

اثر استخدام التمرينات الخاصة المركبة في تطوير الاداء الفني لبعض المهارات الاساسية بكرة  
السلة للمعاقين (فئة الناشئين)

أ.م.د. سهى حافظ مهدي

العراق. جامعة بغداد/كلية الطب البيطري

Dr. Suha Hafez\_38@yahoo.com

#### الملخص

هدف البحث الى اعداد التمرينات الخاصة المركبة من بعض المهارات الاساسية بكرة السلة للمعاقين (فئة الناشئين)، والتعرف على تأثير التمرينات الخاصة المركبة في تطوير الاداء الفني لبعض المهارات الاساسية بكرة السلة للمعاقين (فئة الناشئين)، وتم استخدام المنهج التجريبي بأسلوب المجموعتين المتكافئتين ذات الاختبار القبلي والبعدي، وقامت الباحثة بإجراء الاختبار القبلي على عينة البحث في الاختبارات المهارية المركبة ومن ثم تطبيق التمرينات المهارية الهجومية المركبة ومن ثم اجراء الاختبار البعدي ولنفس الاختبارات، وتوصلت الباحثة الى استنتاجات عديدة كان اهمها ان التمرينات الهجومية المركبة عملت على تطوير دقة وسرعة اداء المهارات الاساسية بكرة السلة بصورة افضل من المنهج التدريبي المعد من قبل الباحثة.

الكلمات المفتاحية : التمرينات الخاصة المركبة ، الاداء الفني ، كرة السلة ، للمعاقين

The effect of the use of specialized exercises in the development of the technical performance of some of the basic skills of basketball among the Handicapped players (youth category)

Assistant Prof. Dr. Suha Hafez Mahdi

Iraq. University of Baghdad / Faculty of Veterinary Medicine

Dr. Suha Hafez\_38@yahoo.com

---

#### Abstract

The research object was to prepare the specific exercises for some of the basic skills of basketball among the Handicapped players (the youth category ,) ,and to identify the effect of the special exercises on the development of the technical performance of some basic skills basketball among the Handicapped players . The researcher conducted the pre- test on the research sample in the complex technical tests, applied the exercises of the compound offensive technique, and then conducted the post-test on the same tests. The researcher concluded that the compound offensive exercises worked to develop the accuracy and speed of performance of the basic skills of .basketball better than the training curriculum prepared by the researcher

Keywords: special exercises, technical performance, basketball, handicapped

1- المقدمة :

تعد الرياضة الواجهة الحضارية الي تعكس مدى تقدم الدول وتطورها وذلك بالاعتماد على البحوث العلمية في المجال الرياضي لتحقيق افضل الانجازات، وان التطور الكبير الذي يشهده العصر الحالي في جوانبه المختلفة والواسعة يفتح المجال الواسع لتطبيق الأفكار والبحوث العلمية في المجالات كافة من اجل الوصول للمستويات العليا ومن ثم الانجاز العالي.

ان لعبة كرة السلة من الالعاب الفردية التي شهدت تطوراً سريعاً في السنوات الاخيرة، واخذ الاهتمام بهذه الرياضة يتزايد، واصبحت تستأثر باهتمام الكثيرين، مما جعلها واحدة من الالعاب شعبية في دول العالم، وبما ان لعبة كرة السلة كأى لعبة لها مبادئها الاساسية التي تشكل الدعامة القوية التي تستند عليها، وان تقدم مستوى أى لاعب ومدى نجاحه يعتمد الى حد كبير على مدى او درجة اتقانه لتلك المبادئ الاساسية، ونظراً لتمييز لعبة كرة السلة عن باقي الالعاب في درجة صعوبة تعلم واداء مهارتها الاساسية. مما فرض على المدربين استخدام طرق ووسائل تعليمية مختلفة تسهل من تعلم المهارات الاساسية بكرة السلة بالإضافة الى تطويرها بصورة مستمرة.

وتكمن اهمية البحث في استخدام التمرينات الخاصة مركبة من مهارتين او اكثر لزيادة كفاءة التعلم والتكيف حسب متغيرات اللعب، لاستغلال الوقت ولزيادة صعوبة التمرين محاولة من الباحثة لرفع المستوى والاسراع في عملية التعلم باستثمار الوقت والجهد لفئة المعاقين لإعدادهم بصورة صحيحة لتمثيل العراق في المحافل الدولية خير تمثيل.

ويعد الاعداد المهاري من العوامل المهمة في اعداد اللاعبين في لعبة كرة السلة وذلك عن طريق تنمية المهارات الاساسية وتطويرها ليتم رفع مستوى الأداء الفني للاعبين واظهار مستواهم الجيد تحت ضغط المباراة وتحقيق الفوز.

ومن خلال خبرة الباحثة بذلك يكونها احد المختصين في رياضة المعاقين وما تتطلبه هذه الفئة من اعداد مهاري خاص واعطاء وقت تدريبي اكبر لكل مهارة لذلك عملت على الربط بين مهارتين او اكثر في التمرين الواحد لكي يكون مقارب لحالة اللعب وزيادة صعوبة وتعقيد التمرين لتطوير هذه المهارات من اجل اعداد المنتخب الوطني فئة الناشئين لما لهم من اهمية كبيرة في تمثيل البلد في المحافل الرياضية المختلفة، ولغرض المساهمة في اعدادهم بشكل علمي وصحيح وتأهيلهم على وفق الطرائق والناسس التدريبيية الصحيحة لاستثمار قدراتهم البدنية والمهارية بشكل صحيح.

