



## The effect of skill exercises in developing some offensive skills ending with peaceful shooting for basketball players under 18 years old

Asst. Lect. Mustafa Fadel Khader\*, Mohammed Abd Alhur Hassoon

<sup>1</sup> Faculty of Physical Education and Sports Science / University of Babylon, Iraq.

\*Corresponding author: [mustafa.khudair@uobabylon.edu.iq](mailto:mustafa.khudair@uobabylon.edu.iq)

Received: 25-03-2024

Publication: 28-04-2024

### Abstract

The importance of the research was represented in preparing skill exercises that are similar to playing situations to work through them to develop offensive skills that end with a peaceful shot, as this type of shooting is the most used by players in matches. The problem of the research crystallized in the presence of weakness among basketball players (under 18 years old) in the offensive skills that end with a peaceful shot that the player needs to raise his skill level in basketball, especially in situations where the attacking players are well monitored by the defending players, which leads to difficulty in ending attacks accurately unless the attacking players have the skill level that qualifies them to correctly end this type of shooting, especially the youth category in which there is a precise specificity since the player is in an important stage to move to the advanced stage. The aim of the research was to: 1- Prepare skill exercises to develop some offensive skills that end with a peaceful shot for basketball players (under 18 years old). 2- Identifying the effect of skill exercises in developing some offensive skills ending with peaceful shooting for basketball players (under 18 years). The research hypothesis is:- Skill exercises have an effect in developing offensive skills ending with peaceful shooting for players (under 18 years). As for the most important conclusions: -The effectiveness of skill exercises used in the study in developing offensive skills ending with peaceful shooting. Recommendations: 1- Pay attention to training players on offensive skills ending with peaceful shooting in training situations that are similar to playing situations in matches.

Keywords: skill exercises, offensive skills, basketball.



أثر تـمـرـيـنـات مـهـارـيـة فـي تـطـوـير بـعـض المـهـارـات الـهـجـومـيـة الـمـنـتهـيـة بـالـتـصـويـب الـسـلـمـي لـلـأعـبـي  
كـرة الـسـلـة تـحـت 18 سـنـة

م.م مصطفى فاضل خضير، محمد عبد الحر حسون

[mustafa.khudair@uobabylon.edu.iq](mailto:mustafa.khudair@uobabylon.edu.iq)

العراق/ جامعة بابل، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

تاريخ استلام البحث 2024 /03/25 تاريخ نشر البحث 2024/04/28

### المـلـخـص

تمثلت أهمية البحث في اعداد تـمـرـيـنـات مـهـارـيـة تـكـون مـشـابـهـة لـمـواقـف الـلـعـب لـيـتـم مـن خـلـالـها الـعـمـل عـلـى تـطـوـير المـهـارـات الـهـجـومـيـة الـمـنـتهـيـة بـالـتـصـويـب الـسـلـمـي كـون هـذا النـوع مـن الـتـصـويـب يـكـون هـو الأـكـثـر اسـتـخـدـامـاً مـن قـبـل الـلـاعـبـيـن فـي المـبـارـيـات اـمـا مـشـكـلـة الـبـحـث فـقـد تـبـلـورت فـي وـجـود ضـعـف لـدى لـاعـبـيـن كـرة الـسـلـة ( تـحـت 18 سـنـة) فـي المـهـارـات الـهـجـومـيـة الـمـنـتهـيـة بـالـتـصـويـب الـسـلـمـي الـتي يـحـتـاجـها الـلـاعـب لـلـارتـقـاء بـمـسـتـواه المـهـارـي فـي كـرة الـسـلـة وـخـاصـة فـي المـواقـف الـتي يـكـون فـيـها الـلـاعـبـيـن المـهـاجـمـيـن مـراقـبـيـن بـشـكـل جـيـد مـن قـبـل الـلـاعـبـيـن المـدافـعـيـن مـما يـؤـدي الـى صـعـوبـة اـنـهـاء الـهـجـمـات بـدقـة مـالم يـكـن لـدى الـلـاعـبـيـن المـهـاجـمـيـن المـسـتـوى المـهـارـي الـذي يـؤـهـلـهم لـلـإنـهـاء الصـحـيـح لـهـذا النـوع مـن الـتـصـويـب، وـخـصـوصـاً فـئـة الشـبـاب الـتي تـكـون فـيـها خـصـوصـيـة دقـيـقة كـون الـلـاعـب فـي مـرحـلـة مـهـمـة لـلـانـتـقـال الـى مـرحـلـة المـتـقـدمـيـن. وهدف البحث الى:

