

ادارة الاختبار

- ❖ مسجل يقوم بالنداء على الاسماء اولاً وتسجيل نتائج المناولات ثانياً.
- ❖ محكم يقف قرب اللاعب للمحافظة على صحة الاداء والعد.

حساب الدرجات

- ❖ تسجيل (3) درجات لكل مناولة صدرية مباشرة تصيب فيها الكرة الدائرة الصغيرة (الاولى).
- ❖ تسجيل(2) درجة عندما تصيب الكرة الدائرة الكبيرة (الثانية).
- ❖ تسجيل(1) درجة عندما تصيب الكرة الخط المشترك بين الدائرتين والدرجة القصوى للاختبار (15) درجة.

2-4 التجربة الاستطلاعية :

وهي تجربة مصغرة مشابهة للتجربة الرئيسية ، حيث تم أجراء التجربة الاستطلاعية بتاريخ3/1/ 2026 في قاعة وسام عريبي الاولمبية في محافظة ميسان ، وقد شملت على (10) لاعب من داخل عينة البحث وكان الغرض منها معرفة المعوقات والسلبيات التي قد تواجه الباحث إثناء العمل، معرفة الوقت المستغرق لأجراء للقياسات المستخدمة في البحث ، التعرف على سلامة وصلاحية الاختبار والمواد المستخدمة، التأكد من قدرة وكفاءة فريق العمل المساعد وقدرتهم على كيفية استعمال الأجهزة أثناء تطبيق التجربة الرئيسة.

2 – 6 التجربة الرئيسة :

قام الباحث بأجراء التجربة الرئيسية للاختبارات والمقاييس على عينه البحث المتمثلة بلاعبي المدارس التخصصية بكرة السلة في محافظة ميسان (2025-2026م) والبالغ عددهم (75 لاعب) بعد تطبيق الاختبارات والمقياس عليها تم جمع البيانات ومن ثم قام الباحث بمعالجتها إحصائيا من اجل استخراج النتائج تم تطبيق التجربة الرئيسية في يوم 8/ 1 /2026 في الساعة الثالثة عصرا قاعة وسام عريبي الاولمبية في محافظة ميسان وقد تأكد الباحث من توفير جميع الشروط المناسبة للبحث وقد توصل الباحث بعد تطبيقه للاختبارات بحثه بمجموع من النتائج والتي عمل على معالجتها من خلال استخدام مجموع من وسائل الإحصائية .

2-7 الوسائل الإحصائية :[1] استعملت فيه الُنظم الإحصائية الآتية:

الحقيبة الإحصائية الجاهزة (SPSS) (vr21) للمعالجات الاحصائية:

4-عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

بعد أن قام الباحث بإجراء الاختبارات والقياسات لمتغيرات البحث عولجت النتائج إحصائياً وفيما يلي عرض النتائج بالجداول وتحليلها ومناقشتها.

4-1 عرض نتائج مساهمة مؤشر كتلة الجسم في بعض المهارات الهجومية بكرة السلة وتحليلها:

من اجل الوصول الى استخراج قيم نسب مساهمة مؤشر كتلة الجسم في بعض المهارات الهجومية بكرة السلة، اعتمد الباحث المعالم الاحصائية الملائمة، والجداول اللاحقة تبين ذلك.

جدول (1)

يبين المعالم الاحصائية الوصفية ومعامل الالتواء لمتغيرات البحث

المتغيرات	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء	النتيجة
مؤشر كتلة الجسم	كغم / متر^2	24.710	24.622	0.717	0.160	متجانس
مهارة الطبطبة	الزمن	28.994	28.487	1.934	0.751	متجانس
مهارة التصويب	الدرجة	7.600	8.000	0.843	- 0.389	متجانس
مهارة المناولة	الدرجة	10.600	10.500	1.506	0.117	متجانس

[1] وهيب الكبيسي:**الإحصاء التطبيقي في العلوم الاجتماعية**، ط1، (العالمية المتحدة، بيروت، لبنان، 2010)، ص276.

جدول (2)

يبين معامل الارتباط البسيط ونسبة المساهمة والخطأ المعياري للتقدير وقيمة (F) ومستوى دلالتها بين مؤشر كتلة الجسم ومهارة الطبطبة لدى عينة البحث

الارتباط البسيط	نسبة المساهمة	الخطأ المعياري	درجة الحرية	قيمة F	مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية
0.943	0.890	0.252	74	64.722	*0.000	دال

(*) دال احصائياً عند مستوى دلالة ≤ (0.05)

من خلال ملاحظتنا للجدول (2) يتضح لنا قيمة الارتباط البسيط لمهارة الطبطبة بدلالة مؤشر كتلة الجسم، اذ بلغت (0.943) ونسبة مساهمة (0.890) وبنسبة خطأ معياري قد بلغ (0.252)، ويتضح لنا ان المتغير المستقل (مؤشر كتلة الجسم) قد ساهم بأداء مهارة (الطبطبة) لدى عينة البحث من خلال معنوية قيمة (F)، اذ بلغت (64.722) وبدرجة حرية (74) وبمستوى دلالة (0.000).

