تأثير برنامج تدريبى مقترح لتنمية سرعة ودقة اداء مهارة التمرير فى كرة السلة ـ ٢٠١٣

١/٠ المقدمة

إن عصر هذه الألفية هو عصر العلم والتكنولوجيا الحديثة فالثورة العلمية الحديثة والتكنولوجية التي سيطرت علي كل مجالات حياتنا ومن الانجازات العلمية المعاصرة التي أصبحت لها تأثيراً مباشراً علي حياة الإنسان في وقتنا الحاضر ، فقد أصبحت التكنولوجيا حقيقة واقعية مفروضة علي كل فرد وكل مدرب وكل عالم ولا يمكن أن يتجاهل الفرد هذا الانجاز العلمي الكبير الذي أصبح له أثار بعيدة المدى في كل المجالات الرياضية علي اختلاف أشكالها ، فيجب علي كل العاملين في هذا المجال الرياضي التكنولوجي أن يتم التعامل بأقصى جهد واستغلال الإمكانات وتوظيفها لخدمة لأنشطة الرياضية بأنواعها المختلفة ولو حدث أي تقصير أو تجاهل للتكنولوجيا الرياضية المعاصرة سوف يؤدي إلي تخلف رياضي طويل المدى.

تعتبر الأدوات المساعدة في أنها تبسط عملية التعليم والتدريب كما أنها تسهل أداء المهارات المركبة ، والتنويع في استخدامها يشجع اللاعب علي الاستمرار في التدريب واستبعاد عامل الخوف والفشل كما ا،ها تنمي الدافعية والإثارة والتشويق داخل اللاعب والمدرب نفسه ، كما أيضاً تكسبه الصفات البدنية والنفسية مما تؤهله لتأدية المهارة بسهولة وبسلامة وأيضاً توفر الاقتصاد في الجهد مع توفير الوقت.

وتعتبر الوسائل التعليمية من المكونات الأساسية للمنهج فهي مكون أساسي للخبرات التعليمية المتاحة للاعبين فلابد أن يكون المدرب متمكناً من إعداد الوسائل التعليمية أو استخدامها فى حينها.

أحمد حسين اللقاني : الوسائل التعليمية والمنهج المدرسي، مؤسسة الخليج العربي، ١٩٩٦: ١٠)

والجدير بالذكر أنه فى الآونة الأخيرة تطور مفهوم الأجهزة والوسائل الحديثة المستخدمة أثناء العملية التدريبية واتسع ليشمل أجهزة ووسائل عديدة تمتلك إمكانيات هائلة سواء كانت بغرض التدريب أو القياس أو التقويم وأصبح توفيرها بالعملية التدريبية أحد مسببات النجاح لتحقيق البرامج التدريبية لأهدافها.

إن الدول التي حققت سبقاً فى إجراء البحوث والدراسات والتجارب العلمية لتطويع ما وفره العلم والتقنيات التكنولوجية الحديثة فى مجال التدريب الرياضي من خلال إبتكار وتحديد أفضل الطرق والأساليب والاختبارات والأجهزة لقياس وتنمية وتحسين المستوي البدني والمهاري (الفني) للاعبين استطاعوا تحقيق أفضل النتائج علي الساحة الأفريقية وكذلك العالمية وبات من الصعب حالياً الوصول لهذه المستويات بل والاقتراب منها.

وسعياً وراء هذا التقدم السريع والتكنولوجيا الرياضية الحديثة فقد رأي الباحث ضرورة استغلال وتطويع ما وفره العلم والتقنيات التكنولوجية الحديثة من نظريات وأجهزة حديثة لتصميم برنامج تدريبي مقترح لتنمية سرعة ودقة أداء مهارة التمرير باستخدام جهاز الكتروني مصمم (مبتكر) لناشئي كرة السلة.

٢/١ مشكلة البحث:

من مسميات العصر الحالي (عصر العلم والتكنولوجيا) ففي جميع المجالات حقق العلم بفضل التطور التكنولوجي طفرة كبيرة وما زال يخطو فى اضطراد مستمر بخطوات ثابتة وسريعة لتحقيق مزيد من التطور حتي أصبح العلم الأساسي فى الحكم علي مصداقية الموضوعات المختلفة وكان وما زال للرياضة نصيب وافر من هذا التقدم بفضل طموح علمائهم.