ويهدف البحث الى

- 1- اعداد التمرينات الخاصة المركبة من بعض المهارات الاساسية بكرة السلة للمعاقين (فئة الناشئين).
- 2- التعرف على تأثير التمرينات الخاصة المركبة في تطوير الاداء الفني لبعض المهارات الاساسية بكرة السلة للمعاقين (فئة الناشئين).

2- اجراءات البحث :

2-1 منهج البحث :

استخدمت الباحثة المنهج التجريبي ذو تصميم المجموعتين التجريبية والضابطة ذات الاختبار القبلي والبعدي لملائمته طبيعة المشكلة.

2-2 عينة البحث :

تم اختيار لاعبو المنتخب الوطني لكرة السلة للمعاقين (فئة الناشئين) وعددهم (12) لاعب، وقد ابدوا استعدادهم لتطبيق التمرينات الخاصة بعد اخذ موافقة السيد المدرب، وبعد ذلك تم تقسيمهم الى مجموعتين تجريبية وضابطة بطريقة القرعة كل مجموعة تتكون من (6) لاعبين، وقامت الباحثة بإجراء التكافؤ بين مجموعتي البحث، وكما مبين في الجدول (1).

جدول (1)

يبين تكافؤ مجموعتي البحث

| ت | الاختبارات      | المجموعة التجريبية |        | المجموعة الضابطة |        | قيمة (t) المحسوبة | نسبة الخطأ | الدلالة   |
|---|-----------------|--------------------|--------|------------------|--------|-------------------|------------|-----------|
|   |                 | ع                  | س      | ع                | س      |                   |            |           |
| 1 | الاختبار الاول  | 1.042              | 27.086 | 1.096            | 27.331 | 0.396             | 0.700      | غير معنوي |
| 2 | الاختبار الثاني | 0.335              | 4.523  | 0.335            | 4.363  | 0.826             | 0.427      | غير معنوي |
| 3 | الاختبار الثالث | 0.132              | 2.621  | 0.162            | 2.598  | 0.272             | 0.790      | غير معنوي |

من الجدول (1) يتبين عشوائية الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في المتغيرات قيد البحث كلها، مما يدل على تكافؤ مجموعتي البحث في الاختبارات قيد البحث كلها في الاختبار القبلي، لضمان البدء بخط شروع واحد لمجموعتي البحث.

2-3 وسائل جمع المعلومات:

استخدمت الباحثة وسائل عدة من خلالها ستجمع البيانات والمعلومات والخروج بنتائج البحث،  
واهم تلك الوسائل:

2-3-1 الأدوات المستخدمة في البحث:

1- المصادر العربية والاجنبية.

2- شبكة المعلومات الدولية (الانترنت).

3- التجربة الاستطلاعية.

4- الاختبارات والقياسات.

5- الوسائل الاحصائية لنظام (SPSS).

2-3-2 الأجهزة والوسائل المستخدمة في البحث:

1- ساعة توقيت الكترونية عدد (5) نوع (CASIO) يابانية الصنع.

2- شريط قياس طوله (50) متر.

3- ملعب كرة سلة.

4- كرات سلة عدد (12).

5- صافرة.

2-4 إجراءات البحث الميدانية:

2-4-1 تحديد المهارات الهجومية المركبة:

قامت الباحثة بالاطلاع على المصادر العلمية الخاصة بكرة السلة .

(ليث محمد عبد الرزاق ، 2009) (فراس مطشر عبد الرضا ، 2010)

(فراس سامي يوسف ، 2006، ص116)

وتم تحديد المهارات الهجومية المركبة (استلام الكرة، والمناولة، والطبقة، والتهديف باليدين،  
والتهديفة السلمية).

2-4-2 تحديد الاختبارات المهارية الهجومية المركبة:

قامت الباحثة باختيار الاختبارات المهارية الهجومية المركبة في دراسة (فراس سامي يوسف)

(فراس سامي يوسف ، 2006، ص116)

وهي كالآتي:

- 1- الاختبار الأول: (فارس سامي يوسف ، 2006 ، ص116)
- الغرض من الاختبار: قياس القدرة على الاستلام المنتهي بالمناولة الصدرية باليدين.
- الأدوات اللازمة: ملعب كرة السلة، شاخص واحد وأداتان لقياس الدقة، وكرة سلة عدد (8) قانونية، وشريط قياس جلدي (20) م، وشريط لاصق، وساعة توقيت الكترونية، وثلاثة كراسي، وصافرة.
- الإجراءات:
- \* تحديد نقطة مركزية أسفل السلة والتي يعتمد عليه في تأشير النقاط الرئيسية.
  - \* تحديد نقطة على الجانب الأيسر البعيد للنقطة المركزية ببعد (8) م وتمثل وقفة اللاعب المختبر.
  - \* تحدد نقطتان لأداتي قياس الدقة الأولى منها على الجانب الأيسر القريب للنقطة المركزية ببعد (4) م عن النقطة المركزية والنقطة الثانية تحدد بنقطة أمامية تبتعد عن النقطة المركزية (8.35) م.
  - \* وضع شاخص أمام اللاعب المختبر (بين اتجاهي المناولتين) وعلى بعد (2) م من اجل الدوران حوله.
  - \* تحدد من النقطة الأمامية نقطة أخرى تبتعد (1,50) سم وتمثل وقفة احد أفراد فريق العمل الذي يسلم الكرة.
- وصف الأداء:
- \* يقف اللاعب المختبر على النقطة الجانبية من جهة اليسار البعيدة والمؤشرة على الأرض، وفي الوقت نفسه يقف احد أفراد فريق العمل ومعه الكرة على النقطة الأمامية (الجانب الأيسر للاعب المختبر).
  - \* عند إشارة البدء (الصافرة) يتم تسليم الكرة للاعب المختبر الذي يؤدي الاستلام المنتهي بالمناولة الصدرية باليدين مباشرة باتجاه أداتي قياس الدقة بالتبادل.
  - \* مرة باتجاه النقطة الأمامية ومرة أخرى باتجاه النقطة العميقة حتى نهاية المحاولات الثمانية.
  - \* تقسم المحاولات الثماني الى أربع محاولات من الثبات والأربع الأخرى الأخيرة تتم بعد ان يحصل دوران حول دوران حول الشاخص الموجود بين اتجاهي المناولة، والرجوع الى النقطة الجانبية للاعب المختبر نفسها.



