

أثر المقتربات الخطئية في تنمية الاداء المهارى للدفاع الفرقي "رجل لرجل" في كرة السلة  
محمد كمال خليل

## مقدمة البحث:

أن التطور السريع في مجال التربية الرياضية أدى الي تنوع الاساليب والطرق في تعليم وتدريب وتطوير المهارات الحركية المختلفة للألعاب الرياضية، الامر الذي أدى الي اتجاه العديد من المعلمين والمدرسين الي البحث عن تلك الاساليب الحديثة لتحقيق أفضل النتائج الجيدة في تعليم وتطوير المهارات الحركية وإتقان خطط اللعب .

وتعد رياضة كرة السلة أحد الأنشطة الرياضية التي شهدت تطوراً ملحوظ في ارتفاع مستوي الاداء المهارى والبدني والخططي ، وفي المهارات الهجومية والدفاعية مما أدى إلى تغيير طابع اللعب واتسامه بدقة الأداء وسرعته، الأمر الذي جعل العاملين والمعنيين بهذه اللعبة في أن يكونوا علي دراية بالطرق والأساليب التعليمية والتدريبية الحديثة في تعليم وتدريب اللاعبين وإعدادهم بدنياً ومهارياً وخططياً ونفسياً وعقلياً وتهيئة المتطلبات الضرورية كافة للوصول بهؤلاء اللاعبين إلى أفضل المستويات ومن ثم تحقيق الانجازات وإحراز النتائج .

وتعتبر المهارات الدفاعية سواء الفردية او الفريقية الركيزة الاساسية للفريق طوال المباراة ، حيث يري العديد من المدرسين ان الطريق الأوحده للفوز بالمباراة يتحقق من خلال الدفاع اليقظ فالفريق الذي يمتلك دفاعاً متمسكاً يتحكم الي حد كبير في مخرجات المباراة، فلاعب كرة السلة يجب ان يتم اعداده جيداً لأداء المهارات الدفاعية المختلفة سواء الفردية او الفريقية . (٩ : ١٣)

فالمهارات الدفاعية في كرة السلة من المهارات التي تحتاج الي الكثير من التنوعات في عملية التعليم والتدريب وذلك لمجابهة تطور المهارات الهجومية الفردية منها أو الفريقية ولأجل ذلك فقد أحدث العديد من المدرسين والباحثين الكثير من التغيرات علي طرائق التعلم والتدريب نسبياً الي التغير الحاصل في قانون اللعبة للوصول الي تطوير واتقان المهارات الهجومية والدفاعية المختلفة. (١٢ : ٧٩)

ومن هذه التغيرات أتت برامج المقتربات الخطئية والتي أثبتت أنها الاكثر تأثيراً في عملية التعلم وسرعه واتقان أداء المهارات ، فهي تهدف الي الجمع بين تعلم أداء اللعب الخططي وتطوير المهارات الحركية من خلال تطوير القدرة على استخدام المهارات الاساسية وممارستها في حالات مشابهة لحالات اللعب لخلق وتثبيت صورة المباراة وما يحدث فيها من أداء الاساسيات تحت الضغط الدفاعي أو الظروف التي تواجهه المتعلم أثناء المباريات، وأضاف "Throop" (1996) أيضاً إن كل زيادة في تكتيكات اللعب من خلال استيعاب واستخدام المقتربات الخطئية التعليمية يعطي دافعاً قوياً لحل مهمات ومشاكل اللعب بصورة سهلة وبمهارة عالية سوف مما يساعد المعلم في التعرف على الفروق الفردية بين المتعلمين. (١ : ٢٨٩)، (١٩ : ٦٣ : ١٦٩)

يستطيع اسلوب تمارينات المقتربات الخطئية ان يستثمر الوقت المخصص للتعلم بشكل صحيح مما يعطي للمتعلم الفرصة لبناء برنامج حركي متكامل للمهارات أثناء اللعب واستيعاب كيفية استخدامها ضمن البرامج الخطئية وضبط توقيتاتها وأوضاعها، بالإضافة الي اننا سنشاهد تطور أداء العديد منهم أثناء اللعب بشكل أكثر كفاءة من حيث السرعة في اتخاذ القرار واختيار المهارة المناسبة وتحديد موقعه داخل الملعب وحل مشكلات اللعب الخطئية التي قد تظهر أثناء اللعب وتعلمه كيفية اختيار الاستجابة الملائمة لها ، بهذا نكون قد وضعنا المتعلم في موقع مشابه لحالات اللعب ، لان تطوير الاداء الفني والخططي في الوقت نفسه يساعد المتعلم في السيطرة على مجريات اللعب من خلال الربط بين المهارات والتكتيك . (١٧ : ٢٣٩)

شهدت السنوات الأخيرة تطوراً ملحوظاً في المناورات الهجومية حيث تعددت أساليب وأشكال الهجوم مما دعا الي تعدد وتنوع اساليب وأشكال الدفاع وأصبح التأكيد علي الدفاع في كرة السلة سمة واضحة ومهمة للفوز بالمباراة فالعامل الاساسي في الاختلاف ما بين الفرق ذات المستوي العالي والفرق المتواضعة تكمن في القدرة علي لعب الدفاع. (١١:٤٠) ، (٣:٥٠)

ويشير "علي جعفر" (١٩٩١) علي ان اللاعبين يتعلمون المهارات الهجومية قبل المهارات الدفاعية وذلك ما يعمل عليه غالبية المدربين وذلك يعود الي الرغبة في تحقيق أكثر عدد من الاهداف ، ويرى الباحث ان عدم إمام المدربين بأساليب وطرق وخطط الدفاع واعتمادهم في التعليم أو التدريب علي المهارات الهجومية والأساليب البدنية بنسبة عالية جداً أدى إلي انخفاض مستوي أداء الفرق في المهارات الدفاعية. (٤:٨٥)

وقد لاحظ الباحث ان معظم الطرائق التعليمية والاساليب المستخدمة في مجال تعلم المهارات الهجومية او الدفاعية في كرة السلة تعتمد علي مبدأ البدء بتعلم "الاجزاء وصولاً الي الكل" وعدم الربط بين الاداء المهارى والخططي في اثناء عملية التعلم ، اذ تركز معظم الاساليب على الجوانب المهارية والبدنية ومن ثم الخططية ولكن بنسب بسيطة ومتفاوتة من مهارة الي اخرى، هذا بالإضافة الي التركيز علي تعليم المهارات الهجومية مقارنة بالمهارات الدفاعية.

