

تأثير تمارينات لبعض المهارات الهجومية في تطوير ادراك المحيط لدى لاعبي كرة السلة

أ.م.د. قاسم محمد عباس أ.م.د. رافت عبد الهادي الكروي أ.م.د. عمار مثنى جميل

الملخص:

تضمن البحث المقدمة وأهمية البحث : و تم فيها التطرق الى اهمية الجانب النفسي و العقلي في مجال التربية الرياضية عامة و كرة السلة خاصة . اما مشكلة البحث فكانت التعرف على تأثير التمارينات المستخدمة في تطوير ادراك المحيط للاعبي كرة السلة. يهدف البحث إلى التعرف على تأثير التمارينات المستخدمة في تطوير ادراك المحيط للاعبي كرة السلة. اما فرض البحث فهو يفترض الباحثون ان التمارينات المستخدمة تطور من ادراك المحيط للاعبي كرة السلة، اما مجالات البحث فكانت :

١. المجال البشري / لاعبي نادي الرافدين الرياضي بكرة السلة
 ٢. المجال الزماني / ١٠ / ١١ / ٢٠١٦ / ٢ / ٣ / ٢٠١٧ .
 ٣. المجال المكاني / ملعب نادي الرافدين الرياضي – الوحدة البحثية / مختبر علم النفس الرياضي في كلية التربية البدنية و علوم الرياضة.
- كما تضمن منهجية البحث و اجراءاته الميدانية اذ استخدم الباحثون المنهج التجريبي و تطرقوا الى عينة البحث وهم لاعبي نادي الرافدين الرياضي بكرة السلة و تطرق الى الادوات المستخدمة في البحث و الاختبار المستخدم و الوسائل الاحصائية. و من ثم تم عرض و مناقشة نتائج البحث اذ تم عرض النتائج على شكل جداول و من ثم مناقشتها . اما كما احتوى البحث على الاستنتاجات و التوصيات وكان اهمها الاستنتاجات:
- ١ – ان التمارينات المستخدمة طورت ادراك المحيط لدى لاعبي كرة السلة.
- التوصيات : يوصي الباحث بما يلي:
- ١ – استخدام تمارينات تطور ادراك المحيط في تدريب لاعبي كرة السلة.
 - ٢ – اجراء بحوث مشابهة لفعاليات أخرى.

Summary

The research included the importance of the research: It dealt with the importance of psychological and mental aspect in the field of physical education in general and basketball in particular. The problem of research was to identify the impact of the exercises used in developing the awareness of the surrounding basketball players. The goal of research is

The research aims at identifying the effect of the exercises used in developing the awareness of the surrounding of basketball players.

The imposition of research is

The researchers assume that the exercises used evolve from the perception of the surrounding basketball players

The areas of research were:

The human field / players Rafidain sports basketball

2 - The area of the Republic of Yemen / 10/11/2016/2/3/2017.

3 Spatial Field / Al-Rafidain Sports Club Stadium - Research Unit / Laboratory of Sports Psychology in the Faculty of Physical Education and Sports Sciences.

The research method and its field procedures were used as the researchers used the experimental method and they addressed the sample of the research and they are the players of Rafidain Sports Club basketball and touched on the tools used in the research and testing used and statistical means.

The results were then presented and discussed. The results were presented in tabular form and then discussed. The research also contained conclusions and recommendations

CONCLUSIONS:

1 - The exercises used to develop the perception of the surroundings of basketball players. .

Recommendations: The researcher recommends the following:

1 - Use exercises to develop the perception of the ocean in the training of basketball players.

2 - conducting research similar to other events.

١ - التعريف بالبحث:

١ - ١ مقدمة البحث و أهميته :

إن عملية التطور شملت جميع مجالات الحياة و لاسيما المجال الرياضي الذي تطور بشكل كبير و ملحوظ و شمل جميع علوم التربية الرياضية و علم النفس الرياضي هي احدى هذه العلوم التي تطورت و نمت بشكل كبير لاسيما في الوقت الحاضر وذلك لتأثيرها العالي على اللاعب قبل و اثناء و بعد المنافسة وهذا ما جعلها محط أنظار كثير من الباحثين .