- 2- الاختبار الثاني: (فارس سامي يوسف ، 2006 ، ص122)
- الغرض من الاختبار: قياس القدرة على الاستلام والطبقة العالية المنتهية بالتصويب بالقفز (نقطتان).
- الأدوات اللازمة: ملعب كرة سلة، وأربعة حواجز، وشاخص، وكرات سلة عدد (10) قانونية، وشريط قياس جلدي (20) م، وشريط لاصق، وساعة توقيت الكترونية، وكريسيان، وصافرة.
- الإجراءات:
- \* تحديد نقطة مركزية اسفل السلة يعتمد عليها في تأشير النقاط الرئيسة.
  - \* تحدد ثلاث نقاط الاولى منها امام النقطة المركزية ببعد (2.32) م والثانية على الجانب الياسر القريب ببعد (4) م عن النقطة المركزية والتي بدورها تبعد عن الخط تحت السلة (2) م والثالثة على الجانب الياسر البعيد (7.79) م التي تبعد عن الخط الجانبي (1) م وتمثل وقفة اللاعب المختبر.
  - \* وضع اربعة حواجز (ارتفاع العمود لكل منهما 2متر والحاجز المعلق على كل واحد منهما بطول (100) سم من الاعلى وعرضه (50) سم على بعد (75) سم اثنان منهما باتجاه اللاعب المختبر في النقطة الاولى والثانية والآخران باتجاه اللاعب المختبر من جهة القطع عند النقطة الثالثة.
  - \* وضع شاخص على نهاية خط الرمية الحرة (جهة اليسار للنقطة المركزية) من اجل اجبار اللاعب المختبر على الدخول إلى داخل المنطقة من جانبه.
  - \* تحدد نقطة أمامية واحدة على بعد (8.35) م من النقطة المركزية وتمثل وقفة احد أفراد فريق العمل الذي يسلم الكرة.
- وصف الأداء:
- \* يقف اللاعب المختبر على النقطة الجانبية والمؤشرة على الارض (على جهة اليسار البعيدة عن النقطة المركزية) وفي الوقت نفسه يقف احد افراد فريق العمل ومعه الكرة على النقطة الامامية المحدودة له.
  - \* عند إشارة البدء (صافرة) يتم تسليم الكرة (مناولة صدرية باليدين) من الامام للاعب المختبر الذي يؤدي الاستلام والطبقة العالية مباشرة باتجاه النقطة داخل المنطقة لأداء التصويب بالقفز (نقطتان) لمحاولة واحدة، ومن ثم الرجوع إلى النقطة نفسها لأداء محاولة أخرى باتجاه النقطة الجانبية (على جهة اليسار للنقطة المركزية) بعد ان تسلم الكرة مرة ثانية، ومن ثم الرجوع إلى النقطة نفسها لتكملة المحاولات الثماني بالطريقة نفسها وبالتبادل.



\* يؤدي اللاعب المختبر عشر محاولات مقسمة إلى خمس محاولات باتجاه داخل المنطقة، وأخرى باتجاه النقطة الجانبية بالتبادل.

- شروط الاختبار:

\* السرعة في الأداء، ومساعدة اللاعب المختبر لأداء المحاولات من أماكنها المحددة، ويقوم احد أفراد الفريق العمل الواقف على النقطة الأمامية بتسلم (10) كرات متتالية وعلى وفق وصف الأداء، ولكل لاعب محاولتان خاطئتان فقط.

- إدارة الاختبار:

\* مؤقت: يقوم بإعطاء إشارة البدء فضلاً عن حساب الزمن المستغرق لأداء الاختبار.

\* مسجل: يقوم بالنداء على الاسماء أولاً وتأشير كل من المحاولات الناجحة والفاشلة والزمن ثانياً.

- حساب الدرجة:

\* يحسب الوقت منذ استلام اللاعب المختبر للكرة حتى نهاية المحاولة العاشرة بعد ان تترك الكرة يد اللاعب المختبر.

