

أثر استخدام الأسلوبين المنفرد والمزدوج في درس التربية الرياضية لتطوير بعض المهارات الهجومية بكرة السلة

بحث تجريبي
على طالبات الصف الرابع الاعدادي
بأعمار (15 - 16) سنة

رسالة مقدمة إلى
مجلس كلية المعلمين / جامعة ديالى
وهي جزء من متطلبات نيل درجة الماجستير تربية - طرائق
تدريس
التربية الرياضية

من قبل
سحر حر مجيد

بإشراف
أ.د. علي تركي مصلح
أ.د. ناظم
كاظم جواد

1423 هـ
2002 م

- ب -

b

((وَيَسْأَلُونَكَ عَنِ الرُّوحِ
قُلِ الرُّوحُ مِنْ أَمْرِ رَبِّي
وَمَا أُوتِيتُمْ مِنَ الْعِلْمِ إِلَّا
قَلِيلًا))

صدق الله العظيم

(الاسراء: 85)

- ج -

إقرار المشرفين

نشهد إن إعداد هذه الرسالة الموسومة بـ (اثر استخدام الاسلوبين المنفرد والمزدوج

في درس التربية الرياضية لتطوير بعض المهارات الهجومية لكرة السلة) .

والمعدة من قبل طالبة الماجستير (سحر حرمجيد) قد تمت تحت إشرافنا في كلية

المعلمين / جامعة ديالى ، وهي جزء من متطلبات نيل درجة الماجستير تربية - طرائق تدريس

التربية الرياضية .

التوقيع :

المشرف : أ.د. ناظم كاظم جواد

التاريخ : / / 2002

التوقيع :

المشرف : أ.د. علي تركي مصلح

التاريخ : / / 2002

بناء على التعليمات والتوصيات المقدمة ، أشرح هذه الرسالة للمناقشة

الدكتور

عبد الرزاق عبد الله زيدان العنبي

رئيس قسم الدراسات العليا

كلية المعلمين جامعة ديالى

2002 / /

إقرار المقوم اللغوي

أشهد بأن الرسالة مقدمة من الطالبة (سحر حر مجيد) والموسومة بـ (اثر استخدام الاسلوبين المنفرد والمزدوج في درس التربية الرياضية لتطوير بعض المهارات الهجومية بكرة السلة) قد جرى مراجعتها من الناحية اللغوية بإشرافي وإنها مصاغة بأسلوب علمي يخلو من الأخطاء النحوية غير الصحيحة ولأجله وقعت .

التوقيع :

د. يونس هاشم مجيد

كلية المعلمين - جامعة ديالى

التاريخ : / / 2002

إقرار المقوم الفكري

أشهد بأن الرسالة مقدمة من الطالبة (سحر حر مجيد) والموسومة بـ (اثر استخدام الاسلوبين المنفرد والمزدوج في درس التربية الرياضية لتطوير بعض المهارات الهجومية بكرة السلة) قد تمت مراجعتها من الناحية الفكرية تحت اشرافي، ولأجله وقعت.

التوقيع :

أ.م.د. نبيل محمود شاكر السعدي

كلية المعلمين - جامعة ديالى

التاريخ : / / 2002

- ه -

إقرار لجنة المناقشة والتقويم

نشهد نحن أعضاء لجنة المناقشة والتقويم إننا اطلعنا على هذه الرسالة الموسومة
ب (**اثر استخدام الاسلوبين المنفرد والمزدوج في درس التربية الرياضية لتطوير بعض
المهارات الهجومية بكرة السلة**) .

والمعدة من قبل طالبة الماجستير (**سحر حر مجيد**) وقد ناقشنا الطالبة بمحتوياتها وفيما
له علاقة بها ونقر إنها جديرة بالقبول لنيل درجة ماجستير تربية - طرائق تدريس التربية
الرياضية .

| | |
|------------------------|------------------------|
| التوقيع : | التوقيع : |
| أ.م.د. نبيل عبد الوهاب | م.د. خالد نجم عبد الله |
| عضو اللجنة | عضو اللجنة |
| التاريخ : / / 2002 | التاريخ : / / 2002 |

التوقيع :

أ.م.د. نبيل محمود شاكر

رئيس اللجنة

التاريخ : / / 2002

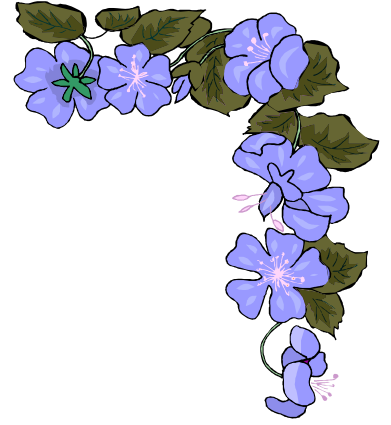
صدقت الرسالة من قبل مجلس كلية المعلمين - جامعة ديالى

أ . م . د .

عبد الرزاق عبد الله زيدان العنكي

العميد

2002 / /



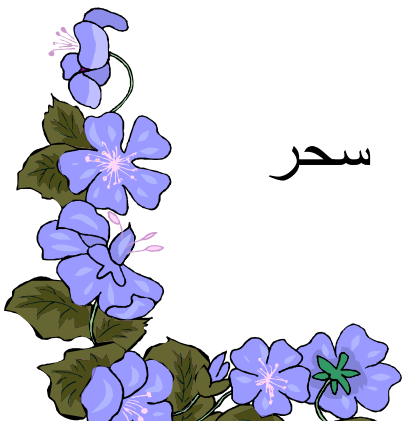
الإهداء

لو كانت الكلمات تحكي عن أمتنان قلب وفي
لجعلت من اليم مدادا لكلماتي ولكن هل أفي ؟
أبا وأما سعيا وجاهدا وساندا فأوصلاني هدفي
لا بكلمات بل بعمل دؤوب وعسارة فكر
أصطفي أمي وأبي ...

إلى نجوم في سماء عمري تضيء أخوتي
وأخواتي ...

إلى تلك الموجة التي أزررتي بروحها شكرا
وامتنانا ...

أهدي ثمرة جهدي المتواضع



- ز -

شكر وتقدير

الحمد لله الذي له ما في السماوات وما في الأرض وله الحمد في الآخرة وهو الحكيم الخبير . والصلاة والسلام على سيد المرسلين محمد (صلى الله عليه وسلم) وعلى آله الطيبين الطاهرين ... وبعد

أما وقد يسر لي الله عز وجل اعداد هذه الرسالة ، يدعوني واجب الوفاء والعرفان بالجميل أن أتقدم بجزيل الشكر وخالص الامتنان الى الاستاذين الفاضلين الدكتور علي تركي والدكتور ناظم كاظم المشرفين على الرسالة وذلك لما قدماه لي من ملاحظات قيمة وتوجيهات مستمرة . كما ويسعدني أن أقدم وافر الاحترام والتقدير الى رئيس واعضاء لجنة المناقشة على ما أبدوه من توجيهات علمية زادت من رصانة البحث .

ويسرني أن أتقدم بالشكر إلى عمادة كلية المعلمين - جامعة ديالى لتوفيرها فرصة إكمال الدراسة ، وتقديرا واعتزازا للجهود التي بذلها الدكتور نبيل محمود السعدي والدكتور عدنان الجبوري والدكتور خالد نجم والدكتور رعد جابر والدكتور حسين علي والدكتور حازم علوان والسيد سلوان صالح على كل ما قدموه من مساعدة ومشورة علمية .

وكما ويطيب لي أن أسجل عميق شكري وامتناني الى مديرية النشاط الرياضي في ديالى وأخص بالذكر السيد لطيف جلوب والسيد عبد الرزاق عبود وإلى إدارة مدرسة ثانوية الازدهار وإدارة مدرسة ثانوية الحوراء على تعاونهم وتذليل الصعوبات أمامي .

وأود أيضا أن أشكر رئاسة قسم التربية الرياضية في كلية المعلمين وإلى السيد أياد حميد والسيد حيدر شاكر .

كما أتقدم بالشكر إلى السيد أحمد إحسان وكل العاملين في مكتب النهضة للطباعة لجهودهم الرائعة والتميزة في طبع وإخراج الرسالة بالشكل الذي هي عليه .

ويسعدني ويشرفني أن أقدم وافر التقدير والاحترام الى فريق العمل لجهودهم واخلاصهم الكبير في تقديم المساعدة والعون وهم (أزهار حسن، ناهدة جليل ، سلوى كاظم ، سها عباس ، علي سموم ، وليد جليل ، عدي مهدي) .

ويسرني أن أتقدم بالشكر والعرفان الى الدكتور يونس هاشم لاغنائه الرسالة بملاحظاته النحوية واللغوية الدقيقة .

- ح -

وأثمن جهود العاملين في مكتبة كلية المعلمين - جامعة ديالى ومكتبة كلية التربية الرياضية - جامعة ديالى ، ومكتبة كلية التربية الرياضية - جامعة بغداد على ما أبدوه من مساعدة وطيب التعامل .

ومن باب الحب والوفاء أتقدم بالشكر والامتنان الى زملائي طلاب الدراسات العليا لما قدموه لي من دعم معنوي طيلة مدة الدراسة .

كما ويطيب لي أن أقدم شكري وامتناني للدكتور (خليل اسماعيل رجييه) والست نغم جعفر على جهودهم القيمة في ترجمة ملخص الرسالة باللغة الانكليزية .

وأقدم شكري وتقديري واعتزازي الى من بفضل دعواتهم ورضاهم عني حققت ما أنا فيه (والدي ووالدتي) . أمد الله في عمريهما اللذان سانداني في مسيرتي العلمية . وإلى (أخوتي وأخواتي) . لتشجيعهم الدائم وجزاهم الله خيرا ووفقهم جميعا .

وأتضرع الى الله عز وجل أن أكون قد وفيت كل ذي حق حقه . ولم أنس أحداً ممن لهم حق علي وألتمس العفو عن ذلك وللجميع مني كل الشكر والتقدير .

الباحث

- ط -

ملخص الرسالة

العنوان

أثر استخدام الأسلوبين المنفرد والمزدوج في درس التربية
الرياضية لتطوير بعض المهارات الهجومية بكرة السلة

بحث تجريبي

على طالبات الصف الرابع الإعدادي بأعمار (15 - 16) سنة

الباحث : سحر حر مجيد

بإشراف : أ.د. علي تركي مصلح

أ.د. ناظم كاظم جواد

1423هـ - 2002م

أشتملت الرسالة على خمسة أبواب هي :

الباب الأول :

التعريف بالبحث احتوى هذا الباب على مقدمة البحث وبيان أهميته إذ تم التعرف على مدى التطور الحاصل في المجال الرياضي بشكل عام وبكرة السلة بشكل خاص وبيان ضرورة تنمية وبناء المهارات الأساسية بكرة السلة مبتدئين بالأعمار المبكرة ، كما تم توضيح أهمية اتباع الأساليب العلمية في إعداد المنهج التعليمي ، أما مشكلة البحث فترتكز في عدم استخدام الأساليب الحديثة في تعليم وتطوير المهارات الهجومية بكرة السلة لطالبات الصف الرابع الإعدادي ، مما خلق وضعاً لا يتلاءم وطبيعة التطور الذي تشهده اللعبة في نواحيها البدنية والمهارية والخطية .

ويهدف البحث الى :

- معرفة أثر استخدام الأسلوبين المنفرد والمزدوج في تطوير بعض المهارات الهجومية بكرة السلة لدى طالبات الصف الرابع الإعدادي بأعمار (15-16) سنة .
- معرفة أي من الأسلوبين أفضل بتطوير بعض المهارات الهجومية بكرة السلة لدى طالبات الصف الرابع الإعدادي بأعمار (15-16) سنة .
- إعداد تمارين خاصة بالأسلوب المنفرد وتمارين خاصة بالأسلوب المزدوج لتطوير بعض المهارات الهجومية بكرة السلة لدى طالبات الصف الرابع الإعدادي بأعمار (15-16) سنة .

- ي -

وكانت فروض البحث :-

- وجود فروق معنوية ذات دلالة احصائية بين المجاميع الثلاث (الضابطة والتجريبيتين) ولصالح المجموعتين التجريبيتين .
- وجود فروق معنوية ذات دلالة احصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي .
- وجود فروق معنوية ذات دلالة احصائية بين الاسلوبين ولصالح الاسلوب المزدوج .

أما مجالات البحث فشملت :-

- المجال البشري : طالبات الصف الرابع الاعدادي بأعمار (15-16) سنة .
- المجال الزمني : للفترة من 2001/10/2 ولغاية 2001/12/8 .
- المجال المكاني : ملعب ثانوية الازدهار وملعب ثانوية الحوراء .

الباب الثاني

الدراسات النظرية والمشابهة

تناول هذا الباب الدراسات النظرية التي كانت لها علاقة بالبحث اذ تم التطرق الى مفهوم الاسلوب المنفرد ، مفهوم الاسلوب المزدوج ، مهارة والاداء الماهر ، الاعداد المهاري في المجال الرياضي ، مراحل اكتساب الاداء المهاري ، خطوات اكتساب القدرات المهارية ، مساهمة الاحساس في الاداء الماهر ، المهارات الاساسية بكرة السلة ، فضلا عن ذلك تم عرض دراسات مشابهة عرضا موجزا لدعم الرسالة من الناحية العلمية .

الباب الثالث

منهجية البحث واجراءاته الميدانية

احتوى هذا الباب على المنهج المستخدم في البحث وهو المنهج التجريبي . كما تم اختيار عينة البحث من طالبات الصف الرابع من ثانوية الحوراء للبنات وثانوية الازدهار للبنات في محافظة ديالى حيث كان مجموع العينة (60) طالبة ، تم تقسيمهن الى ثلاث مجموعات (مجموعتين تجريبيتين ومجموعة ضابطة) وبواقع (20) طالبة لكل مجموعة ، كما تضمن هذا الباب التجربة الاستطلاعية والاختبارات المختارة (اختبار المناولة الصدرية ، اختبار الطبطبة المتعرجة ، اختبار التهديد الامامي ، اختبار التهديد الجانبي) التي حددت تفاصيل كل منها في متن الرسالة ، والبرنامج المقترح من قبل الباحث ، كما استخدم (الوسط الحسابي ، الانحراف المعياري ، معامل الالتواء ، اختبار (T) ، اختبار (F) ، قيمة (LSD) كوسائل احصائية لمعالجة البيانات .

الباب الرابع

عرض وتحليل نتائج الاختبارات ومناقشتها

تم في هذا الباب عرض نتائج الاختبارات للمجموعتين التجريبيتين والضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي بجدول وأشكال توضيحية ومن ثم تحليل النتائج ومناقشتها بالأسلوب العلمي وبالاعتماد على المصادر العلمية .

الباب الخامس

الاستنتاجات والتوصيات

على ضوء أهداف البحث ونتائج المعالجات الاحصائية فقد توصل الباحث الى الاستنتاجات

الآتية :-

1. وجود فروق معنوية ذات دلالة احصائية بين نتائج الاختبارين (القبلي والبعدي) ولصالح الاختبار البعدي للمجموعتين التجريبيتين والضابطة وللاختبارات كافة .
2. وجود فروق معنوية ذات دلالة احصائية بين نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبيتين والضابطة ولصالح المجموعتين التجريبيتين ولجميع الاختبارات .
3. وجود فروق معنوية ذات دلالة احصائية بين نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين للتجريبيتين ولصالح المجموعة التجريبية الثانية في الاختبارين (المناولة الصدرية - الطبطة المتعرجة) .
4. عدم وجود فروق معنوية ذات دلالة احصائية بين نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبيتين في الاختبارين (التهديف الامامي - التهديف الجانبي) .
5. ظهور تطور للمجموعة الضابطة في الاختبارات البعدية وبنسبة قليلة قياسا للمجموعتين التجريبيتين.
6. للمنهج المقترح بالاسلوبين (المنفرد - المزدوج) تأثير ايجابي في تطوير مستوى أداء المهارات الهجومية بكرة السلة لدى طالبات المرحلة الثانوية وبأعمار (15-16) سنة وبشكل يحقق حالة من الانجاز تتناسب والقابليات الموجودة حاليا .

- ل -

أما التوصيات فقد كانت :

1. العمل على استخدام مفردات المنهج المقترح كونها ذات طبيعة سهلة ومشوقة وبدون معوقات ، اضافة الى أنها تعطي للطالبة حالة من الاطمئنان وبشكل يجعلها تتعلق بالدرس أكثر من السابق ، وهذا ما تأكد من خلال التطبيق الميداني .
2. اجراء دراسات مشابهة على فئات عمرية مختلفة لغرض الوقوف بشكل مباشر على المعوقات التي تواجه مدرسي التربية الرياضية لما لذلك من أثر هام في تطوير القاعدة التي تشكل المنطلق الاساس الذي يبني عليه هرم الرياضة العراقية وصولا الى القمة.
3. إجراء دراسات مشابهة على طالبات الصف الرابع الاعدادي لتطوير المهارات الدفاعية بكرة السلة .
4. خلق حالة من التواصل بين الكوادر التدريسية والعلوم الصرفة من خلال عقد ندوات مكثفة لمدرسي التربية الرياضية لايجاد منافذ جديدة في الحصول على المعلومات وتطبيقها على المدارس وعدم اعتماد الصيغ التقليدية القائمة حاليا في تدريس مادة التربية الرياضية .
5. ايجاد الوسائل والمستلزمات التي تساعد مدرس التربية الرياضية في المدارس لانجاح مهامه في تطبيق المنهج المقترح ، مع الأخذ بنظر الاعتبار طبيعة الملاعب الموجودة خاصة وان هناك تمارين يمكن تطبيقها بمساحات ليست كبيرة .

قائمة المحتويات

| الصفحة | الموضوع | المبحث |
|---------------------|-------------------------------------|---------|
| أ | العنوان | |
| ب | الآية القرآنية | |
| ج | إقرار المشرفين | |
| د | إقرار المقوم اللغوي | |
| هـ | إقرار لجنة المناقشة والتقويم | |
| و | الإهداء | |
| ز - ح | الشكر والتقدير | |
| ط - ي - ك - ل | ملخص الرسالة باللغة العربية | |
| م - ن - س | قائمة المحتويات | |
| ع | قائمة الجداول | |
| ف - ص | قائمة الأشكال | |
| الباب الأول | | |
| 1 | التعريف بالبحث | 1 |
| 1 | مقدمة البحث وأهميته | 1-1 |
| 2 | مشكلة البحث | 2-1 |
| 3 | أهداف البحث | 3-1 |
| 3 | فروض البحث | 4-1 |
| 3 | مجالات البحث | 5-1 |
| الباب الثاني | | |
| 4 | الدراسات النظرية والدراسات المشابهة | 2 |
| 4 | الدراسات النظرية | 1-2 |
| 4 | الأسلوب المنفرد | 1-1-2 |
| 4 | طرائق تشكيل الأسلوب المنفرد | 1-1-1-2 |
| 6 | الأسلوب المزدوج | 2-1-2 |

| الصفحة | الموضوع | المبحث |
|--------|-------------------------------------|---------|
| 6 | طرائق تشكيل الاسلوب المزدوج | 1-2-1-2 |
| 7 | المهارة والاداء الماهر | 3-1-2 |
| 8 | شروط المهارة | 1-3-1-2 |
| 9 | الاعداد المهاري في المجال الرياضي | 4-1-2 |
| 13 | مراحل اكتساب الاداء المهاري | 5-1-2 |
| 15 | خطوات اكتساب القدرات مهارية | 6-1-2 |
| 16 | مساهمة الاحساس في الاداء الماهر | 7-1-2 |
| 16 | ما المقصود بالاحساس | 1-7-1-2 |
| 16 | اقسام الاحساس | 2-7-1-2 |
| 17 | اهمية الاحساس في المجال الرياضي | 3-7-1-2 |
| 17 | المهارات الاساسية بكرة السلة | 8-1-2 |
| 27 | الدراسات المشابهة | 2-2 |
| 27 | دراسة علي البيك | 1-2-2 |
| 28 | دراسة نوفل محمد محمود الحيالي | 2-2-2 |
| 29 | دراسة معتز يونس الطائي | 3-2-2 |
| | الباب الثالث | |
| 30 | منهجية البحث واجراءاته الميدانية | 3 |
| 30 | منهج البحث | 1-3 |
| 31 | عينة البحث | 2-3 |
| 32 | تجانس عينة البحث | 1-2-3 |
| 33 | تكافؤ عينة البحث | 2-2-3 |
| 34 | الاجهزة والادوات المستخدمة | 3-3 |
| 35 | تحديد الاختبارات المستخدمة في البحث | 4-3 |
| 41 | التجربة الاستطلاعية | 5-3 |
| 41 | الاسس العلمية للاختبارات | 6-3 |
| 41 | صدق الاختبار | 1-6-3 |
| 42 | ثبات الاختبار | 2-6-3 |

- س -

| الصفحة | الموضوع | المبحث |
|---------------------|---------------------------------------|--------|
| 42 | موضوعية الاختبار | 3-6-3 |
| 43 | اجراءات البحث | 7-3 |
| 43 | الاختبارات القبليّة لعينة البحث | 1-7-3 |
| 43 | المنهج المقترح | 2-7-3 |
| 46 | الاختبارات البعدي لعينة البحث | 3-7-3 |
| 46 | الوسائل الاحصائية | 8-3 |
| الباب الرابع | | |
| 48 | عرض وتحليل نتائج الاختبارات ومناقشتها | 4 |
| 48 | اختبار المناولة الصدرية | 1-4 |
| 53 | اختبار الطبطة المتعرجة | 2-4 |
| 58 | اختبار التهديد الامامي | 3-4 |
| 63 | اختبار التهديد الجانبي | 4-4 |
| الباب الخامس | | |
| | الاستنتاجات والتوصيات | 5 |
| 68 | الاستنتاجات | 1-5 |
| 68 | التوصيات | 2-5 |
| 70 | المصادر العلمية | |
| 76 | الملاحق | |
| | ملخص الرسالة باللغة الانكليزية | |

قائمة الأشكال

| الصفحة | العنوان | رقم الشكل |
|--------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| 20 | يوضح اداء المناولة الصدرية | 1 |
| 23 | يوضح اداء الطبطبة بتغيير الاتجاه | 2 |
| 27 | يوضح اداء التهديد الثابت | 3 |
| 37 | يوضح اختبار المناولة لصدريه | 4 |
| 38 | يوضح اختبار الطبطبة المتعرجة | 5 |
| 39 | يوضح اختبار التهديد الامامي | 6 |
| 40 | يوضح اختبار التهديد الجانبي | 7 |
| 45 | يوضح درجات اقسام الوحدات التعليمية | 8 |
| 49 | يوضح مستوى الاوساط الحسابية في الاختبارين القبلي والبعدي للمجاميع الثلاث في اختبار المناولة الصدرية | 9 |
| 50 | يوضح مستوى الاوساط الحسابية للمجاميع الثلاث لكلا الاختبارين القبلي والبعدي في اختبار المناولة الصدرية | 10 |
| 54 | يوضح مستوى الاوساط الحسابية في الاختبارين القبلي والبعدي للمجاميع الثلاث في اختبار الطبطبة المتعرجة | 11 |
| 55 | يوضح مستوى الاوساط الحسابية للمجاميع الثلاث لكلا الاختبارين القبلي والبعدي في اختبار الطبطبة المتعرجة | 12 |
| 59 | يوضح مستوى الاوساط الحسابية في الاختبارين القبلي والبعدي للمجاميع الثلاث في اختبار التهديد الامامي | 13 |
| 60 | يوضح مستوى الاوساط الحسابية للمجاميع الثلاث لكلا الاختبارين القبلي والبعدي في اختبار التهديد الامامي | 14 |
| 64 | يوضح مستوى الاوساط الحسابية في الاختبارين القبلي والبعدي للمجاميع الثلاث في اختبار التهديد الجانبي | 15 |
| 65 | يوضح مستوى الاوساط الحسابية للمجاميع الثلاث لكلا الاختبارين القبلي والبعدي في اختبار التهديد الجانبي | 16 |

- ف -

قائمة الجداول

| الصفحة | العنوان | رقم الجدول |
|--------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| 30 | يوضح التصميم التجريبي | 1 |
| 32 | يوضح توزيع العينة على المجاميع ومجموعهم الكلي ونسبهم المئوية | 2 |
| 32 | يوضح تجانس المجموعة التجريبية الاولى في المتغيرات (العمر - الطول - الوزن) | 3 |
| 33 | يوضح تجانس المجموعة التجريبية الثانية في المتغيرات (العمر - الطول - الوزن) | 4 |
| 33 | يوضح تجانس المجموعة الضابطة في المتغيرات (العمر - الطول الوزن) | 5 |
| 34 | يبين تكافؤ عينة البحث في الاختبارات المهارية الاساسية | 6 |
| 35 | يبين الاختبارات المختارة والهدف من الاختبار والنسبة المئوية لكل اختبار | 7 |
| 41 | يبين معامل الصدق الذاتي للاختبارات | 8 |
| 42 | يبين معامل ثبات الاختبارات | 9 |
| 45 | يوضح اقسام الوحدة التعليمية وزمنها ومجمل الوحدات التعليمية والنسبة المئوية لاقسام الوحدة | 10 |
| 49 | يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وحج العينة وقيمتي (T) المحتسبة والجدولية في الاختبارين القبلي والبعدي للمجاميع الثلاث في اختبار المناولة الصدرية | 11 |
| 50 | يبين الاوساط الحسابية القبلية والبعدية لعينة البحث ونسبة التطور الحاصل في اختبار المناولة الصدرية | 12 |
| 51 | يبين نتائج تحليل التباين وقيمتي (F) المحتسبة والجدولية للمجاميع الثلاثة في الاختبارات البعدية للمناولة الصدرية | 13 |
| 52 | يبين قيمة (L.S.D) المحتسبة ومعنوية الفرق بين الاوساط الحسابية للمجاميع الثلاث في الاختبارات البعدية للمناولة الصدرية | 14 |
| 54 | يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وحجم العينة وقيمتي (T) المحتسبة والجدولية في الاختبارين القبلي والبعدي للمجاميع الثلاث في اختبار الطبطبة المتعرجة | 15 |
| 55 | يبين الأوساط الحسابية القبلية والبعدية لعينة البحث ونسبة التطور الحاصلة في اختبار الطبطبة المتعرجة | 16 |
| 65 | من نتائج التباين وقيمتي (F) المحتسبة والجدولية للمجاميع الثلاث في الاختبارات البعدية للطبطبة المتعرجة | 17 |
| 57 | يبين قيمة (L.S.D) المحتسبة ومعنوية الفرق بين الاوساط الحسابية للمجاميع الثلاث في الاختبارات البعدية للطبطبة المتعرجة | 18 |
| 59 | يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وحجم العينة وقيمتي (T) المحتسبة والجدولية في الاختبارين القبلي والبعدي للمجاميع الثلاث لأختبار التهديد الامامي | 19 |

| الصفحة | العنوان | رقم الجدول |
|--------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| 60 | يبين الاوساط الحسابية القبلية والبعديّة لعينة البحث ونسبة التطور في اختبار التهديد الامامي | 20 |
| 61 | يبين نتائج تحليل التباين وقيمتي (F) المحتسبة والجدولية للمجاميع الثلاث في الاختبارات البعدي للتهديد الامامي | 21 |
| 61 | يبين قيمة (L.S.D) المحتسبة ومعنوية الفروق بين الأوساط الحسابية للمجاميع الثلاث في اختبارات البعديّة للتهديد الامامي | 22 |
| 63 | يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وحجم العينة وقيمتي (T) المحتسبة والجدولية للمجاميع الثلاث في اختبار التهديد الجانبي | 23 |
| 65 | يبين الاوساط الحسابية القبلية والبعديّة لعينة البحث ونسبة التطور الحاصل في اختبار التهديد الجانبي | 24 |
| 66 | يبين نتائج تحليل التباين وقيمتي (F) المحتسبة والجدولية للمجاميع الثلاث في الاختبارات البعديّة لاختبار التهديد الجانبي | 25 |
| 66 | يبين قيمة (L.S.D) المحتسبة ومعنوية الفروق بين الاوساط الحسابية للمجاميع الثلاث في الاختبارات البعديّة للتهديد الجانبي | 26 |

1. تعريف البحث

1-1. مقدمة البحث وأهميته

شهد العالم في السنوات الأخيرة تقدماً ملحوظاً في كافة مجالات الحياة ، والتربية الرياضية واحدة من هذه المجالات التي شهدت تطوراً كبيراً في مختلف المستويات ومعظم الألعاب الرياضية نتيجة لما قدمته العلوم المختلفة في إثراء الحركة الرياضية وصولاً إلى المستويات العليا .

وتعد كرة السلة من الألعاب الفرعية المشوقة والمحبة للصغار والكبار لما تحملها من إثارة وسرعة وتشويق نتيجة لتطور مستوى اللاعبين بدنياً ومهارياً وخطياً مما جعل المعنيين " يطلقون عليها لعبة المواهب المتعددة " (1) ، إذ تتطلب إتقاناً عالياً للمهارات الأساسية الفردية من جهة وتنسيق العمل مع أعضاء الفريق الواحد من جهة أخرى .

وبما أن التقدم قد شمل معظم الفعاليات والألعاب الرياضية فإن كرة السلة كونها اللعبة الثانية التي تمتلك رصيداً من الاهتمام والشعبية فقد تطورت في جوانبها المهارية والخطية حيث يعد البناء المهاري السليم المبكر المبنى على أسس علمية حديثة أهم عوامل ومتطلبات كرة السلة الحديثة .

ولكي ترتقي الدول في مجال كرة السلة كان اهتمامها منصباً على أعداد قاعدة قوية من ممارسي اللعبة وبأعمار مبكرة مبتدئين من الرياضة المدرسية باعتبارها الرافد الرئيسي في تزويد الأندية والمنتخبات الوطنية وصولاً بهم إلى المستويات العليا معتمدين على تعليم وتطوير المهارات الأساسية باستخدام أفضل الطرائق والأساليب التعليمية مبتدئين عن الطرائق التقليدية " أن تحقيق المهام العصرية للتربية الرياضية يتطلب الخروج من النظام التدريسي التقليدي والمعلومات القديمة المكررة من مصدر إلى آخر ، فالمدارس المستقبلية للتربية الرياضية تنادي بتحديث وتطوير المناهج ومحتواها وأساليب تدريسها " (2) .

