

## تأثير تمارين خطية في تطوير التفكير الايجابي وبعض المهارات الهجومية المركبة بكرة السلة لفئة الشباب

أ.م.د لقاء عبد الله علي

جامعة بغداد كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات

[Dr.lekaaabdulla@yahoo.com](mailto:Dr.lekaaabdulla@yahoo.com)

الكلمات المفتاحية: تمارين خطية، التفكير الإيجابي، الكرة السلة

### ملخص البحث

حظيت لعبة كرة السلة بمكانة كبيرة بين الألعاب الرياضية في العالم بل أنها في بعض دول العالم احتلت المرتبة الأولى لذلك كان لا بد من ايجاد السبل الكفيلة لانجاح اللعبة، ومن اهداف البحث كانت اعداد مجموعة من التمارين الخطية وتعرف تأثير تلك التمارين في مستوى التفكير الايجابي وبعض المهارات الهجومية المركبة بكرة السلة للاعبين، ومن فروض البحث ان هناك فروقاً معنوية ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبليّة والبعدية في التفكير الايجابي لكلا المجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح الاختبارات البعدية، وقد تطرق الباب الثالث الى اجراءات البحث الميدانية المستخدمة اما الباب الرابع فكان عرضاً وتحليلاً ومناقشة النتائج الخاصة باختبارات البحث وفي الباب الخامس توصلت الباحثة الى مجموعة من الاستنتاجات منها وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدى ولصالح البعدى اما اهم التوصيات فكانت التأكيد على استخدام الأسس العلمية عند وضع التمارين الخطية من حيث تسلسلها ومقدار الحمل المعطى خلال الوحدة التدريبية مع التأكيد على مدة الراحة البيئية، ضرورة الاهتمام بالجانب النفسي لما له تأثير واضح على اتقان المهارات خاصة والمهارات المركبة وتطويرها.

***The impact of major tactical exercises in the development of positive thinking and some offensive skills composite basketball for youth***

***Baghdad University College of Physical Education and Sports  
Science for Girls***

***Asst Prof .Iekaa Abdullah Ali***

***Key word : Basketball major tactical exercises positive thinking***

***Research Summary- :*** Received the game of basketball great prestige among the sports in the world, but it is in some of the world ranked first so it was necessary to find ways to ensure the success of the game, and the goals of research was the preparation of a set of exercises tactically and get to know the impact of those exercises in the level of positive thinking and some skills offensive composite basketball players, and hypotheses were that there are significant differences were statistically significant differences between tribal tests and a posteriori in positive thinking for both experimental and control and in favor of the post tests of the two groups, has touched Part III to research procedures field used either Section IV was the view and analyze and discuss results tests Search In Part V reached researcher to a set of conclusions, including the presence of statistically significant differences between the results of pre and post tests significant differences in favor of the post The most important recommendations was the emphasis on the use of scientific bases when developing exercises tactically in terms of sequencing and the overhead given during the training module with emphasis the intra-rest period, the need for attention to the psychological side have a clear impact on perfecting and developing special skills composite skills.

## **1- المقدمة:**

حظيت لعبة كرة السلة بمكانة كبيرة بين الألعاب الرياضية في العالم بل أنها في بعض دول العالم احتلت المرتبة الأولى بين ألعابها وأخذت هذه الدول تبذل مجهودا كبيرا في سبيل الحصول على مراكز متقدمة في البطولات الدولية والدورات الأولمبية، أن ذلك لم يأت بشكل عفوي وإنما استند على البحث والدراسة والنقد والتحليل لسنوات طويلة سعيا للوصول لحل المشكلات التي تواجه تقدم اللعبة .

وكرة السلة تعد من الألعاب التي تتميز بالسرعة والقوة ويتسم جمالها بطابعها الهجومي السريع الذي يتطلب مستوى عاليا من اللياقة البدنية وإتقان الأداء المهاري والخططي، وأن احد مقاييس الانجاز العالي لكرة السلة هو تسجيل أكبر عدد ممكن من النقاط على الفريق الخصم لذلك سعت الدول المتقدمة في مجال اللعبة إلى تطوير أساليبها الهجومية بمختلف أنواعها .