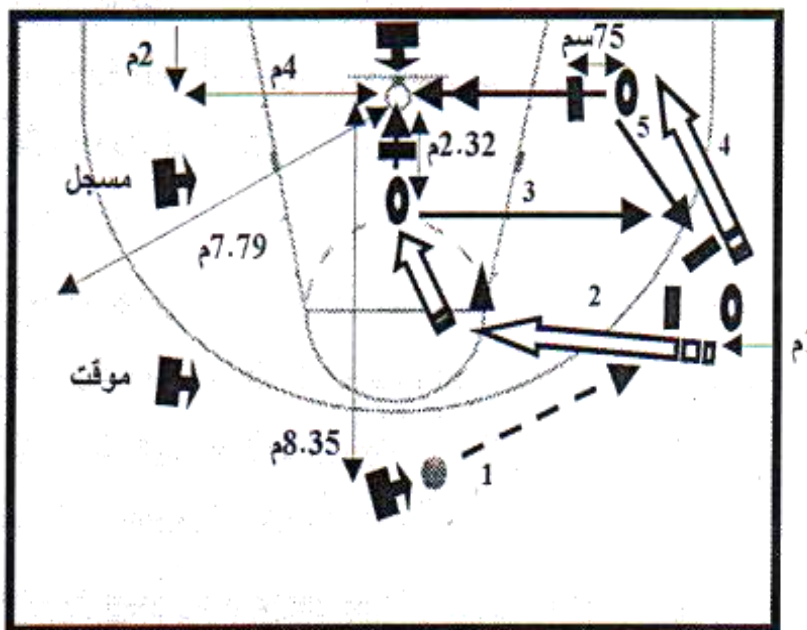
\* تقسيم الزمن على (60) ثانية.

\* تحسب للاعب درجة عن كل حالة تصويب بالقفز ناجحة.

\* تحسب للاعب (صفر) عن كل حالة تصويب بالقفز فاشلة.

\* جمع درجات (الدقة) المحاولات الناجحة.

\* الدرجة الكلية (النهائية) تقسم ناتج الدقة على الزمن.



الشكل (2) يوضح اختبار الاستلام والطبقة العالية المنتهية بالتصويب بالقفز (نقطتان)

- 3- الاختبار الثالث: (فارس سامي يوسف ، 2006 ، ص127)
- الغرض من الاختبار: قياس القدرة على الاستلام والطبقة العالية المنتهية بالتصويب السلمي.
- اللادوات اللازمة: ملعب كرة السلة، وأربعة حواجز، وشاخص، وكرات سلة عدد (8) قانونية، وشريط قياس جلدي (20) م، وشريط لاصق، وساعة توقيت الكترونية، وكريسيان، وصافرة.
- الإجراءات:
- \* تحدد نقطة مركزية أسفل السلة يعتمد عليها في تأشير النقاط الرئيسية (الشكل 3) .
  - \* تحدد نقطتان الأولى منها امامية ببعدها (8.35) م عن النقطة المركزية، والثانية على الجانب اليسار ببعدها (7.79) م عن النقطة المركزية، والتي بدورها تبعد عن الخط الجانبي (1) م، وتمثلان وقفة اللاعب المختبر.
  - \* وضع أربعة حواجز ارتفاع العمود لكل منها (2) م والحاجز المعلق على كل واحدة منها بطول (100) سم من الأعلى وعرضه (50) سم اثنان منها على بعد (75) سم وبشكل مواجه للاعب المختبر، والآخران يمين ويسار النقطة المركزية داخل المنطقة ببعدها (3.85م، 2.21م) على التوالي.
  - \* وضع شاخص على بعد (50) سم عن نهاية الرمية الحرة (جهة اليسار للنقطة المركزية) من اجل الفصل بالدخول للاعب المختبر الى داخل المنطقة من الجانبين (اليمين واليسار).
  - \* تحدد نقطتان الأولى منها امامية وعلى بعد (8.35) م عن النقطة المركزية، والثانية على الجانب اليسار البعيد ببعدها (7.79) م والتي تبعد عن الخط الجانبي (2) م وتمثلان وقفة احد افراد العمل الذي يسلم الكرة لكل نقطة.
- وصف اللاداء:
- \* يقف اللاعب المختبر على النقطة الأولى (الأمامية) والمؤشرة على الأرض وفي الوقت نفسه، يقف اثنان من أفراد فريق العمل ومعهم الكرة على النقطتين المحدودتين.
  - \* عند إشارة البدء (صافرة) يتم تسليم الكرة (مناولة صدرية باليدين) من الجانب الأيمن للاعب المختبر الذي يؤدي الاستلام والطبقة العالية مباشرة باتجاه السلة وعلى يمين الشاخص الموجودة لأداء التصويب السلمي لمحاولة واحدة (التسليم يكون من الجانب الأيمن)، ومن ثم الانتقال الى النقطة الثانية (الجانبية) لأداء محاولة أخرى باتجاه السلة وعلى يسار الشاخص الموجود (التسليم يكون من النقطة الأمامية ومن ثم الرجوع الى النقطة الأولى (الأمامية) لتكملة المحاولات الست بالطريقة نفسها وبالتبادل.

\* يؤدي اللاعب المختبر ثماني محاولات مقسمة الى (أربع محاولات من النقطة الأولى وأربع محاولات من النقطة الثانية وبالتبادل).