(ياسر قطب : برنامج للتدريبات النوعية باستخدام جهاز بديل علي مستوي أداء الشقلبة الخلفية علي جهاز عارضة التوازن للناشئات ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ،السادات ، جامعة المنوفية، ٢٠٠٣م : ٢)

ويذكر جوزيف ناجي إلي أن الأنشطة الرياضية المختلفة خطت خطوات واسعة نحو التقدم والرقي وأصبح التطور فى مستوي الأداء المهاري والبدني لأي نشاط رياضي يعتمد علي الأسس العلمية فى تعلم الأداء المهاري والبدني لكل نشاط حيث أن المهارات الأساسية هي الحركات الهادفة والاقتصادية التي يحتاجها اللاعب ليؤديها فى جميع المواقف التي يتطلبها نوع الناشط الرياضي حتي يتمكن اللاعب من الوصول إلي أفضل النتائج.

جوزيف ناجي اديب : دراسة تحليلية للمهارات الأساسية لتنس الطاولة وأثرها علي نتائج مباريات الناشئين ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للنبات ، جامعة حلوان ، ١٩٩٩م، ٢١)

يعتبر مجال رياضة كرة السلة من المجالات الرياضية الخصبة ، حيث أصبح مجال خصب للتطور العلمي الحادث فى هذه الحقبة الزمنية ، فأصبح العلماء يقوموا بالتعرف علي المشكلات التي تواجه اللاعبين والمدربين فى جميع أنواع الرياضات بصفة عامة وفى مجال كرة السلة بصفة خاصة ووضع الحلول المناسبة لهذه المشكلات ومن هذه المشكلات مشكلة الأجهزة والأدوات المساعدة فى عملية التدريب والتعليم ، حيث لا يمكن تطوير أو تنمية الأداء المهاري أو البدني فى كرة السلة بدون هذه الأدوات والأجهزة الحديثة التي تعمل علي دفع المتعلمين إلي المشاركة الإيجابية فى العملية التدريبية.

نبيل محمد عبد المقصود وأحمدعلي حسين : كرة السلة ، الجزء الثاني ، مذكرات غير منشورة ، الزقازيق ، ٢٠١٠م : ٧٦)

وبنظرة تحليلية فاحصة لمهارات كرة السلة وبالأخص إلي مهارة التمرير Passing أنه أحد الأساسيات الحركية الهجومية لنقل الكرة إلي أماكن مختلفة داخل الملعب ، حيث يمكن عن طريقه الحصول علي أماكن متميزة من أجل نسب أفضل التصويب، فالفرق التي تتميز بسرعة وبدقة فى أداء التمرير ينال إعجاب الأفراد ذوي العلاقة بمباراة كرة السلة (المشاهدين – المدربين – الإداريين– اللاعبين) ، كما يأتي التمرير فى المرتبة الثانية بعد التصويب من حيث التأثير علي ناتج المباراة وعلي ناتج الداء فى كرة السلة ، كما يجب علي اللاعبين أن يفهموا أن التمرير له أهمية خاصة من الناحية التكتيكية ، فإن القدرة علي التمرير سوف تحدد الجزء التالي من الهجوم، وإذا انكسر التمرير تنعدم فعالية الهجوم وتعتبر الدقة عامل هام فى التمرير فيجب أن يكون لدي اللاعب دقة فى التوقيت والاتجاه كذلك يجب أن تقترن دقة التمرير بالسرعة الحركية ولكن ليس علي حساب الدقة ، فلاعب كرة السلة يجب أن يطور الدقة مع الحد الأقصى للسرعة الحركية ، ويجب أن يطور الدقة مع الموقف اللعبي ، فهي لا تكون من القوة بحيث يصعب استلامها ولا من البطء بحيث يمكن قطعها.

نبيل محمد عبد المقصود وعال جودة هلال : كرة السلة ، الجزء الأول ، مذكرات غير منشورة ، الزقازيق ، ٢٠١١ : ٢٣)

ويذكر **محمود يحيي سعد (١٩٨٣م)** أن التمرير يعتبر من أهم المبادئ الأساسية التي يجب أن يتصف بالدقة والسرعة حتي يكون فعالاً أثناء المباريات فكلما زادت دقته استطاع الزميل المستلم أن يحصل علي الكرة بسهولة وكلما كان التمرير سريعاً استطاع أفراد الفريق أن يحدثوا الثغرات فى دفاع الخصم كما يمكن عن طريقه القيام بالهجوم الخاطف الذي يعتبر من أهم الخطط الهجومية.