- 1- إـدـاعـد تـمـرـيـنـات مـهـارـيـة فـي تـطـوـير بـعـض المـهـارـات الـهـجـومـيـة الـمـنـتهـيـة بـالـتـصـويـب الـسـلـمـي لـلـأعـبـي كـرة الـسـلـة (تـحـت 18سـنـة).
- 2- التـعـرف عـلـى تـأثـير التـمـرـيـنـات المـهـارـيـة فـي تـطـوـير بـعـض المـهـارـات الـهـجـومـيـة الـمـنـتهـيـة بـالـتـصـويـب الـسـلـمـي لـلـأعـبـي كـرة الـسـلـة (تـحـت 18سـنـة).
- وـفـرض الـبـحـث هـو: - لـلـتـمـرـيـنـات المـهـارـيـة أثـراً فـي تـطـوـير المـهـارـات الـهـجـومـيـة الـمـنـتهـيـة بـالـتـصـويـب الـسـلـمـي لـلـأعـبـيـن (تـحـت 18 سـنـة).  
أـمـا أـمـم الـاسـتـنـتـاجـات:  
-فـاعـلـيـة التـمـرـيـنـات المـهـارـيـة المـسـتـخـدـمـة فـي الـدـراسـة فـي تـطـوـير المـهـارـات الـهـجـومـيـة الـمـنـتهـيـة بـالـتـصـويـب الـسـلـمـي.  
التـوصـيـات:  
1- الإـهـتـمـام بـتـدـرـيـب الـلـاعـبـيـن عـلـى المـهـارـات الـهـجـومـيـة الـمـنـتهـيـة بـالـتـصـويـب الـسـلـمـي بـمـواقـف تـدـرـيـبـيـة تـكـون مـشـابـهـة لـمـواقـف الـلـعـب فـي المـبـارـيـات.  
**الكلمات المفتاحية:** تـمـرـيـنـات مـهـارـيـة، المـهـارـات الـهـجـومـيـة، كـرة الـسـلـة.

## 1-التعريف بالبحث.

### 1-1 مقدمة البحث وأهميته:

تعد لعبة كرة السلة واحدة من الألعاب الرياضية التي اتسع انتشارها في العديد من دول العالم نظراً لما تتمتع به من تشويق واثارة من ناحية الاداء الفردي والجماعي حسب ما يتطلبه موقف اللعب ولما تحتويه من مزيج رائع من الأداء الفني والايقاع السريع ، ومن اجل تطوير اللعبة واللاعبين وبحسب مراحل الاعداد وبالخصوص مراحل الاعداد البدني والمهاري لابد من ايجاد طرائق واساليب تدريبية يكون فيها التنوع هو الاساس للوصول الى ايجاد ظروف جيدة عند اجراء الوحدات للتدريبيةبالاضافة الى ايجاد فرص اداء مهاري مشابهه تملأ لمواقف اللعب اثناء المباريات مما يختصر على المدرب الجهد والوقت في تنفيذ هذه الوحدات للتدريبية، وللتدريبات مهارية دوراً كبيراً في اتقان الكثير من المهارات الهجومية التي يجب ان يتمتع بها لاعب كرة السلة وبالخصوص المهارات الهجومية التي تنتهي بعملية التصويب وبأنواعه المختلفة لهذا تعد التمرينات مهارية من العولمل المهمة في لعبة كرة السلة لإنجاح اداء مختلف المهارات الهجومية المنتهية بالتصويب بدقة وسرعة وفقاً لما تفرضه مجريات وطبيعة لعبة كرة السلة من حالات هجومية ودفاعية متكررة طول فترة المباراة والتي يجري من خلالها العديد من الاحداث المتغيرة في تحركات اللاعبين والتي يسعى من خلالها الى تحقيق النتائج الايجابية، والمهارات الهجومية المركبة هي تلك المهارات التي تتكون من ارتباط مهارتين او اكثر والتي تؤدي بشكل مركب وكأنها مهارة ولحده وتحتاج من اللاعبين الى مجهود ووقت اطول عند ادائها اكثر من المهارات الفردية ، وان استخدام الأجهزة و الادوات والوسائل المساعدة الحديثة في عمليات التدريب أضاف الكثير لتطوير المهارات من خلال اختصار الزمن والجهد في عملية التدريب ولكن الفائدة المرجوة من هذه الوسائل مرهون بحسن استخدام هذه الوسائل ومدى ملائمتها للاعبين ومواقف اللعب، ومن هنا تكمن اهمية البحث في لعداد تمرينات مهارية للعمل على تطوير مختلف المهارات الهجومية المنتهية بالتصويب للاعبين كرة السلة الشباب (تحت 18 سنة) واهميتها الكبيرة في حسم المباريات بشكل افضل وفعال وبأقل عدد من الاخطاء والمخالفات وبدرجة عالية من الانسيابية والاتقان للمهارات المختلفة الخاصة بلعبة كرة السلة.

### 1-2 مشكلة البحث:

نظراً لما تمتع به لعبة كرة السلة اذ تعد من الالعاب ذات الحيز الواسع والكبير من الاداء الفني من خلال القيام بحركات متنوعة وصعبة خلال المباريات والتي تحتاج الى تكامل مكونات التدريب الرياضي المختلفة وانعكاسها على الجانب المهاري وكون الباحث من لاعبي كرة السلة ولمتابعته المستمرة للمباريات ولللاعبين الشباب ( تحت 18 سنة) ومراجعتة لاستمارة الإحصاء الخاصة بالمباريات لاحظ وجود ضعفاً لديهم في المهارات الهجومية التي تنتهي بالتصويب السلمي وكون هذا النوع من المهارات المركبة لم يلقى التدريب الكافي كونها من المهارات الاساسية التي يحتاجها اللاعبون للارتقاء بمستواهم المهاري في كرة السلة، وبالتالي يؤثر ذلك سلباً على نتائج المباراة وخصوصاً فئة الشباب التي تكون فيها خصوصية دقيقة كون اللاعب في مرحلة مهمة للانتقال الى مرحلة المتقدمين لذا ارتأى الباحث بدراسة هذه المشكلة ووضع الحلول المناسبة عن طريق اعداد تدريبات مهارية لتطوير المهارات الهجومية المنتهية بالتصويب للاعبين كرة السلة الشباب (تحت 18 سنة) كمحاولة جديّة لرفع المستوى المهاري للاعبين.