و تكمن اهمية البحث في التعرف على تأثير التمرينات المستخدمة في تطوير ادراك المحيط للاعبي كرة السلة..

١ - ٢ مشكلة البحث :

من خلال الاستفسار من مدربي كرة السلة في محافظة القادسية و متابعة لاعبي الاندية في المحافظة وجد الباحثون ان هناك ضعف في ادراك المحيط لأغلب اللاعبين و بالتالي اخذ الباحثون على عاتقهم هذه المشكلة لدراستها و حلها .

١ - ٣ : هدف البحث : يهدف البحث الى التعرف على

١ - تأثير التمرينات المستخدمة في تطوير ادراك المحيط للاعبي كرة السلة ..

١ - ٤ : فروض البحث : يفترض الباحثون أن

١ - يفترض الباحثون ان التمرينات المستخدمة تطور من ادراك المحيط للاعبي كرة السلة .

١ - ٥ مجالات البحث :

١ - المجال البشري : لاعبي نادي الرافدين بكرة السلة.



٢ - المجال الزمني : للفترة ١٨ / ٤ / ٢٠١٦ - ٢٠ / ٥ / ٢٠١٦

٣ - المجال المكاني : القاعة المغلقة لكلية التربية البدنية و علوم الرياضة و مختبر علم النفس الرياضي في الوحدة البحثية في كلية التربية البدنية و علوم الرياضة - جامعة القادسية .

٢ - الدراسات النظرية

٢-١ المناولات بكرة السلة :^١

تعد المناولة من المهارات الهجومية الاساسية المهمة كونها الوسيلة الاكثر شيوعا في اىصال الكرة و بسرعة الى سلة المنافس فضلا عن مساعدتها في خلق ثغرات في دفاع المنافس من خلالها يتم الحصول على نقاط الفوز في المباريات .

٢-٢ المناولة المرتدة :^٢

وهي نفس المناولة المرتدة بكلتا اليدين و لكنها تستخدم اليد الواحدة و يكثر استخدامها عند اىصال الكرة الى الزميل المنطلق الى الامام مع وجود منافس في وسط المسافة او تستخدم بعد الطبطبة مباشرة و تحتاج هذه المهارة الى دقة في المناولة و في الاستلام .

٣ - منهجية البحث و إجراءاته الميدانية :

٣-١ منهج البحث :

استخدم الباحثون المنهج التجريبي و ذلك لملائمته طبيعة المشكلة قيد الدراسة .

٣-٢ مجتمع و عينة البحث :

اشتمل مجتمع البحث على لاعبي نادي الرافدين و نادي الحمزة بكرة السلة إذ بلغ عددهم (٦٥) لاعبا , أما عينة البحث فقد تم اختيارهم بالطريقة العشوائية وفقا فبلغ عددهم (٤٠) لاعبا تم تقسيمهم الى مجموعتين كل مجموعة (٢٠) لاعب الاولى المجموعة التجريبية و هي نادي الرافدين و الثانية المجموعة الضابطة و هي نادي الحمزة.

٣-٣ الادوات و الوسائل و الاجهزة المستخدمة :

١ - المقابلة

٢ - الملاحظة

٣ - فريق العمل المساعد^(١)

١ - مؤيد عبد الله جاسم - فائز بشير حمودات : كرة السلة , ط ٢ , دار الكتب و الطباعة و النشر , الموصل , ١٩٩٩ , ص ١٤ .

٢ - مؤيد عبد الله جاسم - فائز بشير حمودات : المصدر السابق نفسه . ص ١٩ .

