

علاقة القدرات البدنية الخاصة بالأداء المهاري وفق مراكز اللعب المختلفة لدى لاعبي كرة السلة

بحث تقدم به

م.د. لازم محمد عباس م.د. قاسم محمد عباس

علاقة القدرات البدنية الخاصة بالأداء المهاري وفق مراكز اللعب المختلفة لدى لاعبي كرة السلة

بحث تقدم به

م.د. لازم محمد عباس م.د. قاسم محمد عباس

هدفت الدراسة في التعرف على القدرات البدنية والأداء المهاري للاعبين لكرة السلة وفق مراكز

اللعب المختلفة ، العلاقة بين القدرات البدنية والأداء المهاري للاعبين لكرة السلة وفق مراكز اللعب

المختلفة ، وقد تم استخدام المنهج الوصفي كونه المنهج الملائم لحل مشكلة البحث ، وتم تحديد مجتمع

البحث وهم لاعبو أندية الدوري الممتاز لكرة السلة والبالغ عددهم (10) أندية للموسم الرياضي 2010

- 2011 والبالغ عددهم (120) لاعبا وقد تم اختيار خمسة أندية وهي (الحلة ، الحدود ، النجف ،

التضامن ، الرافدين) تمثل عينة البحث بالطريقة العشوائية البسيطة وبذلك بلغت عينة البحث (60)

لاعبا تم تقسيمهم إلى ثلاثة مجموعات حسب مراكز اللعب ، إذ شكلت العينة من المجتمع الأصلي نسبة

50 % وفي ضوء ما تقدم تم التوصل إلى عدة استنتاجات من أهمها .

١ - هنالك تفوق في القدرات البدنية الخاصة والأداء المهاري وفق مراكز اللعب المختلفة ولكل مركز

على حساب الآخر إي إن هنالك تخصص لكل مركز .

٢ - هنالك علاقات ارتباط محددة لكل مركز في القدرات البدنية مع الأداء المهاري وحسب متطلبات

المركز الذي يشغله اللاعب .

١ - التعريف بالبحث

1-1 المقدمة وأهمية البحث

كرة السلة كأى لعبة من الألعاب لها مبادئها

الأساسية المتعددة والتي تعتمد في إتقانها على

إتباع الأسلوب الأمثل والعلمي في طرق التدريب

المتبعة ، ومما لاشك فيه إن أثنان جميع أفراد

الفريق للمبادئ الأساسية المهارية والإعداد

البدني الجيد سيقودهم في النهاية لتحقيق النجاح

المستمر في اللعبة ، وهذا من خلال الأداء الذي

يتميز بالسرعة والدقة والتوقيت الصحيح .

ولاعب كرة السلة يختلف تماما عن باقي لاعبي

الألعاب الفرقية ، إذ إن لاعب كرة السلة

لايتخصص في مركز كونه لاعب مدافع أو

مهاجم وهذا مبدأ أساسي في اللعبة ، فكل

لاعب يساهم ويعمل مع بقية أفراد الفريق في

الهجوم والدفاع ولكنه في مركز محدد يجيده

بناء على مواصفاته الجسمانية التي تتيح له

اللعب في ذلك المركز مثل (لاعب الارتكاز له

مواصفات تختلف عن لاعبي الزاوية و صانع

الألعاب) فعندما تكون الكرة عند الفريق

المنافس يتولى لاعبو الفريق الخمسة مهمة

الدفاع وفي أماكن محددة أيضا بناء على

المواصفات الجسمانية ، لهذا فلا مانع من إعداد

لاعب كرة السلة للعب في جميع المراكز ، ولكن

يبقى لكل لاعب دوره الخاص أي مكانه الذي

يتيح له الفرصة في تحقيق النجاح بناء على

مواصفاته التي تتيح له سرعة الأداء والتغطية

بها داخل الملعب وفي المركز المخصص له ،
ولا يوجد لاعب يتقن كل المهارات الأساسية
100% ، ومن هنا نجد ان اغلب لاعبي كرة
السلة في المستويات العليا يتمتعون بقدرات بدنية
ومهارات أساسية ككل ولكنها تختلف من لاعب
لآخر ، لذا فان مشكلة البحث تكمن في الإجابة
على التساؤل الآتي (هل إن لاعبي كرة السلة
هم مختلفين في القدرات البدنية والأداء المهاري
حسب مراكز لعبهم أم لا يوجد اختلاف بينهم أي
بماذا تتشابه وبماذا تختلف متطلبات كل مركز
في كرة السلة ؟ لكي يتم التدريب على أساسها)
3-1 أهداف البحث .

يهدف الباحثان في التعرف على :

1 - القدرات البدنية الخاصة والأداء المهاري
لدى لاعبي كرة السلة وفق مراكز اللعب
المختلفة .

2 - العلاقة بين القدرات البدنية الخاصة والأداء
المهاري لدى لاعبي كرة السلة وفق مراكز
اللعب المختلفة
4-1 فروض البحث .

يفترض الباحثان إن هنالك :

1 - تباين في القدرات البدنية والأداء

المهاري للاعبي كرة السلة وفق مراكز
اللعب المختلفة .

2 - تباين في علاقات الارتباط بين القدرات

البدنية والأداء المهاري للاعبي كرة
السلة وفق مراكز اللعب المختلفة .

5-1 مجالات البحث .

وسرعة الانطلاق نحو سلة المنافس ، لهذا فان
كل لاعب يجب إن يجيد على حد سواء ،
التمرير والتصويب والمحاورة والخداع والدفاع
بشكل سليم الا ان اداء تلك المهارات يختلف
تبعاً لمكان أدائها فحركة القدمين يؤديها لاعبو
الارتكاز بطريقة تختلف عن لاعبو الزاوية علماً
إن كلا اللاعبين يؤدون مهارة التصويب مثلاً .
(ومن هنا تكمن أهمية البحث في ايجاد علاقة
ارتباط يمكن من خلالها التعرف على القدرات
البدنية المرتبطة بالأداء المهاري والتي تعد
الصفة المميزة لذلك المركز او اللاعب الذي
يشغل المركز والتي بموجبها يكون العمل
التدريبي كلا وفق المركز الذي هو فيه ، أي يتم
توجيه المدربين العاملين في كرة السلة في ضوء
ما سيتم التوصل اليه)

2-1 مشكلة البحث

ان الارتقاء بالمستوى الرياضي في كافة الألعاب
الرياضية يتوقف إلى حد كبير على اكمال
الحالة التدريبية للرياضي والتي تعتمد على
مستوى الرياضي في النواحي البدنية والمهارية
والفلسفية والنفسية ، وهي العوامل التي تؤدي
إلى تكامل الأداء إنشاء المنافسة والوصول إلى
المستويات العليا ، وكرة السلة واحدة من هذه
الألعاب الرياضية التي تطورت سريعاً ، ويجب
على لاعب كرة السلة ان يتقن اللعب في المراكز
المختلفة ، ولكن هنا تدخل العناصر البدنية
والمهارية والمواصفات الجسمانية التي تتحكم
بتحديد مراكز اللاعبين ، إذ ان لكل لاعب مهارة
يمتاز بها تعتبر أدائه في تحقيق المهام المكلف

فينظر أليها كقدرات حركية توافقية فضلاً عن كونها قدرات بدنية⁽¹⁾ .
(لذلك فإن كافة الأنشطة الرياضية مثل كرة السلة وكرة القدم والكرة الطائرة وغيرها تعتمد بشكل أساسي على تطور هذه القدرات البدنية ، كما أن احتياج الرياضي لهذه القدرات يتباين تبعاً لخصوصية اللعبة أو الفعالية الرياضية فضلاً عن أن تطوير هذه القدرات بشكل جيد يعبر عن المحتوى الأساسي للتدريب)⁽²⁾
وأن لكل نشاط رياضي متطلباته البدنية الخاصة ، لذا أصبح من المهم تحديد أهم القدرات البدنية للنجاح والاستمرار للوصول إلى المستويات العليا وكرة السلة تتطلب قدرة لإنجاز حركات قوية وسريعة ومفاجئة ، وتعتبر القدرات البدنية من العناصر الأساسية والمهمة لتقدم اللاعب مهارياً وخططياً ، وأن أي ضعف في القدرات البدنية يؤدي إلى ضعف في الأداء المهاري والخططي وضعف في مستوى اللعب ، إذ لا يستطيع اللاعب مجاراة متطلبات اللعب الحديث الذي يتطلب القوة في الأداء وسرعة رد الفعل وغيرها من الصفات البدنية .
(إن لعبة كرة السلة من الألعاب التي تحتاج إلى لياقة بدنية عالية إضافة إلى إتقان الأداء

١ -المجال البشري : لاعبو أندية الدوري الممتاز بكرة السلة للموسم 2011/2010
٢ -المجال المكاني : القاعات الرياضية المغلقة للأندية وكالاتي :
- القاعة المغلقة في مركز شباب العروبة - محافظة القادسية
- القاعة المغلقة في كلية التربية الرياضية - محافظة بابل
- القاعة المغلقة في المعهد الفني - محافظة النجف
- القاعة المغلقة في نادي الشباب الرياضي - محافظة بغداد
٣ -المجال الزماني : للفترة من 2011/1/4 ولغاية 2011/2/27
2- الدراسات النظرية والسابقة .
1-2 الدراسات النظرية .
1-1-2 القدرات البدنية الخاصة للاعبين كرة السلة .
لقد أخذ مفهوم القدرات البدنية في مجال التدريب الرياضي معنى متميزاً تبعاً لآراء علماء المدارس التدريبية المختلفة كالمدارس الألمانية والروسية والأمريكية ، وعلى الرغم من تباين وجهات نظر علماء تلك المدارس في الآراء التدريبية ، إلا أننا نجدنا متفقة في مفهوم القدرات البدنية الأساسية (كالقوة والسرعة والتحمل) كقدرات بدنية وحركية وفسولوجية ، أما المرونة والرشاقة والتوازن والدقة والتوافق

(1) مصطفى محمود زيدان : كرة السلة للمدرب والمدرس ، دار

الفكر العربي ، القاهرة، 1999 ، ص 23 .

(2) بسطويس احمد : أسس ونظريات التدريب الرياضي ، القاهرة ،

دار الفكر العربي ، 1999 ، ص 110 .

المميزة لنوع النشاط الرياضي الذب تخصص به اللاعب.

ان المهارات الاساسية بكرة السلة تعتمد على عناصر عدة من مكونات اللياقة البدنية الخاصة فمثلا الطبطة تحتاج الى عنصر الرشاقة لتغيير الاتجاه وتغيير وضع الجسم والذراع ، واذا لم يمتلك اللاعب صفة الرشاقة فلا قيمة للطبطة التي يمتلكها ، كما افتقار اللاعب لعنصر السرعة لا يؤهله للوصول الى سلة المنافس بالوقت المناسب لاستلام الكرة واداء الهجوم السريع (1).

2-1-2 المهارات الأساسية في كرة السلة . لكل لعبة فرقية أو فردية مهارات ومبادئ أساسية يتم بوساطتها الوصول إلى تأدية اللعبة بشكل متكامل، وكلما ارتفع مستوى أداء المهارات والمبادئ الأساسية ارتفع الأداء العام للعبة، وفي لعبة كرة السلة تفهم كلمة المهارات آخر المبادئ الأساسية ثانياً مجموعة أنظمة وأساليب الانتقال والحركة بالكرة وبدونها، وكذلك نعني تأدية التكتل والتكتيل لها . (فريق كرة السلة الممتاز هو الذي يستطيع إفراده إن يؤدوا التمريرات بسرعة وإحكام وتوقيت مضبوط وان يصوبوا نحو السلة بدقة وبسرعة وان يتحركوا بالكرة بخفة وتحكم مع إجادة المهارات الدفاعية الفردية) (2). وهذا يعني إن لاعب كرة السلة المتفوق يجب إن يبذل كل جهده لتعلم المهارات الأساسية وبشكلها

المهاري والخططي إذ أنها تتطلب مستوى عالي من السرعة والقوة والتحمل (3).

(إن الإعداد البدني للاعب كرة السلة يهدف إلى تنمية الصفات البدنية الضرورية لنوع النشاط الرياضي الذي يتخصص فيه الفرد والعمل على تطويرها لأقصى مدى حتى يمكن الوصول بالرياضي لأعلى المستويات ، ومن هنا نؤكد إن هنالك قدرات بدنية خاصة ومعينة لتفضيلها على مكونات أخرى في ضوء متطلبات النشاط الممارس ، وهي ترتبط ارتباطاً وثيقاً بعملية تنمية المهارات الحركية إذ لا يستطيع الرياضي إتقان المهارات الحركية في حالة افتقاره للقدرات البدنية الضرورية والخاصة بالنشاط الرياضي المعين .

