

تأثير برنامج تدريبي لتحسين الأداءات الخطئية الجماعية للقطع للاعبى كرة السلة تحت 15 سنة

بدولة الكويت

د/ طلال احمد حسين

وزارة التربية والتعليم-الكويت

مقدمة ومشكلة الدراسة:-

شهدت لعبة كرة السلة تطوراً كبيراً من حيث الخطط مما أدى إلى إحداث تطور مماثل في إعداد اللاعبين من أجل الوصول بهم إلى المستويات العليا في اللعبة، وبذلك فهي تتطلب من لاعبيها أن يكونوا على قدر جيد من الأداء و هذا بالطبع لا يأتي إلا من خلال تطوير مستوى الأداء الخطئي والذي يكون مطلوباً لتحسين مستوى الأداء و الإنجاز.

يشير **جيف هييفنر Jeff Haefner (2013)** إلى أهمية استخدام الأنواع المختلفة من الحركات المركبة للقطع في التغلب على الدفاع، في إختراق طريق المدافع وتحقيق الهدف المطلوب للوصول للسلة. (8 : 12)

كما يضيف **محمد عبد الرحيم إسماعيل (2006)** أن اللاعب عليه أن يستخدم الأنواع المختلفة للقطع للتحرر من المنافس، فاللاعب لا يمكن أن يبقى واقفاً في مكانه لذلك عليه أن يغير من سرعته واتجاهه باستمرار التحرك لمنطقة خالية لاستلام تمريره من زميله. (4 : 65)

فيما يوضح **كيفين أ أبروساك Keven A. Prusak (2005)** أن من أهم الأشياء التي يجب تدريب اللاعبين عليها هي المحافظة على المساحات داخل الملعب بالتحرك لمكان خالي من أجل فتح خط التمرير. (9 : 107)

ويبرز محمد عيسى عبد الرازق (2001) أن إحراز النقاط في كرة السلة يتوقف على ما يمتلكه للاعبى الفريق من مهارات والتي من بينها المحاولات الخطئية الهجومية الجادة التي يسعى الفريق لتطبيقها بنجاح. (5 : 67)

ويوضح **نونو ماتئوس و اخرون Nuno MateusID et al (2019)** أن العاب القطع وسيلة هجومية يقوم فيها اللاعب المهاجم بعرقلة أحد لاعبي الفريق المدافع عرقلة قانونية كي لا يستطيع هذا المدافع من متابعة اللاعب المهاجم الذي يلزمه أثناء اللعب الدفاعي بطريقة رجل

لرجل (Man to Man) وبذلك يتمكن اللاعب الزميل من التحرر ثم استلام الكرة والتهديف دون مضايقة من الدفاع. (10 : 2)

فيما يشير كلاً من سيرجيو جيه إيبانيز Sergio J. Ibáñez (2009)، محمد عبد الرحيم (1995) أن فريق كرة السلة الفعال يجب أن ينسق حركات الأفراد في نماذج من اللعب بحيث تسهم هذه الحركات المنسقة بفعالية في مجهود الفريق، فمعظم ألعاب كرة السلة الناجحة تستخدم اثنين أو ثلاثة لاعبين مهاجمين في بناء اللعب مع بقاء مناورات الفريق وخداع الخصوم بعيداً عن نقطة الهجوم، كما أن أفضل النماذج الهجومية تؤدي في حالات هجوم 2 × 2، فمعظم اللاعبين المهاجمين يجب أن يتمكنوا من أداء هذه النماذج أو الأشكال اللعيبية بحيث تكون تحركات مدركة ومرنة لمقابلة مختلف المقييس الدفاعية، فمعظم اللاعبين المشاركين في نماذج 2×2 والتي تستخدم لاعب خط خلفي من لاعب خط خلفي، لاعب خط خلفي مع قاطع، قاطع مع لاعب وسط، يجب أن يؤديوا النماذج اللعيبية من أماكن متعددة للقطع.

(12: 459)، (3 : 133)

ويرى الباحث أهمية استخدام ألعاب القطع في أنها تساعد اللاعب المستحوذ على الكرة في خلق مساحات للتهديف أو التحرك فيها وذلك بتحركات باقي زملائه وذلك باستخدام ألعاب القطع؛ فعلى الرغم من أهمية الأداءات الخططية الثنائية للعمل الهجومي للفريق الأنة من الملاحظ أن اللاعبين صغار السن يتسم أداءهم بالعشوائية الحركية في العمل الهجومي مما يؤثر على فعالية الأداء الخططي وبالتالي على نتيجة المباراة وهذا دعا الباحث إلى تناول المشكلة الدراسة في تصميم برنامج تدريبي لتحسين الأداءات الخططية الثنائية للقطع للاعبى كرة السلة تحت 15 سنة.

أهداف الدراسة:-

التعرف على تأثير برنامج تدريبي لتحسين الأداءات الخططية للقطع لناشئى كرة السلة تحت 15 سنة بدولة الكويت من خلال تحقيق الواجبات التالية:-

(1) التعرف على تأثير البرنامج التدريبي فى تحسين الأداء الخططي لانواع القطع

المستخدمة فى الدراسة لناشئى كرة السلة تحت 15 سنة.