٤ - كرة سلة

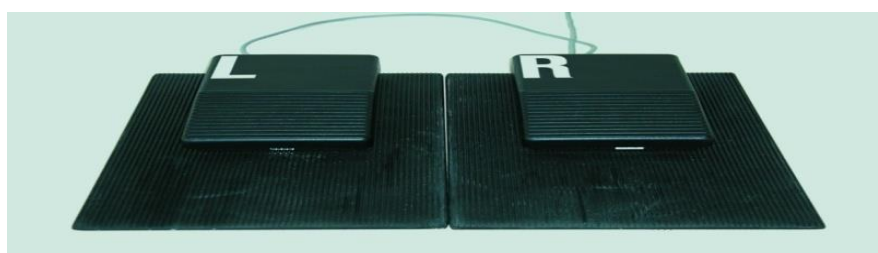
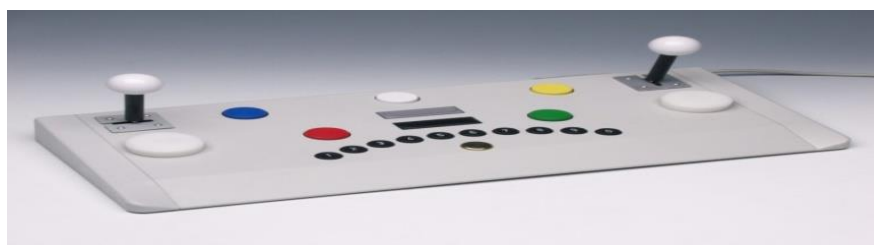
٥ - منظومة اختبار فيينا

٦ - كومبيوتر

٣ - ٤ الاختبارات المستخدمة

٣ - ٤ - ١ اختبار ادراك المحيط :

استخدم الباحثون منظومة إختبار فيينا (اختبار إدراك المحيط) وهو الشعور بالمحيط (إدراك المحيط) و يتم الاختبار من خلال جلوس المختبر امام منظومة اختبار فيينا و اختيار ادراك المحيط إذ يقوم الجهاز بشد المختبر على العمل و الانتباه على شاشة المنظومة في حين يقوم الجهاز بنفس الوقت باصدار ضوء من الذراعين التابعين للجهاز وعندما يرسم الضوء خط مستقيم يقوم المختبر بالضغط على دواسرة القدم بنفس اتجاه الذراع التي رسمت الخط .



(١) - انظر الملحق رقم (١)



مجلة (زانكوى سليمانى) القسم (B) للدراسات الانسانية - العدد (٥٦) عدد خاص لمؤتمر الدولي الأول لكلية التربية الرياضية

١٢٩٨

٣ - ٥ التجربة الاستطلاعية :

اجرى الباحثون التجربة الاستطلاعية بتاريخ ٢١ / ٤ / ٢٠١٦ و كان الغرض منها التأكد من صلاحية الاجهزة و الادوات المستخدمة في البحث كذلك التعرف على الوقت اللازم لأجراء التجربة و كذلك التعرف على عدد افراد فريق العمل المساعد اللازم توفرهم في التجربة الرئيسية .

٣ - ٦ الاختبار القبلي :

اجرى الباحثون الاختبار القبلي على عينة البحث بتاريخ ١٠ / ٥ / ٢٠١٦ إذ قام الباحثون بقياس ادراك المحيط لكل لاعب في المجموعتين التجريبية و الضابطة .

٣ - ٧ التمرينات المستخدمة :

بعد اداء الاختبار القبلي على اللاعبين تم تطبيق التمرينات المستخدمة من قبل الباحثون خلال القسم الرئيسي من الوحدات التدريبية للاعبى المجموعة الضابطة (نادي الرافيدين) و كانت التمرينات على النحو التالي:

تمرينات المناولة الجانبية المرتدة:

١ - نقوم بتنشيت حلقة دائرية بقطر ١ م على الجدار و يقوم اللاعب بالطبطة و التقدم الى الامام و من ثم يقوم بمناولة الكرة مناوله مرتدة الى الجانب على الجدار الذي يحتوي على الحلقة عندما يكون الحلق بجانبه . نقوم تصعيب التمرين خلال الوحدات من خلال تكليف لاعب اخر بالدفاع ضد اللاعب الاول بالقرب من موقع الحلقة و كذلك يتم التصعيب من خلال تسليم اللاعب الاول كرة ثانية لحظة وصوله للحلق .

٢ - وضع شواخص على شكل اللاعبين و يتم ترتيبهم على شكل خطين بحيث لا يكون شاخص مقابل شاخص اخر و يبعد الواحد عن الاخر ٥ م و يقوم اللاعب بالطبطة و عند وصول اللاعب الى احد الشواخص يقوم باداء المناولة الجانبية المرتدة نحوه و استلام كرة ثانية و من ثم الطبطة واداء المناولة عند الوصول الى الشاخص الثاني و استلام كرة ثالثة و الخ .