- شروط الاختبار:

\* السرعة في الأداء، ومساعدة اللاعب المختبر لأداء المحاولات من أماكنها المحددة، ويقوم احد أفراد فريق العمل الواقف على يسار اللاعب المختبر بتسليم (4) كرات و(4) كرات من قبل احد أفراد فريق العمل الثاني الواقف على يمين اللاعب المختبر بالتبادل وعلى وفق وصف الأداء، ومراقبة الخطوات الصحيحة والذراع الصحيحة للتصويب السلمي، ولكل لاعب محاولتان خاطئتان فقط.

- إدارة الاختبار:

\* مؤقت: يقوم بإعطاء إشارة البدء فضلاً عن حساب الزمن المستغرق لأداء الاختبار.

\* مسجل: يقوم بالنداء على الأسماء أولاً وتأشير كل من المحاولات الناجحة والفاشلة والزمن ثانياً.

- حساب الدرجة:

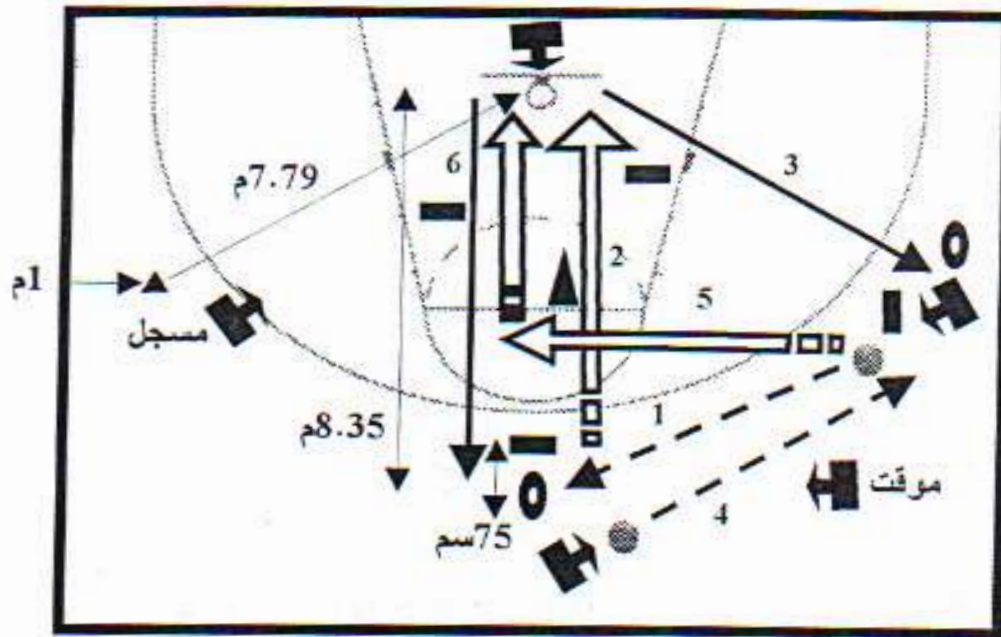
\* يحسب الوقت منذ تسلّم اللاعب المختبر الكرة حتى نهاية المحاولة العاشرة بعد ان تترك الكرة يد اللاعب المختبر.

\* تقسيم الزمن على (60) ثانية.

\* تحسب للاعب (صفر) عن كل حالة تصويب سلمية فاشلة او اداء غير صحيح.

\* جمع درجات (الدقة) المحاولات الناجحة.

\* الدرجة الكلية (النهائية) تقسيم ناتج الدقة على الزمن.



الشكل (3) يوضح اختبار الاستنمام والطبطقة العالية المنتهية بالتصويب السلمي

2-4-3 التجربة الاستطلاعية:

قامت الباحثة بإجراء تجربة استطلاعية تخص اختبارات البحث والتي طبقت على عينة التجربة الاستطلاعية التي تكونت من (4) لاعبين من اندية بغداد وكان الهدف من هذه الاختبارات هو:

- معرفة الوقت اللازم لتنفيذ الاختبارات.
- معرفة صلاحية الأدوات والأجهزة المستخدمة في البحث.
- معرفة مدى تقبل عينة البحث للاختبارات الموضوعية.

2-4-4 الاختبار القبلي:

قامت الباحثة بإجراء الاختبار القبلي على عينة البحث البالغ عددهم (12) لاعب في تمام الساعة العاشرة صباحاً في قاعة الشعب المغلقة.

2-4-5 المنهج التدريبي:

قامت الباحثة بإعداد مجموعة من التمرينات الهجومية المركبة (ملحق 1) في كرة السلة لتطوير المهارات الهجومية المركبة على المجموعة التجريبية، إذ تفرض هذه التمرينات الى تطوير المهارات الهجومية بالإضافة الى تعليم اللاعبين على الربط بين هذه المهارات لكي تحاكي واقع اللعب الذي يفرض على اللاعبين اداء المهارات بصورة متصلة هذا من جانب، ومن الجانب الاخر استثمار الوقت والجهد في تطوير اكثر من مهارة في ان واحد، إذ تم تطبيق التمرينات الخاصة كالتالي:

- كانت مدة تطبيق التمرينات الهجومية المركبة (8) اسبوع.
- كان عدد مرات تطبيق التمرينات (3) وحدة في الاسبوع في الايام (السبت، والاثنين، والخميس).
- كان زمن اداء التمرينات الهجومية المركبة (60) دقيقة.
- كان زمن الراحة بين التمرينات (1) دقيقة.