ومن هذا المنطلق كان لابد من التركيز والاهتمام بتطوير مهارات الدفاع في ضوء تطور المهارات وطرق اللعب الهجومية اذ من أهم العوامل الرئيسية في إعداد أي فريق بكرة السلة للمنافسات إعداداً دفاعياً لمجابهة الخطط الهجومية والحد من خطورتها لذا أرثى الباحث الي استخدام أسلوب جديد وهو أسلوب تمارين المنافسة "المقتربات الخططية" لتطوير الاداء المهارى والخططي للمهارات الدفاعية للاعبين المتعلمين وبهذا نكون قد علمنا اللاعب الاداء المهارى والخططي في وقت واحد ومنحاه فرصة للاستمتاع والتشويق بممارسة اللعب الجماعي من خلال التمارين التنافسية التي تتلاءم مع قدراته وقابلياته البدنية والمهارية.

ومن هنا جاءت فكرة هذه الدراسة في محاولة التعرف علي أثر المقتربات الخططية في تطوير الاداء المهارى والخططي لبعض مهارات الدفاع الفرقي في كرة السلة.

#### أهداف البحث :

يهدف البحث إلى:

تنمية وتطوير الاداء المهارى لمهارات الدفاع الفرقي رجل لرجل في كرة السلة من خلال :

١. أعداد تمارين المقتربات الخططية لتنمية وتطوير الاداء المهارى لمهارات الدفاع الفرقي رجل لرجل في كرة السلة .
٢. التعرف علي أثر تمارين المقتربات الخططية في تنمية وتطوير الاداء المهارى لمهارات الدفاع الفرقي رجل لرجل في كرة السلة.

#### فروض البحث:

١. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية في اختبارات الاداء المهارى لمهارات الدفاع الفرقي رجل لرجل في كرة السلة لدى العينة قيد البحث.
٢. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي للمجموعة الضابطة في اختبارات الاداء المهارى لمهارات الدفاع الفرقي رجل لرجل في كرة السلة لدى العينة قيد البحث.
٣. توجد فروق داله إحصائياً بين القياس البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية في اختبارات الاداء المهارى لمهارات الدفاع الفرقي رجل لرجل في كرة السلة لدى العينة قيد البحث.

#### مصطلحات البحث:

#### المقتربات الخططية : Tactical Approach

يعرفه " قاسم لزام صبر، موفق مجيد المولى ( ٢٠٠٤) (٥): وهي حالات في التعليم الخططي تهدف الي الجمع بين تعلم اداء اللعب الخططي وتطوير المهارات من خلال تطوير القدرة على استخدام المهارات الاساسية وممارستها في حالات مشابهة لحالات اللعب.

#### المهارات الدفاعية إجرائياً : Defense Skills

هي المهارات الفردية والجماعية التي يلجأ إليها المدافعون للحد من خطورة مهاجمي الفريق الأخر.

#### الدراسات السابقة:

١- دراسة " صالح جويد هليل ، حكمت عبدالستار علوان " (٢٠١٦) (٢) بعنوان " تأثير تمرينات المقتربات الخططية بالأسلوب التنافسي في تطوير فاعلية الذات ودقة التهديد بكره القدم للناشئين" واستهدفت الدراسة التعرف علي تأثير التمرينات المقتربات الخططية في تطوير فاعلية الذات ودقة التهديد بكره القدم للناشئين واستخدم الباحث المنهج التجريبي ذو المجموعتين (الضابطة والتجريبية) باستخدام القياسيين القبلي والبعدي علي عينه ناشئين من المركز التدريبي التخصصي لمحافظة زي قار لعام ٢٠١٥م ، حيث بلغت عينة البحث (٢٤) بواقع (١٢) ناشئا لكل مجموعته واستغرق تطبيق المنهج لمدة اربعة أسابيع وبواقع ثلاث وحدات تعليمية في الاسبوع واستخدم الباحث استمارة لقياس فاعلية الذات واستمارة لتسجيل الدرجات الخام للاختبار دقة التهديد في كرة القدم لأفراد عينة البحث ، وتوصلت الدراسة إلي إن التمرينات المقتربات الخططية بالاسلوب التنافسي لها تأثير ايجابي في تطوير فاعلية الذات ودقة التهديد بكره القدم للناشئين

٢- دراسة " كمال ياسين لطيف"(٢٠١١) (٦) بعنوان " تأثير تدريب بعض المقتربات الخططية في تطوير بعض القدرات البدنية الخاصة والمهارات الأساسية للاعبين كرة القدم" واستهدفت الدراسة التعرف على تأثير تدريب المقتربات الخططية في تطوير القدرات البدنية الخاصة وبعض المهارات الأساسية للاعبين كرة القدم، واستخدم الباحث المنهج التجريبي ذو المجموعتين (الضابطة والتجريبية) باستخدام القياسيين القبلي والبعدي وبلغ عدد العينة (٢٠) لاعبا من شباب نادي فسطاط لعاين لكل مجموعته ، وقام الباحث بتصميم اختبارات بدنية ومهارية ، وتم تطبيق البرنامج بواقع (٣) وحدات أسبوعيا لمدة (٨) أسابيع وقد بلغ عدد الوحدات (٢٤) وحدة تدريبية وكانت أهم النتائج تأثير تدريبات المقتربات الخططية تأثيراً ايجابياً في تطور القدرات البدنية الخاصة والمهارات الأساسية قيد البحث.