### 1-3 أهداف البحث: -

يهدف البحث الى:

1- اعداد تدريبات مهارية في تطوير المهارات الهجومية المنتهية بالتصويب للاعبين كرة السلة الشباب تحت (18 سنة).

2- التعرف على تأثير التدريبات مهارية في تطوير المهارات الهجومية المنتهية بالتصويب للاعبين كرة السلة الشباب (تحت 18 سنة).

### 1-4 فرض البحث:

-للتدريبات مهارية اثراً في تطوير المهارات الهجومية المنتهية بالتصويب للاعبين كرة السلة الشباب (تحت 18 سنة).

### 1-5 مجالات البحث:

1-5-1 المجال البشري: لاعبو نادي الروضتين الرياضي ( تحت 18 سنة) للموسم الرياضي (2023-2024) والمشاركين ضمن نشاطات الاتحاد العراقي المركزي لكرة السلة.

1-5-2 المجال الزمني: 2024/3/21\_ 2023/11/10

1-5-3 المجال المكاني: قاعة الهدية المغلقة للألعاب الرياضية في قضاء الهندية / محافظة كربلاء المقدسة.

## 2- منهج البحث وإجراءاته الميدانية :

### 2-1 منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج التجريبي بأسلوب المجموعتين المتكافئتين (التجريبية والضابطة) ذات الاختبار القبلي والبعدي وذلك لملائمته وطبيعة المشكلة .

### 2-2 المجتمع وعينة البحث:

اشتمل مجتمع البحث الحالي على لاعبي كرة السلة الشباب تحت (18 سنة) المنتمين الى نادي الروضتين الرياضي حيث بلغ حجم هذا المجتمع (12) لاعباً ، وتم تقسيمهم عشوائياً الى مجموعتين (تجريبية وضابطة) وبواقع (6) لاعبين لكل مجموعة.

### 2-3 الوسائل الادوات والأجهزة المستخدمة في البحث:

#### 2-3-1 وسائل جمع البيانات :

استعان الباحث بالوسائل الآتية لجمع البيانات :

1- الملاحظة .

2-المقابلة

3-الاختبار والقياس .

4-المراجع والمصادر العربية والاجنبية.

5-شبكة المعلومات الدولية (Inter net).

#### 2-3-2 الأجهزة المستخدمة في البحث :

استعمل الباحث الكثير من العدد التي ساعدته في الحصول على البيانات المطلوبة منها :

1-حاسبة الكترونية (لاب توب) نوع (HP) عدد (1).

2-حاسبة يدوية نوع (Casio) عدد (1).

3-ساعة إيقاف الكترونية نوع (Diamond) عدد (2) .

4-شواخص بلاستيكية عدد (20) .

5-كرات سلة قانونيه نوع (molten) عدد (5).

6-صفارة نوع (Fox) عدد (2).

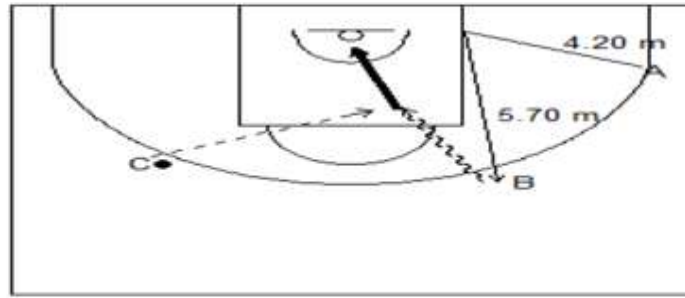
## 2-4 إجراءات البحث الميدانية:

### 2-4-1 الاختبارات المهارات الهجومية المنتهية بالتصويب السلمي المستخدمة في البحث:

#### الاختبار الأول:

- اسم الاختبار: تحمل أداء المهارة المركبة (v.cut، الدوران، استلام الكرة والتصويب السلمي).
- الغرض من الاختبار: قياس تحمل أداء المهارة المركبة (v.cut، الدوران واستلام الكرة والتصويب السلمي).
- الأجهزة والأدوات: ملعب كرة سلة، كرة سلة عدد (5)، شريط لاصق، شواخص عدد (5)، صافرة، ساعة توقيت.
- وصف الاداء: يقف اللاعب عند النقطة (a) عند سماع صافرة البداية ينطلق من أسفل الهدف الى مسافة (4,20) في النقطة (a) ومن ثم الدوران باتجاه النقطة (b) مسافة (5,70) م ثم الدوران والانطلاق نحو الهدف لاستلام الكرة من النقطة (c) وعمل التصويب السلمي وكما مبين بالشكل ادناه. ويكرر الأداء لمدة 40 ثانية .
- طريقة التسجيل:

- يحسب لكل محاولة ناجحة (تنتهي بتهديف ناجح) ثلاث نقاط.
- يحسب لكل محاولة فاشلة (تنتهي بتهديف فاشل) نقطتان.
- في حالة انتهاء الوقت قبل إكمال المحاولة تحتسب نقطة واحدة للمهارة التي تم أدائها.



شكل (1) اختبار تحمل أداء المهارة المركبة (v.cut، الدوران، استلام الكرة والتصويب السلمي).