ان لاعب كرة السلة يحتاج الى هذه القدرات البدنية بدرجة عالية اذ يتطلب منه السرعة في الانتقال والسرعة في الاداء الحركي بالكرة ، والرشاقة في اداء المهارات الاساسية ، والقوة الانفجارية في القفز العمودي ، والدقة في التصويب ، وقدرة التحمل على اداء هذا العمل كله لفترات طويلة دون الشعور بالتعب ، لذا يجب التركيز في فترة الاعداد على تطوير القدرات البدنية الخاصة للاعب كرة السلة بشكل مستقل ثم ربطها بالمهارات الاساسية ، وهكذا نجد ان تنمية القدرات البدنية الخاصة لا تتم بصورة مجردة بل بارتباطها بالخصائص

(1) فائز بشير حمودات ، مؤيد عبد الله : كرة السلة ، وزارة التعليم

العالي والبحث العلمي ، جامعة الموصل ، 1987 ، ص 109

(2) مصطفى محمد زيدان : مصدر سبق ذكره ، 1999 ، ص 21.

(3) عبد الكريم الطائي : دليل التدريب الرياضي في كرة السلة ،

بغداد ، مطابع التعليم العالي ، 1990 ، ص 89-90 .

تتضمنها اللعبة بدقة وكفاية ونجاح (1)، (إن اللاعب لا يمكنه ان يلعب كرة السلة ما لم يكن قد تعلم أداء مهارات اللعبة الأساسية ونحن نقضي ثلاث أرباع الوقت تقريبا في التدريب على المهارات الأساسية (2) والمهارات في كرة السلة كثيرة ومتنوعة دفاعية وهجومية ولا توجد بينها ما هو مهم وما هو اهم من الآخر (هناك الكثير من المهارات الدفاعية والهجومية التي يجب على اللاعب ان يتقنها ، ولكن بشكل عام ف إن كل من مسك الك -رة وتمريرها والتصويب بأنواعه والمنورة (الطبطبة) هي من أهم المهارات الأساسية التي تقيس بها تقدم اللاعب في أداء مهارات لعبة كرة السلة (3) ، (ان المبدأ المهم في المهارات الأساسية هو إن تعرف ماذا تفعل بالكرة عندما تكون بحوزتنا (4) .

إن اجادة اعضاء الفريق للمهارات الأساسية وبشكلها الصحيح يجعل ذلك الفريق متقدما على باقي الفرق وبالأخص عندما توظف هذه المهارات بشكل فعال خلال اللعب .

الصحيح وفق أسس عملية صحيحة ،) الأساسيات الحركية هي جوهر المناورات التكتيكية في كرة السلة ، حيث تعتمد تلك المناورات على مهارة الأساسيات الحركية وتنفيذ تلك المناورات يفشل تماما في حالة ضعف الأساسيات الحركية (3) ، (إن لعبة كرة السلة تمتاز بكثرة مهارتها وتعتمد بشكل رئيسي على القدرات الادارية للاعب أي قدراته على استطلاع وقراءة البيئة المحيطة وتفسير المثيرات القادمة منها واختيار الاستجابة المناسبة إثناء الطبطبة والتهديف وكل الأنواع من خلال اتخاذ القرار الملائم (4) .

كما وان الأداء الجيد في أي لعبة فرضية يعني الأداء الميكانيكي الصحيح للمبادئ والمهارات الأساسية لتلك اللعبة حيث يطلق على الحركات الرئيسية التي تستخدم في اللعب اسم المهارات أو المبادئ الأساسية للعبة (5) .

إن المهارات الأساسية في أي لعبة هي (قدرة الفرد على أداء مجموعة الحركات الخاصة التي

(1) محمد حسن علاوي ، محمد نصر الدين رضوان : الاختيارات المهارية والتنمية في المجال الرياضي، ط1، القاهرة : دار الفكر العربي ، 1987 ، ص 85 .

(2) Adolph F.Rupps، Champion ship basketbau, prentice II all Inc, N. Y, 1984, P.24.

(3) مازن عبد الرحمن حديث : اثر تنمية الصفات البدنية في اداء المهارات الاساسية الهجومية بكرة السلة ، اطروحة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، 1995 ، ص5 .

(4) Red Holzman and Leonard Lewin، wining strategy Tactics, the Macmillan company, New York, 1975, P. 14.

(3) محمد عبد الرحيم اسماعيل : الاساسيات المهارية والخطوية الهجومية في كرة السلة ، ط2 ، الاسكندرية : منشأة المعارف ، 2003 ، 41 .

(4) محم ود عبد الفتاح : سيكولوجية الرمية البدنية والرياضة بين النظرية والتطبيق التجريبي ، ط2، القاهرة : دار الفكر ، 1995 ، ص212 .

(5) يوسف البازي ، مهدي نجم : المبادئ الاساسية في كرة السلة ، بغداد : مطبعة وزارة التعليم العالي والبحث العلمي ، 1988 ، ص40 .

١ تفوق لاعبي خماسي الكرة على لاعبي الملاعب المفتوحة في السرعة الانتقالية والقوة المميزة بالسرعة والاستجابة الحركية من حيث القدرات البدنية ، اما المهارات الاساسية فقد كان التفوق في السيطرة على الكرة ودقة التصويب وسرعة الاداء .

٢ تفوق لاعبي الملاعب المفتوحة على لاعبي الخماسي في مطاولة السرعة ومطاولة القوة من حي القدرات البدني ، اما المهارات الاساسية فقد كان التفوق في مهارة دقة المناولة والدرجة .

❖ اوجه التشابه والاختلاف بين الدراستين

- تتشابه الدراستين بانهما ضمن الالعاب الفرقية ، كما انها تبحث في التعرف على القدرات البدنية والمهارات الاساسية ، وان العينة كانت من اللاعبين المتقدمين .
- تختلف الدراستين في ان السابقة تبحث في ايجاد الفروق اي المقارنة في القدرات البدنية والمهارات الاساسية بين لاعبي خماسي الكرة والملاعب المفتوحة ، اما الدراسة الحالية فقد ركزت في التعرف على العلاقات الارتباطية بين القدرات البدنية والاداء المهاري بكرة السلة

- تختلف الدراستين في ان السابقة تبحث في المقارنة بين لاعبي خماسي الكرة والملاعب المفتوحة في القدرات البدنية والمهارات الاساسية وبصورة عامة بدون تحديد مراكز اللعب ولكل صفة محددة ، اما الدراسة

وتتقسم المهارات الأساسية لكرة السلة إلى (مهارات دفاعية ومهارات هجومية) وتختلف آراء المدربين من حيث أولوية التعليم لهذه المهارات والمهارات الأساسية بكرة السلة هي :

١. مسك الكرة واستلامها .
٢. التمير (مناولة الكرة)
٣. المحاورة (الطبطبة بالكرة)
٤. التصويب (تصويب الكرة على لوحة السلة)

2-2 الدراسات السابقة

1-2-2 دراسة (حسام محمد جابر وآخرين)⁽¹⁾ (دراسة مقارنة لبعض القدرات البدنية والمهارات الأساسية للاعبين الخماسي والملاعب المفتوحة بكرة القدم)

هدفت الدراسة في التعرف على الفروق في القدرات البدنية الخاصة للاعبين خماسي الكرة والملاعب المفتوحة ، والتعرف على الفروق في المهارات الأساسية للاعبين خماسي الكرة والملاعب المفتوحة ، وقد استخدم الباحثون المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لحل مشكلة البحث ، اما عينة البحث فقد تم اختيارها بالطريقة العمدية وهم لاعبو نادي نفط الجنوب ونادي الجنوب للدرجة الاولى للموسم 2009-2010 والبالغ عددهم 10 لاعبين لكل فريق وقد توصل الباحثون الى عدة استنتاجات من اهمها

(1) حسام محمد جابر وآخرين : دراسة مقارنة لبعض القدرات

البدنية والمهارات الاساسية للاعبين الخماسي والملاعب المفتوحة بكرة القدم ، بحث منشور في مجلة القادسية لعلوم التربية الرياضية ، جامعة القادسية ، كلية التربية الرياضية ، المجلد 11 ، العدد 2 ، ص 1 .

(أندية للموسم الرياضي 2010 - 2011)
والبالغ عددهم (120) لاعبا وقد تم اختيار
خمسة أندية وهي (الحلة ، الحدود ، النجف ،
التضامن ، الرافدين) تمثل عينة البحث بالطريقة
العشوائية البسيطة وبذلك بلغت عينة البحث (60)
لاعبا وفق مراكز اللعب ، إذ شكلت العينة
من المجتمع الأصلي نسبة 50 % . وقد تم
إجراء التجانس لأفراد عينة البحث من حيث (
العمر ، الوزن ، الطول ، العمر التدريبي)
وكما مبين في الجدول (1) .

جدول (1) يبين تجانس العينة

النتيجة	معامل الالتواء	الانحراف المعياري	الوسيط	الوسط الحسابي	المتغير ت
متجانس	0.43	7.42	183	182.6 5	الطول / سم
متجانس	0.51	2.27	77.5	77.41	الوزن / كغم
متجانس	0.85	0.67	21	20.53	العمر / سنة
متجانس	0.71	1.36	18	18.71	العمر التدريبي /سنة

متجانسة لان قيمة معامل الالتواء $1 \pm$

3-3 أدوات البحث والأجهزة والأدوات
المساعدة
1-3-3 أدوات البحث
1- الملاحظة .

الحالية فقد ركزت على ايجاد العلاقات
الارتباطية بين القدرات البدنية الخاصة
والاداء المهاري للاعبين كرة السلة وفق
المراكز المختلفة والتي يشغلها اللاعب اثناء
الاداء

• اختلاف المواصفات البدنية والمهارية بين
لاعبين كرة القدم وكرة السلة بناء على
متطلبات اللعبة وخصوصيتها وقواعدها
القانونية مما يؤثر على طبيعة القدرات
البدنية والاداء المهاري بين اللعبتين

3- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية .

1-3 منهج البحث .

استخدم الباحثان المنهج الوصفي بالأسلوب
المسحي كونه المنهج الملائم لحل مشكلة البحث
وتحقيق أهدافه إذ يعرف المنهج الوصفي بأنه (
وصف وتفسير ما هو كائن) (أ) .

2-3 مجتمع وعينة البحث .

يعد اختيار العينة من الخطوات الهامة ، إذ يقوم
الباحث عادة بتحديد مجتمع الأصل حسب
المشكلة أو الظاهرة التي يريد دراستها وتعرف
بأنها نموذج يمثل جانباً آخر من وحدات
المجتمع الأصل () .

وقد حدد الباحث مجتمع البحث وهم لاعبو فرق
الدوري الممتاز بكرة السلة والبالغ عددهم (10

(أ) خير الدين عويس : دليل البحث العلمي ، دار الفكر العربي ، القاهرة ،
1999 ، ص 102 .

() عامر إبراهيم فندلجي : البحث العلمي واستخدام مصادر المعلومات ،
دار البازوري العلمية ، 1999 ، ص 137 .

	<p>2- المقابلة .</p> <p>3- الاستبانة .</p> <p>4- التجريب .</p> <p>3-3-2 الأجهزة والأدوات المساعدة</p> <p>1- ملعب كرة السلة قانوني .</p> <p>2- كرات سلة عدد (10) نوع (molten).</p> <p>3- ساعات توقيت عدد (2) نوع (DIAMOND DM3-060) .</p> <p>4- شواخص عدد (15) محلي الصنع .</p> <p>5- جهاز الرستاميتير لقياس الوزن والطول .</p> <p>6- شريط قياس معدني</p> <p>7- صافرة عدد (2) نوع (FOX80) .</p> <p>8- استمارات لتسجيل البيانات خلال الاختبارات</p> <p>3-4 إجراءات البحث الميدانية</p> <p>3-4-1 الاختبارات المستخدمة في البحث</p> <p>يعد الاختبار احد الوسائل المهمة لتقويم مستوى أداء الرياضي ، وقد تم تحديد الاختبارات التي يحتاجها الباحثان في الدراسة ، إذ تم ترشيحها بناءً على متطلبات الدراسة وبعد استشارة ذوي الخبرة والاختصاص* ومن خلال خبرة الباحثان بهذا المجال .</p>
	<p>* السادة الخبراء والمختصين</p> <p>١ - ا.د. عبد الجبار سعيد محسن / تدريب رياضي - كرة سلة / جامعة القادسية / كلية التربية الرياضية</p> <p>٢ - ا.د. حيدر عبد الرزاق كاظم / تدريب رياضي - كرة سلة / جامعة البصرة / كلية التربية الرياضية</p> <p>٣ - ا.م.د جمال صبري فرج / تدريب رياضي - كرة سلة / جامعة بابل / كلية التربية الرياضية</p> <p>٤ - ا.م.د عايد حسين / تدريب رياضي - كرة سلة / جامعة بابل / كلية التربية الرياضية</p> <p>٥ - م.د فلاح حسن عبد الله / فلسفة التدريب - كرة سلة / جامعة القادسية / كلية التربية الرياضية</p>
٦ - م.د مهند فيصل / بايوميكانيك - كرة سلة / جامعة ذي قار / كلية التربية الرياضية	
٧ - م.د نصر حسين / تدريب رياضي - كرة سلة / جامعة بابل / كلية التربية الرياضية	