(2) التعرف على تأثير البرنامج التدريبي فى تحسين مستويات الفعالية للأداء الخططي

للقطع لناشئى كرة السلة تحت 15 سنة.

فروض الدراسة:-

- (1) توجد فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلي – البعدي فى الأداء الخططي لانواع القطع المستخدمة فى الدراسة لناشئ كرة السلة تحت 15 سنة ولصالح القياس البعدي.
- (2) توجد فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلي – البعدي فى مستويات الفعالية للأداء الخططي للقطع لناشئ كرة السلة تحت 15 سنة ولصالح القياس البعدي.

الكلمات الدالة:-

الأداءات الخططية للقطع "تعريف إجرائي"

هي الأداءات التي يتم فيها التعاون بين لاعبين لتحقيق واجب معين فى موقف محدد.

فاعلية الأداءات الخططية الثنائية:- "تعريف إجرائي"

هو مدى ما تحقق من نجاح لكل أداء خططي هجومى يشترك فيه لاعبين فى العاب القطع الهجومى.

الدراسات السابقة:-

دراسة **فاطمة نبيل سلطان (2011) (1)** وتهدف إلى التعرف على أنواع الحجز المختلفة المستخدمة خلال مباريات الناشئين للمراحل السنوية (14، 16، 18) سنة بالكويت ومقارنتها بالمستويات العالمية، استخدمت الباحثة المنهج واعتمدت الباحثة فى إجراءاتها على (46) مباراة مقسمة إلى (30) مباراة لعينة الكويت و(16) مباراة لعينة فرق كأس العالم؛ وتوصلت الباحثة إلى انخفاض فعالية العمل الهجومى الثنائي باستخدام الحجز لعينة الدوري الكويتي عند مقارنتها بعينة كأس العالم، كما توصلت إلى أن أكثر أنواع الحجز فعالية هو الحجز الثلاثي بالقيادة تلاه الحجز الثلاثي الخلفي.

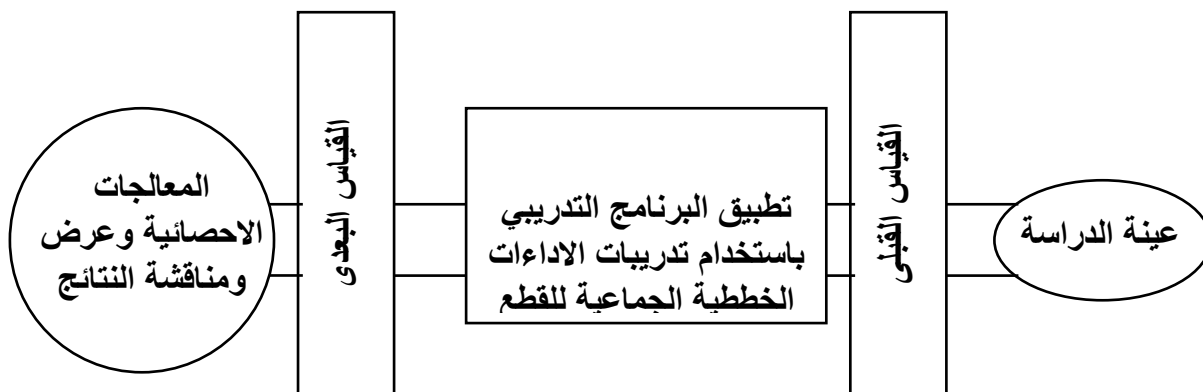
دراسة **فلاح حاشوش خزعل (2014) (2)** وتهدف إلى التعرف على تأثير برنامج تدريبي نوعى على تحسين بعض الأداءات الخططية الجماعية للاعبى كرة السلة تحت 16 سنة و استخدام المنهج التجريبي بإتباع التصميم التجريبي ذو المجموعة التجريبية الواحدة وأشتملت العينة على مجموعة من ناشئ كرة السلة بنادى الكويت تحت 16 سنة وبلغ عددها (15) لاعب، أدى البرنامج التدريبي إلى تحسن مستوى الأداءات الخططية الجماعية المستهدفة للاعبى كرة السلة تحت 16 سنة بدولة الكويت.

دراسة : **هندرا مشوري Hendra Mashuri (2017) (6)** وهدفت الدراسة إلى التعرف على انماط التدريب المنفرد والمندمج على تحسين مستوى اداء التصوير لعينة الدراسة،

وتوصل إلى تحسن فعالية التصويب كانت لدى مجموعة التدريب المندمج بصورة أفضل من مجموعة التدريب المنفرد.

منهج الدراسة:-

تم استخدام المنهج التجريبي ذو المجموعة التجريبية الواحدة باستخدام القياس القبلي - البعدي لعينة الدراسة، والشكل رقم (1) يوضح التصميم التجريبي للدراسة:-



شكل رقم (1)

التصميم التجريبي المستخدم في الدراسة

مجالات الدراسة:-

المجال الزمني:-

تم تنفيذ الدراسة في الفترة الزمنية من يوم السبت الموافق 2019/6/22م إلى يوم الخميس الموافق 2019/8/29م، حيث تم تطبيق البرنامج لمدة (8) اسابيع في كل أسبوع ثلاث وحدات تدريبية مقسم إلى (السبت – الثلاثاء – الخميس).