#### الاختبار الثاني:

- اسم الاختبار: تحمل أداء المهارة المركبة (الحجز الهجومي والدوران (الرول)، استلام الكرة والتصويب السلمي).

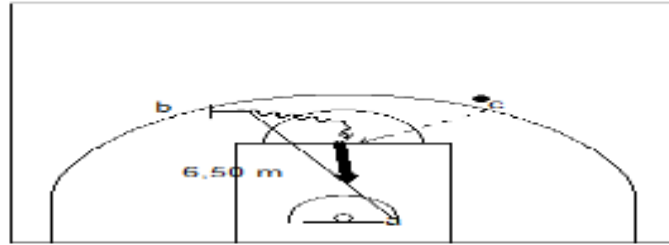
➤ **الغرض من الاختبار:** قياس تحمل اداء المهارة المركبة (الحجز الهجومي والدوران (الرول)، استلام الكرة والتصويب السلمي).

➤ **الأجهزة والأدوات:** ملعب كرة سلة , كرة سلة عدد (5) , شريط لاصق , شواخص عدد (5), صافرة , ساعة توقيت .

➤ **وصف الاداء:** يقف اللاعب عند النقطة (a) عند سماع صافرة البداية ينطلق الى النقطة (b) والتي تبعد (6,50) م للقيام بالحجز الهجومي ثم الدوران والانطلاق لاستلام الكرة من النقطة (c) وعمل التصويب السلمي نحو الهدف وكما مبين بالشكل أعلاه. يكرر الأداء لمدة 40 ثانية .

➤ **طريقة التسجيل:**

- تحسب لكل محاولة ناجحة ثلاث نقاط (تنتهي بتهديف ناجح).
- تحسب لكل محاولة فاشلة (تنتهي بمحاولة فاشلة ) نقطتان.
- في حالة انتهاء الوقت قبل إكمال المحاولة يحتسب نقطة واحدة للمهارة التي تم أداؤها.



شكل (2) اختبار تحمل اداء المهارة المركبة (الحجز الهجومي والدوران (الرول) ، استلام الكرة والتصويب السلمي).

### الاختبار الثالث:<sup>(1)</sup>

➤ **أسم الاختبار :** تحمل اداء المهارة المركبة (الخداع من الثبات , استلام الكرة والتصويب السلمي) .

➤ **الغرض من الاختبار:** قياس تحمل اداء المهارة المركبة (الخداع من الثبات , استلام الكرة والتصويب السلمي).

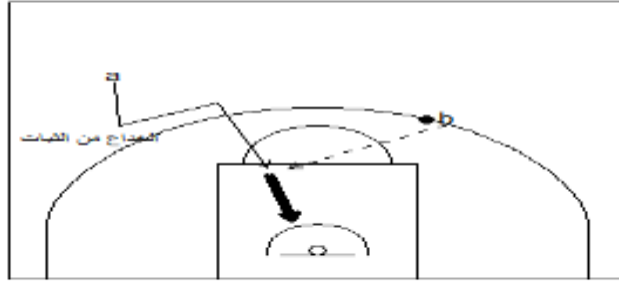
➤ **الأجهزة والأدوات:** ملعب كرة سلة , كرة سلة عدد (5) , شريط لاصق , شواخص عدد (5)- صافرة , ساعة توقيت .

➤ **وصف الاداء:** يقف اللاعب عند النقطة (a) عند سماع صافرة البداية يقوم بعملية خداع المدافع الواقف في النقطة (b) بالميل الى جهة معينة ثم يقوم باستلام الكرة وعمل التصويب السلمي نحو الهدف وكما مبين بالشكل أعلاه. ويكرر الأداء لمدة 40 ثانية.

➤ **طريقة التسجيل:**

- \* تحسب لكل محاولة ناجحة ثلاث نقاط (تنتهي بتهديف ناجح).
- \* تحسب لكل محاولة فاشلة (تنتهي بمحاولة فاشلة ) نقطتان.
- \* في حالة انتهاء الوقت قبل إكمال المحاولة يحتسب نقطة واحدة للمهارة التي تم أداؤها.

<sup>1</sup> احمد كريم لطيف : المصدر السابق نفسه ، 2016 ، ص62-63.



شكل (3) اختبار تحمل اداء المهارة المركبة (الخداع من الثبات , استلام الكرة والتصويب السلمي) .

## 2-4-2 التجربة الاستطلاعية:

قام الباحث بأجراء تجربته الاستطلاعية يوم الاثنين الموافق من (2023/11/27) حيث تم اجراءها على (6) لاعبين من نفس عينة البحث في تمام الساعة الرابعة عصراً وعلى قاعة الهندية للألعاب الرياضية في محافظة كربلاء المقدسة وكان الهدف منها هو معرفة الأسس العلمية للاختبارات والتعرف على مدى تفهم العينة للتمرينات المقترحة والتأكد من صلاحية الأجهزة والأدوات المستخدمة والتعرف على كفاية فريق العمل المساعد والتعرف على الوقت المستغرق لإجراء الاختبارات.

## 2-4-2-3 الأسس العلمية للاختبارات:

### أولاً: صدق الإختبار:

يُعدّ الصدق واحداً من المؤشرات التي يجب توافرها في الأداة الإختبارية المعتمدة في قياس أي من الصفات والظواهر الرياضية، ويقصد بصدق الاختبار "إن الاختبار الصادق يقيس ما وضع لقياسه فعلاً" عليه قام الباحث بإعتماد صدق المحتوى (المضمون) وذلك عن طريق عرض اختبارات (المهارات الهجومية المنتهية بالتصويب) على مجموعة من الخبراء والمختصين\* ، باستبانة خاصة لتحديد اتفاق آراءهم حول ملائمة هذه الإختبارات للعينة والمتغيرات المبحوثة .