٣- دراسة "مازن عبد الهادي ،ناهده عبد زيد" (٢٠٠٨) (٧) بعنوان " تأثير تمرينات المقتربات الخططية في تطوير مستوى اداء اللعب لبعض مهارات الكرة الطائرة" واستهدفت الدراسة معرفة تأثير اسلوب تمرينات المقتربات الخططية في تطوير مستوى اداء اللعب لبعض مهارات الكرة الطائرة واستخدم الباحث المنهج التجريبي للناشئين واستخدم الباحث المنهج التجريبي ذو المجموعتين (الضابطة والتجريبية) باستخدام القياسيين القبلي والبعدي علي عينه من طلاب المرحلة الرابعة في كلية الرياضية- جامعة بابل للعام الدراسي ٢٠٠٦/٢٠٠٥م والبالغ عددهم (١٢٤) طالباً ، حيث بلغت عينة البحث (٣٠) طالباً بواقع (١٥) طالباً لكل مجموعته واستغرق تطبيق البرنامج (١٢) وحدة تعليمية وبواقع وحدتين اسبوعياً زمن الوحدة التعليمية (٩٠) دقيقة واستخدم الباحث استمارة تقويم الاداء المهارى بالكرة الطائرة واستمارة تقويم مستوى اداء اللعب قيد البحث ، وتوصلت الدراسة بأن أسلوب تمرينات المقتربات الخططية كان أكثر تأثيراً في تطوير مستوى اداء بعض المهارات الاساسية بالكرة الطائرة من الاسلوب التقليدي كما انه اكثر تأثيرا في تطوير المهارات المفتوحة مما يدل على فاعليته وتأثيره .

مما سبق نلاحظ أن معظم الدراسات التي تناولت موضوع البحث على مختلف أنواع الرياضة مثل كرة القدم والكرة الطائرة أكدت على فاعلية واهمية تمرينات المقتربات الخططية في استثمار الوقت المخصص للتعلم بشكل صحيح من خلال استخدام تمرينات خططية مهارية معا" ، مما يعطي للمتعم الفرصة لبناء برنامج حركي متكامل للمهارات أثناء اللعب ، كما توصلت نتائج هذه الدراسات إلى أن استخدام تمرينات المقتربات الخططية في تعليم المهارات يعطي نتائج أفضل، كما يساعد على تطوير قابلية المتعلم لحل مشكلات اللعب الخططية التي قد تظهر في اثناء اللعب وتعلمه كيفية اختيار الاستجابة الملائمة لها .

#### إجراءات البحث :

#### منهج البحث :

في ضوء أهداف وفروض البحث استخدام الباحث المنهج التجريبي وذلك لمناسبته لنوع وطبيعة هذا البحث من خلال التصميم التجريبي ذو القياسي القبلي والبعدي لمجموعتين احدهما تجريبية والأخرى ضابطة .

## مجتمع البحث:

تكون مجتمع البحث من اللاعبين الناشئين بنادي سوهاج الرياضي تحت سن (١٤) سنة والمسجلين في الاتحاد المصري لكرة السلة للعام ٢٠١٧/٢٠١٨م والبالغ عددهم (٤٠) لاعباً.

## عينة البحث:

تم اختيار العينة بالطريقة العمدية وبلغ قوامها (٤٠) لاعباً ، مقسمين كالاتي (١٥) لاعب كعينة تجريبية (١٥) لاعب كعينة ضابطة و (١٠) لاعبين كعينة استطلاعية.

## تجانس أفراد العينة : ملحق (٧)

قام الباحث بأجراء التكافؤ بين مجموعتي البحث (التجريبية - الضابطة) في المتغيرات الأساسية المستخدمة قيد البحث وهي:

١- متغيرات أنثروبومترية وهي (العمر الزمني - الطول - الوزن - العمر التدريبي)

٢- متغيرات مهارية وهي (مهارات الدفاع الفرقي "دفاع رجل لرجل")

٣- متغيرات بدنية .

وقد قام الباحث بإجراء التجانس بين أفراد العينة للتأكد من أنها موزعة توزيعاً اعتدالياً من خلال حساب معامل الالتواء وهذا ما يوضحه جدول (١) في ضوء متغيرات البحث.

يتضح من الجدول رقم (١) أن جميع قيم معامل الالتواء للعينة انحصرت فيما بين  $(\pm 3)$  لمتغيرات السن والطول والوزن والمتغيرات الأساسية للدراسة (معدلات النمو - الاختبارات البدنية - الاختبارات المهارية) وهذا يشير إلي أن التوزيعات تقترب من الاعتدالية في كل المتغيرات.

## تكافؤ أفراد العينة : ملحق (٧)

قام الباحث بأجراء التكافؤ بين مجموعتي البحث (التجريبية - الضابطة) في المتغيرات المستخدمة قيد البحث كما هو موضح بالجدول رقم (٢)

يتضح من الجدول رقم (٢) تكافؤ المجموعتين (التجريبية - الضابطة) في المتغيرات المهارية حيث انضح ان قيم (ت) المحسوبة أقل من قيمه (ت) الجدولية وهذا يدل على عدم وجود فروق داله احصائياً بين المجموعتين في معدلات النمو والاختبارات المهارية والاختبارات البدنية لدي عينة البحث.

## أدوات ومواد الدراسة:

### أولاً : أدوات الدراسة: ملحق (٦)

#### • إعداد اختبارات الأداء المهارى لمهارات الدفاع الفرقي رجل لرجل في كرة السلة:

لإعداد اختبارات الأداء المهارى لمهارات الدفاع الفرقي رجل لرجل (*Man-To-Man*) في كرة السلة ، قام الباحث بمسح وحصر الاختبارات التي تقيس الأداء المهارى لمهارات الدفاع الفرقي رجل لرجل في كرة السلة بناءً علي القراءات النظرية في المراجع العلمية المتخصصة والدراسات السابقة مثل دراسة كل من:- "مصطفى محمد زيدان" (١٩٩٧) (١٣)، "محمد عبد الرحيم" (١٩٩٩) (١١) ، و "John McCarthy" (2000) (٣١)، "محمد عبد الرحيم" (٢٠٠٣) (١٠) "مختار سالم" (٢٠١١) (١٢) "سلوان صالح وأخرون" (٢٠١٤) (١) و"عادل رمضان وأخرون" (٢٠١٧) (٣).