المجال المكاني:-

تم تطبيق الإختبارات القبليّة والبعديّة والتجربة الأساسيّة للدراسة بصالة نادي الكويت.

المجال البشري:-

ناشئ كرة السلة تحت 15 سنة بالكويت، والمسجلين بالاتحاد الكويت لكرة السلة موسم 2019م/2020م، وتم اختيار العينة من ناشئ نادي الكويت لتطبيق الدراسة الأساسيّة وبلغ عددهم (15) ناشئ.

عينة الدراسة:-

فريق كرة السلة بنادي الكويت تحت 15 سنة والمسجلين بالاتحاد الكويت لكرة السلة، وتم اختيارهم بالطريقة العمدية، وبلغ عددها (15) لاعب.

شروط اختيار العينة:-

- أن يكون عمر اللاعب تحت 15 سنة وقت إجراء القياسات البعدية للتجربة الأساسية.
 - أن يكون مسجل بدوري كرة السلة الكويتي لموسم 2019م/2020م.
 - أن يكون اللاعب من غير المنتظمين في تدريبات خارج التجربة.
 - أن يخضع للكشف الطبي للتأكد من خلوه من الأمراض التي قد تؤثر على نتائج قياس متغيرات الدراسة والقدرة على ممارسة النشاط والاستمرار في البرنامج التدريبي.
- توصيف عينة الدراسة الأساسية:-

جدول (1)

التوصيف الإحصائي لعينة الدراسة من ناشئي كرة السلة تحت 15 سنة في القياسات الأساسية

ن = 15

القياسات الأساسية	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
السن	سنة	14.189	0.581	0.218
الوزن	كجم	59.317	4.331	0.547
الطول	سم	168.513	5.416	0.617
العمر التدريبي	سنة	3.154	0.265	0.209

يتضح من جدول (1) أن معاملات الالتواء للمتغيرات الأساسية لعينة الدراسة تقترب من الصفر وتتنحصر ما بين (± 3) مما يدل على اعتدالية القيم وتجانس أفراد عينة الدراسة ووقوعها في المنحني الاعتدالي للقياسات.

وسائل وادوات جمع البيانات واختبارات الدراسة:-

أولاً : وسائل وادوات جمع البيانات:-

(1) أجهزة قياس المتغيرات الأساسية:-

- جهاز معتمد لقياس الطول "رستاميتير" لأقرب سنتيمتر.

- ميزان طبي معتمد لقياس الوزن لأقرب 2/1 كيلو.

(2) الأدوات الخاصة بالبرنامج التدريبي قيد الدراسة:-

- أدوات تدريبية "كرات سلة - صافرة - شواخص - أقماع - صناديق - سيورة".

- أدوات خاصة بالمدرّب "خرائط مرسومة للتدريبات- ساعة توقيت - استمارات متابعة".

- أجهزة تحليل المباريات "جهاز كمبيوتر - فلاشات لتسجيل المباريات - كاميرات

تصوير - برنامج التحكم في سرعة الفيديو (Win analyze).

ثانياً :- متغيرات تقييم العاب القطع :- مرفق (1)

- القطع المفاجئ.
- القطع الأمامي.
- القطع الخلفي.
- القطع بالارتكاز والدروان.
- القطع للاستلام.

ثالثاً:- درجات الفعالية المستخدمة في تقييم العاب القطع:-

تم الاعتماد على تقييم درجة الفعالية من خلال تقييم القطع طبقاً للهدف من القطع "تحرير الزميل المهاجم من الدفاع بعيداً عن تناول الدفاع بحرية على السلة والاختراق"؛ وقد تبين من الملاحظة والإطلاع على الدراسات السابقة أن هناك مستويات للفعالية هي:-

- تحرر كامل للتصويب.
- تحرر جزئي للتصويب.
- تحرر كامل ثم استلام ومهارة.
- تحرر جزئي ثم استلام ومهارة.
- بدون تحرر ثم تصويب.
- بدون تحرر ثم استلام ومهارة.

تم حساب درجة الفعالية الخاصة بأنواع القطع من المعادلة الآتية:-

$$\text{درجة الفعالية} = \frac{\text{مجموع تكرار نوع القطع تحت مستوى الفعالية} \times \text{الدرجة المقابلة للفعالية}}{\text{المجموع الكلي لتكرار نوع القطع}}$$

بعد تحديد مستويات الفعالية تم ترتيب هذه الدرجات تنازلياً قام الباحث بإعطاء درجات للفعالية في تسلسل تنازلي من الأكثر فعالية (ست درجات) حتى الأقل فعالية وهي درجة واحدة والجدول التالي رقم (2) يوضح ذلك:-

جدول (2)