ويتميز الأعداد الخططي للاعب كرة السلة كونه ذا فاعلية مؤكدة في احراز التقدم والنجاح للفرق التي تتدرب على اساس التمرينات الخططية بغية الوصول الى الفوز بالتمارين التي تبني على وفق الاسلوب الخططي تكون دائما ذات فعالية عالية ومؤثرة كونها تقترب من واقع اللعبة والاحداث ومجريات اللعب ،ومن ناحية اخرى نجد ان للاندماج الحاصل في مختلف العلوم الرياضية له تأثير واضح على انجاح العملية التدريبية وأن التفكير الإيجابي من المواضيع المهمة في مجال علم النفس ، وفي مجال الرياضة نظراً لما تتطلبه الألعاب الرياضية من العمليات العقلية ( كالإنتباه ، والتركيز ، والإدراك ) فله دور مهم في حياة الفرد بصورة عامة واللاعبين بصورة خاصة ، إذ إن اللاعب عندما يفكر بإيجابية فإنه يبرمج عقله على التفكير الإيجابي الذي يساعده على إيجاد الحلول ، ويكون مصدراً للقوة له ، وبذلك تزداد مهاراته في المجال الرياضي ، فإن اللاعب سواءً أكان في أثناء التدريب أو المنافسة يجول في ذهنه العديد من الأفكار ، إذ يقوم بالحديث مع نفسه عن الأحداث والمواقف المحيطة به، محاولاً تعرفها وإدراكها وتقييمها ، لذا فالتفكير الإيجابي مهم للاعبين لتحقيق أهدافهم وطموحهم وذلك من خلال قيامهم باستخدام التفكير الهادف والبناء لمواجهة الأفكار السلبية وذلك من خلال الحديث الصامت للاعب مع نفسه ، لإيقاف الأفكار السلبية واستبدالها بالأفكار الإيجابية في أثناء التدريب أو المنافسة ومنع الأفكار السلبية التي تسيطر على إداء اللاعبين في اثناء المباراة . من هنا تأتي أهمية البحث في اعداد تمارين خططية تكون بمثابة التدريب على وفق مواقف اللعب والتعرف على مدى تأثير تلك التمرينات على التفكير الايجابي للاعب وبعض المهارات الهجومية المركبة ساعية ان تكون تلك الدراسة بمثابة يد العون في احراز التقدم في لعبة كرة السلة على مستوى القطر، وتبلورت مشكلة البحث في وجود فتور ولبعض المدربين بالاستعانة بالتدريبات الخططية وما لهذه التدريبات من تأثير على مستوى التفكير الايجابي للاعب وخاصة اذا ما عرفنا ان لعبة كرة السلة لعبة المواقف المتتالية وتحتاج الى مستوى من التفكير الايجابي للاعب لادراك تلك المواقف والتعامل معها بالصورة الصحية بغية الوصول الى تحقيق التقدم والفوز ، وهدف الى اعداد تمارين خططية في لعبة كرة السلة لفئة الشباب وتعرّف على تأثير التمرينات الخططية في تطوير التفكير الايجابي للاعب كرة السلة لفئة الشباب وتعرّف على تأثير التمرينات الخططية في تطوير بعض المهارات الهجومية المركبة في لعبة كرة السلة لفئة الشباب ، اما فروض البحث فكانت ان هناك فروقاً معنوية ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبليّة والبعدية في التفكير الايجابي لكلا المجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح الاختبارات البعدية، و هناك فروق معنوية ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات البعدية لبعض المهارات الهجومية المركبة بكرة السلة لكلا المجموعتين التجريبية والضابطة ،ولصالح المجموعة التجريبية .

## 2- إجراءات البحث:

### 2-1 منهج البحث:

يعد اختيار المنهج الملائم ضرورة من ضروريات البحث العلمي إذ يجب إن ينسجم المنهج مع طبيعة المشكلة المراد حلها، وعليه فقد استخدمت الباحثة المنهج التجريبي الذي يعني (محاولة ضبط كل المتغيرات التي تؤثر على الظاهرة عدا المتغير التجريبي وذلك لقياس أثره على تلك الظاهرة). (محسن: 2004 :131) وبأسلوب المجموعات المتكافئة التجريبية والضابطة لغرض المقارنة بحيث تكون هاتان المجموعتان (متكافئتين بجميع خواصهما من كافة النواحي عدا المتغير التجريبي الذي يؤثر على المجموعة التجريبية). (قنديلجي: 1999 :177)

### 2 - 2 عينة البحث:

ان عملية اختيار العينة له ارتباط وثيق بطبيعة المجتمع الذي أخذت منه العينة لأنها (الجزء الذي يمثل المجتمع الأصلي او الأنموذج الذي يجري الباحث مجمل عمله عليه ) (Fergusom : 1985 :163) . وبذلك تم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية (القرعة) والمتمثلة بنادي الصليخ الرياضي لفئة الشباب من بين اندية (الكرخ ، الشرطة ، المشاهدة، الإسكان والتعمي، الكهرياء، الطارمية) للعام (2013-2014) وقد كان عدد افراد عينة البحث (20) لاعب تم تقسيمهم على مجموعتين بطريقة القرعة الى مجموعتين بواقع (10) للمجموعة التجريبية و (10) للمجموعة الضابطة.