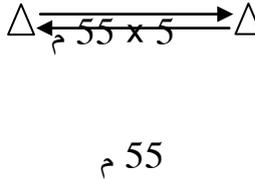
3-4-1-1 اختبارات القدرات البدنية (1)

القياس	الاختبار المستخدم	الأداء والتسجيل
الرشاقة الكلية للجسم	جري الزكزاك بطريقة (بارو)	يقوم اللاعب بالجري من الوقوف على شكل رقم (8) ويكون الدوران حول القوائم مع عدم لمسها او الاصطدام بها ، يستمر اللاعب بالدوران ثلاث مرات بسرعة . - يسجل الزمن للاعب لأقرب (10/1) من الثانية .
القدرة العضلية للرجلين	القفز العمودي	يمسك المختبر قطعة من الطباشير الملون ثم يقف مواجهًا الحائط بحيث يكون العقبين متلاصقين والقامة ممدودة والارجل مفرودة ويقوم المختبر بمد الذراع على الحائط عاليا لاقصى مما يمكن لتحديد علامة على الحائط قبل القفز للاعلى لكي يتم تحديد مستوى القفز من هذه الاشارة وبعدها يقوم اللاعب بمرجحة الذراعين للأسفل والى الخلف مع ثني الجذع للامام والى الاسفل وتهي الركبتين الى وضع القائمة يقوم بالقفز عاليا للوصول اقصى ارتفاع ، للتاشير بوساطة الطباشير على الحائط ومن الوضع الجانبي للجسم . يعطى للمختبر ثلاث محاولات متتالية تحتسب له نتائج افضل محاولة لأقرب "1" سم
السرعة الانتقالية	ركض 30 متر من البدء المنطلق	- يتخذ المختبر وضع الاستعداد خلف الخط الأول وعند سماعه إشارة البدء يقوم المختبر بالركض بسرعة تزايدية إلى أن تصل أقصاها عند خط البدء الثاني عندها يوقف ألميقاتي ساعته . - يسجل للمختبر الزمن ولأقرب (10/1) من الثانية .

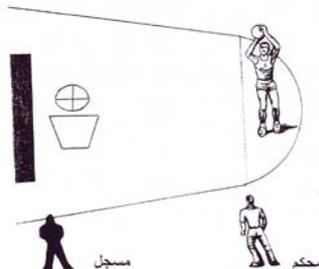
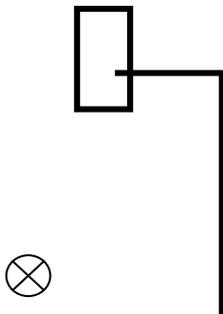
(1) على سلوم جواد : الاختبارات والقياس والاحصاء في المجال الرياضي ، جامعة القادسية ، كلية التربية الرياضية ، 2007 ، ص74

علاقة القدرات البدنية الخاصة بالأداء المهاري وفق مراكز اللعب المختلفة لدى لاعبي كرة السلة
بحث تقدم به

م.د. لازم محمد عباس م.د. قاسم محمد عباس

<p>- يتخذ المختبر وضع الانبطاح مع ثني الركبتين ، وعند سماعه لإشارة البدء يقوم بملامسة الصدر للأرض إثناء ثني الذراعين كاملاً ثم مداها كاملاً . - يتم حساب عدد مرات الثني والمد خلال (10 ثوان) .</p>	<p>الاستناد الأمامي خلال 10 ثانية</p>	<p>القدرة العضلية للذراعين</p>
<p>55 م</p> 	<p>- يتخذ المختبر وضع البداية امام الراية الاولى (أ) من الوضع العالي ، وعند الاشارة يقوم اللاعب بالجري ذهابا وايابا لخمس مرات على ان تنتهي عند النقطة (ب) . - يسجل الوقت المستغرق للاداء بالثواني .</p>	<p>الجري المكوكي التحمل الدوري التنفسي</p>

2-1-4-3 اختبارات الأداء المهاري

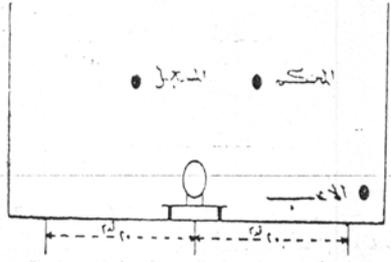
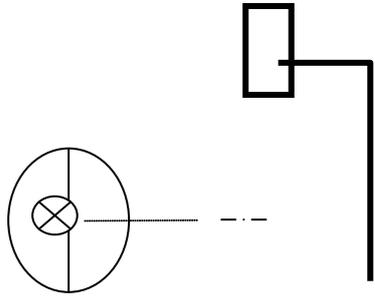
رسم الاختبار	الأداء و القياس	الاختبار المستخدم	(1). المهارة
	<p>يمنح كل لاعب (10) محاولة مقسمة على مجموعتين كل مجموعة مكونة من (5) محاولات متتالية. - تحسب نقطة لكل كرة تدخل السلة و صفر لكل كرة لم تدخل السلة .</p>	<p>اختبار التصويب من منطقة الرمية الحرة (فاول شوت)</p>	<p>التصويب</p>
	<p>- يقف المختبر اسفل السلة مباشرة وهو ممسك بالكرة ، وعند سماع اشارة البدء ، يقوم بالتصويب على السلة (بيد واحدة او باليدين) محاولا اصابة الهدف ثم استعادة السيطرة على الكرة بسرعة (سواء حقق الهدف ام لا يحقق) ، وهكذا يكرر العمل باسرع ما يمكن مع محاولة اصابة الهدف</p>	<p>اختبار التصويب من اسفل السلة 30 ثا</p>	<p>التصويب</p>

(1) محمد محمود عبد الدائم ، محمد صبحي حسانين : القياس في كرة السلة ، ط1 ، القاهرة : دار الفكر العربي ، 1984 . ص128

علاقة القدرات البدنية الخاصة بالأداء المهاري وفق مراكز اللعب المختلفة لدى لاعبي كرة السلة

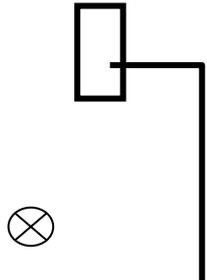
بحث تقدم به

م.د. لازم محمد عباس م.د. قاسم محمد عباس

<p>لاعب وكرة</p>	<p>أكبر عدد ممكن من الأهداف خلال (30) ثانية وهي الفترة المحددة للاداء على ان يتوقف المختبر عند سماع اشارة النهاية. - يحسب للمختبر درجة واحدة لكل تصويبة ناجحة وصفر لكل تصويبة لم تدخل السلة .</p>	
	<p>يقوم المختبر بالتصويب باليد الواحدة من مسافة 6 م على جانبي السلة من جانب اليمين واليسار بعدد 20 تصويبة لكل جانب 10 تصويبات . - تحسب درجتان لكل تصويبة ناجحة ، ودرجة لكل تصويبة تمس الحلقة .</p>	<p>التصويب اختبار التصويب بالقفز من الجانب 6 م</p>
 <p>لاعب وكرة</p>	<p>يقوم اللاعب بالطبطة من منتصف الملعب واداء الثلاثية والتصويب على السلة ، لكل لاعب 10 محاولات . - يحسب درجة واحدة لكل محاولة ناجحة وبأداء قانوني ، ولا تحسب نقطة للاداء الخاطيء والكرة التي لم تدخل السلة .</p>	<p>الطبطة والتصوي ب السلمي بعد اداء الطبطة</p>
<p>خطوات الدفاع</p>	<p>- يقف المختبر خلف خط البداية (نقطة تقع خلف منتصف الحد النهائي) ومع إشارة البدء يتحرك المختبر بخطوات دفاعية للأمام حتى يعبر منتصف الملعب ثم يعود للخلف بخطوات نفسها (بظهره) حتى يعبر نقطة البداية ، ثم يقوم المختبر بالدوران ومواجهة اتجاه الركض بجانبه ويتحرك بخطوات جانبية تجاه منتصف الملعب حتى يعبر النقطة نفسها ثم يعود بعكس اتجاه حركته بخطوات الجانبية نفسها . - يتم تسجيل الوقت للمختبر خلال محاولتين ويتم اعتماد أفضلها .</p>	<p>خطوات الدفاع حركة اللاعب المدافع</p>

علاقة القدرات البدنية الخاصة بالأداء المهاري وفق مراكز اللعب المختلفة لدى لاعبي كرة السلة
 بحث تقدم به

م.د. لازم محمد عباس م.د. قاسم محمد عباس

 <p>لاعب وكرة</p>	<p>- يقف اللاعب تحت السلة ومعه الكرة وعند اعطاء الاشارة يقوم بتوجيه الكرة نحو السلة باليد او اليدين مع القفز ومتابعة الكرة وخلال 30 ثا ، ويمنح المختبر محاولة واحدة . - تحسب عدد مرات لمس الكرة لوحدة السلة خلال 30 ثا للأداء الصحيح .</p>	<p>المتابعة الاختبار متابعة الكرة على لوحة الهدف</p>
--	--	---

3-4-3 الأسس العلمية

تم أيجاد المعاملات العلمية (الصدق ، الثبات .
 الموضوعية) للاختبارات المستخدمة في البحث
 ١ الصدق :

يعد الصدق من أهم شروط الاختبار الجيد
 وصدق الاختبار يعني (ان يكون الاختبار قادرا
 على قياس السمة او الظاهرة او الصفة التي
 وضع من اجلها) ⁽¹⁾ ، وقد استخدم الباحث
 (صدق المحتوى) وهو احد انواع الصدق إذ تم
 عرض تفاصيل الاختبارات على الخبراء

٣ - م. حيدر جمعة / كلية التربية الرياضية / جامعة بابل /
 مدرب نادي التضامن

٤ - م.م حسن عبد الهادي / كلية التربية الرياضية / جامعة
 القادسية

٥ - باسم محمد عباس / بكالوريوس تربية رياضية / مدرب
 نادي الرافدين

٦ - خالد إبراهيم / بكالوريوس تربية رياضية / مدرب نادي
 الحدود

٧ - احمد كاظم / بكالوريوس تربية رياضية / مدرب نادي
 النجف

٨ - وليد عدنان خفيف / بكالوريوس تربية رياضية / مدرب
 كرة سلة

٩ - احمد مصلح / دبلوم / تربية رياضية / مدرب كرة سلة
⁽¹⁾ مروان عبد المجيد : اسس البحث العلمي لاعداد الرسائل
 الجامعية ، مؤسسة الوراق ، عمان ، 2000 ، ص43

2-4-3 التجربة الاستطلاعية

تم إجراء التجربة الاستطلاعية في القاعة المغلقة
 في مركز شباب العروبة في تمام الساعة الثالثة
 عصرا في يوم الثلاثاء والأربعاء المصادف 4-
 2011/1/5 وعلى لاعبين من مجتمع البحث
 وكان الهدف منها.

- تحديد الصعوبات التي قد تواجه فريق
 العمل في التجربة الرئيسية .
- التأكد من سلامة الأجهزة وأدوات القياس
- معرفة مدى ملائمة تلك الاختبارات
 لأفراد عينة البحث .
- معرفة الوقت اللازم لتطبيق الاختبارات
- التعرف على مدى فهم واستيعاب أفراد
 العينة للاختبارات .
- تهيئة فريق العمل المساعد ^(*) على كيفية
 أداء الاختبارات .

^(*) فريق العمل المساعد

١ - م.د فلاح حسن عبد الله / كلية التربية الرياضية /
 جامعة القادسية

٢ - م.د نصر حسين / كلية التربية الرياضية / جامعة بابل
 / مدرب نادي الحلة

معامل الارتباط البسيط بين اراء السادة
 المحكمين (*) ، علما ان الاختبارات واضحة ولا
 تحتمل التأويل والتحريف ، وكما في الجدول
 (2) الذي يوضح ان الاختبارات تمت
 بموضوعية عالية .

جدول (2)

يبين المعاملات العلمية للاختبارات المستخدمة

ت	الاختبارات المستخدمة في البحث	الثبات	الموضوعية
	اختبارات القدرات البدنية الخاصة		
1	جري الزكزاك بطريقة (بارو)	0.92	0.90
2	القفز العمودي (لسارجننت)	0.91	0.94
3	ركض 30م (سرعة انتقالية)	0.88	0.90
4	الاستناد الامامي (شناو)	0.86	0.96
5	الجري المكوكي (التحمل الدوري التنفيسي)	0.81	0.91
	اختبارات الاداء المهاري		
1	التصويب السلمي	0.86	0.95
2	التصويب من الثبات (الرمية)	0.85	0.96

(*) م.م حسن عبد الهادي / كلية التربية الرياضية / جامعة القادسية
 باسم محمد عباس / بكالوريوس تربية رياضية / مدرب كرة سلة
 وليد عدنان خفيف / بكالوريوس تربية رياضية / مدرب كرة سلة

والمختصين واتفقوا على أن هذه الاختبارات
 تقيس الصفة التي وضعت من اجلها .