#### الدراسة الاستطلاعية:

قام الباحث بأجراء الدراسة الاستطلاعية علي أفراد العينة الاستطلاعية والبالغ عددهم (١٠) لاعبين ومن خارج العينة الأساسية، وذلك للتعرف علي ما يلي:

- الصعوبات التي قد تواجه الباحث أثناء تطبيق تجربة البحث.
- التأكد من مناسبة شروط الاختبارات لعينة البحث.
- إجراء المعاملات العلمية (الصدق - الثبات) للاختبارات المهارية.

١. المعاملات العلمية للاختبارات المهارية :

قام الباحث بإجراء المعاملات العلمية للاختبارات المهارية (صدق وثبات) وذلك للوقوف علي صدق وثبات محتوى الاختبارات ومدى صلاحيتها.

• **صدق الاختبار: ملحق (٧)**

- قام الباحث بحساب صدق التمايز لإيجاد صدق الاختبارات وذلك بتطبيقها على مجموعتين قوام كل منهما (٥) لاعبين من اللاعبين المميزين في كرة السلة تحت سن ١٤ سنة والمجموعة الثانية (٥) لاعبين تحت سن ١٤ سنة من غير مميزين وجدول (٣) يوضح ذلك

- قيمة (ت) الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) = ٢.٣٠، **يتضح من جدول (٣)** وجود فروق دالة إحصائياً بين المجموعتين المميزة وغير المميزة ولصالح المجموعة المميزة عند مستوى (٠.٠٥) حيث أن قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية مما يدل علي صدق الاختبارات المهارية المستخدمة للقياس في التمييز بين المجموعتين.

• **ثبات الاختبارات المهارية قيد البحث: ملحق (٧)**

- لإيجاد ثبات الاختبارات قام الباحث باستخدام طريقة تطبيق الاختبارات وإعادة تطبيقها على عينة قوامها (١٠) لاعبين من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأصلية بفارق زمني أسبوع واحد وإيجاد معاملات الارتباط بين التطبيق الأول والثاني وجدول (٤) يوضح ذلك.

- قيمة (ر) الجدولية مستوى دلالة (٠.٠٥) = ٠.٥٤٩، **يتضح من جدول (٤)** وجود ارتباط بين التطبيق الأول والثاني في الاختبارات المهارية حيث تراوح معامل الارتباط ما بين (٠.٨٢ - ٠.٩١) مما يدل علي ثبات الاختبارات المهارية قيد البحث.

**ثانياً : مواد الدراسة:**

- **البرنامج التعليمي المقترح باستخدام تمارينات المقتربات الخطئية: مرفق (٣)**

قام الباحث بتصميم برنامج تعليمي باستخدام تمارينات المقتربات الخطئية لتنمية وتطوير مهارات الدفاع الفريقي "رجل لرجل" (*Man-To-Man*) في كرة السلة لدي عينة البحث وفقاً للأسس العلمية التعليمية وذلك بعد الاطلاع على المراجع والدراسات السابقة المرتبطة بمجال رياضه كرة السلة والبرامج الخطئية مثل دراسة "مجيد منتظر" (٢٠٠٦) (٨)، "مازن عبد الهادي ، ناهده الدليمي (٢٠٠٨) (٧)، "مختار سالم" (٢٠١١) (١٣) "سلوان صالح وآخرون" (٢٠١٤) (١) و "نيفين زيدان" (٢٠١٦) (١٥) قد تضمنت تلك المراجع والدراسات إعداد وتصميم برامج تعليمية وكذلك تضمنت حيثيات التدريب والتعليم باستخدام الاسلوب التنافسي مما ساعد الباحث في تكوين البرنامج التعليمي المقترح باستخدام المقتربات الخطئية.

**هدف البرنامج التعليمي:-**

- **الهدف العام من البرنامج التعليمي :-**

يهدف البرنامج المقترح إلى تنمية وتطوير مهارات الدفاع الفريقي "رجل لرجل" في كرة السلة من خلال استخدام برامج المقتربات الخطئية لدى أفراد عينة البحث.

▪ **أسس البرنامج التعليمي :-**

أعتمد الباحث عند وضع برنامج تمارينات المقتربات الخطئية على الأسس التالية:-

- ١- مراعاة الهدف من برنامج المقتربات الخطئية.
- ٢- اعداد التدريبات المهارية المرتبطة بمهارات الدفاع الفريقي رجل لرجل (*Man-To-Man*) باستخدام المقتربات الخطئية.
- ٣- تصميم الاستمارات والاختبارات المهارية.
- ٤- استخدام مبدأ عرض المهارة والهدف منها.
- ٥- تنوع صعوبة التمارينات حسب مستوى اداء كل لاعب.
- ٦- تعديل بعض القواعد الخاصة باللعب من خلال زيادة الصعوبة أو استخدام الملعب الصغير.
- ٧- مرونة التنفيذ والتطبيق بما يتناسب مع عينة البحث.

٨- توافر عنصر التشويق والجدية للتدريبات المقترحة.

٩- مراعاة تشابه شكل أداء التدريبات المقترحة مع طبيعة الأداء المهاري التخصصي للاعبين.

استعان الباحث بالدراسات والبحوث السابقة التي تناولت البرامج في رياضة كرة السلة بصفه عامه والبرامج الخططية بصفه خاصة وكذلك استعان الباحث بأراء الخبراء والمتخصصين في مجال(التعليم - التدريب) في كرة السلة من سبق لهم استخدام البرامج الخططية في تصميم برامج التعليم وذلك في وضع البرنامج المقترح لتحقيق هدف البحث .

#### ■ الإطار الزمني المقترح لتنفيذ البرنامج:- ملحق (٧)

-بلغ الزمن الكلي للبرنامج التعليمي المقترح: (٢٦) ساعة.

- زمن الدرس التعليمي الكلي مشتمل الإحماء والختام = ٢ ساعة

- عدد الدروس التعليمية التدريبية في الأسبوع = ٢ درس.