تمرينات المناولة الجانبية (المذراة):

١ - نقوم بتنشيت حلقة دائرية بقطر ١ م على الجدار و يقوم اللاعب بالطبطة و التقدم الى الامام و من ثم يقوم بمناولة الكرة مناوله المذراة الى الجانب على الجدار الذي يحتوي على الحلقة عندما يكون الحلق بجانبه . نقوم تصعيب التمرين خلال الوحدات من خلال تكليف لاعب اخر بالدفاع ضد اللاعب الاول بالقرب من موقع الحلقة و كذلك يتم التصعيب من خلال تسليم اللاعب الاول كرة ثانية لحظة وصوله للحلق .

٢ - وضع شواخص على شكل اللاعبين و يتم ترتيبهم على شكل خطين بحيث لا يكون شاخص مقابل شاخص اخر و يبعد الواحد عن الاخر ٥ م و يقوم اللاعب بالطبقة و عند وصول اللاعب الى احد الشواخص يقوم باداء المناولة الجانبية المذراة نحوه و استلام كرة ثانية و من ثم الطبقة واداء المناولة عند الوصول الى الشاخص الثاني و استلام كرة ثالثة و الخ .

٣ - ٧ الوسائل الاحصائية :

استخدم الباحث الحقيبة الاحصائية SPSS لمعالجة البيانات و استخدم فيها القوانين التالية :

١ - النسبة المئوية .

٢ - الوسط الحسابي .

٣ - اختبار t للعينات المستقلة

٤ - عرض النتائج و تحليلها و مناقشتها :

جدول (١)

يبين فروق الاوساط و قيمة t المحسوبة و الدلالة لادراك المحيط للمجموعة التجريبية

ت	المتغيرات	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		فرق الاوساط	قيمة t المحسوبة	نسبة الخطأ	الدلالة
		س	ع	س	ع				
١	مجال الرؤيا الكلي	169.52	2.149	171.476	1.611	1.956	3.557	000	معنوي
٢	التركيز البصري	49.917	1.052	51.938	1.054	2.021	5.72	000	معنوي
٣	الانتباه المنقسم	80.268	0.915	83.146	0.882	2.878	5.125	000	معنوي
٤	النضج الانفعالي	2.537	0.418	1.368	0.465	1.169	4.331	000	معنوي
٥	زمن رد الفعل	0.745	0.035	0.650	0.041	0.095	5.227	000	معنوي

جدول (٢)

يبين فروق الاوساط و قيمة t المحسوبة و الدلالة لادراك المحيط للمجموعة الضابطة

ت	المتغيرات	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		فرق الاوساط	قيمة t المحسوبة	نسبة الخطأ	الدالة
		س	ع	س	ع				
١	مجال الرؤيا الكلي	168.974	1.537	170.434	1.116	1.46	1.74	000	معنوي
٢	التركيز البصري	49.602	1.075	50.819	0.855	1.217	2.653	000	معنوي
٣	الانتباه المنقسم	80.064	0.877	81.792	1.099	1.728	2.0199	000	معنوي
٤	النضج الانفعالي	2.597	0.366	1.708	0.204	0.889	2.645	000	معنوي
٥	زمن رد الفعل	0.745	0.034	0.664	0.042	0.081	1.101	000	معنوي

جدول (٣)

يبين فروق الاوساط و قيمة t المحسوبة و الدلالة لإدراك المحيط للاختبارين البعدين للمجموعتين التجريبية و

الضابطة

ت	المتغيرات	الاختبار البعدي للمجموعة الضابطة		الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية		فرق الاوساط	قيمة t المحسوبة	نسبة الخطأ	الدالة
		س	ع	س	ع				
١	مجال الرؤيا الكلي	170.434	1.116	171.476	1.611	١,٠٤٢	٧,٤٤	000	معنوي
٢	التركيز البصري	50.819	0.855	51.938	1.054	١,١١٩	٣,١٣٧	000	معنوي
٣	الانتباه المنقسم	81.792	1.099	83.146	0.882	١,٣٥٤	5.125	000	معنوي
٤	النضج الانفعالي	1.708	0.204	1.368	0.465	٠,٣٤	2.0199	000	معنوي
٥	زمن رد الفعل	0.664	0.042	0.650	0.041	٠,٠١٤	١,٢٠٤	000	معنوي