2-4-6 الاختبار البعدي:

بعد الانتهاء من تطبيق التمرينات المقترحة على المجموعة التجريبية، قامت الباحثة بإجراء الاختبار البعدي وبالسلوب نفسه الذي تمت فيه اجراء الاختبار القبلي وبالمكان نفسه.

2-5 الوسائل الاحصائية:

- استخدمت الباحثة الحقيبة الاحصائية الجاهزة (SPSS) لاستخراج القوانين التاتية:
- قانون النسبة المئوية. - الوسط الحسابي. - الانحراف المعياري. - الوسيط.
- اختبار (t-test) للعينات المترابطة. - اختبار (t-test) للعينات غير المترابطة.

3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

3-1 عرض نتائج متغيرات البحث للمجموعة التجريبية بين الاختبارين القبلي والبعدي وتحليلها ومناقشتها:

الجدول (2)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وفرق الأوساط الحسابية وانحرافه المعياري وقيمة (t) المحسوبة ودلالة الفروق للمجموعة التجريبية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي في اختبارات البحث

| المتغيرات       | الاختبار القبلي |       | الاختبار البعدي |       | ف     | ع ف   | قيمة (t) المحسوبة | مستوى الخطأ | معنوية الفروق |
|-----------------|-----------------|-------|-----------------|-------|-------|-------|-------------------|-------------|---------------|
|                 | س               | ع±    | س               | ع±    |       |       |                   |             |               |
| الاختبار الاول  | 27.086          | 1.042 | 59.543          | 1.829 | 32.08 | 0.735 | 97.485            | 0.000       | معنوي         |
| الاختبار الثاني | 4.523           | 0.335 | 9.33            | 0.333 | 4.834 | 0.487 | 22.173            | 0.000       | معنوي         |
| الاختبار الثالث | 2.621           | 0.132 | 7.553           | 0.337 | 4.828 | 0.242 | 44.494            | 0.000       | معنوي         |

(\* ) درجة الحرية (6-1=5).

(\* ) دال إذا كان مستوى الخطأ أصغر من مستوى الدلالة (0.05).

يتبين من الجدول (2):

- في الاختبار الاول: بلغ الوسط الحسابي في الاختبار القبلي (27.086) بانحراف معياري (1.042)، وبلغ الوسط الحسابي في الاختبار البعدي (59.543) بانحراف معياري مقداره (1.829) على التوالي، وبلغ فرق الأوساط الحسابية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي (32.08) بانحراف معياري للفروق (0.735)، وبلغت (t) المحسوبة (97.485)، في حين كان مستوى الخطأ (0.000)، مما يدل على معنوية الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي عند مستوى الدلالة (0.05) أمام درجة حرية (5) ولصالح الاختبار البعدي.

- في الاختبار الثاني: بلغ الوسط الحسابي في الاختبار القبلي (4.523) بانحراف معياري (0.335)، وبلغ الوسط الحسابي في الاختبار البعدي (9.33) بانحراف معياري مقداره (0.333) على التوالي، وبلغ فرق الأوساط الحسابية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي (4.834) بانحراف معياري للفروق (0.487)، وبلغت (t) المحسوبة (22.173)، في حين كان مستوى الخطأ (0.000)، مما يدل على معنوية الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي عند مستوى الدلالة (0.05) أمام درجة حرية (5) ولصالح الاختبار البعدي.

- في الاختبار الثالث: بلغ الوسط الحسابي في الاختبار القبلي (2.621) بانحراف معياري (0.132)، وبلغ الوسط الحسابي في الاختبار البعدي (7.553) بانحراف معياري مقداره (0.337) على التوالي، وبلغ فرق الأوساط الحسابية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي (4.828) بانحراف معياري للفروق (0.242)، وبلغت (t) المحسوبة (44.494)، في حين

كان مستوى الخطأ (0.000)، مما يدل على معنوية الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي عند مستوى الدلالة (0.05) أمام درجة حرية (5) ولصالح الاختبار البعدي. من خلال عرض وتحليل الجدول (2) يتبين بان هناك فروق ذات دلالة احصائية في المهارات الهجومية المركبة للمجموعة التجريبية، وهذا ما يدل على وجود تطور في هذه المهارات، ويعزو الباحث سبب ذلك الى فاعلية التمرينات المقترحة من قبل الباحثة في تطوير هذه المهارات، فان التمارين المقترحة كانت تتصف بسرعة الاداء والدقة وهذا ما فرض على اللاعبين زيادة تركيزهم في اداء المهارات، اذ ان عملية التنوع في التمارين فرضت على المتعلم ان يركز بصورة اكبر من اجل اداء المهارات المتداخلة، اذ اوضح (Magill) بان " ظاهرة التداخل في بيئة التعلم هدفها تنظيم التمرين وتنويعه بشكل افضل في التعلم، مما يزيد من تعلمه "

2-3 عرض نتائج متغيرات البحث للمجموعة الضابطة بين الاختبارين القبلي والبعدي وتحليلها:

### الجدول (3)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وفرق الأوساط الحسابية وانحرافه المعياري وقيمة (t) المحسوبة ودلالة الفروق للمجموعة الضابطة بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي في اختبارات البحث

| المتغيرات       | الاختبار القبلي |       | الاختبار البعدي |       | ف      | ع ف   | قيمة (t) المحسوبة | مستوى الخطأ | معنوية الفروق |
|-----------------|-----------------|-------|-----------------|-------|--------|-------|-------------------|-------------|---------------|
|                 | س               | ع±    | س               | ع±    |        |       |                   |             |               |
| الاختبار الاول  | 27.331          | 1.096 | 43.016          | 2.577 | 15.685 | 3.289 | 11.678            | 0.000       | معنوي         |
| الاختبار الثاني | 4.363           | 0.335 | 7.17            | 0.254 | 2.806  | 0.469 | 14.637            | 0.000       | معنوي         |
| الاختبار الثالث | 2.598           | 0.162 | 4.476           | 0.283 | 1.878  | 0.325 | 14.146            | 0.000       | معنوي         |

(\* ) درجة الحرية (5-1=4).