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

#### 2-3-1 الوسائل:

((المصادر والمراجع الأجنبية والعربية، استمارة استطلاع آراء الخبراء والمختصين، المقابلات الشخصية ، أستمارات لتسجيل وتفرغ البيانات، مقياس التفكير الإيجابي، الاختبارات والقياس))

#### 2-3-2 الأجهزة والأدوات المستخدمة لتنفيذ البحث:

((ملعب كرة سلة قانوني ، كرات سلة عدد (20) كرة، شريط قياس بالسنتيمتر، شريط، لاصق - مصاطب - شواخص، ميزان لقياس الوزن، ساعة إيقاف إلكترونية لقياس الزمن عدد 4، حاسبة إلكترونية.))

#### 2-4 مقياس التفكير الإيجابي:

استعانت الباحثة بمقياس التفكير الإيجابي الذي أعده (رعد الفتلاوي) (الفتلاوي: 2011: 87) ويتألف المقياس من (30) فقرة وقد تم حذف فقرة واحدة لعدم وملاءمتها للعينة كونها تتعلق بالحكام وليس باللاعبين، وإن بدائل الأجابة تتكون من بديلين أحدهما يقيس نمط التفكير الإيجابي والآخر يقيس النمط التفكير السلبي، وقد أعطيت درجة واحدة للبديل الذي يقيس النمط

الإيجابي و(صفر) للبديل الذي يقيس النمط السلبي وتحسب الدرجات الكلية للمقياس من خلال جمع درجات البدائل التي يؤشر عليها المختبر في جميع فقرات المقياس علماً إن البديل الإيجابي قد يأتي في الترتيب الاول والثاني في بدائل الإجابة وبشكل غير مقصود من الباحث وذلك بحسب ما تقتضيه الإجابة عن فقرات المقياس وأن أعلى درجة للمقياس هي (29)، وأدنى درجة للمقياس (صفر) والوسط الفرضي فهو (14،5) ، والجدول (1) يبين تسلسل الفقرات الإيجابية والفقرات السلبية في مقياس التفكير الإيجابي.

**الجدول (1) تسلسل الفقرات الإيجابية والفقرات السلبية في مقياس التفكير الإيجابي**

تسلسل الفقرة	البديل الإيجابي	البديل السلبي
1	ب	أ
2	ب	أ
3	ب	أ
4	أ	ب
5	أ	ب
6	ب	أ
7	أ	ب
8	أ	ب
9	أ	ب
10	أ	ب
11	أ	ب
12	أ	ب
13	أ	ب
14	أ	ب
15	أ	ب
16	أ	ب
17	أ	ب
18	ب	أ
19	ب	أ
20	أ	ب
21	أ	ب
22	أ	ب
23	أ	ب
24	أ	ب
25	أ	ب

ب	أ	26
ب	أ	27
أ	ب	28
ب	أ	29
ب	أ	30

## 2-5 تحديد الاختبارات المستخدمة في البحث:

من الأمور التي يجب على الباحث الاهتمام بها ومراعاتها هي عملية تحديد الاختبارات وذلك لان هذه الاختبارات يجب أن تحقق الهدف الذي وضعت من اجله فالاختبار هو (قياس قدرة الفرد على أداء عمل معين على وفق ضوابط وصيغ علمية دقيقة) (محجوب: 2001: 224). وبعد إطلاع الباحثة على المصادر المتوفرة التي تتعلق بالمهارات الهجومية المركبة بكرة السلة وعرضها على الخبراء والمختصين تم ترشيح الاختبارات الآتية:

اختبار المحاورة والتصويب على السلة، لغرض قياس سرعة الجري بالكرة ودقة التصويب على السلة (علاوي ورضوان: 1987: 370).