إذ تعتبر الأساليب المتبعة من الأساليب التدريبية الحديثة التي تعتمد البرمجة النظرية لمتطلبات التدريب والجوانب التطبيقية العملية إذ يعتمدان على التدريب المخطط بطرق علمية

1. Samuelson, Bob. Back to the Beginning . Avcom publishing, Vo 1.8 W0.1, U.S.A : 1997 , P. 60

2. مصطفى السايح محمد : اتجاهات حديثة في تدريس التربية البدنية والرياضية ، ط1، مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية،

من حيث مكونات الحمل (الشدة والحجم) للوصول باللاعبين الى الاعداد البدني والمهاري المتكامل (1).

فضلا عما ذكره (ريسان ، 2001) عن الأسلوبين المنفرد والمزدوج في أنهما يساعدان على تنمية صفات وامكانيات فردية ويساعدان على نمو ظاهرة الاقتصاد في الجهد ومضاعفة فاعلية استخدام الاجهزة الوظيفية أثناء المنافسات مع زيادة الثبات النفسي وتجاوز حالة الاحساس بالتعب (2).

ومن خلال ما تقدم تتضح أهمية البحث في إعداد منهج بالأسلوبين (المنفرد والمزدوج) ومعرفة تأثيرهما على تطوير بعض المهارات الهجومية بكرة السلة ، والتي يأمل الباحث أن تكون هذه الدراسة بمثابة يد العون للأخوة التدريسيين من أجل الارتقاء بالحركة الرياضية المدرسية خدمة لعراقنا العظيم.

2-1. مشكلة البحث

على الرغم مما توصلت إليه جهود العلماء والخبراء والمختصين من نتائج مثمرة على صعيد طرائق التدريس وأساليبها مازالت العملية التدريسية معتمدة على الأساليب التقليدية في تعليم المهارات الحركية وتطويرها ، ومن خلال رؤيا عامة لطبيعة إخراج درس التربية الرياضية في المدارس الثانوية تبرز مشكلة أساسية تتعلق بعدم تنوع المناهج المستخدمة واعتمادها على الطريقة التقليدية . وهذا ناتج من ضعف قدرة مدرسي التربية الرياضية في التعامل مع العلوم الحديثة وبما خلق وضعا لا يتلاءم وطبيعة التطور العلمي الحاصل الذي تشهده الساحة الرياضية بشكل عام وكرة السلة بشكل خاص .

فضلا عن وجود ضعف واضح في مستوى اداء المهارات الهجومية بكرة السلة وتوصل إلى أننا بحاجة الى اساليب جديدة يسهل تطبيقها عمليا للوصول بالعملية التدريسية الى مراحل متقدمة وابرار الكفاءات الرياضية وتطوير المواهب باعمار مبكرة ومن هنا أحس الباحث بهذه المشكلة ، وقام باعداد تمرينات خاصة بالأسلوب المنفرد وتمرينات خاصة بالأسلوب المزدوج لتطوير بعض المهارات الهجومية في كرة السلة سعيا متواضعا في انجاح العملية التدريسية ومواكبة التطور العلمي لهذه اللعبة .

1 . علي تركي مصلح : محاضرات على طلبية الماجستير (التدريب الرياضي) ، 2001 ، ديالى .

2 . ريسان خريبط مجيد : تخطيط وتقييم التدريب الرياضي، عمان ، دار الشروق للنشر والتوزيع ، 2001 ، ص15.

3-1. أهداف البحث

- 1-3-1. معرفة أثر استخدام الأسلوبين المنفرد والمزدوج في تطوير بعض المهارات الهجومية بكرة السلة لدى طالبات الصف الرابع الإعدادي بأعمار (15-16) سنة .
- 2-3-1. معرفة أي من الأسلوبين أفضل بتطوير بعض المهارات الهجومية بكرة السلة لدى طالبات الصف الرابع الإعدادي بأعمار (15-16) سنة .
- 3-3-1. اعداد تمرينات خاصة بالاسلوب المنفرد وتمرينات خاصة بالاسلوب المزدوج لتطوير بعض المهارات الهجومية بكرة السلة لدى طالبات الصف الرابع الاعداي بأعمار(15-16) سنة .

4-1. فروض البحث

- 1-4-1. وجود فروق معنوية ذات دلالة احصائية بين المجاميع الثلاث (الضابطة والتجريبيتين) ولصالح المجموعتين التجريبيتين .
- 2-4-1. وجود فروق معنوية ذات دلالة احصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي.
- 3-4-1. وجود فروق معنوية ذات دلالة احصائية بين الاسلوبين ولصالح الاسلوب المزدوج .

5-1. مجالات البحث

- 1-5-1. المجال البشري : طالبات الصف الرابع الاعداي بأعمار (15-16) سنة .
- 2-5-1. المجال الزمني : للفترة من 2001/10/2 ولغاية 2001/12/8 .
- 3-5-1. المجال المكاني : ملعب ثانوية الازدهار وملعب ثانوية الحوراء .

2. الدراسات النظرية والمشابهة

2-1. الدراسات النظرية

2-1-1. الاسلوب المنفرد

يقصد بالاسلوب المنفرد ان يكون التأثير المستهدف منه في اتجاه تنمية صفة بدنية او مهارية واحدة بحيث تكون جميع التمرينات المستخدمة تهدف الى تنمية هذه الصفة .⁽¹⁾

وعند استخدام هذا الاسلوب يراعى الالتزام بالتوجيهات الآتية⁽²⁾ :-

1. استخدام مبدأ التنوع وتطبيق ذلك على طرائق التدريس والتدريب ووسائلهما حيث ان هذا النوع من الاسلوب يؤدي الى سرعة التعب .

2. مراعاة مبدأ التموج ما بين الارتفاع والانخفاض في شدة الحمل .

3. إمكانية استخدام هذه الوحدات لتحقيق اهداف محددة مثل زيادة قدرة الرياضي على الاقتصاد بالجهد وزيادة التحمل النفسي في مواجهة العمل البدني لفترة طويلة .

يشتمل هذا الاسلوب على وحدات تساعد على تنمية صفات وامكانات فردية والتي تحدد مستوى الاعداد البدني والمهاري وعادة ما تنمو ظاهرة الاقتصاد في الجهد ومضاعفة فاعلية استخدام الاجهزة الوظيفية اثناء المنافسات مع زيادة الثبات النفسي ويتم تجاوز حالة الاحساس بالتعب بصورة متوازنة مع نمو الصفات الاخرى .⁽³⁾

ويعتبر هذا الاسلوب من افضل الاساليب لمعالجة اجزاء من النواقص التي يمر بها اللاعب في حالة حصول ضعف في اداء مهارة محددة او تنمية صفة معينة⁽⁴⁾.

2-1-1-1. طرائق تشكيل الاسلوب المنفرد

أ . الاسلوب الاول (التشكيل الثابت) . ويستخدم التشكيل الثابت لتنمية صفات معينة وتكرار تنفيذها بصفة دائمة ضمن المنهاج المعد⁽⁵⁾ .

1 . نوفل محمد محمود الحياي : أثر استخدام برنامجين تدريبيين بالاسلوبين (المنفرد - المركب) في عدد من الصفات البدنية الخاصة بكرة اليد ، اطروحة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، 1999 ، ص24 .

2 . أبو العلا أحمد عبد الفتاح : التدريب الرياضي والأسس الفسيولوجية ، ط1، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1997 ، ص275 .

3 . ريسان خريط : تخطيط وتقويم التدريب الرياضي ، عمان ، دار الشروق للنشر والتوزيع ، 2001 ، ص15 .

4 . علي تركي : محاضرات على طلبية الماجستير (التدريب الرياضي) ، 2001 ، كلية التربية الرياضية ، ديالى .

5 . أبو العلا أحمد عبد الفتاح : مصدر سيق ذكره ، 1997 ، ص 276 .

(حيث تبني الوحدات على اساس استخدام مصادر من نوع واحد وذو انتشار واسع او على اساس الوسائل المتاحة امام المدرب بحيث ان المناهج في الاسلوب المنفرد مستقلة طيلة الفترة المحددة⁽¹⁾). فعلى سبيل المثال اذا وضعت وحدة لتنمية مهارة التهديف بكرة السلة فان التمرينات والادوات المستخدمة وطريقة التدريب تبقى كما هي دون تغيير عند كل تكرار لتنفيذ هذه الوحدة مع زيادة في صعوبة الوحدة التدريبية وبما يخلق حالة من التواصل لتطوير هذه المهارة .

ب. الاسلوب الثاني (التشكيل المتغير). ويقصد بالتشكيل المتغير تثبيت الصفة المراد تطويرها مع تغيير في طرائق التدريب والوسائل المستخدمة في كل وحدة⁽²⁾ مثلا استخدام الطريقة الكلية او الجزئية او المختلطة في التعليم .

وان تطور الصفة سواء كانت من الناحية المهارية او البدنية بما في ذلك التصرف الحركي المراد تطبيقه يخضع الى اشكال متغيرة بحيث نقرّب قسما من الوحدات التدريبية الى مراحل التطبيق المشابهة لجو المباراة ، لكون المباراة هي حالة متغيرة تحكمها ظروف مختلفة تبعا لمتغيرات كثيرة وهو يخلق تفاعل وبالتالي نتاج افضل في اداء اللاعب .

ج. الاسلوب الثالث (التشكيل المركب) . ويقصد بالتشكيل المركب استخدام انواع مختلفة من طرائق التدريب والتعليم مع وسائل مختلفة للتدريب أي عند استخدام هذا الاسلوب لتطوير صفة بدنية نستخدم طرائق تدريب مختلفة مع وسائل مختلفة للتدريب في الوحدة نفسها⁽³⁾ ومن المؤكد ان استخدام الوسائل المساعدة هي احدى المهام الاساسية في بعض الوحدات لتعقيد وزيادة شدة التدريب ولكونها تعطي صورة اوضح في تحديد قدرة اللاعب ومستوى تقييمه حيث يكون دائما في حالة تصاعد ،اذ ان الوسائل المستخدمة تخلق جو افضل في زيادة التفاعل خلال الوحدة التدريبية وبالتالي نحقق هدف الوحدة التدريبية وهي ما يبيغه كل مدرب .

1 . ريسان خريبط : مصدر سبق ذكره ، 2001 ، ص 15 .

2 . أبو العلا أحمد عبد الفتاح ، مصدر سبق ذكره ، 1997 ، ص 276 .

3 . محمد نوفل محمود الحياي : مصدر سبق ذكره ، ص 25 .

2-1-2. الاسلوب المزدوج

يقصد بالاسلوب المزدوج ان يكون التأثير المستهدف منه في اتجاه تنمية صفتين بدنية او مهارية بحيث تكون جميع التمرينات المستخدمة تهدف الى تنمية هاتين الصفتين في اطار نفس الوحدة .

2-1-2-1. طرائق تشكيل الاسلوب المزدوج

هناك طريقتان لترتيب وضع هذه التمرينات تبعا لاختلاف اهدافها منها طريقة الترتيب المتتالي والطريقة الاخرى طريقة الترتيب المتوازي .

أ. طريقة الترتيب المتتالي . ونقصد بها ان تقسم الوحدة الى جزأين مستقلين تختلف في اتجاهاتها نحو تنمية صفة معينة ومثال على ذلك ان يشمل الجزء الاول على تمرينات لتنمية مهارة الطبطة والجزء الثاني تمرينات لتنمية مهارة المناولة أو تمرينات لتنمية السرعة والجزء الثاني لتنمية التحمل اللاهوائي .

يتطلب ترتيب الوحدة ذات الترتيب المتتالي مراعاة ضمان استعادة الشفاء ، وفي نفس الوقت الاستفادة من فاعلية تأثير التمرينات المستخدمة وتحقيق اهدافها ، ولتحقيق ذلك يراعى عاملان اساسيان احدهما اختيار الترتيب المناسب لتحقيق الاهداف المطلوبة والآخر تحديد الحجم المناسب لكل جزء من اجزاء الوحدة (1) . تبعا لحاجة كل صفة من الصفات (البدنية والمهارية) وبما يحتاجه الفريق مع مراعاة القدرات المختلفة والهدف المعد للوحدة التدريبية أو تعليمية مسبقا خلال الوحدة التدريبية ويؤثر بشكل متوازي في استخدام الطاقة وزيادة القدرة على تنفيذ الواجب الحركي .

ب. طريقة الترتيب المتوازي . تهدف هذه الطريقة الى تنمية اكثر من صفة بشكل متوازي وتستخدم هذه الطريقة في بداية الموسم التدريبي ومع الرياضيين ذوي الاعداد غير المتكامل او بعد الانقطاع عن التدريب لفترة طويلة كما تستخدم خلال فترة المنافسة الطويلة ويمكن ايضا استخدامها كنوع من التغيير لاستعادة الشفاء بين الوحدات ذات الاسلوب المنفرد (2) .

1 . أبو العلا أحمد عبد الفتاح ، مصدر سبق ذكره ، 1997 ، ص 278 .

2 . أبو العلا أحمد عبد الفتاح ، مصدر سبق ذكره ، 1997 ، ص 279 .

وتعتبر هذه الطريقة من الطرق المستخدمة بشكل واسع على الرغم من خطورتها لوجود حالة انقطاع طويلة للرياضي لان تنمية صفات متعددة في وقت واحد وبما يؤهل الرياضي لحو المنافسة قد يؤدي الى تأثيرات سلبية تصل بعضها الى حالات الاصابة الحادة (1).
الا انها مفيدة جدا في مرحلة الاعداد العام وخاصة اذا أخذ بنظر الاعتبار حالة التدرج في الوحدات التدريبية .

2-1-3. المهارة والأداء الماهر

تشكل الحركات جانباً مهماً في حياتنا اليومية فبعضها حركات موروثية **Inherited Canticle** وبعضها حركات مكتسبة **Learned** يتم اكتسابها عن طريق الممارسة والتكرار ، فالحركة مظهر عام في حين المهارة هي صفة الحركة أي ان الحركة اذا ما كررت بمسار واحد ووقت واحد واتجاه معين وقوة معينة ولها بداية ولها نهاية فعند ذلك تسمى (بالمهارة) .

وهي تعني الحركة التي تعطي انطبعا للمشاهد ان ادائها بسيط اما اذا اراد المشاهد ان يؤديها عرف مدى صعوبتها ومعنى ذلك انها تمت بتناسق حركي كبير دون ان يشعر المشاهد بذلك وهذا ما نراه في المصنع عندما ينجز العامل الماهر عمل معين فانه ينجزه بسرعة ودقة عالية بينما نرى العامل المبتدئ يحتاج الى جهد ووقت اكبر لانجاز نفس العمل .

ان المهارة مصطلح متشعب يعتمد على طبيعة وخلفية الاختصاص الذي يعرفه وهذا ما يفسر طبيعة اختلاف التعاريف التي توردها المصادر العلمية فمنهم من عرفها على " انها عبارة عن مهمة او عمل يعكس فاعلية عالية في الاداء " (2) او بأنها " القدرة الفنية او النوعية على انجاز عمل ما " (3) كما عرفت ايضا على انها " قدرة الفرد على احداث نتائج محددة باقصى قدر من الثقة واقل قدر من الجهد والوقت " (4)

1 . علي تركي مصلح : محاضرات على طلبية الماجستير (التدريب الرياضي) ، كلية التربية الرياضية ، جامعة ديالى ، 2001 .

2. يعرب خيون : التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق ، بغداد ، مكتب الصخر للطباعة ، 2002 ص19.

3. وجيه محجوب: موسوعة علم الحركة (التعلم وجدولة التدريب) ، بغداد، مكتب العادل للطباعة الليزرية، 2000 ، ص129.

وبأنها " مقدرة الفرد على التوصل الى نتيجة من خلال القيام باداء واجب حركي بأقصى درجة من الاتقان مع بذل اقل قدرة من الطاقة في اقل زمن ممكن ، وتدل على مدى كفاءة الافراد في اداء واجب حركي معين " (1).

في حين عرفها هيرتز على انها "الخاصية الحركية المركبة للفرد والتي تظهر امكانات التوافق الجيد بين الجهاز العصبي واجهزة الجسم الحركية " (2) وهي ايضا " كل ما يمكن ان يعبر عنه بالانجاز حيث يدل هذا الانجاز على الذي تعلمه الفرد وعلى مستوى اجادته لما تعلمه " (3) . ولا بد من الاشارة الى أن مصطلح المهارة يطلق على الفرد وليس على الحركة فالفرد هو الماهر وليس الحركة فالفرد الماهر يؤدي الحركة بسهولة وانسيابية وتحكم بالمتغيرات الخارجية التي يتعرض اليها ومن خلال التطرق لمفهوم المهارة يتحتم علينا الاخذ بنظر الاعتبار اربعة متغيرات هي (السرعة ، الدقة ، الشكل ، التكيف) والتي يجب ان تتطور اذا اراد الفرد ان يطلق عليه كلمة ماهر وذلك لان المهارة تتطلب سرعة في الاداء والدقة هي اساس نجاح المهارة اما الشكل فانه يمثل اقتصادية الجهد وبدون ادنى شك يجب ان تؤدي الحركة الماهرة باقل كمية او استهلاك كافي واخيرا الشخص الماهر يستطيع تكيف الاداء في حالات وظروف غير متوقعة .

المهارة = سرعة × دقة × شكل × تكيف (4)

2-1-3-1. شروط المهارة

اهم شروط الوصول الى المهارة هي (5)

1. قابلية الكائن الحي .
2. قابلية الفرد على التعلم .
3. الممارسة والتكرار .
4. ان تؤدي بدون النظر .
5. عدم الانتباه الكامل لمجريات الامور والمسارات الحركية .
6. يجب ان تكون المهارة مقرونة بالتوجيه والمعلومات الجوابية (التغذية الراجعة) .

- 1 . مفتي ابراهيم حماد : التدريب الرياضي الحديث ، تخطيط ، تنظيم ، قيادة ، القاهرة ، دار الفكر العربي 1998 ص 180 .
- 2 . عصام الدين عبد الخالق : التدريب الرياضي (نظريات وتطبيقات) ، مصر ، دار المعارف ، 1992 ، ص 167 .
- 3 . بسطويسي احمد : اسس ونظريات الحركة ، القاهرة ، دار الفكر العربي 1996 ، ص 40 .
- 4 . وجيه محجوب : مصدر سبق ذكره ، 2000 ، ص 133-134 .
- 5 . وجيه محجوب : علم الحركة (التعلم الحركي) ، الموصل ، مطبعة جامعة الموصل 1989 ص 96-101 .

2-1-4. الاعداد المهاري في المجال الرياضي

يعد الاعداد المهاري في المجال الرياضي واحدا من اهم اسس البناء الصحيح للاعبين ، وهو بمثابة العمود الفقري للعبة ونقصد به كافة الاجراءات المتخذة بهدف الوصول الى تأدية المهارات الحركية بدقة وتكاملها تحت كل الظروف باستخدام طرائق تدريبية وتعليمية مختلفة حسب نوع المهارة.

ولغرض التعرف على مصطلح المهارة في المجال الرياضي لا بد من الاطلاع على بعض التعاريف التي تناولت هذا المصطلح ، حيث عرفها (طلحة ، 1993) على انها " قدرة عالية على الانجاز سواء كانت بشكل منفرد او داخل فريق او خصم او بدونها" (1) او هي " الحركات التي يتحتم على اللاعب اداؤها في جميع المواقف التي تتطلبها اللعبة للوصول الى افضل النتائج مع الاقتصاد بالجهد" (2). في حين ذكر (Mark . 1991) ان المهارة في المجال الرياضي يمكن ان تعرف على انها (3) .

1. الاداء الحركي للمتعم

2. مؤشرات نوعية للانجاز الحركي تدل على اتقان تنفيذه

3. الاستخدام الاكثر ملاءمة للسيطرة على الحركة وتناسقها وبما يحقق اتقان وفعالية انجازها
كما عرفت على انها "القدرة على استخدام العضلة الصحيحة في الوقت الصحيح بالقوة اللازمة لاداء الحركة بالتدريب والتوقيت المناسبين " (4) .

من خلال ما تقدم من تعاريف خاصة بمفهوم المهارة في المجال الرياضي فقد استطاع الباحث ان يتوصل الى صياغة تعريف اجرائي لها وهي (قدرة الفرد على انجاز واجب حركي محدد بدقة وتوافق عالي المستوى) .

1. طلحة حسام الدين : الميكانيكا الحيوية ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1993 ، ص11.

2. محمد صبحي حسنين ، حمدي عبد المنعم : الأسس العلمية لكرة الطائرة وطرق القياس ، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 1997 ، ص15.

3. مارك (1991) اقتبس منه وجيه محجوب وآخرون : نظريات التعلم والتطور الحركي ، مكتب العادل للطباعة الفنية ، 2000 ، ص 58 .

4. عصام حلمي ، محمد بريقع : التدريب الرياضي : أسس ، مفاهيم ، اتجاهات ، الاسكندرية ، منشأة المعارف ، 1997 ، ص131 .



ان المهارة مهما كانت من المستوى في الاداء لا يمكن ان تصل الى الحالة المثالية او النموذجية للفعالية الرياضية المطلوبة لانها حالة متطورة تحكمها ظروف متغيرة يلعب فيها موقع اللاعب والخصم الهدف الاساسي في تحديد طريقة الاداء (1) .

حيث ان القول الشائع بان فلان ادى المهارة بشكل جيد او غير جيد وذلك لان المهارة في المجال الرياضي تتأثر بالمتغيرات التي تحيط بها كالهدف وموقع الخصم والزميل (2) .
اختلف الباحثون واصحاب النظريات في تصنيفهم للمهارة فمنهم من صنفها على اساس حجم العضلات المشاركة الى (3) :-

1. مهارات العضلات الدقيقة : وهي المهارات التي تتحرك بها اجزاء الجسم في مجال محدد لتنفيذ استجابة دقيقة في مدى حركي ضيق وتعتمد غالبا على التوافق العضلي العصبي بين اعضاء الجسم كالرماية والمناولة في العاب الكرة .
2. مهارات العضلات الكبيرة : وهي المهارات التي تستخدم فيها مجموعات عضلية كبيرة وقد يكون كل الجسم مشتركا في الحركة كالارسال الساحق في الكرة الطائرة .
ومنهم من صنفها على اساس الوقت المستغرق واولقات التوقف ومدى ترابط اجراء الحركة الى (4) :-

1. المهارات المستمرة : وهي المهارات المتكررة بشكل متشابه ومستمر دون توقف ملحوظ حيث يتداخل الجزء النهائي من الحركة الاولى بالجزء التحضيري للحركة التالية كالجري - السباحة - التجديف .
2. المهارات المتقطعة : وهي المهارات التي تتكون من حركة لها بداية واضحة ونهاية واضحة كالرمية الحرة بكرة السلة .
3. المهارات المتماسكة : وهي المهارات التي تتصف بالترابط والانسيابية وعدم امكانية التجزئة كالغطس والجمباز ورمي القرص .

1. BOATA I, OAX. Lactia de iducat, ia FizicA Sport, Bucurest, Romania, 2001, 36.

2 . علي تركي مصلح : محاضرات على طلبية الماجستير (التدريب الرياضي) ، 2001 ، دىالى .

3 . محمود عنان : سيكولوجية التربية البدنية والرياضية (النظرية والتطبيق والتجريب) ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1995 ، ص 491 .

4. Schmidt. A. Richard, Op. cit, 2000, P.6.

4. المهارات المتسلسلة بالتدرج : وهي مجموعة مهارات مرتبطة سوية بقوة مشكلة مهارات حركية جديدة اكثر تعقيدا ، مثل تبديل عتلة سرعة السيارة والتي تضم ثلاثة عناصر من المهارات المنفصلة (دواسة البنزين - التبديل - عتلة منظم السرعة) .

في حين هناك تقسيم اخر للمهارات الى (1) :-

1. المهارات المفتوحة : وهي المهارات التي تكون فيها البيئة متنوعة وغير قابلة للتنبؤ خلال القيام بالعمل مثلا المصارعة أي انه من الصعب التوقع بمستقبل الحركة للخصم .
2. المهارات المغلقة : وهي المهارات التي تكون فيها البيئة ثابتة وقابلة للتنبؤ ومثالها الجمناستيك والسباحة .

اما في الالعاب الرياضية بشكل عام فتقسم المهارات الحركية الى (2) :-

1. مهارات هجومية : كالمناولة والتهديف بكرة السلة .
2. مهارات دفاعية : كمهارات الدفاع عن الملعب بكرة السلة .
3. مهارات دفاعية هجومية كمهارة حائط الصد في الكرة الطائرة .
4. مهارات باستخدام الاداة : كالمضارب في العاب المضرب .
5. مهارات بدون استخدام اداة : كمهارة الخداع في الالعاب المختلفة.

كما وتقسم ايضا الى مهارات سيطرة ذاتية وسيطرة خارجية ويتحدد هذا التصنيف وفق اربع محددات هي (3) :-

1. اللاعب والهدف في حالة ثبات كالرماية على هدف ثابت .
 2. اللاعب متحرك والهدف ثابت كالتصويب السلمي في كرة السلة .
 3. اللاعب ثابت والهدف متحرك كضرب كرة التنس بالمضرب اثناء الحركة .
 4. اللاعب والهدف متحركان كتمرير الكرة بين اللاعبين اثناء الحركة .
- وايضا صنفت المهارات على اساس عدد اعضاء الجسم والاطراف المستخدمة في الاداء الى (4) :-

- 1 . وجيه محجوب: مصدر سيق نكره ، 2000، ص129.
- 2 . زكي محمد محمد حسن : الكرة الطائرة (بناء المهارات الفنية والخطية) ، منشأة المعارف ، 1998، ص24.
- 3 . طلحة حسام الدين : الميكانيكا الحيوية النظرية والتطبيق ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1993 ، ص301.
- 4 . وجيه محجوب :مصدر سيق نكره ، 2000 ، ص141 .

1. المهارات المعقدة . وهي المهارات التي تطلب مشاركة كبيرة لاجزاء الجسم وتتطلب توافق عالي .
 2. المهارات البسيطة. وهي المهارات التي لا تتطلب مشاركة كبيرة لاجزاء الجسم ولا تتطلب درجة عالية من التوافق .
- مما تقدم يتضح وجود تصنيفات مختلفة للمهارة وترجع اهمية وجود هذه التصنيفات الى (1) :-

1. دورها كوسائل تنظيم او تبويب المهارات الحركية المتباينة .
 2. تساعد مدرب ومدرس التربية الرياضية للتعرف على اوجه الشبه والاختلاف بين المهارات المتناولة واسس تنمية تلك المهارات على ذلك الاساس .
- ويمكن القول ان التعلم المهاري لاي مهارة هو عملية غير مرئية الا ان نتائج التعلم المهاري يمكن ملاحظتها من خلال تحسين مستوى الاداء وان عملية التعلم تكون داخل الجسم والعقل ويشترك فيها كل من الجهاز العصبي والمخ والذاكرة فللقيام باداء مهارة فان الذاكرة الخاصة بالمحاولات السابقة تستخدم في اعادة الحركات البدنية مرة ثانية وباستمرار التدريب تتكون الذاكرة الحركية الدقيقة لاداء وهي بدورها يمكن استرجاعها للاستخدام عند الحاجة اليها(2) .

ويشير (تومسون ، 1996) ان للمهارة اهمية في توفير عنصر الامان والوقاية فهي وسيلة لمنع حدوث الاصابات الرياضية فالمهارة لا تشترك فقط في التحكم البدني الذي يجعل الجسم يؤدي ما يمليه عليه العقل ، ولكن ايضا على القدرة العقلية لقراءة الموقف ومعرفة الاخطار المحيطة ومن ثم العمل على تقليلها(3) .

فضلا عن ان المهارة هي واحدة من اهم عناصر التشويق في اللعبة وهي العنصر الاكثر جاذبية وخاصة عندما تؤدي بشكل صعب وحالات غير متوقعة ولكون طبيعة كرة السلة تتطلب مستوى عالي من الترابط بين الدفاع والهجوم لصغر مساحة الملعب وحركة اللاعبين لذا نرى ان نجاح أي مهارة دفاعية كانت ام هجومية تتطلب قدرا عاليا من التنسيق الجيد مع الزملاء وان

1 . وجيه محبوب وآخرون :مصدر سيق ذكره ، 2000 ، ص 61.

2 . بيتر تومسن: المدخل الى نظريات التدريب ، القاهرة ، المركز الاقليمي ، 1996 ، ص 117 .

3 . المصدر السابق ، ص 2-9 .

أكثر المهارات صعوبة هي التي ترتقي إلى مستوى معين من التنسيق وفي مواقف صعبة جداً كون نجاحها لا يعتمد على لاعب واحد فقط .

2-1-5. مراحل اكتساب الأداء المهاري .

تمر عملية اكتساب الأداء المهاري (التكنيك) في ثلاث مراحل مرتبطة تؤثر كل منها بالأخرى ويمكن إيجاز هذه المراحل بـ:

2-1-5-1. مرحلة التوافق الأولى للأداء الحركي

تبدأ هذه المرحلة من لحظة استيعاب الرياضي لهذه المهمة أو الواجب الحركي المراد تعلمه إلى أن يتمكن من أدائها بشكل مقبول من حيث مكوناتها الجوهرية أي أنها تبدأ بعد مشاهدة المتعلم للحركة واستيعابه لها وبالتالي تكوين التصور الأولي عن سير الحركة غير المتكامل (يحتوي على أخطاء) وهذا يعني أن الأداء المهاري في هذه المرحلة يتصف :

" بانعدام الاقتصاد في الجهد المبذول تشنج الجسم تارة وتوانيه تارة أخرى ، فضلاً عن انعدام انسيابية الحركة ، وعدم دقة الأداء وضعف النتيجة المنجزة " (1). أي لا يحدث تطابق بين الأداء والهدف المرسوم في الدماغ .

وغالباً ما يطلق على هذه المرحلة بـ(المرحلة العقلية) لما تتطلبه الكثير من النشاط العقلي ، للتركيز والتخطيط لتحقيق الأداء الصحيح للمهارة (2) .