جدول (3)

يبين معامل الارتباط البسيط ونسبة المساهمة والخطأ المعياري للتقدير وقيمة (F) ومستوى دلالتها بين مؤشر كتلة الجسم ومهارة التصويب لدى عينة البحث

الارتباط البسيط	نسبة المساهمة	الخطأ المعياري	درجة الحرية	F قيمة	مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية
0.884	0.782	0.355	74	28.691	0.001*	دال

(*) دال احصائياً عند مستوى دلالة ≤ (0.05)

من خلال ملاحظتنا للجدول اعلاه يتضح لنا قيمة الارتباط البسيط لمهارة التصويب بدلالة مؤشر كتلة الجسم، اذ بلغت (0.884) ونسبة مساهمة (0.782) وبنسبة خطأ معياري قد بلغ (0.355)، ويتضح لنا ان المتغير المستقل (مؤشر كتلة

الجسم) قد ساهم بأداء مهارة (التصويب) لدى عينة البحث من خلال معنوية قيمة (F)، اذ بلغت (28.691) وبدرجة حرية (74) وبمستوى دلالة (0.001).

جدول (4)

يبين معامل الارتباط البسيط ونسبة المساهمة والخطأ المعياري للتقدير وقيمة (F) ومستوى دلالتها بين مؤشر كتلة الجسم ومهارة المناولة لدى عينة البحث

الارتباط البسيط	نسبة المساهمة	الخطأ المعياري	درجة الحرية	F قيمة	مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية
0.974	0.949	0.173	74	147.426	*0.000	دال

(*) دال احصائياً عند مستوى دلالة ≤ (0.05)

من خلال ملاحظتنا للجدول اعلاه يتضح لنا قيمة الارتباط البسيط لمهارة المناولة بدلالة مؤشر كتلة الجسم، اذ بلغت (0.974) ونسبة مساهمة (0.949) وبنسبة خطأ معياري قد بلغ (0.173)، ويتضح لنا ان المتغير المستقل (مؤشر كتلة الجسم) قد ساهم بأداء مهارة (المناولة) لدى عينة البحث من خلال معنوية قيمة (F)، اذ بلغت (147.426) وبدرجة حرية (74) وبمستوى دلالة (0.000).

4-2 مناقشة نتائج مساهمة مؤشر كتلة الجسم في بعض المهارات الهجومية بكرة السلة:

من خلال معنوية النتائج لنسب مساهمة مؤشر كتلة الجسم بأداء بعض المهارات الهجومية المؤثرة للاعبي كرة السلة بأعمار (12-15) سنة ، ويعزو الباحث سبب ذلك الى مدى اهمية كتلة الجسم المثالي لدى اللاعبين ويرى الباحث ذلك إلى أن مهارة التصويب والمناولة والطبطبة في كرة السلة هي تعتمد بشكل أساسي على مهارات اللاعب و والقوة والسرعة والمسارات الحركية المخزونة ليس فقط بل على البناء الجسماني الضخم أو الطول أن للقياسات الجسمية دوراً هاماً في كرة السلة الحديثة ، إذ تتطلب الأداءات الهجومية والدفاعية قدرات جسمية خاصة للاعبين ، إذ يؤثر كل من الطول الكلي وأطوال الأطراف وقوة التكوين الجسمي على صراع اللاعبين المهاجمين والمدافعين داخل المنطقة المحرمة أسفل السلة من أجل الاستحواذ على

الكرات المرتدة من اللوحة أو الحلقة ، وكذلك يرتبط نجاح التصويبة بكل من الطول الكلي وطول الأطراف ويتأكد ذلك في أداء اللاعبين للتصويبات القريبة والتي تقل فيها فرصة فشل المحاولة [1].

ويؤكد (لؤي محمد عيسى و علي جعفر سماكة2000،) "[2] على "أهمية ذراع لاعب كرة السلة من خلال كونها الأساس في التمرير والمحاورة بالكرة والتصويب ، نظراً لطبيعة الأداء في لعبة كرة السلة التي تتطلب الاستخدام الدائم للذراع مشيراً إلى أن هذا يتفق مع ما جاء به (مهدي نجم التكريتي2001) "[3] عندما أكد على الأهمية الكبرى للطول في العديد من الأنشطة الرياضية سواءً كان الطول الكلي للجسم أو طول بعض أطراف الجسم كطول الذراعين كما هو الحال في كرة السلة. .