2- الثبات :

يتصف الاختبار الجيد بالثبات (هو الاختبار
 الذي يعطي نتائج متقاربة أو نفس النتائج إذا
 أجريت أكثر من مرة في ظروف مماثلة) (2)
 ولكي يتحقق الباحث من ثبات الاختبار، قام
 باستخدام طريقة الاختبار وإعادة الاختبار، إذ تم
 تطبيق الاختبار الاول في يومي الثلاثاء
 والاربعاء الموافق 4-5/1/2011 وقد اعيد
 تطبيق الاختبار مرة ثانية يومي الخميس
 والجمعة الموافق 13-14/1/2011 تحت
 نفس الظروف قدر المستطاع وبعد ذلك تم
 استخراج الثبات باستخدام معامل الارتباط
 البسيط (بيرسون) اذ ظهر ان الاختبارات تتمتع
 بثبات عالي.

3- الموضوعية :

(يقصد بموضوعية الاختبار هي عدم تآثر
 الاحكام الذاتية من قبل المختبر او ان توافر
 الموضوعية دون تحيز والتدخل الذاتي من قبل
 المختبر فكلما زادت درجة الذاتية على الاحكام
 كلما قلت نتيجة الموضوعية) (3) لذلك ففي
 الاختبارات سجلت الاوقات والدرجات من قبل
 محكمين واستخرجت الموضوعية باستخدام

(2) مروان عبد الحميد: المصدر السابق نفسه ، عمان ، 2000 ،
 ص42

(3) وجيه محجوب : البحث العلمي ومناهجه ، بغداد ، دار الكتب
 للطباعة والنشر ، 2002 ، ص 20

علاقة القدرات البدنية الخاصة بالأداء المهاري وفق مراكز اللعب المختلفة لدى لاعبي كرة السلة
 بحث تقدم به

م.د. لازم محمد عباس م.د. قاسم محمد عباس

الحرّة		
3	التصويب من القفز	0.80 0.94
4	الطبطبة بين الحواجز	0.86 0.90
5	المتابعة الدفاعية	0.87 0.93
6	خطوات الدفاع	0.83 0.95
7	التصويب من أسفل السلة	0.85 0.96

4-4-3 التجربة الرئيسية
 تم إجراء التجربة الرئيسية لعينة البحث خلال الفترة المحصورة بين 20/1/2011 ولغاية 27/2/2011 حيث تم خلال هذه الفترة إجراء اختبارات القدرات البدنية والأداء المهاري للاعبين

كل فريق من أفراد العينة ، وقد تم إجراء الاختبارات بصورة عامة لكل اللاعبين دون تقسيمهم إلى مجاميع كون الاختبارات هي عامة لمعرفة القدرات البدنية والأداء المهاري للاعبين كرة السلة وقد تم بعد ذلك فرز العينة على أساس المركز الذي يلعب به اللاعب عن طريق استمارة تم تسجيل البيانات الخاصة لكل لاعب والتي عن طريقها تم إجراء التجانس ومعرفة مركز اللاعب ، وقد تم إجراء الاختبارات على مدى ثلاثة أيام وكما موضح في الجدول (3) في أدناه .

جدول (3)

ت	اليوم	الوقت	الاختبارات المنفذة
1	الأول	3 عصرا	التصويب من الثبات (الرمية الحرّة) - التصويب من القفز - ركض 30 م - خطوات الدفاع
2	الثاني	3 عصرا	جري الزكزاك بطريقة (بارو) - التصويب من أسفل السلة - المتابعة الدفاعية - الجري المكوكي .
3	الثالث	3 عصرا	القفز العمودي - التصويب السلمي - الاستناد الامامي - الطبطبة بين الحواجز

5-3 الوسائل الإحصائية .

بعد جمع البيانات والمعلومات قلم الباحث بإجراء التحليلات الإحصائية باستخدام الحقيبة الإحصائية

SPSSver.12 لاستخراج النتائج :

- ١ -الوسط الحسابي .
- ٢ -الانحراف المعياري .
- ٣ -النسبة المئوية .
- ٤ -معامل الارتباط البسيط (بيرسون)

٥ - معامل الالتواء

4- النتائج .. عرضها وتحليلها ومناقشتها.

4-1- عرض النتائج وتحليلها .

جدول (4) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للقدرات البدنية وفق مراكز اللعب المختلفة

المركز	المتغيرات الوصف	جري الزكزاك (زمن) ثا	القفز العمودي (مسافة) سم	ركض 03م(زمن) ثا	الاستناد الأمامي(عدد)	الجري المكوكي(زمن) ثا
الموزع	الوسط الحسابي	24.240	37.411	4.331	13.117	52.878
	الانحراف المعياري	0.904	6.773	0.243	2.713	0.928
الزاوية	الوسط الحسابي	22.251	41.473	4.41	11.684	53.850
	الانحراف المعياري	1.755	4.883	0.157	2.688	0.876
الارتكاز	الوسط الحسابي	27.235	43.833	4.835	12.50	53.942
	الانحراف المعياري	2.175	7.88	0.270	2.467	1.104

على التوالي (37.411 ، 41.473 ،
43.833) وبانحراف معياري بلغ (1.773 ،
0.883 ، 1.88) إما بالنسبة لأداء (ركض
30م) فقد ظهر عندها إن قيمة الوسط الحسابي
وللمراكز على التوالي (4.331 ، 4.41 ،
4.835) وبانحراف معياري يساوي (0.243 ،
0.157 ، 0.270) في حين ظهرت أرقام
الوسط الحسابي لأداء (الاستناد الأمامي) يساوي
(13.117 ، 11.684 ، 12.50) وبانحراف
معياري بلغ (2.713 ، 2.688 ، 2.467) إما
بالنسبة لأداء (الجري المكوكي) فقد ظهرت أرقام
الوسط الحسابي للمراكز على التوالي (52.878

يتضح من الجدول (4) إن هنالك تباين في قيم
الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للقدرات
البدنية الخاصة وفق مراكز اللعب المختلفة
للاعبي كرة السلة .
بالنسبة لأداء (جري الزكزاك) وفق مراكز اللعب
المختلفة (صانع الألعاب (الموزع) ، الزاوية ،
الارتكاز) فقد ظهر عندها إن قيمة الوسط
الحسابي على التوالي (24.240 ، 22.251 ،
27.235) وبانحراف معياري يساوي (0.904 ،
1.755 ، 2.175) في حين ظهرت أرقام
الوسط الحسابي لأداء (القفز العمودي) للمراكز

علاقة القدرات البدنية الخاصة بالأداء المهاري وفق مراكز اللعب المختلفة لدى لاعبي كرة السلة
 بحث تقدم به

م.د. لازم محمد عباس م.د. قاسم محمد عباس

وبانحراف معياري بلغ (53.850 ، 53.942) والانحرافات المعيارية وفق مراكز اللعب المختلفة للاعبي كرة السلة وهذا ما تم ملاحظته من خلال النتائج

جدول (5) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للأداء المهاري وفق مراكز اللعب المختلفة

المركز	المتغيرات	التصويب السلمي/ عدد	الرمية الحرّة/عد د	التصويب بالقفز/عد د	الطبّبة بين الحوّاجز/زم ن	متابعة دفاعية / عدد	خطوات الدفاع/زم ن	التصويب أسفل السلة/عدد
	الوصف							
الموزع	الوسط	9.117	7.235	26.294	8.58	14.588	21.177	13.882
	الانحراف	0.857	0.831	1.212	0.380	1.064	0.896	1.269
الزاوية	الوسط	9.157	7.578	28.736	8.607	15.421	20.201	14.473
	الانحراف	0.834	0.901	1.627	0.389	1.121	0.978	0.513
الارتكاز	الوسط	8.125	6.791	22.916	9.983	20	23.775	16.083
	الانحراف	0.679	1.178	1.998	0.610	1.318	1.138	0.717

(التصويب من القفز) فقد ظهر عندها قيمة الوسط الحسابي على التوالي (26.294 ، 28.736 ، 22.916) وبانحراف معياري يساوي (1.212 ، 1.627 ، 1.998) في حين جاءت أقيام الوسط الحسابي لمهارة (الطبّبة بين الحواجز) يساوي (8.58 ، 8.68 ، 9.983) وبانحراف معياري بلغ (0.380 ، 0.389 ، 0.610) إما بالنسبة لأداء المتابعة الدفاعية فقد ظهر عندها إن قيمة الوسط الحسابي جاءت على التوالي (14.588 ، 15.421 ، 20) وبانحراف معياري يساوي (1.064 ، 1.121 ، 1.218) في حين جاءت أقيام الوسط الحسابي لأداء خطوات الدفاع يساوي (21.177 ، 20.201 ، 23.775)

يتضح من الجدول (5) إن هنالك تباين في قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للأداء المهاري وفق مراكز اللعب المختلفة للاعبي كرة السلة بالنسبة لمهارة (التصويب السلمي) وفق مراكز اللعب المختلفة (صانع الألعاب (الموزع) ، الزاوية ، الارتكاز) ظهر عندها إن قيمة الوسط الحسابي جاءت على التوالي (9.117 ، 9.157 ، 8.125) وبانحراف معياري يساوي (0.857 ، 0.834 ، 0.679) في حين جاءت أقيام الوسط الحسابي لمهارة (التصويب من الرمية الحرّة) على التوالي (7.578 ، 7.325 ، 6.791) وبانحراف معياري بلغ (0.831 ، 0.901 ، 1.178) إما بالنسبة لمهارة

علاقة القدرات البدنية الخاصة بالأداء المهاري وفق مراكز اللعب المختلفة لدى لاعبي كرة السلة
 بحث تقدم به

م.د. لازم محمد عباس م.د. قاسم محمد عباس

ولاعبي كرة السلة وللأداء المهاري وهذا ما تم ملاحظته من خلال النتائج . ولم يقف الباحثان عند هذا الحد وإنما تعدى ذلك إلى بيان العلاقات الارتباطية ما بين القدرات البدنية الخاصة والأداء المهاري وفق مراكز اللعب المختلفة للاعبين كرة السلة ، وذلك من خلال استخدام اختبار الارتباط البسيط والجداول (8،7،6) يبين نتائجه .

وبانحراف معياري بلغ (0.896 ، 0.978 ، 1.128) إما بالنسبة لمهارة التصويب من أسفل السلة فقد جاءت أقياما على التوالي (13.882 ، 14.473 ، 16.083) وبانحراف معياري بلغ (1.269 ، 0.513 ، 0.717) ، وهذا يكشف لنا الحال المتباين ما بين أقيام الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وفق مراكز اللعب المختلفة

جدول (6) يبين قيمة (ر) المحتسبة بين القدرات البدنية والأداء المهاري لمركز الموزع

الجري المكوكي	الاستناد الأمامي	ركض 30م	القفز العمودي	جري الزكراك	البدنية المهارية
0.390	0.409	0.576	0.629	0.597	الطبطة والتصويب السلمي
0.238	0.537	0.137	0.537	0.439	الرمية الحرة
0.143	0.581	0.221	0.490	0.144	التصويب بالقفز
0.300	0.432	0.530	0.512	0.680	الطبطة بين الحواجز
0.599	0.390	0.156	0.440	0.126	المتابعة الدفاعية
0.249	0.522	0.210	0.211	0.380	خطوات الدفاع
0.582	0.527	0.074	0.606	0.292	التصويب أسفل السلة

القيمة الجدولية عند مستوى دلالة (0.05) هي (0.482)

بين الحواجز والمتابعة الدفاعية وخطوات الدفاع والتصويب من أسفل السلة) جاءت على التوالي (0.597 ، 0.429 ، 0.144 ، 0.680 ، 0.126 ، 0.380 ، 0.292) وهذا يكشف لنا عن وجود علاقة ارتباط معنوية للجري من الزكراك مع (التصويب السلمي ، والطبطة بين الحواجز) في حين جاءت قيمة (ر) المحتسبة

يبين الجدول (6) إن هنالك علاقة ارتباط معنوية في أقيام الأوساط الحسابية للقدرات البدنية الخاصة والأداء المهاري للاعبين كرة السلة ولمركز صانع الألعاب (الموزع) بالنسبة لأداء (جري الزكراك) فقد كانت قيمة (ر) المحتسبة مع الأداء المهاري (التصويب السلمي ومن الرمية الحرة ومن القفز والطبطة

علاقة القدرات البدنية الخاصة بالأداء المهاري وفق مراكز اللعب المختلفة لدى لاعبي كرة السلة
بحث تقدم به