ويتم التعلم في هذه المرحلة تحت ظروف سهلة وثابتة كما يتم الانتقال بالتعلم من السهل إلى الصعب والارتقاء بالشدة مع تصحيح الأخطاء ، وإن مدة التعلم تختلف من مهارة إلى أخرى ومن فعالية إلى أخرى " إذ تتعلق بصعوبة تعلم الحركات ، والمستوى الحركي ، وموقف المتعلم وكذلك طرائق التعليم المستعملة " (3) أي أن الأداء الناجح ممكن أن يأتي بعد تكرارات قليلة في حين يستغرق وقتاً أكبر في حالات أخرى وهذا يعني أن هناك تداخلاً مهماً بين طريقة التعلم الأولية وبين طريقة الأداء الحركي للمهارة وذلك لعدم وجود توافق يخلق حالة من الترابط وفي حالات كثيرة من هذا النوع أن لم يكن المدرب قادراً على إيجاد طرق سهلة للربط بين المهارات

1 . عصام عبد الخالق : التدريب الرياضي (نظريات - تطبيقات)، ط9 الاسكندرية ، 1999 ص 13 .

2 . اسامة كامل راتب : الإعداد النفسي لتدريب الناشئين ((دليل المدربين وأولياء الأمور)) ، ط1، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1997 ، ص 68 .

3 . كورت ماينيل : التعلم الحركي ، ترجمة عبد علي نصيف ، ط2، الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ، 1987 ، ص 152 .

فقد يؤدي ذلك الى ابتعاد المتعلم عن هذا النوع من الرياضة وتعتبر هذه المرحلة من المراحل المهمة جدا في التعلم .

2-1-5-2. مرحلة اكتساب التوافق الجيد للاداء الحركي

تهدف هذه المرحلة الى تطوير الشكل البدائي للحركة التي سبق اكتسابها حيث يتمكن الفرد من اداء الحركة بدون اخطاء تقريبا وينسجم البناء الحركي مع الهدف من الحركة .
يطلق على هذه المرحلة بمرحلة الممارسة والتمرين حيث يتم التركيز على الممارسة بهدف تطوير المهارة وتحسينها وتتميز هذه المرحلة بعدم استطاعة الفرد على مواجهة تدخل العوامل الخارجية غير المنتظرة مما يعيق تأدية الواجب الحركي بشكل كامل وفي الوقت نفسه فان هذه المرحلة اكثر تناسقا وانسيابية واقتصادية في الاداء من سابقتها حيث يتم التخلي عن الجهد والقوة الزائدة عن الحاجة في الاداء⁽¹⁾ ويتحقق ذلك بالتمرين والتكرار وبمراقبة المدرب للعمل على تلافي الاخطاء وتزويد المتعلم بالتغذية الراجعة فتصبح الحركة اكثر دقة ويصبح المتعلم اكثر تحكما في الاداء و " في هذه المرحلة يظهر دور المدرب في تحديد مقدار التدريب للاعب ومدته المناسبة وكيفية التدريب على المهارة المراد تطويرها باستخدام الطرق المختلفة للتعليم والتدريب لتطوير المهارات الحركية⁽²⁾ ومن الضروري ان يؤخذ بنظر الاعتبار التدريب باساليب مختلفة وطرائق ذات صيغة من التداخل بين التوافق والتحسس بالكرة والاعتماد على وسائل تدريبية مساعدة كما انه من الضروري تطوير العناصر التي تساعد على خلق حالة من الترابط بين الاداء الوظيفي ومستلزمات التوافق الحركي .

2-1-5-3. مرحلة اتقان وتثبيت الاداء الحركي

هي المرحلة التي تشمل سير التعلم من مرحلة التوافق الجيد حتى المرحلة التي يتمكن فيها المتعلم من اداء الحركة بنجاح تحت جميع الظروف وحتى تحت المتطلبات الصعبة وغير المتعود عليها (كالجو ، الملعب ، الادوات ... الخ) كما يجب ان يحل الواجب في المنافسات وتحت ظروف صعبة مع ضمان انسجام البناء الحركي والتكنيك مع هدف وغرض الحركة⁽³⁾.

1 . محمد عثمان : التعلم الحركي والتدريب الرياضي ، ط2، الكويت . دار القلم ، 1994 ص141.

2. اسامة كامل راتب : مصدر سبق ذكره ، 1997، ص69.

3 . كورت ماينل : مصدر سبق ذكره، 1987 ، ص 176 .

وان دور المدرب يتغير من التعليم الى التدريب ، بحيث ينقل اهتمامه من كيفية اداء اللاعب للمهارة الى العوامل التي تؤثر في اداء المهارة وتطبيقها ، كما يقوم بتشجيع اللاعب على تنفيذ مهام التدريب والاعتماد على النفس تحت مختلف الظروف ويدفع به نحو التجربة والتحليل ويراقب مستوى تنفيذ المهام وتقييم النتائج .

ومن ابرز صفات اللاعب خلال هذه المرحلة ان يتمكن من اداء المهارة بجهد اقل وبمستوى متميز ، كما انه يمتاز بقدرته على الربط بين عدة مهارات في وقت واحد ويتجاوز الحالات المعقدة التي يمكن ان تحدث بسبب المتغيرات التي تحصل في اللعب من الخصم والزميل .

ولا بد من الاشارة الى ان الوصول لهذه المرحلة المتقدمة من التعلم لا تعني ان التعلم المهاري قد انتهى ، ولكنها تعني انه قد تم الاقتراب من هذه الحدود ، وان التعلم يجب ان يستمر اذا ما وصلنا الى تلك الحدود⁽¹⁾ .

ويرى الباحث ضرورة الاستمرار في عملية التعلم وتفسير متطلبات الاداء الحركي في هذه المرحلة ، نظرا للتطور المستمر في الاداء المهاري والخططي والتدريبي التي تشهدها الساحة الرياضية باستخدام الوسائل والتقنيات الحديثة .

2-1-6. خطوات اكتساب القدرات المهارية

1. شرح وعرض المهارة : في أول مرحلة من مراحل اكتساب القدرات المهارية يقوم المدرس بشرح المهارة بشكل دقيق مؤكداً على كل جزء من أجزاء الجسم المشارك في الواجب الحركي أي يعطي للطلاب تصورا كاملا عن الأداء ، وبعدها يقوم المدرس بعرض الحركة أو أي طالب ماهر يقدم انموذجا للحركة المطلوبة " من الطبيعي أنه كلما صغر سن الطلاب كلما كان من الأفضل أن يقوم المدرس باداء النموذج بنفسه من أجل ان يكون اداء النموذج بالشكل المطلوب ، ولكي يشاهدها ويفهمها ويؤديها الطلاب بشكل جيد " ⁽²⁾ وهكذا يكرر الطالب الاداء عددا من المرات تتراوح بين (3-5) مرات وحسب نوع الفعالية .

1 . بيتر تومسون: مصدر سيق ذكره ، 1996 ، ص 16.

2 . عدنان جواد خلف وآخرون : المبادئ الاساسية في طرق تدريس التربية الرياضية، البصرة ، دار الكتب والوثائق ،

2. تمارين اساسية : الخطوة الأولى للتنفيذ من قبل الطالب هو أداء المهارة بشكل تمارينات أساسية تعتمد على الاداء فقط وفق الخطوات الآتية عن تعليم مهارة الطبطبة مثلا :
- أ. اداء الطبطبة من الوقوف .
 - ب. اداء الطبطبة من الحركة .
 - ج. اداء الطبطبة بين الشواخص .
 - د . اداء الطبطبة بأشكال مختلفة .
3. تمارين مشابهة لحركات اللعب : هنا يقوم المدرس باختيار تمارينات تكون طريقة ادائها مشابه بشكل كامل للأداء الحركي أثناء المنافسات . مثلا اللعب 3 ضد 3 نصف الملعب أو اللعب 4 ضد 4 كل الملعب .

2-1-7. مساهمة الاحساس في الاداء الماهر

2-1-7-1. ما المقصود بالاحساس

عندما نتحدث عن احد الاسس المهمة التي تعتمد عليها العمليات العقلية وهو (الاحساس) لا بد ان نتعرف على معنى الاحساس الذي " هو تلك العملية التي يتم عن طريقها اكتشاف المثيرات وتحديدها وتقديرها " (1) ويقتصر دور الاحساس على تزويدنا بالمعلومات بينما يقوم الدماغ بتفسير هذه المعلومات وان هذه المعلومات التي ذكر عنها الكثير من المختصين بانها خمس حواس اساسية في حين ذكر البعض " بوجود سبع حواس اساسية للانسان " .

وهذه الحواس هي (البصر - السمع - اللمس - التذوق - الشم - التوازن - الاحساس بالحركة) (2) ان عمليات الاحساس تتم عندما تثير المنبهات الحسية حواسنا ينتقل اثر هذه المنبهات عن طريق اعصاب حسية هي الاعصاب الموردة الى المراكز العصبية في المخ وهنا لا بد من ترجمة هذه الاشارات الى حالات شعورية تعرف بالاحساسات ، فالاحساس " هو الاثر النفسي الذي ينشا مباشرة من تنبيه حاسة او عضو حاس وتاثر مراكز الحس في الدماغ كالاحساس باللون والاصوات والحرارة والبرودة " (3) .

2-1-7-2. اقسام الاحساس

- 1 . آرنوف وتينج: مقدمة في علم النفس ، ترجمة عادل عز الدين وآخرون، القاهرة، دار ماكجروهل، 1977، ص 78.
- 2 . آرنوف و تينج : المصدر السابق ، ص 78 .
- 3 . احمد عزت راجح : أصول علم النفس ، ط 12 ، مصر ، دار المعارف ، 1979 ، ص 199.



تقسم الاحساسات الى ثلاثة انواع هي (1):

1. احساسات داخلية (حشوية) كالاحساس بالجوع والعطش والالام .
2. احساسات خارجية المصدر كالاحساسات البصرية ،السمعية ، الجلدية .
3. احساسات عضلية او حركية تنشأ من تأثير اعضاء خاصة في العضلات والاورتار والمفاصل .

2-1-7-3. اهمية الاحساس في المجال الرياضي

يلعب الاحساس دورا كبيرا في تطوير الاداء المهاري ففي كرة السلة تلعب حاسة اللمس دورا كبيرا ف كثيرا ما تعطى تمارين لتنمية وتطوير الاحساس بالكرة من خلال حاسة اللمس مثل تمارين الضغط على الكرة باطراف الاصابع ،طب الكرة باطراف الاصابع ، دوران الكرة حول الجذع ، دوران الكرة بين الساقين وغيرها وهذه التمارين تقود لخلق حالة ترابط وتوافق وسيطرة على الكرة دون فقدانها اثناء اللعب .

حاسة البصر تلعب دورا في مساعدة المتعلم على تحليل الحركة وفهم الصورة الصحيحة للاداء ،ويتم ذلك من خلال مشاهدة عرض المهارة او الافلام السينمائية او الصور .
اذ يتم نقل الصورة الحركية الى الدماغ (الذي يعتبر المركز الاساسي للحركة) ويتم النقل بواسطة الاعصاب الحسية .

حاسة السمع ان اللاعب يستعمل هذه الحاسة في الاداء الحركي لكن هذه المعلومات المتأتية من هذه الحاسة تكون محدودة نسبيا في الحركات الذاتية وتسمع اصوات خاصة كالذي يحدث في التجذيف (2) . حيث تنقل التأثيرات السمعية الى الدماغ والتي تصبح لحنا للحركة سواء بالصوت او الصفقة او الموسيقى والتي تلعب دورا مهما في ترتيب وتنظيم الاداء الصحيح والمضبوط للمهارة الحركية .

وهي بنفس الوقت تولد حالة من الايقاع في الاداء بكثير من الألعاب الرياضية يمكن معرفة حركة واتجاه اللاعب من خلال سماع صوت الكرة او صوت التوجيه ، ومن هذا المنطلق نرى الشخص الذي لديه مشكلة في السمع لايمكن ان يكون رياضيا متميزا قياسا الى الاسوياء .

2-1-8. المهارات الاساسية بكرة السلة

1. نزار الطالب ، كامل لويس : علم النفس الرياضي ، بغداد ، دار الحكمة للطباعة ، 1993 ، ص168 .
2. وجيه محجوب وآخرون : نظريات التعلم والتطور الحركي ، بغداد ، مكتب عادل للطباعة الفنية ، 2000، ص37.

لكل لعبة سواء كانت فرقية ام فردية، مهارات ومبادئ اساسية يتم من خلالها الوصول الى تأدية اللعبة بشكل متكامل وفق القوانين والاسس الخاصة بها. ولعبة كرة السلة واحدة من الالعب الفرقية المنظمة التي تعتمد في ادائها على مدى اتقان المهارات الاساسية .

حيث اشار (فائز 1983) بان المهارات الاساسية هي " مجموعة أنظمة وأساليب الانتقال والحركة بالكرة أو بدونها وكذلك تعني تأدية (التكنيك والتكتيك) لها " (1) . ويرى الباحث ان المهارات الاساسية بكرة السلة تعد الدعامة الاساسية التي تبنى عليها اللعبة وتحقق أفضل النتائج ، وبدونها لا يستطيع اللاعب تنفيذ الخطط والواجبات الموكلة اليه بشكل جيد اثناء المباريات وأن " اجمل الاشياء التي تخص اللعبة هي الطريقة التي يستفيد منها اللاعب من المهارات في اللعب" (2) .

فضلاً عن ان كرة السلة من الألعاب الفرقية ذات الخصوصية المتميزة التي تمتلك قيمة عالية في التربية وتعمل على صقل إمكانية الفرد وتغرس القيم النبيلة وهي كغيرها من الالعب تتألف من مجموعة مهارات اساسية مقسمة الى مهارات هجومية وأخرى دفاعية. اذ تعد المهارات الهجومية (هي محور هذه الدراسة) وهي " وسيلة لتخطي دفاعات الخصم والوصول الى السلة وأحراز الأهداف" (3).

وسيتطرق الباحث الى بعض المهارات الهجومية التي تم اختيارها وفق المنهج المركزي لوزارة التربية (للمدارس الثانوية في القطر) (4).

2-1-8-1. المناولة

تعد المناولة واحدة من اهم المهارات الاساسية بكرة السلة ، وهي الوسيلة الوحيدة لنقل الكرة اثناء المباراة ، وتحتل مكانة مميزة ومهمة اثناء اللعب، وتعرف على انها "عملية نقل الكرة

1. فائز بشير حمودات وآخرون: أسس ومبادئ كرة السلة، جامعة الموصل، مديرية مطبعة الجامعة، 1983، ص39.
2. نيل ليساس وديك موتا : كرة السلة ، اساسيات للتفوق ، ترجمة علي جعفر سماكه ، الموصل ، مطابع دار الحكمة، 1991، ص15.
3. وداد محمد المفتي: تأثير استخدام بعض اساليب التدريس على تعلم بعض المهارات الهجومية بكرة السلة واستثمار وقت التعلم الاكاديمي، اطروحة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد، 2000 ، ص51.
4. عباس احمد السامرائي: طرق تدريس التربية الرياضية ، ج1 ، ط2 ، الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر، 1987، ص311.



الى اماكن مختلفة في الملعب حيث يمكن عن طريقها الحصول على مواقف متميزة من اجل تحقيق نسب افضل للتصويب ويتوقف على سلامتها نتيجة المباراة " (1).

كما تعرف بأنها "عملية توصيل الكرة من فرد لأخر في الفريق الواحد من الثبات أو من الحركة " (2).

ومن الضروري على كل لاعب كرة سلة إجادة هذه المهارة بشكل جيد من اجل بناء هجوم ناجح لفريقه، اذ ان الفريق الذي يجيد المناولات بشكل دقيق وسريع يصعب التغلب عليه وذلك لتمكنه من توصيل الكرة الى اقرب مكان من الهدف في اسرع واقل وقت وتسجيل النقاط، وتأتي أهمية المناولات بعد مهارة التصويب اذ يؤكد (Bob) ان " المناولة المقننة هي اساس كل لعبة تنتهي بتسجيل النقاط ، وان المناولة تأتي اهميتها بعد التهديد مباشرة بالنسبة لمهارات كرة السلة " (3).

ويرى الباحث بأن المناولات هي سلاح ذو حدين اذا اسيء استخدامها فانها تأتي بنتائج عكسية ، إذ تعطي فرصة للاعب الخصم لقطع الكرة والاستحواذ عليها وتحويل الفريق من الهجوم الى الدفاع، أما اذا أحسن استخدامها فانها تعد وسيلة سهلة وناجحة لتطبيق خطط اللعب بنجاح اذ تعد مفتاح لنجاح الفريق وتفوقه.

والمناولات في كرة السلة انواع عديدة منها ما تؤدي بيد واحدة ومنها ما تؤدي باليدين، ولكل لاعب فلسفته الخاصة باستخدام نوع المناولة والتي تعتمد على مواقف اللعب التي تواجه اللاعب بوجود خصم او عدم وجوده اثناء المباراة وبعد المسافة بينه وبين زميله وطول الخصم .

وتقسم المناولات التي تؤدي بيد واحدة الى: (4)

(المناولة من مستوى الكتف - المناولة الخطافية - المناولة المرتدة - المناولة من الطبطبة)

أما المناولات التي تؤدي باليدين فتقسم الى: (5)

- 1 . محمد عبد الرحيم اسماعيل: الهجوم بكرة السلة، منشأة المعارف ، 1995، ص54.
- 2 . مفتي ابراهيم حماد: طرق تدريس العاب الكرات وتطبيقها بالمرحلتين الابتدائية والاعدادية، دليل المعلمين وأولياء الأمور، 1، القاهرة، دار الفكر العربي ، 2000، ص228.
3. Bob cousy , Frank power . Basketball conceptes and Teaching. Allyand Bavon . inc, Boston, 1970, P. 65.
- 4 . مؤيد عبد الله ، فائز بشير: كرة السلة ، الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر ، 1999 ، ص 18-20 .
- 5 . المصدر المسابق ، 1999 ، ص 15-18 .

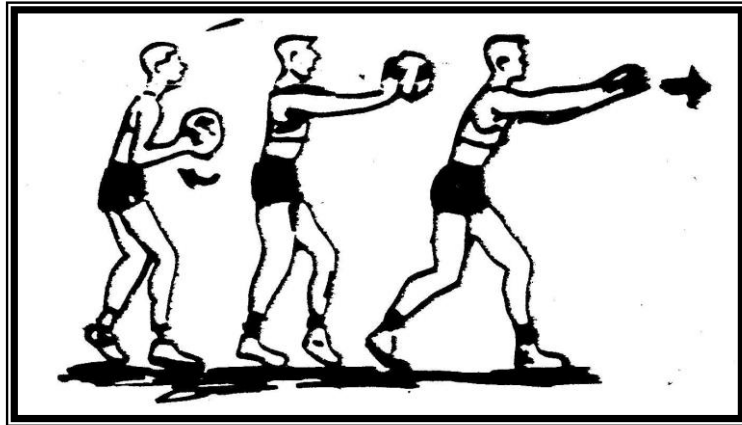


(المناولة الصدرية - المناولة المرتدة - المناولة من فوق الرأس - مناولة الدفعة البسيطة)
ولكون الباحث قد استخدم المناولة الصدرية باليدين في اختباره فقد حرص على بيان مميزاتها وأهميتها.

□ المناولة الصدرية :-

تعد المناولة الصدرية واحدة من انواع المناولات الرئيسية بكرة السلة ، اذ يكثر استخدامها خلال المباراة وذلك لسهولة ادائها ، وعادة ماتسمى بـ (مناولة الفريق).
سميت هذه المناولة بالمناولة الصدرية لأن ادائها يتم بخط مستقيم من مستوى صدر اللاعب ((اتجاه مسار الكرة يكون من مستوى صدر اللاعب المناول الى مستوى صدر اللاعب المستلم)) (1).

تؤدي هذه المناولة بعد مسك الكرة بحيث تكون الاصابع منتشرة على الكرة ومتجهة الى الامام والعضدان يثنيان بزاوية قائمة وعموديان على الارض ، يتم سحب الكرة الى الصدر واستمرار الحركة بحيث تظهر وكأن اللاعب يقوم بعمل دائرة امام الجسم ، ويتم بمد الذراعين الى الامام وفرد المرفقين ودفع الكرة بقوة برسغ الكفين وأخيراً بالاصابع مع تحديد اتجاه الكرة وقوتها كما يمكن اخذ خطوة بعد دفع الكرة لإضافة قوة لدفع الكرة بتقديم أحد الساقين على الآخر حيث ينتقل ثقل الجسم من القدم الخلفية الى القدم الأمامية كما في الشكل (1) وقد تؤدي هذه المهارة من الثبات او الحركة.



شكل (1)

يوضح اداء المناولة الصدرية

1 . احمد أمين فوزي، محمد عبد العزيز بن سلامه: كرة السلة للناشئين، القاهرة، الفنية للطباعة والنشر، 1980،



وتعتبر المناولة الصدرية خير قياس لمعرفة مدى نجاح عملية الهجوم، وكأداة فعالة للسيطرة على اسلوب الهجوم المطلوب⁽¹⁾.

ومن اهم مميزات هذه المناولة⁽²⁾.

1. انها تستعمل للمسافات القصيرة من 6-8 م.
 2. تستخدم عندما لا يوجد خصم بين المناول والمستلم.
 3. تعد اسهل انواع المناولات .
 4. يسهل اداء مهارات اخرى مثل (الطبطبة والتهديف) دون تغيير في وضع المسك بعد مضايقة المهاجم من قبل الخصم.
- أن الغاية الاساسية من تطوير المناولة الصدرية من اجل استحواذ الفريق على الكرة ومحاولة ايصالها الى المكان المناسب بأقل زمن والمحافظة على تنفيذ خطط ومتطلبات اللعبة بنجاح.

2-8-1-2. الطبطبة.

تعتبر الطبطبة الوسيلة الهجومية الفعالة للانتقال من مكان الى آخر داخل الملعب وذلك لأن قانون اللعبة لا يسمح بالمشي او الجري بالكرة وعليه يجب ان يتقنها لاعب كرة السلة بشكل جيد حيث أكد (رعد جابر 1987) ان الطبطبة " هي المهارة الاولى التي على اللاعبين اتقانها وذلك لان اللاعب الذي لا يستطيع ان يطبب بسهولة وبموازنة ، فإنه التأكيد لن يكون مهاجماً"⁽³⁾.

ومن المعروف ان هذه المهارة تؤدي باستخدام يد واحدة وقد عرف (Cooper ، 1975) الطبطبة على انها "عملية ارتداد الكرة بيد واحدة وبتجاه الارض من قبل اللاعب"⁽⁴⁾.

1. Jerry V.krause , Basketball skills and Drills, Eastern washington Univ, Leisure press,1991,P.19.

2. ب . م : كرة السلة لفروع التربية الرياضية في معاهد المعلمين المركزي ومعاهد اعداد المعلمين والمعلمات ، ط1، بغداد، مديرية مطبعة وزارة التربية، 1991، ص55.

3. رعد جابر، كمال عارف: المهارات الفنية بكرة السلة، بغداد، مطبعة التعليم العالي، 1987، ص85.

4. Cooper A. John and sidentop Darly; The Theory of Science of Basketball,2nd Edition, Philadelphia, Leu and febger, 1975, P.39.



وتعرف أيضاً بأنها " عملية دفع الكرة الى الارض بأحد اليدين باتجاه معين وارتدادها من الارض لأحد اليدين " (1)، كما عرفها (حسن السيد معوض، 1980) على انها " التحرك بتنطيط الكرة في أي اتجاه " (2).

تعتمد مهارة الطبطة على اللمس والتحسس دون النظر الى الكرة ويعني بذلك انها تحتاج الى توافق عضلي عصبي بين مفاصل وعضلات الجسم بين (الاصابع والرسغ والمرفقين والرجلين والجذع والعينين) .

وتعد الطبطة ثاني طرق التحرك بالكرة اثناء اللعب بعد مهارة المناولة وتليها في الافضية (3).

وتظهر أهمية الطبطة من خلال مواقف اللعب المختلفة اذ تستخدم للتخلص من الدفاع الضاغظ والاتجاه الى المكان المناسب لغرض المناولة او التهديف، وتستخدم لاعطاء فرصة للفريق المهاجم للقيام بخطة هجومية معينة عن طريق استدراج المدافعين بالطبطة لترك مواقعهم الدفاعية واستغلال ثغرات الدفاع، كما تستخدم الطبطة في الدقائق الأخيرة عندما يراد قتل وقت المباراة .

وبالرغم من أهمية هذه المهارة الا انها قد تصبح وبالأعلى الفريق اذا اسيء استخدامها حيث يسهل على الدفاع قطعها او الرجوع بسرعة لأخذ المواقع الدفاعية .
□ طريقة اداء الطبطة (4)

- تتم بالدفع المتتابع للكرة وتوجيهها الى الارض بواسطة اصابع اليد .
- اصابع اليد يجب ان تكون متباعدة وذلك للسيطرة على اكبر مساحة من الكرة لتوجيهها .
- اصابع اليد المطبطة يجب ان نشير الى الامام في اتجاه حركة الكرة .
- حركة رسغ اليد المطبطة ومقدار فرد وثني الذراع هي اساس التحكم في ارتفاع الكرة اثناء الطبطة.
- حركة الدفع بالاصابع وتتابع ثني ومد الرسغ والذراع يجب ان تكون بأنسيابية وتوافق بحيث تبدو الكرة وكأنها مرتبطة بالاصابع.

1 . عبد الحكيم الطائي وآخرون: كرة السلة ، بغداد، مطبعة وزارة التربية، 1991، ص66.

2 . حسن سيد معوض: كرة السلة للجميع، دار الفكر العربي، 1980، ص80.

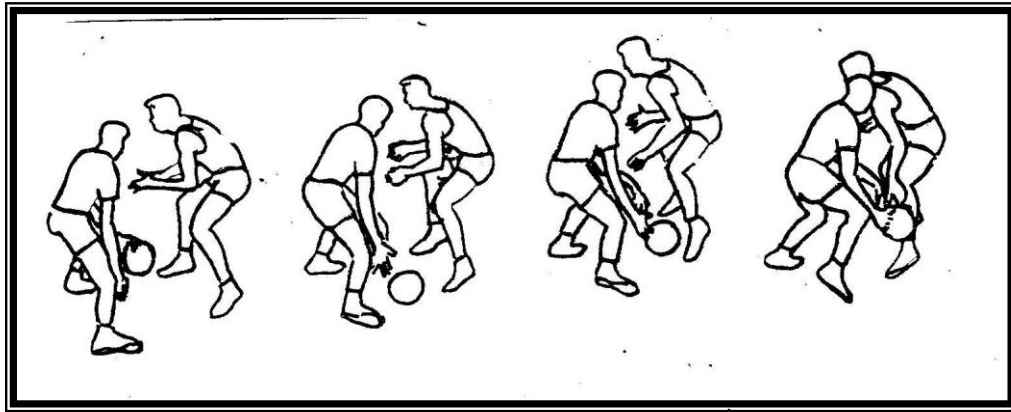
3 . مصطفى محمد زيدان: كرة السلة للمدرب والمدرس، القاهرة، دار الفكر العربي، 1999، ص58.

4 . المصدر السابق ، ص60.

- يراعي اهمية دوام النظر الى الامام اثناء الطبطة . " لا يعتبر اللاعب محاورا ممتاز الا اذا استطاع التحكم في توجيه الكرة دون لصق نظره عليها، بل لا بد وان يرى الملعب وهو يحاور حتى يستطيع انتهاز فرصة للتمرير او الاندفاع ناحية السلة " (1).
 - عند الطبطة باليد اليمنى توضع الذراع اليسرى امام الجسم مع ثني الكوع وذلك للعمل على حماية الكرة من المدافع والعكس عند الطبطة باليد اليسرى ، تقوم الذراع اليمنى بنفس العمل.
 - اثناء الطبطة العالية يجب ان يكون مكان تنطيط الكرة خارج القدم المتقدم وبالنسبة للطبطة المنخفضة يكون مكان تنطيط الكرة بجانب الجسم وذلك لحماية الكرة من المدافع .
 - وتوجد عدة انواع من الطبطة هي (الطبطة العالية- الطبطة الواطئة- الطبطة بالدوران- الطبطة بتغيير الاتجاه - الطبطة بتغيير السرعة) (2) .
 - ولكون الباحث قد استخدم الطبطة بتغيير الاتجاه في الاختبارات لذلك سيتم التطرق اليها.
- الطبطة بتغيير الاتجاه

هي احد انواع الطبطة التي تستخدم بشكل كبير اثناء المباراة ومنها يستطيع اللاعب المهاجم من تغيير اتجاه الطبطة من يد الى اخرى مع تغيير سير اتجاه اللاعب لغرض خداع واجتياز المدافع والاحتفاظ بالكرة بعيداً عنه ويضع جسمه بين الكرة والمدافع وبذلك يكون الطريق سالكاً أمامه للتقدم بالكرة باتجاه الهدف او لأخذ موقع افضل بعيداً عن المدافع وكما موضح في الشكل (2) .

وبشكل عام فإن الطبطة بتغيير الاتجاه تعني " تغيير الطبطة والاتجاه من يد الى يد أخرى ومن اتجاه الى آخر " . (3)



1 . حسن السيد معوض: مصدر سبق ذكره ، 1980، ص83.

2 . ب.م: المصدر السابق : ص68-72.

3 . ب.م: المصدر السابق، ص71.

شكل (2)
يوضح أداء الطبطة بتغيير الاتجاه

2-1-8-3. التهديد

تعد مهارة التهديد واحدة من أهم المهارات الأساسية التي تركز عليها الألعاب الفرعية بشكل عام ، وكرة السلة بشكل خاص كونها من اكثر الالعاب استخداماً لهذه المهارة مقارنة مع الالعاب الاخرى.

وبهذا يفترض ان تأخذ الحيز الاكبر من الوحدات او الجرعات التدريبية وأن يسعى المدربون في الاساليب التدريبية التي يستخدمونها الى اعطاء التهديد الحصة الاكبر من الاهتمام .

فالتهديد هو "عملية دفع الكرة باتجاه الهدف على شكل حركة رمي باستخدام ذراع او ذراعين"⁽¹⁾.

كما عرفها (خالد ، 1990) على انها " محاولة فعلية جادة للاعب المهاجم لادخال الكرة الى هدف الخصم مستثمراً في ذلك قابليته البدنية والفنية والذهنية والنفسية ضمن اطار القانون الدولي " ⁽²⁾.

ان الغرض الاساسي من لعبة كرة السلة هو اصابة اكبر عدد من الاهداف في سلة الخصم ، ونتيجة لتطور انواع الدفاع فضلاً عن تطوير قانون اللعبة دفع الفريق الى ايجاد طرق واساليب عديدة للتهديد من مواضع ومسافات مختلفة .