(\* ) دال عند مستوى الدلالة (0.05) إذا كان مستوى الخطأ أصغر من مستوى الدلالة.

يتبين من الجدول (3):

- في الاختبار الاول: بلغ الوسط الحسابي في الاختبار القبلي (27.331) بانحراف معياري (1.096)، وبلغ الوسط الحسابي في الاختبار البعدي (43.016) بانحراف معياري مقداره (2.577) على التوالي، وبلغ فرق الأوساط الحسابية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي (15.685) بانحراف معياري للفروق (3.289)، وبلغت (t) المحسوبة (11.678)، في حين كان مستوى الخطأ (0.000)، مما يدل على معنوية الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي عند مستوى الدلالة (0.05) أمام درجة حرية (5) ولصالح الاختبار البعدي.

- في الاختبار الثاني: بلغ الوسط الحسابي في الاختبار القبلي (4.363) بانحراف معياري (0.335)، وبلغ الوسط الحسابي في الاختبار البعدي (7.17) بانحراف معياري مقداره (0.254) على التوالي، وبلغ فرق الأوساط الحسابية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي (2.806) بانحراف معياري للفرق (0.469)، وبلغت (t) المحسوبة (14.637)، في حين كان مستوى الخطأ (0.000)، مما يدل على معنوية الفرق بين الاختبارين القبلي والبعدي عند مستوى الدلالة (0.05) أمام درجة حرية (5) ولصالح الاختبار البعدي.

- في الاختبار الثالث: بلغ الوسط الحسابي في الاختبار القبلي (2.598) بانحراف معياري مقداره (0.162)، وبلغ الوسط الحسابي في الاختبار البعدي (4.476) بانحراف معياري مقداره (0.283) على التوالي، وبلغ فرق الأوساط الحسابية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي (1.878) بانحراف معياري للفرق (0.325)، وبلغت (t) المحسوبة (14.146)، في حين كان مستوى الخطأ (0.000)، مما يدل على معنوية الفرق بين الاختبارين القبلي والبعدي عند مستوى الدلالة (0.05) أمام درجة حرية (5) ولصالح الاختبار البعدي.

من خلال عرض وتحليل الجدول (3) يتبين بان هناك فروق ذات دلالة احصائية في المهارات الهجومية المركبة للمجموعة الضابطة، وهذا ما يدل على وجود تطور في هذه المهارات، ويعزو الباحث سبب ذلك الى فاعلية المنهج التدريبي المعد من قبل المدرب الذي عمل تطوير المهارات الاساسية بكرة السلة للمعاقين.

3-3 عرض نتائج متغيرات البحث بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي وتحليلها ومناقشتها:

#### الجدول (4)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة ودلالة الفرق بين مجموعتي البحث

| المتغيرات       | المجموعة التجريبية |       | المجموعة الضابطة |       | قيمة (t) المحسوبة | مستوى الخطأ | دلالة الفرق |
|-----------------|--------------------|-------|------------------|-------|-------------------|-------------|-------------|
|                 | ع                  | س     | ع                | س     |                   |             |             |
| الاختبار الاول  | 59.543             | 1.829 | 43.016           | 2.577 | 12.808            | 0.000       | معنوي       |
| الاختبار الثاني | 9.33               | 0.333 | 7.17             | 0.254 | 12.617            | 0.000       | معنوي       |
| الاختبار الثالث | 7.553              | 0.337 | 4.476            | 0.283 | 17.114            | 0.000       | معنوي       |

(\* ) درجة الحرية (6+6)-2=10.

(\* ) معنوي إذا كان مستوى الخطأ أصغر من مستوى الدلالة (0.05).

من الجدول (4) يتبين:

- في الاختبار الاول: بلغ الوسط الحسابي للمجموعة التجريبية (59.543) بانحراف معياري (1.829)، وبلغ الوسط الحسابي للمجموعة الضابطة (43.016) بانحراف معياري (2.577)، وبلغت (t) المحسوبة (12.808)، وبمستوى خطأ (0.000)، مما يدل على معنوية الفروق بين مجموعتي البحث عند مستوى الدلالة (0.05) وأمام درجة حرية (10) ولصالح المجموعة التجريبية.

- في الاختبار الثاني: بلغ الوسط الحسابي للمجموعة التجريبية (9.33) بانحراف معياري (0.333)، وبلغ الوسط الحسابي للمجموعة الضابطة (7.17) بانحراف معياري (0.254)، وبلغت (t) المحسوبة (12.617)، وبمستوى خطأ (0.000)، مما يدل على معنوية الفروق بين مجموعتي البحث عند مستوى الدلالة (0.05) وأمام درجة حرية (10) ولصالح المجموعة التجريبية.