#### - تقويم البرنامج :- مرفق(٤)

قام الباحث بعرض البرنامج التعليمي التدريبي المقترح على عدد (٥) في مجال المناهج وطرق التدريس ورياضة كرة السلة وذلك للتعرف على مدى مناسبة البرنامج المقترح للهدف العام من البحث.

#### الدراسات الاستطلاعية:-

بعد إجراء التعديلات التي أشار إليها السادة المحكمين قام الباحث بتطبيق البرنامج علي عينة قوامها (١٠) لاعبين كعينة استطلاعية من مجتمع البحث، وأستهدف البحث ما يلي:

- اختيار المساعدين وتدريبهم على إجراء الاختبارات.

- تحديد زمن وإجراءات الاختبارات وكيفية تسلسلها.

- معرفة الطرق الصحيحة التي تستخدم لأجراء القياسات بطريقة سليمة.

- ترتيب الاختبارات المختارة وذلك لتحقيق النتائج المرجوة وتوفير الوقت والجهد.

#### إجراءات تنفيذ البحث :

##### - القياس القبلي:

تم تنفيذ القياس القبلي على عينة البحث وذلك في الفترة من يوم السبت الموافق ٢٠١٧/١١/٤م إلى يوم الاربعاء الموافق ٢٠١٧/١١/٨م.

##### - التجربة الأساسية:

بعد تحديد عينة البحث ومتغيراته والتحقق من المعاملات العلمية للاختبارات تم تنفيذ وتطبيق البرنامج باستخدام ترمينات المقتربات الخططية على عينة البحث بواقع (٢) درس تعليمي أسبوعياً وزمن الدرس(٢) ساعة ، وذلك في الفترة من ٢٠١٧/١١/١٨م إلى ٢٠١٨/١/٢م وقد استغرق التطبيق مدة ستة أسابيع.

##### - القياس البعدي :

تم إجراء القياس البعدي في الاختبارات المهارية لمهارات الدفاع الفريقي رجل لرجل في كرة السلة ، وذلك في الفترة من ١/٦ / ٢٠١٨م إلى ٩/١ / ٢٠١٨م.

##### - المعالجات الإحصائية المستخدمة:

- المتوسط الحسابي
- الانحراف المعياري
- الدرجة المقدره
- اختبار (ت)
- معامل الارتباط
- معامل الالتواء

## عرض النتائج :-

في ضوء فروض البحث سوف يستعرض الباحث النتائج التي تم التوصل إليها كالتالي:

١. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية في اختبارات الاداء المهاري لمهارات الدفاع الفريقي رجل لرجل في كرة السلة لدى العينة قيد البحث.

## جدول (٦)

دلالة الفروق بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في اختبارات الاداء المهاري لمهارات الدفاع الفريقي رجل لرجل في كرة السلة قيد البحث (ن = ١٥)

المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		فرق المتوسطين	نسبة التحسن %	قيمة (ت)
		ع±	س	ع±	س			
مهارات دفاع رجل لرجل	درجة	١,٢٠	٠,٥٦	٢,٥٣	٠,٥١	١,٣٣	١١٠,٨٣%	١٠,٥٨
دفاع رجل لرجل عن قرب (ضاغط)	درجة	٠,٨٧	٠,٥٢	٢,٤٧	٠,٥٢	١,٦	١٨٣,٩١%	١٢,٢٢
دفاع رجل لرجل عن بعد	درجة	١,٠٧	٠,٥٩	٢,٦٧	٠,٤٩	١,٦	٩٠,٦٥%	١٢,٢٢
دفاع رجل لرجل بالسقوط والاقتراب	درجة	١,٠٠	٠,٦٥	٢,٥٣	٠,٥٢	١,٥٣	١٥٣%	١١,٥٠
دفاع رجل لرجل مع الدوران والضغط بلاعبين	درجة	٠,٩٣	٠,٥٩	٢,٤٧	٠,٥٢	١,٥٣	١٦٥,٥٩%	١١,٥٠
دفاع رجل لرجل في كل الملعب	درجة	٠,٨٠	٠,٦٨	٢,٦٠	٠,٥١	١,٨	٢٢٥%	١٢,٤٤
دفاع رجل لرجل من منتصف الملعب	درجة	٠,٨٠	٠,٥٦	٢,٦٠	٠,٥١	١,٨	٢٢٥%	٩,٠٠
دفاع رجل لرجل من الثلث الاخير للملعب	درجة	٠,٨٧	٠,٦٤	٢,٥٣	٠,٥٢	١,٦٦	١٩٠,٨٠%	١٣,٢٢

قيمة (ت) الجدولية عند مستوي دلالة (٠.٠٥) = ٢.١٥

يتضح من جدول (٥) وجود فروق داله احصائياً عند مستوى معنوي ٠.٠٥ بين القياسات القبليه والبعديه للمجموعة التجريبية في مستوى الاداء في المتغيرات المهاريه وهذه الفروق لصالح القياسات البعديه.

ويرجع الباحث هذا التقدم في القياس البعدي عن القياس القبلي بالنسبة للمجموعة التجريبية إلى تطبيق البرنامج التعليمي باستخدام تدريبات المقتربات الخطية والذي أعطى اللاعبين القدرة على تنمية وتطوير مهارات الدفاعي الفريقي رجل لرجل وممارستها في حالات مشابهة لحالات اللعب وتثبيت صورة المباراة وما يحدث فيها من استخدام مهارات دفاع رجل لرجل متنوعه نتيجة لظروف التي تواجه اللاعبين، وهذا ما أكده كل من "سلوان صالح وأخرون" (٢٠١٤) (١)، و"Jill prudden" (٢٠٠٦) (١٨) علي أن اسلوب تمرينات المقتربات الخطية يستطيع أن يستثمر الوقت المخصص للتعلم بشكل صحيح من خلال استخدام تمرينات خطية مهارية معا ، مما يعطي للمتعلم الفرصة لبناء برنامج حركي متكامل للمهارات أثناء اللعب فهي تشكل أساساً هاماً للارتقاء بمستوي الفرد الرياضي فهي تعمل علي تعليم وتثبيت وإتقان المهارات تحت نظام المنافسة

ويتفق ذلك مع نتائج دراسة كل من " مجيد منتظر " (٢٠٠٦) (٨)، " كمال لطيف" (٢٠١١) (٦)، " صالح جويد، حكمت علوان" (٢٠١٦) (٢) "علي إن برامج المقتربات الخطية تسهم في تنمية وتطوير مستوى الأداء وتعليم وتثبيت وإتقان المهارات الحركية في الأنشطة الرياضية الفردية والجماعية، ويزيد من سيطرت اللاعب وتحكمه ويعطيه القابلية لاكتشاف التكنيك الجديد تحت الضغط التنافسي في المباريات.