م.د. لازم محمد عباس م.د. قاسم محمد عباس

<p>0.522 ، 0.390 ، 0.432 ، 0.581 ، 0.527) وهذا يكشف لنا عن وجود علاقة ارتباط معنوية للاستناد الأمامي مع (التصويب من الرمية الحرة ومن القفز وخطوات الدفاع والتصويب من أسفل السلة) إما بالنسبة لأداء (الجري المكوكي) فقد كانت قيمة (ر) المحتسبة مع الأداء المهاري تساوي (0.390 ، 0.238 ، 0.143 ، 0.300 ، 0.599 ، 0.249 ، 0.582) وهذا يكشف لنا عن وجود علاقة ارتباط معنوية للجري المكوكي مع (خطوات الدفاع والتصويب من أسفل السلة) ، إذ كانت قيمة (ر) الجدولية (0.482) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (15) .</p>	<p>لأداء (القفز العمودي) مع الأداء المهاري على التوالي (0.629 ، 0.375 ، 0.490 ، 0.512 ، 0.440 ، 0.211 ، 0.606) وهذا يبين وجود علاقة ارتباط معنوية للقفز العمودي مع (التصويب السلمي والطبقة بين الحواجز والتصويب من أسفل السلة) إما بالنسبة لأداء (ركض 30م) فقد كانت قيمة (ر) المحتسبة مع الأداء المهاري تساوي (0.576 ، 0.137 ، 0.221 ، 0.530 ، 0.156 ، 0.210 ، 0.074) وهذا يكشف لنا عن وجود علاقة ارتباط معنوية لركض 30م مع (التصويب السلمي والطبقة بين الحواجز) في حين جاءت قيمة (ر) المحتسبة لأداء (الاستناد الأمامي) مع الأداء المهاري على التوالي (0.490 ، 0.537</p>
---	--

جدول (7) يبين قيمة (ر) المحتسبة بين القدرات البدنية والاداء المهاري لمركز الزاوية

المهارة البدنية	جري الزكراك	القفز العمودي	ركض 30م	الاستناد الامامي	الجري المكوكي
الطبقة والتصويب السلمي	0.632	0.560	0.610	0.497	0.491
الرمية الحرة	0.269	0.241	0.267	0.570	0.428
التصويب بالقفز	0.173	0.502	0.321	0.493	0.220
الطبقة بين الحواجز	0.540	0.379	0.528	0.550	0.280
المتابعة الدفاعية	0.420	0.330	0.151	0.248	0.146
خطوات الدفاع	0.322	0.213	0.463	0.499	0.479
التصويب اسفل السلة	0.118	0.480	0.172	0.645	0.538

القيمة الجدولية عند مستوى دلالة (0.05) هي (0.456)

السلمي ومن الرمية الحرة ومن القفز والطبقة
بين الحواجز والمتابعة الدفاعية وخطوات الدفاع
والتصويب من أسفل السلة) جاءت على التوالي
(0.632 ، 0.269 ، 0.173 ، 0.420 ،
0.322 ، 0.118) وهذا يكشف لنا عن وجود
علاقة ارتباط معنوية للجري من الزكراك مع (

يبين الجدول (7) ان هنالك علاقة ارتباط
معنوية في اقيام الاوساط الحسابية للقدرات
البدنية الخاصة والاداء المهاري للاعب كرة
السلة ولمركز الزاوية (الجنح)
بالنسبة لاداء (جري الزكراك) فقد كانت قيمة
(ر) المحتسبة مع الاداء المهاري (التصويب

علاقة القدرات البدنية الخاصة بالأداء المهاري وفق مراكز اللعب المختلفة لدى لاعبي كرة السلة
 بحث تقدم به

م.د. لازم محمد عباس م.د. قاسم محمد عباس

0.493 ، 0.550 ، 0.248 ، 0.499 ،
 (0.645) وهذا يكشف لنا عن وجود علاقة
 ارتباط معنوية للاستناد الامامي مع (التصويب
 السلمي ومن الرمية الحرة ومن القفز والطبطة
 بين الحواجز وخطوات الدفاع والتصويب من
 اسفل السلة) اما بالنسبة لاداء (الجري المكوكي)
 فقد كانت قيمة (ر) المحتسبة مع الاداء المهاري
 تساوي (0.491 ، 0.428 ، 0.220 ،
 0.028 ، 0.146 ، 0.479 ، 0.538) وهذا
 يكشف لنا عن وجود علاقة ارتباط معنوية
 للجري المكوكي مع (التصويب السلمي وخطوات
 الدفاع والتصويب من اسفل السلة) ، اذ كانت
 قيمة (ر) الجدولية (0.456) عند مستوى دلالة
 (0.05) ودرجة حرية (17) .

التصويب السلمي ، والطبطة بين الحواجز) في
 حين جاءت قيمة (ر) المحتسبة لاداء (القفز
 العمودي) مع الاداء المهاري على التوالي
 (0.560 ، 0.241 ، 0.502 ، 0.379 ،
 0.330 ، 0.213 ، 0.480) وهذا يكشف لنا
 عن وجود علاقة ارتباط معنوية للقفز العمودي
 مع (التصويب السلمي ومن القفز ومن اسفل
 السلة) اما بالنسبة لاداء (ركض 30م) فقد كانت
 قيمة (ر) المحتسبة مع الاداء المهاري تساوي
 (0.610 ، 0.267 ، 0.321 ، 0.528 ،
 0.151 ، 0.463 ، 0.172) وهذا يكشف لنا
 عن وجود علاقة ارتباط معنوية لركض 30م مع
 (التصويب السلمي والطبطة بين الحواجز
 وخطوات الدفاع) في حين جاءت قيمة (ر)
 المحتسبة لاداء (الاستناد الامامي) مع الاداء
 المهاري على التوالي (0.497 ، 0.570 ،

جدول (8) يبين قيمة (ر) المحتسبة بين القدرات البدنية والاداء المهاري لمركز الارتكاز

المهارة البدنية	جري الزكراك	القفز العمودي	ركض 30م	الاستناد الامامي	الجري المكوكي
الطبطة والتصويب السلمي	0.114	0.690	0.236	0.117	0.473
الرمية الحرة	0.233	0.157	0.349	0.412	0.307
التصويب بالقفز	0.210	0.464	0.319	0.441	0.291
الطبطة بين الحواجز	0.491	0.150	0.430	0.527	0.080
المتابعة الدفاعية	0.341	0.438	0.345	0.615	0.170
خطوات الدفاع	0.075	0.085	0.125	0.361	0.470
التصويب اسفل السلة	0.210	0.420	0.340	0.468	0.493

القيمة الجدولية عند مستوى دلالة (0.05) هي (0.404)

البدنية الخاصة والاداء المهاري للاعب كرة
 السلة ولمركز الارتكاز .

يبين الجدول (8) ان هنالك علاقة ارتباط
 معنوية في اقيام الاوساط الحسابية للقدرات

علاقة القدرات البدنية الخاصة بالأداء المهاري وفق مراكز اللعب المختلفة لدى لاعبي كرة السلة
 بحث تقدم به

م.د. قاسم محمد عباس

م.د. لازم محمد عباس

اسفل السلة) اما بالنسبة لأداء (الجري المكوكي) فقد كانت قيمة (ر) المحتسبة مع الأداء المهاري تساوي (0.473 ، 0.307 ، 0.291 ، 0.080 ، 0.170 ، 0.470 ، 0.493) وهذا يكشف لنا عن وجود علاقة ارتباط معنوية للجري المكوكي مع (التصويب السلمي وخطوات الدفاع والتصويب من اسفل السلة) ، اذ كانت قيمة (ر) الجدولية (0.404) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (22) .

2-4 مناقشة النتائج .

يتضح من الجدول (4) وجود تباين في قيم الأوساط الحسابية للقدرات البدنية الخاصة وفق مراكز اللعب المختلفة للاعبين كرة السلة كما في الشكل (1) ، إذ برز لاعبي مركز صانع الألعاب (الموزع) عن بقية المراكز في أداء (ركض 30م ، الاستناد الأمامي ، الجري المكوكي) وكان اقل عن المراكز الأخرى في أداء (جري الزكزاك والقفز العمودي) ويرى الباحثان ان سبب هذا التباين هو بطبيعة الحال ينسجم مع الاداء الفعلي لصانع الالعاب كون هذا الاداء يدل على تفوق صانع الالعاب في عناصر (السرعة الانتقالية والقوة المميزة بالسرعة والتحمل) وهي من القدرات البدنية الخاصة للاعبين كرة السلة (ان احتياج الرياضي للقدرات البدنية يتباين تبعا للخصوصية في اللعبة فضلا على ان تطوير هذه القدرات بشكل جيد يعبر عن المستوى الاساسي للتدريب) (1) ، كما ان هذه الخاصية في القدرات اتت من طبيعة

بالنسبة لاداء (جري الزكزاك) فقد كانت قيمة (ر) المحتسبة مع الاداء المهاري (التصويب السلمي ومن الرمية الحرة ومن القفز والطبطة بين الحواجز والمتابعة الدفاعية وخطوات الدفاع والتصويب من اسفل السلة) جاءت على التوالي (0.114 ، 0.233 ، 0.021 ، 0.491 ، 0.341 ، 0.075 ، 0.210) وهذا يكشف لنا عن وجود علاقة ارتباط معنوية للجري من الزكزاك مع (الطبطة بين الحواجز) في حين جاءت قيمة (ر) المحتسبة لاداء (القفز العمودي) مع الاداء المهاري على التوالي (0.690 ، 0.157 ، 0.464 ، 0.150 ، 0.438 ، 0.085 ، 0.420) وهذا يكشف لنا عن وجود علاقة ارتباط معنوية للقفز العمودي مع (التصويب السلمي ومن القفز والمتابعة الدفاعية والتصويب من اسفل السلة) اما بالنسبة لاداء (ركض 30م) فقد كانت قيمة (ر) المحتسبة مع الاداء المهاري تساوي (0.236 ، 0.349 ، 0.319 ، 0.430 ، 0.345 ، 0.125 ، 0.340) وهذا يكشف لنا عن وجود علاقة ارتباط معنوية لركض 30م مع (الطبطة بين الحواجز) في حين جاءت قيمة (ر) المحتسبة لاداء (الاستناد الامامي) مع الاداء المهاري على التوالي (0.412 ، 0.117 ، 0.441 ، 0.527 ، 0.615 ، 0.361 ، 0.468) وهذا يكشف لنا عن وجود علاقة ارتباط معنوية للاستناد الامامي مع (التصويب من الرمية الحرة ومن القفز والطبطة بين الحواجز والمتابعة الدفاعية والتصويب من

(1) بسطويس احمد: مصدر سبق ذكره، 1999 ، ص 110 .

فضلا على اننا نجده في كثير من الاوقات يشترك مع لاعبي الارتكاز في سحب الكرات المرتدة سواء كانت في الدفاع او الهجوم مما اعطاه افضلية في القفز العمودي بعد لاعبي الارتكاز وكذلك اشتراكه مع صانع الالعاب في السرعة اذ ان لاعبي هذا المركز هم من يؤسسون الهجوم السريع (fast break) في اي وقت من اوقات المباراة ، لذا فهو كثير التحرك ايضا في ارجاء الملعب وعلى الجانبين لاداء خطة معينة مما يعطيه قدرة على التحمل في الاداء والوصول الى نهاية المباراة بكفاءة عالية ، وهذا يتفق مع (نيل ليساس وديك موتا) (في ان لاعب الزاوية يمثل قدرا عاليا من البراعة في الملعب والسرعة والمحاورة وتوزيع الكرات وان يكون قادرا على اللعب بالكرة وبدونها وينفذ خيارات خطط الهجوم)⁽¹⁾ (ان القدرات البدنية الخاصة تعني قدرة الجسم على التكيف مع التدريبات ذات الشدة العالية والقدرة على العودة الى الحالة الطبيعية بسرعة)⁽²⁾ ، ويتضح من الجدول ان هنالك تباين في قيم الاوساط الحسابية ولصالح لاعبي مركز الارتكاز في اداء (القفز العمودي) وقد تقاربت القيم الحسابية له مع قيم لاعبي الزاوية في (الجري المكوكي) ، علما انه كان

(1) نيل ليساس ، ديك موتا (ترجمة على سماكة) : المصدر

السابق نفسه : 1991 ، ص 88 .

(2) Red Holzman and Leonard Lewin 'winning strategy Tactics, the Macmillan company, New York, 1975, P. 14.

