

علاقة بعض القدرات البدنية الخاصة بدقة أداء مهارة التصويب في كرة السلة

بحث وصفي

على عينة من لاعبي الشباب

رسالة تقدم بها

عدي عبد الحسين كريم الربيعي

الى

مجلس كلية التربية الرياضية - جامعة ديالى

وهي جزء من متطلبات نيل درجة الماجستير في التربية الرياضية

باشراف



الباب الأول

1-التعريف بالبحث

1-1المقدمة وأهمية البحث

1-2مشكلة البحث

1-3أهداف البحث

1-4فرضية البحث

1-5مجالات البحث

1-5-1 المجال البشري

1-5-2 المجال الزماني

1-5-3 المجال المكاني

1-6 تحديد وتعريف المصطلحات



1- التعريف بالبحث

1-1 المقدمة واهمية البحث :

لقد شهد العالم في الآونة الأخيرة تطوراً ملحوظاً في المجالات كافة والعلوم المختلفة ومن هذه العلوم علم التدريب الرياضي الذي يعطي الأولوية للمدربين للاهتمام باللاعبين على وفق مبادئ وصيغ علمية توصلهم الى تحقيق افضل الانجازات بأقل جهد ممكن وفق استخدام اساليب التدريب الحديثة التي باتت من المؤكد واحدة من البطاقات الراححة التي يمتلكها المدربون اذا ما استخدمت بصورة صحيحة .

ويعد الاعداد البدني بعناصره المختلفة اهم مكونات الاعداد الرياضي في جميع الرياضات والالعاب ومنها لعبة كرة السلة وما تحتاجه في تنفيذ مهاراتها الى بعض القدرات البدنية الخاصة , ولكون لعبة كرة السلة تشتمل على المهارات الهجومية والدفاعية مما تتباين في احتياجاتها الى انواع القدرات البدنية الخاصة والملائمة لهذه المهارات ومن هذه المهارات مهارة التصويب التي لها دور كبير في حسم مباريات كرة السلة ومن اجل الوقوف على الحالة التدريبية للاعبين ينبغي الاستعانة بالاختبارات والقياسات لكونها الوسيلة المناسبة لمعرفة مستوى قدراتهم البدنية والمهارية وغيرها , أي ان الاختبارات هي " احدى ادوات التقويم الفعالة في التربية الرياضية لدورها الفعال في البرامج ومدى تحقيقها للاغراض الموضوعية وفي معرفة مواطن القوة والضعف في الافراد



او في البرامج وتحديد مدى التقويم والحالة الجسمية للفرد وسماته وخصائصه الحركية والاجتماعية⁽¹⁾ .

وتكمن اهمية البحث في كون مهارة التصويب واحدة من اهم المهارات الاساسية في لعبة كرة السلة والتي تلعب دورا حاسما في فوز وخسارة الفرق لما لها من اهمية كبيرة في المباريات وتحتاج هذه المهارة الى قدرات بدنية خاصة لكي نصل إلى

المستوى المطلوب . ولغرض التعرف على علاقة القدرات البدنية الخاصة بدقة اداء مهارة التصويب عمد الباحث الى اجراء دراسته .

1-2 مشكلة البحث :

ان المهارات الهجومية في لعبة كرة السلة تحتاج الى قدرات بدنية خاصة وهذه القدرات يجب توظيفها لخدمة طبيعة الاداء المهاري في كرة السلة وخاصة مهارة التصويب ،ولكون الباحث من المهتمين في مجال اللعبة فقد لاحظ ان بعض المدربين يعتمدون على تدريب قدرات بدنية بعضها عام ليس له علاقة بدقة اداء مهارة التصويب أي لايد ان تكون تدريباتهم باتجاه الاداء الحركي للمهارة ووفق متطلبات وظروف اللعبة وهذا الاغفال ادى الى عدم اعطاء هذه الصفات الوقت والاهتمام الكافيين خلال التدريب .

وعليه ارتأى الباحث دراسة هذا الموضوع لغرض بيان العلاقة بين بعض القدرات البدنية الخاصة واداء مهارة التصويب في لعبة كرة السلة .

(1) محمد صبحي حسانين . طرق بناء وتقنين الاختبارات والمقاييس في التربية البدنية . القاهرة : دار الشعب , 1982 , ص54 .