٢. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي للمجموعة الضابطة في اختبارات الاداء المهاري لمهارات الدفاع الفريقي رجل لرجل في كرة السلة لدى العينة قيد البحث.

جدول (٧)

دلالة الفروق بين متوسطي القياسين القبلي والبعدى للمجموعة الضابطة في اختبارات الاداء المهاري

(ن = ١٥)

لبعض مهارات الدفاع الفريقي رجل لرجل في كرة السلة قيد البحث

قيمة (ت)	نسبة التحسن %	فرق المتوسطين	القياس البعدي		القياس القبلي		وحدة القياس	المتغيرات
			ع±	س	ع±	س		
٣,٥٠	%٤١,٥٩	٠,٤٧	٠,٥١	١,٦٠	٠,٦٤	١,١٣	درجة	دفاع رجل لرجل عادي
٢,٨١	%٦٤,٥٢	٠,٦٠	٠,٥٢	١,٥٣	٠,٧٠	٠,٩٣	درجة	دفاع رجل لرجل عن قرب (ضاغط)
٤,١٨	%٧٥,٨٦	٠,٦٦	٠,٥٢	١,٥٣	٠,٧٤	٠,٨٧	درجة	دفاع رجل لرجل عن بعد
٣,٢٣	%٤٩,٥٣	٠,٥٣	٠,٥١	١,٦٠	٠,٥٩	١,٠٧	درجة	دفاع رجل لرجل بالسقوط والاقتراب
٢,٧٨	%٤٩,٥٣	٠,٥٣	٠,٥١	١,٦٠	٠,٤٦	١,٠٧	درجة	دفاع رجل لرجل مع الدوران والضغط بلاعبين
٣,٢١	%٦٩,٨١	٠,٧٤	٠,٤١	١,٨٠	٠,٧٠	١,٠٦	درجة	دفاع رجل لرجل في كل الملعب
٢,٨٢	%٤٣,٣٩	٠,٤٦	٠,٥٢	١,٥٣	٠,٥٩	١,٠٧	درجة	دفاع رجل لرجل من منتصف الملعب
٢,٨١	%٦٠	٠,٦٠	٠,٥٠	١,٦٠	٠,٦٥	١,٠٠	درجة	دفاع رجل لرجل من الثلث الاخير للملعب

قيمة (ت) الجدولية عند مستوي دلالة (٠.٠٥) = ٢.١٥

يتضح من جدول (٦) وجود فروق داله احصائياً عند مستوى معنوي ٠.٠٥ بين القياسات القبليه والبعدية للمجموعة الضابطة في مستوى الاداء في

المتغيرات المهاريه وهذه الفروق لصالح القياسات البعدية.

ويرجع الباحث هذا التحسن البسيط في القياس البعدي عن القياس القبلي بالنسبة للمجموعة الضابطة إلى ان التعلم المتبع (التقليدي) والتكرار أدى ذلك الي تحسن مستوي اللاعبين لبعض مهارات الدفاع الفريقي رجل لرجل ، وبالمقارنة بنسبة التغيير في برامج المقتربات الخطئية الذي طبق علي العينة التجريبية نجد الفرق لصالح المقتربات الخطئية مما يدل علي تفوق المجموعة التجريبية.

٣. توجد فروق داله إحصائياً بين القياس البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية في اختبارات الاداء المهاري لمهارات الدفاع الفريقي في كرة السلة لدى العينة قيد البحث.

جدول (٨) دلالة الفروق بين القياسيين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة في اختبارات الاداء المهاري

(ن / ١٥ = ١٥)

لمهارات الدفاع الفريقي رجل لرجل في كرة السلة قيد البحث

قيمة (ت)	نسبة التحسن %	فرق المتوسطين	القياس البعدي		القياس البعدي		وحدة القياس	المتغيرات
			ع±	س	ع±	س		
٤,٥٣	%٣٦,٧٦	٠,٩٣	٠,٥١	١,٦٠	٠,٥١	٢,٥٣	درجة	دفاع رجل لرجل عادي
٦,٠٩	%٣٨,٠٥	٠,٩٤	٠,٥٢	١,٥٣	٠,٥٢	٢,٤٧	درجة	دفاع رجل لرجل عن قرب (ضاغط)
٥,٩١	%٤٢,٧٠	١,١٤	٠,٥٢	١,٥٣	٠,٤٩	٢,٦٧	درجة	دفاع رجل لرجل عن بعد
٥,١٤	%٣٦,٧٦	٠,٩٣	٠,٥١	١,٦٠	٠,٥٢	٢,٥٣	درجة	دفاع رجل لرجل بالسقوط والاقتراب
٤,٠٣	%٣٥,٢٢	٠,٨٧	٠,٥١	١,٦٠	٠,٥٢	٢,٤٧	درجة	دفاع رجل لرجل مع الدوران والضغط بلاعبين
٧,٤٨	%٣٠,٧٧	٠,٨٠	٠,٤١	١,٨٠	٠,٥١	٢,٦٠	درجة	دفاع رجل لرجل في كل الملعب
٥,٧٨	%٤١,١٥	١,٠٧	٠,٥٢	١,٥٣	٠,٥١	٢,٦٠	درجة	دفاع رجل لرجل من منتصف الملعب
٥,١٤	%٣٦,٧٦	٠,٩٣	٠,٥٠	١,٦٠	٠,٥٢	٢,٥٣	درجة	دفاع رجل لرجل من الثلث الاخير للملعب

٤. قيمة (ت) الجدولية عند مستوي دلالة (٠.٠٥) = ٢.٠٥



يتضح من جدول (٧) وجود فروق داله احصائياً عند مستوى معنوي ٠.٠٥ بين القياسين البعديين لكلا المجموعتين التجريبية والضابطة في مستوى الاداء في المتغيرات مهاريه وهذه الفروق لصالح القياسات البعدية للمجموعة التجريبية.