التحرك والتنقل في الملعب بكل حرية وامتلاك الكرة في الكثير من الاوقات في المباراة والمساعدة والاسناد لبقية زملائه مما اعطاه قدرة بدنية عالية ، اذ يجب ان يكون صانع الالعاب امتداد لتفكير المدرب كونه القائد في الملعب ويجب ان يكون سريعا وذكيا ومجتهدا وله القدرة على رؤية زملائه والملعب بالكامل عندما يتحرك من الدفاع الى الهجوم او العكس (ان صانع الالعاب يجب ان يتمعن ويختار ويجرب حتى يجد نقاط الضعف في دفاع المنافس ويستغلها بموهبة الهجوم المتيسرة له ، ان خمس او ست مرات جريا على طول الملعب يتبين احسن صانع العاب بكرة السلة)⁽²⁾ ويتضح من الجدول ايضا وجود تباين في القيم ولصالح لاعبي مركز الزاوية (الجناح) في اداء (جري الزكزاك) وقد اتفقت قيم الاوساط الحسابية له مع قيم صانع الالعاب في اداء (ركض 30م) ومع مركز الارتكاز في (الجري المكوكي) ، علما انه كان ثانيا في (القفز العمودي) ، ويرى الباحثان ان النتائج الحاصلة هي طبيعية بالنسبة لمركز الزاوية اذ يجب ان يتمتع اللاعب في هذا المركز بالرشاقة العالية كونه محور اللعب بين صانع الالعاب والارتكاز لذا نجده كثير الاختراق والدخول نحو السلة وتغيير الاتجاه سواء كان بالكرة او بدونها ليصل لوحة السلة وهي مبتغاه ،

(2) نيل ليساس ، ديك موتا ، (ترجمة على جعفر سماكة) : كرة

السلة اساسيات التفوق ، جامعة بغداد ، دار الحكمة ، 1991 ، ص 84 .

التصويب من الرمية الحرة) ويرى الباحثان ان سبب ذلك هو ان صانع الالعاب ذو مهارة عالية في الطبطبة كونه كثير التحكم في الكرة من بقية زملائه ونجده مشترك مع لاعبي الزاوية في القدرة على الاختراق والقطع نحو السلة لاداء التصويب السلمي ، كما نجده بعد لاعبي الزاوية في التصويب من القفز وهذا يدل على ان صانع الالعاب لايميل الى اللعب في الجناح الى في حالات نادرة كون مكانه الفعلي في الاداء هو امام لوحة السلة ونادرا ما نجده يتجه الى الجانب للتصويب ، اما في المتابعة الدفاعية والتصويب من اسفل السلة نجده ايضا في اقيام حسابية بعيدة قليلا عن باقي المراكز كونه لاعب قليلا ما يشترك في المتابعة وسحب الكرات المرتدة او يتجه الى التصويب من تحت السلة كون واجباته هي امام لوحة السلة وهذا ما ينقص لاعبيننا في الدوري هو الالتزام فقط في المكان دون التطوير في المهارات الاخرى والتي ترتبط مع الاماكن المخصصة في الملعب ، فلاعب كرة السلة يجب ان يكون شاملا في الملعب مع وجود التخصص في الاداء ولكن للضرورة احكام في ظروف معينة من المباراة ومن هنا نجد ان قدرات صانعي الالعاب البدنية تتفق مع الاداء المهاري للاعبينا وحسب النتائج السابقة (ان المهارات الحركية لا تتحقق الا في وجود القدرات البدنية الخاصة) (1) ، كما يؤكد (حنفي محمود مختار)(ان كلما قل زمن الاداء في

ثانيا في (الاستناد الامامي) ، ويفسر الباحثان ان سبب هذه الفروق هو بطبيعة الحال ناتج عن المواصفات الجسمية التي يتمتع بها لاعبي الارتكاز وذلك لطبيعة الواجبات المكلفين بها كونهم قريبين من لوحة السلة سواء في الدفاع او الهجوم (Defiance or Offence) فضلا على قطع الكرات في الدفاع من المهاجمين اي عمل البلوك (Bluck) وعمل الحجز للاعب القاطع نحو السلة وكذلك المكاتفة تحت السلة من اجل الحصول على الكرة المرتدة لذا نجدهم متميزين في القفز العمودي والتحمل وذلك لكثرة التحرك في الملعب والقفز لسحب الكرات المرتدة من لوحة السلة ، وكذلك نجدهم في السرعة الانتقالية ليس ببعيد عن صانع الالعاب والزاوية لان التكامل في الصفات البدنية يعطي حرية الاداء الحركي للمهارات ، وهذا يتفق مع (نيل ليساس وديك موتا)(ان لاعب الارتكاز هو اطول واقوى لاعب في الفريق اي واجباته الاساسية تكون الحجز والمتابعة ومنع التصويب القريب من لوحة السلة)(3)

ويتضح من الجدول (5) ان هنالك تباين ايضا في قيم الاوساط الحسابية للاداء المهاري وفق مراكز اللعب المختلفة للاعبين كرة السلة كما في الشكل (2) ، اذ برز لاعبي مركز صانع الالعاب (الموزع) في اداء (التصويب السلمية والطبطبة بين الحواجز) وقد تقاربت قيم الاوساط الحسابية له مع قيم لاعبي الزاوية في (

(1) Singer, Robert. *Motor learning and human performance*. New York: Macmillan publishing 1990, p.221.

(3) نيل ليساس ، ديك موتا (ترجمة على سماكة) : مصدر سبق ذكره : 1991 ، ص90.

وهذا ناتج ايضا من حركة القدمين والرشاقة العالية التي يتمتع بها لاعب الزاوية مما اعطاه تفوق ايضا في الخطوات الدفاعية لسرعة الحركة والتردد العالي في الاداء الدفاعي للقدمين كونه لاعب متكيف على مثل هذه الظروف في التدريب و المباراة مع صانع الالعاب وهذا ما اكده (قاسم المندلوي) (في ان الرشاقة بطابعها المركب بسبب ارتباطها بالقدرات البدنية من جهة ونفس الاداء الحركي من جهة اخرى فضلا عما تضيفه على الاداء من الاقتصاد بالجهد)⁽³⁾ ، ان لاعب الزاوية هو اللاعب الثاني والمساند للاعب الارتكاز لذلك نجد نتائجه قريبة من لاعب الارتكاز في المتابعة الدفاعية والتصويب من اسفل السلة لذا يجب ان يكون لاعب الزاوية هو اكثر لاعبي كرة السلة تكاملا في الاداء لانه حالة وسطية بين صانع الالعاب ولاعب الارتكاز اذ يجب ان يلعب في بعض الاوقات من المباراة كصانع العاب مرة وكلاعب ارتكاز مرة اخرى وفي كلتا المركزين يجب ان يكون قادرا على اداء واجبه وحسب ظروف المباراة وهذا ما لانشاهده في لاعبيننا الى ما ندر (ان المبدأ المهم في المهارات الأساسية هو ان تعرف ماذا تفعل بالكرة عندما تكون بحوزتنا)⁽⁴⁾ .

اختبار الجري المكوكي ادى الى تحسين اداء المهارات للاعبين عند ادائها⁽²⁾ ، وهذا ما تم ملاحظته في تفوق صانع الالعاب في الجري المكوكي ، ويبين الجدول ان هنالك تباين في قيم الاوساط الحسابية لصالح لاعبي مركز الزاوية (الجناح) في اداء (التصويب من الرمية الحرة والتصويب من القفز وخطوات الدفاع) وقد تقاربت قيم الاوساط الحسابية له مع صانع الالعاب في (التصويب السلمي والطبقة بين الحواجز) ومع لاعبي الارتكاز في (المتابعة الدفاعية والتصويب من اسفل السلة) ، ويفسر الباحثان هذا التفوق بسبب القدرات البدنية الخاصة التي يتمتع بها لاعب الزاوية مما يعطيهم اكثر تفوقا في في الاداء المهاري وكذلك لطبيعة الواجبات المكلف بها والتي تكون حلقة الوصل بين صانع الالعاب والارتكاز لذا نجده كثير الحركة والتنقل في الملعب والاختراق نحو السلة وهذا ما اعطاه افضلية على بقية زملائه في الحصول على التصويب من الرمية الحرة ولطبيعة مكانه في جانب الملعب وكثيرا ما تكون خطط اللعب هو المكلف بها في الحركة والدوران لذلك نجده متميز ايضا في التصويب من القفز سواء كان من جانب اللوحة او اثناء القطع والتوقف والقفز للتصويب من داخل منطقة الزون او من مواقف كثيرة في المباراة ،

⁽³⁾ قاسم حسن المندلوي و أحمد سعيد أحمد : التدريب الرياضي

بين النظرية والتطبيق ، بغداد ، 1987 ، ص 29 .

⁽⁴⁾ Leonard Lewin؛ wining strategy Tactics, the Macmillan company, New York, 1975, P. 14

⁽²⁾ حنفي محمود مختار : اسس تخطيط برامج التدريب الرياضي،

ط 1 ، دار زهران ، القاهرة ، 1988 ، ص 16 .

وذلك كونهم أقصر من لاعبي الارتكاز علما ان هذه المواصفات يجب ان لا تزيد الفجوة في الاداء بين المراكز اذ يجب ان يكون لاعب الارتكاز قريبا بعض الشيء وبفارق حسابي قليل مع المراكز وهذا مالا نشاهده عند لاعبيننا اذ نجدهم بفارق بين المراكز اذ ان كل لاعب يتميز بخاصية عن اللاعب الاخر وكأنه بمعزل عنه في الاداء وهذا لا يخدم لعبة كرة السلة اذ اننا نناشد بالتخصص ولكن ليس ببعيد عن البقية كما نشاهده عند اللاعبين المحترفين اذ نجد لاعب الارتكاز يجد التصويب البعيد (ثلاث نقاط) بنسبة فوق المتوسط ويجيد المتابعة الدفاعية والهجومية والتصويب من اسفل السلة بنسبة عالية ، غير اننا نجد لاعبيننا يجيدون اللعب من تحت السلة فقط ولا يجيدون التصويب البعيد وهذا ما نريد ان نعيد الاهتمام به واخراج اللاعب العراقي من الروتين المتعود عليه في ان لاعب الزاوية بمكانه والارتكاز بمكانه وصانع الالعاب بالامام فقط ولا يحق له النزول تحت السلة؟؟ وهذا ما يؤكد (علاوي) (ان المهارات الاساسية لاي لعبة هي قدرة الفرد على اداء مجموعة الحركات الخاصة التي تتضمنها اللعبة بدقة وكفاية ونجاح)⁽¹⁾ .

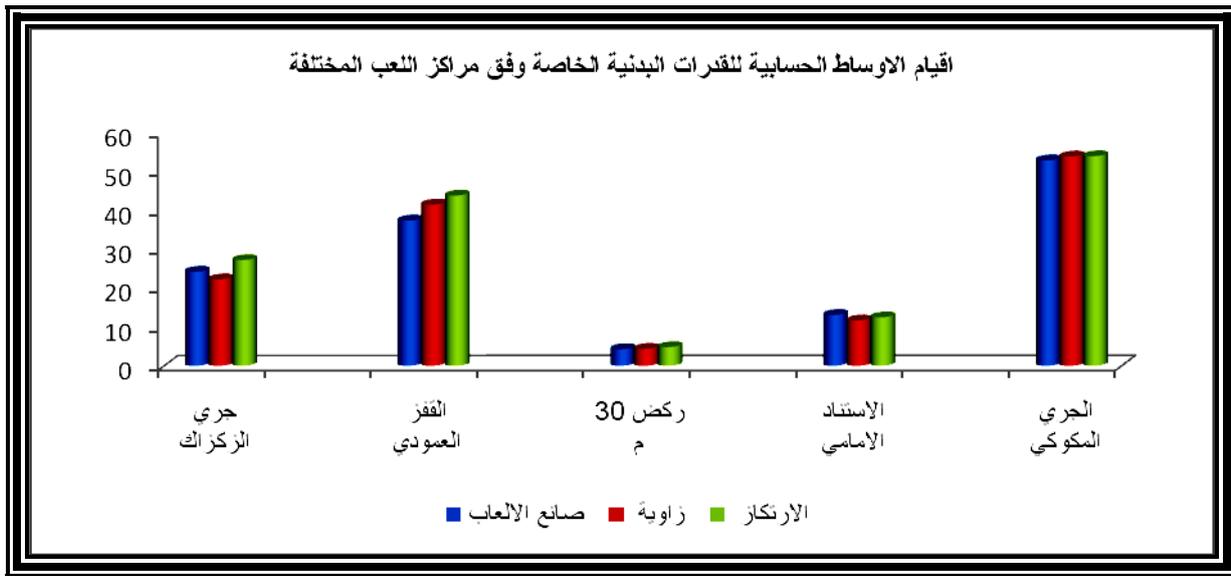
ويتضح من الجدول ان هنالك تباين في القيم الحسابية ولصالح لاعبي الارتكاز في اداء (المتابعة الدفاعية والتصويب من اسفل السلة) في حين كانت قيم الاوساط الحسابية له بعد صانع الالعاب والزاوية في اداء (التصويب السلمي والرمية الحرة والتصويب بالقفز والطبطة بين الحواجز وخطوات الدفاع) ، ويرى الباحثان ان هذه النتائج هي اقرب الى الطبيعية على الرغم من ابتعاد لاعبي الارتكاز عن باقي اللاعبين في المهارات السابقة الذكر ، وهذا نتيجة المواصفات الجسمية الخاصة التي يتمتع بها لاعبو الارتكاز من طول القامة والقوة مما اعطاهم تميز في اداء المتابعة الدفاعية والتصويب من اسفل السلة كون المكان المخصص له في الملعب هو تحت السلة وعلى بعد عشرة اقدام منها فيجب عليه ان يكون متميز بهذه المهارة وبدرجة عالية من الاداء ، اما المهارات الاخرى فنجده بمستوى اقل من بقية المراكز كونه لاعب لا يميل الى الخروج من منطقة الزون (zone) لاداء التصويب السلمي ونادرا ما يستخدم الطبطة في الاداء والتصويب السلمي كونه قريبا جدا من السلة واي حالة طبطة ممكن ان تؤدي الى خسارة الكرة ، فضلا على ان الطبطة والتصويب السلمي تحتاج لاعب ذو رشاقة عالية وسرعة في الاداء ولاعب ذو مواصفات جسمية اقل طولاً من لاعب الارتكاز وذلك لكي يقترب مركز ثقل الجسم من الارض وبذلك تزداد السرعة والرشاقة في الاداء وهذا ينطبق على لاعبي الزاوية وصانع الالعاب