اختبار المناولة بعد أداء المحاورة، لغرض قياس دقة المناولة من الحركة مع الربط بين المحاورة ودقة المناولة (حمودات وعبدالله: 1987: 235-237)

اختبار التوقف والارتكاز، لغرض قياس مهارتي التوقف والارتكاز (فوزي وسلامة: 1988: 411)

## 2-6 اجراءات البحث الميدانية:

### 2-6-1 التجربة الاستطلاعية:

بعد ان تم ترشيح الاختبارات الخاصة بالبحث من قبل مختصي اللعبة وخبراء علم التدريب الرياضي اصبح من اللازم إجراء تجربة استطلاعية ، إذ يؤكد خبراء البحث العلمي على ضرورة القيام بالتجربة الاستطلاعية والتي تكون ( بمثابة تدريب عملي للباحث للوقوف على السلبيات والإيجابيات التي تقابله في أثناء إجراء الاختبار لتفاديها) (المندلوي : 1990: 107) وبناءً على ذلك فقد قامت الباحثة بإجراء التجربة الاستطلاعية على عينة من لاعبي نادي الاسكان الرياضي للشباب يوم السبت المصادف (2014/6/14) بكرة السلة تم اختيارهم بالطريقة العشوائية البسيطة وبعدد خمسة لاعبين

### 2-6-2 تجانس عينة البحث:

لأجل التوصل إلى مستوى واحد ومتساوي لعينة البحث ولتجنب المؤشرات التي قد تؤثر على البحث من حيث الفروق الفردية الموجودة لدى اللاعبين قامت الباحثة بإجراء التجانس على عينة البحث بأخذ متغيرات الطول والوزن والعمر والتدريبي وبعد ذلك أجرت المعالجة

الإحصائية لهذه المتغيرات باستخدام الوسائل الإحصائية للتحقق من تجانس العينة وذلك باستخدام قانون معامل الالتواء إذ كانت القيم محصورة بين (-3) وهذا يدل على حسن توزيع العينة وانتشارها اعتداليا مما يدل على تجانس عينة البحث والجدول (2) يبين ذلك جدول (2) يبين الوصف الاحصائي من خلال التوزيع الطبيعي لمتغيرات (النمو)

ت	المتغيرات	وحدة القياس	س	ع	معامل الالتواء
1	الطول	سم	1.71	3.20	0.93
2	الوزن	كغم	60.62	7.56	0.4
3	العمر	شهر	194.3	6.03	0.64
4	العمر التدريبي	شهر	37.8	16.6	0.32

### 2-6-3 تكافؤ عينة البحث:

بعد إن تم التحقق من تجانس عينة البحث قامت الباحثة بتقسيم عينة البحث على مجموعتين بالطريقة العشوائية (القرعة) المجموعة الأولى هي المجموعة التجريبية والمجموعة الثانية هي المجموعة الضابطة بواقع عشرة لاعبين لكل مجموعة، ولمعرفة التكافؤ بين المجموعتين قامت الباحثة باستخدام اختباراً لمعرفة الفرق بين المجموعتين في الاختبارات المختارة فكانت النتائج تدل على عدم وجود فروق دالة إحصائية أي غير معنوي بين المجموعتين وهذا يدل على التكافؤ بين المجموعتين والجدول (3) يبين ذلك

جدول (3) يبين الاختبارات والأوساط الحسابية وانحرافات المعيارية وقيمتي (ت) المحسوبة والجدولية في الاختبارات القبلية لعينة البحث

المتغيرات	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		ت المحسوبة	المعنوية
	س	ع	س	ع		
اختبار المحاورة والتصويب على السلة	13،122	1.881	13،231	0،993	0.651	غير معنوي
اختبار المناولة بعد اداء المحاورة	24.61	1،94	24،74	1،060	0.143	غير معنوي
اختبار التوقف والارتكاز	12،022	0.321	12،011	0،310	0.311	غير معنوي

قيمة (ت) الجدولية (2.10) تحت درجة حرية (18) وبمستوى دلالة (0.05)

## 2-6-4 الاختبارات القبليّة لعينة البحث:

قامت الباحثة بأجراء الاختبارات القبليّة لعينة البحث في يوم الخميس المصادف (2014/6/26م) عصراً في قاعة نادي الصليخ الرياضي، إذ تم توزيع مقياس التفكير الإيجابي على عينة البحث وتم إجراء الاختبارات الخاصة بموضوع البحث، أجريت هذه الاختبارات على أفراد العينة التجريبية والضابطة.

## 2-6-5 المنهج التدريبي المقترح:

لأجل الحصول على منهج تدريبي ذات فاعلية جيدة كان من الضروري الاطلاع على المصادر والمراجع الحديثة الخاصة بعلم التدريب الرياضي والتي تكون كفيلاً بإغناء الباحث بالمعلومات التي تساعد في وضع المنهج المقترح، وقد تم عرض المنهج التدريبي المقترح على مجموعة من ذوي الاختصاص والخبرة\* .