يرجع الباحث هذا التقدم في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية عن الضابطة في مستوى الاداء المهارى لمهارات الدفاع الفريقي "رجل لرجل" في كرة السلة قيد البحث الي طبيعية تمرينات المقتربات الخططية التي أعدها الباحث وتطبيقها بالأسلوب التنافسي أثناء تعلم مهارات الدفاع ، اذ يذكر "مفتي ابراهيم" (١٩٩٤) أنه كلما اقتربت ظروف التمارين المستخدمة لتعلم مهارة من ظروف المنافسة (المباريات) كان التمرين أكثر فائدة للاعبين ويحقق أهداف الوصول لمستوي أداء المباراة ، وهذا ما أكدته كلاً من "Throp,Bunker" (١٩٩٦) ، "Linda" (١٩٩٧) ، "علي ان اسلوب تمرينات المقتربات الخططية تزيد من خبرة المتعلمين واثارة ميولهم أثناء اللعب قبل التمرين على مهارات معينة وهذه الفكرة تطور مشهد اللعب بأكمله لدى المتعلم لحل المهمات أو الواجبات الخططية وذلك للاقترب من اتقان مستوى أداء المهارات، ويتفق ذلك مع نتائج دراسة كل من "مازن عبد الهادي، ناهده الدليمي" (٢٠٠٨)(٧)، "هشام حمدون" (٢٠٠٨)(١٦) و "كمال ياسين" (٢٠١١)(٦) علي ان التعليم والتدريب على المهارات الحركية المركبة في ظروف ومواقف مشابهة للأداء الفعلي للمباريات (تدريبات موفقيه) يؤدي إلى اختصار الزمن الكلي للأداء المهارى الذي يستلزم السرعة وكذا الدقة لتحقيق الغرض المطلوب إنجاز ، بالإضافة الى اننا سنشاهد تطور أداء الفريق أثناء اللعب بشكل أكثر كفاءة من حيث السرعة في اتخاذ القرار واختيار المهارة المناسبة وحل مشكلات اللعب الخططية التي قد تظهر في أثناء اللعب وتعلمهم كيفية اختيار الاستجابة الملائمة للموقف .

ويرى الباحث أن استخدام تمرينات المقتربات الخططية تعطي أفضلية في تعلم المهارات بشكل تنافسي وتصورها بشكل دقيق، فهي تحدد العلاقة بين مفهوم العمل وكيفية أدائه وبين اختيار الاستجابة المناسبة وكيفية تنفيذها وهذا سوف يساعد المتعلم في السيطرة والتحكم بمجريات اللعب بصوره افضل واتخاذ القرار المناسب اثناء المباريات.

#### الاستنتاجات والتوصيات:-

##### - الاستنتاجات:

في ضوء أهداف البحث، وفي حدود عينه البحث، ومن واقع البيانات والنتائج التي توصل إليها الباحث ومن خلال نتائج المعالجات الإحصائية للبيانات تم استنتاج الاتي:

- البرنامج التعليمي باستخدام تمرينات المقتربات الخططية قد أثر إيجابياً على تنميه مهارات الدفاع الفريقي قيد البحث (دفاع رجل لرجل) في كرة السلة.
- البرنامج التعليمي باستخدام تمرينات المقتربات الخططية أدى إلى تفوق المجموعة التجريبية عن الضابطة في مهارات الدفاع الفريقي (رجل لرجل) في كرة السلة ، ويرجع الباحث هذا التحسن إلى برنامج المقتربات الخططية والاستمرار في التعلم بالأسلوب التنافسي المنتظم لعينه البحث .

##### - التوصيات:

في ضوء استنتاجات البحث واستناداً إلى البيانات والنتائج التي توصل إليها الباحث يوصى بالاتي:

١. الاهتمام باستخدام تمرينات المقتربات الخططية لما لها من أثر فعال في تطوير مستوى الأداء للاعبين كرة السلة.
٢. معرفة تأثير تدريبات المقتربات الخططية الهجومية على متغيرات أخرى مثل الأداء البدني، الجانب الفسيولوجي.
٣. ضرورة الاهتمام بتفعيل دور برامج المقتربات الخططية في المجال الرياضي بصفة عامة وفي رياضة كرة السلة خاصة.
٤. توجيه نتائج البحث التدريبات المستخدمة وخطوات تنفيذها إلى القائمين بالتدريس علي جميع الألعاب المختلفة لإمكانية الاستفادة من هذه النتائج.