### ثانياً: ثبات الإختبار:

يقصد بثبات الإختبار "مدى الدقة التي يقيس بها الاختبار الظاهرة موضوع القياس" ولغرض استخراج معامل الثبات، قام الباحث بإستخدام طريقة الإختبار وإعادة الإختبار، ومن ثم استخراج قيم معامل الارتباط (بيرسون) بين نتائج الإختبار الأول والثاني. ،وعلى هذا الأساس قام الباحث (المهارات الهجومية المنتهية بالتصويب السلمي) يوم الاثنين الموافق (2023/11/27) على عينة البحث الاستطلاعية والبالغ عددهم (6) لاعبين وأعيد تطبيق الاختبارات يوم الاحد الموافق (2023/12/3) وبعد المعالجة الإحصائية للنتائج عن طريق قانون (بيرسون) تبين أن جميع الاختبارات تتمتع بدرجة ثبات عالية . كما مبين في الجدول (1).

\* بنظر الملحق رقم (1).



### ثالثاً: موضوعية الاختبار :

من الشروط الواجب توافرها في الاختبار موضوعيته ، ويشير مصطلح الموضوعية إلى " عملية تقويم مدى استقلال النتائج عن الحكم الذاتي للمصحح" ، وتم حساب موضوعية الاختبار عن طريق إيجاد معامل الارتباط بين درجات اثنين من المحكمين يضعان معا درجات للعينة في أثناء أداء الاختبار ، وبعد جمع درجات المحكمين واستخراج معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بينهما مما يدل على تمتع جميع الاختبارات بموضوعية

### الجدول (1)

يبين الاسس العلمية للاختبارات (الثبات والموضوعية)

الدالة الإحصائية	معامل الموضوعية	معامل الثبات	أسم الإختبار
معنوي	0.93	0.91	V.CUT، الدوران ، استلام ، التصويب السلمي
معنوي	0.92	0.96	الحجز الهجومي، الدوران ، استلام ، التصويب السلمي
معنوي	0.90	0.92	الخداع من الثبات ، الاستلام ، التصويب السلمي.
عند درجة حرية (10) ومستوى دلالة (0.05)			

### 2-4-3 التجربة الرئيسية:

#### 2-4-3-1 الاختبارات القبليّة:

قام الباحث بإجراء الاختبارات القبليّة لعينة البحث يوم (الثلاثاء) الموافق (2023/12/12) في تمام الساعة الرابعة عصراً وعلى قاعة الهندية للألعاب الرياضية في محافظة كربلاء المقدسة على عينة عددها (12) لاعباً مقسمين الى مجموعتين التجريبيّة والضابطة بواقع (6) لاعبين لكل مجموعة.

#### 2-4-3-2 إجراءات تكافؤ العينة:

ولأجل أن تبدأ كلا المجموعتين من نقطة شروع واحدة، أجرى الباحث عملية تكافؤ المجموعتين من خلال اختبار الفروق بينهما إحصائياً وباستخدام اختبار مان وتني للبيانات التي تخص المتغيرات التابعة (المهارات الهجومية المنتهية بالتصويب) والجدول (2) يبين ذلك.

الجدول (2)

يبين تكافؤ المجموعتين في المتغيرات التابعة (المهارات الهجومية المنتهية بالتصويب )

نوع الدلالة	قيمة مان وتني		المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		وحدة القياس	المتغيرات	ت
	الجدولية	المحسوبة	الانحراف الربيعي	الوسيط	الانحراف الربيعي	الوسيط			
غير معنوي	0.294	14	1.5	12	0.50	11.5	ثانية	الدوران ، V.CUT ، استلام ، التصويب السلمي	1
غير معنوي	0.294	14	2	19.5	2	18.5	ثانية	الحجز الهجومي، الدوران ، استلام ، التصويب السلمي	2
غير معنوي	<b>0.197</b>	12	0.50	17	0.50	16.5	ثانية	الخداع من الثبات ، الاستلام ، التصويب السلمي.	3

يتبين من الجدول أعلاه أن الفروق في اختبارات (المهارات الهجومية المنتهية بالتصويب السلمي) بين المجموعتين الضابطة والتجريبية هي غير معنوية (عشوائية) وهذا ما يدل على تكافؤ مجموعتي البحث، باعتبار ان جميع قيم مان وتني المحسوبة هي أكبر من القيمة الجدولية.

2-4-3- التمرينات مهارية :

تم البدء بتطبيق التمرينات مهارية وفي جزء من القسم الرئيسي فقط خلال الوحدة التدريبية في يوم الجمعة الموافق (2023/ 12 /15 ) وتم الانتهاء من تطبيق التمرينات مهارية يوم الثلاثاء الموافق (2024 /2/6) في قاعة الهندية المغلقة للألعاب الرياضية في محافظة كربلاء المقدسة وعلى النحو التالي.