يوضح ترتيب مستويات الفعالية للدرجة المقابلة لها والنسبة المئوية لدرجة الفعالية

م	أنواع الفعالية للقطع	العدد	النسبة
1	تحرر كامل ثم تصويب	6	%100
2	تحرر جزئي ثم تصويب	5	%83

3	تحرر كامل ثم استلام ومهارة	4	67%
4	تحرر جزئي ثم استلام ومهارة	3	50%
5	بدون تحرر ثم تصويب	2	33%
6	بدون تحرر ثم استلام ومهارة	1	17%

تجربة استمارة الملاحظة:-

بعد الانتهاء من اعداد استمارة الملاحظة تم تجريب الاستمارة على مباراة (النصر x الصليبيخات)، ومباراة (العربي x التضامن) من مباريات الدورى الكويتي لكرة السلة تحت 15 سنة، لايجاد معامل الصدق وبلغ (0.98)، ومعامل الثبات عن طريق التطبيق وإعادة التطبيق وبلغ (0.99) والموضوعية وبلغ (0.98) وبذلك تم التوصل إلى الشكل النهائي لاستمارة الملاحظة وتمت الدراسة خلال الفترة من يوم السبت الموافق 2019/6/22م إليوم الاثنين الموافق 2019/7/1م مرفق (1).

الدراسة الأساسية:-

القياسات القبلية:-

تم تحليل الأداءات الخططية الهجومية الجماعية للقطع لفريق الكويت الكويتى تحت 15 سنة لحساب فعالية الأداءات الخططية للقطع، وذلك لمباريات الفريق فى المواسم المنتهى 2018م/2019م وذلك لعدد (10) مباريات، وتم إجراء القياسات القبلية للطول والوزن يوم الاربعاء الموافق 2019/7/3م.

الدراسة الأساسية:-

تم تنفيذ الدراسة الأساسية في الفترة الزمنية من السبت الموافق 2019/7/6م إلي يوم الخميس الموافق 2019/8/29م، حيث تم تطبيق البرنامج لمدة (8) أسابيع تدريبية وبلغ عدد جرات التدريب الأسبوعية (3) وحدات تدريبية مقسمة إلى أيام (السبت – الثلاثاء – الخميس).

تصميم البرنامج التدريبي:-

هدف البرنامج التدريبي:-

تحسين الاداءات الخططية الهجومية للقطع لناشئ كرة السلة تحت 15 سنة بدولة الكويت من خلال تخطيط برنامج تدريبي باستخدام تدريبات المواقف الخططية المستخدمة فى العاب القطع.

أسس تصميم البرنامج:-

- (1) تحديد الهدف العام من البرنامج التدريب "تحسين الأداءات الخطئية للقطع".
 - (2) فحص الدراسات والمراجع التي تناولت تدريب كرة السلة لحصر التدريبات الخطئية للقطع.
 - (3) مراعاة الفروق الفردية بين اللاعبين خلال تطبيق البرنامج التدريبي.
 - (4) التنوع فى استخدام التدريبات الخطئية لنفس نوع الاداء القطع.
 - (5) تم تحديد مدة البرنامج التدريبي خلال (8) اسابيع تدريبيه.
 - (6) تحديد الجرعات التدريبيه خلال الاسبوع التدريبي (3) وحدات تدريبيه اسبوعياً.
 - (7) تحديد زمن الوحدة التدريبيه حيث كان أقل زمن للوحدة (80دقيقة) فى الوحدات التدريبيه ذات الشدة العاليه بينما كانت (115دقيقة) فى الوحدات ذات الشدة المتوسطه.
 - (8) تحديد درجات توزيع الحمل التدريبي خلال الاسابيع التدريبيه وفق لطرق التدريب المستخدمه فى التدريب من حيث التدرج فى رفع شدة الحمل والثبات والنزول بالحمل ثم اعاده رفع درجة الحمل مرة اخرى وقد تم تحديد بداية حمل التدريب بـ 60% ثم التدرج حتى 85% خلال الحمل العالى وقد مر التدريب خلال هذه المستويات بالمراحل "الرفع – الثبات – النزول – الصعود"، وقد تم التحكم فى درجات الحمل من خلال معدلات النبض للاعبين.
 - (9) التدرج فى التدريبات من البسيط إلى المركب فى التوزيع داخل التدريبات خلال مراحل البرنامج التدريبي، كما تم مراعاة أن يكون مستوى الحمل متوسط خلال التدريبات الصعبة والتي تحتاج إلى مستوى عالى من التركيز.
 - (10) تم التنوع خلال تطبيق البرنامج التدريبي فى تطبيق التدريبات فى شكل منفرد ومندمج لتحقيق متطلبات المباراه، وتم وضع التدريبات فى مواقف مشابهه لظروف المباريات.
 - (11) تم حساب فترات الراحة البينيه عن طريق معدلات النبض بعودة النبض إلى 140 ن/ق خلال التدريبات التى تستهدف حمل متوسط، 160ن/ق فى الوحدات التى تستهدف حمل عالى.
 - (12) تم التدرج فى فى مستوى تموجية حمل التدريب حيث كانت (1:1)، (1:2)، (1:3) خلال اداء الوحدات التدريبيه، وكان التركيز خلال الاداء فى الحمل المتوسط على دقة الاداء المهاري، بينما كان التركيز فى درجة الحمل العالى على سرعة الاداء المهاري.
- الاعتبارات التي يجب مراعاتها عند تنفيذ البرنامج:-**
- (1) ضرورة شرح الهدف من الوحدة التدريبيه قبل بداية كل وحدة.