كما تعتبر جميع المهارات الأساسية والجهود الفنية والبدنية التي يبذلها الفريق عديمة الفائدة مالم تتوج بهدف يزيد من رصيد الفريق.

ولغرض تعلم مهارة التهديد هناك نقاط ضرورية يجب مراعاتها وهي⁽³⁾ : -

1. اعلى مستوى من التركيز اثناء الاداء.
2. المواظبة المستمرة على اداء مهارة التهديد كونها تعتمد على التكرار المستمر الذي يخلق الثقة بالنفس والتي يحتاجها المهدف بشكل اساسي.
3. التهديد بمختلف ظروف المباراة (من الحركة والثبات والقفز ، وبمدافع وبدونه ومن المناطق المختلفة) ومن الراحة والتعب.

1 . رعد جابر، كمال عارف: مصدر سبق ذكره ، 1987، ص 143.

2 . خالد محمود عزيز: دراسة تحليلية لحالات التصويب بكرة السلة، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد، 1990، ص 7.

3 . هلال عبد الكريم : اثر برنامج تدريبي باستخدام اسلوب التدريب الدائري في تنمية بعض المهارات الهجومية بكرة السلة، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ن جامعة بغداد، 1998، ص 13.



ان مهارة التهديف تعد واحدة من اهم واصعب المهارات التي يجب ان يتقنها اللاعب ، وعلى هذا الاساس يقاس مستوى اداء اللاعب خلال فترات المباراة أي على ضوء عطاء الفريق ومدى اجادته لهذه المهارة تتحدد نتيجة المباراة .

وبهذا يصبح التهديف المهارة الاساسية الاولى التي يمكن للفريق عن طريقها أن يحقق الفوز في المباراة (1).

ان للتهديف بكرة السلة انواعا وطرقا مختلفة ، تختلف من حالة الى أخرى تبعاً لمتغيرات اللعبة، أي بمعنى اخر قرب وبعد اللاعب عن الهدف ومستوى تدخل الخصم وحالة اللعب . فقد ذهب البعض الى تقسيم نوع التهديف بكرة السلة على اساس كيفية دخول كرة للهدف الى (2) :

1. التهديف المباشر .
 2. التهديف غير المباشر .
- ومنهم من قسمها على اساس طريقة الاداء الى (3) :-
1. التهديف من الثبات .
 2. التهديف من القفز .
- ومنهم من قسمها على اساس مستوى الاداء الى (4) :-
1. التهديف من مستوى الصدر (التصويبه الصدرية) .
 2. التهديف من مستوى الكتف .
 3. التهديف من فوق الرأس .
- كما يقسمه الباحث على اساس المسافة الى :-
1. التهديف البعيد المحتسب بثلاث نقاط .
 2. التهديف القريب المحتسب بنقطتين .
 3. التهديف من الرمية الحرة المحتسب بنقطة واحدة .
- بالإضافة الى تقسيم آخر على اساس موقع اللاعب من الهدف :-

- 1 . خالد نجم عبد الله: التصويب البعيد في كرة السلة وعلاقته بنتيجة المباراة، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد، 1986، ص19.
- 2 . مؤيد عبد الله، فائز بشير: مصدر سبق ذكره ، ص23.
- 3 . نيل ليساس و ديك موتا : مصدر سبق ذكره ، ص39-43 .
- 4 . حسن السيد معوض، مصدر سبق ذكره، ص118-122.



1. التهديف الأمامي.
2. التهديف الجانبي.

وهناك تقسيمات خاصة حسب حالات اللعب (التهديف من الارتكاز - التهديف النصف الارتكازي - التهديف من القفز - التهديف الخطافي - التهديف السمي... الخ) (1).

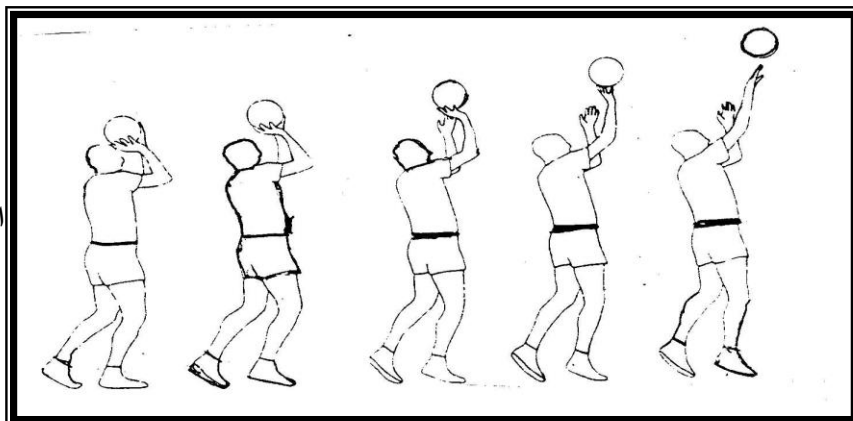
ان جميع انواع التهديف تشترك في غرض واحد الا وهو اصابة الهدف لذلك لا يمكن ان نميز أحد انواع التهديف على الآخر.

ولكي يكون البحث يخضع لتقويم مقنن فقد اتجه الباحث الى اتباع اسلوب التهديف من الثبات في اختباره لهذا سيتم التطرق الى هذا النوع من التهديف.

□ التهديف الثابت

يعد التهديف من الثبات من اقدم انواع التهديف وابسطها وكثيراً ما يستخدم في يومنا هذا وخاصة من قبل النساء ، وفي اثناء الرميات الحرة، ومناطق التهديف المتوسطة ، وعندما يكون اللاعب خالياً من المراقبة لذا يجب التدريب عليه بشكل مكثف ويخصص له وقت كبير وذلك لأن تعليم هذه المهارة يساعد على تعلم الانواع الاخرى من التهديف ويقصد به "التهديف في حالة ثبات الجسم واستقراره " (2).

يؤدي التهديف من الثبات بيد واحدة ، اذ تكون الكرة مرفوعة بكف الذراع الرامية ومسندة بالكف الاخرى اعلى امام الرأس قليلاً ويكون النظر مركزاً على النقطة التي تضمن دخول الكرة في حلقة السلة وعند بدء التهديف تبدأ الحركة من مفصل الركبة وانتهاء بدفع الكرة بواسطة رسغ اليد مع مراعاة متابعة الاصابع لحركة الكرة كما موضح في شكل (3) .



السلة ، اطروحة

- 1 . المصدر السلة
- 2 . ضياء فهد ال
- دكتوراه، كلية



شكل (3)

يوضح اداء التهديد الثابت

عند تعليم هذه المهارة يجب التأكيد على التوافق والتناسق وربط حركة مد مفاصل الجسم وصولاً الى الامتداد الكامل الى ان تترك الكرة يد الرامي.

ونظراً لأهمية هذه المهارة هناك نقاط على الرامي مراعاتها عند الاداء⁽¹⁾: -

1. سيطرة الرامي على الكرة.
2. اختيار المنطقة الملائمة والجيدة للتهديد بالنسبة الى الهدف.
3. التركيز الجيد اثناء الاداء.
4. يجب ان تتابع الذراع بعد رميها لتوجيهها الى المسار الصحيح.
5. انطلاق الكرة الى الهدف على شكل قوس وتقدير مستوى هذا القوس .
6. دوران الكرة يكون معاكساً لاتجاه الهدف وهذا يتحقق عن طريق دفع الكرة بالاصابع (الوسط والسبابة في نهاية الرمي).

2-2. الدراسات المشابهة

2-2-1. دراسة (علي البيك ، 1993) والموسومة بـ " مقارنة فاعلية الجرعات ذات الاتجاه المنفرد والجرعات ذات الاتجاه المركب " ⁽²⁾

هدفت الدراسة الى اعداد برنامجين تدريبيين لتطوير الصفات البدنية الخاصة والامكانيات الوظيفية للناحية الحيوية للسباحين واطهار اختلاف الفاعلية بين الجرعات ذات الاتجاه الواحد والجرعات ذات الاتجاه المركب.

1 . ب.م. مصدر سبق ذكره، ص76.

2 . علي فهمي البيك: تخطيط التدريب الرياضي، الاسكندرية، دار المعرفة الجامعية، 1993، ص115.

أجري البحث على عينة قوامها (24) سباحاً ذوي مستويات عالية قسمت الى مجموعتين تجريبتين ، وقد اجريت التجربة في فترة الاعداد ، واستخدمت المجموعتان نظاماً تدريبياً موحداً وكان هناك تماثلاً بالنسبة للأحجام والوسائل التدريبية ، كان الاختلاف فقط، ان المجموعة التجريبية الأولى استخدمت الجرعات التدريبية ذات الاتجاه المنفرد اما المجموعة التجريبية الثانية فقد استخدمت الجرعات التدريبية ذات الاتجاه المركب.

ومن اهم الاستنتاجات التي توصل اليها الباحث هي :-

1. هنالك تفوق بشكل واضح للصفات البدنية الخاصة للمجموعة التجريبية الأولى.
 2. عدم امكانية ظهور الصفات البدنية الخاصة للمجموعة التجريبية الثانية بشكل واضح.
 3. هناك تفوق في نتائج المسابقة للمجموعة التجريبية الأولى.
 4. عدم أحداث تغيير في نتائج مستوى اللاعبين للمجموعة التجريبية الثانية.
- 2-2-2. دراسة (نوفل محمد محمود الحياي، 1999) والموسومة بـ"اثر استخدام برنامجين تدريبيين بالاسلوبين (المنفرد - المركب) في تطوير عدد من الصفات البدنية الخاصة بكرة اليد"
(1)

هدفت الدراسة الى اعداد برنامجين تدريبيين لتطوير الصفات البدنية الخاصة للاعبي كرة اليد والكشف عن افضل اسلوب (المنفرد - المركب) لتطوير الصفات الخاصة للاعبي كرة اليد في محافظة نينوى .

اجري البحث على عينة قوامها (28) لاعباً يمثلون لاعبي المركز التدريبي، قسمت الى مجموعتين تجريبتين ، المجموعة التجريبية الأولى استخدمت الاسلوب المنفرد والمجموعة الثانية استخدمت الاسلوب المركب، كان الاختلاف ان الاسلوب المنفرد يركز على صفة بدنية واحدة من خلال الجرعة التدريبية اما الاسلوب المركب فإنه يركز على اكثر من صفة بدنية خلال الجرعة التدريبية الواحدة .

ومن اهم الاستنتاجات التي توصل اليها الباحث هي:-

1. وجود فروق معنوية بين نتائج الاختبار القبلي ونتائج الاختبار البعدي للمجموعتين التجريبتين في الاختبارات جميعها التي استخدمها ، وهذا ناتج عن تأثير البرامج التدريبية المعدة.

1 . نوفل محمد محمود الحياي: اثر استخدام برنامجين تدريبيين بالاسلوبين (المنفرد - المركب) في تطوير عدد من الصفات البدنية الخاصة بكرة اليد، أطروحة دكتوراه ، كلية التربية ، جامعة بغداد، 1999.

2. عدم وجود فروق معنوية بين الاسلوبين (المنفرد- المركب) في اختبار التحرك الأمامي والخلفي لقياس صفة الرشاقة.
3. ظهرت فروق معنوية بين الاسلوبين ولصالح الاسلوب المركب في اختبار الركض بالمواجهة والظهر ولمسافة 252م لقياس مطاولة السرعة.
4. ظهرت فروق معنوية لصالح الأسلوب المنفرد في اختبار ركض 1000م لقياس صفة المطاولة.

2-2-3. دراسة (معتز يونس الطائي ، 2001) والموسومة بـ " اثر برنامجين تدريبيين بأسلوبي التمارين المركبة وتمارين اللعب في بعض الصفات البدنية والمهارية بكرة القدم" (1) هدفت الدراسة الى اعداد برنامجين تدريبيين لتطوير الاسس الخطئية الاولى بأسلوب التمارين المركبة والثانية بأسلوب تمارين اللعب اللذان يطوران اكثر من صفة بدنية او مهارة في وقت واحد ويؤثران بدورهما بالاعداد الخططي ، وأستند الباحث على مكونات حمل التدريب في تخطيط البرنامجين لتحقيق اهداف البرامج التدريبية النموذجية.

أجري البحث على عينة من لاعبي منتخب شباب وتربية محافظة نينوى بكرة القدم وكان عددهم (32) لاعباً ، قسموا الى مجموعتين تجريبتين ، المجموعة التجريبية الأولى استخدمت اسلوب التمارين المركبة والمجموعة الثانية استخدمت اسلوب تمارين اللعب.

ومن أهم الاستنتاجات التي توصل إليها الباحث هي :-

1. البرنامج التدريبي بأسلوب التمارين المركبة أدى الى تطوير الصفات البدنية والمهارية المعنية بالدراسة كافة .
2. البرنامج التدريبي بأسلوب تمارين اللعب أدى الى تطوير الصفات البدنية والمهارية المعنية بالدراسة كافة .
3. التدريب بالأسس الخطئية في الوحدة التدريبية اليومية والدورة الصغرى والدورة المتوسطة يؤدي الى تطوير الصفات البدنية والمهارية المعنية بالدراسة .
4. إعداد برنامج تدريبي علمي ونموذجي ولمدة أربعة اسابيع بواقع ست وحدات تدريبية في الاسبوع بأسلوب التمارين المركبة أو تمارين اللعب يؤدي الى تطوير الصفات البدنية والمهارية المهنية بالدراسة .

1 . معتز يونس الطائي: اثر برنامجين تدريبيين بأسلوبي التمارين المركبة وتمارين اللعب في بعض الصفات البدنية والمهارية بكرة القدم ، أطروحة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الموصل، 2001.

3. منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

3-1. منهج البحث

من أهم الخطوات التي يستند عليها نجاح البحث هو اختيار المنهج الملائم لحل المشكلة فالمنهج هو "الطريقة التي ينتهجها الفرد حتى يصل الى هدف معين" (1). وبما أن البحث العلمي قد حدد العديد من المناهج التي تتلاءم وطبيعة أي مشكلة علمية تستوجب الدراسة والبحث ، مما اعطى حرية للباحث في اختيار المنهج الذي ينسجم مع مشكلة بحثه .
وعليه استخدم الباحث المنهج التجريبي الذي يقوم على " تغير معتمد ومضبوط للشروط المحددة لحدث ما ، وملاحظة التغيرات الناتجة من الحدث ذاته وتفسيرها" (2) وبأسلوب التصميم التجريبي حيث تكون المجموعتان التجريبيية والضابطة " متكافئتين في كل العوامل التي قد تؤثر في التغير التابع باستثناء عامل واحد هو التعرض للمتغير المستقل" (3) والجدول (1) يوضح ذلك .

الجدول (1)

يوضح التصميم التجريبي

| المجموعات | الخطوة الاولى | الخطوة الثانية | الخطوة الثالثة | الخطوة الرابعة | الخطوة الخامسة |
|-------------------|-----------------|------------------|-----------------|-----------------------------------|-----------------------------------|
| الضابطة | الاختبار القبلي | الاسلوب التقليدي | الاختبار البعدي | الفرق بين الاختبار القبلي والبعدي | الفرق بين الاختبار القبلي والبعدي |
| التجريبية الاولى | الاختبار القبلي | الاسلوب المنفرد | الاختبار البعدي | الفرق بين الاختبار القبلي والبعدي | الفرق بين الاختبار القبلي والبعدي |
| التجريبية الثانية | الاختبار القبلي | الاسلوب المزدوج | الاختبار البعدي | الفرق بين الاختبار القبلي والبعدي | الفرق بين الاختبار القبلي والبعدي |

1. أكرم خطابية : المناهج المعاصرة في التربية الرياضية ، ط1، عمان ، دار الفكر ، 1997 ، ص 19 .
2. حسن الشافعي وسوزان مرسى : مبادئ البحث العلمي في التربية البدنية والرياضية، الاسكندرية ، منشأة المعارف ، 1995 ، ص 74 .
3. عبد الجليل الزوبعي ، محمد الغنام : مناهج البحث في التربية ، ج1، مطبعة جامعة بغداد 1981 ، ص 108 .



3-2. عينة البحث

تعد عينة البحث ضرورة من ضروريات البحث العلمي إذ يجب على الباحث ان يختار عينة البحث بحيث تمثل هذه العينة المجتمع الاصلي تمثيلا دقيقا . فالعينة تعني " طريقة جمع البيانات والمعلومات من وعن العناصر وحالات محدده يتم اختيارها بأسلوب معين من جميع عناصر مفردات ومجتمع الدراسة وبما يخدم ويتناسب ويعمل على تحقيق هدف الدراسة" (1) .

اختار الباحث عينة بحثه من المدارس الثانوية للبنات في محافظة ديالى والتي اتصفت بوجود مدرسات تربية رياضية وملعب كرة سلة خارجي إذا كان عدد المدارس (34) مدرسة ثانوية بهذه المواصفات وبالقرعة تم اختيار مدرسة ثانوية الحوراء للبنات ومدرسة ثانوية الازدهار للبنات .

وبالقرعة تم اختيار شعبتين من ثانوية الازدهار وشعبة من ثانوية الحوراء . إذ بلغ مجموع أفراد العينة (60) طالبة بعد استبعاد الطالبات المرضي والراسبات ولاعبات منتخب التربية وفريق المدرسة ، بحيث بلغ عدد الطالبات (20) طالبة لكل شعبة ، لتصبح نسبة العينة الى مجموع طالبات الرابع الاعدادي (39.47%) علما إن مجموع طالبات الصف الرابع الاعدادي للمدرستين (152) طالبة .

قام الباحث بتقسيم عينة بحثه الى ثلاث مجموعات بالطريقة العشوائية (القرعة) وكالاتي:

أولاً:المجموعة التجريبية الاولى - طبقت المنهج بالاسلوب المنفرد - وعددهن (20) طالبة .
 ثانياً:المجموعة التجريبية الثانية - طبقت المنهج بالاسلوب المزدوج - وعددهن (20) طالبة .
 ثالثاً:المجموعة الضابطة - طبقت المنهج التقليدي* وعددهن (20) طالبة .

والجدول (2) يوضح توزيع العينة على المجموعات ومجموعهم الكلي ونسبتهم المئوية الى عدد طالبات الصف الرابع الاعدادي .

1 . ربحي مصطفى عليان ، عثمان محمد غنيم : مناهج واساليب البحث العلمي النظرية والتطبيق ، ط1، عمان ، دار

صفاء للنشر والتوزيع ، 2000 ، ص 138 .

* . أنظر ملحق (5)



جدول (2)

يوضح توزيع العينة على الجامعات ومجموعهم الكلي ونسبتهم المئوية

| العدد | الجامع |
|--------|------------------------------------------------|
| 20 | المجموعة التجريبية الاولى (الاسلوب المنفرد) |
| 20 | المجموعة التجريبية الثانية (الاسلوب المزدوج) |
| 20 | المجموعة الضابطة (الاسلوب التقليدي) |
| 60 | مجموعة افراد العينة |
| 152 | المجموع الكلي للصف الرابع الاعدادي للمدرستين |
| %39.47 | النسبة المئوية للعينة |

3-2-1. تجانس عينة البحث

لأجل التوصل الى مستوى واحد ومتساوي لعينة البحث ولتجنب المتغيرات التي قد تؤثر في نتائج البحث من حيث الفروق الفردية الموجودة بين الطالبات ، قام الباحث بأجراء التجانس على عينة بحثه بأخذ المتغيرات (العمر ، الطول ، الوزن) وبعد ذلك جرت المعالجات الاحصائية لهذه المتغيرات عن طريق قانون معامل الالتواء حيث كانت القيم محصورة بين (3+) مما يدل على حسن توزيع العينة وانتشارها اعتداليا داخل كل مجموعة من مجاميع البحث الثالث ، والجداول (3،4،5) توضح ذلك .

جدول (3)

يوضح تجانس المجموعة التجريبية الاولى في المتغيرات (العمر ، الطول ، الوزن)

| ت | المعالجات الاحصائية المتغيرات | وحدة القياس | س | و* | ع± | ل** |
|---|----------------------------------|----------------|-------|------|------|------|
| 1 | العمر | الشهر | 185.9 | 186 | 2.55 | 0.11 |
| 2 | الطول | سم | 162.9 | 163 | 2.71 | 0.11 |
| 3 | الوزن | كغم | 53.75 | 52.5 | 4.39 | 0.85 |



جدول (4)

يوضح تجانس المجموعة التجريبية الثانية في المتغيرات (العمر، الطول، الوزن)

| ت | المتغيرات | المعالجات الاحصائية | وحدة القياس | س | و * | ع± | ل ** |
|---|-----------|---------------------|-------------|-------|-------|------|------|
| 1 | العمر | | الشهر | 186.3 | 186.5 | 2.75 | 0.21 |
| 2 | الطول | | سم | 162.5 | 162 | 2.64 | 0.56 |
| 3 | الوزن | | كغم | 54.5 | 55 | 5.5 | 0.27 |

جدول (5)

يوضح تجانس المجموعة الضابطة من حيث (العمر، الطول، الوزن)

| ت | المتغيرات | المعالجات الاحصائية | وحدة القياس | س | و * | ع± | ل ** |
|---|-----------|---------------------|-------------|-------|------|------|------|
| 1 | العمر | | الشهر | 186.4 | 186 | 1.66 | 0.72 |
| 2 | الطول | | سم | 164.5 | 165 | 2.89 | 0.51 |
| 3 | الوزن | | كغم | 53.6 | 53.5 | 3.18 | 0.09 |

3-2-2 . تكافؤ عينة البحث

لمعرفة التكافؤ بين مجموعات البحث الثلاث في الاداء المهاري حيث ان التكافؤ شرط اساسي ومهم في المنهج التجريبي وحتى يستطيع الباحث ان يعزي ما حدث من فروق في نتائج الاختبارات البعدية الى العامل التجريبي (المستقل) فقد طبق اختبار F (تحليل تباين) لمعرفة الفروق بين المجموعات الثلاث للاختبارات (المناولة ، الصدرية ، الطبطة المتعرجة، التهديد الامامي ، التهديد الجانبي) وظهرت نتائج الاختبارات جميعها عدم وجود فروق دالة معنوية بين المجموعات الثلاث اذ أن قيمة (F) المحتسبة هي أصغر من قيمة (F) الجدولية تحت درجة حرية (2 ، 57) ومستوى دلالة (0.05) والجدول (6) يدل على صحة الاختيار العشوائي .

* و : تعني المنوال .

** ل : تعني معامل الالتواء .



جدول (6)

يبين تكافؤ عينة البحث في اختبارات المهارات الاساسية

| مستوى الدلالة 0.05 | قيمة F المحتسبة | متوسط المربعات | درجة الحرية | مجموع المربعات | مصدر التباين | المتغيرات |
|--------------------------|--------------------|-------------------|----------------|-------------------|----------------|-------------------------|
| غير دال | 0.43 | 1.155 | 2 | 2.31 | بين للمجموعات | اختبار المناولة الصدرية |
| | | 2.689 | 57 | 153.28 | داخل المجموعات | |
| غير دال | 0.012 | 0.106 | 2 | 0.212 | بين المجموعات | اختبار الطبطبة المتعرجة |
| | | 8.806 | 57 | 501.98 | داخل المجموعات | |
| غير دال | 0.08 | 0.8 | 2 | 1.6 | بين المجموعات | اختبار التهديد الجانبي |
| | | 9.67 | 57 | 551.25 | داخل المجموعات | |
| غير دال | 0.052 | 0.8 | 2 | 1.6 | بين المجموعات | اختبار التهديد الامامي |
| | | 15.1 | 57 | 86.8 | داخل المجموعات | |

قيمة (F) الجدولية تحت درجة حرية (57.2) وتحت مستوى دلالة (0.05) بلغت (3.15)
3-3. الاجهزة والادوات المستخدمة

يمكن تعريف الاجهزة والادوات المستخدمة بأنها " الوسيلة أو الطريقة التي يستطيع بها
الباحث حل مشكلة بحثه مهما كانت أدوات أو بيانات أو أجهزة " (1)

واستخدم الباحث الادوات التالية :

- المصادر العربية والاجنبية .
- المقابلات الشخصية .(*)
- استمارة استطلاع آراء الخبراء .(**)
- فريق العمل .(2)

1 . وجيه محجوب: طرائق البحث العلمي ومناهجه ، الموصل ، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر 1988 ، ص133.

* . أنظر الملحق (1) .

** . أنظر الملحق (3) .

- 2 . تكون فريق العمل من
 1. أزهار حسن / مدرسة تربية رياضية في ثانوية الحوراء .
 2. سها عباس / طالبة ماجستير - كلية التربية الرياضية للبنات .
 3. سلوى كاظم / مدرسة تربية رياضية في ثانوية الازدهار .
 4. ناهدة جليل / مدرسة تربية رياضية في ثانوية الازدهار .
 5. وليد جليل / مدرس ساحة وميدان - كلية التربية الرياضية / ديالى .



- شريط قياس بالسنتيمتر .
- ميزان لقياس الوزن نوع (Seca) .
- كرات سلة عدد (20) .
- شواخص .
- ساعات إيقاف الكترونية لقياس الوقت عدد (2) .
- حاسبة الكترونية نوع (Casio)
- الاختبارات والقياسات .

3-4. تحديد الاختبارات المستخدمة في البحث .

ان اختيار وتحديد الاختبارات ليست بالعملية السهلة إذ يجب أن يكون الاختيار وفق أسس علمية دقيقة من أجل تحقيق الغرض الذي وضعت من أجله إذ أن الاختبار هو "وسيلة هامة من وسائل القياس وأنه بمثابة تكتيكات للقياس"⁽¹⁾ . وبعد اطلاع الباحث على عدد من المصادر المتوفرة التي تتعلق بدراسته فقد تم جمع عدد من الاختبارات الخاصة بالمهارات الهجومية بكرة السلة حيث تم عرض هذه الاختبارات على مجموعة من الخبراء المختصين وذلك من خلال استمارة استطلاع الرأي^(*) والجدول (7) يوضع ذلك .

جدول (7)

يبين الاختبارات المختارة والهدف من الاختبار والنسبة المئوية لكل اختبار

| النسبة المئوية | التكرار | الهدف من الاختبار | الاختبار المختار |
|----------------|---------|---------------------------------------------------|-------------------------|
| 75% | 18 | قياس قدرة المختبر على سرعة تمرير واستلام الكرة | اختبار المناولة الصدرية |
| 83% | 20 | قياس سرعة الطبطبة بين مجموعة من الشواخص عددها (6) | اختبار الطبطبة المتعرجة |
| 42% | 10 | قياس مهارة المختبر في التهديف الأمامي على الهدف | اختبار التهديف الأمامي |
| 42% | 10 | قياس مهارة المختبر التهديف الجانبي على الهدف | اختبار التهديف الجانبي |

6. عدي مهدي / مدرس جمناستك - كلية التربية الرياضية / ديالى .

1 . عبد علي نصيف ، قاسم حسن حسين : مبادئ علم التدريب الرياضي ، ط1، دار الكتب للطباعة والنشر ، 1988 ، ص154 .

* أنظر الملحق (2) .

مواصفات الاختبارات المستخدمة في البحث

3-4-1. اختبار المناولة الصدرية⁽¹⁾

الغرض من الاختبار :

قياس قدرة المختبر على سرعة المناولة والاستلام .

الادوات اللازمة :

ارض مسطحة ، حائط مسطح واملس ، ساعة ايقاف ، كرة سلة .

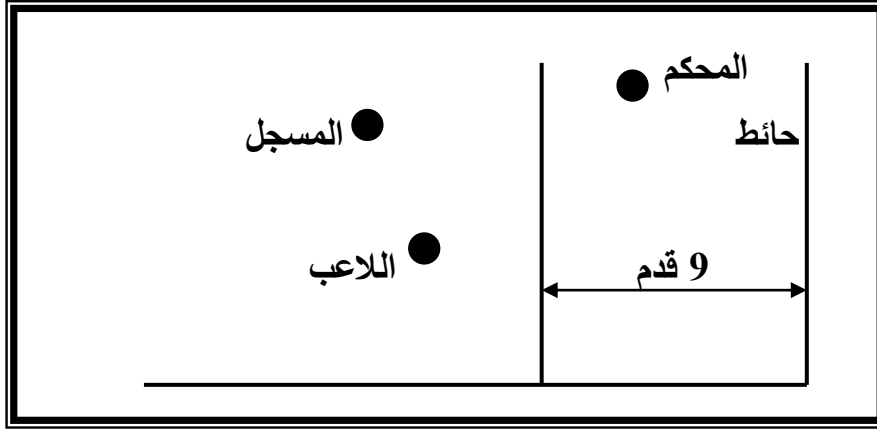
مواصفات الاداء :

يقف المختبر خلف خط مرسوم على الارض وعلى بعد (9) اقدم (270) سم من الحائط ، عند سماع اشارة البدء يقوم المختبر بالمناولة الى الحائط على ان تكون هذه المناولة في مستوى صدر المختبر وباسرع ما يمكن ، ثم يقوم باستقبال الكرة بعد ارتدادها من الحائط ليعاود تكرار العمل الى ان يؤدي عشر مناولات سليمة شروط الاختبار :

1. يجب اداء المناولات من خلف الخط المرسوم على الارض .
 2. غير مسموح بضرب الكرة بعد ارتدادها من الحائط ، اذ يجب اولا استقبالها ثم معاودة مناولتها .
 3. مسموح بلامسة الكرة للحائط عند أي ارتفاع .
 4. في حالة سقوط الكرة على الارض اثناء الاداء للمختبر ان يعاود الاستحواذ على الكرة والاستمرار في الاداء من خلف الخط على الا تحسب سوى المناولات الصحيحة التي تكون مسارها من المختبر الى الحائط ثم الى المختبر مباشرة دون ملامسة الكرة الارض
 5. يسمح للمختبر بمحاولتين على الاختبار على ان تحسب له الافضل .
- التسجيل :

يحسب زمن الاداء للاختبار من لحظة ملامسة الكرة للحائط في المناولة الاولى الناجحة وحتى ملامسة الكرة الحائط في المناولة العاشرة الناجحة هذا ويحسب الزمن بالثواني وعشر الثانية على ان تسجل للمختبر المحاولتين المصرح له بهما مع ملاحظة ان تحسب للمختبر المحاولة التي يسجل فيها زمتا اقل من المحاولتين اللتين قام بهما .

