



معلومات البحث
الاستلام: 2019/7/1
القبول: 2019/7/25
تاريخ النشر: 2019/10/30

تأثير تمارينات باستخدام الجمل الخططية في تطوير قوة السيطرة المعرفية وبعض
المهارات الهجومية المركبة للاعبين الشباب بكرة السلة

م.د. سعاد خيري كاظم

العراق. جامعة بابل. كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

suaadkhaiey@gmail.com

المخلص

من خلال خبرة الباحثة المتواضعة كونها تدريسيه ومن خلال متابعتها عن طريق الملاحظة والحوار مع كثير من التدريسين والمدرين ، لاحظت ان المدرين اثناء تدريب فرقهم لا يستخدمون الجمل الخططية بأسلوب اللعب القريب الى المنافسة، الامر الي يحدث فجوة في عدم التغلب على الظروف المصاحبة للمنافسة التي تعيق الوصول الى تحقيق الانجاز الافضل وكذلك استخدامهم الطرق التقليدية يكون حائلا قويا جدا دون تحقيق الغرض المنشود المتوافق مع اللعب السريع والاداء المهاري الجيد ، اضافة الى عدم اداء الطريقة العكسية في التدريب وهي استخدام الجمل الخططية في تطوير قوة السيطرة المعرفية والمهارات المركبة الهجومية بكرة السلة، واحتوت برامج المدرين على بعض الجمل الخططية فإنها تعتمد على خبرة المدرب الشخصية الذاتية دون مراعاة اسسها العلمية من حيث وضع التمارين وتقنيها وايمانا من الباحثة بان حل هذه المشكلة يعد اضافة جديدة في تطوير كرة السلة وصولا الى تحقيق افضل المستويات . اعداد تمارينات باستخدام الجمل الخططية في تطوير قوة السيطرة المعرفية وبعض المهارات الهجومية المركبة للاعبين الشباب بكرة السلة.

التعرف على تأثير التمارينات باستخدام الجمل الخططية في تطوير قوة السيطرة المعرفية وبعض المهارات الهجومية المركبة للاعبين الشباب بكرة السلة.

استخدمت الباحثة المنهج التجريبي لملائمته لطبيعة المشكلة المراد حلها ، وحدد مجتمع البحث باللاعبين الشباب بكرة السلة في اندية الدوري الممتاز في محافظة بابل لعام(2018) والمتمثل بنادي (الحلة) والبالغ عددهم (14) لاعبا وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية البسيطة عددها (10) لاعبا ، تم تقسيم العينة الى مجموعتين مجموعة ضابطة (5) لاعبين واخرى تجريبية (5) لاعبين .

ان استخدام الجمل الخططية وخلق اجواء شبيهة بالمنافسة ساعدت على قوة السيطرة المعرفية وبعض المهارات الهجومية المركبة للاعبين الشباب بكرة السلة.

ان الطرق التقليدية التي تخلو من الاجواء التنافسية تساعد ايضا في تطوير قوة السيطرة المعرفية وبعض المهارات الهجومية المركبة للاعبين الشباب بكرة السلة ولكن بدرجة اقل من استخدام طريقة الجمل الخططية .

الكلمات الافتتاحية الخططية المهارية ، السيطرة المعرفية ، كرة السلة

The effect of exercises using tactical sentences in developing the power of cognitive control and some complex offensive skills for young basketball players

Researcher Eng. Dr. Suad Khairy Kazem

(suaadkhaiey@gmail.com)

Abstract

Through the experience of the modest researcher as a teaching and through follow-up through observation and dialogue with many teachers and coaches, I noticed that the coaches during the training of their teams do not use the tactical sentences in the style of play near the competition, which leads to a gap in not overcome the conditions associated with the competition that hinder access To achieve the best achievement as well as the use of traditional methods is a very strong barrier without achieving the desired purpose compatible with the rapid play and good skill performance, in addition to not perform the reverse method of training, which is the use of tactical sentences in the development of control Faithful skills offensive composite basketball, trainers programs contained some sentences tactically, they rely on personal trainer self-experience without taking into account the scientific, founded in terms of developing exercises modularization and the belief of the researcher that the solution to this problem is a new addition to the development of basketball down to achieve the best levels.

The research aims to

1-Preparing exercises using tactical sentences in developing cognitive control and some complex offensive skills for young basketball players.

2- Recognize the impact of exercises using the tactical sentences in developing the power of cognitive control and some complex offensive skills for young basketball players.

The researcher used the experimental method to suit the nature of the problem to be solved .The research community identified the basketball players in the Premier League clubs in the province of Babylon for the year 2018, which is represented by (Hilla) club, which number (14) players.The sample of the research was chosen by a simple random number (10) players, The sample was divided into two control groups (5) players and experimental (5) players

The main conclusions:

1-The use of tactical sentences and the creation of a competition-like atmosphere helped to strengthen the cognitive control and some complex offensive skills of young basketball players.

2-The traditional methods that are free from competitive atmosphere also help in developing the power of cognitive control and some complex offensive skills for young players basketball, but to a lesser extent than the use of tactical sentences.

Opening words (skill plans, cognitive control, basketball)

1- المقدمة:

يشهد العالم نهضة كبيرة في جميع مجالات الحياة ومنها المجال الرياضي الذي اصبح من اكثر المجالات اهمية واسرعها في اظهار صورة معبرة عن مدى رقي البلدان وما من النهضة الرياضية الا نتيجة اهتمام المسؤولين والباحثين والمتخصصين في هذا المجال وبعلمومه المختلفة والمتنوعة والمتداخلة ، ومن اكثر هذه العلوم شمولاً علم النفس الرياضي حيث اتبع خطوات واسعة في استخدام العلوم المرتبطة به التي تؤثر في عملياته وتطوير ذاته ، وفي ذات الوقت تم تدعيم الكثير من مبادئه واستحداث كثير من قواعده وهذا ما عكسه في كثير من الالعاب الرياضية ومنها لعبة كرة السلة التي احتلت مكانة متقدمة واصبحت احدى الالعاب الرياضية ذات القاعدة الجماهيرية الواسعة في الكثير من البلدان وما بلغت هذه المكانة الا لما تحويه من مزيج رائع من الاداء الفني الرفيع ذي الايقاع السريع الذي يثير الاعجاب والمتعة لدى الجماهير وخاصة عند تسجيل النقاط التي تؤدي بمهارة عالية من اللاعبين ، حيث تمتاز لعبة كرة السلة بمهاراتها الاساسية والمركبة ذات الطابع السريع التي يتطلب أدائها دقة كبيرة من اجل الهدف ، ومن هذه المهارات (التهديف والمناولة والطبقة والمتابعة الهجومية). وما هي الا مهارات مكملة احدهما للآخرى وكل هذه المهارات تؤلف وحدة واحدة وان ضعف أي وحدة يؤثر على الاخرى اثناء المنافسة . وهي تؤدي على شكل مهارات مركبة دون فاصل بين مهاره واخرى وكأنها سلسلة واحدة مكونة من عدة مهارات اساسية هجومية لذا تخضع هذه المهارات الى التدريب المنظم بشكل مستمر وباستخدام مختلف الطرق والاساليب الحديثة بغية الارتقاء بها نحو الافضل .

ان قوة السيطرة المعرفية تعد عاملاً مهماً لدى المتعلم وتنشأ عن دفع موضع التعلم لاستخدام تجهيز معرفي او اجراءات معرفية من الرتبة الاولى او من الثانية . وتشير الرتبة الاولى لقوة السيطرة المعرفية الى دفع موضع للمتعلمين لاتباع التعليمات والاجراءات النوعية المرشحة من المدرب . اما قوة السيطرة المعرفية من الرتبة الثانية فهي تشير الى دفع موقف التعلم للمتعلمين الى عمل واداء الأشياء بأنفسهم والانشغال بالأنشطة التي تحتاج الى استخدام مفاهيم مختلفة لاكتشاف الاستراتيجيات وحل المشكلات لمواجهة مواقف التعلم المختلفة . وهنا تأتي اهمية قوة السيطرة المعرفية في عملية التعلم والتعليم الا ان هذا المصطلح ، لم ينل القدر الكافي من البحث والدراسة المتعمقة في البيئة العربية وهذا بالتأكيد جاء مواكبا للتدريب الحديث بكرة السلة الذي اصبح يعتمد اعتماداً كلياً على وضع منهاج زمني علمي مقنن لأعداد اللاعب بدنياً ومهارياً وخططياً ونفسياً وبشكل صحيح ومتكامل من اجل الحصول على افضل النتائج المتعلقة بتسجيل اكبر عدد من النقاط . فان اكثر النقاط التي يسجلها الفريق هي نتيجة للأداء الخططي الهجومي والتي يؤديها الفريق على شكل جمل خطية هجومية تعطي اللاعب او الفريق المهاجم المبادرة والسبق في الهجوم وتعمل على التقليل من المنافس وخلخلة دفاعاته وصنع الفراغات لتسجيل النقاط بسهولة .

