

علاقة القوة الانفجارية للذراعين بأداء مهارة التصويب من الثبات لدى لاعبي كرة السلة.

دراسة ميدانية على فريق القاعة المتعددة الرياضات لولاية أم البواقي أصاغر

د. براح حمزة - جامعة ام البواقي - البلد. الجزائر الإيميل: etudiant_hamza@yahoo.com

أ.د. غنام نور الدين - جامعة ام البواقي - البلد. الجزائر Ghennam.Noureddine@univ-oeb.dz

ط.د. قادم فاتح - جامعة . سوق أهراس - البلد الجزائر. الإيميل kademf15@gmail.com

Abstract:

The study seeks to know the relationship of the explosive power of the arms with the skill of shooting the ball. And for studying this relationship, we make practical study for players of the Eastern Regional Basketball Championship Basketball Association of the City Oum El bouaghi " ASOB". The study consisted of 12 players who were chosen by the intentional method, which constitutes 10.40%. We also relied on the descriptive approach and the related studies which are suitable the nature of our study. We applied a set of physical and professional tests suitable for the study.

After the statistical procedures required by excel program, the results of the tests were collected, presented, discussed and analyzed in an objective scientific manner. The study concluded:

- There is a correlation between the explosive force of the arms in the test of throwing the medical ball 3 kg of standing position and performance skill of passing from stability of basketball players.

- There is a correlation between the explosive force of the arms in the test of throwing the medical ball 3 kg of sitting position and performance skill of passing from stability of basketball players.

Key words:

Explosive power of the arms - the correlation - the skill of shooting

ملخص:

هدفت الدراسة إلى التعرف على علاقة القوة الانفجارية للذراعين بأداء مهارة التصويب من الثبات ، ولدراسة هذه العلاقة أجرينا دراسة ميدانية للاعبين البطولة الجهوية شرق لكرة السلة أصاغر ، فريق الاتحاد الرياضي لكرة السلة لمدينة أم البواقي ASOB ، حيث شملت الدراسة على 12 لاعبا تم اختيارهم بالطريقة القصديّة وهي تشكل ما نسبته 10.40% ، كما اعتمدنا على المنهج الوصفي والدراسات الارتباطية لمناسبتة لطبيعة دراستنا ، فقد طبقنا مجموعة من الاختبارات البدنية و المهارة المناسبة للدراسة، و بعد اجراء المعالجات الاحصائية اللازمة بواسطة برنامج excel

توصلت الدراسة إلى:

وجود علاقة ارتباطية بين القوة الانفجارية للذراعين في اختبار رمي الكرة الطبية 3كغ من وضعية الوقوف وأداء مهارة التصويب من الثبات لدى لاعبي كرة السلة.

وجود علاقة ارتباطية بين القوة الانفجارية للذراعين في اختبار رمي الكرة الطبية 3كغ من وضعية الجلوس وأداء مهارة التصويب من الثبات لدى لاعبي كرة السلة.

الكلمات الدالة:

القوة الانفجارية للذراعين- العلاقة الإرتباطية- مهارة التصويب من الثبات – كرة السلة

مقدمة:

تعد كرة السلة نشاطا رياضيا يعتمد على المهارات الأساسية كقاعدة مهمة للتقدم الرياضي التنافسي، حيث تمثل كل الحركات الضرورية الهادفة التي تؤدي لغرض معين في إطار قانون اللعبة، سواء كانت هذه الحركات بالكرة أو بدونها، ونجاح فريق كرة السلة يتوقف على التدريب المستمر وإتقان اللاعبين للمهارات الهجومية للوصول بالكرة إلى السلة أو الدفاعية لمنع دخول الكرة للسلة، وهذه المهارات هي التي تحدد مستوى الفرق الرياضية وترتيبها ونجاحها، فالفوز يعتمد على مدى إجادة أفراد الفريق لهذه المهارات ودقة استخدامها وتوقيتها، وهذا ما جعلنا نتطرق لمهارة التصويب لمعرفة مدى علاقة القوة الانفجارية للذراعين على أداء هاتمه المهارة لتحقيق النتائج المبتغاة للفريق.

ولأن القوة الانفجارية تعتبر من الصفات البدنية الأساسية للاعب كرة السلة بالنظر للدراسات السابقة التي تناولت هذا الموضوع، حيث أشارت دراسة مصطفى جاسب عبد الزهرة وروى صلاح قدوري التي توصلت إلى أن صفة القوة الانفجارية تساهم بشكل كبير في تحقيق مهارة التصويب بنوعها من القفز ومن الثبات في كرة السلة. (مصطفى جاسب عبد الزهرة و م.روى صلاح قدوري، 2017، ص ص 197-202).

فجاءت دراستنا تحت عنوان القوة الانفجارية للذراعين وعلاقتها بأداء مهارة التصويب، ومن أجل ذلك قمنا باختيار عينة من أصاغر لاعبي كرة السلة وأخضعناهم لمجموعة من الاختبارات للتأكد من وجود علاقة ارتباطية بين القوة الانفجارية للذراعين وأداء مهارة التصويب من الثبات لدى لاعبي كرة السلة.