- في الاختبار الثالث: بلغ الوسط الحسابي للمجموعة التجريبية (7.553) بانحراف معياري (0.337)، وبلغ الوسط الحسابي للمجموعة الضابطة (4.476) بانحراف معياري (0.283)، وبلغت (t) المحسوبة (17.114)، وبمستوى خطأ (0.000)، مما يدل على معنوية الفروق بين مجموعتي البحث عند مستوى الدلالة (0.05) وأمام درجة حرية (10) ولصالح المجموعة التجريبية.

من خلال عرض وتحليل الجدول (4) يتبين بان هناك فروق ذات دلالة احصائية في المهارات الهجومية المركبة بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي ولصالح المجموعة التجريبية، وهذا ما يدل على فاعلية التمرينات المقترحة كانت اكثر فاعلية في من المنهج التدريبي للمجموعة الضابطة في تطوير المهارات الاساسية بكرة السلة لأنها عملت على الربط بين اكثر من مهارة في التمرين الواحد، وان هذه التداخل والتنوع في التداخل توصل اللاعب الى حالات جديدة ومتغيرات مختلفة في الاداء وبتوقيات مختلفة ومن اماكن متعددة مما يزيد من سيطرة المتعلم ويؤدي الى زياده التحكم والسيطرة على الاداء لمواجهة المتغيرات الطارئة في اللعب ضمن مده محدده للتعلم " (ظافر هاشم الكاظمي ، 2002 ، ص48) وإن تنوع التمرينات في المنهاج التدريبي أعطى رغبة وتشويقاً في أدائها على ألا تكون رتيبة وعلى نمط واحد وتؤدي إلى الملل.



4- الاستنتاجات والتوصيات:

4-1 الاستنتاجات:

- 1- ان التمرينات الهجومية المركبة عملت على تطوير دقة وسرعة اداء المهارات الاساسية بكرة السلة.
- 2- ان المنهج التدريبي المعد من قبل المدرب عملت على تطوير دقة وسرعة اداء المهارات الاساسية بكرة السلة.
- 3- ان التمرينات الهجومية المركبة عملت على تطوير عملت على تطوير دقة وسرعة اداء المهارات الاساسية بكرة السلة بصورة افضل من المنهج التدريبي المعد من قبل الباحث.

4-2 التوصيات:

- 1- استخدام التمرينات الهجومية المركبة في تطوير المهارات الاساسية بكرة السلة.
- 2- استخدام التمرينات الهجومية المركبة على عينات اخرى.
- 3- استحداث تمرينات هجومية مركبة جديدة لتطوير المهارات بصورة اكثر.
- 4- استحداث تمرينات مركبة في العاب اخرى.

المصادر

- انيتا بين؛ تدريبات بناء العضلات وزيادة القوة: (القاهرة، دار الفاروق، 2004).
- ظافر هاشم الكاظمي؛ الاسلوب التدريبي المتداخل وتأثيره في التعلم والتطور من خلال الخيارات التنظيمية المكانية لبيئة تعليم التنس: (اطروحة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، 2002).
- فراس سامي يوسف؛ بناء وتقنين بطارية اختبار لقياس بعض المهارات الهجومية المركبة بكرة السلة للشباب: (أطروحة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، 2006).
- فراس مطشر عبد الرضا؛ تطوير القوة الخاصة بأسلوب البلايومترك وتأثيرها في بعض القدرات اللاأوكسجينية والمهارات الهجومية المركبة لدى لاعبي كرة السلة الشباب بأعمار (18 سنة فما دون): (اطروحة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، 2010).
- ليث محمد عبد الرزاق؛ تأثير تحمل القدرة في أداء بعض المهارات الهجومية المركبة بكرة السلة في بغداد بأعمار (16-18): (رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، 2009).
- Magill, A. Richard; Motor Learning, Boston, McGraw Hill, 5th edit, 1998.

الملحق (1)

أنموذج للتمرينات الهجومية المركبة

| ت | التمارين  | التكرارات | المجاميع |
|---|---|-----------|----------|
| 1 | رمي كرة طبية مع الزميل واداء الرمية الصدرية مع الزميل ثم استلام الكرة والطبطة بصورة متعرجة بين الشواخص واداء التهديفة السلمية واستلام الكرة واعطائها الى الزميل | 5         | 4        |
| 2 | رمي كرة طبية مع الزميل اداء الطبطة العالية لمدة عشرة ثواني ثم التحويل الى الطبطة الواطنة وعند سماع الصافرة يقوم بأداء التهديف باليدين من الثبات                 | 5         | 4        |
| 3 | رمي كرة طبية مع الزميل استلام الكرة من الحركة واداء التهديف السلمي واستلام الكرة من الهدف والدوران واداء التصويب باليدين  | 5         | 4        |
| 4 | رمي كرة طبية مع الزميل الطبطة الواطنة ثم اداء الدوران والحجز واداء التصويبة السلمية واستلام الكرة والطبطة واداء التصويبة من الثبات                              | 5         | 4        |
| 5 | رمي كرة طبية مع الزميل ثم اداء التحرك بالكرة الى الامام من منتصف الملعب واداء التصويبة السلمية  | 5         | 4        |
| 6 | رمي كرة طبية مع الزميل ثم اداء التصويب من الثبات (3) نقاط واستلام الكرة والذهاب الى الزاوية الاخرى واداء التصويبة من الثبات (3) نقاط.                           | 5         | 4        |