من خلال الجداول (١) و (٢) يتضح لنا ان هنالك تطور في كل من المجموعتين التجريبية و الضابطة لمتغير ادراك المحيط أي ان التمرينات في المنهجين المستخدمين يطوران ادراك المحيط للاعبين اما في الجدول (٣) يتضح لنا ان ادراك المحيط تطور في المجموعة التجريبية اكثر من المجموعة الضابطة و هذا يدل على ان التمرينات المستخدمة في المجموعة التجريبية يمكنها تطوير ادراك المحيط للاعبين كرة السلة اكثر من التمرينات المستخدمة في المنهج المتبع من قبل المدرب . و يرجع السبب في ذلك حسب رأي الباحثون الى ان التمرينات المستخدمة في المجموعة التجريبية تركز على اداء المناولة للجانب مما يجعل اللاعب يقوم بتوسعة مجال الرؤيا ليغطي المساحة الجانبية له كما توفر هذه التمارين ظروف مشابهة (من حيث الفكرة) لاختبار ادراك المحيط و

هذا ما يطلق عليه التداخل البيئي اذ " يفترض (Batting) ان الممارسة المرتفعة التداخل البيئي ينتج عنها استرجاع أعلى و انتقال اثر التعلم بصورة افضل " ^(١) و ان زيادة التمرين في مواقف مشابهة لادراك المحيط تجعل الاستجابات تكون قوية كلما زاد التمرين و هذا ما ينص عليه قانون التدريب اذ ينص على " انه كلما زاد ارتباط موقف مع استجابة معينة فان ميل هذا الموقف لاستدعاء هذه الاستجابة يقوى مستقبلاً " ^(٢)

٥ - الاستنتاجات و التوصيات :

٥ - ١ الاستنتاجات : توصل الباحثون الى الاستنتاجات التالية .

١ - ان التمرينات المستخدمة في كلا المجموعتين الضابطة و التجريبية قد طورتا ادراك المحيط للاعبي كرة السلة.

٢ - ان التمرينات المستخدمة في المجموعة التجريبية طورت ادراك المحيط للاعبي كرة السلة اكثر من التمرينات المستخدمة في المجموعة الضابطة . .

٥ - ٢ التوصيات : يوصي الباحث بما يلي.

١ - اعتماد التمرينات المستخدمة في الدراسة لتطوير ادراك المحيط للاعبي كرة السلة .

٢ - اجراء بحوث مشابهة .

المصادر

- ١ - مؤيد عبد الله جاسم - فائز بشير حمودات : كرة السلة , ط٢ , دار الكتب و الطباعة و النشر , الموصل , ١٩٩٩
- ٢ - طلحة حسين حسام الدين و اخرون : التعلم و التحكم الحركي مبادئ-نظريات - تطبيقات , ط١ , مركز الكتاب للنشر , ٢٠٠٦ .
- ٣ - قاسم لزام صبر و اخرون : اساس التعلم و التعليم و تطبيقاته في كرة القدم , دار الوفاء لدنيا الطباعة , ٢٠٠٥ .

الملاحق

ملحق رقم (١)

ت	الاسم	مكان العمل
١	أ.م.د. علي حسين هاشم	جامعة القادسية/ كلية التربية البدنية و علوم الرياضة
٢	أ.م. عامر موسى عباس	جامعة القادسية/ كلية التربية البدنية و علوم الرياضة
٣	م.د. محمد حاتم عبد الزهرة	جامعة القادسية/ كلية التربية البدنية و علوم الرياضة

١ - طلحة حسين حسام الدين و اخرون : التعلم و التحكم الحركي مبادئ-نظريات - تطبيقات , ط١ , مركز الكتاب للنشر , ٢٠٠٦ , ص١٣٧ .

٢ - قاسم لزام صبر و اخرون : اساس التعلم و التعليم و تطبيقاته في كرة القدم , دار الوفاء لدنيا الطباعة , ٢٠٠٥ , ص٣٠ .