1-الاشكالية:

تعتبر كرة السلة واحدة من الأنشطة الرياضية العالمية التي عرفت تطورا ملحوظا في السنوات الأخيرة في النواحي البدنية والمهارية والخطيئية والنفسية، لذا اتسم للعب الحديث عند مختلف الفرق والمنتخبات العالمية بالسرعة والقوة في الأداء الدقيق، وهذا راجع إلى اهتمام المدربين العالميين بالتكوين الجيد للاعبين على مستوى مختلف الجوانب لتطوير جميع التقنيات التي لها فعالية كبيرة في المنافسات وفق مناهج علمية مدروسة

ومن أهم متطلبات حركة لاعب كرة السلة أن يتسم بالقوة والسرعة والدقة سواء في التصويب أو التميرير وكل هذا يحتاج إلى قوة كبيرة ومجهود عضلي قوي جدا لإتقان هاتين المهارتين (أمر الله الباسطي ، 1988 ، 112)

ويرى كل من (كمال الدين عبد الرحمن درويش ، وقدرى سيد مرسي ، وعماد الدين عباس أبو زيد) أن الاعداد البدني أحد أركان التدريب التي تعتمد عليها في اللعب، وهي في الاسس الهامة التي تشترك مع المهارات الحركية في تكوين اللاعب من الناحية البدنية . (كمال الدين عبد الرحمن وآخرون ، 2002م ، 15).

ولقد اتفق جميع المهتمين بكرة السلة على تفوق أي فريق يتوقف على مدى تحكم أفراده للمبادئ الأساسية للعب فقد أكد حسن السيد معوض « أن فريق كرة السلة الممتاز هو الذي يستطيع أفراده أن يؤديوا التميريرات بسرعة واحكام وتوقيف مضبوط وأن يصبوا نحو الهدف بدقة» (حسن السيد معوض : ، 2008م ، 38).

وتعد القوة الانفجارية من أهم عناصر الاعداد البدني للاعبي كرة السلة، فهي المقدرة اللحظية لعضلة أو لمجموعة عضلية معينة على اخراج أقصى انقباض عضلي لمرة واحدة وبإسراع زمن ممكن وبالتالي تسهم بشكل فعال مع بقية العناصر الأخرى في نجاح وتحسين مستوى اللاعب في كرة السلة من ناحية الأداء المهاري وبشكل خاص على مهارتي التصويب والتميرير. (Domielle) gallais, Grégoire millet, 2007, p47.

ومن خلال مشاهدتنا لمختلف مباريات البطولة لفئات أواسط لاحظنا أن مردودها كان متراجعا في معظم المباريات مقارنة مع ما توصلت إليه كرة السلة العالمية وهذا يرجع إلى ضعف في مهارة التصويب بالرغم من اهتمام المدربين بتنميتها في البرامج التدريبية وهذا ما جعلنا نبحث عن الأسباب والعوامل التي يمكن ان تؤثر على هاته المهارة ، ولذلك حاولنا اجراء دراسة حول العلاقة بين القوة الانفجارية للذراعين وعلاقتها بمهارة التصويب لدى فريق أصاغر كرة السلة لولاية أم البواقي.

وهذا ما دفعنا إلى طرح التساؤل الرئيسي لبحثنا والمتمثل في:

هل توجد علاقة ارتباطية بين القوة الانفجارية للذراعين وأداء مهارة التصويب من

الثبات لدى فريق أصاغر كرة السلة ؟

إضافة إلى مجموعة من التساؤلات الفرعية التالية:

- 1- هل توجد علاقة ارتباطية بين اختبار رمي الكرة الطبية 3كغ من الوقوف مع اختبار التصويب من الثبات لدى أصغر لاعبي كرة السلة ؟.
- 2- هل توجد علاقة ارتباطية بين اختبار رمي الكرة الطبية 3كغ من الجلوس مع اختبار التصويب من الثبات لدى أصغر لاعبي كرة السلة ؟
- 2- فرضيات البحث.
للإجابة عن تساؤل في البحوث العلمية لا بد من وضع فرضيات للتأكد منها أو نفيها وفرضيات بحثنا كالآتي:
1-2 الفرضية العامة: توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين القوة الانفجارية للذراعين وأداء مهارة التصويب من الثبات لدى لاعبي أصغر كرة السلة.
3-2 الفرضيات الجزئية:
1- توجد علاقة ارتباطية بين اختبار رمي الكرة الطبية 3كغ من الوقوف مع اختبار التصويب من الثبات لدى أصغر لاعبي كرة السلة.
2- توجد علاقة ارتباطية بين اختبار رمي الكرة الطبية 3كغ من الجلوس مع اختبار التصويب من الثبات لدى أصغر لاعبي كرة السلة.
3- أهداف البحث:
1- تحسين الأداء المهاري لدى لاعبي كرة السلة من خلال التعرف على أهمية علاقة القوة الانفجارية للذراعين ومهارة التصويب.
2- التعرف على العلاقة بين القوة الانفجارية للذراعين وأداء مهارة التصويب من الثبات لدى لاعبي كرة السلة.
4- أهمية البحث:
1- محاولة تبين العلاقة بين القوة الانفجارية للذراعين وعلاقتها بمهارة التصويب.
2- إثراء المجال العلمي لإبراز مدى تأثير القوة الانفجارية للذراعين وعلاقتها على مهارتي التصويب .
3- ارشاد للمدربين لضرورة تحسين القوة الانفجارية بمهارة التصويب للحصول على النتائج المرجوة داخل الفريق.
6- مصطلحات البحث:

1-6- القوة الانفجارية:

قدرة العضلة في التغلب على مقاومات باستخدام السرعة الحركية العالية أو بمعنى

آخر هي اخراج أقصى قوة في أقل زمن ممكن. (محمد أحمد عبد الخليل: ، 1999 ، 22).