محمود يحي سعد : العلاقة بين بعض المتغيرات البدنية والنفسية ونتائج المباريات فى كرة السلة للناشئين فى ج.م.ع، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهر، جامعة حلوان ، ١٩٨٣م.

ومن خلال خبرات الباحث العلمية كمدرس مساعد بكلية التربية الرياضية والعملية كلاعب كرة سلة سابقاً ومدرب كرة سلة حالياً فقد وجد أن الافتقار الشديد للأجهزة الحديثة فى القياس أو التدريب أو التنمية أو التقييم بصورة تتأثر بطريقة سلبية علي مستويات الفرق واللاعبين بصفة عامة.

وفى مجال أجهزة التدريب وفى قياس وتنمية أداء مهارة التمرير بأنواعه بصفة خاصة مما استثار فكر الباحث فى محاولة إيجاد طريقة علمية صحيحة لتنمية وقياس أداء مهارة التمرير فى كرة السلة بطريقة علمية سليمة مستخدماً التقدم التكنولوجي فى المجال الإلكتروني وذلك بعد الإجابة علي السؤال التالي :

- هل يمكن تصميم برنامج تدريبي لتنمية سرعة ودقة أداء مهارة التمرير باستخدام جهاز إلكتروني مبتكر لناشئ كرة السلة ؟
- وسيحاول الباحث نهج البحث العلمي للوصول إلي الإجابة علي هذا السؤال.

١/٣ أهمية البحث والحاجة إليه:

١/٣/١ الأهمية العلمية:

١/١/٣/١ يعتبر هذا البحث محاولة علمية جديدة فى مجال كرة السلة حيث يسعي الباحث إلي محاولة تصميم برنامج تدريبي لتنمية سرعة ودقة أداء مهارة التمرير بأنواعه للناشئين فى كرة السلة .

٢/١/٣/١ محاولة استخدام العلوم الحديثة والتكنولوجيا من الجانب العملي (التطبيقي) الذي يخدم العلمية التدريبية والذي يقوم علي أساس علمي سليم.

٣/١/٣/١ الربط بين المجال التكنولوجي والهندسي من حيث تصميم الجهاز (من فكر الباحث) وبين مجال التربية الرياضية فى الجانب التطبيقي (البرنامج التدريبي).

٢/٣/١ الأهمية التطبيقية

١/٢/٣/١ توفير أداة تستخدم فى تنمية وقياس سرعة ودقة أداء مهارة التمرير فى رياضة كرة السلة مما يساعد المدرب فى عملية تقييم العملية التدريبية أثناء البرنامج أو الموسم التدريبي.

٢/٢/٣/١ يمكن استخدام الجهاز المصمم المبتكر فى أي جزء أو فترة من فترات البرنامج التدريبي فى الموسم الرياضي الواحد.

٣/٢/٣/١ استخدام الجهاز المصمم المبتكر لجميع المراحل السنية المختلفة وكذلك الجنسين معاً فى قياس وتنمية سرعة ودقة أداء مهارة التمرير فى رياضة كرة السلة.

٤/٢/٣/١ تحقيق عائد مهاري وبدني لعينة البحث.

٥/٢/٣/١ وسيلة من وسائل التدريب الفردية.

٤/١ أهدف البحث :

يهدف البحث إلي:

تصميم برنامج تدريبى مقترح لتنمية سرعة ودقة أداء مهارة التمرير فى كرة السلة ويتحقق ذلك من خلال :

١/٤/١ تصميم جهاز إلكترونى مبتكر لقياس وتنمية سرعة ودقة أداء مهارة التمريرفى كرة السلة.
٢/٤/١ تصميم برنامج تدريبى مقترح لتنمية سرعة ودقة أداء مهارة التمرير فى كرة السلة للاعبين (قيد البحث) .
٣/٤/١ التعرف على تأثير البرنامج التدريبى المقترح على تنمية سرعة ودقة أداء مهارة التمرير للاعبين (قيد البحث) .