وفيما يأتي بعض الإيضاحات الخاصة بالمنهج التدريبي المقترح :-

مدة المنهج التدريبي المقترح:- شهران ، ثمانية اسابيع ، عدد الوحدات الكلية(24)وحدة تدريبية ، عدد الوحدات في الاسبوع ثلاث وحدات ، السبت -الاثنين - الأربعاء ، زمن الوحدة التدريبية كاملة (90-120) دقيقة، الزمن المحدد للتمرينات الخطئية(35-40) دقيقة .

## 2-6-6 الاختبارات البعديّة لعينة البحث:

لقد تم إجراء الاختبارات البعديّة لعينة البحث بعد الانتهاء من تنفيذ المنهج التدريبي المقترح وذلك في يوم الخميس المصادف(2014/8/23) م عصراً في قاعة نادي صليخ الرياضي. وقد راعت الباحثة توفير التنظيم نفسه وشروط تنفيذ الاختبارات وتحت الظروف والإمكانيات نفسها المستخدمة في الاختبارات القبليّة لغرض الحصول على نتائج ذات مصداقية عالية.

## 2-6-6 الوسائل الإحصائية:

((الوسط الحسابي، الوسيط، الانحراف المعياري، معامل الالتواء، معامل الارتباط، قانون (Ttest) لإيجاد الفروق لمتوسطين غير مرتبطين(التكرّيتي والعبدي:1999:272)

و قانون (T-test) لإيجاد الفروق بين وسطين حسابيين مرتبطين (التكرّيتي والعبدي:1999:167)

1- أ.د. محمد صالح ، علم التدريب /كرة سلة ، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة /جامعة بغداد  
2- أ.د. سلوان صالح ،اختبارات /كرة سلة ، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة /جامعة بغداد  
3- أ.د. انتصار عويد ، تعلم حركي /كرة سلة ، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات /جامعة بغداد

### 3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

#### 3-1-1 عرض نتائج مستوى التفكير الإيجابي وتحليلها ومناقشتها لعينة البحث

#### التجريبية في الاختبار القبلي والبعدي :

تعرض الباحثة وصف المعالم الإحصائية لنتائج مقياس التفكير الإيجابي لعينة البحث التجريبية بالمقارنة مع الوسط الفرضي للمقياس وكما هو مبين في جدول (4)

الجدول (4) يبين المعالم الإحصائية لمقياس التفكير الإيجابي لعينة البحث التجريبية في

الاختبار القبلي والبعدي بالمقارنة مع الوسط الفرضي للمقياس

المقياس	المجموعة التجريبية	عدد الفقرات	الدرجة الكلية للمقياس	حجم العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	الوسط الفرضي للمقياس
التفكير الإيجابي	قبلي	29	29	10	13.94	98.0	15	14.5
	بعدي				19.82	1.22	20	

يتبين من الجدول (4) أن الوسط الحسابي لمقياس التفكير الإيجابي قد بلغ (13.94) في الاختبار القبلي وبانحراف معياري الانحراف المعياري (0،98) ، والوسيط (15) ، وبعد المقارنة مع الوسط الفرضي للمقياس البالغ (14.5) تبين ان الوسط الحسابي لعينة البحث في الاختبار القبلي كان اصغر من الوسط الفرضي للمقياس مما يدل على قلة تفكيرهم الإيجابي من خلال استجاباتهم للمقياس، اما في الاختبار البعدي فقد بلغ الوسط الحسابي (19.82) وبانحراف معياري (1.22) والوسيط كان (20) وبعد المقارنة مع الوسط الفرضي للمقياس والبالغ (14.5) تبين الوسط الحسابي لعينة البحث في الاختبار البعدي كان اكبر من الوسط الفرضي مما يدل على حسن تفكيرهم الايجابي . أما بالنسبة للمجموعة الضابطة فيبين الجدول (5) ان الوسط الحسابي لمقياس التفكير الايجابي قد بلغ (13.45) في الاختبار القبلي وبانحراف معياري الانحراف المعياري (0،87) ، والوسيط (14) ، وبعد المقارنة مع الوسط الفرضي للمقياس البالغ (14.5) تبين ان الوسط الحسابي لعينة البحث في الاختبار القبلي كان اصغر من الوسط الفرضي للمقياس مما يدل على قلة تفكيرهم الإيجابي من خلال إستجاباتهم للمقياس، اما في الاختبار البعدي فقد بلغ الوسط الحسابي (14.95) وبانحراف معياري (1.02) والوسيط كان (15) وبعد المقارنة مع الوسط الفرضي للمقياس والبالغ (14.5) تبين الوسط الحسابي لعينة البحث في الاختبار البعدي كان اكبر من الوسط الفرضي مما يدل على حصول تطور طفيف في مستوى تفكيرهم الايجابي .