- (2) يجب البدء بالتدريبات البسيطة السهلة حتى يشعر اللاعبون بالثقة.
- (3) شرح التدريبات المستخدمة وقواعدها بأسلوب قصير ومبسط قبل بداية الوحدة التدريبية.
- (4) يجب ان يراعي عوامل الامن والسلامة اثناء تطبيق البرنامج.
- (5) مراعاة اختيار التدريبات المشابهة بحيث تكسب اللاعب الشكل الاحسن للاداء.

طريقة تصميم البرنامج التدريبي:-

- (1) حصر التدريبات الخطئية الهجومية الجماعية للقطع من المراجع المتخصصة فى تدريب كرة السلة.
- (2) تم تصميم التدريبات المقترحة بما يتماشى مع متطلبات المرحلة السنوية وكذلك تم تصميم تدريبات مشابهة لطبيعة الاداءات الخطئية المستخدمة فى المباريات.
- (3) تم توزيع التدريبات على الوحدات التدريبية فى صورة متدرجة.

محتوى الوحدة التدريبية:-

الإحماء:-

بلغ زمن الإحماء للوحدة التدريبية (5) دقائق مع مراعاة أن يتمشى الإحماء مع متطلبات وأهداف الجرعة التدريبية وحالة الجو والحرارة .

الإعداد البدني:-

بلغ زمن الإعداد البدني (15 دقيقة) وأشتمل على حركات وتمارين تتشابه مع مهارات اللعبة والمهارة الأساسية من حيث تركيب الأداء واتجاه العمل العضلي وروعي أن تؤدي هذه التمرينات باشتراك الزميل أو باستخدام الأداة .

الجزء الرئيسي:-

ويتضمن التدريبات الخاصة بتحسين الأداءات الخطئية الهجومية الجماعية للقطع باستخدام تدريبات مماثلة للمواقف المستخدمة فى المباريات وذلك لمدة ترواحت من (55 إلى 90) دقيقة.

الجزء الختامي:-

يهدف هذا الجزء إلى عودة اللاعب إلى حالته الطبيعية واستخدمت تمارين التهدئة والاسترخاء لتحقيق ذلك بزمن قدره (5) دقائق.

القياسات البعدية:-

بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج التدريبي تم تطبيق القياسات البعدية باستخدام استمارة الملاحظة وذلك من خلال متابعة مباريات فرق المرحلة السنوية تحت 15 سنة بعد انتهاء

البرنامج وحتى نهاية الموسم وذلك لعدد (10) مباريات، وتم تسجيل نتائج القياسات لحساب فعالية الأداء خلال المواسم الجديد 2019م/2020م، ثم تم معالجة البيانات إحصائياً لإستخراج النتائج النهائية للدراسة.

المعالجات الإحصائية:-

أجريت المعالجات الإحصائية عن طريق استخدام الحاسب الآلي لتحليل النتائج و ذلك للحصول على (المتوسط الحسابي - الانحراف المعياري - معامل الالتواء (ل) - النسبة المئوية - معامل الارتباط بيرسون (الطريقة المباشرة).

عرض ومناقشة النتائج:-

جدول رقم (3)

التكرار والنسبة المئوية لفعالية متغيرات الأداء الخططي الثنائي باستخدام القطع لعينة الدراسة

ن=10

النسبة المئوية لدرجة الفعالية %	درجة الفعالية		القياس القبلي		القياس القبلي		المتغيرات	مستوى الفعالية	
	قبلي	بعدي	%	ت	%	ت			
65.59	58.9	3.93	3.53	13.44	25	10.17	17	تحرر كامل ثم تصويب	القطع الخارجي
				40.32	75	33.53	56	تحرر كامل ثم استلام ومهارة	
				8.06	15	5.38	9	تحرر جزئي ثم تصويب	
				19.35	36	25.74	43	تحرر جزئي ثم استلام ومهارة	
				2.15	4	1.19	2	بدون تحرر ثم تصويب	
				16.66	31	23.95	40	بدون تحرر ثم استلام ومهارة	
69.24	57.50	4.15	3.45	9.85	7	5.40	2	تحرر كامل ثم تصويب	القطع الأمامي
				22.53	16	27.02	10	تحرر كامل ثم استلام ومهارة	
				16.90	12	13.51	5	تحرر جزئي ثم تصويب	
				33.80	24	32.43	12	تحرر جزئي ثم استلام ومهارة	
				7.04	5	5.40	2	بدون تحرر ثم تصويب	
				9.85	7	16.21	6	بدون تحرر ثم استلام ومهارة	
66.48	62.83	3.98	3.77	15.95	15	14.92	10	تحرر كامل ثم تصويب	القطع الخلفي
				35.10	33	38.80	26	تحرر كامل ثم استلام ومهارة	
				13.82	13	10.44	7	تحرر جزئي ثم تصويب	
				17.02	16	7.46	5	تحرر جزئي ثم استلام ومهارة	
				3.19	3	1.49	1	بدون تحرر ثم تصويب	
				14.89	14	26.86	18	بدون تحرر ثم استلام ومهارة	
51.83	33.33	3.11	2.00	11.90	5	8.00	2	تحرر كامل ثم تصويب	القطع بالارتكاز
				16.66	7	4.00	1	تحرر كامل ثم استلام ومهارة	
				9.52	4	4.00	1	تحرر جزئي ثم تصويب	
				11.90	9	12.00	3	تحرر جزئي ثم استلام ومهارة	
				14.28	6	8.00	2	بدون تحرر ثم تصويب	
				26.19	11	64.00	16	بدون تحرر ثم استلام ومهارة	
57.83	49.66	3.47	2.98	10.30	10	3.89	3	تحرر كامل ثم تصويب	