- اجرائيا:

هي حصول انقباض عضلي أقل من الأقصى في أقل زمن ممكن أثناء أداء مهار.

التصويب

2-6 المهارة:

هي القدرة على القيام بعمل من الأعمال بشكل يتسم بالدقة والسهولة والسيطرة

والاقتصاد فيما يبذله من جهد. (داليا زكريا عباس زيد ، 2014م ، 18).

- اجرائيا:

هي قدرة اللاعب على تحقيق مهارة التصويب الناجحة خلال قيامه بالأداء الحركي

بدرجة عالية .

4-6- مهارة التصويب:

هي عملية رمي الكرة باتجاه السلة باستخدام ذراع واحدة أو ذراعين وأن يؤديه المهاجم من

مناولات وطبطة وخداع وكثير من المهارات الفردية والجماعية، كما يجب العمل على تهيئة

الظروف المناسبة لعملية التصويب واصابة السلة. (جمال صبري ونعيم عبد الحسين، 2008،

63)

- اجرائيا:

هي الحركة النهائية لكافة الجهود المهارية كالتمرير، الطبطة، الخداع والتمويه وهو

الوسيلة الوحيدة للتسجيل.

7- الدراسات السابقة والمشابهة:

1-7 الدراسة الأولى: (م.مصطفى جاسب عبد الزهرة و م.روى صلاح قدوري).

أجريت هذه الدراسة حول موضوع "نسب مساهمة بعض القدرات البدنية بأداء مهارة

التصويب بكرة السلة" (مصطفى جاسب عبد الزهرة و م.روى صلاح قدوري، 2017، ص197-

202)

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على نسبة مساهمة بعض القدرات البدنية بأداء مهارة التصويب (الثبات، القفز السلمي) لدى لاعبي نادي العمارة الرياضي. استعمل الباحثان المنهج الوصفي بأسلوب الدراسات الارتباطية لتناسب مع طبيعة المشكلة. حدد الباحثان مجتمع البحث بالطريقة العمدية وهم لاعبو نادي العمارة الرياضي لكرة السلة الدرجة الأولى فئة المتقدمين للموسم 2016-2017 بواقع (12) لاعب وكانت نسبتهم (100%) من مجتمع الأصل. وتم التوصل إلى: تتطلب مهارة التصويب من الثبات والقفز نفس القدر من القدرات البدنية قد الدراسة (القوة الانفجارية، السرعة الحركية) لدى أفراد مجتمع البحث بكرة السلة، مساهمة صفة القوة الانفجارية بشكل كبير في تحقيق مهارة التصويب بنوعها الثابت ومن القفز.

2-7- الدراسة الثانية: (وعد عبد الرحيم فرحان)،

أجريت هذه الدراسة حول موضوع: "القوة الانفجارية للذراعين والرجلين وعلاقتها بدقة أداء مهارة التصويب من القفز عاليا لكرة اليد". (وعد عبد الرحيم فرحان، 2011، 30). هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين القوة الانفجارية للذراعين والأداء لمهارة التصويب من القفز عاليا بكرة اليد وكذا هدفت إلى معرفة علاقة القوة الانفجارية للرجلين والأداء لمهارة التصويب من القفز عاليا. - استخدام الباحث المنهج الوصفي لعلاقاته وملائمه لمشكلة البحث والدراسة. - تم اختيار عينة بالطريقة العمدية والبالغ عددها 23 طالبا وهم يمثلون مجتمع البحث الكلي، وبعدها قام الباحث باختيار 10 طلاب بالطريقة العشوائية (عن طريق القرعة) ويمثل عددهم هذا نسبة 15,85% من المجتمع الأصلي. وتم التوصل إلى: - هناك علاقة ارتباط دالة إحصائية بين القوة الانفجارية للذراعين ومهارة التصويب من القفز عاليا بكرة اليد. - هناك علاقة ارتباط دالة إحصائية بين القوة الانفجارية للذراعين ومهارة التصويب من القفز بكرة اليد.

*الاستفادة من الدراسات السابقة:

- من خلال الدراسات السابقة ونتائجها وإجراءاتها استفدنا منها فيما يلي:
- اختيار موضوع البحث.
 - ساهمت في صياغة الأهداف ووضع الفروض والتساؤلات.