الجدول (5) يبين المعالم الإحصائية لمقياس التفكير الإيجابي لعينة البحث الضابطة في الاختبار القبلي والبعدي بالمقارنة مع الوسط الفرضي للمقياس

المقياس	المجموعة الضابطة	عدد الفقرات	الدرجة الكلية للمقياس	حجم العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	الوسط الفرضي للمقياس
التفكير الإيجابي	قبلي	29	29	10	13.45	87,0	14	14.5
	بعدي				14.95	1.02	15	

3-1-2 عرض نتائج الاختبارات المختارة لعينة البحث التجريبية والضابطة في الاختبار القبلي والبعدي وتحليلها:

جدول (6) يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وحجم العينة وقيمتي (ت) المحسوبة في الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية للاختبارات المختارة

المعنوية	قيمة (ت) المحسوبة	حجم العينة	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		الاختبارات
			ع	س	ع	س	
معنوي	5,974	10	0,753	10,874	1,881	13,122	اختبار المحاورة والتصويب على السلة
معنوي	6,231		0,764	28,112	1,94	24,61	اختبار المناولة بعد اداء المحاورة
معنوي	14,65		0,334	11,542	0,321	12,022	اختبار التوقف والارتكاز

قيمة (ت) الجدولية (2.26) تحت درجة حرية (9) وبمستوى دلالة (0.05)

يبين الجدول (6) نتائج الاختبارات المختارة القبلية والبعدي للمجموعة التجريبية، فقد أظهرت النتائج وجود فروق معنوية لصالح الاختبار البعدي، وكالاتي، كان الوسط الحسابي للاختبار القبلي (13,122-24,61-12,022)، وبانحراف معياري (1,881-1,94-0,321) وفي الاختبار البعدي أصبح الوسط الحسابي (10,874-28,112-11,542) وبانحراف معياري (0,753-0,764-0,334) أما قيمة (ت) المحسوبة فبلغت (5,974-6,231-14,65) وهي اكبر من قيمة (ت) الجدولية البالغة (2,26) تحت درجة حرية (9= 1-10) ومستوى دلالة (0,05) وهذا يدل على وجود فروق معنوية بين الاختبارين ولصالح الاختبار البعدي.

جدول (7) يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وحجم العينة وقيمتي (ت) المحسوبة في الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة للاختبارات المختارة

المعنوية	قيمة (ت) المحسوبة	حجم العينة	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		الاختبارات
			ع	س	ع	س	
معنوي	4,112	10	0,734	12,156	0,993	13,23	اختبار المحاورة والتصويب على السلة
معنوي	4,884		0,954	25,963	1,060	24,74	اختبار المناولة بعد اداء المحاورة
معنوي	10,893		0,324	11,982	0,310	12,01	اختبار التوقف والارتكاز

قيمة (ت) الجدولية (2.26) تحت درجة حرية (9) وبمستوى دلالة (0.05)

يبين الجدول (7) نتائج الاختبارات المختارة القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة ، فقد أظهرت النتائج وجود فروق معنوية لصالح الاختبار البعدي ، وكالاتي ، كان الوسط الحسابي للاختبار القبلي (13,231-24,74-12,011) وبانحراف معياري (0,993-1,060-0,310) وفي الاختبار البعدي أصبح الوسط الحسابي (12,156-25,963-11,982) وبانحراف معياري (0,734-0,954-0,324) أما قيمة (ت) المحسوبة فبلغت (4,112-4,884-10,893) وهي اكبر من قيمة (ت) الجدولية البالغة (2,26) تحت درجة حرية (10-1=9) ومستوى دلالة (0,05) وهذا يدل على وجود فروق معنوية بين الاختبارين ولصالح الاختبار البعدي .