1 . محمد صبحي حسانين ، محمد محمود عبد الدايم : القياس في كرة السلة ، ط1، الكويت ، دار الفكر العربي، 1984، ص169-171.



شكل (4)

يوضح اختبار المناولة الصدرية

3-4-2. اختبار الطبطبة⁽¹⁾

الغرض من الاختبار :

قياس سرعة الطبطبة حول مجموعة من الشواخص .

الادوات اللازمة :

كرة سلة ، ساعة ايقاف، (6) شواخص مع ملاحظة رسم خطين للبداية والنهاية يبعد عن الشاخص الاول مسافة (5) أقدام. (1.5)م في حين ان المسافة بين الشواخص قدرها (8) أقدام (240) سم .

مواصفات الاداء :

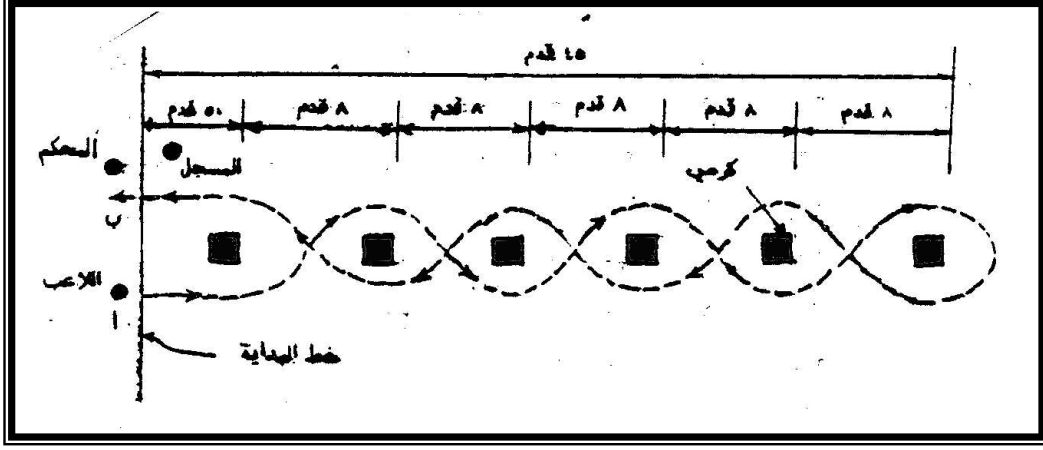
يقف المختبر خلف خط البداية ومعه الكرة عند سماع اشارة البدء يقوم بالجري الزكزاكي بين الشواخص مع الطبطبة المستمرة بالكرة على ان يؤدي هذا العمل ذهابا وايابا الى ان يتجاوز خط البداية . حيث يحسب الزمن الذي قطع فيه المسافة المقررة بأسلوب الاداء السابق ذكره منذ لحظة صدور الامر بالبدء الى ان يتجاوز المختبر خط البداية بعد الذهاب والعودة .

شروط الاختبار :

1. للمختبر الحق في استخدام أي من اليدين في الطبطبة .
2. يجب لمس الكرة اثناء الطبطبة بطريقة قانونية وذلك حسب شروط قانون اللعبة .
3. يسمح للمختبر بمحاولتين على الاختبار على ان نحسب له الافضل.

التسجيل :-

يحسب الزمن الذي يؤدي فيه المختبر العمل المطلوب من لحظة اشارة البدء وحتى تجاوزه لخط البداية بعد اداء الاختبار ويسجل له الزمن الذي استغرقه في المحاولتين المخصصتين له، على ان تحسب له افضلهما من الزمن .



الشكل (5)

يوضح اختبار الطبطة المتعرجة

3-4-3. اختبار التهديد الامامي (1)

الغرض من الاختبار :

قياس مهارة اللاعب في التهديد نحو السلة من مكان محدد من الجهة اليسرى لهدف كرة السلة .

الادوات اللازمة :

كرة سلة ، هدف كرة سلة .

مواصفات الاداء :

يصوب اللاعب الكرة من المكان المحدد خارج منطقة الرمية الحرة مباشرة وذلك من منطقة تقع عند تقاطع خط الرمية الحرة مع الدائرة وهي نقطة محددة على يسار السلة ويجب تحديد هذه المنطقة بعلامة ترسم على الارض .

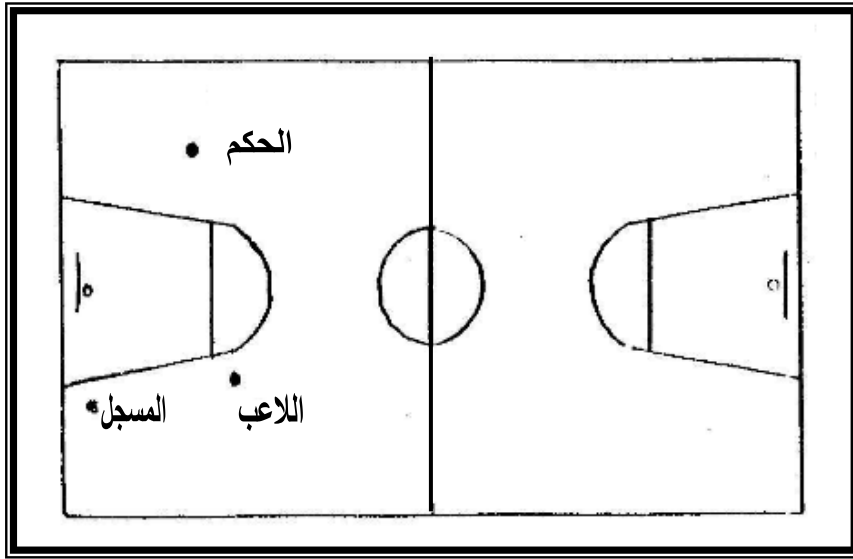
يمكن للمختبر ان يؤدي التهديد بيد واحدة او باليدين معا مع ملاحظة ان يتم التهديد مباشرة على السلة دون ان تلمس الكرة لوحة الهدف ، وللمختبر (15) محاولة يتم اداؤها في ثلاث مجموعات (كل مجموعة خمس رميات) مع ملاحظة ان يترك المختبر مكان التهديد عقب



كل مجموعة وينتقل دائريا او تعطى الفرصة لمختبر اخر يودي اول مجموعاته وهكذا ، هذا
ويسمح قبل الاداء بعمل بعض الرميات على سبيل التجريب .
شروط الاختبار :

1. يجب ان يتم التهديف من المكان المحدد .
 2. للمختبر الحق في (15) رمية .
- التسجيل :

1. تحسب درجتان لكل تهديفة (محاولة) ناجحة تدخل فيها الكرة في السلة .
2. تحسب درجة واحدة لكل تهديفة (محاولة) تلمس فيها الكرة الحلقة ولا تدخل السلة .
3. لا تحسب درجات عندما تلمس الكرة اللوحة ولا تدخل السلة هذا ويسجل للمختبر العدد الكلي للدرجات في الخمس عشر محاولة أي ان الحد الاقصى للدرجات على الاختبار تكون (30) درجة .



الشكل (6)

يوضح اختبار التهديف الامامي

3-4-4. اختبار التهديف الجانبي⁽¹⁾

الغرض من الاختبار :-

قياس مهارة التهديف عن طريق اداء تهديفات نحو السلة من مكان محدد على احد جانبي الهدف بالقرب من ركني الملعب



الادوات :

كرة سلة ، هدف كرة سلة

مواصفات الاداء :-

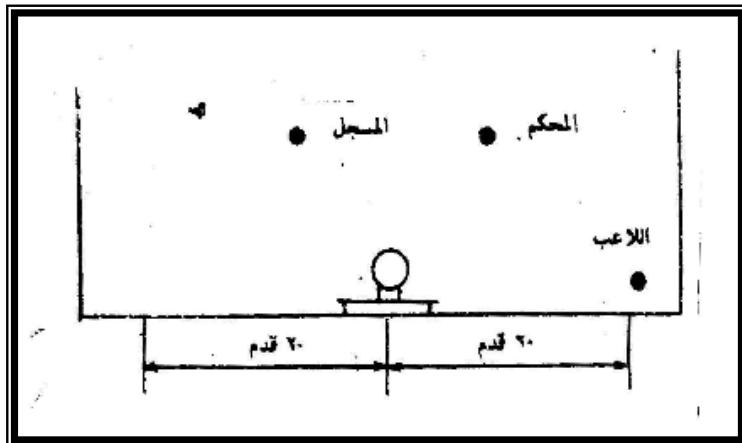
يصوب المختبر من المكان المحدد على جانبي الهدف بالقرب من ركني الملعب وعلى بعد قدره (20) قدما (6) م من مركز السلة وللمختبر الحق في التهديف باستخدام يد واحدة او باليدين على ان يقوم باداء عشر تهديفات ثم ينتقل للجانب الآخر لأداء عشرة تهديفات أخرى هذا ويسمح للمختبر قبل الاداء بان يؤدي بعض الرميات على سبيل التجريب.

شروط الاختبار :

1. يجب ان يتم التهديف من المكان المحدد لذلك (على بعد 20 قدما من مركز السلة).
2. يؤدي المختبر (10)عشر تهديفات من كل جانب أي ان العدد الكلي للتهديفات على الجانبين (20)عشرون تهديفة .

التسجيل:-

1. تحسب درجتان لكل تهديفة (محاولة) ناجحة تدخل فيها الكرة في السلة .
2. تحسب درجة واحدة لكل تهديفة (محاولة) تلمس فيها الكرة الحلقة ولا تدخل السلة
3. لا تحسب درجات للتهديفات التي تلمس فيها الكرة اللوحة ولا تدخل السلة هذا ويسجل للمختبر العدد الكلي للدرجات في العشرين محاولة التي قام فيها (عشرة على كل جانب) أي ان الحد الاقصى للدرجات يكون (40)درجة



شكل (7)

يوضح اختبار التهديف الجانبي



3-5. التجربة الاستطلاعية

بعد ان تم اختيار الاختبارات اللازمة للقيام بالبحث قام الباحث باجراء تجربة استطلاعية يوم الاثنين 2001/9/17 على عينة من مجتمع البحث وليس من العينة الاساسية لتجربة البحث حيث تم اختيار (10) طالبات من ث/الحوراء شعبة (ب).

وقد اسهمت التجربة الاستطلاعية في التوصل الى :

1. معرفة الوقت اللازم لاداء الاختبار .
2. التأكد من صحة تطبيق الاختبارات ومدى ملائمة كل منها بالنسبة للطالبات .
3. تدريب المساعدين على استخدام الادوات والاجهزة وكيفية التسجيل والقياس .
4. تحديد الاخطاء والمعوقات التي ترافق التجربة الاستطلاعية لغرض تلافئها عند اجراء التجربة الاساسية.
5. التأكد من صلاحية الاجهزة والادوات المستخدمة في القياس .

3-6. الاسس العلمية للاختبارات

3-6-1. صدق الاختبار

يعد الاختبار صادقا اذا كان " يقيس ما يستهدف قياسه " (1) ولأجل استخراج صدق الاختبارات تم اتباع طريقة الصدق الذاتي Index of Aeliability عن طريق الجذر التربيعي لمعامل ثبات الاختبار وقد ظهر ان الاختبارات تتمتع بدرجة صدق ذاتي عالية وكما هو موضح في الجدول (8) .

جدول (8)

يبين معامل الصدق الذاتي للاختبارات

| ت | الاختبارات | معامل الصدق الذاتي |
|---|-------------------------|--------------------|
| 1 | اختبار المناولة الصدرية | 0.98 |
| 2 | اختبار الطبطبة المتعرجة | 0.97 |
| 3 | اختبار التهديد الامامي | 0.84 |
| 4 | اختبار التهديد الجانبي | 0.96 |

1. رمزية الغريب: التقويم والقياس النفسية والتربوي، القاهرة، مكتبة الانكلو المصرية، 1985، ص154.



3-6-2. ثبات الاختبار

ونقصد به " ان يعطي الاختبار نفس النتائج اذا اعيد الاختبار على نفس العينة وفي نفس الظروف"⁽¹⁾ استخدم الباحث لحساب معامل الثبات بطريقة اعادة الاختبار حيث طبق الاختبار على (10) طالبات من ث/الحوراء للبنات شعبة (ب) وهنّ من مجتمع البحث وليس من العينة الاساسية لتجربة البحث حيث طبقت الاختبارات يوم الاثنين 2001/9/24 حيث يشير (محمد صبحي حسانين ،1995) "ان لمعرفة ثبات الاختبار يعاد تطبيقه على نفس العينة بعد مرور سبعة ايام على الاختبار الاول " ⁽²⁾ وحاول الباحث جاهدا ان يجري الاختبارين في الظروف نفسها وبعد الحصول على نتائج الاختبارين قام الباحث بايجاد معامل ارتباط بينهما باستخدام قانون الارتباط البسيط (بيرسون). والجدول (9) يبين ذلك .

جدول (9)

يبين معامل ثبات الاختبارات

| ت | الاختبارات | معامل ثبات الاختبار |
|---|-------------------------|---------------------|
| 1 | اختبار المناولة الصدرية | 0.97 |
| 2 | اختبار الطبخة المتعرجة | 0.96 |
| 3 | اختبار التهديد الامامي | 0.72 |
| 4 | اختبار التهديد الجانبي | 0.93 |

3-6-3. موضوعية الاختبار

من الشروط المهمة التي يجب ان تتوفر في الاختبار الجيد هو شرط الموضوعية والذي نعني به "عدم اختلاف المقدرين في الحكم على شيء ما او على موضوع معين " ⁽³⁾.

1 . قاسم حسن المندلاوي وآخرون :الاختبارات والقياس والتقويم في التربية الرياضية ،الموصل ، مطابع التعليم العالي 1990 ، ص68.

2. محمد صبحي حسانين:القياس والتقويم في التربية البدنية ،ط3، ج 1 ، القاهرة ، دار الفكر العربي، 1995، ص198.

3 . مصطفى حسين باهي:المعاملات العلمية والعملية بين النظرية والتطبيق ،ط1 ، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر 1999، ص64.

ان الاختبارات التي استخدمها الباحث هي اختبارات بسيطة وواضحة ومفهومة وبعيدة عن الاحكام الشخصية . اذ يكون التسجيل باستخدام وحدات الزمن/ث، وعدد مرات النجاح . لذلك تكون هذه الاختبارات ذات موضوعية عالية .

3-7. اجراءات البحث

قبل البدء بتطبيق الاختبارات قام الباحث باجراء بعض الامور التنظيمية الخاصة بمجريات البحث حيث تم اختيار ثلاثة شعب بطريقة القرعة (شعبتين تجريبية والاخرى ضابطة) من المدرستين المختارة بالقرعة ايضا .

وبعد تحقيق التجانس والتكافؤ وزع الباحث الاساليب على المجاميع الثلاث بطريقة القرعة . ثم تم اعداد قائمة خاصة باسماء كل مجموعة من المجاميع الثلاث ثم اجراء الاختبارات المهارية القبليّة والتي شملت على (اختبار المناولة الصدرية - اختبار الطبطبة المتعرجة - اختبار التهديد الامامي - اختبار التهديد الجانبي).

3-7-1. الاختبارات القبليّة لعينة البحث

تم اجراء الاختبارات القبليّة لعينة البحث يوم السبت المصادف 2001/9/29 صباحا في ملعب المدرستين المختارة اذ تم تسجيل قياسات الطول والوزن وبعد ذلك اجراء الاختبارات المهارية المختارة بكرة السلة وبمساعدة فريق العمل واجريت الاختبارات على افراد العينة التجريبية والضابطة.

3-7-2. المنهج المقترح*

ان هدف التربية الرياضية في المرحلة الثانوية هو الارتقاء بمستوى الاداء الحركي للطلبة من خلال أنشطة رياضية لتحقيق التطور في الجانب المهاري والخططي والبدني والتدريب عليها. (1)

بعد اطلاع الباحث على اكثر المصادر العلمية المتوفرة في مجال التعلم الحركي وعلم التدريب وطرائق التدريس وكرة السلة والاستعانة بخبرات المشرفين وبعض السادة الخبراء ، قام الباحث باعداد المنهج حيث راعى فيه الامور المتعلقة بالنمو والتطور الحركي لهذه المرحلة

* أنظر الملاحق 4/1 - 4/6 .

1. عباس السامرائي: طرق تدريس التربية الرياضية ، ط2، ج1، الموصل دار الكتب للطباعة والنشر، 1987، ص237.



كذلك على وقت الدرس وتقسيماته بالاضافة الى المهارات والفعاليات الموضوعية مركزيا⁽¹⁾ من قبل وزارة التربية بالاضافة الى الاجهزة والادوات المتوفرة ثم تم عرضها على مجموعة من ذوي الاختصاص* وقرروا صلاحية المنهج المقترح وملاءمته مع المرحلة العمرية . بعدها قام الباحث بتنفيذ المنهج المعد بالاسلوبين (المنفرد والمزدوج) على المجموعتين التجريبيتين بعد ذلك تم اجراء الاختبارات البعدية وذلك باعادة مفردات الاختبارات القبليّة على عينة البحث ذاتها .

بعض الملاحظات الخاصة بالمنهج المقترح

- مدة المنهج المقترح شهرين ونصف
- مدة المنهج المقترح بالاسبوع عشرة اسابيع
- عدد الوحدات التعليمية الكلي (لكل مجموعة) عشرون وحدة
- عدد الوحدات التعليمية في الاسبوع وحدتان
- الايام السبت - الثلاثاء

بدا تنفيذ المنهج بتاريخ 2001/10/2 ولغاية 2001/12/8

- زمن الوحدة التعليمية (45) دقيقة مقسمة الى
 1. القسم الاعدادي (10) د
 2. القسم الرئيسي (30) د
 - النشاط التعليمي (5) د
 - النشاط التطبيقي (25) د (ان زمن محتوى نشاط الدرس في الاسلوب التدريبي وفي الجزء التطبيقي هو 25 د من زمن الدرس البالغ 45 د)⁽²⁾
 3. القسم الختامي (5) د

1 . المصدر السابق ، ص311.

* أنظر ملحق (1) .

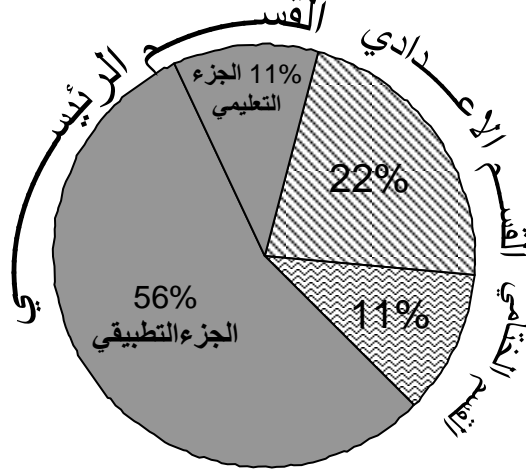
2 . علي الديري ، احمد بطانية : اساليب تدريس التربية الرياضية ، عمان ، دار الامل للنشر ، 1986 ، ص77.

جدول (10)

يوضح اقسام الوحدة التعليمية وزمنها ومجمل الوحدات التعليمية
والنسبة المئوية لاقسام الوحدة

| اقسام الوحدة التعليمية | الوحدة التعليمية بالدقيقة | مجمل الوحدات التعليمية الـ(20) وحدة/دقيقة | النسبة المئوية لاقسام الوحدة التعليمية |
|------------------------|---------------------------|-------------------------------------------|----------------------------------------|
| القسم الاعدادي | 10 | 200 | 22.22 |
| القسم الرئيسي | 30 | 600 | 66.66 |
| الجزء التعليمي | 5 | 100 | 11.11 |
| الجزء التطبيقي | 25 | 500 | 55.55 |
| القسم الختامي | 5 | 100 | 11.11 |

استغرق تطبيق البرنامج وقتا قدره (900) دقيقة حيث بلغ القسم الاعدادي (200) دقيقة ونسبة (22.22) من مجمل الوقت الكلي . والقسم الرئيسي بلغ (600) دقيقة ونسبة (66.66) من مجمل الوقت الكلي حيث تضمن هذا القسم الجزء التعليمي شغل (100) دقيقة ونسبة (11.11) من مجمل الوقت الكلي حيث احتوى هذا الجزء على عرض بعض المهارات الهجومية بكرة السلة الواجب تطويرها ضمن البرنامج التعليمي . اما الجزء التطبيقي فقد بلغ (500) دقيقة وبنسبة (55.55) من مجمل الوقت الكلي وشمل هذا الجزء على تطبيق التمارين الخاصة بتطوير المهارات الهجومية بالاسلوب المنفرد او المزدوج . اما الجزء الختامي البالغ (100) دقيقة من مجمل الوقت الكلي ونسبة (11.11) من الوقت الكلي وتضمن هذا الجزء على تمارين التهدئة او رفع الجهد والانصراف والشكل (8) يوضح ذلك .



شكل (8) يوضح درجات أقسام الوحدات التعليمية

3-7-3. الاختبارات البعدية لعينة البحث

بعد الانتهاء من تطبيق المنهج المقترح بالاسلوبين المنفرد والمزدوج اجرى الباحث الاختبارات البعدية لعينة البحث (المجموعتين التجريبيتين والمجموعة الضابطة) في يوم الاثنين المصادف 2001/12/10 صباحا وعلى ملعب المدرستين المختارة وقد حرص الباحث على توفير كافة الظروف والمتطلبات التي تم فيها الاختبار القبلي لعينة البحث .

3-8 . الوسائل الاحصائية

$$(1) \quad \frac{\text{مج س}}{ن} = \text{س} = \text{الوسط الحسابي} \dots \dots \dots$$

$$(2) \quad \frac{\sqrt{\text{مج (س - س)}^2}}{ن} = \text{ع} = \text{الانحراف المعياري} \dots \dots \dots$$

$$(3) \quad \frac{\text{مجموع الدرجتين اللتين تتوسطان الدرجات}}{2} = \text{الوسيط} \dots \dots \dots$$

بعد ترتيب القيم تصاعدي او تنازلي

$$(4) \quad \frac{\text{مج س} \times \text{مج ص}}{ن} = \text{معامل الارتباط البسيط ر (بيرسون)} = \frac{\sqrt{[\text{مج س}^2 - \text{مج ص}^2][\text{مج ص}^2 - \text{مج س}^2]}}{ن}$$

$$(5) \quad \frac{\text{الجزء}}{\text{الكل}} \times 100 = \text{النسبة المئوية} \dots \dots \dots$$

- 1 . وديع ياسين التكريتي ، محمد حسن عبيد العبيدي : التطبيقات الاحصائية في استخدام الحاسوب في بحوث التربية الرياضية ، الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ، 1999 ، ص 102.
- 2 . امطانيوس مخائيل : القياس والتقويم في التربية الحديثة ، دمشق ، منشورات جامعة دمشق ، 1997 ، ص 75.
- 3 . المصدر السابق ، ص 63 .
- 4 . مصطفى حسين باهي : المعاملات العلمية بين النظرية والتطبيق ، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 1995 ، ص 37.
- 5 . علي الديري ، احمد بطانية : أساليب تدريب التربية الرياضية ، الاردن ، دار الأمل للطباعة والنشر والتوزيع ، جامعة اليرموك .

6. اختبار T للعينات المتناظرة ت = $\frac{\text{س ف}}{\sqrt{\frac{\text{مج ح}^2 \text{ ف}}{\text{ن} (\text{ن} - 1)}}}$ = (1)
- س ف = الوسط الحسابي للفروق
مج ح² = مجموع مربعات انحرافات الفروق عن متوسط تلك الفروق
ن = عدد الافراد
7. اختبار F (تحليل تباين) = $\frac{\text{متوسط مربعات بين المجموعات}}{\text{متوسط المربعات داخل المجموعات}}$ = (2)
8. L.S.D = $\frac{\sqrt{2 \times \text{متوسط المربعات داخل المجموعات}}}{\text{ن}}$ = ت الجدولية (3)
9. معامل الصدق الذاتي = $\sqrt{\text{معامل الثبات}}$ = (4)
10. نسبة التطور = $\frac{\text{معدل الوسط الحسابي البعدي} - \text{معدل الوسط الحسابي القبلي}}{\text{معدل المتوسط الحسابي القبلي}} \times 100$ = (5)
11. ل (معامل الألتواء) = $\frac{3 \times (\text{الوسط} - \text{الوسيط})}{\text{الانحراف المعياري}}$ = (6)

- 1 . وديع ياسين التكريتي ، مصدر سبق ذكره ، ص 279 .
- 2 . وديع التكريتي ، مصدر سبق ذكره . ص 290 .
- 3 . المصدر السابق . ص 310 .
- 4 . محمد حسن علاوي ، محمد نصر الدين رضوان : القياس في التربية وعلم النفس الرياضي ، القاهرة ، مؤسسة روز اليوسف ، 1989 ، ص 316 .
- 5 . سيد جمعة أبو خميس : دراسة لبعض النواحي البدنية والنفسية للمعوقين جسديا ، اطروحة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية ، جامعة حلوان ، 1981 ، ص 120 .
- 6 . ممدوح عبد المنعم الكنانى ، عيسى عبد الله جابر : القياس والتقويم النفسى والتربوي ، القاهرة ، مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع ، 1995 ، ص 294 .



4. عرض وتحليل نتائج الاختبارات ومناقشتها

بعد اجراء الخطوات الخاصة بتنفيذ الاختبارات استطاع الباحث الحصول على الدرجات الخام للاختبارات .

وان الحصول على الدرجات الخام ليس بالامر الصعب ولكن الصعوبة تكمن في موازنة هذه الدرجات وذلك لاختلاف وسائل القياس من اختبار لآخر⁽¹⁾ .

ولغرض معرفة نتائج الاختبارات المهارية لعينة البحث استخدم الباحث اختبار (T) للعينات المترابطة للتأكد من تأثير المنهج المقترح بأسلوبين (المفرد والمزدوج) لتطوير بعض المهارات الهجومية بكرة السلة وقد دلت النتائج على وجود فروق معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح المجموعتين التجريبيتين . كما قام الباحث بوضع النتائج في جداول واشكال بيانية لايضاحها للقارئ ومن ثم مناقشة النتائج لغرض التوصل الى تحقيق اهداف البحث .

4-1. اختبار المناولة الصدرية

من خلال القيم الموضحة في الجدول (11) والشكل (9) بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبيتين والضابطة تبين بان هناك فروقا ظاهرية لمجاميع البحث في الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية اذ بلغ الوسط الحسابي في الاختبار القبلي (16.48 ، 16.62 ، 16.95) وبانحراف معياري (1.6 ، 1.5 ، 1.8) على التوالي وفي الاختبار البعدي بلغت الاوساط الحسابية (13.99، 12.07، 16.08) وبانحرافات معيارية (1.3 ، 1.2 ، 2) على التوالي .

ولمعرفة معنوية الفروق استخدم الباحث اختبار (T) للعينات المترابطة اذ بلغت قيمة (T) المحتسبة للعينات (9.53 ، 10 ، 5.71) على التوالي وهي اكبر من قيمة (T) الجدولية تحت درجة حرية (20 = 1-19) ومستوى دلالة (0.05) والبالغة (2.09) وهذا يدل على وجود فروق معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي للعينات ولصالح الاختبار البعدي.



جدول (11)

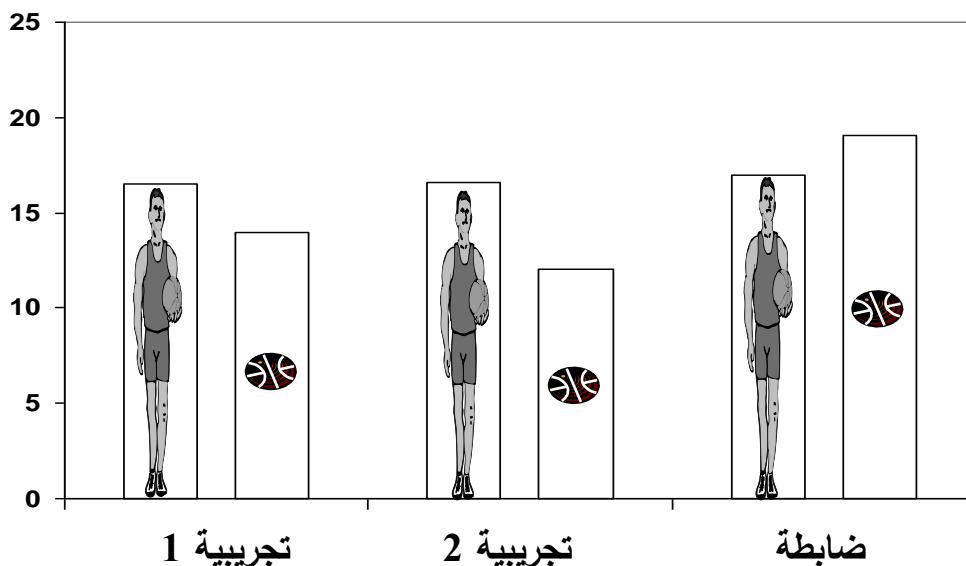
1 . موسى فهمي : اللياقة البدنية والتدريب الرياضي والأعداد البدني ، ط 1 ، الإسكندرية، دار الكتب للطباعة والنشر، 1971، ص51.