- بينت الثغرات ومناطق الضعف التي أثارت هذه الدراسة المطروحة للدراسة.
- أشارت إلى أهمية ترابط الجانب البدني بالجانب المهاري في رفع المستوى المهاري.
- في اختيار منهج البحث.
- في اختيار عينة البحث، اختيار لاعبي كرة السلة أصغار.
- في كيفية الحصول على بيانات الاختبارات البدنية والمهارية وانسب أدوات وأجهزة القياس اللازمة لقياس متغيرات البحث.
- في تحديد المعالجات الإحصائية المناسبة مع متطلبات البحث في عرض ومناقشة النتائج.
- *التعليق على الدراسات السابقة:
- بعد الاطلاع على الدراسات السابقة استنتجنا تنوع في استخدام المنهج التجريبي والوصفي كل حسب طبيعة الموضوع.
- من حيث المنهج :

اتفقت الدراسة الحالية مع معظم الدراسات السابقة والمشابهة في استخدام المنهج الوصفي
من حيث العينة :

استخدمت الدراسة العينة بالطريقة العمدية حيث شملت الدراسة على 12 لاعبا، وهي تشكل ما نسبته 10.40%، وهذا ما يتفق مع معظم الدراسات السابقة والمشابهة.

➤ من حيث النتائج المتوصل إليها :

توصلت الدراسة الحالية إلى مجموعة من النتائج والتي اتفقت مع معظم الدراسات السابقة كدراسة كل من وعد عبد الرحيم فرحان التي توصلت إلى وجود علاقة ارتباطية بين القوة الانفجارية للذراعين وأداء مهارة التصويب من القفز لدى لاعبي كرة اليد، شيماء علي خميس التي توصلت إلى أن هناك علاقة موجبة بين صفة القوة الانفجارية للذراعين والاداء المهاري الضرب الساحق في نشاط كرة الطائرة، ودراسة علي سموم الفرطوسي التي توصلت إلى أن لتطور القوتين الانفجارية والمميزة بالسرعة للذراعين والرجلين أثر على تطور مستوى أداء التهديف من القفز في كرة السلة، ودراسة مصطفى جاسب عبد الزهرة وروى صلاح قدوري التي توصلت إلى أن صفة القوة الانفجارية تساهم بشكل كبير في تحقيق مهارة التصويب بنوعها من القفز ومن الثبات في كرة السلة

8/ منهجية الدراسة والإجراءات المنهجية

8-1 منهج البحث:

أستعمل الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي والدراسات الارتباطية لمناسبته لطبيعة الدراسة الحالية كونه أحدا المناهج الأساسية في البحوث الوصفية والذي من خلاله يتم جمع المعلومات عن أية ظاهرة بقصد التعرف عليها ودراستها وإيجاد الحلول المناسبة لها. وعلى هذا الأساس استخدمنا المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية لمدى ملائمته ومناسبته لطبيعة الدراسة وبالتالي: التعرف على العلاقة بين القوة الانفجارية للذراعين ودقة مهارة التصويب في كرة السلة.

فيعرف الدكتور العساف البحث الارتباطي: ذلك النوع من أساليب البحث الذي يمكن بواسطته معرفة إذا كانت هناك ثمة علاقة بين متغيرين أو أكثر ومن ثم معرفة درجة تلك العلاقة. (العساف صالح بن حمد، 2000، 271)

ولمعرفة مقدارها بمعامل الارتباط حيث يمكننا تقدير العلاقة بين متغيرين إذا كان الارتباط بينهما عالياً فإن معامل الارتباط يكون قريباً من +1 أو -1 وإذا لم يكونا مرتبطين فإن معامل الارتباط الذي نحصل عليه يقترب من الصفر 0 وكلما ازداد ارتباط المتغيرين ازدادت دقة التنبؤات التي تقوم على هذه العلاقة. (إخلاص محمد عبد الحفيظ، مصطفى حسين باهي، 2002، م، 97-98)

8-2 مجتمع وعينة البحث:

يعني مجتمع الدراسة هو أن يشمل جميع عناصر ومفردات المشكلة أو ظاهرة قيد الدراسة، (ربيع مصطفى عليان وعثمان محمد غني، 2013، 136).

و تعرف العينة بأنها هي: جزء من الكل نقوم باختيارها بطريقة معينة لدراستها من أجل التحقق من الظاهر في هذا الكل كما تعرف بأنها مجموعة من الأفراد تختار بطرق مختلفة من مجتمع كبير لدراسة ظاهرة معينة. (عبد اليمين بوداود، احمد عطاء الله، 2009، 68).

يتمثل مجتمع البحث في لاعبي البطولة الجهوية شرق لكرة السلة 16u والبالغ عددهم 08 فرق مقسمين إلى مجموعتين بمعدل 96 لاعب، حيث قمنا باختيار فريق الاتحاد الرياضي لكرة السلة لمدينة أم البواقي ASOB كعينة للبحث وذلك بالطريقة القصدية حيث يتكون الفريق من

12 لاعب، وتم استبعاد لاعبين بسبب الإصابة، حيث أصبحت عينة بحثنا تقدر ب 10 لاعبين أي تكون بنسبة 10.40% وهي وممثلة وملائمة للدراسة.

3-8/ مجالات البحث:

بدأ الطالب الباحث بالدراسة الفعلية بعد ضبط وتحديد موضوع الدراسة، حيث بدأ بالخلفية النظرية والتي توصلت مع باقي مجريات ومراحل البحث، أما بالنسبة للاختبارات العملية فهي كالآتي:

3-8-1- المجال المكاني: القاعة المتعددة الرياضات أم البواقي والتي تحتضن تدريبات فريق كرة السلة.