(1) محمد حسن علاوي ، محمد نصر الدين رضوان : مصدر سبق

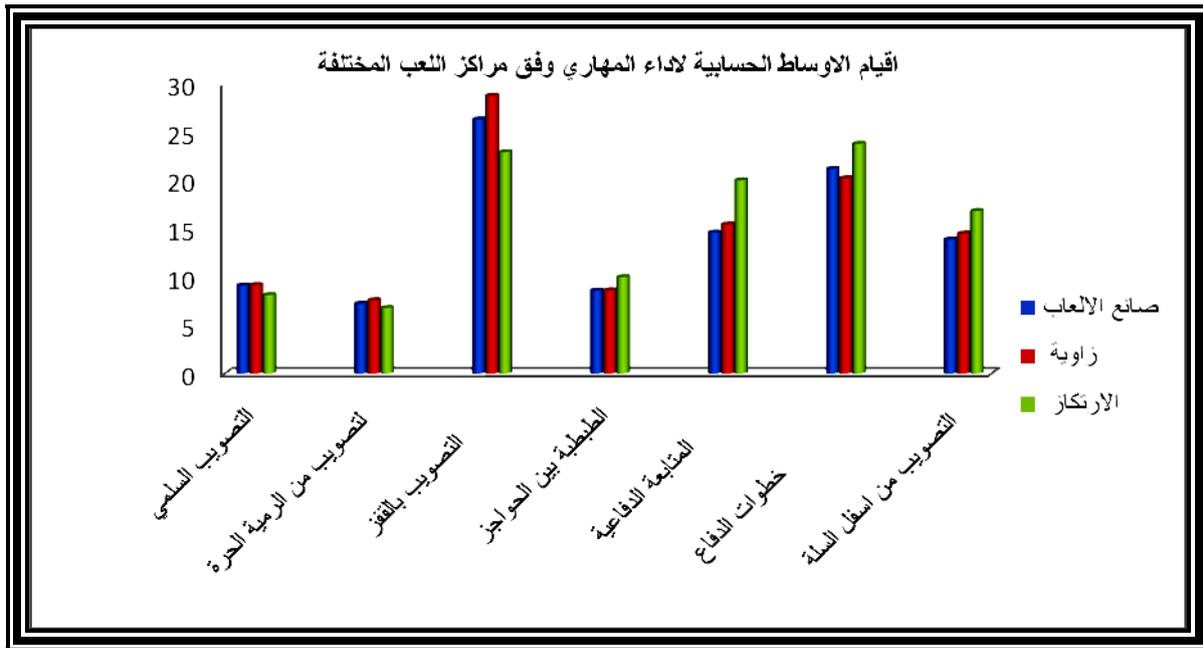
ذكره ، 1987 ، ص 85 .

علاقة القدرات البدنية الخاصة بالأداء المهاري وفق مراكز اللعب المختلفة لدى لاعبي كرة السلة
 بحث تقدم به

م.د. لازم محمد عباس م.د. قاسم محمد عباس



شكل (1) يبين قيم الاوساط الحسابية للقدرات البدنية الخاصة وفق مراكز اللعب المختلفة بكرة السلة



شكل (2) يبين قيم الاوساط الحسابية لاداء المهاري وفق مراكز اللعب المختلفة بكرة السلة

(play makear) بان هنالك علاقة ارتباط
 معنوية بين المتغيرات ، اذ ظهرت علاقة ارتباط
 معنوية لاداء (جري الزكرك) مع مهارة
 (التصويب السلمي والطبطبة بين الحواجز) في

يتضح من الجدول (6) الخاص بالعلاقة
 الارتباطية بين القدرات البدنية الخاصة والاداء
 المهاري للاعبي مركز صانع الالعاب (الموزع)

في الفريق اذ انه تفوق بمهارات معينة وتخلف
باخرى ولكن يجب ان يكون التراجع في الاداء
المهاري ليس بفجوة واسعة عن بقية المراكز وهذا
ما نلاحظه عند لاعبيننا في الدوري العراقي ، لذا
نجد صانع الالعاب تفوق في الصفات البدنية
الخاصة وهي السرعة والقوة والتحمل ومن
خلالها يستطيع لاعب كرة السلة بصورة عامة
وصانع الالعاب خاصة في صنع الدور البارز
والحاسم في المباراة مع المحافظة على الاداء
المهاري بمستوى عالي ، لذا يعد صانع الألعاب
العقل المدبر والمفكر للفريق وامتداد لعقلية
المدرّب في الملعب ، وهذا ما اكده (جبار رحيمة
واخرون) (ان لاعب كرة السلة الذي يمتلك
امكانية او كسبينية عالية فان اشتراكه في المباراة
سيكون فعالا وله القدرة البدنية العالية التي تتيح
القيام بالمهام الخطئية بالاضافة الى متطلبات
المباراة من مواقف مختلفة تجعل اللاعب بحركة
دائمة)⁽¹⁾

يتضح من الجدول (7) الخاص بالعلاقة
الارتباطية بين القدرات البدنية الخاصة والاداء
المهاري للاعبي مركز الزاوية
(الجناح)(corner) بان هنالك علاقة ارتباط
معنوية بين المتغيرات ، اذ ظهرت علاقة ارتباط
معنوية لاداء (جري الزكزاك) مع مهارة
(التصويب السلمي والطبطقة بين الحواجز) في
حين لم تظهر علاقة معنوية مع اداء (التصويب
من الرمية الحرة ومن القفز والمتابعة الدفاعية

حين لم تظهر علاقة معنوية مع اداء (التصويب
من الرمية الحرة ومن القفز والمتابعة الدفاعية
وخطوات الدفاع والتصويب من اسفل السلة) ،
اما بالنسبة لاداء (القفز العمودي) فقد ظهرت
علاقة ارتباط معنوية مع مهارة (التصويب
السلمي والتصويب بالقفز والطبطقة بين الحواجز
والتصويب من اسفل السلة) ولم تكن هنالك
علاقة معنوية مع اداء (التصويب من الرمية
الحرة والمتابعة الدفاعية وخطوات الدفاع) في
حين نجد ان هنالك علاقة معنوية بين اداء
(ركض 30م) مع مهارة (التصويب السلمي
والطبطقة بين الحواجز) ولم تكن هنالك علاقة
معنوية مع مهارة (التصويب من الرمية الحرة
ومن القفز والمتابعة الدفاعية وخطوات الدفاع
والتصويب من اسفل السلة) اما بالنسبة لاداء
الاستناد الامامي فقد ظهر هنالك علاقة ارتباط
معنوية مع (التصويب من الرمية الحرة ومن
القفز وخطوات الدفاع والتصويب من اسفل
السلة) ولم تكن هنالك علاقة معنوية مع مهارة
(التصويب السلمي والطبطقة بين الحواجز
والتابعة الدفاعية) وتبين من الجدول ان هنالك
علاقة ارتباط معنوية بين اداء (الجري المكوكي)
ومهارة (التابعة الدفاعية والتصويب من اسفل
السلة) ولم تظهر هنالك علاقة معنوية مع مهارة
(التصويب السلمي ومن الرمية الحرة ومن القفز
والطبطقة بين الحواجز وخطوات الدفاع) ،
ويفسر الباحثان هذه العلاقات الارتباطية هي ان
المكتسبات البدنية لصانع الالعاب اعطته التفوق
في الاداء المهاري المخصص له كلاعب قائد

(1) جبار رحيمة واخرون : كرة السلة فلسفة تعليم تدريب : جامعة

البصرة ، مطبعة الحضارة ، البصرة ، 2007 ، ص 40

التكامل في الاداء البدني يعطي للاعب حرية الحركة لاداء المهارات بصورة عالية لذا نجد ان لاعب الزاوية له واجبات في الملعب تكاد تكوّن اكثر من صانع الالعاب والارتكاز وكثيرا ما نشاهد لاعب الزاوية مصوب ناجح ومن مختلف المناطق في الملعب وله القدرة على التحرك بالكرة وبدونها وبرشاقة عالية بالاضافة الى مسانده لزملائه في الحجز والدفاع وسحب الكرات المرتدة مع لاعب الارتكاز وهذا بطبيعة الحال ناتج عن القدرات البدنية الخاصة للاعب في القفز العمودي والسرعة الانتقالية والقوة والتحمل الذي هو اساس الاداء المهاري ، لذا نجد في كثير من الاحيان ان لاعب الزاوية يصل الى التكامل في الاداء كونه لاعب يلعب في كل المراكز وقادر على ان يكون (صانع العاب او ارتكاز) وهذا ما نريد مشاهدته عند اللاعب العراقي على وجه الخصوص (ان الرشاقة اكثر المكونات البدنية اهمية في الفعاليات الرياضية التي تتطلب تغيير الاتجاه للجسم او اوضاعه في الهواء او على الارض او الانطلاق السريع ثم التوقف والمباغته او ادماج عدد مهارات في اطار واحد او ادائها في ظروف مكثفة التعقيد والتغيير ويقدر كبير من السرعة والدقة والتوازن) (1) ، وهذا ما يؤكد لنا ان هذه الصفات يجب ان يتمتع بها كل لاعب

وخطوات الدفاع والتصويب من اسفل السلة) ، اما بالنسبة لاداء (القفز العمودي) فقد ظهرت علاقة ارتباط معنوية مع مهارة (التصويب السلمي ومن القفز ومن اسفل السلة) ولم تكن هنالك علاقة معنوية مع اداء (التصويب من الرمية الحرة والطبطة بين الحواجز والمتابعة الدفاعية وخطوات الدفاع) في حين نجد ان هنالك علاقة معنوية بين اداء (ركض 30م) مع مهارة (التصويب السلمي والطبطة بين الحواجز وخطوات الدفاع) ولم تكن هنالك علاقة معنوية مع مهارة (التصويب من الرمية الحرة ومن القفز والمتابعة الدفاعية والتصويب من اسفل السلة) اما بالنسبة لاداء الاستناد الامامي فقد ظهر هنالك علاقة ارتباط معنوية مع (التصويب السلمي ومن الرمية الحرة ومن القفز والطبطة بين الحواجز وخطوات الدفاع والتصويب من اسفل السلة) ولم تكن هنالك علاقة معنوية مع اداء (المتابعة الدفاعية) وتبين من الجدول ان هنالك علاقة ارتباط معنوية بين اداء (الجري المكوكي) ومهارة (التصويب السلمي وخطوات الدفاع والتصويب من اسفل السلة) ولم تظهر هنالك علاقة معنوية مع مهارة (التصويب من الرمية الحرة ومن القفز والطبطة بين الحواجز والمتابعة الدفاعية) ويرى الباحثان ان سبب هذه العلاقة هو بطبيعة الحال ناتج عن القدرات البدنية التي يتمتع بها لاعب الزاوية والتي اثرت بصورة مباشرة على الاداء المهاري اذ ان