ومن هنا تتجلى أهمية البحث في محاولة تسليط الضوء على كيفية تكوين الجمل الخطئية الهجومية بكرة السلة وكيفية استخدامها لتطوير قوة السيطرة المعرفية والمهارات المركبة الهجومية فضلا عن خلق جو تدريبي مشابهه لجو المباراة الفعلية اثناء استخدام الجمل الخطئية وبذلك نحصل على طريقة تدريبية جديدة يتم فيها اختزال الوقت والجهد للمدرب واللاعبين على حد سواء خدمة للنهوض بلعبة كرة السلة الحديثة نحو الافضال .

وان اتقان الاداء الصحيح في لعبة كرة السلة يشكل احد الاجزاء المهمة ولا يمكن الوصول اليه الا من خلال ابتكار واستحداث طرق واساليب تواكب التطور الحاصل في لعبة كرة السلة الحديثة وهذا تباعا يتطلب من اللاعبين استيعاب وفهم وتطبيق هذه الطرق الحديثة والمبتكرة في تدريباتها الشبيهة بأجواء المباراة والمنافسة، وعلية فقد كان نجاح اللاعب في الاداء المهاري عند التدريب يعد امتدادا لنجاحه في المنافسة وبالتالي لا بد من وجود الطريقة التي تتضمن ذلك . وعلية فقد كان نجاح اللاعب في الاداء المهاري عند التدريب على المهارات المركبة الهجومية خارج الوحدات التدريبية التي تحتوي على الجمل الخطئية لا يضمن نفس المستوى من النجاح داخل الوحدات التي تحتوي على الجمل الخطئية .

ومن خلال خبرة الباحثة المتواضعة كونها تدريسيه ومن خلال متابعتها عن طريق الملاحظة والحوار مع كثير من التدريسين والمدربين ، لاحظت ان المدربين اثناء تدريب فرقهم لا يستخدمون الجمل الخطئية بأسلوب اللعب القريب الى المنافسة، الامر الي يحدث فجوة في عدم التغلب على الظروف المصاحبة للمنافسة التي تعيق الوصول الى تحقيق الانجاز الافضل وكذلك استخدامهم الطرق التقليدية يكون حائلا قويا جدا دون تحقيق الغرض المنشود المتوافق مع اللعب السريع والاداء المهاري الجيد ، اضافة الى عدم اداء الطريقة العكسية في التدريب وهي استخدام الجمل الخطئية في تطوير قوة السيطرة المعرفية والمهارات المركبة الهجومية بكرة السلة، واحتوت برامج المدربين على بعض الجمل الخطئية فإنها تعتمد على خبرة المدرب الشخصية الذاتية دون مراعاة اسسها العلمية من حيث وضع التمارين وتقنيها وايماننا من الباحثة بان حل هذه المشكلة يعد اضافة جديدة في تطوير كرة السلة وصولا الى تحقيق افضل المستويات .

ويهدف البحث :

1- اعداد تمارينات باستخدام الجمل الخططية في تطوير قوة السيطرة المعرفية وبعض المهارات الهجومية المركبة للاعبين الشباب بكرة السلة .

2- التعرف على تأثير التمارينات باستخدام الجمل الخططية في تطوير قوة السيطرة المعرفية وبعض المهارات الهجومية المركبة للاعبين الشباب بكرة السلة.

فرض البحث :

- للتمارين المستخدمة (الجمل الخططية) تأثير ايجابي في تطوير قوة السيطرة المعرفية وبعض المهارات الهجومية المركبة للاعبين الشباب بكرة السلة .

مجالات البحث :

1- المجال البشري : شباب نادي الحلة الرياضي بكرة السلة لعام 2018.

2- المجال الزمني : الفترة الزمنية ٢٠١٨/١/٧ لغاية ٢٠١٨/٣/٢٩.

3- المجال المكاني: قاعة حمزة نوري في الحلة

تحديد المصطلحات :

1- الجمل الخططية : تعرف على "انها مجموعة التحركات المتفق عليها بين عدد من اللاعبين وقد تستخدم فيها خطة او اكثر من الخطط الهجومية"

(محمد عبده ومفتي ابراهيم حماد ، ١٩٩٤ ، ص ١٠٥)

2- قوة السيطرة المعرفية: "هي حالة لدى الفرد تتغير بتغير الموقف الموجود به، وتشير إلى الانشطة المعرفية التي يقوم بها المتعلم في المواضيع التعليمية المختلفة، وقد تختلف قوة السيطرة المعرفية من الرتبة الأولى والرتبة الثانية لدى الأفراد باختلاف العمر والنوع والموضوع الدراسي والتخصص (دافيدوف ، ليندا ، 2000 ، ص 112)

2- اجراءات البحث:

2-1 منهج البحث: استخدمت الباحثة كلا من المنهج الوصفي للتعرف على درجه مقياس السيطرة المعرفية والمنهج التجريبي من خلال أداء التمرينات.

2-2 مجتمع البحث وعينته :

اللاعبون الشباب بكرة السلة في محافظة بابل لعام 2018، والمتمثل بنادي الحلة والبالغ عددهم (١٤) لاعبا وتم اختيار عينه البحث بالطريقة العشوائية البسيطة والبالغ عددهم (١٠) لاعبا وبعدها تم تقسيم العينة إلى مجموعتين مجموعة ضابطة (٥) لاعبين ومجموعه تجريبية (٥) لاعبين. كما اجرت الباحثة التجانس داخل كل مجموعته على حده باستخدام معامل الاختلاف ومن ثم تكافؤ المجموعتين باستخدام اختبار (t) للعينات المتساوية غير المرتبطة ومن خلال ملاحظة جدول (١) يتبين أن قيمة معامل الاختلاف هي أقل من (٣٠٪) وبهذا تأكدت الباحثة من تجانس عينة البحث. أما قيمة (t) المحسوبة فكانت اقل من قيمة (t) الجدولية البالغة (1.72).

جدول (1) يبين تكافؤ المجموعتين وتجانس العينة داخل المجموعة

| ت | المتغيرات | المجموعة الضابطة | | | المجموعة التجريبية | | | قيمة (t) الجدولية | مستوى الدلالة |
|----|---|------------------|-------|--------|--------------------|-------|-------|----------------------|------------------|
| | | س | ع | خ | س | ع | خ | | |
| 1 | العمر (سنة) | 15.2 | 0.447 | 2.940 | 15.4 | 0.894 | 5.805 | 0.401 | غير معنوي |
| 2 | الوزن (كغم) | 69.4 | 0.894 | 1.288 | 69.6 | 0.547 | 0.785 | 0.381 | غير معنوي |
| 3 | الطول (سم) | 180.8 | 1.095 | 0.605 | 180.6 | 0.894 | 0.495 | 0.283 | غير معنوي |
| 4 | النبض (ض /د) | 60.4 | 0.51 | 0.844 | 60.6 | 0.71 | 1.171 | 0.189 | غير معنوي |
| 5 | التهديف بالقفز بعد اداء الطبطبة من خط الرمية الحرة (عدد) | 5.8 | 0.447 | 7.706 | 5.6 | 0.547 | 9.767 | 0.566 | غير معنوي |
| 6 | التهديف بالقفز بعد اداء الطبطبة من نقطة التقاد خط الرمية الحرة بقوس الدائرة (عدد) | 5.2 | 0.447 | 8.598 | 4.8 | 0.447 | 9.312 | 1.665 | غير معنوي |
| 7 | التهديف السلمي من الاسفل بعد اداء الطبطبة (عدد) | 6.2 | 0.447 | 7.21 | 5.6 | 0.548 | 9.785 | 1.993 | غير معنوي |
| 8 | التهديف السلمي من الاعلى بعد اداء الطبطبة (عدد) | 5.2 | 0.548 | 10.148 | 5.2 | 0.447 | 8.596 | 0.663 | غير معنوي |
| 9 | دقة المناولة بعد اداء الطبطبة (المناولة الصدرية باليدين) (عدد) | 16.4 | 1.341 | 8.167 | 16.6 | 0.894 | 5.385 | 0.208 | غير معنوي |
| 10 | دقة المناولة بعد اداء الطبطبة (بيد واحدة من مستوى الكتف) (عدد) | 16.4 | 0.894 | 5.451 | 17.6 | 1.341 | 7.619 | 1.49 | غير معنوي |
| 11 | دقة المناولة بعد اداء الطبطبة (باليدين من فوق الراس) (عدد) | 17.2 | 1.095 | 6.366 | 18.2 | 0.447 | 2.456 | 1.662 | غير معنوي |
| 12 | متابعة الكرة والتهديف (عدد) | 5.8 | 0.447 | 7.706 | 6.2 | 0.447 | 7.209 | 1.206 | غير معنوي |
| 13 | قوة السيطرة المعرفية | 97.23 | 9.52 | 8.79 | 96.55 | 9.26 | 8.59 | 1.371 | غير معنوي |