3-8-2- المجال الزمني: كان ذلك من خلال إجراء الدراسة الاستطلاعية في 2018/03/16.

أما بالنسبة للاختبار وإعادة الاختبار فكانت في 2018/04/11 و 2018/04/18 حيث تم تنفيذ الاختبارات المدرجة والمحددة على عينة الدراسة الرسمية.

3-8-3 المجال البشري:

تمثل مجتمع البحث لاعبي البطولة الجهوية شرق لكرة السلة أصاغر والبالغ عددهم 08 فرق مقسمين إلى مجموعتين بمعدل 96 لاعب.

4-8/ الضبط الإجرائي لمتغيرات البحث:

إن الدراسة الميدانية تتطلب من الباحث ضبط المتغيرات قصد التحكم فيها من جهة ومن جهة أخرى عزل بقية المتغيرات الأخرى الدخيلة وبدون هذا الضبط تصبح النتائج التي يتوصل إليها الباحث مستعصية على التحليل والتفسير، وتشمل متغيرات بحثنا كالآتي:

1-4-8 المتغير المستقل: القوة الانفجارية للذراعين.

2-4-8 المتغير التابع: مهارة التصويب من الثبات.

5-8/ الخصائص العلمية للاختبارات:

8-5-1 ثبات الاختبار: تم تطبيق الاختبارات على عينة تكونت من 6 لاعبين خارج العينة الأساسية ثم من بعد ذلك قمنا بتكرار الاختبارات بعد أسبوعين، وذلك من أجل التأكد من ثبات الاختبارات وكانت النتائج كالتالي:

الجدول 03: يوضح معامل الارتباط بيرسون لقياس ثبات الاختبارات

القرار	قيمة ر الجدولية	قيمة ر المحسوبة	نوع الاختبار
معنوي	0,75	0.85	اختبار التصويب من الثبات
معنوي		0.85	اختبار رمي الكرة الطبية من الوقوف
معنوي		0.92	اختبار رمي الكرة الطبية من الجلوس

8-5-2 صدق الاختبار:

يعتبر معامل صدق الاختبار من المعايير العلمية الهامة فالاختبار الصادق هو الذي يقيس بدقة الظاهرة التي صمم لقياسها. (محمد حسن علاوي، محمد نصر الدين 2000، 255). لإيجاد الصدق الذاتي من خلال حساب الجذر التربيعي لمعامل ثبات الاختبار كما في المعادلة التالية:

الصدق الذاتي = الثبات^{1/2}. (رضوان محمد نصر الدين:، 2011، 216).

الجدول 04: يوضح معامل الارتباط بيرسون لقياس صدق الاختبارات

القرار	قيمة ر الجدولية	قيمة ر المحسوبة	نوع الاختبار
معنوي	0,75	0.92	التصويب من الثبات
معنوي		0.92	رمي الكرة الطبية من الوقوف
معنوي		0.95	رمي الكرة الطبية من الجلوس

من خلال النتائج المدونة في الجدول رقم (03) تبين أن الاختبارات تتميز بدرجة ثبات عالية، حيث كل القيم المتحصل عليها كانت عالية وبلغت أكبر قيمة 0.92 في اختبارات القوة الانفجارية للأطراف العلوية وبعض الاختبارات المهارية، والمتمثل في اختبار رمي الكرة الطبية

3كغ من الجلوس وأدنى قيمة 0.85 في اختباري التصويب من الثبات، رمي الكرة الطبية من الوقوف 3كغ.

أما النتائج المدونة في الجدول رقم(04) تتصف اختبارات أوجه القوة العضلية بدرجة عالية من الصدق الذاتي وبلغت أكبر قيمة 0.95 في اختبارات القوة الانفجارية للأطراف العلوية وبعض الاختبارات المهارية، والمتمثل في اختبار رمي الكرة الطبية 3 كغ من الجلوس، وأدنى قيمة 0.92 في اختباري التصويب من الثبات، رمي الكرة الطبية من الوقوف 3 كغ. من أجل التأكد من صحة الاختبارات وملائمتها لمعالجة فرضيات الدراسة قمنا بإعداد استمارة تحكيم و قمنا بعرضها على مجموعة من الأساتذة المختصين في المعهد، والذين أكدوا أنها مناسبة وصالحة ، لقياس الغرض الذي وضعوا من أجله وأنها تتناسب مع فرضيات البحث؛ مع الأخذ بنصائحهم.

4-5-8 موضوعية الاختبار:

موضوعية الاختبار تعني عدم إدخال العوامل الشخصية فيما يصدر الباحث من أحكام والتحرر من التحيز أو التعصب. (عبد الرحمان محمد عيسوي 2003 ، 332).

6-8/ الدراسة الاستطلاعية:

قبل البدء بإجراء التجربة الاستطلاعية التي نريد قيامها، قام الباحث ببعض اللمسات الأولية كان الهدف من ورائها، خلق أرضية ملائمة وصالحة للعمل وهذه اللمسات يمكن وضعها كما يلي:

وضع الاختبارات الملائمة لقياس القوة الانفجارية للذراعين لمهارة التصويب. تحديد العينة المناسبة والوسائل اللازمة للقيام بهذه الاختبارات.