المدة الزمنية للتمرينات مهارية (8) أسابيع

- عدد الوحدات في الأسبوع (3) وحدات متمثلة بأيام (الجمعة والاحد والثلاثاء)
- عدد الوحدات الكلية للتمرينات (24) وحدة .
- استخدم الباحث طريقة التدريب الفترتي مرتفع الشدة والتدريب التكراري .
- تتراوح زمن تنفيذ التمرينات مهارية ما بين (29-44) دقيقة من زمن القسم الرئيسي للوحدة التدريبية.

## 2-4-3-3 الاختبارات البعدية:

بعد الانتهاء من تنفيذ التمرينات المهارية تم إجراء الاختبارات البعدية في يوم السبت الموافق (2024/2/10) في تمام الساعة الرابعة عصراً وعلى قاعة الهندية للألعاب الرياضية وللمجموعتين الضابطة والتجريبية مع مراعاة نفس التنظيم وشروط تنفيذ الاختبارات وتحت نفس الظروف والإمكانيات المستخدمة في الاختبارات القبلية لغرض الحصول على نتائج دقيقة .

### 3-5 الوسائل الاحصائية :

- 1- الوسيط.
- 2- الانحراف الربيعي .
- 3- ولكوكسن
- 4- مان وتني
- 5- معامل الارتباط البسيط

### 3- عرض نتائج الاختبارات وتحليلها ومناقشتها:

3-1 عرض نتائج اختبارات المهارات الهجومية المنتهية بالتصويب القبلية والبعدية لمجموعتي البحث ومناقشتها:

#### الجدول ( 3 )

يبين قيم الوسيط والانحراف الربيعي و ولكوكسن لنتائج اختبارات المهارات الهجومية المنتهية بالتصويب القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية

الدلالة الإحصائية	قيمة (و) المحسوبة	بعدي		قبلي		المؤشرات الإحصائية الاختبارات
		انحراف ربيعي	وسيط	انحراف ربيعي	وسيط	
معنوي	0	0.50	16.5	1.5	12	v.cut ، الدوران ، استلام الكرة ، التصويب السلمي
معنوي	0	2.5	22	2	19.5	الحجز الهجومي، الدوران، استلام الكرة ، التصويب السلمي.
معنوي	0	1	20.5	0.50	17	الخداع من الثبات ، استلام الكرة ، التصويب السلمي.
*قيمة (و) الجدولية تبلغ (صفر) عند درجة حرية (6) ومستوى دلالة ( 0.05 )						

الجدول(4)

يبين قيم الوسيط والانحراف الربيعي و ولكوكسن لنتائج اختبارات المهارات الهجومية المنتهية بالتصويب القبلية والبعدي للمجموعة الضابطة

الدلالة الإحصائية	قيمة (و) المحسوبة	بعدي		قبلي		المؤشرات الإحصائية الاختبارات
		انحراف ربيعي	وسيط	انحراف ربيعي	وسيط	
معنوي	0	1	13.5	0.50	11.5	v.cut ، الدوران ، استلام الكرة ، التصويب السلمي
معنوي	0	1.5	19.5	2	18.5	الحجز الهجومي، الدوران، استلام الكرة ، التصويب السلمي.
معنوي	0	0.50	17.5	0.50	16.5	الخداع من الثبات ، استلام الكرة ، التصويب السلمي.
*قيمة (و) الجدولية تبلغ (صفر) عند درجة حرية (6) ومستوى دلالة ( 0.05 )						

اظهرت نتائج الجدولين (3، 4) وجود فروق معنوية ما بين الاختيارين القبلي والبعدي و لكتنا مجموعتي البحث (التجريبية و الضابطة) ويعزو الباحث الى وجود الفروق المعنوية في نتائج المجموعة التجريبية ما بين الاختبار القبلي والبعدي الى فاعلية التمرينات مهارية المعدة من قبله التي كان لها الاثر في تطوير المهارات الهجومية المنتهية بالتصويب السلمي بالإضافة الى انتظام وتفاعل اللاعبين في الوحدات التدريبية حيث راعى الباحث التدرج بمكونات الحمل التدريبي من حيث (الشدة والحجم والراحة) مع التنوع والتغيير في التمرينات مهارية والذي يعد ذا اهمية كبيرة وخصوصية عالية في عملية التدريب الرياضي حيث " اظهرت البحوث ان النظام العصبي \_ العضلي يستجيب بشكل افضل حينما يتم استثارته بشكل متغير طوال الوقت حيث يحتاج النظام العصبي \_ العضلي الى ان يفاجئ لكي يجبر على عملية التكيف هذا يعني اداء انواع مختلفة من التمارين لبضعة ايام وتغيير عدد التكرارات والشدد والتمارين عن الايام الاخرى في التدريب.

### 2-3 عرض نتائج اختبارات المهارات الهجومية المنتهية بالتصويب البعيدة لمجموعتي البحث ومناقشتها

#### الجدول ( 5 )

يبين قيم الوسيط والانحراف الربيعي ومان ويتني لنتائج اختبارات المهارات الهجومية المنتهية بالتصويب البعيدة لمجموعتي البحث

الدلالة الإحصائية	قيمة (ى) المحسوبة الجدولية	قيمة (ى) المحسوبة	المجموعة تجريبية		المجموعة ضابطة		المعالم الإحصائية الاختبارات
			انحراف ربيعي	وسيط	انحراف ربيعي	وسيط	
معنوي	0	0	0.50	16.5	1	13.5	الدوران ، استلام الكرة ، v.cut ، التصويب السلمي
معنوي	0	0	2.5	22	1.5	19.5	الحجز الهجومي، الدوران، استلام الكرة ، التصويب السلمي.
معنوي	0	0	1	20.5	0.50	17.5	الخداع من الثبات ، استلام الكرة ، التصويب السلمي.
*قيمة (ى) الجدولية (صفر) عند درجة حرية (10) ومستوى دلالة ( 0.05 )							