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وحج العينة وقيمتي (T) المحتسبة والجدولية في الاختبارين القبلي والبعدي للمجاميع الثلاث في اختبار المناولة الصدرية

| معنوية الاختبار | قيمة T الجدولية* | قيمة T المحتسبة | حجم العينة | البعدي | | القبلي | | الوسائل الاحصائية للمجاميع |
|-----------------|------------------|-----------------|------------|--------|-----------------|--------|-----------------|----------------------------|
| | | | | س | ع ⁻⁺ | س | ع ⁻⁺ | |
| دال معنوي | 2.09 | 9.53 | 20 | 13.99 | 1.3 | 16.48 | 1.6 | التجربة الاولى |
| دال معنوي | | 10 | 20 | 12.07 | 1.2 | 16.62 | 1.5 | التجربة الثانية |
| دال معنوي | | 5.71 | 20 | 16.08 | 2.0 | 16.95 | 1.8 | الضابطة |

* تحت درجة حرية (19) ومستوى دلالة (0.05)

| | |
|------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|
|  | الوسط الحسابي (القبلي) |
|  | الوسط الحسابي (البعدي) |



شكل (9)

يوضح مستوى الاوساط الحسابية في الاختبارين القبلي والبعدي للمجاميع الثلاث في اختبار المناولة الصدرية

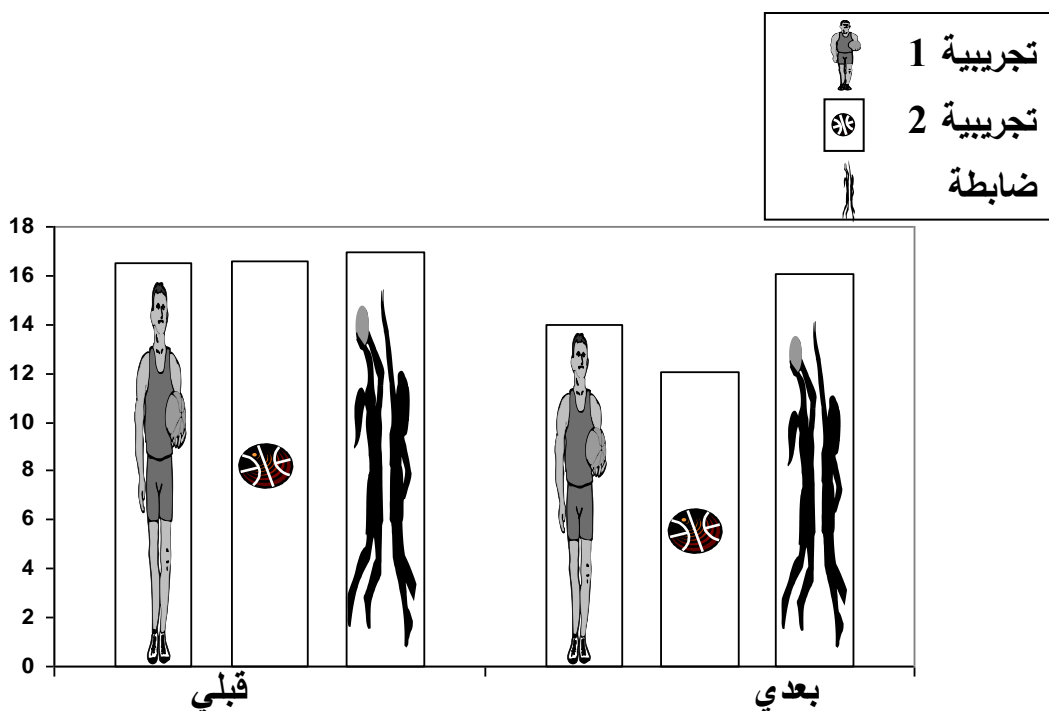
ويعود ذلك الى فاعلية المنهج الذي استخدم اذ ان مجاميع البحث كافة قد حققت هدفها في التأثير المعنوي ، ويعزو الباحث هذا التطور الواضح في الجدول (12) والشكل (10) الى ما تضمنه المنهج من تمارين مهارية متنوعة ومشوقة وضعت لكل مجموعة حيث تم اختيارها بطريقة علمية ساعدت أفراد العينة على تطوير مهارة المناولة الصدرية .

جدول (12)



بين الاوساط الحسابية القبلية والبعديّة لعينة البحث ونسبة التطور
الحاصل في اختيار المناولة الصدرية

| المجاميع | الوسط الحسابي للاختبار القبلي | الوسط الحسابي للاختبار البعدي | نسبة التطور |
|-------------------|-------------------------------|-------------------------------|-------------|
| التجريبية الاولى | 16.48 | 13.99 | % 15.1 |
| التجريبية الثانية | 16.62 | 12.07 | % 27.4 |
| الضابطة | 16.95 | 16.08 | % 5.1 |



شكل (10)

يوضح مستوى الاوساط للحسابية للمجاميع الثلاث لكلا الاختبارين القبلي والبعدي
في اختبار المناولة الصدرية

حيث تشكل هذه المهارة أهمية كبيرة كونها الأكثر استخداماً في المباراة ، وذلك لأنها " اسرع الطرق وأسهلها للوصول الى هدف الفريق الخصم وذلك لان الكرة تسير بشكل اسرع من اللاعب " (1).

1. ب. م : كرة السلة لفروع التربية الرياضية في معاهد المعلمين المركزية ومعاهد اعداد المعلمين والمعلمات ، ط1 ، بغداد ، مديرية مطبعة وزارة التربية رقم/1991، 1، ص52.

فضلاً عن استخدام الوسائل المساعدة مثل (الحائط المستوي وتمرينات فيها أكثر من كرة وزميل) حيث يؤكد (عدنان جواد وآخرون ، 1989) على " ضرورة ادخال عنصر التنوع في التدريب"⁽¹⁾.

ومن اجل معرفة معنوية الفروق بين متوسطات نتائج اختبار المناولة الصدرية في الاختبار البعدي للعينات ، فقد استخدم الباحث اختبار (F) (تحليل تباين) ، حيث ظهر وجود فروق معنوية بين المجاميع اذا كانت قيمة (F) المحتسبة (34.18) وهي أكبر من قيمة (F) الجدولية تحت مستوى دلالة (0.05) والبالغة (3.15) والجدول (13) يوضح ذلك.

جدول (13)

يبين نتائج تحليل التباين وقيمتي (F) المحتسبة والجدولية للمجاميع الثلاثة في الاختبارات البعدي للمناولة الصدرية

| مصدر التباين | مجموع المربعات | درجة الحرية | متوسط المربعات | قيمة F المحتسبة | قيمة F الجدولية | معنوية الاختبار |
|----------------|----------------|-------------|----------------|-----------------|-----------------|-----------------|
| بين المجموعات | 160.65 | 2 | 80.325 | 34.18 | 3.15 | دال |
| داخل المجموعات | 134.31 | 57 | 2.35 | | | معنوي |
| المجموع | 294.96 | 59 | | | | |

عند درجة حرية (57.2) ومستوى الدلالة 0.05

ولمعرفة افضل المجموعات التي حدث فيها تطور ملحوظ لجأ الباحث الى ايجاد قيمة أقل فرق معنوي (L.S.D) ، كما موضح في الجدول (14) ان قيم نتائج الفروق هي اكبر من قيمة (L.S.D) مما يعني هنالك فروقاً معنوية بين المجاميع الثلاثة، اذ نجد الفروق بين الأوساط الحسابية للمجموعتين التجريبيتين الأولى والثانية كانت بمقدار (1.92) وهي أكبر من قيمة (L.S.D) البالغة (0.98) عند درجة حرية (38) ومستوى دلالة (0.05) ولصالح المجموعة التجريبية الثانية .

كذلك ظهر الفرق بين الاوساط الحسابية بين المجموعة التجريبية الأولى والضابطة (2.09) وهي أكبر من قيمة (L.S.D) وهذا يدل على وجود فرق معنوي ولصالح المجموعة التجريبية الأولى.

1 . عدنان جواد وآخرون : المبادئ الأساسية في طرق تدريس التربية الرياضية، البصرة، مطبعة التعليم العالي ، 1989، ص197.

في حين ظهر فرق الاوساط الحسابية بين المجموعة التجريبية الثانية والضابطة بمقدار (4.01) وهي أيضاً أكبر من قيمة (L.S.D) مما يدل على وجود فرق معنوي ولصالح المجموعة التجريبية الثانية.

جدول (14)

يبين قيمة (L.S.D) المحتسبة ومعنوية الفرق بين الاوساط الحسابية للمجاميع الثلاث في الاختبارات البعدية للمناولة الصدرية

| الدالة 0.05 | L.S.D | نتائج الفروق | فرق الاوساط الحسابية (ثا) | الوسائل الاحصائية المجاميع |
|---------------------|-------|--------------|-----------------------------|-------------------------------|
| معنوي لصالح الثانية | 0.98 | ** 1.92 | 12.07- 13.99 | 2م-1م |
| معنوي لصالح الأولى | | ** 2.09 | 16.8 - 13.99 | 3م - 1م |
| معنوي لصالح الثانية | | ** 4.01 | 16.08 - 12.07 | 3م-2م |

** قيمة (L.S.D) عند درجة حرية (38) ومستوى دلالة (0.01) بلغت (1.31) في الجدول (14) ظهرت النتائج تفوق المجموعة التجريبية الثانية على المجموعتين التجريبية الأولى والضابطة ، ويعزو الباحث هذا التفوق الى فاعلية الاسلوب المزدوج الذي استخدمته المجموعة التجريبية الثانية ، اذ يعمل هذا الاسلوب على اختصار الوقت التدريبي حيث يتمكن المربي من اعطاء مهارتين في نفس الواجب الحركي وبالتالي تزداد عدد التكرارات ، وقد أكد (Singer 1980) " من أجل أن يأخذ التمرين مكانته في التعلم لابد من اجراء محاولات تكرارية كثيرة لتنظيم وتطوير الظروف المحيطة بالتمرين وتنويعها لغرض الابتعاد عن الخطأ مما يساعد على تطوير المهارة " (1).

فضلاً عن ان هذا الاسلوب يزيد من متعة المتعلم وتشويقه ويقضي على الملل خلال التمرين باعتباره ينتقل من مهارة الى أخرى ومن حركة الى اخرى " يلعب الاعجاب بالحركة والدافع لها دور كبير في عملية تعلم المهارة واتقانها"(2).

فالتمرين المزدوج " يزيد من معنوية الحركات واستيعابها والتميز بينها وهذه الحالة تعطي ثباتا ورسوخا واستيعابا للحركة " (1). كما أن هذا الاسلوب يخلق حالة من التنافس في سرعة تقبل الاداء وهذا ما يسعى اليه كل مدرب .

1. Singer , N. Robert(1980) ,op.clt, p 382.

2. وجيه محبوب: علم الحركة (التعلم الحركي) ، مطبعة جامعة الموصل ، 1985، ص87.

اما المجموعة التجريبية الاولى التي استخدمت الاسلوب المنفرد فقد حصلت على تطور ايضا لكنه اقل نسبياً قياساً بالمجموعة التجريبية الثانية ويرجع ذلك نتيجة لأختلاف الأسلوب المتبع في تطوير مهارة المناولة الصدرية، اذ يعد الأسلوب المنفرد من الاساليب المتبعة عند تعلم مهارة جديدة لاكتساب مبادئها الأولية والعمل على اتقانها، اذ حرص الباحث على تكرار التمارين بصورة مستمرة وبشكل متسلسل وتدرج بالصعوبة وذلك لأن " المتعلم يحتاج الى محاولات متكررة لانجاز المهارة بنجاح"⁽²⁾.

أما المجموعة الضابطة فقد اظهرت النتائج وجود فروق معنوية وبنسبة تطور ولكنها قليلة قياساً بالمجموعتين التجريبيتين الاولى والثانية ويعود سبب ذلك الى الاسلوب التقليدي المتبع في اخراج الدرس والوقوف عند نمط واحد في التعلم وعدم استخدام اساليب متنوعة اذ ان " التنوع في الطرق والاساليب المستخدمة يوصلنا الى نتائج اكثر شمولية وتحقيق الاغراض المطلوبة " ⁽³⁾

4-2. اختبار الطبطبة المتعرجة.

من خلال النتائج الموضحة في الجدول (15) بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبيتين والضابطة والشكل (11) تبين أن هناك فروقاً ظاهرية للمجاميع في الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية، اذ بلغت قيمة الأوساط الحسابية في الاختبار القبلي(22.42، 22.27، 22.33) وبأنحراف معياري (3.12 ، 2.81 ، 2.95) على التوالي. وفي الاختبار البعدي بلغ الوسط الحسابي للمجاميع (17.78 ، 16.18 ، 19.65) وبأنحراف معياري (1.96 ، 3.17 ، 1.79) على التوالي .

ولمعرفة معنوية الفروق استخدم الباحث اختبار (T) للعينات المترابطة اذ بلغت قيمة (T) المحتسبة للمجاميع الثلاث (7.6 ، 7.9 ، 6.5) على التوالي وهي أكبر من قيمة (T) الجدولية تحت درجة حرية (1-20 = 19) ومستوى دلالة (0.05) والبالغة (2.09) ، وهذا يدل على وجود فروق معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي للعينات ولصالح الأختبار البعدي وللمجاميع الثلاث .

1. Shea and Zimy,(1983): Equated by schmidt, 2000,p.235.

2. Schmidt, A. Richard, (1991) Ibid, p206.

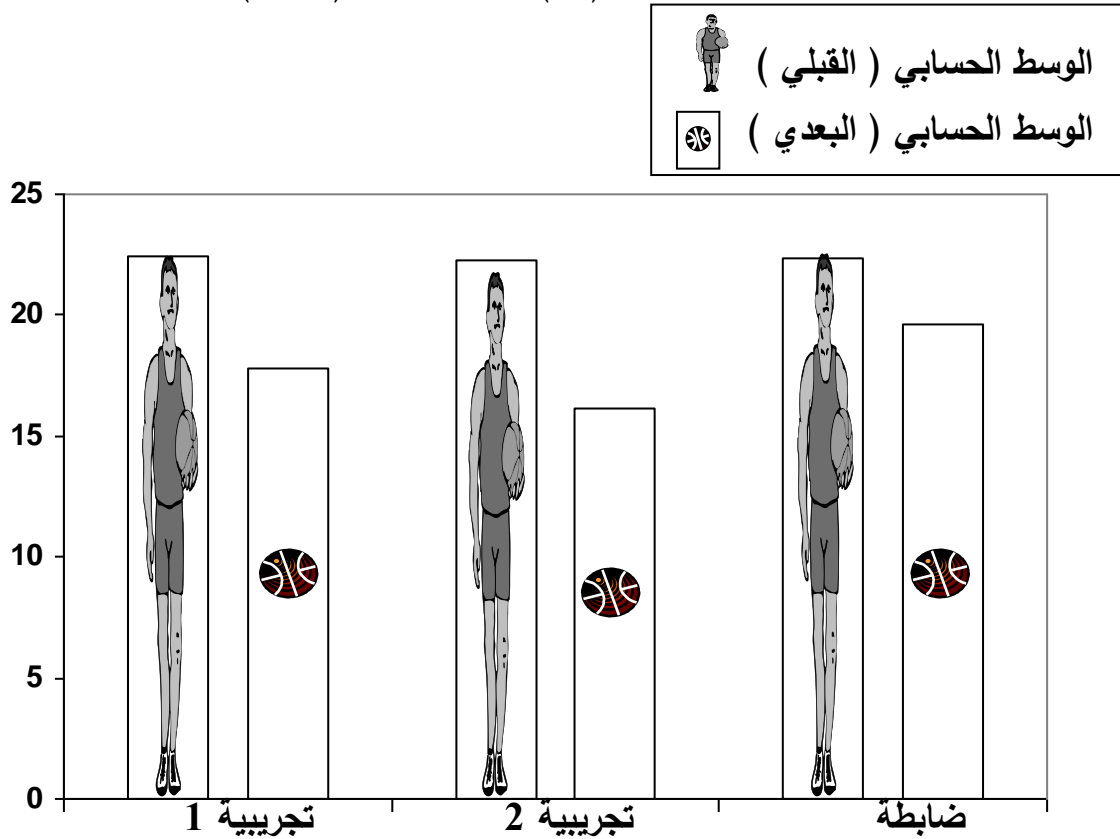
3 . عدنان جواد وآخرون: مصدر سبق ذكره، ص140.

جدول (15)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وحجم العينة وقيمتي (T) المحتسبة والجدولية في الاختبارين القبلي والبعدي للمجاميع الثلاث في اختبار الطبطبة المتعرجة

| معنوية الاختبار | قيمة T الجدولية | قيمة T المحتسبة | حجم العينة | البعدي | | القبلي | | الوسائل الاحصائية للمجاميع |
|-----------------|-----------------|-----------------|------------|--------|-------|--------|-------|----------------------------|
| | | | | س | ع+ | س | ع+ | |
| دال معنوي | 2.09 | 7.6 | 20 | 1.96 | 17.78 | 3.12 | 22.42 | التجربة الاولى |
| دال معنوي | | 7.9 | 20 | 3.17 | 16.18 | 2.81 | 22.27 | التجربة الثانية |
| دال معنوي | | 6.5 | 20 | 1.79 | 19.65 | 2.95 | 22.33 | الضابطة |

تحت درجة حرية (19) ومستوى دلالة (0.05)



شكل (11)

يوضح مستوى الاوساط الحسابية في الاختبارين القبلي والبعدي للمجاميع الثلاث في اختبار الطبطبة المتعرجة

ويعزو الباحث هذه الفروق المعنوية ونسبة التطور الواضحة في الجدول (16) والشكل (12) الى تمارين الطبطبة المتنوعة (العالية- الواطنة - بتغير الاتجاه - من الحركة- من الثبات) المستخدمة في المنهج، " بوصف ان الطبطبة من اصعب المهارات الفنية اداءً في كرة

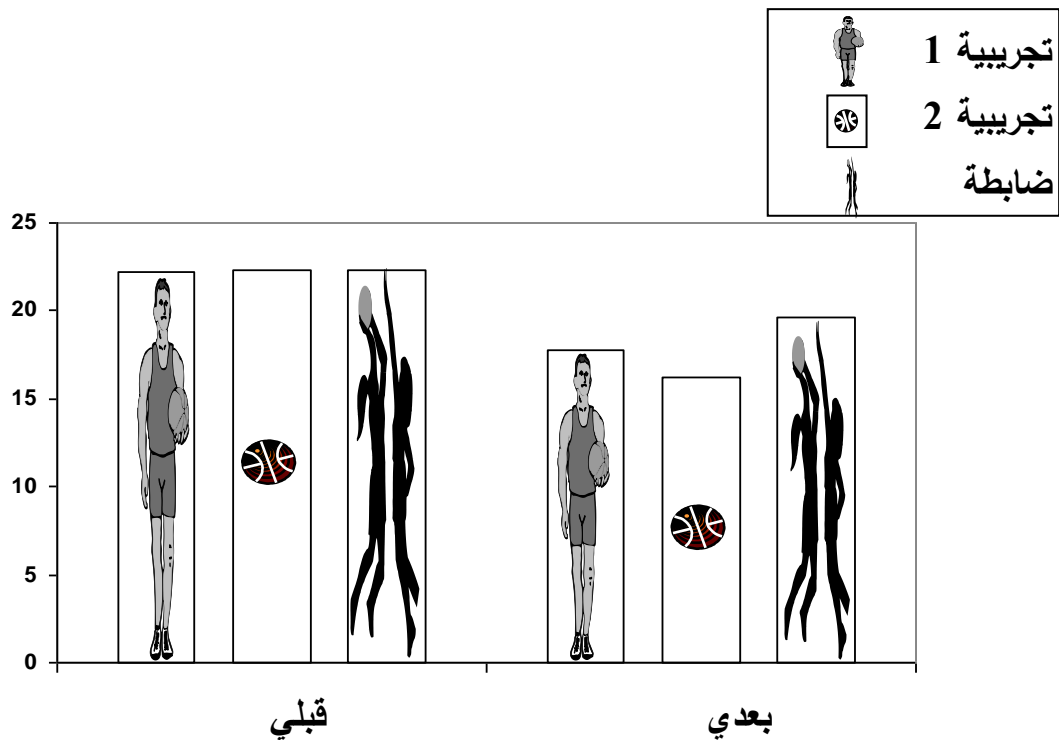


السلة ، وهي سلاح ذو حدين ، اذا أحسن استخدامها افادت الفريق ، واذا اسيء استخدامها فأنها نظر بالفريق ⁽¹⁾ ولكونها " الطريقة الوحيدة للتحرك بالكرة " ⁽²⁾ داخل الملعب .

جدول (16)

يبين الأوساط الحسابية القبليّة والبعدية لعينة البحث ونسبة التطور الحاصلة في اختبار الطبطة المتعرجة

| المجاميع | الوسط الحسابي للاختبار القبلي | الوسط الحسابي للاختبار البعدي | نسبة التطور |
|-----------------|-------------------------------|-------------------------------|-------------|
| التجربة الاولى | 22.42 | 17.78 | %20.7 |
| التجربة الثانية | 22.27 | 16.18 | %27.3 |
| الضابطة | 22.33 | 19.65 | %12 |



شكل (12)

يوضح مستوى الأوساط للحسابية للمجاميع الثلاث لكلا الاختبارين القبلي والبعدي في اختبار الطبطة المتعرجة

- 1 . حسن سيد معوض: كرة السلة للجميع، القاهرة دار الفكر العربي، 1980، ص80.
- 2 . محمد عبد الرحيم اسماعيل: الهجوم في كرة السلة، الاسكندرية ، منشأة المعارض بالاسكندرية، 1995، ص62.



ومن اجل معرفة معنوية الفروق بين متوسطات نتائج اختبار الطبطبة المتعرجة في الاختبار البعدي للعينات وقد استخدم الباحث اختبار (F) (تحليل تباين) ، اذ ظهر وجود فروق معنوية بين المجاميع الثلاث ، والجدول (17) يوضح ذلك اذ كانت قيمة (F) المحتسبة (10.53) وهي أكبر من قيمها الجدولية تحت درجة حرية (2 ، 57) ومستوى دلالة (0.05) والبالغة (3.15) .

جدول (17)

من نتائج التباين وقيمتي (F) المحتسبة والجدولية للمجاميع الثلاث في الاختبارات البعدية للطبطبة المتعرجة

| مصدر التباين | مجموع المربعات | درجة الحرية | متوسط المربعات | قيمة F المحتسبة | قيمة F الجدولية | معنوية الاختبار |
|----------------|----------------|-------------|----------------|-----------------|-----------------|-----------------|
| بين المجموعات | 120.72 | 2 | 60.36 | 10.53 | 3.15 | دال |
| داخل المجموعات | 327.11 | 57 | 5.73 | | | معنوي |
| المجموع | 447.83 | 59 | | | | |

عند درجة حرية (2 ، 57) ومستوى دلالة (0.05)

مما يدل على وجود فروق معنوية بين المجاميع في اختبار الطبطبة المتعرجة ، ولمعرفة أفضل المجاميع التي حدث فيها تطور لجأ الباحث الى ايجاد قيمة أقل فرق معنوي (L.S.D) كما موضح في الجدول (18) .

حيث نجد فرق الاوساط الحسابية بين المجموعتين التجريبتين الأولى والثانية قد بلغ (1.6) وهي اكبر من قيمة (L.S.D) والبالغة (1.5) عند درجة حرية (38) وأحتمال خطأ (0.05) ولصالح المجموعة الثانية.

كما ظهر فرق الاوساط الحسابية بين المجموعتين التجريبتية الأولى والضابطة (1.87) وهي أكبر من قيمة (L.S.D) وهذا يدل على وجود فرق معنوي لصالح المجموعة التجريبتية الأولى .

في حين ظهر فرق الاوساط الحسابية بين المجموعتين التجريبتية الثانية والضابطة (3.47) وهي ايضاً اكبر من قيمة (L.S.D) مما يدل على وجود فرق معنوي لصالح المجموعة التجريبتية الثانية.

جدول (18)

يبين قيمة (L.S.D) المحتسبة ومعنوية الفرق بين الاوساط الحسابية للمجاميع الثلاث في الاختبارات البعدية للطبقة المتعرجة

| المجاميع | البيانات الاحصائية | فرق الاوساط الحسابية (ثا) | نتائج الفرق | (L.S.D) | الدلالة 0.05 |
|----------|--------------------|-----------------------------|-------------|-----------|---------------------|
| م1-م2 | | 16.18 - 17.78 | ** 1.6 | 1.5 | معنوي لصالح الثانية |
| م1-م3 | | 19.65-17.78 | ** 1.87 | | معنوي لصالح الاولى |
| م2-م3 | | 19.65-16.18 | ** 3.47 | | معنوي لصالح الثانية |

* قيمة (L.S.D.) عند درجة حرية (38) ومستوى دلالة (0.01) بلغت (2.05)

من خلال النتائج الموضحة في الجدول (18) تبين تفوق المجموعتين التجريبتين الاولى والثانية على المجموعة الضابطة، ويعزو الباحث ذلك الى فاعلية المتغير التجريبي ، اذ راعى الاسلوبين مبدأ التدرج في اعطاء التمرين من السهل الى الصعب ،بالإضافة إلى تكرار هذه التمارين في المنهج المعد، مما جعل الطالبات اكثر تحكما وسيطرة بالكرة واقل خطأ وفقدانا لها نتيجة لزيادة احساس الطالبة بالكرة واكتساب التوافق الجيد الذي يتميز " بأن يكون خالي من التشنج وعادة ما يتخلص اللاعب من الحركات الزائدة، وغير الضرورية"⁽¹⁾.

بالإضافة إلى ماتضمنه المنهج المعد بالاسلوب المنفرد والاسلوب المزدوج من تقنين للحمل والراحة لكل تمرين حيث حرص الباحث على اعطاء فترات راحة مناسبة بين التكرارات والتمارين بحيث تكون كافية لاستعادة الشفاء وبمعنى آخر رجوع الأجهزة والأعضاء للعمل الطبيعي.

فضلاً عما تضمنه المنهج التجريبي من تمارين تنافسية حيث يرى الباحث ان هذه التمارين تكون محببة ومشوقة، لان عامل المنافسة له دور كبير في تحقيق هدف الدرس في تعلم وتطوير المهارات الحركية .

أما المجموعة الضابطة فقد أظهرت النتائج وجود فروق معنوية ذات دلالة احصائية ونسبة تطور لكنها قليلة قياساً بالمجموعتين التجريبتين ويرجع ذلك إلى أن المدرس في الأسلوب التقليدي يعطي التمرين بالاعتماد على خبرته دون برمجة للتمارين وتحديد لوقت الأداء

1. ابراهيم المفتي: الجديد في الاعداد المهاري والخططي للاعب كرة القدم، القاهرة، دار الفكر العربي، 1994، ص22.

الكلي وفترات الراحة بين التكرارات والتمارين " ان التمارين الرياضية المبرمجة لها أثر كبير في تطوير الاداء "(1).

هذا ويرجع تفوق المجموعة التجريبية الثانية على المجموعة التجريبية الاولى والضابطة كما يراها الباحث الى ان التمارين المزدوجة تعمل على زيادة سرعة اتخاذ القرار بأعتبار ان المتعلم قد مارس حالات مشابهة الى حالة اللعب من خلال مزج مهارتين في التمرين الواحد حيث تعمل على تنمية التوافق الحركي لدى الفرد " التدريب الذي يستهدف اللاعبين ويضعهم في مواقف شبيهة بمواقف اللعب، يحدث نتائج افضل بل وممتازة "(2) كما وتعطي قوة للمتعلم والسماح له بتطوير القدرة والكفاءة والبراعة المهارية وهذا ما يحتاجه اللاعب في مواقع اللعب الحقيقية.

4-3. أختبار التهديد الأمامي

من خلال النتائج الموضحة في الجدول (19) بين الأختبارين القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبيتين والضابطة ، اذ وجد أن هناك فروقاً ظاهرية للمجاميع في الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ، اذ بلغ الوسط الحسابي في الاختبار القبلي (12.8 ، 12.4 ، 12.6) وبأنحراف معياري (4.6 ، 3.3 ، 3.5) على التوالي وفي الاختبار البعدي بلغ الوسط الحسابي للمجاميع (19.75، 20.7، 16.6) وبانحراف معياري (3.2 ، 3.7 ، 2.28) على التوالي أنظر الشكل (13) .

ولمعرفة معنوية الفروق استخدم الباحث اختبار (T) اذ بلغت قيمة (T) المحتسبة للمجاميع (6،10،5.5) على التوالي وهي أكبر من قيمة (T) الجدولية تحت درجة حرية (19=1-20) ومستوى دلالة (0.05) وبالباغعة(2.09) مما يدل على وجود فرق معنوي بين الأختبارين القبلي والبعدي للمجاميع ولصالح الأختبار البعدي .

1 . عبد علي نصيف: التعلم الحركي ، ط3، الموصل ، مطابع التعليم العالي والبحث العلمي، 1987، ص260.

2 . عدنان جواد وآخرون، مصدر سبق نكره ، ص197.



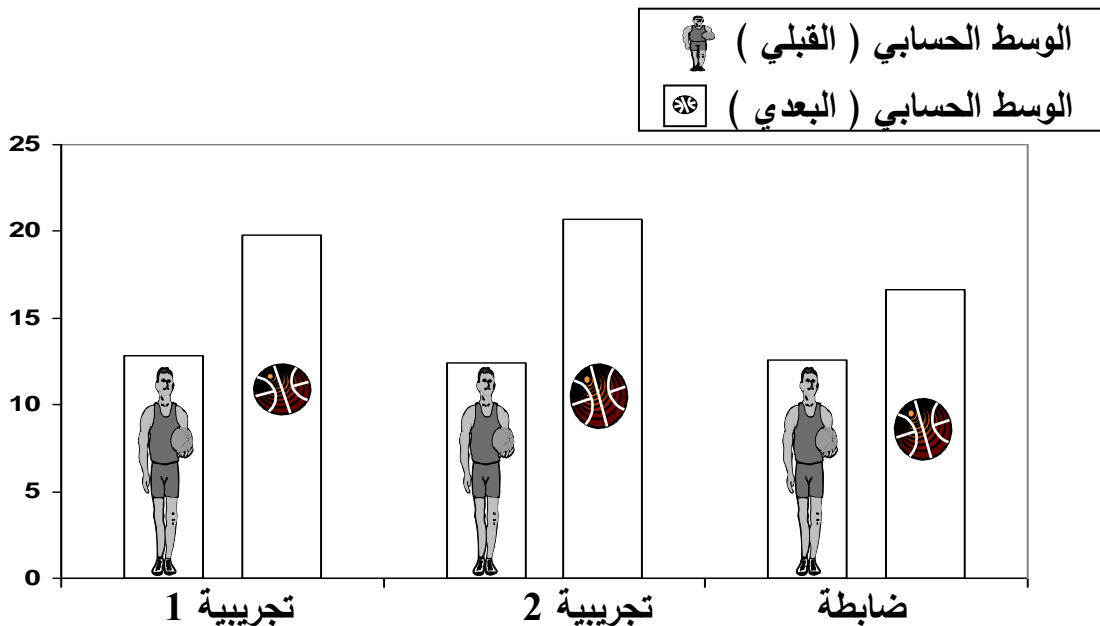
جدول (19)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وحجم العينة وقيمتي (T) المحتسبة والجدولية في الاختبارين القبلي والبعدى للمجاميع الثلاثة لأختبار التهديد الامامي

| معنوية الاختبار | قيمة T الجدولية | قيمة T المحتسبة | حجم العينة | البعدى | | القبلي | | الوسائل الاحصائية المجاميع |
|-----------------|-----------------|-----------------|------------|--------|------|--------|-----|-------------------------------|
| | | | | س | ع ± | س | ع ± | |
| دال معنوي | 2.09 | 6 | 20 | 19.75 | 3.2 | 12.8 | 4.6 | التجريبية الاولى |
| دال معنوي | | 10 | 20 | 20.7 | 3.7 | 12.4 | 3.3 | التجريبية الثانية |
| دال معنوي | | 5.5 | 20 | 16.6 | 2.28 | 12.6 | 3.5 | الضابطة |

تحت درجة حرية (19) ومستوى دلالة (0.05)

وهذا يدل على ان مجاميع البحث قد حققت هدف المنهج المطبق "ان لكل اسلوب المكانة الخاصة في التوصل الى مجموعة معينة من الاهداف"⁽¹⁾ وينسب مختلفة كما موضح في الجدول (20) والشكل (14) .