التشاور مع المدرب من أجل السماح بتطبيق الاختبارات على اللاعبين.

1-6-8 التجربة الاستطلاعية:

قام الطالب الباحث بالتجربة الاستطلاعية على عينة متكونة من 06 لاعبين من الفريق الرياضي لكرة السلة أم البواقي وقد كانت العينة تماثل خصائص الفئة العمرية.

حيث قام الباحث بالتجربة في يوم 2018/03/16، وإجراء الاختبارات المهارية والبدنية، وكان الهدف من إجراء الدراسة الاستطلاعية هو دراسة كفاءة الاختبارات المحددة وشروطها العلمية من صدق وثبات وموضوعية

7-8/ الاختبارات المستخدمة في البحث:

1-7-8 اختبارات القوة الانفجارية للذراعين:

* اختبار رمي الكرة الطبية وزن 3 كغ من وضع من الوقوف: (نوري إبراهيم الشوك :

(1996، 108)

أ /الهدف من الاختبار: قياس القوة الانفجارية لعضلات الذراعين من الوقوف.

ب/الأدوات المستخدمة: كرة طبية وزن 3 كغ+ شريط قياس.

* اختبار رمي الكرة الطبية وزن 3كغ من وضع من الجلوس على الكرسي: سعد

محسن إسماعيل (1996، 153).

أ/الهدف من الاختبار: قياس القوة الانفجارية لعضلات الذراعين.

2-7- الاختبارات المهارية:

* اختبار التصويب من الثبات:

أ/الهدف من الاختبار: قياس دقة التصويب للرمية الحرة من الثبات. (ريسان خربيط

مجيد، 1989، 336).

8-8/ الوسائل الإحصائية المستعملة:

* المتوسط الحسابي (Moyenne):

* الانحراف المعياري (Ecartype):

معامل الارتباط بيرسون: (coefficient corrélation)

9-8 عرض ومناقشة وتحليل النتائج:

1-9-8 العلاقة بين اختبار رمي الكرة الطبية 3كغ من الوقوف مع اختبار التصويب

من الثبات:

جدول رقم 07 يبين نتائج معامل الارتباط بيرسون للعلاقة بين اختبار رمي الكرة

الطبية 3 كغ من الوقوف واختبار التصويب من الثبات.

مستوى الدلالة	معامل الارتباط (r)		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	درجة الحرية n-1	الاختبارات
	R الجدولية	R المحسوبة				
0.05	0.60	0.70	1.78	8.3	9	اختبار التصويب من الثبات
			0.34	5.65		

						الطبية
--	--	--	--	--	--	--------

نلاحظ من خلال الجدول رقم (07) أن قيمة المتوسط الحسابي لاختبار رمي الكرة الطبية 3 كغ من الوقوف هو 5.65 والانحراف المعياري هو 0.34 وقيمة المتوسط الحسابي لاختبار التصويب من الثبات هو 8.3 والانحراف المعياري 1.78 وقد بلغت قيمة معامل الارتباط المحسوبة بين المتغيرين 0.70 وهي قيمة قوية عن قيمة معامل الارتباط الجدولية 0.60 عند درجة الحرية 9 ومستوى الدلالة $\alpha=0.05$ وقد أظهرت النتائج أنه لا توجد علاقة ارتباط معنوية بين اختبار رمي الكرة الطبية 3 كغ من الوقوف و اختبار التصويب من الثبات.

$$rc=0.74 > rt=0.60$$

1-9-8 العلاقة بين اختبار رمي الكرة الطبية 3 كغ من الجلوس و اختبار التصويب من

الثبات:

جدول رقم 08 يبين نتائج معامل الارتباط بيرسون للعلاقة بين اختبار رمي الكرة

الطبية 3 كغ من الجلوس و اختبار التصويب من الثبات.

مستوى الدلالة	معامل الارتباط (r)		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	درجة الحرية n-1	الاختبارات
	R الجدولية	R المحسوبة				
0.05	0.60	0.64	1.78	3.8	9	اختبار التصويب من الثبات
			0.22	5.10		اختبار دفع الكرة الطبية 3 كغ من وضع الجلوس

نلاحظ من خلال الجدول رقم (08) أن قيمة المتوسط الحسابي لاختبار رمي الكرة الطبية 3 كغ من الجلوس هو 5.10 والانحراف المعياري هو 0.22 وقيمة المتوسط الحسابي للتصويب من القفز هو 8.3 والانحراف المعياري 1.78 وقد بلغت قيمة معامل الارتباط المحسوبة بين المتغيرين 0.64 وهي قيمة قوية عن قيمة معامل الارتباط الجدولية 0.60 عند درجة الحرية 9 ومستوى الدلالة $\alpha=0.05$ وقد أظهرت النتائج أنه توجد علاقة ارتباط معنوية بين اختبار رمي الكرة الطبية 3 كغ من الجلوس و اختبار التصويب من القفز.

$$rc=0.64 > rt=0.60$$

10-8 مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الرئيسية:

من خلال النتائج التي تم عرضها في الجداول (8،7) ، ولإختبار صحة هذه الفرضية، قام الباحث بحساب قيمة (r) في اختبار رمي الكرة الطبية 3كغ من الوقوف فكانت قيمة (r) المحسوبة 0.70، أما في اختبار رمي الكرة الطبية 3كغ من الجلوس فكانت قيمة (r) المحسوبة 0.64 في حين كانت قيمة (r) الجدولية تقدر ب 0.60 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 09، وبالتالي توجد علاقة ارتباطية بين القوة الانفجارية للذراعين وأداء مهارة التصويب من الثبات لدى لاعبي كرة السلة.