## أولاً - المراجع العربية :

١. سلوان صالح جاسم واخرون. ٢٠١٤. اساسيات لعبة كرة السلة .الذاكرة للنشر والتوزيع .بغداد
٢. صالح جويد هليل ، حكمت عبدالستار علوان. ٢٠١٦. "تأثير تمارينات المقتربات الخططية بالأسلوب التنافسي في تطوير فاعلية الذات ودقة التهديف بكرة القدم للناشئين". مجلة القادسية لعلوم التربية الرياضية . كلية التربية الرياضية .جامعه زي قار . المجلد (١٦) العدد (٢) ج٠ ١
٣. عادل رمضان بخيت واخرون ٢٠١٧. كرة السلة النظرية والتطبيق . مركز الكتاب الحديث . القاهرة.
٤. علي جعفر سماكه . مترجم . ١٩٩١. كرة السلة : اساسيات للتفوق . تأليف نيل ليسانس ، ديك موتا . بغداد
٥. قاسم لزام صبر ، موفق مجيد المولى. ٢٠٠٤. التكتيك بين النظرية والتطبيق . مطابع التعليم العالي . بغداد.
٦. كمال ياسين لطيف ٢٠١١. "تأثير تدريب بعض المقتربات الخططية في تطوير بعض القدرات البدنية الخاصة والمهارات الأساسية للاعب كرة القدم " . مجلة علوم التربية الرياضية . كلية التربية الرياضية . جامعه ميسان . العدد (٤) . المجلد (٤).
٧. مازن عبد الهادي احمد ،ناهده عبد زيد الدليمي. ٢٠٠٨. "تأثير تمارينات المقتربات الخططية في تطوير مستوي اداء اللعب لبعض مهارات الكرة الطائرة". مجلة جامعه بابل للعلوم الانسانية . كلية التربية الرياضية جامعه بابل .مجلد (١٥).
٨. مجيد منتظر. ٢٠٠٦. "تأثير استخدام تمارينات المقتربات الخططية في التعليم والاحتفاظ لبعض مهارات التنس- وتطوير أداء اللعب". أطروحة دكتوراه .جامعو بغداد .كلية التربية الرياضية.
٩. محمد عبد الرحيم اسماعيل . ١٩٩٩. الدفاع في كرة السلة . مطبعة الانتصار . القاهرة.
١٠. محمد عبد الرحيم اسماعيل. ٢٠٠٣. الاساسيات المهارية والخططية الهجومية في كرة السلة . ط ٢. منشأه المعارف . القاهرة.
١١. محمد محمود عبد الدايم . ١٩٩٩. الحديث في كرة السلة . دار الفكر العربي . القاهرة.
١٢. مختار سالم. ٢٠١١. كرة السلة . المكتبة المصرية . القاهرة.
١٣. مصطفى محمد زيدان . ١٩٩٧. موسوعه تدريب كرة السلة . دار الفكر العربي . القاهرة.
١٤. مفتي ابراهيم حماد . ١٩٩٤. الجديد في الاعداد المهارى والخططي للاعب كرة القدم . دار الفكر العربي . القاهرة.
١٥. نيفين ممدوح محمد زيدان. ٢٠١٦. نظريات وتطبيقات في التدريب الرياضي كرة السلة . دار الكتاب الحديث . القاهرة.
١٦. هشام محمد أحمد حمدون. ٢٠٠٨. "تأثير التدريب باستخدام أكثر من كرة على بعض الأداءات المهارية المركبة لناشئي كرة القدم". رساله دكتوراه غير منشورة . كلية التربية الرياضية . جامعه الإسكندرية.

17. **Linda J. griffin and other.**1997." Teaching sport cone Pts and skill ,A tactical games" Apr. ouch.il Human KENTICS, U.S.A,1997 op.cit.p.239
18. **Jill Prudden.**2006. coaching basket ball successfully . human kinetics .USA
19. **Throop, Bunker and Almand.**1996."Achange in focus for teaching of games, sport pedagogy, pp. 163-169
20. **John p.Mccarthy.**(2000) Youth Basketball. The Guide For Coaches of parents. P8

## ملخص البحث:

## الملخص باللغة العربية :

أدى الي تنوع الاساليب والطرق في تعليم وتدريب وتطوير المهارات الحركية المختلفة للألعاب الرياضية، الامر الرياضي التربية مجال في السريع التطور أن الحركية تعليم وتطوير المهارات الجيدة في النتائج أفضل المعلمين والمدربين الي البحث عن تلك الاساليب الحديثة لتحقيق العديد من اتجاه الذي أدى الي خطط اللعب وإتقان

## وقد اسفرت الدراسة على النتائج التالية :

- البرنامج التعليمي باستخدام تمارينات المقتربات الخططية قد أثر إيجابياً على تنمية مهارات الدفاع الفريقي قيد البحث (دفاع رجل لرجل) في كرة السلة.
- البرنامج التعليمي باستخدام تمارينات المقتربات الخططية أدى إلى تفوق المجموعة التجريبية عن الضابطة في مهارات الدفاع الفريقي (رجل لرجل) في كرة السلة ، ويرجع الباحث هذا التحسن إلى برنامج المقتربات الخططية والاستمرار في التعلم بالأسلوب التنافسي المنتظم لعينه البحث .

## وقد اوصى الباحث :

١. الاهتمام باستخدام تمارينات المقتربات الخططية لما لها من أثر فعال في تطوير مستوى الأداء للاعبين كرة السلة.
٢. معرفة تأثير تدريبات المقتربات الخططية الهجومية على متغيرات أخرى مثل الأداء البدني، الجانب الفسيولوجي.
٣. ضرورة الاهتمام بتفعيل دور برامج المقتربات الخططية في المجال الرياضي بصفة عامة وفي رياضة كرة السلة خاصة.
٤. توجيه نتائج البحث التدريبات المستخدمة وخطوات تنفيذها إلى القائمين بالتدريس علي جميع الألعاب المختلفة لإمكانية الاستفادة من هذه النتائج.

## الملخص باللغة الانجليزية :

That the rapid development in the field of physical education led to a variety of methods and methods in the education and training and development of various motor skills of sports, which led to the trend of many teachers and trainers to search for those modern methods to achieve the best results in the education and development of motor skills and master play plans

**The study resulted in the following results :**

The instructional program using cross-training exercises has had a positive impact on the development of the defense skills of the men under consideration (man-to-man defense) in basketball

The instructional program using the cross-training exercises led to the superiority of the experimental group from the control in the male defense skills (man to man) in basketball, and the researcher attributed this improvement to the program of the approach and the continuity of learning in a systematic competitive method of research

**The researcher recommended :**

Pay attention to the use of cross-training exercises because they have an effective effect in developing the level of performance of basketball players

To know the effect of the exercises on the attack on the other variables such as physical performance, physiological side

The need to pay attention to activating the role of the programs in the field of sports in general and in the sport of basketball in particular

Direct the results of the research exercises used and steps to implement the teaching staff on all different games to be able to benefit from these results