شكل (13)

يوضح مستوى الاوساط للحسابية في الاختبارين القبلي والبعدى للمجاميع الثلاثة في اختبار التهديد الامامي

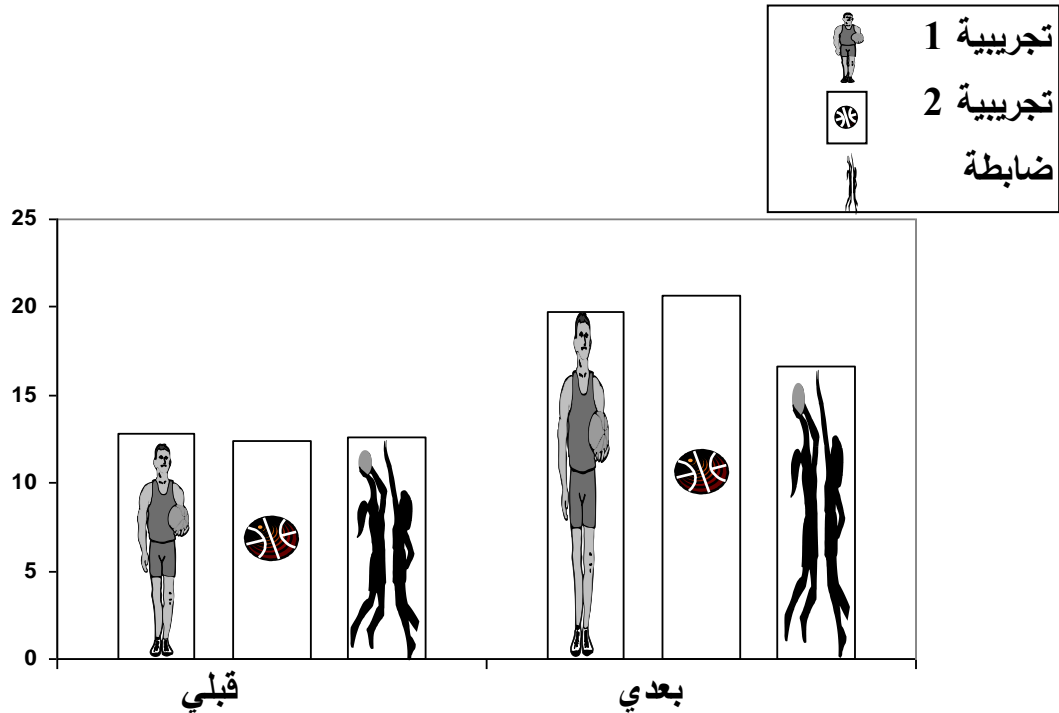
1 . جمال صالح وآخرون: تدريس التربية الرياضية ، بغداد ، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي - جامعة بغداد ، 1991 ، ص6.



جدول (20)

يبين الاوساط الحسابية القبليّة والبعدية لعينة البحث ونسبة التطور
في اختبار التهديد الامامي

| المجاميع | الوسط الحسابي للاختبار القبلي | الوسط الحسابي للاختبار البعدي | نسبة التطور |
|-----------------|----------------------------------|----------------------------------|----------------|
| التجربة الاولى | 12.8 | 19.75 | %54.3 |
| التجربة الثانية | 12.4 | 20.7 | %66.9 |
| الضابطة | 12.6 | 16.6 | %31.7 |



شكل (14)

يوضح مستوى الاوساط للحسابية للمجاميع الثلاث لكلا الاختبارين القبلي والبعدي في
اختبار التهديد الامامي

ولأجل معرفة معنوي الفروق بين متوسطات نتائج اختبار التهديد الامامي في الاختبار
البعدي، لجأ الباحث إلى استخدام اختبار (F) (تحليل تباين) ، إذ أظهرت النتائج وجود فروق
معنوية بين المجاميع ، اذ بلغت قيمة (F) المحسوبة(9.43) وهي اكبر من قيمة (F) الجدولية
تحت درجة حرية (2 ، 57) ومستوى دلالة (0.05) والبالغة (3.15) والجدول (21) يوضح
ذلك.



جدول (21)

يبين نتائج تحليل التباين وقيمتي (F) المحتسبة والجدولية للمجاميع

الثلاث في الاختبارات البعدي للتهديف الامامي

| معنوية الاختبار | F الجدولية | F المحتسبة | متوسط المربعات | درجة الحرية | مجموع المربعات | مصدر التباين |
|-----------------|------------|------------|----------------|-------------|----------------|----------------|
| دال | 3.15 | 9.43 | 92.115 | 2 | 184.23 | بين المجموعات |
| معنوي | | | 9.77 | 57 | 556.75 | داخل المجموعات |
| | | | | 59 | 740.89 | المجموع |

عند درجة حرية (2 ، 57) ومستوى دلالة (0.05)

ومن أجل معرفة افضل المجموعات تطوراً لجأ الباحث الى إيجاد قيمة أقل فرق

معنوي (L.S.D) والجدول (22) يوضح ذلك

جدول (22)

يبين قيمة (L.S.D) المحتسبة ومعنوية الفروق بين الأوساط الحسابية للمجاميع الثلاث في

اختبارات البعدي للتهديف الامامي

| الدالة 0.05 | (L.S.D) | نتائج الفروق | فرق الاوساط الحسابية (عدد النقاط) | البيانات الاحصائية |
|---------------------|----------|--------------|-----------------------------------|--------------------|
| عشوائي | 2.0 | 0.95 | 20.7-19.75 | م1-م2 |
| معنوي لصالح الاولى | | ** 3.15 | 16.6-19.75 | م3-م1 |
| معنوي لصالح الثانية | | ** 4.1 | 16.6-20.7 | م3-م2 |

* * قيمة (L.S.D.) عند درجة حرية (38) ومستوى دلالة (0.01) بلغت (2.68)

اذ ان قيمة الفرق من الاوساط الحسابية للمجموعتين الاولى والثانية كانت بمقدار

(0.95) وهي أصغر من قيمة (L.S.D) البالغة (2.0) عند درجة حرية (38) ومستوى دلالة

(0.05) مما يدل على عدم وجود فروق معنوية بين الاسلوبين (المنفرد والمزدوج) لتطوير

مهارة التهديف الامامي بكرة السلة.

كما اظهرت نتائج الفرق بين الاوساط الحسابية للمجموعتين التجريبية الأولى والضابطة

(3.15) وهي أكبر من قيمة (L.S.D) مما يدل على وجود فرق معنوي ولصالح المجموعة

التجريبية الأولى التي استخدمت الاسلوب المنفرد في تطوير مهارة التهديف الامامي .

في حين ظهرت نتائج الفرق بين الأوساط الحسابية للمجموعتين التجريبية الثانية والضابطة بمقدار (4.1) وهي أكبر من قيمة (L.S.D) مما يدل على وجود فرق معنوي لصالح المجموعة التجريبية الثانية التي استخدمت الأسلوب المزدوج لتطوير مهارة التهديف الامامي.

من خلال ما تقدم يتضح تفوق المجموعتين التجريبيتين على المجموعة الضابطة ، بينما لم يظهر تفوق واضح وكبير لأحد الاساليب التجريبية على الاخر في اختبار التهديف الامامي ويرجع ذلك الى وجود عنصر التشويق بهذه المهارة مما يعطي زخما اضافيا في انجاز الاختبار شكل جيد ، اذ يشير (حسن السيد معوض، 1980) الى ان " اصابة الهدف تبتث روح الحماس وتشجيع الفرد على زيادة مجهوده " (1)، كما اكد (ضياء ،2001) على ان التهديف يعتبر من اكثر المهارات التي يستمتع بها اللاعبون خلال التمرين ، و يكثرون من المران عليها(2).

كما اعطى المنهج اولوية لهذه المهارة باعتبارها تتربع على قائمة المهارات الاساسية، اذ ان "جميع المهارات التي تطبق من قبل الفريق المهاجم تكون وسائل تحضيرية لتحقيق انسب الفرص للتهديف الناجح"(3) لذا يجب ان يكون اتقانها على درجة عالية من الدقة، ونظراً لأهمية مهارة التهديف اذ يؤكد المدربون على ان يخصص لها فترة كبيرة من الوقت "التهديف هو المبدأ الاساسي الذي يعطيه معظم المدربين وقتاً أكثر من غيره "(4).

بالإضافة الى ما تضمنه المنهج من تكرارات عديدة للتهديف على الهدف من مواقع مختلفة وحالات متنوعة (من الثبات والحركة ومسافات وسرع متباينة) ساعدت الطالبات على تطوير هذه المهارة " ان أي فرد يستطيع ان يجيد مهارة التهديف على شرط المواظبة على التمرين المنتظم الصحيح وبأستمرار " (5).

1 . حسن السيد معوض : كرة السلة للجميع ، دار الفكر العربي، القاهرة ، 1980 ، ص115.

2 ضياء فهد العزاوي : تأثير اساليب تنظيمية تمارين التعلم على بعض المهارات الاساسية بكرة السلة ، أطروحة دكتوراه – كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ن 2001، ص37.

3 . لقاء عبدالله علي: تأثير منهج تدريبي مقترح لتطوير السرعة الانتقالية في أداء بعض المهارات الهجومية المركبة بكرة السلة ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة بغداد ، 2001 ، ص20.

4 . حسن السيد معوض، مصدر سبق ذكره ،1980، ص114.

5 . المصدر السابق، ص115.



4-4 اختيار التهديف الجانبي

من خلال النتائج الموضحة في الجدول (23) والشكل (15) بين الاختبارين القبلي والبعدي لمجاميع البحث ، اذ ظهرت وجود فروق ظاهرية بين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ، ففي الاختبار القبلي بلغ الوسط الحسابي (16.75 ، 16.55 ، 16.35) وبانحراف معياري (1.9 ، 2.8 ، 4) على التوالي .

اما في الاختبار البعدي بلغ الوسط الحسابي (24 ، 26.2 ، 19.3) وبانحراف معياري (4 ، 3.6 ، 3.8) على التوالي.

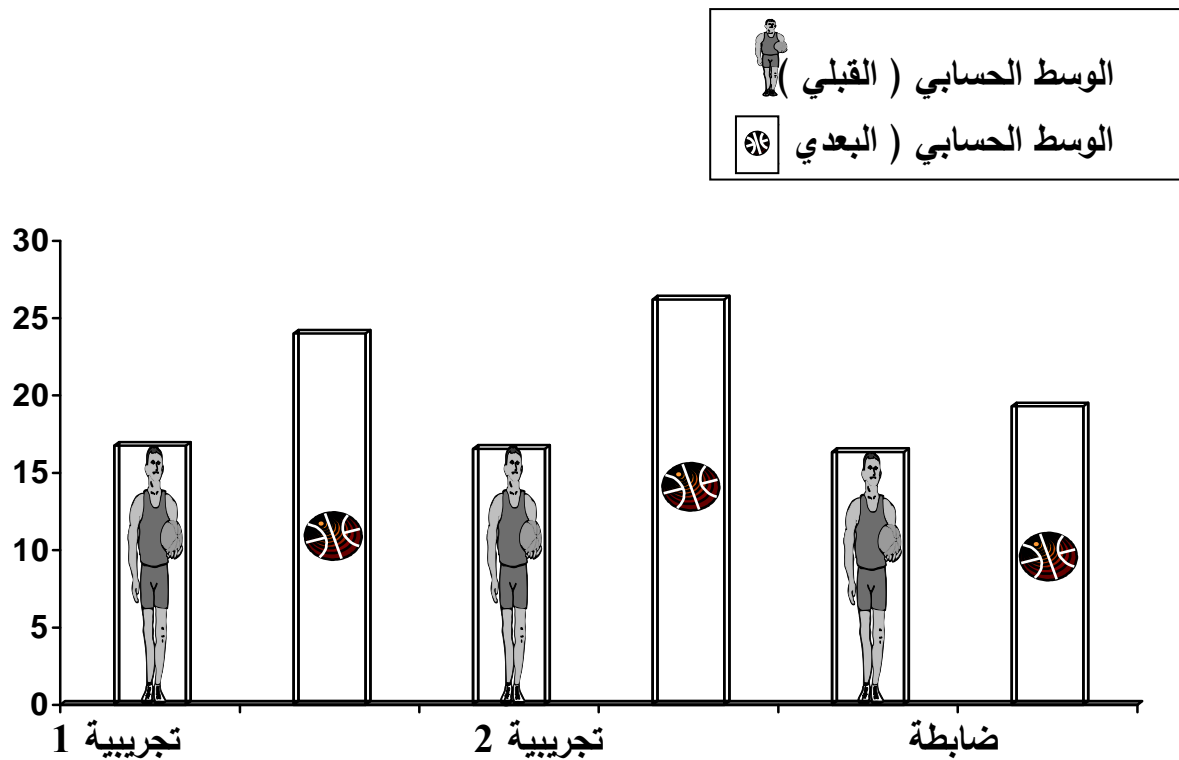
ولمعرفة معنوية الفرق بين الاختبار القبلي والبعدي استخدم الباحث اختبار (T) للعينات المتناظرة ، اذ بلغت قيمة (T) المحتسبة للمجاميع (7.64 ، 10.15 ، 5.21) على التوالي، وهي اكبر من قيمة (T) الجدولية تحت درجة حرية (19=1-20) ومستوى دلالة (0.05) وبالباغة (2.09) وهذا يدل على وجود فروق معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي.

الجدول (23)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وحجم العينة وقيمتي (T) المحتسبة والجدولية للمجاميع الثلاث في اختبار التهديف الجانبي

| معنوية الاختبار | T الجدولية | T المحتسبة | حجم العينة | البعدي | | القبلي | | الوسائل الاحصائية للمجاميع |
|-----------------|------------|------------|------------|--------|-----|--------|-----|----------------------------|
| | | | | س | ع + | س | ع + | |
| دال معنوي | 2.09 | 7.46 | 20 | 24 | 4 | 16.75 | 1.9 | التجريبية الاولى |
| دال معنوي | | 10.15 | 20 | 26.2 | 3.6 | 16.55 | 2.8 | التجريبية الثانية |
| دال معنوي | | 5.21 | 20 | 19.3 | 3.8 | 16.35 | 4 | الضابطة |

تحت درجة حرية (19) ومستوى دلالة (0.05)



شكل (15)

يوضح مستوى الاوساط للحسابية بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجاميع
الثلاث في اختبار التهديد الجانبي

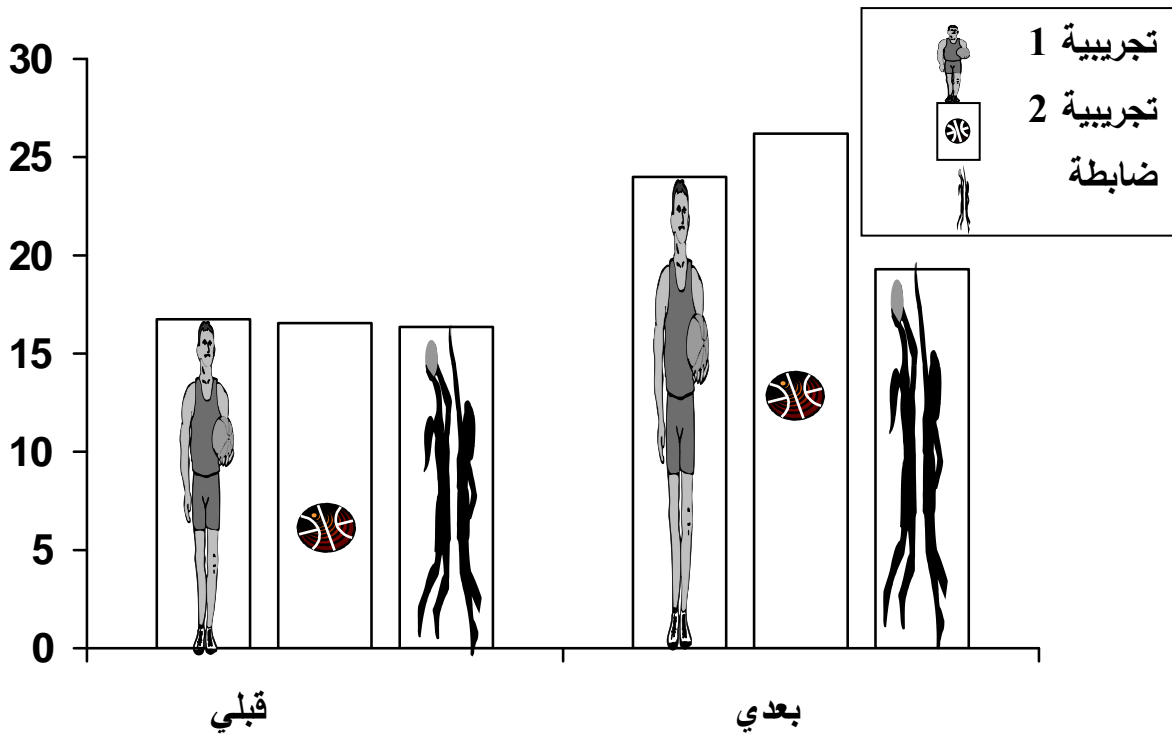
ويعزو الباحث ذلك التطور الواضح في الجدول (24) والشكل (16) الى التمارين
المهارية المتنوعة والخاصة بالتهديد الجانبي التي تضمنها المنهج المعد والتي كان لها الاثر
الاجابي في اكتساب خبرات جيدة ساعدت على تطوير هذه المهارة ، كما حرص الباحث على
تطبيق الاداء السليم الخالي من الأخطاء وتنفيذ الواجب المهاري لعينة البحث .
وذلك لان مهارة التهديد الجانبي تعتبر من اصعب انواع التهديد والتي تعتمد على
التهديد المباشر دون ان تمس اللوحة وفيها يركز اللاعب انتباهه كله على الحلقة (1).



جدول (24)

يبين الاوساط الحسابية القبلية والبعديّة لعينة البحث ونسبة التطور الحاصل في اختبار التهديد الجانبي

| المجاميع | الوسط الحسابي للاختبار القبلي | الوسط الحسابي للاختبار البعدي | نسبة التطور |
|-------------------|-------------------------------|-------------------------------|-------------|
| التجريبية الاولى | 16.75 | 24 | % 43.3 |
| التجريبية الثانية | 16.55 | 26.2 | % 58.3 |
| الضابطة | 16.35 | 19.3 | % 18 |



شكل (16)

يوضح مستوى الاوساط للحسابية للمجاميع الثلاث لكلا الاختبارين القبلي والبعدي في اختبار التهديد الجانبي

ومن اجل معرفة معنوية الفروق بين متوسطات نتائج اختبار التهديد الجانبي في الاختبار البعدي لمجاميع البحث، فقد استخدم الباحث اختبار (F) (تحليل تباين) اذ ظهر وجود فروق معنوية بين المجاميع ، حيث كانت قيمة (F) المحتسبة (16.7) وهي أكبر من قيمة (F) الجدولية تحت مستوى دلالة (0.05) وبالبالغة 3.15 والجدول (25) يوضح ذلك.



جدول (25)

يبين نتائج تحليل التباين وقيمتي (F) المحتسبة والجدولية للمجاميع الثلاث
في الاختبارات البعدية لاختبار التهديد الجانبي

| مصدر التباين | مجموع المربعات | درجة الحرية | متوسط المربعات | F المحتسبة | F الجدولية | معنوية الاختبار |
|----------------|----------------|-------------|----------------|------------|------------|-----------------|
| بين المجموعات | 496.94 | 2 | 248.47 | 16.7 | 3.15 | دال |
| داخل المجموعات | 874.4 | 57 | 14.87 | | | معنوي |
| المجموع | 1344.34 | 59 | | | | |

عند درجة حرية (2 ، 57) ومستوى دلالة (0.05)

وهذا يدل على وجود فروق معنوية بين المجاميع الثلاث ، ولمعرفة افضل المجموعات تطوراً لجأ الباحث الى ايجاد قيمة اقل فرق معنوي (L.S.D) اذ وجد ان قيمة الفرق بين الاوساط الحسابية للمجموعتين التجريبيتين الاولى والثانية بلغ (2.2) وهي اصغر من قيمة (L.S.D) البالغة (2.47) عند درجة حرية (38) ومستوى دلالة (0.05) مما يدل على عدم وجود فرق معنوي بين الاسلوبين المنفرد والمزدوج في تطوير مهارة التهديد الجانبي.

كما اظهرت نتائج الفرق بين الاوساط الحسابية للمجموعتين التجريبية الاولى والضابطة (4.7) وهي اكبر من قيمة (L.S.D) عند درجة (38) ومستوى دلالة (0.05) مما يدل على وجود فرق معنوي لصالح المجموعة التجريبية الاولى.

بينما ظهرت نتائج الفرق بين الاوساط الحسابية للمجموعتين التجريبية الثانية والضابطة (6.9) وهي اكبر من قيمة (L.S.D) مما يدل على وجود فرق معنوي لصالح المجموعة التجريبية الثانية والجدول (26) يوضح ذلك .

جدول (26)

يبين قيمة (L.S.D) المحتسبة ومعنوية الفروق بين الاوساط الحسابية للمجاميع الثلاث
في الاختبارات البعدية للتهديد الجانبي

| المجاميع | فرق الاوساط الحسابية (عدد النقاط) | نتائج الفرق | L.S.D | الدلالة 0.05 |
|----------|-------------------------------------|-------------|-------|--------------|
| م-1م-2م | 24-26.2 | 2.2 | 2.47 | عشوائي |
| م-1م-3م | 19.3-24 | * 4.7 | | |
| م-2م-3م | 19.3-26.2 | ** 6.9 | | |

** قيمة (L.S.D.) عند درجة حرية (38) ومستوى دلالة (0.01) بلغت (3.31)

من خلال ما تقدم يتضح تفوق المجموعتين التجريبتين على المجموعة الضابطة ، بينما لم يظهر تفوق واضح لأحد الاساليب التجريبية المتبعة على الاخرى في اختبار التهديد الجانبي ويرجع ذلك الى فاعلية التمارين المستخدمة في المنهج والتي ساعدت على تنمية الاحساس بالمهارة ، كما ساعد افراد المجموعتين التجريبتين على فهم متطلبات هذه المهارة واقسامها ، كما ان التهديد من مسافات مختلفة وزوايا متنوعة ساعدت على زيادة الشعور بالمسافة مما له الاثر الكبير في تطوير مستوى دقة التهديد الجانبي حيث ان " دقة الحركات تتوقف على مدى الشعور بالمكان"(1).

كما يؤكد (محمد،1991) على ان " ادراك المسافة اثناء التهديد له دور مهم في سرعة تعلم واتقان المهارة " (2).

بالاضافة الى ماتضمنه المنهج من تكرار التهديد على الهدف من اماكن مختلفة زادت من خبرة المتعلم في التحكم بالكرة وبالتالي زيادة الثقة بالنفس ، اذ ان " الثقة بالنفس من العوامل المهمة التي تساعد على نجاح عملية التهديد " (3).

1 . قاسم حسن حسين وآخرون: مكونات الصفات الحركية ، مطبعة جامعة بغداد،1984،ص346.

2 . محمد عبد الرحيم اسماعيل : مهارات كرة السلة ، دراسة تجريبية لتعلم مهارات (التمريرة والمحاورة والتصويب)، رسالة ماجستير منشورة ، مجموعة رسائل الماجستير في كلية التربية الرياضية ، دار الكتب والوثائق، بغداد،1991، ص205.

3 . خالد نجم عبدالله: التصويب البعيد في كرة السلة وعلاقته بنتائج المباريات، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، 1986، ص20.

5. الاستنتاجات والتوصيات

5-1. الاستنتاجات

- بناء على ما أوردته المعالجات الاحصائية ونتائج البحث استنتج الباحث ما يأتي :
1. وجود فروق معنوية ذات دلالة احصائية بين نتائج الاختبارين (القبلي والبعدي) ولصالح الاختبار البعدي للمجموعتين التجريبيتين والضابطة وللاختبارات كافة .
 2. وجود فروق معنوية ذات دلالة احصائية بين نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبيتين والضابطة ولصالح المجموعتين التجريبيتين ولجميع الاختبارات .
 3. وجود فروق معنوية ذات دلالة احصائية بين نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين للتجريبيتين ولصالح المجموعة التجريبية الثانية في الاختبارين (المناولة الصدرية - الطبطة المتعرجة) .
 4. عدم وجود فروق معنوية ذات دلالة احصائية بين نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبيتين في الاختبارين (التهديف الامامي - التهديف الجانبي) .
 5. ظهور تطور للمجموعة الضابطة في الاختبارات البعدية وبنسبة قليلة قياسا للمجموعتين التجريبيتين .
 6. للمنهج المقترح بالاسلوبين (المنفرد - المزدوج) تأثير ايجابي في تطوير مستوى أداء المهارات الهجومية بكرة السلة لدى طالبات المرحلة الثانوية وبأعمار (15-16) سنة ويشكل يحقق حالة من الانجاز تتناسب والقابليات الموجودة حاليا .

5-2. التوصيات

يوصي الباحث بما يأتي :

1. العمل على استخدام مفردات المنهج المقترح كونها ذات طبيعة سهلة ومشوقة وبدون معوقات ، اضافة الى أنها تعطي للطالبة حالة من الاطمئنان وبشكل تجعلها تتعلق بالدرس أكثر من السابق ، وهذا ما تأكد من خلال التطبيق الميداني .
2. اجراء دراسات مشابهة على فئات عمرية مختلفة لغرض الوقوف بشكل مباشر على المعوقات التي تواجه مدرسي التربية الرياضية لما لذلك من أثر هام في تطوير القاعدة التي تشكل المنطلق الاساس الذي يبنى عليه هرم الرياضة العراقية وصولا الى القمة.
3. إجراء دراسات مشابهة على طالبات الصف الرابع الاعدادي لتطوير المهارات الدفاعية بكرة السلة .
4. خلق حالة من التواصل بين الكوادر التدريسية والعلوم الصرفة من خلال عقد ندوات مكثفة لمدرسي التربية الرياضية لايجاد منافذ جديدة في الحصول على المعلومات وتطبيقها على المدارس وعدم اعتماد الصيغ التقليدية القائمة حاليا في تدريس مادة التربية الرياضية .
5. ايجاد الوسائل والمستلزمات التي تساعد مدرس التربية الرياضية في المدارس لانجاح مهامه في تطبيق المنهج المقترح ، مع الأخذ بنظر الاعتبار طبيعة الملاعب الموجودة خاصة وان هناك تمارين يمكن تطبيقها بمساحات ليست كبيرة .

المصادر العربية

1. ابراهيم المفتي: الجديد في الاعداد المهاري والخططي للاعب كرة القدم ، القاهرة، دار الفكر العربي، 1994.
2. أبو العلا احمد عبد الفتاح : التدريب الرياضي والأسس الفسيولوجية، ط1، القاهرة، دار الفكر العربي، 1997.
3. احمد أمين فوزي، محمد عبد العزيز بن سلامه: كرة السلة للناشئين، القاهرة، الفنية للطباعة والنشر، 1980.
4. احمد عزت راجح : أصول علم النفس ، ط12 ، مصر ، دار المعارف ، 1979 .
5. آرنوف وتينج: مقدمة في علم النفس ، ترجمة عادل عز الدين وآخرون، القاهرة، دار ماكجروهل، 1977.
6. اسامة كامل راتب : الاعداد النفسي لتدريب الناشئين ((دليل المدربين واولياء الامور)) ط1، القاهرة ، دار الفكر العربي 1997 .
7. أكرم خطابية: المناهج المعاصرة في التربية الرياضية ، ط1، عمان ، دار الفكر ، 1997 .
8. امطانيوس مخائيل : القياس والتقويم في التربية الحديثة ، دمشق ، منشورات جامعة دمشق ، 1997 .
9. ب . م : كرة السلة لفروع التربية الرياضية في معاهد المعلمين المركزي ومعاهد اعداد المعلمين والمعلمات ، ط1، بغداد، مديرية مطبعة وزارة التربية ، 1991.
10. بسطويسي احمد : اسس ونظريات الحركة ، القاهرة ، دار الفكر العربي 1996 .
11. بيتر تومسن: المدخل الى نظريات التدريب ، القاهرة ، المركز الاقليمي ، 1996 .
12. جمال صالح وآخرون: تدريس التربية الرياضية ، بغداد ، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي - جامعة بغداد ، 1991 .
13. حسن الشافعي وسوزان مرسى، مبادئ البحث العلمي في التربية البدنية والرياضية ، الاسكندرية ، منشأة المعارف ، 1995 .
14. حسن سيد معوض: كرة السلة للجميع، دار الفكر العربي، 1980.
15. خالد محمود عزيز، دراسة تحليلية لحالات التصويب بكرة السلة، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد، 1990.
16. خالد نجم عبد الله: التصويب البعيد في كرة السلة وعلاقته بنتيجة المباراة، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد، 1986.