كل المبادئ الأولية لمهارة التصويب تصبح عديمة الفائدة إذا لم تتوج في النهاية بالقوة الانفجارية للذراعين مع المسك الصحيح للكرة، لذا لا يمكن إجراء المهارة الحركية دون أن تكتمل جميع العناصر المؤثرة في الأداء حيث يرى مصطفى محمد زيدان أن التصويب يتأثر بعدة عوامل منها:

زاوية التصويب: كلما كان التصويب من النقطة المواجهة للهدف كانت نسبة النجاح أكبر.

المسافة: كلما قصرت المسافة بين اللاعب وحلقة السلة إزدادت دقة التصويب.

التوجيه: يسهم رسغ اليد في توجيه الكرة.

القوة: كلما كان التدريب مقرونا بالقوة زاد في تعجيل الكرة مما يؤثر في وصولها إلى الهدف.

السرعة: كلما كان الإعداد سريعا كان التصويب أكثر نجاعة. (مصطفى محمد زيدان ، 80)

يرجع الباحث وجود علاقة ارتباط دالة معنويا على مهارة التصويب حيث أشار " مدحت صالح

سيد 2004 إلى أن التصويب هو عملية دفع الكرة باتجاه الهدف على شكل حركة رمي

باستخدام ذراع أو ذراعين، إذ يهدف التصويب إلى انتقال الكرة من يد اللاعب الى الدخول في

السلة (مدحت صالح سيد ، 2004.80)

ومن خلال ما تقدم يعزو الباحث هذه النتائج إلى طبيعة الأداء الفني مهارة التصويب الذي يتطلب إحداث جملة من الانقباضات العضلية وفق مسارات حركية معينة يمكن أن تتحقق واجب الفعل الحركي المطلوب (مهارة التصويب) بحسب الحاجة إلى طبيعة تلك الانقباضات، حيث أشار محمد عثمان انه ثبت بما لا يدع مجالا للشك أن هناك علاقة ارتباط قوية بين القوة والمسافة المتحصل عليها فكلما زادت القوة زادت المسافة (محمد عثمان، 1990 464).

حيث وتتصدر القوة الانفجارية مساهمتها لتحقيق مهارتي التصويب (الثبات) للحاجة إلى إحداث أقصى انقباض عضلي لمرة واحدة من خلال تصويب الكرة لتحقيق بسرعة ودقة لتحقيق الإصابة بكرة السلة الأمر الذي يتطلب اكتساب اللاعبين في كرة السلة، هذه الصفة بالقدر المناسب انسجاما ومتطلبات تلك المهارتين.

ومما تقدم يعتقد الباحث أن تلك النتائج كانت منطقية انسجاما لمتطلبات المهارة ومفهومها، حيث أكدت المراجع العلمية إلى أن جميع المهارات لا يمكن أن تتحقق ما لم يتم تعويض قدرا مناسباً من عناصر اللياقة البدنية ينسجم وطبيعة الأداء الفني لتلك المهارة وخط المسار الحركي لها حيث يتطلب هذا الأمر أن يكتسب الرياضي ذلك القدر بنسب متباينة لتحقيق الهدف المطلوب. ويرى (باوزشرونز) 1988 إن القوة تعد القابلية الأساسية لنجاح أداء المسار الحركي. (كارل هاينز شروتير: ، 1988 ، 146).

كما وتتفق الدراسة الحالية مع دراسة الباحثان مصطفى جاسب عبد الزهرة ورؤى صلاح قدوري (مصطفى جاسب عبد الزهرة ورؤى صلاح قدوري 2017، 197). حيث توصلت نتائجها إلى أن مهارة التصويب من الثبات تتطلب نفس القدر من الصفات البدنية والتي على رأسها القوة الانفجارية. هو ما يعبر عن صحة الفرضية الرئيسية ونقرباً عن الفرضية محققة.

- توجد علاقة ارتباطية بين القوة الانفجارية للذراعين في اختبار رمي الكرة الطبية 3 كغ من وضعية الوقوف وأداء مهارة التصويب من الثبات لدى لاعبي كرة السلة.
 - توجد علاقة ارتباطية بين القوة الانفجارية للذراعين في اختبار رمي الكرة الطبية 3 كغ من وضعية الجلوس وأداء مهارة التصويب من الثبات لدى لاعبي كرة السلة.
- استنتاجات:

- توجد علاقة ارتباطية بين القوة الانفجارية للذراعين في اختبار رمي الكرة الطبية 3 كغ من وضعية الوقوف وأداء مهارة التصويب من الثبات لدى لاعبي كرة السلة.
 - توجد علاقة ارتباطية بين القوة الانفجارية للذراعين في اختبار رمي الكرة الطبية 3 كغ من وضعية الجلوس وأداء مهارة التصويب من الثبات لدى لاعبي كرة السلة.
- توصيات:

- العمل على تطوير القوة العضلية للذراعين وإجراء دراسات حول تأثير القوة المميزة بالسرعة بالمهارات الأساسية لكرة السلة.