(1) مفتي ابراهيم حماد : التدريب الرياضي الحديث تخطيط تطبيق

قيادة ، ط2 ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 2001 ، ص200

(الجري المكوكي) ومهارة (التصويب السلمي) وخطوات الدفاع والتصويب من أسفل السلة) ولم تظهر هنالك علاقة معنوية مع مهارة (التصويب من الرمية الحرة ومن القفز والطبطة بين الحواجز والمتابعة الدفاعية)، ويرى الباحثان ان سبب هذا الارتباط هو ناتج عن المواصفات الجسمية للاعب الارتكاز والتي اعطت له التميز بالقدرات البدنية الخاصة مما ادى الى تطور الاداء المهاري المحدد اذ ان طول القامة مع الكتلة العضلية والقوة نجد التفوق في القفز العمودي والاستناد الامامي والتحمل الدوري التنفسي الذي ادى الى القدرة على اداء المهارة بحرية، ان لاعب الارتكاز مكلف بواجبات قد تختلف نوعا ما عن بقية اللاعبين اذ يعد هو عمود الفريق في الملعب ويعمل كمرتكز يدور حوله بقية اللاعبين، لذا نجده في الحجز والمتابعة والدفاع والهجوم الذي يتميز ب هاذ يجب ان يؤدي لاعب الارتكاز الهجوم وظهره الى لوحة السلة على عكس بقية اللاعبين ويحسن التعامل مع الكرة ويجيد المناولة للكرات والتصويب الخطافي وبالقفز بمسافة عشرة او خمسة عشر قدما من امام لوحة السلة، لذا نجد ان لاعب الارتكاز اطول واقوى لاعب في الفريق مما اعطاه هذا التفوق في القدرات البدنية الخاصة للاعب الارتكاز والتي اتفقت مع المهارات الاساسية بكرة السلة، وهذا ما اكده (محمد رضا اسماعيل) (ان قوة العضلات التي تكون خاصة فقط باداء حركة اللعبة او الفعالية الرياضية الممارسة وهي خاصة بكل لعبة

كرة سلة بوجه عام ولاعب مركز الزاوية بوجه خاص يتضح من الجدول (8) الخاص بالعلاقة الارتباطية بين القدرات البدنية الخاصة والاداء المهاري للاعب مركز (الارتكاز) (pivot) بان هنالك علاقة ارتباط معنوية بين المتغيرات، اذ ظهرت علاقة ارتباط معنوية لاداء (جري الزكزاك) مع مهارة (الطبطة بين الحواجز) في حين لم تظهر علاقة معنوية مع اداء (التصويب السلمي ومن الرمية الحرة ومن القفز والمتابعة الدفاعية وخطوات الدفاع والتصويب من أسفل السلة)، اما بالنسبة لاداء (القفز العمودي) فقد ظهرت علاقة ارتباط معنوية مع مهارة (التصويب السلمي ومن القفز ومن أسفل السلة والمتابعة الدفاعية) ولم تكن هنالك علاقة معنوية مع اداء (التصويب من الرمية الحرة والطبطة بين الحواجز وخطوات الدفاع) في حين نجد ان هنالك علاقة معنوية بين اداء (ركض 30م) مع مهارة (الطبطة بين الحواجز) ولم تكن هنالك علاقة معنوية مع مهارة (التصويب السلمي ومن الرمية الحرة ومن القفز والمتابعة الدفاعية وخطوات الدفاع والتصويب من أسفل السلة) اما بالنسبة لاداء (الاستناد الامامي) فقد ظهر هنالك علاقة ارتباط معنوية مع (التصويب من الرمية الحرة ومن القفز والطبطة بين الحواجز والمتابعة الدفاعية والتصويب من أسفل السلة) ولم تكن هنالك علاقة معنوية مع اداء (التصويب السلمي وخطوات الدفاع) وتبين من الجدول ان هنالك علاقة ارتباط معنوية بين اداء

اجل خلق لاعب كرة سلة متكامل في الاداء وهذا ما نشاهده في اللاعب المحترف الاجنبي وحتى العربي في الوقت الحاضر وهذا ناتج من الاساليب التدريبية المتبعة في ايصال اللاعب الى التكامل في الاداء ، وهذا ما اكده (بسطويسي احمد)(ان اي ضعف في القدرات البدني لدى الرياضيين يؤدي الى ضعف في الاداء المهاري والخططي وضعف في مستوى اللعب اذ لا يستطيع اللاعب مجاراة متطلبات اللعب الحديث الذي يتطلب القوة في الاداء والسرعة في رد الفعل وغيرها من الصفات البدنية)⁽³⁾ ، ومن هنا تبين ان هنالك قدرات بدنية خاصة واداء مهاري لكل مركز من مراكز اللعب المختلفة وهنالك علاقة بينهما وفق متطلبات المركز الذي يشغله الاخر وعدم وجود التكامل في الاداء لدى لاعبي كرة السلة بحيث كانت العلاقات الارتباطية قليلة ومحصورة في متطلبات اللاعب في المركز الذي يشغله وهذا ما حقق فروض البحث .

5- الاستنتاجات والتوصيات

5-1 الاستنتاجات .

١- هنالك تباين في القدرات البدنية الخاصة

و الأداء المهاري وفق مراكز اللعب

المختلفة وكالاتي :

• إن لاعب مركز (صانع الألعاب) يمتاز

بالسرعة الانتقالية والقوة المميزة بالسرعة

للبيدين والتحمل الدوري التنفسي من

وفعالية رياضية ممارسة ، لذا يجب تجنيد القدرات البدنية الخاصة الى اعلى درجة ممكنة وبصورة تدريجية لجميع رياضي المستوى العالي)⁽¹⁾ (ان معظم الرياضيين الناجحين يمتلكون قدرا كبيرا من القوة والسرعة ويمتلكون القدرة على الربط بين هذين العنصرين يشكل تكامل لاحداث القدرة المتفجرة من اجل تحقيق اداء افضل)⁽²⁾ وهذا هو ما يتطلبه لاعب كرة السلة بصورة خاصة ، ومن هنا نجد ان لاعبي كرة السلة وفق مراكز اللعب المختلفة (صانع الالعاب (الموزع) ، الزاوية ، الارتكاز) لهم قدرات بدنية خاصة ولكل مركز من المراكز ميزته على الاخر اي ان لديه صفات تتيح له ان يلعب ويؤدي مهارة لا يؤديها لاعب المركز الاخر وهذا بطبيعة الحال يخلق فجوة كبيرة في الاداء وهذا ما لايطور لاعبي كرة السلة الحديثة والتي تتطلب لاعبا شاملا قدر الامكان له قدرة على المحاورة والمناولة والتصويب باختلاف انواعه ولو بشيء قليل من الاختلاف بين المراكز وهذا ناتج من تطوير القدرات البدنية بصورة خاصة من اجل ان يكون الاداء المهاري على اتم وجه ، وهنا لا نلغي التخصص في الاداء للمراكز ولكننا نؤكد على عدم وجود الفجوات الواسعة في الاداء المهاري والبدني من

(1) محمد رضا اسماعيل : التطبيق الميداني لنظريات وطرائق

التدريب ، ط 1 ، مكتب الفضلي ، بغداد ، 2008 ، ص 619

(2) Barrow and McGee : A practical approach of measurements in physical education; lea, fibiger, 1973, p. 122

(3) بسطويسي احمد: مصدر سبق ذكره، 1999 ، ص 110 .

<p>٣ التركيز على الفئات العمرية في تطوير القدرات البدنية والمهارية بكرة السلة .</p> <p>٤ إجراء بحوث مشابهة على العاب فرقية أخرى ومحاور أخرى مثل الفسلجة وعلم النفس والبايوميكانيك .</p> <p><u>المصادر</u></p> <p>✚ بسطويس احمد : <u>أسس ونظريات التدريب الرياضي</u> ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1999</p> <p>✚ جبار رحيمة واخرون : <u>كرة السلة فسلجة تعليم تدريب</u> : جامعة البصرة ، مطبعة الحضارة ، البصرة ، 2007</p> <p>✚ حنفي محمود مختار : <u>اسس تخطيط برامج التدريب الرياضي</u> ، ط1 ، دار زهران ، القاهرة ، 1988</p> <p>✚ خير الدين عويس : <u>دليل البحث العلمي</u> ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1999</p> <p>✚ عبد الكريم الطائي : <u>دليل التدريب الرياضي في كرة السلة</u> ، بغداد : مطابع التعليم العالي ، 1990</p> <p>✚ على سلوم جواد : <u>الاختبارات والقياس والاحصاء في المجال الرياضي</u> ، جامعة القادسية ، كلية التربية الرياضية ، 2007 ،</p> <p>✚ فائز بشير حمودات ، مؤيد عبد الله : <u>كرة السلة</u> ، جامعة الموصل ، 1987</p>	<p>حيث القدرات البدنية ، وبالطبطة من حيث الأداء المهاري .</p> <ul style="list-style-type: none">• إن لاعب مركز (الزاوية) يمتاز بالرشاقة من حيث القدرات البدنية ، وبالتصويب السلمي والرمية الحرة والتصويب بالقفز وخطوات الدفاع من حيث الأداء المهاري .• إن لاعب مركز (الارتكاز) يمتاز بالقدرة العضلية للرجلين من حيث القدرات البدنية ، وبالمتابعة الدفاعية والتصويب من أسفل السلة من حيث الأداء المهاري . <p>٢ - هنالك تباين في علاقات الارتباط وهذا يعني إن لكل مركز متطلباته الخاصة وفق ما تم ذكره في أعلاه .</p> <p>٣ ظهور التخصص في القدرات البدنية والأداء المهاري وفق مراكز اللعب المختلفة على حساب المراكز فيما بينها وهذا من خلال العلاقات الارتباطية بينها .</p> <p>2-5 التوصيات</p> <ol style="list-style-type: none">١ +الاهتمام بتطوير القدرات البدنية الخاصة قيد الدراسة كونها مرتبطة بتطوير الأداء المهاري للاعبي كرة السلة وفق مراكز اللعب المختلفة في الوحدات التدريبية٢ تطوير القدرات البدنية والأداء المهاري وفق مراكز اللعب المختلفة بالإضافة إلى القدرات والصفات العامة الأخرى .
---	---

- ✚ محمد محمود عبد الدايم ، محمد
صبحي حسنين : القياس في كرة السلة
، ط1 ، القاهرة ، دار الفكر العربي ،
1984 .
- ✚ محمد رضا اسماعيل : التطبيق
الميداني لنظريات وطرائق التدريب ،
ط1 ، مكتب الفضلي ، بغداد ، 2008
- ✚ محمود عبد الفتاح عنان : سيكولوجية
الرمية البدنية والرياضة بين التطرية
والتطيف التجريبي ، ط2 ، القاهرة : دار
الفكر العربي ، 1995 .
- ✚ مروان عبد المجيد : اسس البحث
العلمي لاعداد الرسائل الجامعية ،
مؤسسة الوراق ، عمان ، 2000
- ✚ مصطفى محمود زيدان : كرة السلة
للمدرب والمدرس ، دار الفكر العربي ،
القاهرة، 1999
- ✚ مفتي ابراهيم حماد : التدريب الرياضي
الحديث تخطيط تطيف قيادة ، ط2 ،
دار الفكر العربي ، القاهرة ، 2001
- ✚ نيل ليساس ، ديك موتا ، (ترجمة على
جعفر سماكة) : كرة السلة اساسيات
التفوق ، جامعة بغداد ، كلية التربية
الرياضية ، دار الحكمة ، 1991 .
- ✚ وجيه محجوب : البحث العلمي
ومناهجه ، بغداد ، دار الكتب للطباعة
والنشر ، 2002 .
- ✚ عامر ابراهيم فنديلجي : البحث العلمي
واستخدام مصادر المعلومات ، دار
اليازوري العلمية ، 1999 .
- ✚ قاسم حسن المنذلاوي و أحمد سعيد
أحمد : التدريب الرياضي بين النظرية
والتطبيق ، بغداد ، 1987
- ✚ حسام محمد جابر واخرين : دراسة
مقارنة لبعض القدرات البدنية والمهارات
الاساسية للاعبى الخماسي والملاعب
المفتوحة بكرة القدم ، بحث منشور في
مجلة القادسية لعلوم التربية الرياضية ،
جامعة القادسية ، كلية التربية الرياضية
، المجلد 11 ، العدد 2 .
- ✚ مازن عبد الرحمن حديث : اثر تنمية
الصفات البدنية في اداء المهارات
الاساسية الهجومية بكرة السلة ،
اطروحة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية
، جامعة بغداد ، 1995
- ✚ محمد عبد الرحيم اسماعيل :
الاساسيات المهارية والخطية
الهجومية في كرة السلة ، ط2 ،
الاسكندرية : منشأة المعارف ، 2003
- ✚ محمد حسن علاوي ، محمد نصر الدين
رضوان : الاختيارات المهارية والتنمية
في المجال الرياضي ، ط1 ، القاهرة :
دار الفكر العربي ، 1987

✚ يوسف البازي ، مهدي نجم : المبادئ

الاساسية في كرة السلة ، بغداد :

مطبعة وزارة التعليم العالي والبحث

العلمي ، 1988 .

✚ Adolph F.Rupps . Champion
ship basketball, prnticell all
Inc, N. Y, 1984.

✚ Leonard Lewin . wining
strategy Tactics, the
Macmillan company, New
York, 1975.

✚ Red Holzman and Leonard
Lewin . wining strategy
Tactics, the Macmillan
company, New York, 1975.

✚ Barrow and McGee : A
practical approach of
measurements in physical
education; lea, fibiger, phyla,
1973

✚ Singer, Robert. Motor
learning and human
performance. 3ed ed. New
York: Macmillan publishing
cp. Inc., 1990