قيمة (t) الجدولية (1,72) عند مستوى دلالة (0.05) وتحت درجة حرية (8).

يبين الجدول (1) ان قيمة (t) المحسوبة للاختبارات قيد البحث اصغر من قيمتها الجدولية وبالبالغة (1.72) عند مستوى دلالة (0.05) وتحت درجة حرية (8) مما يدل على تحقيق مبدا التكافؤ في الاختبارات قيد البحث.

2-3 الوسائل والأساليب والأجهزة المستخدمة بالبحث :

2-3-1 وسائل جمع البيانات :

- المصادر العربية والأجنبية.

- المقابلات الشخصية.

- الاختبارات الموضوعية بالبحث.

- استمارة تقويم الجمل الخطية .

2-3-2 الأدوات والأجهزة المستخدمة:

- كرات سلة قانونية عدد(10)

- ملعب كرة السلة قانوني.

- شريط لقياس لبطول وميزان لقياس الوزن .

- هدف مرسوم على الجدار .

- طباشير.

- حاسبة يدوية نوع - kenko.

- ساعة توقيت

- أقلام.

2-4 اجراءات البحث الميدانية :

2-4-1 تحديد صلاحية مقياس السيطرة المعرفية للاعبين الشباب بكرة السلة :

اعتمدت الباحثة مقياس ستيفنسون وريان (1994) لقياس تأثير موقف المتعلم (قوة السيطرة المعرفية) في تنشيط اجراءات الرتبة الاولى والثانية من المعرفة الاجرائية وتم صياغة فقرات المقياس في ضوء ثلاث صيغ مميزة وهي (المدرّب يشجع اللاعب للقيام بالنشاط , يشعر اللاعب بأنه يجب ان يقوم بالنشاط , اللاعب يقوم بالنشاط بالفعل) . ويتكون المقياس من بعدين هما (قوة السيطرة المعرفية من الرتبة الأولى , و قوة السيطرة المعرفية من الرتبة الثانية) حيث يتم قياس كل بعد من خلال مجموعة الفقرات ويبلغ عدد الفقرات للمقياس (30) فقرة, منها (13) فقرة لقياس قوة السيطرة المعرفية من الرتبة الأولى و(17) لقياس قوة السيطرة المعرفية من الرتبة الثانية, ويجب الفرد على مقياس خماسي الابعاد بطريقة ليكرت المتدرج في اعداد البدائل للمقياس من " يحدث كثيرا جدا " =5 , "يحدث كثيرا "=4, " يحدث في بعض الاحيان "=3,"يحدث نادرا "=2, "لا يحدث ابدا " = 1. وان جميع الفقرات موجبة ويتم حساب درجة الفرد على مقياس قوة السيطرة المعرفية من الرتبة الأولى بحساب متوسط درجات الفرد التي تنتمي الى هذا المقياس أي بقسمة مجموع الدرجات على عدد الفقرات , كما يتم حساب درجة الفرد على مقياس قوة السيطرة المعرفية من الرتبة الثانية بحساب متوسط درجات الفرد التي تنتمي الى هذا المقياس أي بقسمة مجموع الدرجات على عدد الفقرات , كما مبين في الجدول (2) .

جدول (2) يبين ارقام فقرات مقياس السيطرة المعرفية موزعة حسب الرتب

| الفرقات | رتب قوة السيطرة المعرفية |
|---|--|
| 30, 28, 26, 24, 23, 20, 18, 17, 16, 9, 6, 5 | الرتبة الأولى من قوة السيطرة المعرفية |
| 29, 27, 25, 22, 21, 19, 15, 14, 13, 12, 11, 10, 7, 4, 3, 2, 1 | الرتبة الثانية من قوة السيطرة المعرفية |

من اجل التعرف على مدى صلاحية المقياس (الصدق الظاهري) تم عرض المقياس على مجموعة من الخبراء في علم النفس عددهم (10) خبراء لتحديد مدى صلاحية الفقرات , وتم اعتماد نسبة اتفاق (100%) على فقرات المقياس باستثناء تعديلات الصياغة اللغوية التي شملت بعض الفقرات , وقد حصل اتفاق على جميع الفقرات وبذلك أصبح المقياس يتألف من (30) فقرة.

2-4-2 تحديد المهارات الهجومية المركبة للاعبين الشباب بكرة السلة :

لأجل التوصل الى انجاز المتطلبات قامت الباحثة بالاطلاع على الكثير من المصادر والمراجع العربية والاجنبية المتوفرة حول تحديد عدد المهارات الهجومية المركبة بكرة السلة وتم وضعها باستبيان وعرضت على الخبراء والمختصين والبالغ عددهم (10) خبراء ملحق (2) وتم اعتماد نسبة اتفاق (100%) على جميع المهارات الهجومية المركبة .

2-4-3 التجارب الاستطلاعية :

قامت الباحثة بأجراء التجربة الاستطلاعية الاولى على (4) لاعبين من نادي الحلة وبواقع (2) من المجموعة الضابطة و(2) من المجموعة التجريبية في تمام الساعة الرابعة عصرا من يوم الاحد المصادف (7/1/2018) وبعد مرور (15) يوم وعلى نفس العينة وتحت نفس الظروف تم اعادة التجربة في تمام الساعة الرابعة عصرا من يوم الاثنين (22/1/2018) , وكان هدف التجربة الاستطلاعية ما يأتي :

1- التأكد من الاسس العلمية للاختبارات المستخدمة .

2- الوقوف على الصعوبات التي قد تواجه الباحثة اثناء تطبيق التجربة الرئيسية .

3- التأكد من استيعاب الكادر المساعدة لمفردات الاختبار , ومدى كفاءتهم في تطبيقها .

2-4-4 الاسس العلمية للاختبارات:

2-4-4-1 صدق الاختبار : لغرض استخراج صدق الاختبارات المرشحة قامت الباحثة بعرض محتويات الاختبارات على مجموعة من الخبراء والمختصين وبذلك حصلت الباحثة على صدق المحتوى.

2-4-4-2 ثبات الاختبار : من اجل استخراج معامل الثبات للاختبارات المرشحة . استخدمت الباحثة طريقة (الاختبار واعادة الاختبار) وبفاصل زمني بين الاختبار الاول الثاني (15) يوم . وقد قامت الباحثة من استخراج معامل الثبات عن طريق معامل الارتباط البسيط بين نتائج الاختبار الاول والاختبار الثاني واستخراج معنوية الارتباط عن طريق (ت ر) لمعنوية , وقد توصلت الباحثة الى ان كل الاختبارات تتمتع بمعنوية عالية وذلك لان جميع قيم (ت ر) المحسوبة اكبر من القيمة الجدولية والبالغ مقدارها (1.33) عند مستو دلالة (0.05) وبدرجة حرية (2) مما يدل ان الاختبارات تتمتع بدرجة عالية من الثبات كما مبين في الجدول (3).