### 3-2 مناقشة النتائج:

#### 3-2-1 مناقشة نتائج مقياس التفكير الإيجابي:

يبين الجدول (3) نتائج مقياس التفكير الإيجابي فقد أظهرت النتائج وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي فيما يخص المجموعة التجريبية ولصالح البعدي . وتعزو الباحثة حصول هذا التطور الى مجموعة التمارين الخطية التي تم استخدامها خلال الوحدات التدريبية والتي وسعت من قدراتهم الايجابية في التفكير عن طريق اتخاذ القرار الانسب للمواقف التي تواجههم واختيار ما يلائمهم للتغلب على تلك المواقف التي تحتم عليهم رفع الثقة بالنفس كما تدعوهم للتفكير بتقديم أفضل ما لديهم مما يساعد في الشعور باستطاعتهم هزيمة المنافسين وذلك ببذل أقصى الجهود المرجوة ، وساعد شعورهم بالنظرة الإيجابية للأشياء بأنها جذابة وجميلة ، واستجابتهم للشعور بالتسامح مع النفس وعدم لومها كثيراً نتيجة المواقف التنافسية والتي تضمنتها التمارين الخطية المستخدمة مما ولد لديهم اليقظة في إتمام واجباتهم

بمسؤولية ويعتمد عليها في إدارة بعض مواقف اللعب في المشاكل التي تواجههم تزيد من قدرتهم في التعامل بتقبل الآخر والسيطرة على الانفعالات غير المرغوبة والتعامل بوعي وأدراك مما يولد حالة الصبر والتفاؤل بالمستقبل والنظرة الإيجابية للناس "أن نجاح الفرد يعتمد النجاح على عاملين هما : مهارات العمل ، والعلاقات الإنسانية ، وإن بناء علاقات إنسانية ناجحة يبدأ بالموقف الإنساني الإيجابي (تشميان :2004: 108)، وذلك من خلال الإدارة الجيدة التي تعمل على رفع كفاءة النشاط عن طريق التعامل والتفاعل مع الآخرين.(shoubo: 2011: 51)

" أن التفكير الإيجابي والمرونة النفسية هي أحد العوامل التي ينظر إليها على أنها من الظواهر التي تؤثر في إداء الرياضيين، وإن هذا التأثير يكون إيجابياً يدفعهم لبذل المزيد من الجهد" ( احمد: 2010: 93 )

أما فيما يخص المجموعة الضابطة فقد أظهرت النتائج وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح البعدي كما هو موضح في جدول(4) ولكنها طفيفة قياسا بالمجموعة التجريبية ويعود السبب في ذلك إلى الاعتماد على التمارين التقليدية دون اللجوء الى التمارين الخطئية والتي اثبتت تأثيرها الواضح على افراد المجموعة التجريبية لتطوير قدرة التفكير الايجابي وبالتالي انعكاسها على الأداء المهاري للاعب.

### 3-2-2 مناقشة نتائج الاختبارات الهجومية المركبة:

يبين الجدول(5) نتائج مقياس التفكير الايجابي فقد أظهرت النتائج وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي فيما يخص المجموعة التجريبية ولصالح البعدي وتعزو الباحثة ذلك الى مجموعة التمرينات الخطئية التي تم استخدامها خلال الوحدات التدريبية والتي اثر وبشكل واضح على اداء المهارات الهجومية المركبة لمل تتمتع به تلك التمارين من ميزة الدمج بين المهارات وبأسلوب الخطط والتي كان من شأنها رفع مهارة اللاعبين المركبة والحصول على نتائج مميزة، أما فيما يخص المجموعة الضابطة فقد أظهرت النتائج وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح البعدي كما هو موضح في جدول(6) ولكنها طفيفة قياسا بالمجموعة التجريبية ويعود السبب في ذلك إلى قلة استخدام التمرينات الخطئية المعطاة في اثناء الوحدة التدريبية والاعتماد على التمارين التقليدية والذي حال دون الحصول على التطور المناسب للاعب، وتعزو الباحثة حصول هذا التطور الى مجموعة التمرينات الخطئية التي تم استخدامها خلال الوحدات التدريبية والتي وسعت من قدراتهم الايجابية في التفكير عن طريق اتخاذ القرار الانسب للمواقف التي تواجههم واختيار ما يلائمهم للتغلب على تلك المواقف التي تحتم عليهم رفع الثقة بالنفس كما تدعوهم للتفكير بتقديم أفضل ما لديهم مما يساعد في الشعور بأستطاعتهم هزيمة المنافسين وذلك ببذل أقصى الجهود

المرجوة، وساعد شعورهم بالنظرة الإيجابية للأشياء بأنها جذابة وجميلة ، وأستجابتهم للشعور بالتسامح مع النفس وعدم لومها كثيراً نتيجة المواقف التنافسية والتي تضمنتها التمرينات الخطئية المستخدمة مما ولد لديهم اليقظة في إتمام واجباتهم بمسؤولية ويعتمد عليها في إدارة بعض مواقف اللعب في المشاكل التي تواجههم تزيد من قدرتهم في التعامل بتقبل الآخر والسيطرة على الانفعالات غير المرغوبة والتعامل بوعي وأدراك مما يولد حالة الصبر والتفاؤل بالمستقبل والنظرة الإيجابية للناس .