إن التدريب الرياضي يقوم بإحداث تغيرات في البناء الجسمي للفرد الرياضي ، إذ إن "الأحمال والمجهودات الجسمية تؤدي إلى تكيف وظيفي وتكويني والى تغيرات في الأعضاء الداخلية ينتج عنها ارتفاع مستوى أداء اللاعب" . رضوان ، محمد نصر الدين (1997،"[4] كما أن ممارسة الأنشطة الرياضية لفترات طويلة تؤثر على الشكل الجسماني للاعبين وتكسبهم مواصفات جسيمة خاصة تعدّ في حد ذاتها انعكاساً للصلاحيات الأساسية للمستوى العالي في النشاط الرياضي الممارس ، والتدريب الرياضي يمكن أن يغير في شكل الجسم وبنسب متفاوتة لأجزائه من خلال زيادة ضخامة العضلات وتقليل نسبة الدهون والكتلة العضلية تفقد وتكتسب بما يتناسب مع النشاط البدني وتدريبات القوة، كما يرتبط فقدان أو اكتساب الدهون بنظام التغذية والتمرينات الرياضية ، أما عن تكوين الجسم فقد ثبت إمكانية حدوث تغييرات كبيرة فيه نتيجة التدريب الرياضي[4]

---

[1] Creamer W.J. & Fleck S.J, **Strength Training For young Athletes Champion**: Human Kinetics, 1993, P.133

[2] لؤي محمد عيسى و علي جعفر سماكة: **المرشد التدريبي في كرة السلة الحديثة**، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية، 2000، ص36.

[3] مهدي نجم التكريتي: **كرة السلة المبادئ الأساسية –التدريب**، قانون وتحكيم اللعبة،جامعة بغداد، مطابع دار الزمان،2001، ص32.

[4] رضوان ، محمد نصر الدين (1997) : المرجع في القياسات الجسمية ، دار الفكر العربي ، القاهرة .

[5] النعيمي ، غيداء سالم عزيز (2002) : بناء بطارية عاملية لاختبارات اللياقة البدنية ومؤشرات النمو الجسمي لطالبات المرحلة المتوسطة في مدينة الموصل ، أطروحة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الموصل.

.

5- الاستنتاجات والتوصيات

5-1 الاستنتاجات :

1- ظهور ارتباطات عالية بين مؤشر كتلة الجسم والمهارات الهجومية للاعبي كرة السلة للمدرسة التخصصية.

2-ان مؤشر كتلة الجسم ساهم بنسبة عالية بجميع المهارات الهجومية للاعبي كرة السلة للمدرسة التخصصية.

3- وجود ارتباطات عالية بين مؤشر كتلة الجسم للأداء الطبطبة للاعبي كرة السلة للمدرسة التخصصية.

5 – 2 التوصيات :-

وفقاً للنتائج والاستنتاجات التي توصل إليها الباحث تم وضع التوصيات الآتية :-

1) استخدام القياسات الجسمية المستخلصة بشكل عام كمؤشرات يعتمد عليها في عملية الانتقاء الرياضي ، وبشكل خاص القياسات ذات الثبات النسبي العالي (مؤشر كتلة الجسم).
2) طبقا لاهمية القياسات الجسمية في عملية الاختيار ضرورة وضع معايير خاصة لاختيار لاعبي كرة السلة المبكر معتمداً على القياسات العالمية الجسمية والمهارية.
3) ضرورة اهتمام المدربين بمتغير مؤشر كتلة الجسم كونه أحد المتطلبات الاساسية التي تؤثر في الأداء المهاري الرياضي.

المصادر :

1) رضوان ، محمد نصر الدين (1997) : المرجع في القياسات الجسمية ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
2) علي سلوم: (2004) الاختبارات والقياس والاحصاء في مجال الرياضي، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، جامعة القادسية، الطيف للطباعة،2004،ص175..
3) كرار صلاح سلمان التميمي: (2013) بطارية اختبار على وفق الأنماط الحركية والمهارات الهجومية لانتقاء لاعبي المدرسة السلّوية في محافظة ميسان، رسالة ماجستير ،جامعة القدسية – كلية التربية الرياضية،
4) لؤي محمد عيسى و علي جعفر سماكة ؛(2000) المرشد التدريبي في كرة السلة الحديثة، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية، ص36.

5) محسن علي السعداوي ، وآخرون؛(2007) أدوات البحث العلمي في بحوث التربية الرياضية ، ط1 ، النجف الاشرف ، دار المواهب للطباعة والنشر والتوزيع ،،ص24.

6) مهدي نجم التكريتي؛(2001) كرة السلة المبادئ الأساسية –التدريب، قانون وتحكيم اللعبة،جامعة بغداد، مطابع دار الزمان،2001، ص32.

7) النعيمي ، غيداء سالم عزيز (2002) ؛ بناء بطارية عاملية لاختبارات اللياقة البدنية ومؤشرات النمو الجسمي لطالبات المرحلة المتوسطة في مدينة الموصل ، أطروحة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الموصل.

8) هزاع بن محمد الهزاع وآخرون؛(2001)، الدليل الإرشادي لاختبار اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لدول مجلس التعاون للفئات العمرية من (7–18) سنة، ط1: (مجلس التعاون لدول الخليج العربية، الأمانة العامة، شئون الإنسان والبيئة، ص52.

9) وهيب الكبيسي؛(2010)، الإحصاء التطبيقي في العلوم الاجتماعية، ط1، (العالمية المتحدة، بيروت، لبنان، ص276.

10) 13) Creamer W.J. & Fleck S.J, Strength Training For young Athletes Champion: Human Kinetics, 1993, P.133