1-3 أهداف البحث :

1. التعرف على العلاقة بين بعض القدرات البدنية الخاصة بدقة أداء بعض مهارات التصويب بكرة السلة .

1-4 فرضية البحث :

- لا توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين بعض القدرات البدنية الخاصة ودقة أداء بعض مهارات التصويب بكرة السلة .

1-5 مجالات البحث :



1-5-1 المجال البشري : عينة من لاعبي بعض اندية العراق لفئة الشباب وواقع (72
(لاعبا .

1-5-2 المجال الزمني : من 8 / 8 / 2004 ولغاية 20 / 10 / 2004 .

1-5-3 المجال المكاني : القاعات المغلقة والملاعب الرياضية للندية المشمولة
بالبحث .

1-6 تحديد وتعريف المصطلحات :

1- القدرة : "المستوى الراهن للفرد أي مستوى الفرد او المجموعة في الوقت الحالي
" (1) .

(1) محمد صبحي حسنين . طرق بناء وتقنين الاختبارات والمقاييس في التربية البدنية والرياضية . القاهرة : دار الشعب , 1995 , ص109 .



- 2- القدرات البدنية الخاصة : " تعني اللياقة البدنية لطبيعة معينة لنشاط معين" (2) .
- 3- التصويب : " هو عملية دفع الكرة باتجاه الهدف على شكل حركة رمي باستخدام ذراع او ذراعين" (3) .

(2) فاضل سلطان شريدة الخالدي . وظائف الاعضاء والتدريب البدني . ط1 . دار الهلال . الرياض : 1990 , ص 114 .

(3) رعد جابر باقر وكمال عارف طاهر . المهارات الفنية بكرة السلة . جامعة بغداد : كلية التربية الرياضية , مطبعة التعليم العالي , 1987 , ص 85-90 .

الباحث
2005

ملخص الرسالة

عنوان الرسالة
علاقة بعض القدرات البدنية الخاصة بدقة اداء
مهارة التصويب في كرة السلة
الباحث : عدي عبد الحسين كريم

باشراف

أ.م. د ماهر احمد عاصي

أ.م. د قاسم نصيف يسر

اشتملت الدراسة على خمسة ابواب هي :

الباب الاول

احتوى هذا الباب على التعريف بالبحث والذي شمل المقدمة واهمية
البحث ،ومشكلة البحث ،واهداف البحث ،وفرضية البحث ،ومجالات البحث
،وتحديد بعض المصطلحات .

وقد تم التطرق الى التطور الملحوظ في المجالات والعلوم المختلفة كافة ومن
هذه العلوم علم التدريب الرياضي الذي يعطي الاولوية للمدربين للاهتمام باللاعبين
وفق مبادئ وصيغ علمية توصلهم الى تحقيق افضل الانجازات بأقل جهد ممكن
وفق استخدام اساليب التدريب الحديثة التي باتت من المؤكد واحدة من البطاقات

الرابحة التي يمتلكها المدربون اذا ما استخدمت بصورة صحيحة وتكمن اهمية البحث في كون مهارة التصويب واحدة من اهم المهارات الاساسية في لعبة كرة السلة والتي تلعب دورا حاسما في فوز وخسارة الفرق لما لها من اهمية كبيرة في المباريات وتحتاج هذه المهارة الى قدرات بدنية خاصة لكي نصل إلى المستوى المطلوب .

اما مشكلة البحث فتكمن في ان المهارات الهجومية في لعبة كرة السلة تحتاج الى قدرات بدنية خاصة وهذه القدرات يجب توظيفها لخدمة طبيعة الاداء المهاري في كرة السلة وخاصة مهارة التصويب ،ولكون الباحث من المهتمين في مجال اللعبة فقد لاحظ ان بعض المدربين يعتمدون على تدريب قدرات بدنية بعضها عام ليس له علاقة بدقة اداء مهارة التصويب أي لابد ان تكون تدريباتهم باتجاه الاداء الحركي للمهارة ووفق متطلبات وظروف اللعبة وهذا الاغفال ادى الى عدم اعطاء هذه الصفات الوقت والاهتمام الكافيين خلال التدريب .

ويهدف البحث الى التعرف على العلاقة بين بعض القدرات البدنية الخاصة بدقة اداء بعض مهارات التصويب بكرة السلة .