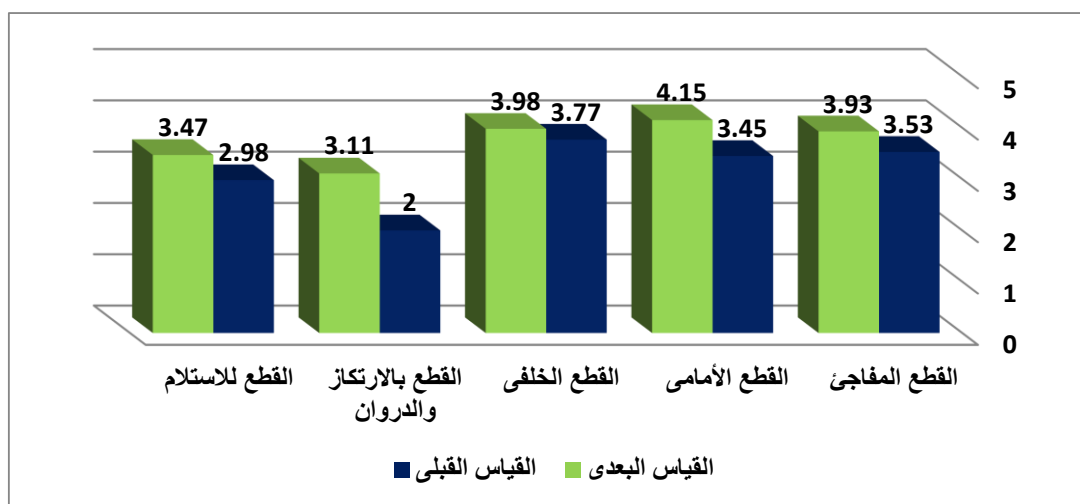
				29.89	29	31.16	24	تحرر كامل ثم استلام ومهارة
				6.18	6	2.59	2	تحرر جزئي ثم تصويب
				23.71	23	19.48	15	تحرر جزئي ثم استلام ومهارة
				10.30	10	7.79	6	بدون تحرر ثم تصويب
				19.58	19	35.06	27	بدون تحرر ثم استلام ومهارة
62.1	52.43	3.72	3.14	%100	490	%100	373	المجموع

جدول (4)

دلالة الفروق بين القياسين الأول والثاني لدرجات الفعالية في الأداء الخططي الثنائي للقطع في
الاداء المباراني بين موسم 2020/2019م