#### 4-الخاتمة:

بعد الحصول على النتائج النهائية التي تم التوصل إليها من خلال التطبيق الميداني واستخدام الأساليب الإحصائية الملائمة تمكنت الباحثة من التوصل إلى؛ وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح البعدي كذلك وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح التجريبية .، و ظهور تطور للمجموعة الضابطة في الاختبارات البعدية بدرجة قليلة قياسا بالمجموعة التجريبية، وللمتريبات الخطئية المستخدمة تأثير ايجابي في تطوير التفكير الايجابي والذي أدى إلى تطوير المهارات الهجومية المركبة بكرة السلة. لذا توصي الباحثة الى تأكيد على استخدام الأسس العلمية عند وضع التمارين الخطئية من حيث تسلسلها ومقدار الحمل المعطى خلال الوحدة التدريبية مع التأكيد على فترة الراحة البينية، وفضلا عن ضرورة الاهتمام بالجانب النفسي لما له تأثير واضح على اتقان المهارات وتطويرها خاصة المهارات المركبة، والتنوع في اختيار التمرينات الخطئية المهارية ومحاولة تجزئة المهارة للوصول إلى التكنيك الصحيح لأدائها، وجعل هذه النقطة الشروع إلى عمل جديد لباحثين آخرين في العاب أخرى وفي ضوء فئات عمرية مختلفة للوصول إلى تحقيق أفضل المستويات الرياضية.

## المصادر والمراجع:

- فوزي، احمد امين ومحمد عبدالعزيز سلامة. كرة السلة للناشئين. الاسكندرية: الفنية للطباعة والنشر، 1988،
- إلود تشمبان ، موقفك الإيجابي ، ط2: الرياض ، ترجمة دار المعرفة للتنمية البشرية ، 2004م .
- التكريتي ، وديع ياسين العبيدي ، محمد حسن عبيد. التطبيقات الاحصائية واستخدامات الحاسوب في بحوث التربية الرياضية. الموصل: دار الكتاب للطباعة والنشر، 1999.
- محسن، حميد جاعد. أساسيات البحث العلمي. بغداد: الحاضرة للطباعة والنشر، 2004
- أحمد، خالدة إبراهيم ؛ المفاهيم الحديثة في علم النفس الرياضي ، بغداد ، مكتب النور ، 2010.
- الفتلاوي، رعد عبد الامير ، بناء وتقنين مقياس التفكير الإيجابي لدى رؤساء الاتحادات الفرعية في العراق ، اطروحة دكتوراه غير منشورة ، جامعة بابل ، كلية التربية الرياضية ، 2011م .
- قنديلجي، عامر إبراهيم . البحث العلمي واستخدام مصادر المعلومات. دار البازوري العلمية للنشر والتوزيع ، 1999
- حمودت، فائز بشير ومؤيد عبدالله . كرة السلة. جامعة الموصل :مطبعة دار الكتب للطباعة والنشر، 1987،
- علاوي، محمد حسن ومحمد نصر الدين. الاختبارات المهارية والنفسية في المجال الرياضي . القاهرة: دار الفكر العربي ، 1987
- المنديلاوي .قاسم حسن مهدي وآخرون. الاختبارات والقياس والتقويم في التربية الرياضية . الموصل : مطابع التعليم العالي ، 1990 ،
- محجوب، وجيه . طرائق البحث العلمي ومناهجه. بغداد: دار الحكمة للطباعة والنشر ، 1993
- محجوب، وجيه : أصول البحث العلمي ومناهجه ، ط1، عمان، دار المناهج للنشر والتوزيع ، 2001
- George A. Fergusom ; Statistical Analysis in psychology and education . Fourth E.d.: By M.C. Graww ، Hill، Inc، 1985 .
- Xu,shoubo&Xu,Li DaManagement:ascientific discipline for humanity، In for Motion Technology and Management ISSN،Springer،DOL،2011.