17. ربحي مصطفى عليان ، عثمان محمد غنيم : مناهج واساليب البحث العلمي النظرية والتطبيق ، ط1، عمان ، دار صفاء للنشر والتوزيع ، 2000 .
18. رعد جابر، كمال عارف: المهارات الفنية بكرة السلة، بغداد، مطبعة التعليم العالي، 1987.
19. رمزية الغريب : التقويم والقياس النفسية والتربوي، القاهرة ، مكتبة الانكلو المصرية ، 1985.
20. ريسان خريبط مجيد : تخطيط وتقويم التدريب الرياضي، عمان ، دار الشروق للنشر والتوزيع ، 2001 .
21. زكي محمد محمد حسن : الكرة الطائرة (بناء المهارات الفنية والخطية) ، منشأة المعارف ، 1998.
22. سيد جمعة أبو خميس : دراسة لبعض النواحي البدنية والنفسية للمعوقين جسديا ، اطروحة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية ، جامعة حلوان ، 1981 .
23. ضياء فهد احمد: تأثير اساليب تنظيمية لتمرين التعلم على بعض المهارات الاساسية بكرة السلة ، اطروحة دكتوراه، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد، 2001.
24. طلحة حسام الدين: الميكانيكا الحيوية النظرية والتطبيق ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1993 .
25. عباس احمد السامرائي: طرق تدريس التربية الرياضية ، ج1 ، ط2 ، الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر، 1987.
26. عبد الجليل الزوبعي ، محمد الغنام : مناهج البحث في التربية ، ج1، مطبعة جامعة بغداد 1981 .
27. عبد الحكيم الطائي وآخرون: كرة السلة ، بغداد، مطبعة وزارة التربية ، 1991.
28. عبد علي نصيف: التعلم الحركي ، ط3، الموصل، مطابع التعليم العالي والبحث العلمي، 1987.
29. عبد علي نصيف ، قاسم حسن حسين : مبادئ علم التدريب الرياضي، ط1، دار الكتب للطباعة والنشر ، 1988.
30. عدنان جواد خلف وآخرون : المبادئ الاساسية في طرق تدريس التربية الرياضية، البصرة ، دار الكتب والوثائق ، 1989 .
31. عصام الدين عبد الخالق : التدريب الرياضي (نظريات وتطبيقات) ، مصر ، دار المعارف ، 1992.
32. عصام عبد الخالق : التدريب الرياضي (نظريات - تطبيقات)، ط9 الاسكندرية ، 1999 .
33. عصام حلمي ، محمد بريقع : التدريب الرياضي : أسس ، مفاهيم ، اتجاهات ، الاسكندرية ، منشأة المعارف ، 1997 .

34. علي الديري ، احمد بطانية : اساليب تدريس التربية الرياضية ، عمان ، دار الامل للنشر ، 1986
35. علي تركي مصلح : محاضرات على طلبه الماجستير (علم التدريب الرياضي)، 2001 ، ديالى.
36. علي فهمي البيك: تخطيط التدريب الرياضي، الاسكندرية، دار المعرفة الجامعية، 1993.
37. فائز بشير حمودات وآخرون: أسس ومبادئ كرة السلة، جامعة الموصل، مديرية مطبعة الجامعة، 1983.
38. قاسم حسن المندلوي وآخرون :الاختبارات والقياس والتقويم في التربية الرياضية ، الموصل ، مطابع التعليم العالي 1990 .
39. قاسم حسن حسين وآخرون: مكونات الصفات الحركية ، مطبعة جامعة بغداد، 1984.
40. كورت ماينل :التعلم الحركي ، ترجمة عبد علي نصيف ، ط2، الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ، 1987.
41. لقاء عبدالله علي: تأثير منهج تدريبي مقترح لتطوير السرعة الانتقالية في أداء بعض المهارات الهجومية المركبة بكرة السلة ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة بغداد ، 2001.
42. محمد حسن علاوي ، محمد نصر الدين رضوان : القياس في التربية وعلم النفس الرياضي ، القاهرة ، مؤسسة روز اليوسف ، 1989 .
43. محمد صبحي حسانين : القياس والتقويم في التربية البدنية ، ط3، ج1 ، القاهرة ، دار الفكر العربي، 1995.
44. محمد صبحي حسانين ، حمدي عبد المنعم: الأسس العلمية بكرة الطائرة وطرق القياس، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 1997 .
45. محمد صبحي حسانين ، محمد محمود عبد الدايم : القياس في كرة السلة ، ط1، الكويت، دار الفكر العربي، 1984.
46. محمد عبد الرحيم اسماعيل: الهجوم بكرة السلة، منشأة المعارف ، 1995.
47. محمد عثمان : التعلم الحركي والتدريب الرياضي ، ط2، الكويت. دار القلم ، 1994 .
48. محمد عبد الرحيم اسماعيل : مهارات كرة السلة ، دراسة تجريبية لتعلم مهارات (التمريرة والمحاورة والتصويب)، رسالة ماجستير منشورة ، مجموعة رسائل الماجستير في كلية التربية الرياضية ، دار الكتب والوثائق، بغداد، 1991.
49. محمود عنان : سيكولوجية التربية البدنية والرياضية (النظرية والتطبيق والتجريب) ، القاهرة ، دار الفكر العربي، 1995 .

50. مؤيد عبد الله ، فائز بشير: كرة السلة، الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر ، 1999 .
51. مصطفى السايح محمد : اتجاهات حديثة في تدريس التربية البدنية والرياضية ، ط1، مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية، 2001 .
52. مصطفى محمد زيدان: كرة السلة للمدرب والمدرس، القاهرة، دار الفكر العربي، 1999.
53. مصطفى حسن باهي: المعاملات العلمية والعملية بين النظرية والتطبيق، ط1 ، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر 1999.
54. معتز يونس الطائي: اثر برنامجين تدريبيين بأسلوب التمارين المركبة وتمارين اللعب في بعض الصفات البدنية والمهارية بكرة القدم، أطروحة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية، جامعة الموصل، 2001.
55. مفتي ابراهيم حماد :التدريب الرياضي الحديث ، تخطيط ، تنظيم ، قيادة ، القاهرة ، دار الفكر العربي 1998 .
56. مفتي ابراهيم حماد: طرق تدريس العاب الكرات وتطبيقها بالمرحلتين الابتدائية والاعدادية، دليل المعلمين وأولياء الأمور، ط1، القاهرة، دار الفكر العربي ، 2000.
57. ممدوح عبد المنعم الكفاني ، عيسى عبد الله جابر : القياس والتقويم النفسي والتربوي ، القاهرة ، مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع ، 1995.
58. موسى فهمي : اللياقة البدنية والتدريب الرياضي والأعداد البدني ، ط1 ، الأسكندرية، دار الكتب للطباعة والنشر، 1971.
59. نزار الطالب ، كامل لويس: علم النفس الرياضي ، بغداد ، دار الحكمة للطباعة ، 1993 .
60. نوفل محمد محمود الحيايى : أثر استخدام برنامجين تدريبيين بالاسلوبين (المنفرد - المركب) في عدد من الصفات البدنية الخاصة بكرة اليد ، اطروحة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، 1999 .
61. نيل ليساس وديك موتا : كرة السلة ، اساسيات للتفوق ، ترجمة علي جعفر سماكه ، الموصل، مطابع دار الحكمة، 1991.
62. هلال عبد الكريم ، اثر برنامج تدريبي باستخدام اسلوب التدريب الدائري في تنمية بعض المهارات الهجومية بكرة السلة، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ن جامعة بغداد، 1998.
63. وجيه محبوب: موسوعة علم الحركة (التعلم وجدولة التدريب) ، بغداد، مكتب العادل للطباعة الليزرية، 2000 .

64. وجيه محجوب وآخرون : نظريات التعلم والتطور الحركي ، بغداد ، مكتب عادل للطباعة الفنية، 2000.
65. وجيه محجوب: طرائق البحث العلمي ومناهجه ، الموصل ، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر . 1988 .
66. وجيه محجوب: علم الحركة (التعلم الحركي)، الموصل ، مطبعة جامعة الموصل 1985 .
67. وجيه محجوب : علم الحركة (التعلم الحركي) ، الموصل، مطبعة جامعة الموصل 1989 .
68. وداد محمد المفتي: تأثير استخدام بعض اساليب التدريس على تعلم بعض المهارات الهجومية بكرة السلة واستثمار وقت التعلم الاكاديمي، اطروحة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد، 2000 .
69. وديع ياسين التكريتي ، محمد حسن عبيد العبيدي : التطبيقات الاحصائية في استخدام الحاسوب في بحوث التربية الرياضية ، الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ، 1999.
70. يعرب خيون : التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق ، بغداد ، مكتب الصخر للطباعة، 2002.

71. BOATA I, OAX. Lactia de iducat,ia Fizica Sport, Bucurest, Romania, 2001.
72. Bob cousy , Frank power . Basketball conceptes and Teaching , Allyand Bavon . inc, Boston, 1970.
73. Cooper A. John and sidentop Darly; The Theory of Science of Basketball ,2nd Edition, Philadelphia, Leu and febger, 1975.
74. Jerry V.krause , Baskatball skills and Drills, Eastern washington Unin, Leisure press,1991.
75. Schmidt, A. Richard, (1991) Ibid .
76. Singer , N. Robert(1980) ,op.clt.
77. Samuelson, Bob. Back to the Beginning . Avcom publishing, Vo 1.8 W0.1, U.S.A : 1997.
78. Shea and Zimy,(1983): Equated by schmidt, 2000.
79. Schmidt .A. Book, Ilinios , 1991.
80. Schmidt. A. Richard, Op. cit , 2000.



ملحق (1)

قائمة بأسماء الخبراء الذين تم اجراء المقابلات الشخصية معهم

| ت | اللقب العلمي | الاسم | الاختصاص |
|----|--------------|-------------------|--------------------------------------------------------------------|
| 1 | أ . د . | مهدي نجم عبد الله | كرة السلة - كلية التربية الرياضية - جامعة بغداد. |
| 2 | أ . د . | رعد جابر باقر | تدريب كرة سلة - كلية التربية الرياضية - جامعة بغداد. |
| 3 | أ . د . | مؤيد عبدالله جاسم | كرة السلة - كلية التربية الرياضية للبنات - جامعة بغداد |
| 4 | أ . د . | فاطمة الهاشمي | طرائق تدريس - كلية التربية الرياضية للبنات - جامعة بغداد |
| 5 | أ . د . | وداد المفتي | طرائق تدريس - كلية التربية الرياضية للبنات - جامعة بغداد |
| 6 | أ . د . | قاسم لزام | تعلم حركي - كلية التربية الرياضية - جامعة بغداد. |
| 7 | أ . د . | ظافر هاشم | طرائق تدريس - كلية التربية الرياضية - جامعة بغداد |
| 8 | أ . م . د . | اسعد عبدالعزيز | كرة سلة - كلية التربية الرياضية - جامعة بغداد. |
| 9 | أ . م . د . | نبيل محمود شاكر | تعلم حركي - كلية المعلمين - جامعة ديالى |
| 10 | أ . م . د . | حسين علي | فلسجة التدريس - كلية التربية الرياضية - جامعة بغداد |
| 11 | أ . م . د . | قاسم نصيف | كرة سلة - كلية التربية الرياضية - جامعة ديالى |
| 12 | أ . م . د . | عبدالرزاق الطائي | طرائق تدريس - محاضر كلية التربية الرياضية للبنات - جامعة بغداد |
| 13 | أ . م . د . | صريح عبدالكريم | بايوميكانيك - كلية التربية الرياضية - جامعة بغداد |
| 14 | م . د . | خالد نجم عبدالله | بايوميكانيك - كرة السلة - كلية التربية الرياضية - جامعة بغداد |
| 15 | م . د . | انتصار عويد | تعلم حركي - كرة السلة - كلية التربية الرياضية للبنات - جامعة بغداد |

ملحق (2)

قائمة بأسماء المتخصصين والخبراء الذين استعان بهم الباحث في اختيار الاختبارات

| ت | اللقب العلمي | الاسم | الاختصاص |
|----|----------------------------------|--------------------|-----------------------------------------------------------------|
| 1 | الاكاديمي دكتوراه العلوم الاستاذ | ريسان خريبط | فسيولوجيا التدريب الرياضي - كلية التربية الرياضية - جامعة بغداد |
| 2 | أ. د. | مهدي نجم عبدالله | كرة السلة - كلية التربية الرياضية - جامعة بغداد. |
| 3 | أ. د. | رعد جابر باقر | تدريب كرة سلة - كلية التربية الرياضية - جامعة بغداد. |
| 4 | أ. د. | منذر هاشم الخطيب | تاريخ التربية - كلية التربية الرياضية - جامعة بغداد |
| 5 | أ. د. | عدنان الجبوري | طرائق تدريس - كلية التربية الرياضية - جامعة ديالى |
| 6 | أ. د. | ناهدة رسن | علم النفس - كلية التربية الرياضية للبنات - جامعة بغداد |
| 7 | أ.د. | وداد محمد رشاد | طرائق تدريس - كلية تربية رياضية بنات - جامعة بغداد |
| 8 | أ.م.د. | نبيل محمد شاكر | تعلم حركي - كلية المعلمين - جامعة ديالى |
| 9 | أ.م.د. | هاشم احمد سلمان | اختبارات كرة سلة - كلية التربية الرياضية - جامعة الموصل |
| 10 | أ. م. د. | اسعد عبد العزيز | كرة سلة - كلية التربية الرياضية - جامعة بغداد |
| 11 | أ. م. د. | ثائر داود | اختبارات وقياس - كلية التربية الرياضية - جامعة بغداد |
| 12 | أ. م. د. | مكرم السعدون | كرة سلة - كلية التربية الرياضية - جامعة بغداد |
| 13 | أ. م. د. | قاسم نصيف | كرة سلة - كلية التربية الرياضية - جامعة ديالى |
| 14 | أ. م. د. | نصير صفاء | تعلم حركي - كلية التربية الرياضية - جامعة ديالى |
| 15 | أ. م. د. | احمد المسالمة | تعلم حركي - كلية التربية الرياضية - جامعة بغداد |
| 16 | أ. م. د. | عبد الرزاق الطائي | طرائق تدريس - محاضر كلية التربية الرياضية للبنات - جامعة بغداد |
| 17 | م.د. | خالد نجم عبد الله | بايوميكانيك - كرة السلة - كلية التربية الرياضية - جامعة بغداد |
| 18 | م.د. | نبيل محمد عبد الله | كرة سلة - كلية التربية الرياضية جامعة الموصل |
| 19 | م.د. | سلوان صالح | تدريب كرة سلة - كلية التربية الرياضية - جامعة بغداد |
| 20 | م. د. | حازم علوان | تدريب كرة يد - كلية التربية الرياضية - جامعة بغداد |
| 21 | م. د. | هلال عبد الكريم | تدريب كرة سلة - كلية التربية الرياضية - جامعة بغداد |
| 22 | م. | مهند عبد الستار | كرة سلة - كلية التربية الرياضية - جامعة بغداد |
| 23 | م. | اياد حميد | تدريب كرة يد - كلية المعلمين - جامعة ديالى |
| 24 | م. | عظيمة عباس | كرة سلة - كلية التربية الرياضية للبنات - جامعة بغداد |

الملحق (3)

استمارة استطلاع آراء المختصين والخبراء لتحديد الاختبارات الانسب لعينة البحث

الاستاذ الفاضل.....المحترم

تحية طيبة وبعد

يقوم الباحث (سحر حر مجيد) طالب الماجستير في كلية المعلمين - جامعة ديالى -
بأجراء بحثه الموسوم [اثر استخدام الاسلوبين المنفرد والمزدوج في درس التربية الرياضية
لتطوير بعض المهارات الهجومية بكرة السلة] على عينة من طالبات الثانوية
(المرحلة الرابعة) ولما تتمتعون به من خبرة علمية وميدانية يرجى تفضلكم بوضع علامة (X)
امام الاختبار الانسب لعينة البحث.

وتقبلوا فائق التقدير والاحترام

الباحث

سحر حر مجيد

التوقيع:

الخبير:

اللقب العلمي :

التاريخ: / /



| الملاحظات | الإشارة X | وحدة القياس | الاختبارات المهارية المرشحة | المهارات |
|-----------|--------------|----------------|-------------------------------------------|---------------------|
| | | ثانية | مناولة الكرة نحو هدف مرسوم على الحائط | المناولة الصدرية |
| | | ثانية | 15 مناولة على الحائط بأقصى سرعة وأقل زمن | |
| | | ثانية | 10 مناولات على الحائط بأقصى سرعة وأقل زمن | |
| | | النقاط | التهديف الأمامي | التهديف |
| | | النقاط | التهديف الجانبي | |
| | | النقاط | التهديف من على خط الرمية الحرة | |
| | | ثانية | الطبطة بين أربعة حواجز | الطبطة |
| | | ثانية | الطبطة بين ستة حواجز | |
| | | ثانية | الطبطة بين ثمانية حواجز | |

ملحق (4)

استمارة استطلاع آراء المختصين والخبراء للاطلاع على المنهج المقترح

الاستاذ الفاضل.....المحترم

تحية طيبة وبعد

يقوم الباحث (سحر حر مجيد) طالب الماجستير في كلية المعلمين - جامعة ديالى - بأجراء بحثه الموسوم [اثر استخدام الاسلوبين المنفرد والمزدوج في درس التربية الرياضية لتطوير بعض المهارات الهجومية بكرة السلة] ونظراً لما تتمتعون به من خبرة واسعة في مجال اللعبة سعى الباحث للاستعانة بكم وذلك بالاطلاع على المنهج الموضوع وابداء رأيكم وتقبلوا فائق التقدير والاحترام

الباحث

سحر حر مجيد

التوقيع:

الخبير:

اللقب العلمي:

التاريخ: / /



ملحق 1/4 يبين نماذج من الوحدات المقترحة

بالاسلوب المنفرد لتطوير المهارات
الهجومية بكرة السلة

اليوم والتاريخ 2001/10/6 السبت

الأهداف التعليمية :

1. التقدم بمهارة الطبطبة العالية .

المجموعة التجريبية الاولى
الوحدة / الثانية

الأهداف التربوية :

1. تعويد الطالبات على الضبط والالتزام .
2. بث روح التعاون بين الطالبات .
3. بث روح المنافسة الشريفة بين الطالبات .

الشهر : الاول
الاسبوع : الاول
الوقت : (45) د

| الملاحظات | | | الوقت | التنظيم | المهارات والفعاليات | الهدف التعليمي | الوقت بالدقائق | نوع النشاط | |
|------------------|---------------------|------|-------|---------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------|-----------------------------------------------------------|--------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| وقت الاداء الكلي | الراحة بين التمارين | | | | | | | | |
| | | | | | | الاحماء التمارين البدنية | 10د | الجزء الاعدادي 10د | |
| 4.5د | 30ثا | 30ثا | 3 | | - اداء الطبطبة من وضع الجسر. - اداء الطبطبة من وضع الجلوس الطويل. - الطبطبة السريعة الي نصف ملعب كرة السلة ثم دحرجة الكرة الي الزميلة المقابلة والرجوع خلف الفرقة. | النشاط التعليمي النشاط التطبيقي | 5د | الجزء الرئيسي 30د | |
| 3د | 30ثا | 30ثا | 2 | | | | - الطبطبة مع تغير الاتجاه اليد المحاورة حسب اشارة المدرس. | | 25د |
| 7د | 2د | 1د | 2 | | | | | | - تمرين الكرة والارقام (تحمل كل طالبة رقم معين في فرقتهما- توضع كرة امام كل فرقة ينادي المدرس على رقم معين تقوم الطالبة بالركض السريع والتقاط الكرة ثم القيام بالطبطبة الي نهاية الساحة والعودة الي خلف الفرقة بعد اعادة الكرة الي مكانها). |
| 5.5د | 1د | 30ثا | 2 | | | | | | |
| 5د | | 30ثا | 1 | | | | | | |
| | | | | | | لعبة صغيرة الانصراف | 5د | الجزء الختامي 5د | |



ملحق 4/2 يبين نماذج من الوحدات المقترحة

بالاسلوب المنفرد لتطوير المهارات
الهجومية بكرة السلةالمجموعة التجريبية الاولى
الوحدة : العاشرةالشهر : الثاني
الاسبوع : الاول
الوقت : (45)

اليوم والتاريخ 2001/11/3 السبت

د

الأهداف التربوية :

1. تعويد الطالبات على الطاعة والاحترام .
2. بث روح الشجاعة وحب الوطن بين الطالبات .
3. تنمية روح القيادة .

الأهداف التعليمية :

1. تعليم مهارة التهديف من الحركة .
2. التقدم بمهارة المناولة الصدرية .
3. التقدم بمهارة الطبطبة العالية .

| الملاحظات | | | التنظيم | المهارات والفعاليات | الهدف التعليمي | الوقت بالدقائق | نوع النشاط |
|------------------|------------|---------|---------|---------------------|-----------------------------|----------------|--------------------------|
| وقت الاداء الكلي | الراحة بين | | | | | | |
| | تكرار | التكرار | التكرار | | | | |
| | | | | | الإحماء التمارين البدنية | 10د | الجزء الاعدادي 10د |

| | | | | | | | |
|-------|------|------|---|----------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|-----------|-------------------------|
| 4د | 1د | 3 | | - التهديف من الحركة بعد استلام الكرة من الزميل. | النشاط التعليمي النشاط التطبيقي | 5د 25د | الجزء الرئيسي 30د |
| 10.5د | 1د | 30ثا | 4 | | - التهديف من القفز من مناطق مختلفة. | | |
| 4.5د | 30ثا | 30ثا | 2 | | - المناولة والجري عكس اتجاه الكرة (كما في الشكل). | | |
| 6د | | 30ثا | 4 | | - الطبطبة والدوران النصفى (نصف الساحة). | | |
| | | | | لعبة صغيرة الانصراف | | 5د | الجزء الختامي 5د |



ملحق 4/4 يبين نماذج من الوحدات المقترحة

بالاسلوب المزدوج لتطوير المهارات الهجومية بكرة السلة

المجموعة التجريبية الثانية
الوحدة : الاولى

الشهر : الاول

الاسبوع : الاول

الوقت : (45) د

اليوم والتاريخ 2001/10/2 الثلاثاء

الأهداف التعليمية :

1. تعليم مهارة الطبطة العالية .
2. تعليم مناولة المهارة الصدرية .

الأهداف التربوية :

1. تعويد الطالبات على الضبط والالتزام .
2. تعويد الطالبات على نكران الذات .
3. تنمية روح الشجاعة .

| الملاحظات | | الوقت بالدقائق | نوع النشاط | الجزء الاعدادي 10د | الهدف التعليمي | المهارات والفعاليات | التنظيم | الراحة بين | | |
|-------------------------|----------|-------------------|---------------|--------------------------|------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|------------|--|--|
| وقت الاداء الكلبي | التمارين | | | | | | | تكرار | | |
| 9 د | 1د | 30ثا | 3 | | الاحماء التمارين البدنية | | | | | |
| 9 د | 1د | 30ثا | 3 | 5د 25د | النشاط التعليمي النشاط التطبيقي | الطبطة الى خط المنتصف والرجوع ثم المناولة الى زميلة وهكذا. | | | | |
| 8.5د | 1د | 30ثا | 3 | | | اداء الطبطة والدوران خلف الشاخص وعند الوصول الى خط المنتصف تؤدي المناولة الطويلة الى الزميلة. | | | | |
| 7.5د | | 30ثا | 2 | | | وقوف الطالبات كما في الشكل- تؤدي الطالبات أ المناولة الى وتركض سريعاً الى الامام واستلام الكرة وتؤدي الطبطة من خلف الشاخص ثم تعيد الكرة بالمناولة الطويلة الى الطالبة الثانية والرجوع خلف الفرقة. | | | | |
| | | | | 5 د | | لعبة صغيرة الانصراف | | | | |
| | | | | 5د | | الجزء الختامي | | | | |



ملحق 4/5 تبين نماذج من الوحدات المقترحة
بالاسلوب المزدوج لتطوير المهارات
الهجومية بكرة السلة

المجموعة التجريبية : الثانية
الوحدة : التاسعة

الشهر : الثاني
الاسبوع : الاول
الوقت (45) د

اليوم والتاريخ 2001/10/30 الثلاثاء

الأهداف التعليمية :

1. التقدم بمهارة التهديف .
2. التقدم بمهارة الطبطة العالية .
3. التقدم بمهارة المناولة الصدرية .

الأهداف التربوية :

1. تنمية روح الشجاعة وحب الوطن .
2. تنمية روح المنافسة الشريفة .
3. تنمية روح المحبة والاخاء بين الطالبات .

| الملاحظات | | | الوقت بالدقائق | نوع النشاط | الجزء الاعدادي 10د |
|------------------|---------------------|---------|----------------|------------|-----------------------|
| وقت الاداء الكلي | الراحة بين التمارين | التمرين | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |

| وقت الاداء الكلي | الراحة بين التمارين | التمرين | التنظيم | المهارات والفعاليات | الهدف التعليمي | الوقت بالدقائق | نوع النشاط | الجزء الرئيسي |
|------------------|---------------------|---------|---------|-------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|-----------------|-------------------|
| 11.5د | 1د | 30 ثا | 3 | | الطبطة حول محيط الدوائر الثلاث في الملعب ثم التهديف. | 5د | النشاط التعليمي | الجزء الرئيسي 30د |
| 9د | 1د | | 2 |  | تؤدي الطالبة المناولة التي ب وتركض باتجاه الكرة وتستلم من خلف الطالبة ب ثم تؤدي الطبطة من خلف الشاخص ثم اداء المناولة الطويلة الى الزميلة والرجوع سريعاً خلف الفرقة. | 25د | النشاط التطبيقي | |
| 4.5د | - | 30 ثا | 1 | | المناولة بين الزميلتين من الحركة ثم التهديف | | | |
| | | | | | لعبة صغيرة الانصراف | 5د | | الجزء الختامي 5د |



ملحق 4/6 يبين نماذج من الوحدات المقترحة
بالاسلوب المزدوج لتطوير المهارات
الهجومية بكرة السلة
اليوم والتاريخ 2001/11/27 الثلاثاء

المجموعة التجريبية : الاولى
الوحدة : السابعة عشر

الشهر : الثالث
الاسبوع : الاول
الوقت : (45) د

- الأهداف التربوية :
1. تنمية روح القيادة .
 2. زيادة الثقة بالنفس وتحمل المسؤولية .
 3. تعويدهن على الضبط والالتزام .
- الأهداف التعليمية :
1. تعليم مهارة الطبطة بتغيير الاتجاه .
 2. التقدم بمهارة التهديد من الحركة .
 3. التقدم بمهارة المناولة الصدرية

| الملاحظات | | | تنظيم | المهارات والفعاليات | الهدف التعليمي | الوقت بالدقائق | نوع النشاط |
|------------------|---------------------|-------|-------|---------------------|-----------------------------|----------------|--------------------------|
| وقت الاداء الكلي | الراحة بين التمارين | تكرار | | | | | |
| | | | | | الاحماء التمارين البدنية | 10د | الجزء الاعدادي 10د |

| | | | | | | | |
|-------|------|----------|---|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|-------------------------|
| 7.5د | 1د | 30 ثا | 3 | | <p>- تؤدي الطالبة الطبطة بين الشواخص ثم التهديد كما في الشكل.</p> | 5د 25د | الجزء الرئيسي 30د |
| 10.5د | 1.5د | 1د | 2 | | <p>- وقوف الطالبات كما موضح في الشكل تقوم الطالبة أ ببحركة الكرة الي ب بينما تقوم الطالبة ب بمناولة صدرية الي ج اثناء الركض تستلم الطالبة أ الكرة من ج تقوم بالطبطة ثم التهديد والرجوع خلف الفرقة.</p> | | |
| 7د | | 1د | 2 | | <p>- وقوف الطالبات كما موضح في الشكل تقوم الطالبة أ بمناولة صدرية الي ب والركض السريع الي الامام ثم الاسستلام واداء الطبطة من خلف الشاخص ثم اداء المناولة مع ج ثم الطبطة ومناولة الكرة الي الطالبة الثانية.</p> | | |
| | | | | | لعبة صغيرة الانصراف | 5د | الجزء الختامي 5د |

ملحق (5) يبين نموذج من الوحدة التعليمية
بالاسلوب التقليدي لتطوير المهارات
الهجومية بكرة السلة
اليوم والتاريخ 2001/11/3 السبت

المجموعة الضابطة
الوحدة : العاشرة


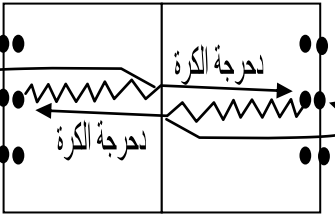
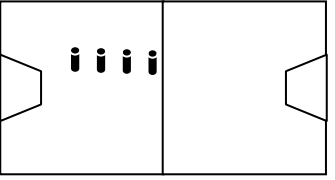
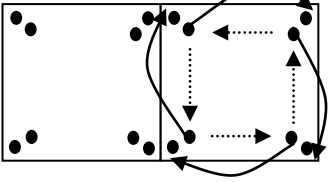
الشهر : الثاني
الاسبوع : الاول
الوقت :

(45) د

الأهداف التربوية :

1. تنمية روح القيادة .
 2. زيادة الثقة بالنفس وتحمل المسؤولية .
 3. تعويدهن على الضبط والالتزام .
- الأهداف التعليمية :
1. التقدم بمهارة المناولة الصدرية .
 2. التقدم بمهارة الطبطبة العالية .

| نوع النشاط | الوقت بالدقائق | الهدف التعليمي | المهارات والفعاليات | التنظيم | الملاحظات |
|-----------------------|----------------|-----------------------------|---------------------|---------|-----------|
| الجزء الاعدادي 10د | 10د | الاحماء التمارين البدنية | | | |

| | | | | | | |
|----------------------|-----------|------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| الجزء الرئيسي 30د | 5د 25د | النشاط التعليمي النشاط التطبيقي | <p>يتم تقسيم طالبات الصف الى أربع فرق:</p> <p>ف1: المناولة الصدرية من الثبات بين الطالبات كما في الشكل والرجوع السريع خلف الفرقة المقابلة .</p> <p>ف2: الطبطبة السريعة الى نصف ملعب كرة السلة ثم درججة الكرة الي الزميلة المقابلة والرجوع خلف الفرقة .</p> <p>ف3: تؤدي الطالبة الطبطبة بين الشواخص .</p> <p>ف4: المناولة والجري عكس اتجاه الكرة (كما في الشكل).</p> | <p>التأكيد على النظام وعدم اشارة الضوضاء .</p> <p>يقوم المدرس بالاشراف الكامل على الفرق الاربعية وتصحيح الاخطاء ان وجدت .</p> <p>التاكيد على الهدوء عند الانتقال من فرقة الى أخرى .</p> |     | |
| الجزء الختامي 5د | 5د | | لعبة صغيرة الانصراف | | | |