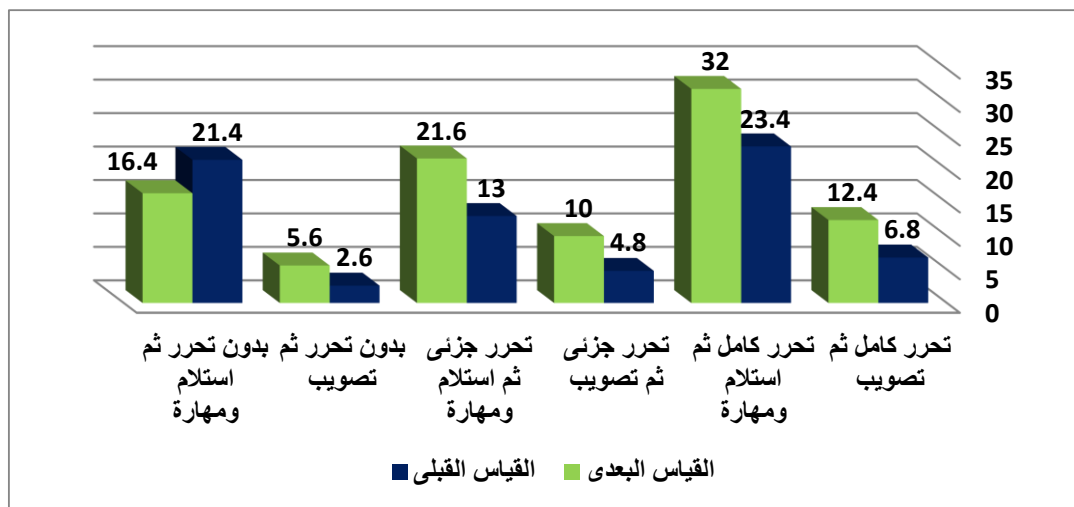
ن=10

المعنوية	قيمة "ت" المحسوبة	نسبة التحسن %	الفرق بين المتوسطين	القياس البعدي 2020		القياس القبلي 2019		الدلالات الاحصائية المتغيرات
				ع±	س-	ع±	س-	
0.00	*5.318	82.35	5.60	3.416	12.400	3.040	6.800	تحرر كامل ثم تصويب
0.00	*4.901	36.75	8.60	4.628	32.00	4.183	23.400	تحرر كامل ثم استلام ومهارة
0.00	*9.673	108.33	5.20	1.294	10.00	0.904	4.800	تحرر جزئي ثم تصويب
0.00	*6.855	66.15	8.60	3.996	21.600	3.682	13.00	تحرر جزئي ثم استلام ومهارة
0.00	*7.094	115.38	3.00	1.035	5.600	0.510	2.600	بدون تحرر ثم تصويب
0.00	*5.286	23.36	-5.00	3.616	16.400	4.218	21.40	بدون تحرر ثم استلام ومهارة



شكل (2)

بوضوح درجات الفعالية للقياس القبلي - البعدي لعينة الدراسة في العاب القطع



شكل (3)

بوضوح المتوسط الحسابي للقياس القبلي - البعدي لمستويات الفعالية الخاصة بالعباب القطع لعينة الدراسة

يتضح من جدول (3) الخاص بتحليل الاداءات الخططية للقطع لمباريات موسم (2019)، وموسم (2020م) أن أعلى درجات الفعالية كانت في العمل الثنائي باستخدام القطع الخلفي في موسم (2019م) حيث بلغت درجة الفعالية (3.77) بنسبة مئوية قدرها (62.83%)، يليه القطع المفاجئ درجة الفعالية (3.53) بنسبة مئوية قدرها (58.90%)، وبمناقشة مستويات الفعالية لعام (2019م) يتضح أن مستوى الفعالية تحرر كامل ثم استلام ومهارة كان أكثر مستويات الفعالية تكررًا في إجمالي المشاهدات بمتوسط (23.4) في المباراة تلاها بدون تحرر ثم استلام ومهارة بمتوسط (21.4) في المباراة، ثم تحرر جزئي ثم استلام ومهارة بمتوسط (13.00) في المباراة وجاء في الترتيب الأخير بدون تحرر ثم تصويب بمتوسط (2.6) في المباراة.

كما يظهر أن أعلى درجات الفعالية في العمل الثنائي باستخدام القطع لموسم (2020م) كان لصالح الطع الأمامي حيث بلغت درجة الفعالية (4.15) بنسبة مئوية قدرها (69.24%)، يليه القطع الخلفي حيث بلغت درجة الفعالية (3.98) بنسبة مئوية قدرها (66.48%). وبمناقشة مستويات الفعالية لعام (2020م) يتضح أن مستوى الفعالية تحرر كامل ثم استلام ومهارة كان أكثر مستويات الفعالية تكررًا في إجمالي المشاهدات بمتوسط (32.00) في المباراة تلاها تحرر جزئي ثم استلام ومهارة بمتوسط (21.6) في المباراة ثم بدون تحرر ثم استلام

ومهارة بمتوسط (16.4) فى المباراة وجاء فى الترتيب الأخير (بدون تحرر ثم تصويب) بمتوسط (5.6) فى المباراة.

كما يتضح من جدول (4) والخاص بدلالة الفروق بين القياسين الأول والثاني لدرجات الفعالية فى الأداء الخططى الثنائى للقطع فى الاداء المبارائى بين موسم 2020/2019م، ظهرت فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلي – البعدي ولصالح القياس البعدي فى جميع درجات الفعالية الخاصة بالأداءات الخططية الهجومية للقطع ولصالح القياس البعدي حيث تراوحت قيمة ت المحسوبة ما بين (4.901 إلى 9.673)، كما تراوحت نسبة التحسن ما بين (23.36% إلى 115.38%) ولصالح القياس البعدي حيث أن انخفاض درجة الفعالية فى "بدون تحرر ثم استلام ومهارية" جاء لتحسن مستوى الاداء الخططى لدرجات الفعالية الأعلى مما يوضح فعالية البرنامج التدريبي قيد الدراسة.