من خلال الجدول (5) أظهرت النتائج وجود فروق معنوية في الاختبارات البعيدة بين المجموعتين التجريبية والضابطة في اختبارات المهارات الهجومية المنتهية بالتصويب (V.CUT، الدوران ، استلام الكرة ، والتصويب السلمي / الحجز الهجومي، الدوران، استلام الكرة ، التصويب السلمي / الخداع من الثبات ، استلام الكرة ، التصويب السلمي) ولصالح المجموعة التجريبية يعزو الباحثان التطور في المجموعة التجريبية الى التمرينات المهارية بالأدوات المساعدة المعدة من قبله والتي تم وضعها بما يتناسب مع متطلبات لعبة كرة السلة وكذلك انتظام اللاعبين في التدريبات حيث ان التدريبات كانت تستعمل بوجود الكرة والادوات التدريبية المختلفة لإعطاء الوقت الكافي للاعبين في تكرار المهارات المبحوثة لما لهذه المرحلة العمرية / فئة الشباب (تحت 18) اهمية كبيرة في لعبة كرة السلة حيث يجب على اللاعب اتقان اغلب المهارات الهجومية المركبة والتي لها الدور الكبير في نجاح الرسم التكتيكي الهجومي للفريق قبل الانتقال الى مرحلة اللعب مع المتقدمين وذلك لتجنب صعوبة الانسجام والتأقلم وفهم جميع الحركات الخطئية التي تعطى من المدرب التي تعد من اصعب الامور التي قد تواجه اللاعبين الشباب عند الانتقال الى هذه الفئة، "وفي الآونة الاخيرة تجري اغلب تمارين

المهارة والقوة والسرعة مع الكرة في جميع التدريبات مما يؤدي الى بناء الحالة الرياضية المطلوبة لدى اللاعبين من حيث المهارة وبالتالي بلوغ الكمال في عملية التكنيك للمهارات" ان التمرينات مهارية كان محتواها وسرعتها متطابقة مع الحركات التي يؤديها اللاعب في الملعب خلال المباريات كون ان حركة لاعبي كرة السلة تتصف بالتغيير المستمر في الشدة للأداء المهاري مع الاخذ بالاعتبار ان حركة اللاعب في المهارات الهجومية المنتهية بالتصويب تحتم عليه القيام بحركات تتميز بالصعوبة مع الكرة في اداء المهارات حيث يجب عليه القيام بمهارة الطبطبة والمناولة وعمل مهارة ال (v.cut او الحجز الهجومي او الخداع من الثبات ) وبعدها استلام الكرة ومحاولة التصويب السلمي لذا يجب عليه التحرك بقوة وسرعة ورشاقة مع سيطرته على الكرة لخلق فرص جيدة للتصويب, اذا يتميز السلوك الحركي في لعبة كرة السلة بالتنوع والتعدد وذلك نظراً لوجود العديد من اللاعبين في مساحة صغيرة وعليه لأداء اي مهارة من المهارات في اللعبة فإنه يتطلب من اللاعب الى قدرة بدنية وحالة نفسية وعقلية جيدة بالإضافة الى التدريبات المشابهة لمواقف اللعب والتكرار المستمر على مختلف المهارات لكي يحقق الهدف حسب متطلبات موقف اللعب وهذا ما عمل عليه الباحث خلال فترة تطبيق التمرينات حيث "ان استخدام التدريبات التي تتفق في طبيعتها أدائها مع الشكل العام لاداء المهارات التخصصية يؤدي الى نتائج افضل في اكتساب المتغيرات البدنية والمهارية".

#### 4- الاستنتاجات والتوصيات.

#### 4-1 الاستنتاجات .

1- فاعلية التمرينات مهارية المستخدمة في الدراسة في تطوير المهارات الهجومية المنتهية بالتصويب (v.cut، الدوران ، استلام الكرة ، والتصويب السلمي) و (الحجز الهجومي ، الدوران ، استلام الكرة ، التصويب السلمي) و ( الخداع من الثبات ، استلام الكرة ، التصويب السلمي).

2-ظهرت هناك فروق معنوية ذات دالة احصائياً في تطور المهارات الهجومية المنتهية بالتصويب (v.cut، الدوران ، استلام الكرة ، والتصويب السلمي) و (الحجز الهجومي ، الدوران ، استلام الكرة ، التصويب السلمي) و ( الخداع من الثبات ، استلام الكرة ، التصويب السلمي).

#### 4-2 التوصيات :

- 1-الاهتمام بتدريب اللاعبين على المهارات الهجومية المنتهية بالتصويب .
- 2-استعمال التمرينات مهارية بالأدوات المساعدة المعدة من قبل الباحث من قبل مدربي كرة السلة ، لما لها من تأثير ايجابي في تطوير المهارات الهجومية المنتهية بالتصويب.