2-4-4-3 الموضوعية: تشير موضوعية الاختبار الى "عدم اختلاف المقدرين في الحكم على شيء ما او على موضوع معين " (مصطفى حسين باهي ، 1995 ، ص64)

ولإيجاد موضوعية الاختبار تم اعتماد درجة (المحكين) للاختبارات ، واستخدمت الباحثة معامل الارتباط لموضوعية الاختبارات بين درجات الحكم الاول والحكم الثاني وقد اظهرت البيانات بأن جميع الاختبارات ذات موضوعية عالية وأنها ذات دلالة معنوية لان قيم (ت ر) المحسوبة اكبر من قيمة (ت ر) الجدولية والبالغة (1.33) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (2). كما مبين في الجدول (3).

جدول (3) يبين معامل الثبات والموضوعية للاختبارات

| ت | الاختبارات | معامل الثبات | ت ر للمعنوية | معامل الموضوعية | ت ر للمعنوية | الدلالة |
|---|--|--------------|--------------|-----------------|--------------|---------|
| 1 | التهديف بالقفز بعد اداء الطبطبة من خط الرمية الحرة (عدد) | 0.90 | 8.04 | 0.88 | 7.18 | معنوي |
| 2 | التهديف بالقفز بعد اداء الطبطبة من نقطة التقاء خط الرمية الحرة بقوس الدائرة(عدد) | 0.88 | 7.18 | 0.86 | 6.50 | معنوي |
| 3 | التهديف السلمي من الاسفل بعد اداء الطبطبة (عدد) | 0.85 | 6.20 | 0.82 | 5.56 | معنوي |
| 4 | التهديف السلمي من الاعلى بعد اداء الطبطبة (عدد) | 0.87 | 6.28 | 0.84 | 5.93 | معنوي |
| 5 | دقة المناولة بعد اداء الطبطبة (المناولة الصدرية باليدين)(عدد) | 0.84 | 5.93 | 0.89 | 7.61 | معنوي |
| 6 | دقة المناولة بعد اداء الطبطبة (بيد واحدة من مستوى الكتف)(عدد) | 0.88 | 7.18 | 0.90 | 8.04 | معنوي |
| 7 | دقة المناولة بعد اداء الطبطبة (باليدين من فوق الراس)(عدد) | 0.85 | 6.20 | 0.90 | 8.04 | معنوي |
| 8 | متابعة الكرة والتهديف (عدد) | 0.90 | 8.04 | 0.89 | 7.61 | معنوي |
| 9 | قوة السيطرة المعرفية | 0.90 | 8.04 | 0.90 | 8.04 | معنوي |

2-5 التجربة الميدانية:

2-5-1 الاختبارات القبليّة : قامت الباحثة بأجراء الاختبارات القبليّة (تطبيق المقياس والاختبارات المهاريّة بكرة السلة) بعينة البحث والبالغ عددهم (10) لاعبين في يوم السبت المصادف (2018/1/27) الساعة الرابعة هصرا قبل الشروع بالتجربة الرئيسيّة مع ضبط كافة المتغيرات .

2-5-2 تمرينات الجمل الخططيّة : من خلال اطلاع الباحثة على العديد من البحوث والمصادر والدراسات المتوفرة قامت الباحثة بتشكيل جمل خططيّة الغرض منها تطوير قوة السيطرة المعرفيّة والمهارات الهجومية المركبة بكرة السلة .

بدأ تطبيقها خلال القسم الرئيسي من الوحدة التدريبيّة في المنهج التدريبي الخاص بمدرّب الفريق وقد عرضت (الجمل الخططيّة) على مجموعة من الخبراء ذوي الخبرة والاختصاص لغرض تقييمها وإبداء ملاحظاتهم حولها . لهذا اضيفت وحذفت وعدلت بعض الجمل الخططيّة . وطبقت الجمل الخططيّة على (32) وحدة تدريبيّة موزعة على (8) اسبوعا وبمعدل (4) وحدات تدريبيّة في الاسبوع , بدء البرنامج يوم الاحد (2018/1/28) ولغاية يوم السبت (2018/1/24) وكان زمن الجمل الخططيّة يتراوح ما بين (18-22) دقيقة لكل وحدة تدريبيّة . ولما كان نوع النشاط الممارس هو الذي يحدد الشدة والحجم المستخدم وفي هذا الصدد يذكر حنفي المختار (ان نوعية النشاط الذي يمارسه اللاعب هو الذي يحدد الشدة والحجم المستخدم في البرنامج)

(حنفي محمود , 1994 , ص76)

فقد تم استخدام شدة مرتفعة تراوحت بين (70%- 90%) وكما هي موضحة في الشكل (1) وبزمن للأداء الواحد يتراوح ما بين (3,33- 4,28) دقيقة . حيث يؤكد مفتي ابراهيم ان درجات الحمل الاقل من الاقصى تتراوح بنسبة مئوية ما بين (70-90)% ويستخدم في تطوير بعض انواع الاداء الحركي(المهاري او الخططي) مثل حالة التدريب على المهارات والخطط في ظروف تشبه ما يحدث في المنافسة (مفتي ابراهيم , 2001, ص 137)

استنادا الى التجارب الاستطلاعية التي اجرتها الباحثة في هذا الخصوص والى ما اضافته الخبراء والمختصون في ابداء الرأي في ذلك فقد استخدمت الباحثة النبض مؤشرا للراحة البيئية بين المجموعات لذلك حددت الراحة برجوع النبض (120-140) ض/د . أي بمعدل زمن (1.5) دقيقة , ويؤكد محمد عثمان (ان مواصفات الراحة بعد الحمل تكون راحة غير كاملة تسمى بالراحة المستحقّة فيما اذا أريد الاداء الحركي) (محمد عثمان , 2000 , ص 147)

2-6-3 الاختبارات البعدية : بعد الانتهاء من تنفيذ التمرينات باستخدام الجمل الخطية على المجموعة التجريبية , تم اجراء الاختبارات البعدية وللمجموعتين (الضابطة والتجريبية) يوم الاحد المصادف (2018/3/25) وقد نفذت الاختبارات في ظروف مقارنة للاختبارات القبلية واجراءاتها وبإشراف مباشر من قبل الباحثة .

2-7 الوسائل الاحصائية :

- الوسط الحسابي .
- الانحراف المعياري.
- الارتباط البسيط .
- معامل الاختلاف .
- اختبار (t) للعينات المستقلة.
- اختبار (t) للعينات المتناظرة.

3- عرض النتائج ومناقشتها :

1-3 عرض نتائج الاختبارات القبلية -البعدية للمجموعة الضابطة في متغيرات البحث :

جدول (4) يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والخطأ القياسي وقيمة t (المحتسبة والجدولية) للاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة

| ت | الاختبارات | القبلي الوسط الحسابي | البعدية الوسط الحسابي | فرق الايوساط الحسابية | الانحرافات المعيارية للفروق | الخطأ القياسي | قيمة t المحتسبة | مستوى الدلالة |
|---|---|----------------------------|-----------------------------|-----------------------------|-----------------------------------|------------------|--------------------|------------------|
| | | | | | | | | |
| 1 | التهديف بالقفز بعد اداء الطبطة من خط الرمية الحرة (عدد) | 5.6 | 8 | 2.4 | 0.547 | 0.244 | 2.459 | معنوي |
| 2 | التهديف بالقفز بعد اداء الطبطة من نقطة التقاء خط الرمية الحرة بقوس الدائرة(عدد) | 4.8 | 8 | 3.2 | 0.894 | 0.399 | 3.508 | معنوي |
| 3 | التهديف السلمي من الاسفل بعد اداء الطبطة (عدد) | 6.2 | 7.2 | 1 | 0.707 | 0.316 | 3.164 | معنوي |
| 4 | التهديف السلمي من الاعلى بعد اداء الطبطة (عدد) | 5.4 | 6.6 | 1.2 | 0.447 | 0.199 | 6.03 | معنوي |
| 5 | دقة المناولة بعد اداء الطبطة (المناولة الصدرية باليدين)(عدد) | 16.4 | 2.18 | 1.8 | 1.303 | 0.582 | 3.092 | معنوي |
| 6 | دقة المناولة بعد اداء الطبطة (بيد واحدة من مستوى الكتف)(عدد) | 16.4 | 18.6 | 2.2 | 0.836 | 0.373 | 5.898 | معنوي |
| 7 | دقة المناولة بعد اداء الطبطة (باليدين من فوق الراس)(عدد) | 17.2 | 19.6 | 2.4 | 0.894 | 0.399 | 6.015 | معنوي |
| 8 | متابعة الكرة والتهديف (عدد) | 5.8 | 6.4 | 0.6 | 0.547 | 0.244 | 2.459 | معنوي |
| 9 | قوة السيطرة المعرفية | 97.23 | 105.4 | 1.4 | 2.72 | 0.281 | 5.378 | معنوي |

قيمة (t) الجدولية (1.30) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (4).