وفرض الباحث أنه لا توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين بعض القدرات البدنية الخاصة ودقة اداء بعض مهارات التصويب بكرة السلة .

وشملت مجالات البحث :

المجال البشري : عينة من لاعبي بعض اندية العراق لفئة الشباب وبقواع (72) لاعبا .

المجال الزمني : من 8 / 8 / 2004 ولغاية 20 / 10 / 2004 .

المجال المكاني : القاعات المغلقة والملاعب الرياضية للنادية المشمولة بالبحث .

الباب الثاني

احتوى هذا الباب على الدراسات النظرية والدراسات السابقة , اذ تطرقت

الدراسات النظرية الى موضوعات لها علاقة بموضوع البحث وهي :

مفهوم اللياقة البدنية وأهميتها، اللياقة البدنية الخاصة وتعريفاتها، القدرات البدنية الخاصة في كرة السلة، القوة الانفجارية، القوة المميزة بالسرعة، السرعة الانتقالية، السرعة الحركية، الدقة، المهارات الهجومية في كرة السلة، مفهوم المهارة، التصويب، التصويب بالقفز، التصويب من الثبات (الرمية الحرة)، التصويبة السلمية

اما الدراسات السابقة فتطرق الباحث خلالها الى دراسة شهباء احمد ،ودراسة اشرف مسعد ابراهيم ،ودراسة محروس محمد قنديل

الباب الثالث

تضمن هذا الباب منهجية البحث والاجراءات الميدانية ،استخدم الباحث المنهج الوصفي بإسلوب الدراسات الارتباطية لكونها اكثر ملائمة لطبيعة البحث تكونت عينة البحث من (72) لاعباً من هم باعمار (16-18 سنة) من اصل (120) لاعب يمثلون عشرة أندية وتم استبعاد (8) لاعبين من التجربة الرئيسية بسبب اصابتهم أو تغيبهم اثناء اجراء الاختبارات كما تم استبعاد عينة التجربة الاستطلاعية المتمثلة بنادي الشهيد اوهان والبالغ عددهم (12) لاعباً ، كما تضمن هذا الباب كيفية تحديد بعض القدرات البدنية الخاصة وبعض انواع مهارات التصويب عن طريق استمارة استبيان اعدت لهذا الغرض عرضت على مجموعة من الخبراء بلغ عددهم (10) خبيراً ثم اعدت استمارة اخرى رشح فيها (11) خبيراً الاختبارات الخاصة لقياس هذه القدرات البدنية ومهارة التصويب في كرة السلة وتضمن أيضاً الوسائل الاحصائية المناسبة اذ استخدم الباحث الحقيبة الاحصائية SPSS في استخراج نتائج الاختبارات الخاصة بالبحث .

الباب الرابع

وتم فيه عرض الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية عن طريق جداول تبين ذلك ، ثم عرض جداول اخرى تبين العلاقات الارتباطية بين القدرات البدنية الخاصة ومهارات التصويب في كرة السلة ، والتي تم التوصل من خلالها الى تحقيق أهداف البحث .

الباب الخامس

احتوى هذا الباب على مجموعة من الاستنتاجات هي :

1- ظهر ان مهارة التصويب بالقفز ارتبطت معنويا مع القوة المميزة بالسرعة للساقين ولم ترتبط مع باقي المتغيرات البدنية للبحث.

2- ظهر ان للرمية الحرة ارتباطاً معنوياً مع القدرة الانفجارية للذراعين ولم يظهر ارتباط مع باقي المتغيرات البدنية للبحث.

3- ظهر ان السرعة الانتقالية لم يكن لها ارتباط معنوي مع كل المتغيرات المهارية للبحث.

4- ظهر ايضاً ان السرعة الحركية للساقين لم يكن لها ارتباط معنوي مع كل المتغيرات المهارية للبحث .

5- ظهر أن التصويبة السلمية لم ترتبط معنوياً بباقي القدرات البدنية المبحوثة.

اما التوصيات فكانت كالآتي :

1- ضرورة قيام المدربين بأختبارات دورية للاعبينهم من اجل تحليل المستوى البدني والمهاري وقبل البدء بتنفيذ المنهج التدريبي .