## المصادر

- أبو العلا واحمد نصر : فسيولوجيا اللياقة البدنية ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1993.
- احمد كريم لطيف : أثر تمرينات اللاكتيك الديناميكي والفارتلك في تطوير التحمل الخاص وأداء اهم المهارات الهجومية المركبة لشباب كرة السلة، أطروحة دكتوراه، جامعة بابل، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، 2016.
- امر الله البساطي : قواعد واسس التدريب الرياضي وتطبيقاتها ، الإسكندرية ، منشأة المعارف ، 1998.
- جمال صبري فرج : القوة والقدرة والتدريب الرياضي الحديث : ط1، عمان ، دار دجلة ، 2012.
- زهير قاسم الخشاب وآخرون : كرة القدم ، ط1 ، دار الكتب للطباعة والنشر ، الموصل ، 1991.
- صباح حسين العجيلي (وآخرون) : مبادئ القياس والتقويم التربوي ، بغداد ، مكتب احمد الدباغ للطباعة ، 2001.
- فائز بشير حمودات و مؤيد عبد الله جاسم : كرة السلة ، ط1 ، الموصل ، جامعة الموصل ، 1990.
- ليلى السيد فرحات : القياس والاختبار فى التربية الرياضية ، ط1 ، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 2001 .
- مصطفى حسين باهي : المعاملات العلمية بين النظرية والتطبيق ، ط1 ، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 1999 .

**ملحق رقم (1) يبين أسماء السادة الخبراء**

ت	اسم الخبير	اللقب العلمي	الاختصاص الدقيق	مكان العمل
1-	د. جمال صبري فرج	استاذ	التدريب الرياضي / كرة السلة	كلية المستقبل الجامعة/ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
2-	د. مهند عبد الستار عبد الهادي	استاذ	التدريب الرياضي/ كرة السلة	جامعة بغداد/ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
3-	د. حيدر جمعة عصري	استاذ	التدريب الرياضي/ كرة السلة	جامعة بابل/ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
4-	د. رعد عبد الامير فنجان	استاذ مساعد	علم النفس الرياضي / كرة السلة	جامعة بابل/ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
5-	د. سجاد حسين ناصر	استاذ مساعد	التدريب الرياضي/ كرة السلة	جامعة بابل/ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
6-	د. احمد كريم لطيف	استاذ مساعد	التدريب الرياضي/ كرة السلة	جامعة المثنى/ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
7-	د. حسين مناتي ساجت	استاذ مساعد	فسلجة التدريب الرياضي/ كرة السلة	جامعة كربلاء/ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة



## ملحق (2) نموذج من التمارين والوحدات التدريبية

**التمرين 1-** من بداية الملعب يقوم اللاعب بأداء مهارة الطبطة ما بين الشواخص بالمقاومة بالمطاط مع الزميل وعند الوصول الى منتصف الملعب يقوم بالانطلاق بالسرعة الممكنة لعمل الخداع بدون كرة ومن ثم استلام الكرة والتصويب السلمي وهكذا يكرر الأداء نحو السلة الثانية.

**التمرين 2-** على السلم الارضي مع المقاومة بالمطاط يقوم اللاعب بأداء مهارة الطبطة وعند الانتهاء منها يقوم اللاعب بإعطاء مناولة الى منتصف الملعب وبعدها يتم الانتقال وعمل مهارة الحجز الهجومي والدوران ومن ثم استلام الكرة والتصويب السلمي (يكرر أداء المهارة 3 مرات) ويكرر نفس الأداء على السلة المقابلة.

**التمرين 3-** من بداية الملعب بالمقاومة مع الزميل يقوم اللاعب بأداء مهارة الطبطة على السلم الارضي وما بين الشواخص وعند الوصول الى منتصف الملعب يقوم اللاعب بإعطاء مناولة الى قوس الثلاث نقاط والانطلاق بالسرعة الممكنة وعمل مهارة (V.CUT) ومن ثم استلام الكرة والتصويب السلمي (يكرر أداء المهارة 3 مرات) ومن ثم يكرر نفس الأداء على السلة المقابلة.

### الأسبوع الأول

زمن التمرينات: 29 دقيقة.  
المكان: قاعة الهندية للألعاب الرياضية /

الادوات (اداة تحركات الرجلين ، اداة الحبال المطاطية ، السلم الارضي ، التثقل).  
الوقت: الخامسة عصرأ.

رقم الوحدة التدريبية: 3/2/1  
يوم و تاريخ الوحدات التدريبية:  
كربلاء

الجمعة: 2023/12/15  
الاحد : 2023/12/ 17  
الثلاثاء: 2023/12/19

الهدف من الوحدات التدريبية: تطوير المهارات الهجومية المنتهية بالتصويب السلمي.

الملاحظات	الراحة		زمن التكرار + عدد التكرارات + عدد المجموع	الشدة	رقم التمرين	الوحدات
	بين المجموع	بين التكرارات				
الراحة ما بين التكرارات والمجموعات تكون ايجابية من خلال اداء اللاعب الرميات الحرة	1 د	40 ثا	30 ثا 4 × ك × 2 مج	90-100%	1	الاولى
					2	
					3	
الراحة ما بين التكرارات والمجموعات تكون ايجابية من خلال اداء اللاعب الرميات الحرة	1 د	40 ثا	30 ثا 4 × ك × 2 مج	90-100%	1	الثانية
					2	
					3	
الراحة ما بين التكرارات والمجموعات تكون ايجابية من خلال اداء اللاعب الرميات الحرة	1 د	40 ثا	30 ثا 4 × ك × 2 مج	90-100%	1	الثالثة
					2	
					3	