من خلال ملاحظة جدول (4) يظهر ان قيم الاوساط الحسابية للاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة تختلف لجميع الاختبارات المدروسة عليه ، استخدمت الباحثة اختبار (t) لمعرفة الاختلاف والفروق وكانت قيم (t) المحسوبة اكبر من القيمة الجدولية والبالغة (1.30) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (4) عليه هنالك فروق ولصالح الاختبار البعدي . ومن خلال ملاحظة جدول (4) تبين ان المجموعة الضابطة قد حصلت على تطور لقوة السيطرة المعرفية وجميع مهاراتها الهجومية المركبة بكرة السلة ، ويرجع سبب ذلك الى استمرارهم على التدريب وانتظامهم فيه ، وهذا بالتأكيد يساعد على تطوير المهارات الهجومية المركبة لديهم . وهذا من خصوصيات ومبادئ علم التدريب حيث يذكر كل من

(محمد يوسف الشيخ وباسين الصادق ، 1969 ، ص 188)

(محمد حسن علاوي ، 1986 ، ص 17)

(نادر عبد السلام العامري ، 1969 ، ص 301)

(ان التدريب يعمل على تحسين الصفات البدنية ومستوى الاداء المهاري على حد سواء). اضافة الى ذلك فأن الطريقة التدريبية المستخدمة من قبل المجموعة الضابطة كانت ناجحة ومؤثرة في تطوير تلك المهارات وقوة السيطرة المعرفية وهذا دليل على تخطيط المدرب الصحيح وانتقائه الموفق للتمرينات المختارة وهذا ما يؤكد حنفي محمد المختار في قوله (ان التخطيط السليم واختيار التمرينات المناسبة تمكن المدرب من تطوير الصفات البدنية وفي نفس الوقت تعمل على اتقان اللاعب للمهارات الاساسية) (حنفي محمود المختار ، 1998 ، ص 96) كل هذه العوامل دليل على نجاح المجموعة الضابطة في تطوير قوة السيطرة المعرفية ومهاراتها الهجومية المركبة بصورة افضل مما كانت عليه في السابق .

2-3 عرض نتائج الاختبارات القبليّة - البعدية للمجموعة التجريبية في متغيرات البحث ومناقشتها :

جدول (5) يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للفروقات والخطأ القياسي وقيم T

(المحتسبة والجدولية) للاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعة التجريبية

| ت | الاختبارات | القبلي الوسط الحسابي | البعدية الوسط الحسابي | فرق الايوساط الحسابية | الانحرافات المعيارية للفروق | الخطأ القياسي | قيمة t المحتسبة | مستوى الدلالة |
|---|---|----------------------------|-----------------------------|-----------------------------|-----------------------------------|------------------|--------------------|------------------|
| | | | | | | | | |
| 1 | التهدف بالقفز بعد اداء الطبطبة من خط الرمية الحرة (عدد) | 5.6 | 8 | 2.4 | 0.894 | 0.399 | 6.015 | معنوي |
| 2 | التهدف بالقفز بعد اداء الطبطبة من نقطة التقاء خط الرمية الحرة بقوس الدائرة(عدد) | 4.8 | 8 | 3.2 | 1.304 | 0.583 | 5.488 | معنوي |
| 3 | التهدف السلمي من الاسفل بعد اداء الطبطبة (عدد) | 5.6 | 8.4 | 2.8 | 0.836 | 0.373 | 7.506 | معنوي |
| 4 | التهدف السلمي من الاعلى بعد اداء الطبطبة (عدد) | 5.2 | 8.6 | 6.4 | 0.894 | 0.399 | 8.571 | معنوي |
| 5 | دقة المناولة بعد اداء الطبطبة (المناولة الصدرية باليدين)(عدد) | 16.6 | 23 | 4.2 | 2.073 | 0.927 | 6.903 | معنوي |
| 6 | دقة المناولة بعد اداء الطبطبة (بيد واحدة من مستوى الكتف)(عدد) | 17.6 | 21.8 | 4.2 | 1.095 | 0.489 | 8.588 | معنوي |
| 7 | دقة المناولة بعد اداء الطبطبة (باليدين من فوق الراس)(عدد) | 8.2 | 23.2 | 5 | 1.581 | 0.707 | 7.072 | معنوي |
| 8 | متابعة الكرة والتهدف (عدد) | 6.2 | 8.6 | 2.4 | 0.547 | 0.244 | 9.839 | معنوي |
| 9 | قوة السيطرة المعرفية | 96.55 | 122.3 | 25.82 | 2.95 | 0.633 | 11.480 | معنوي |

قيمة (t) الجدولية (1.30) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (4).

من خلال ملاحظة جدول (5) يظهر ان قيم الاوساط الحسابية للاختبارين القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية تختلف لجميع الاختبارات المدروسة عليه , استخدمت الباحثة اختبار (t) لمعرفة الاختلاف والفروق وكانت قيم (t) المحسوبة اكبر من القيمة الجدولية والبالغة (1.30) عند مستوى دلالة

(0.05) ودرجة حرية (4) عليه هنالك فروق ولصالح الاختبار البعدي . ومن خلال جدول (5) نلاحظ فروقا معنوية في نتائج الاختبارات المهارية الهجومية المركبة بكرة السلة للمجموعة التجريبية بين الاختبارات القبلية والبعدية ولصالح الاختبارات البعدية , وتعزو الباحثة سبب هذا التطور والتقدم الى الجمل الخطئية المقترحة والمقننة منى قبل الباحثة والمطبقة بصورة صحيحة من قبل عينة البحث وهذا ما أكده مهند عبد الستار بالقول: (هناك حقيقة علمية لابد من الوقوف عندها وهي ان التمرينات المستخدمة في المناهج التدريبية تؤدي الى تطوير الاداء اذا بني على اسس علمية في تنظيم عملية التدريب واستخدام الحمل المناسب وملاحظة الفروق الفردية وتحت ظروف تدريبية جيدة وبأشراف مدربين متخصصين حيث ان البرامج التدريبية المقننة والمنظمة وفق الاسس العلمية تعمل على تطور المستوى البدني والمهاري للاعبين)

(مهند عبد الستار العاني , 2001, ص89)

اضافة الى ذلك يرجع تطور المجموعة التجريبية بقوة السيطرة المعرفية والمهارات الهجومية المركبة بكرة السلة ووصولها الى الانسيابية في الاداء وبدون اخطاء الى استخدام حمل التدريب (الشدة, الحجم , الراحة) بالشكل الصحيح وخلال فترتي التدريب المناسبة وهي فترة الاعداد الخاص وفترة ما قبل المنافسات حيث يكون التركيز على الجانب المهاري بنسبة اكبر من بقية مكونات اللعبة (البدني , الخطئي , النفسي , الخ) ورغم كل ذلك فأن هذه العوامل وتقنين الحمل التدريبي (من خلال زيادة التكرار او زمن الاداء واستخدام الشدد المناسبة واختيار فترات الراحة الصحيحة) التي تم مناقشتها مع الخبراء * والمختصين قد ساعدت الباحثة في الجانب التطبيقي لتحقيق أفضل النتائج اضافة الى رأي بعض المصادر التي تؤكد ذلك حيث يذكر وجية محجوب (ان التكرار الزائد وبدون اخطاء يؤدي الى الاتوماتيكية)

(وجية محجوب , 2001, ص904) بينما يذكر (محمد حسن علاوي , 1975 , ص40)

(ان زيادة تكرار الاداء المهاري يؤدي الى تحسين هذه المهارة) كما ان اتباع الزيادة المستمرة في حجم الترتيب وشدته , كذلك اللجوء الى شدة التمارين التصاعديّة هي الوسيلة الكفيلة بتحسين الانجاز . أما (مفتي ابراهيم , 2001 , ص139)

فيذكر ان تطوير بعض المهارات لا يتم الا من خلال الشدة العالية في التدريب تبعا لطبيعة ادائها واتقانها بالمباراة , لذا فهي تتطلب نوعا من التدريب ومن المعروف ان المهارات المركبة بكرة السلة ناتجة عن ربط مهارتين او اكثر بحيث عند ادائها لا يوجد فاصل حركي او توقف وانما تؤدي بصورة انسيابية ولا يصل اللاعب الى هذا المستوى الا بإتقانه المهارات بصورة منفردة ثم ربط هذه المهارات بالشكل الصحيح وفق القوانين الفنية والقانونية للعبة ولهذا فقد عمدت الباحثة بإيجاد تمرينات مناسبة