٥/١ فروض البحث :

١/٥/١ توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلى والبعدى لصالح القياس البعدى فى مهارة التمريرة الصدرية وذلك من مسافات (٣ م – ٤ م – ٥ م) للاعبين (قيد البحث) .
٢/٥/١ توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلى والبعدى لصالح القياس البعدى فى مهارة التمريرة باليدين من فوق الرأس وذلك من مسافات (٦ م – ٧ م – ٨ م) للاعبين (قيد البحث) .
٣/٥/١ توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلى والبعدى لصالح القياس البعدى فى مهارة التمريرة بيد واحدة من فوق الكتف وذلك من مسافات (٩ م – ١٠ م – أبعد من ١٠ م) للاعبين (قيد البحث) .
٤/٥/١ توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلى والبعدى لصالح القياس البعدى فى الإختبارات المهارية المستخدمة للاعبين (قيد البحث) .

٦/١ تعاريف البحث :

١/٦/١ مهارة التمرير * :

هي أحد المهارات الهجومية فى كرة السلة ، وهي عملية إنتقال الكرة من اللاعب إلي الجهاز الإلكتروني المصمم (المبتكر) وذلك علي بعد مسافات مختلفة وتتحدد طبقاً لنوع التمرير المطلوب أدائه.

٢/٦/١ الجهاز الإلكتروني المصمم * :

عبارة عن إطار حديدي مربع الشكل سمكه ٥سم × ٥سم وأبعاده ١٠٠سم × ١٠٠سم وينقسم هذا الجهاز إلي :

١/٢/٦/١ شبكة الإحساس :

هي الشبكة المتصلة بوحدة التحكم والتي تقوم بالإحساس بمواضع اصطدام الكرة بالشبكة ومن خلالها تحدد وحدة التحكم مكان ودقة التمريرة وهي تتكون من عدد (٩) أسلاك رأسية وعدد

---

* تعريف إجرائي

(٩) أسلاك أفقية ومقسمة إلي عدد (٨١) نقطة إحساس علي الشبكة ومقسمة إلي عدد (٥) نقاط لتحديد الدقة.

٢/٢/٦/١ الإطار الحديدي :

هو الإطار الحديدي ذو اللونين الأبيض والأحمر بالتبادل بطول (١٠سم) مساوية لطول ضلع مربعات الشبكة وعددهم (١٢٢) مربع كما استخدم اللون الأحمر كونه لون مثير للعين ومعه اللون الأبيض وذلك للتباين الواضح بينهما.

٣/٢/٦/١ المحور الأفقي :

محور رأسي يسمح بإدارة اللوحة (الشبكة) إلي أعلي وأسفل وذلك من ١٥٠سم حد أدي وحتي ٣٠٠سم حد أقصي وذلك بزاوية مناسبة لنوع الاختبار والتمرير.

٤/٢/٦/١ القاعدة :

هي عبارة عن قاعدة حديدية مصنوعة من الحديد الصلب والتي بلغت أبعادها (٧٥سم × ١٠٠سم) ومثبت بها عدد (٤) من الإطارات (العجل) لتحريك الجهاز بسهولة.

٥/٤/٦/١ اللمبات المضيئة :

وتنقسم إلي :

١/٥/٤/٦/١ اللمبة الزرقاء : وهي التي تمدد وكون الجهاز يعمل فى وضع الاستعداد.

٢/٥/٤/٦/١ اللمبة الحمراء : هي التي تحدد فترة بدء تشغيل الاختبار طوال مدته (٢٤ ثانية).

٣/٦/١ سرعة التمرير :

هي المهارة التي يؤديها اللاعب أكبر عد من التمريرات علي الجهاز الإلكتروني المصمم وذلك في زين الاختبار المحدد (٢٤ ثانية).

٤/٦/١ دقة التمرير :

هي النقطة التي يحددها الجهاز نتيجة أداء اللاعب المختبر لمهارة التمرير فى فترة زمن الاختبار المحدد (٢٤ ثانية) ومقسمة الدقة إلي عدد (٥) نقاط.

١/٤/٦/١ نقطة رقم (٥) منتصف اللوحة وتشتمل علي عدد (٤) مربعات من الشبكة.

٢/٤/٦/١ نقطة رقم (٤) وتشتمل علي عدد (١٦) مربع من مربعات من الشبكة.

٣/٤/٦/١ نقطة رقم (٣) وتشتمل علي عدد (٣٦) مربع من مربعات من الشبكة.

٤/٤/٦/١ نقطة رقم (٢) وتشتمل علي عدد (٦٤) مربع من مربعات من الشبكة.

٥/٤/٦/١ نقطة رقم (١) وتشتمل علي عدد (٦٤) مربع من مربعات من الشبكة.