ويرجع الباحث التحسن الذى حدث فى مستوى الأداءات الخططية الخاصة بالقطع لعينة الدراسة لفعالية البرنامج التدريبي الذى خضعت له عينة الدراسة وتنفق نتائج الدراسة مع نتائج دراسة هندرا مشوري **Hendra Mashuri (2017)**، فلاح حاشوش خزعل (2014)، فاطمة نبيل سلطان (2011)، خايمي سامبايو وآخرون **jaime sampaio et al (2009)**، اورتيجا وآخرون **Ortega at al (2006)**، فى أن الفرق التى تمتلك أداء خططى فعال تستطيع تحقيق نتائج أفضل وهو ما حدث حيث أدى تحسن الاداءات الخططية للقطع وزيادة الفعالية على السلة فى التصويب. (6 : 77)، (2 : 95)، (1 : 88)، (7 : 485)، (11 : 10) الإستخلاصات:-

فى ضوء نتائج الدراسة وفى حدود العينة والمعالجات الإحصائية توصل الباحث للإستخلاصات التالية:-

- أظهر البرنامج التدريبي تأثيراً إيجابياً فى تحسن أنواع العاب القطع (القطع المفاجئ – القطع الامامي – القطع الخلفي – القطع بالارتكاز والدوران – القطع للاستلام).
- أظهر البرنامج التدريبي تأثيراً إيجابياً فى تحسين مستويات الفعالية لألعاب القطع المستخدمة (تحرر كامل ثم تصويب - تحرر كامل ثم استلام ومهارة - تحرر جزئى ثم تصويب - تحرر جزئى ثم استلام ومهارة - بدون تحرر ثم تصويب - بدون تحرر ثم استلام ومهارة).
- بلغت نسبة التحسن للبرنامج التدريبي باستخدام ما بين (23.36% إلى 115.38%) لمستويات الفعالية لألعاب القطع قيد الدراسة.

التوصيات:-

- في ضوء الإجراءات التي تم إتباعها ونتائج التحليل الإحصائي والإستخلاصات التي تم التوصل إليها يوصى الباحث بالأتي:-
- استخدام البرنامج المستخدم في الدراسة في تطوير مستوى الاداءات الخططية للقطع في تدريب الناشئين بدولة الكويت.
 - الاهتمام بتقييم أداء الناشئين في ضوء مستويات الفعالية بدلاً من الحجم حيث يتم التركيز خلال مراحل الناشئين على جودة الاداء المهاري والخططي.
 - إجراء مزيد من الدراسات التي تستهدف تطوير الاداء الخططي لناشئ كرة السلة بدولة الكويت.

قائمة المراجع:-

المراجع العربية:-

- (1) فاطمة نبيل سلطان : فاعلية أنواع الحجز لناشئ كرة السلة بدولة الكويت، رسالة ماجستير، غير منشورة، كلية التربية الرياضية بأبوقير، جامعة الاسكندرية، 2011.
- (2) فلاح حاشوش خزل : برنامج تدريبي نوعي لتحسين بعض الأداءات الخطئية للاعبى كرة السلة تحت 16 سنة بدولة الكويت، رسالة دكتوراة، غير منشورة، كلية التربية الرياضية بأبوقير، جامعة الاسكندرية، 2014.
- (3) محمد عبد الرحيم إسماعيل : الهجوم في كرة السلة، منشأة المعارف، الإسكندرية، 1995.
- (4) محمد عبد الرحيم إسماعيل : كرة السلة – تطبيقات عملية، منشأة المعارف، الإسكندرية، 2006.
- (5) محمد عيسى عبد الرازق : تحليل الحجز الهجومي في كرة السلة وعلاقته بالنقاط المسجلة، بحث منشور ، كلية التربية الرياضية جامعة الموصل ، بغداد ، 2001.

المراجع الأجنبية:-

- (6) Hendra Mashuri : THE EFFECTIVENESS OF BASKETBALL SHOOTING TRAINING MODEL ON IMPROVING SHOOTING CAPABILITIES OF BASKETBALL PLAYERS IN PASURUAN REGENCY, All content following this page was uploaded by Hendra Mashuri on 25 October 2017.
- (7) Jaime Sampaio et al : Coaches Perceived Importance of Tactical Items in Basketball Players' Longterm Development, Universitat de les Illes Balears Universitat Autònoma de Barcelona, Revista de Psicologia del Deporte 2009. Vol. 18 - suppl., pp. 481-485 ISSN: 1132-239X
- (8) Jeff Haefner : Cutting Down Turnovers, Improving Defense, and Objectively Analyzing Your Game Results, Unique ideas, solutions, and perspectives for basketball coaches, December 6, 2013.

- (9) Keven A. Prusak : Basketball Fun and Games, Human Kinetics, 2005.
- (10) Nuno MateusID, Bruno Gonc,alvesID, Anthony WeldonID , Jaime SampaioID : Effects of using four baskets during simulated youth basketball games, s. PLoS ONE 14(8): e0221773. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0221773>, 2019.
- (11) Ortega, E, Cárdenas. D. Sainz de Baranda, P & Palao, J.M. : Differences Between Winning and Losing Teams in Youth Basketball Games (14-16 Years Old), International Journal of Applied Sports Sciences 2006, Vol. 18, No. 2, 1-11.
- (12) Sergio J. Ibáñez, Javier García , Sebastian Feu, Alberto Lorenzo, and Jaime Sampaio : Effects of Consecutive Basketball Games on the Game-Related Statistics that Discriminate Winner and Losing Teams, ©Journal of Sports Science and Medicine (2009) 8, 458-462 ,<http://www.jssm.org>