ومقترحة تقي بالشروط السابقة الذكر لتطوير المهارات المركبة ، اضافة الى خلق ظروف شبيهة بظروف المباراة وكما ساعدت الباحثة في ذلك ايضا ان اللاعبين كان مستواهم جيدا لأداء المهارات بصورة منفردة لانهم من فئة الشباب ولأنهم مستمرين ومنتظمون في التدريب ضمن انديتهم وهذا اتاح للباحثة فرصة في اختيار تمارين أصعب وتشكيلها ضمن جمل خطية تساعد على ربط المهارات وتطويرها نحو الافضل . وخصوصا المهارات الهجومية المنفردة الاكثر استخداما ولأهميتها في اللعبة ، حيث نشاهد مثلا ان مهارة التهديد بأنواعها المختلفة تعد من اهم المهارات الهجومية بكرة السلة ، والتي تقرر نتيجة المباراة وان المهارات الاخرى كلها ما هي الا وسيلة لتحقيق مهارة التهديد وانجاحها حيث يذكر ريسان خريط

(بأن هدف الهجوم في كرة السلة هو أداء التصويب الدقيق أما الاساليب الاخرى العديدة فهي مجرد اساليب مساعدة للوصول الى الهدف وتسديد الرمية الدقيقة ال السلة) ، اما مهارة المناولة فهي ايضا من المهارات الهجومية بكرة السلة التي تعتمد نتيجة الفريق من فوز او خسارة على قدر كبير من اتقان هذه المهارة بأنواعها المختلفة ويذكر محمد عبد الرحيم (ان التمير يعد بالمرتبة الثانية بعد التصويب من حيث الهمية ، والتي تؤثر على قيمة المباراة بكرة السلة)

(محمد عبد الرحيم ، 2003 ، ص54)

اضافة الى ذلك فهي تعد سلاحا تكتيكيا ذا حدين (أولهما تمنح الفرصة بتطبيق التكتيك المرسوم للوصول الى هدف الخصم وتسجيل النقاط ، وثانيهما تعد وسيلة تكتيكية مهمة لتقليل فارق النقاط منه خلال المقدره على الاحتفاظ بالكرة لأطول فترة زمنية)

(**Basketball federation** ,42 ,1994 , **Internayional Art .18**) ، اما المهارة الثالثة فهي تعد حلقة الوصل والربط ما بين المناولة والتهديد عي الطبطبة (المحاورة) وهي الوسيلة التي يستطيع بها اللاعب التحرك داخل الملعب مع الكرة وبخصوص اهميتها يذكر كوبر

(ان اللاعب الذي لا يجيد الطبطبة فهو لا يمكن ان يكون لاعبا جيدا في الهجوم). (**john** &**Sidentop Daryl, 39p, 995 Cooper** وبيضيف (ريسان خريط ، 1990 ، ص25)

أن (الطبطبة تخلق افضل الظروف للتصويب والتغلب على الظروف الصعبة كما انها تساعد على ربح الوقت) أما المهارة الاخيرة التي استعانت بها الباحثة في بحثها والتي ترى انها من المهارات الهجومية المهمة في كرة السلة وخصوصا بعد التهديد الفاشل فهي المتابعة الهجومية حيث يشير احمد كامل الى (ان المتابعة الهجومية للتهديد من اهم المبادئ الاساسية والحركية والتي يجب على اللاعب التدريب عليها واجادتها حيث ان كل عنصر مكمل للتهديد) وقد اتفق معظم المدربين على

ان الفريق الذي ستحوذ على الكرة المرتدة من السلة وخاصة الهجومية منها هو الفريق الذي يسيطر على مجريات اللعب ، خاصة ان نسب التهديد لا تتجاوز النصف الا بقليل (احمد كامل مهدي ، 1994 ، ص112)

ومن خلال بيان اهمية كل مهارة بصورة منفردة نلاحظ ان المهارات الهجومية المنفردة بكرة السلة لا تؤدي بصورة مستقلة الا في التدريب بعكس المباريات نلاحظ لا بد من وجود ربط المهارات كلها لتكملة الخطة او الجمل الخطية ولتحقيق الهدف المطلوب وهو التصويب الناجح وتسجيل النقاط لهذا قامت الباحثة بعكس الصورة واستخدام الجمل الخطية مقترحة تساعد على ربط المهارات ذات العلاقة بعضها ببعض وخلق ظروف مشابهة لظروف المباراة لتطوير المهارات الهجومية المركبة بكرة السلة والتي اعتمدت نتائجها في هذا البحث .

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

جدول (6) يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للفروقات والخطأ القياسي وقيم T (المحتسبة والجدولية) للاختبارات البعدية للمجموعتين الضابطة و التجريبية

| ت | الاختبارات | المجموعة الضابطة | | المجموعة التجريبية | | قيمة t | مستوى الدلالة |
|---|--|-------------------|---------------|--------------------|---------------|--------|---------------|
| | | الانحراف المعياري | الوسط الحسابي | الانحراف المعياري | الوسط الحسابي | | |
| 1 | التهديف بالقفز بعد اداء الطبطبة من خط الرمية الحرة (عدد) | 0.894 | 6.4 | 0.707 | 8 | 2.811 | معنوي |
| 2 | التهديف بالقفز بعد اداء الطبطبة من نقطة التقاء خط الرمية الحرة بقوس الدائرة(عدد) | 0.547 | 6.6 | 1.224 | 8 | 2.089 | معنوي |
| 3 | التهديف السلمي من الاسفل بعد اداء الطبطبة (عدد) | 1.095 | 7.2 | 0.547 | 8.4 | 1.961 | معنوي |
| 4 | التهديف السلمي من الاعلى بعد اداء الطبطبة (عدد) | 0.894 | 6.6 | 0.547 | 8.6 | 3.816 | معنوي |
| 5 | دقة المناولة بعد اداء الطبطبة (المناولة الصدرية باليدين)(عدد) | 2.489 | 18.2 | 1.224 | 23 | 3.463 | معنوي |
| 6 | دقة المناولة بعد اداء الطبطبة (بيد واحدة من مستوى الكتف)(عدد) | 0.673 | 18.6 | 2.049 | 21.8 | 2.420 | معنوي |
| 7 | دقة المناولة بعد اداء الطبطبة (باليدين من فوق الراس)(عدد) | 0.894 | 19.6 | 1.303 | 23.2 | 4.556 | معنوي |
| 8 | متابعة الكرة والتهديف (عدد) | 0.894 | 6.4 | 0.548 | 8.6 | 4.198 | معنوي |
| 9 | قوة السيطرة المعرفية | 7.611 | 105.46 | 8.307 | 122.3 | 9.572 | معنوي |

قيمة (t) الجدولية (1.72) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (8).

يبين جدول (6) هنالك فروق بين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية في الاختبارات البعدية وللمجموعتين الضابط والتجريبية ولمعرفة هذه الفروق استخدمت الباحثة اختبار (t) للعينات المستقلة حيث كانت القيم المحسوبة اكبر من القيمة الجدولية (1.72) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (8) . علي هنالك فروق ولصالح المجموعة التجريبية .