- إجراء دراسات حول علاقة عناصر اللياقة البدنية بالمهارات الأساسية لكرة السلة.
- دمج الجانب البدني والمهاري في الحصة التدريبية.
- إجراء دراسات مماثلة على مهارات وفئات عمرية أخرى.
- إجراء دراسات حول نسبة مساهمة بعض القدرات البدنية بأداء المهارات الأساسية لكرة السلة.

قائمة المراجع:

المراجع باللغة العربية:

- 1-إخلاص محمد عبد الحفيظ ،مصطفى حسين باهي ،طرق البحث العلمي والتحليل الإحصائي في المجالات التربوية النفسية والرياضية، ط2، مركز الكتاب للنشر، مصر الجديدة، 2002م
- 2-أمر الله الباسطي: قواعد التدريب الرياضي، منشأة المعارف، الاسكندرية، 1988
- 3-أمر الله الباسطي: قواعد التدريب الرياضي، منشأة المعارف، الاسكندرية، 1988
- جمال صبري ونعيم عبد الحسين، المهارات الأساسية والقانون الدولي لطرة السلة على الكراسي المتحركة للمقعدين، ط1، دار مجلة ناشؤون وموزعون، عمان، الأردن، 2008م
- 4-حسن السيد معوض : كرة السلة للجميع، دار الفكر العربي ، القاهرة، ط7، 2008م
- 5-داليا زكريا عباس زيد، التعلم التعاوني الاكتساب المهارة الحركية لكرة السلة، دار الوفاء لندنيا الطباعة الاسكندرية، 2014م
- 6-ربيعي مصطفى عليان وعثمان محمد غني ،مناهج وأساليب البحث العلمي: النظرية والتطبيق، دار صفاء، عمان، الأردن، 2013.
- 7-رضوان محمد نصر الدين: المدخل إلى القياس في التربية البدنية و الرياضية، ط2، دار الفكر العربي، القاهرة مصر، 2011،
- 8-ريسان خريبط مجيد، موسوعة القياسات والاختبارات في التربية البدنية والرياضية، مطبعة التعليم العالي ، الجزء الأول 1989.
- 9-سعد محسن إسماعيل : تأثير أساليب تدريبية لتنمية القوة الانفجارية للرجلين و الذراعين في دقة التصويب البعيد من القفز في كرة اليد ، أطروحة دكتوراه، كلية التربية البدنية و الرياضة، جامعة بغداد العراق، 1996.
- 10-عبد الرحمان محمد عيسوي: الاختبارات والمقاييس النفسية، منشأة المعارف. الإسكندرية 2003
- 11-عبد اليمين بوداود، احمد عطاء الله. المرشد في البحث العلمي لطلبة التربية البدنية والرياضية ، الجزائر، ديوان المطبوعات الجامعية 2009

- 12-العساف صالح بن حمد ؛ المدخل الى البحث في العلوم السلوكية ، دار الزهراء ط1, 2000
- 13-كارل هاينز شروتر: قواعد العاب الساحة والميدان: ترجمة قاسم حسن حسين أثير صبري بغداد ، مطبعة التعليمي، 1988 .
- 14-كمال الدين عبد الرحمن وآخرون : القياس والتقويم وتحليل المباراة في كرة اليد " نظريات وتطبيقات " ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، 2002م
- 15-محمد أحمد عبد الخليل: حارس المرمى في كرة اليد، دار الكتاب للنشر ، لبنان ، ط1، 1999م
- 16-محمد حسن علاوي، محمد نصر الدين: القياس و التقويم في التربية البدنية و الرياضية وعلم النفس الرياضي، دار الفكر العربي، مصر، القاهرة2000.
- 17-مدحت صالح سيد،البرامج التعليمية والتدريبية في كر السلة، دار الفكر العربي، 2004 م.
- 18-مصطفى جاسب عبد الزهرة و م.روى صلاح قدوري، نسب مساهمة بعض القدرات البدنية بأداء مهارة التصويب بكرة السلة، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة ميسان، 2017
- 19-مصطفى جاسب عبد الزهرة و م.روى صلاح قدوري، نسب مساهمة بعض القدرات البدنية بأداء مهارة التصويب بكرة السلة، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة ميسان، 2017
- 20-نوري إبراهيم الشوك : بعض المحددات الأساسية التخصصية لناشئي الكرة الطائرة في العراق بأعمار (16/14)سنة أطروحة دكتوراه ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، 1996.
- 21-وعد عبد الرحيم فرحان، القوة الانفجارية للذراعين والرجلين وعلاقتها بدقة أداء مهارة التصويب من القفز عاليا لكرة اليد، بحث ترقية ،كلية التربية الرياضية ، جامعة الأنبار ، العراق ، 2011 .
- المراجع باللغة الأجنبية:
- 22-.Domielle gallais, Grégoire millet ,**La préparation physique optimisation et limites de la performance sportive** ,Elsevier Masson, 2007.