بعد هذا العرض نلاحظ وجود فروق معنوية في قوة السيطرة المعرفية واختبارات المهارات الهجومية المركبة بكرة السلة البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح المجموعة التجريبية ، وتعزو الباحثة سبب ذلك الى ان الطريقة المستخدمة من قبلها لتطوير قوة السيطرة المعرفية والمهارات الهجومية المركبة باستخدام الجمل الخططية كانت افضل من الطريقة المعتادة والتقليدية من قبل المجموعة الضابطة ورغم حصول الاخيرة على نتائج جيدة بين نتائج الاختبارات القبلية والبعدية الا انها لم تصل الى النتائج التي توصلت اليها المجموعة التجريبية ، وهذا بالتأكيد جاء مواكبا للتطور الحاصل والمتبع في تطور كرة السلة الحديثة التي بدأت تستخدم الطرق التدريبية الحديثة الاكثر صعوبة وتشويقا في تحقيق النتائج وخصوصا المهارات الهجومية المركبة بكرة السلة ومن هذه الطرق طريقة الجمل الخططية الشبيهة بطريقة اللعب ، حيث تخلق فيها أجواء شبيهة بأجواء المباراة . وهذا ما أكده (مفتي ابراهيم ، 1994 ، ص 188)

بالقول : (أن اعطاء الجمل الخططية يساعد على بناء الهجوم والاقتراب من الية الاداء المهاري). أما سممت فيشير (ضروري ان تكون ظروف الممارسة والتدريب تشبه ظروف المباراة بقدر الامكان (Schmidt. A. Richard and Graig A ,2000 ,p ,24Wtisbery) (أما ريسان خريبط فيؤكد ان (من الانسب تطوير المهارات الفنية المتضمن من الحالات الخططية وعلى الرياضي ان يدرك ذلك عند راسة المهارات الفنية)

(ريسان خريبط مجيد وسركيه سكندر ، 2000 ، ص83) كما ان نجاح الجمل الخططية في تطوير المهارات الهجومية المركبة بكرة السلة للمجموعة التجريبية يرجع الى طبيعة تلك المهارات قيد الدراسة وعملية الارتقاء بها فرضت على الباحثة استخدام هذه الطريقة وذلك لصعوبة تلك المهارات وكثرة استخدامها والتي تتوقف نتائج المباراة في بعض الاحيان على اتقانها لأنها مهارات هجومية يتطلب التدريب عليها في ظروف تشبه ظروف المباراة قدر الامكان لأنك من السهولة ان تؤدي تلك المهارات اثناء الذي لا يوجد فيه اجواء منافسة بينما على العكس من ذلك عند التدريب عليها في اجواء المنافسة التي يوجد فيها الكثير من العوامل التي تشتت اتقانها ووصولها الى الالية (الاتوماتيكية) وهذا ما اكده

(مفتي ابراهيم حماد ، 1994 ، ص136)

من طرق كفاءة الاداء المهاري للوصول الى الالية هي الاداء في ظل ظروف واشتراطات غير متوقعة ومنها الوسط التنافسي او وجود مشتتات للأداء . كما ترى الباحثة ان ما يقوم به اللاعب او الفريق المهاجم من العاب منفردة او مركبة تساعد على التحرر من مراقبة الخصم او اختراق دفاعة وتسجيل النقاط وهذه التكتيكات الهجومية لا تتم الا عن طريق التدريب بصورة قريبة جدا لما يحدث

في المباراة الفعلية من كل النواحي وهذا ما يؤكد فائز حموات بالقول أن التكتيكات الهجومية للفريق الغرض منها احباط محاولات الخصم الدفاعية بغية تسجيل النقاط او تحرير احد المهاجمين لكي يصيب الهدف وبالأسلوب الذي اعتاد عليه في التدريب الذي يتيح له الحرية في استعمال التصويب نحو السلة (فائز بشير حموات ومؤيد عبدالله ، 1987 ، ص25)

وكما يؤكد رعد جابر باقر وعبد الحكيم الطائي على ان (التمارين يجب ان تتكيف لاستخدامها أثناء الوحدة التدريبية بشكل يلائم استخدامها من قبل لاعبي الفريق اثناء المنافسات وان هذا التكيف للتمارين سيكون ذا معنى للاعبين وسيضمن عملية التطور المهاري لكونها تتطابق مع حالات اللعب) (رعد جابر باقر الرشيد وعبد الحكيم محمد الطائي ، ب، ت، ص123) وترى

الباحثة ان الجمل الخطئية التي طبقتها ساعدت على زيادة الهدوء النسبي لدى لاعبي المجموعة التجريبية من خلال زيادة التركيز لديها الامر الذي ادى الى ارتفاع مستوى الثقة من خلال ملاحظاتهم التطور والتحسين في اداء المهارات المركبة اثناء سير المنهج . هذا تباعا ادى الى تقليل الانفعالات التي تصاحب الاداء مثل (الخوف ، القلق ، الغضب ، الاحباط) هكذا كما تعرف كلها نعيق وتؤخر تطور اللاعب في الوصول الى الاداء الامثل والعمل بالحد الاقصى لإمكانياته . وتتفق الباحثة مع (محمد عبد الرحيم اسماعيل ، 1999 ، ص 135) في قوله ترتبط الثقة

بالتركيز والهدوء النفسي فالثقة ينتج عنها قلق وتوتر عضلي أقل ويزداد التركيز بشكل اكبر . وكما ترى الباحثة ان التطور الحاصل في المهارات الهجومية المركبة بكرة السلة للمجموعة التجريبية هو لما تحتويه من تمارين مشابهة لظروف المباراة كذلك التدريب على هذه الجمل نجدها مشابهة لحالات المباراة تقريبا من حيث الشدة والحجم كان من شأنها ان تشكل ضغطا على اللاعبين لانهم ينجزون اداء هذه المهارات بسرعة اكبر ودقة تنامت تدريجيا من بداية المنهاج وحتى نهايته ، وكذلك نلاحظ ان الجمل التي استخدمت في المنهاج ساعدت بشكل كبير في زيادة التنافس بين اللاعبين وهذا التنافس فيما بينهم ولد لديهم الحماس والجد من خلال التشجيع والمكافأة من قبل منفذ المنهاج . وتتفق الباحثة مع ما أشار اليه

(محمد عبد الرحيم اسماعيل ، 1999 ، ص135)

على المدرب تصميم واختبار التمرينات المشابهة لظروف المباراة على قدر الامكان فالإكثار من خلق مواقف اللعبة المشابهة لظروف المباراة يؤدي الى خلق فريق معتاد على المباريات . كما ترى الباحثة ان التطور الحاصل في المهارات الهجومية المركبة للمجموعة التجريبية كان السبب الاخر فيه وهو المناقشة والاسئلة قبل التدريب وبعده مما جعل لدى اللاعبين تصور مسبق عن العمل الذي سوف يقومون به أثناء التدريب الامر الذي ادى الى ان يصبح اداء الجمل الخطئية والوحدات

التدريبية سريعا ، وذلك من خلال اعطاء الجمل الخططية التي سوف تعطى في الوحدة التدريبية القادمة للاطلاع والاستفسار من قبل اللاعبين عليها وعلى المواقف الصعبة في الجمل الخططية والاجابة عليها من قبل المدرب قبل الشروع بالوحدة التدريبية.

وتتفق الباحثة مع ما أكده (محمد عبد الرحيم اسماعيل ، 1999 ، ص 137)
على المدرب ان لا يجعل اللاعبين يتناقشوا او يسالوا اثناء التدريبات لكي يصبح التدريب سريعا دون تعطيل ، على ان يتم الاجابة على التساؤلات بعد انتهاء التدريبات ، وترى الباحثة ان لعملية التسجيل الاحصائي دورا معنويا عاليا في زيادة الرغبة على استغلال فترة الجمل الخططية بشكل جيد من خلال الاثارة والتشويق بين اللاعبين وذلك بوضع هذه الاحصائيات في غرفة تبديل الملابس للاطلاع عليها من قبل اللاعبين قبل الوحدة التدريبية وكان هذا بالتأكيد حافزا اخر احتواه المنهاج في زيادة تركيز اللاعبين والمناقشة فيما بينهم .

4- الاستنتاجات والتوصيات :

4-1 الاستنتاجات :

1- ان استخدام الجمل الخططية وخلق اجواء شبيهة بالمنافسة ساعدت على تطوير قوة السيطرة المعرفية والمهارات الهجومية المركبة للاعبين الشباب بكرة السلة .

2- ان الطرق التقليدية التي تخلو من الاجواء التنافسية تساعد ايضا على تطوير قوة السيطرة المعرفية والمهارات المركبة الهجومية بكرة السلة ولكن بدرجة اقل من استخدام طريقة الجمل الخططية .

3- استخدام الجمل الخططية في تدريب المهارات الهجومية المركبة بكرة السلة يتطلب الربط بين تلك المهارات حسب اهميتها وليس تدريبها بصورة منفردة .

4- افضل مدة تدريبية لتطوير المهارات الهجومية المركبة بكرة السلة بطريقة الجمل الخططية هي خلال فترتي الاعداد الخاص ما قبل المنافسات .

4-2 التوصيات :

1- ضرورة تطوير المهارات الهجومية المركبة بكرة السلة على طريق الجمل الخططية وخلق اجواء شبيهة بأجواء المنافسة لفئة اللاعبين الشباب.

2- اعتماد التمرينات المقترحة والمطبقة بطريقة الجمل الخططية لتطوير المهارات الهجومية المركبة بكرة السلة للاعبين الشباب.

3- عدم اعتماد الطرق التقليدية البعيدة عن خلق أجواء شبيهة بالمنافسة اثناء تطوير المهارات الهجومية المركبة بكرة السلة .

4- على الباحثين المختصين في مجال لعبة كرة السلة استحداث مصادر واختبارات متنوعة عن فكرة الجمل الخططية والمهارات المركبة بكرة السلة الجديدة .

5- اجراء بحوث بطريقة الجمل الخططية لتطوير المهارات الأساسية الدفاعية بكرة السلة .

المصادر:

- احمد كامل مهدي : كيف تصبح لاعب كرة سلة : القاهرة ، عالم دار المعارف ، 1994 .
- حنفي محمود مختار : المدير الفني لكرة القدم : مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، 1998 .
- ريسان خريبط مجيد وسركية سكندر : الالعاب الحركية : ط ١ ، عمان ، دار الشروق للنشر والتوزيع ، 2000 .
- رعد جابر باقر الرشيد وعبد الحكيم محمد الطائي : الاعداد الفرقي لكرة السلة ، جامعة بغداد ، مطابع وزارة التعليم العالي والبحث العلمي .
- ريسان خريبط ومؤيد عبدالله : التمارين الفردية بكرة السلة : مترجم ، جامعة الموصل ، مطابع التعليم العالي ، 1990 .
- دافيدوف ، ليندا : الشخصية والدافعية والانفعالات : ط ١ ، ترجمة سيد الطواب ، الدار الدولية للاستثمارات الثقافية ، مصر ، 2000 .
- فائز بشير جمودات ومؤيد عبدالله : كرة السلة : بغداد ، مطابع جامعة الموصل ، 1987 .
- مصطفى حسين باهي : المعاملات العلمية بين النظرية والتطبيق ، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 1995 .
- محمد يوسف الشيخ وياسين الصادق : فسيولوجية علم التدريب ، دار الفكر العربي ، الاسكندرية ، 1969 .
- محمد حسين علاوي : علم التدريب الرياضي ، دار المعارف ، مصر ، 1986 .
- محمد حسين علاوي : علم التدريب الرياضي ، دار المعارف ، مصر ، 1975 .
- محمد عبد الرحيم اسماعيل : الدفاع في كرة السلة ، الاسكندرية ، دار المعارف ، 1999 .
- محمد عبد الرحيم اسماعيل : الاساليب المهارية والخطبية والهجومية في كرة السلة ، منشأة المعارف ، جامعة الاسكندرية ، 2003 .
- ملخصات البحوث في علوم التدريب الرياضي والتربية البدنية ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية للبنات ، 1996 .

- مفتي ابراهيم حماد : التدريب الرياضي الحديث ، ط2 ، القاهرة ، جامعة حلوان ، 2001.
- مهند عبد الستار العاني : تأثير برنامج مقترح لبعض الصفات البدنية والمهارية بكرة السلة للاعبين الناشئين ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، 2001.
- نادر عبد السلام العوامي : تأثير الكون المثير على رد الفعل ، مجلة دراسات وبحوث ، جامعة حلوان ، عدد2 ، 1983.

- Cooper ,john &Sidentop Dary. The theory &science of Basketball
.Philadelphia .Lea&Febiger.2000

- International Basketbaal federation .Offical Basketball Rules Referees
Manual . Art ,2003

-Schmydt .A.Richard and Graig A. Wtisbery : Motor Learning and Premanc
Edition ,Humankentjtics,2000.

ملحق (1) مقياس قوة السيطرة المعرفية

| ت | في التدريب... | يحدث كثيراً جداً | يحدث كثيراً | يحدث في بعض الأحيان | يحدث نادراً | لا يحدث أبداً |
|----|---|------------------|-------------|---------------------|-------------|---------------|
| 1 | أوجه اسئلة للتحقق مما توصلت اليه من نتائج | | | | | |
| 2 | اشعر انه يجب ان اجرّب الافكار الجديدة | | | | | |
| 3 | يشجع المدرب اللاعبين في توظيف العلاقات بين الموضوعات التي يتعلمونها | | | | | |
| 4 | اشعر انه من الممكن ان ابحت عن المعلومات الجديدة بنفسى | | | | | |
| 5 | اترك المدرب ليخبرني بما يجب ان افعله | | | | | |
| 6 | اشعر انه يجب ان اقلد ما يقوم به المدرب | | | | | |
| 7 | اقوم نتائجي في ضوء ما اعرفه | | | | | |
| 8 | احصل على جميع معلوماتي من المدرب | | | | | |
| 9 | يشجع المدرب اللاعبين على اكتساب ما يطرحه | | | | | |
| 10 | اجد انه من الجدير طرح الاسئلة لتحقق من نتائجي | | | | | |
| 11 | يشجع المدرب اللاعبين على اختبار وتطبيق الافكار الجديدة | | | | | |
| 12 | افحص نتائجي في ضوء ما لدي من معلومات | | | | | |
| 13 | استطيع التوصل الى العلاقات بين الموضوعات التي اعلمها | | | | | |
| 14 | افعل ما اريد ان افعله | | | | | |
| 15 | يشجع المدرب اللاعبين على اكتشاف الجديد من المعلومات بأنفسهم | | | | | |
| 16 | يشجع المدرب اللاعبين على حفظ ما يخبرهم به | | | | | |
| 17 | اشعر انه يجب ان اعمل طبقاً لما وضح لي تماماً | | | | | |
| 18 | اعتمد على المدرب في توضيح العلاقات بين الموضوعات | | | | | |
| 19 | اجرّب الافكار الجديدة | | | | | |

| | | | | | | |
|--|--|--|--|--|----|---|
| | | | | | 20 | اقلد ما يقوم به المدرب في التمرين |
| | | | | | 21 | يشجع المدرب اللاعبين على طرح الاسئلة للتحقق من صحتها |
| | | | | | 22 | اشعر انه يجب التوصل الى العلاقات بين الموضوعات التي اتعلمها |
| | | | | | 23 | اتقبل نتائجي دون نقاش |
| | | | | | 24 | من الضروري ان افعل ما يخبرني به المدرب في التمرين |
| | | | | | 25 | اؤدي الواجبات المكلف بها بطريقتي الخاصة |
| | | | | | 26 | يشجع المدرب اللاعبين على اداء أعمالهم كما وضحت لهم تماما |
| | | | | | 27 | ابحث عن المعلومات العلمية بنفسني |
| | | | | | 28 | اعتمد على المدرب في الحصول على الافكار الجديدة |
| | | | | | 29 | يشجع المدرب اللاعبين على تقييم نتائجهم في ضوء معلوماتهم العلمية |
| | | | | | 30 | اعمل بالضبط كما وضع لي |

ملحق (2)

الخبراء

| ت | الاسم | اللقب العلمي | الاختصاص | مكان العمل |
|----|-------------------------|--------------|-------------------------|---|
| 1 | د. محمد جاسم الياسري | استاذ | الاختبار والقياس | جامعة بابل - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة |
| 2 | د. عامر سعيد الخيكاني | استاذ | علم النفس الرياضي | جامعة بابل - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة |
| 3 | د. ياسين علوان التميمي | استاذ | علم النفس الرياضي | جامعة بابل - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة |
| 4 | د. حيدر عبد الرضا | استاذ | الاختبار والقياس | جامعة بابل - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة |
| 5 | د. عبد السلام جودة | استاذ | الاختبار والقياس | جامعة بابل - كلية الاساسية |
| 6 | د. عماد حسين المرشدي | استاذ | علم النفس | جامعة بابل - كلية الاساسية |
| 7 | د. امل علي سلومي | استاذ | علم النفس - كرة سلة | جامعة بابل - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة |
| 8 | د. جمال صبري فرج | استاذ | تدريب رياضي - كرة قدم | جامعة بابل - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة |
| 9 | د. عايد حسين عبد الامير | استاذ | تدريب رياضي - كرة سلة | جامعة بابل - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة |
| 10 | د. نصر حسين عبد الامير | استاذ | تدريب رياضي - كرة السلة | جامعة بابل - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة |