

تأثير استخدام كرات مختلفة الأحجام والأوزان على تعلم دقة التهديف السلمي في كرة السلة

م.م محمد شهاب احمد
الجامعة المستنصرية - كلية التربية الأساسية

ملخص البحث

لا ينكر فضل العلم في تطور كافة مجالات الحياة، والرياضة كان لها نصيب من هذا التقدم. وان التدريس والتدريب العلمي والمدروس هو الطريق الصحيح للوصول الى المستويات العليا.

ان لعبة كرة السلة هي احدى الدروس المنهجية التي تدرس في قسم التربية الرياضية اذ عمد الباحث الى تعليم وتدريب مهارة التهديف السلمي باستخدام كرات مختلفة الحجم والأوزان ، اذ يعتقد الباحث ان هذه الكرات ستحسن من دقة التهديف السلمي .

اجرى البحث على عينة تكونت من (42) طالب من طلاب الصف الاول في كلية التربية الاساسية الجامعة المستنصرية للعام الدراسي 2007 - 2008 وقد استخدم الباحث الوسائل الاحصائية المناسبة والتي حققت ما يهدف اليه الباحث. اذ استنتج بأن هنالك فروق معنوية ذات دلالة احصائية في الاختبارات البعدية بين المجموعة التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية.

يوصي الباحث بضرورة استخدام كرات مختلفة الازان والحجوم لانها تضيف تنوعاً في التعلم دون ان تضعف تعلم المهارة.

الباب الاول

1- التعريف بالبحث:-

1-1 المقدمة واهمية البحث:-

لا ينكر فضل العلم على تقدم وتطور كافة مجالات الحياة ومنها المجال الرياضي اذ كان له نصيب جيد من هذا التقدم من خلال التدريس العلمي والمبرمج ، الذي يعد الطريق الصحيح للوصول الى المستويات العليا.

ولعبة كرة السلة واحدة من الألعاب الأساسية الغنية بالمهارات ومنها مهارة التصويب على السلة ، الذي يعد خاتمة المهارات .
عليه فان هذه المهارات بصورة عامة تحتاج اثناء تعلمها الى الدقة في ادائها وخاصة مهارة التصويب السلمي وذلك لانها تؤدي من الحركة السريعة مع المضايقة التي يتعرض لها اللاعب خلال التهديف حيث ان الدقة في اداء التهديف ضرورية لممارسة هذه اللعبة.
اما اهمية البحث فتكمن في ان التدريب بكرات مختلفة ((اصغر حجماً واخف وزناً)) من الكرة القانونية تساعد في تحسين دقة اداء التهديف السلمي. وهذا ما يؤكد كل من شتاين وفيدرهوف على ان " التدريب باستخدام كرات اصغر حجماً ووزناً يكون فعالاً لغرض التركيز في دقة الاداء " (1) ، عليه عمد الباحث الى اجراء بحثه هذا للتوصل الى بعض النتائج التي تخدم لعبة كرة السلة.

1-2 مشكلة البحث:-

يعد التصويب السلمي بأنه احد انواع التهديف من الحركة ويمتاز بأنه سهل الاداء وله اهمية كبيرة في اللعبة ذلك بسبب استخدامه بنسبة عالية جداً في المباريات.
ومن خلال تدريس هذه المادة لوحظ ان معظم الطلاب يقتصرون او يعانون في ضعف في دقة التهديف اثناء التهديف السلمي وربما يكون السبب في ذلك بأن هذا النوع من التهديف يؤدي خلال حركة سريعة وبوجود خصم وعدم وجود مدة زمنية تساعد على الاسترخاء قبل اداء التهديف اضافة الى ضعف القدرة العضلية لدى بعض الطلاب الذي يحول دون نجاح عملية التهديف.

لذا ارتأى الباحث استخدام كرات مختلفة الاحجام والاوزان كعامل مساعد في تعلم دقة التهديف السلمي.

ان اجراء مثل هذه البحوث هو جزء من سعينا وهدفنا كمدرسين في تطوير دقة التهديف السلمي لدى طلابنا وبما يخدم اللعبة والعملية التعليمية في ان واحد.

1-3 هدف البحث:-

- معرفة تأثير التدريس بكرات مختلفة الاحجام والاوزان في دقة التهديف السلمي بكرة السلة .

(1) هانزجيرن شتاين وادجار فيدروهوف (ترجمة) كمال عبد الحميد . كرة اليد ، القاهرة: دار المعارف ، 1997 ، ص170.

1-4 فروض البحث:-

- وجود فروق احصائية بين استخدام كرات مختلفة الأحجام والأوزان وبين كرة السلة القانونية في دقة التهديف السلمي.

1-5 مجالات البحث:-

1-5-1 المجال البشري: عينة من طلبة قسم التربية الرياضية - الصف الاول بواقع 42 طالباً.

1-5-2 المجال الزماني: من 2007/11/10 . ولغاية 2008./1/10

1-5-3 المجال المكاني: ملاعب الجامعة المستنصرية.

الباب الثاني

2- الدراسات النظرية.

2-1 التعلم:-

ان النشاط او السلوك البشري الذي يمارسه الانسان يعتبر سلسلة من العمليات التعليمية التي يمارسها الانسان من اجل ديمومة حياته ، من هنا تتضح لنا اهمية التعلم في مجالات الحياة العامة.

اما في مجال العملية التعليمية فأن التعلم يعد حجر الاساس للعملية التعليمية . وفي المجال الرياضي ايضاً لا تقل اهمية التعلم عن باقي المجالات ، اذ ان الرياضي الذي يطلب منه اداء ومهارة حركية مع الوصول الى مرحلة الاتقان الاوتوماتيكي لهذه المهارة فأن الاساس والركيزة الاساسية لهذا الاداء والاتقان هو التعلم.

وان مفهوم التعلم هو مفهوم شامل وواسع اذ تناول كثير من المختصين والباحثين في مجال التعلم مفهوم التعلم من حيث تبويبه على اسس التربية وعلم النفس والتعلم الحركي اذ عرفه كل من (نجاح مهدي واکرم محمد) على انه : " ما هو الا النتاج الحاصل بسبب التغير المستمر نسبياً في الاداء والسلوك بسبب الخبرة السابقة والتطبيق العملي " (1). وكذلك (يعرب خيون) عرفه على انه "عملية تغيير او تعديل أي سلوك الفرد نتيجة قيامه بنشاط على شريطة الا يكون هذا التغيير او التعديل قد تم نتيجة للنضج او لبعض

(1) نجاح مهدي شلش واکرم محمد صبحي. التعلم الحركي ، جامعة البصرة : مطابع التعليم العالي ، 1994 ، ص19.

الحالات المؤقتة كالتعب او تعاطي بعض العقاقير المنشطة وغير ذلك من العوامل ذات التأثير الوقتي على السلوك والاداء"⁽¹⁾
للتعلم اساليب عديدة وهنا يبرز دور المدرس في انتقاء انسب (وليس افضل لان جميع اساليب التعلم جيدة نسبياً الى موقف استخدامها) الاساليب واكثرها اقتصاداً في الجهد والوقت خلال التعلم والتعلم الحركي وبناءً على ذلك فلقد وجد العديد من الاساليب والتي تتمثل بالآتي⁽²⁾:-

- اسلوب التعلم المتجمع والمتوزع.
- اسلوب التعلم المتسلسل والعشوائي.
- اسلوب التعلم المتغير والثابت.
- اسلوب التعلم الذهني والبدني.
- اسلوب التعلم الكلي والجزئي.
- اسلوب التعلم الاتقاني.
- اسلوب التعلم التعاوني.

2-2 التهديف في لعبة كرة السلة:-

ان الهدف الرئيسي في لعبة كرة السلة هو إدخال الكرة في سلة الخصم أكثر عدد ممكن من المرات خلال مدة المباراة وبشكل قانوني وهذه العملية تسمى بالتهديف والذي عرفه (خالد محمود عزيز) على انه ((محاولة فعلية جادة لإدخال الكرة في هدف الخصم مستفيداً من قابلياته البدنية والفنية))⁽³⁾ وهناك اشكال كثيرة للتهديف يمكن ان تنقسم على حسب وضعية اللاعب سواء كان في وضع الثبات ام في وضع الحركة ، وفي كلا الحالتين فإن مستوى اللاعب الذي وصل اليه في هذه المهارة هو الذي يستطيع الفريق من خلاله تحقيق الفوز في المباريات وهذا ما يؤكد (عبد العزيز) بالقول ((ان نتيجة المباراة تتوقف على مدى نجاح مهارة التهديف))⁽⁴⁾

(1) محمد حسين علاوي . علم النفس الرياضي ، القاهرة : دار المعارف ، 1992 ، ص333

(2) يعرب خيون. التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق ، 2002 ، ص22.

(3) خالد محمود عزيز . دراسة تحليلية لحالات التهديف بكرة السلة ، رسالة ماجستير ، جامعة الموصل ، كلية التربية الرياضية ، 1990 ، ص7.

(4) عبد العزيز احمد ومدحت صالح . كرة السلة - تعلم - تدريب ، ط1 : القاهرة ، مطبعة الاساتذة للطباعة والنشر ، 1997 ، ص52.

أما أنواع التهديف فهي:-

1. التهديف السلمي.
2. التهديف من القفز.
3. الرمية الحرة.
4. التهديف من الثبات.
5. التهديف الخطافية.

وبما ان التهديف السلمي هو موضوع هذا البحث لذلك ارتأى الباحث التحدث عنه بشيء من الإيجاز.

2-1-2 التهديف السلمي: (مفهومه - أهميته - أنواعه)

((يؤدي هذه النوع من التهديف في حالة تحرك اللاعب بسرعة في اتجاه السلة بعد عمل محاورة بالكرة او استلام الكرة من زميل ويجب على اللاعب عند أداء هذه المهارة ان يراعي قانونية خطواتها حتى لا يقع في خطأ الجري بالكرة))⁽¹⁾
وتكون حركة اللاعب اثناء اداء هذه المهارة كالآتي:-

عند استلام اللاعب الكرة تكون مستقرة بين يديه فيحاول المحافظة عليها فيقوم بالاقتراب نحو الهدف بلمس القدم اليمنى للأرض ثم يأخذ خطوة اخرى بالقدم اليسرى ويحاول النهوض نحو الهدف برفع الركبة اليمنى والذراع اليمنى باتجاه الهدف مستخدماً القفز العالي الى الامام وتوجيه الكرة الى السلة.

يعد التهديف السلمي احد التهديفات الاساسية في لعبة كرة السلة التي تدرس وتدرّب كأول مهارة من مهارات التهديف في هذه اللعبة لسهولة تعلمها كذلك لحاجة الطلاب إليها في أي وقت من أوقات المباراة ، فاللاعب الذي لا يجيد هذه المهارة لا يعد لاعب كرة سلة لأنها تمثل ركيزة من ركائز هذه اللعبة.

أما أنواعه :- (2)

1. التهديف السلمي من خط مستقيم من درجة زاوية 45 ° .
2. التهديف السلمي باليد الخلفية.

(1) مصطفى محمد زيدان .كرة السلة للمدرب والمدرس ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1998 ، ص72-73.

(2) محمد عبد الرحيم اسماعيل . الاساسيات المهارية والخططية الهجومية في كرة السلة ، ط2، الاسكندرية : منشأة المعارف بالاسكندرية ، 2003 ، ص86.

3. التهديد السلمي بيد واحدة من اسفل.

4. التهديد السلمي من اعلى اليد.

الباب الثالث

3- منهج البحث وإجراءاته :-

3-1 منهج البحث :-

استخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمته لتحقيق هدف وفرضية البحث.

3-2 عينة البحث :-

بلغ عدد مجتمع البحث والمتمثلة بطلاب الصف الاول في قسم التربية الرياضية الجامعة المستنصرية (42) طالب تم اختبارهم بالطريقة العمدية. ثم قسمت العينة الى مجموعتين ضابطة وعددها (21) طالبة وتجريبية وعددها (21) طالب ايضاً ولغرض تكافؤ العينة في مهارة التهديد السلمي عمد الباحث باجراء الاختبار القبلي وكما في الجدول رقم (1) . الذي يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمتي (t) المحسوبة والجدولية للمجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبار القبلي:

جدول (1) يبين الاوساط الحسابية والانحراف المعياري " (t) المحسوبة والجدولية

المجموعات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة t المحسوبة	قيمة t الجدولية	وحدة القياس	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
الضابطة	1.05	0.86	0.24	2	نقاط	0.5	عشوائي
التجريبية	1.62	1.47	1.24	2	نقاط	0.5	عشوائي

وبتطبيق قانون (t) للعينات الصغيرة، تم الحصول على القيمة المحسوبة والبالغة (0.24) للمجموعة الضابطة (1,24) للمجموعة التجريبية وعند مقارنتها مع قيمة (t) الجدولية والبالغة (2) وتحت درجة حرية (2 - 42) وبمستوى دلالة (0.5) تبين ان القيمة المحسوبة هي اقل من القيمة الجدولية ، وهذا يعني ان الفرق عشوائي مما يدل على تكافؤ عينة البحث.

3-3 ادوات البحث :-

استخدم الباحث الأدوات الآتية:-

- المصادر العربية والأجنبية.

- ملعب كرة سلة.
- كرة سلة عدد (2) نوع Moltan بوزن 600 - 650 غم وبحجم 75سم - 78سم.
- كرة يد للرجال عدد (2) نوع adidas وزن 450 وبحجم (60سم)
- الكرة الطائرة للنساء نوع Moltan وزن 260 - 280 غم بحجم 65-67سم.
- كرة قدم نوع Hyandal وزن 496 غم وبحجم 68سم.

3-4 الاختبار المستخدم (اختبار التهديف من الحركة السلمية) (□):

- الهدف من الاختبار.
- يهدف الاختبار الى تقييم مستوى التهديف.
- الاجهزة والادوات المستخدمة.
- كرة السلة ، هدف كرة السلة.
- طريقة اداء الاختبار.
- يقوم اللاعب باداء الطبطبة من منتصف ملعب كرة السلة باتجاه السلة لاداء الثلاثية ثم التهديف.
- شروط الاختبار.
- 1. يمنح المختبر (10) محاولات .
- 2. يشترط اداء الثلاثية بشكل قانوني.
- 3. الكرة التي تدخل السلة بعد ارتكاب خطأ قانوني في اداء الثلاثية لا تحسب من ضمن الأهداف المسجلة في المحاولات العشرة.
- التسجيل:

1. يحسب لكل محاولة ناجحة في التهديف نقطة واحدة.
2. أعلى نقاط يحصل عليها المختبر هي (10) نقاط.

3-5 الاختبار القبلي:-

قبل البدء بالبرنامج التدريسي بيوم واحد تم الاجتماع بعينة البحث وقام الباحث بتوضيح مشكلة وهدف البحث وطلب من الطلاب اتباع التعليمات التي تعطى لهم بدقة. بعدها تم اجراء الاختبارات القبلية لجميع طلاب الجامعات وعلى افراد بكرة السلة القانونية لاداء التهديف السلمي (10) تهديفات وقد اعطيت فكرة لطلاب العينة عن تكنيك التهديف السلمي وشروط احراز النقاط.

(¹) فائز بشير حمودات ومؤيد عبد الله جاسم . كرة السلة، جامعة الموصل ، مديرية الكتب للطباعة والنشر ، 1987، ص234.

- تحسب (درجة واحدة) لكل تهديفة صحيحة (دخول الكرة الى السلة)
- تحسب (صفر) اذا لم تدخل الكرة السلة.

3-6 البرنامج التعليمي:-

قام الباحث ببناء برنامج التعليمي وفقاً للمنهج التعليمي المتبع في قسم التربية الرياضية - كلية التربية الاساسية اذ عمد الباحث الى اعداد ثلاث وحدات تعليمية لمهارة التهديف السلمى وبواقع وحدة تعليمية واحدة في كل اسبوع مدتها (90) * دقيقة وبأستخدام الشرح والعرض والتمارين .

- ولقد اخضعت افراد مجاميع البحث الى البرنامج التعليمي على وفق الخطة التالية:-
- المجموعة الاولى (الضابطة): التدريب بكرة السلة القانونية بوزن 600 - 650 غم وبحجم 75سم - 78 سم.
- المجموعة الثانية (التجريبية): التدريب بكرات مختلفة وعلى النحو الاتي :-
- الوحدة التعليمية الاولى التدريب بكرة اليد للرجال بوزن 450 غم وبحجم 60 سم .
- الوحدة الثانية التدريب بالكرة الطائرة للنساء بوزن 260-280 غم وبحجم 65-66سم.
- الوحدة التعليمية الثالثة التدريب بكرة القدم بوزن 496 غم وبحجم 68 سم.

3-7 الاختبار البعدي:-

تم إجراء الاختبار البعدي بأداء التهديف السلمى (10 تهديفات) لكل طالب على افراد مع تسجيل النقاط التي تم تسجيلها وبنفس الكرة التي تم بها الاختبار القبلي.

3-8 الوسائل الإحصائية:-

اعتمد الباحث برنامج spss مستخدماً الوسائل الاتية⁽¹⁾:-

1. الوسط الحسابي.
2. الانحراف المعياري.
3. اختبار (T) للعينات المتناظرة
4. اختبار (T) للعينات المستقلة.

* انظر ملحق (1)

(1) علي سلوم جواد ومازن حسن جاسم . الإحصاء وتطبيقاته في المجال الرياضي باستخدام برنامج spss ، النجف : مطبعة العزي الحديثة ، 2008 ، ص240.

الباب الرابع

4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

4-1 عرض النتائج وتحليلها:-

جدول (2)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (T) المحسوبة والجدولية ودرجة الحرية في الاختبار القبلي والبعدى للمجموعة الضابطة

المعالجات الاحصائية	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدى		قيمة T المحسوبة	درجة الحرية	قيمة T الجدولية تحت مستوى 0.05	دلالة الفروق
		س-	ع+	س-	ع+				
التهديف السلمي	النقاط	1.381	0.589	2.047	1.117	3568	20	1.725	معنوي

لغرض التوصل الى معرفة اثر التدريب بكرات مختلفة على دقة التهديف السلمي بكرة السلة لطلاب الصف الاول قسم التربية الرياضية / كلية التربية الاساسية / الجامعة المستنصرية. تم وضع جدول (2) الذي يبين لوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (t) المحسوبة والجدولية ودرجة الحرية في الاختبارين القبلي والبعدى للمجموعة الضابطة . اذ بلغت قيمة الوسط الحسابي (1.381) وبانحراف معياري (0.589) في الاختبار القبلي، بينما بلغت قيمة الوسط الحسابي (2.047) وبانحراف معياري (1.117) في الاختبار البعدى وتبين ان قيمة (t) المحسوبة (3.568) وبعد مقارنتها مع قيمة (t) الجدولية وتحت مستوى دلالة (0.05) البالغة (1.725) ظهر ان مستوى الدلالة الاحصائية للفرق بين الاختبار القبلي والبعدى للمجموعة الضابطة كان معنوي.

جدول (3)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (T) المحسوبة والجدولية ودرجة الحرية في الاختبار القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية

المعالجات الاحصائية	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدى		قيمة T المحسوبة	درجة الحرية	قيمة T الجدولية تحت مستوى 0.05	دلالة الفروق
		س-	ع+	س-	ع+				
التهديف السلمي	النقاط	1.952	0.740	3.761	1.410	6.858	20	1.725	معنوي

تأثير استخدام كرات مختلفة الأحماء والأوزان على تعلم حقة التمدد السلمي في كرة السلة
 م.م محمد شهاب أحمد

اما جدول رقم (3) فيبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (t) المحسوبة والجدولية ودرجة الحرية في الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية . اذ بلغت قيمة الوسط الحسابي (1.952) وبانحراف معياري (0.740) في الاختبار القبلي ، بينما بلغت قيمة الوسط الحسابي (3.761) وبانحراف معياري (1.410) في الاختبار البعدي ، وتبين ان قيمة (t) المحسوبة (6.858) وبعد مقارنتها مع قيمة (t) الجدولية وتحت مستوى دلالة (0.05) البالغة (1.725) ظهر ان مستوى الدلالة الاحصائية للفرق بين الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية كان معنوي.

جدول (4)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (T) المحسوبة والجدولية ودرجة الحرية في الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية والضابطة

المعالجات الاحصائية	وحدة القياس	الضابطة		التجريبية		قيمة T المحسوبة	درجة الحرية	قيمة T الجدولية تحت مستوى 0.05	دلالة الفروق
		ع+	س-	ع+	س-				
التهديف السلمي	النقاط	3.761	1.410	2.047	1.117	4.366	40	1.684	معنوي

اما الجدول (4) والذي يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (t) المحسوبة والجدولية ودرجة الحرية في الاختبار البعدي لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة ، اذ بلغت قيمة الوسط الحسابي للمجموعة الضابطة (3.761) وبانحراف معياري (1.410) ، بينما بلغت قيمة الوسط الحسابي (2.047) وبانحراف معياري (1.117) للمجموعة التجريبية ، وتبين قيمة (t) المحسوبة (4.366) وبعد مقارنتها مع قيمة (t) الجدولية تحت مستوى دلالة (0.05) والبالغة (1.684) ، ظهر ان قيمة (t) المحسوبة هي اكبر من قيمة (t) الجدولية مما يدل على ان الفرق بين المجموعتين هو معنوي ولصالح المجموعة التجريبية.

4-2 مناقشة النتائج :-

بعد عرض النتائج وتحليلها تمت مناقشتها . فالجداول الموضوعية (2،3) تبين مستوى الاداء لافراد عينة البحث (الضابطة والتجريبية) لمهارة التهديف السلمي ، اذ اظهرت النتائج وجود فرق معنوي عالي يبين الاختبارين القبلي والبعدي . ويعزو الباحث ذلك التقدم في الاداء الى الاسلوب المستخدم والملائم لقابليات افراد العينة وصفاتهم البدنية والحركية والذي تخللته تمارين التركيز والاسترخاء والاحساس بالكرة المعدة من قبل الباحث الى جانب اكتساب التصور الذهني للمهارة قبل الاداء مما ساعد على تطور دقة الاداء وهذا ما اكده (قاسم حسن حسين) بالقول " ان الرياضي يتطلب ان يحصل على معلومات مسبقة قبل الاداء وهذا يعني المعرفة الكاملة حول حركة التكنيك" (1) اضافة الى القوة العضلية لدى الطلاب والتي ازدادت بعد اجراء التدريبات المستمرة اذ يشار الى " ان نجاح الفريق يتوقف على التدريب المستمر" (2) وكذلك زيادة التركيز في دقة التهديف السلمي نتيجة استخدام كرات مختلفة اقل حجم ووزن من كرة السلة القانونية اذ يشار ايضاً الى " ان التدريب بالكرة الخفيفة فعال كالتدريب بالكرات الثقيلة في تطوير مهارة الرمي بالكرة الثقيلة في حين ان المتدرب بالكرة الثقيلة عندما يتحول الى الكرة الخفيفة فإنه لا يحقق أي تأثير مشابه" (3) فضلاً عن ذلك فإن استخدام كرات مختلفة الحجم والاوزان يضيف تنوعاً في التدريب دون ان يضعف من تعلم مهارة التهديف السلمي.

الباب الخامس

5- الاستنتاجات والتوصيات :-

5-1 الاستنتاجات :-

- اظهرت النتائج فروق معنوية بين الاختبارين القبلي و البعدي للمجموعة الضابطة وهذا يدل على تأثير الاسلوب المتبع في تطوير دقة التهديف السلمي .

(1) قاسم حسن حسين . تدريب اللياقة البدنية والتكنيك الرياضي في الالعاب الرياضية ، الموصل ، مطبعة جامعة الموصل ، 1985 ، ص38 .

(2) محمد محمود عبد الدايم ، محمد صبحي حسانين . القياس في كرة السلة ، القاهرة : مطبعة دار الفكر العربي ، ط1 ، 1984 ، ص441 .

(3) بحوث المؤتمر العلمي الرياضي الرابع لكليات التربية الرياضية في العراق تحت شعار اللياقة البدنية والمجتمع ، ط1 ، 1985 ، ص568 .

تأثير استخدام كرات مختلفة الأحجام والأوزان على تعلم حقة التصويب السلمي في كرة السلة
م.م محمد شهاب أحمد

- أظهرت النتائج أيضاً فروق معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية وهذا يدل على تأثير الأسلوب المستخدم والمعد من قبل الباحث في تطوير دقة التصويب السلمي .
- أظهرت النتائج فروق معنوية بين الاختبار البعدي لمجموعتي البحث الضابطة والتجريبية ولصالح المجموعة التجريبية وهذا يدل على تفوق الأسلوب أو المنهج المعد قبل الباحث على قرينه التقليدي.
- أظهرت الاختبارات فاعلية تمارين التركيز والاسترخاء والاحساس بالكرة.
- ان التدريب بكرات مختلفة تكون فعالة كالتدريب بكرات السلة القانونية في تطوير دقة التهديد السلمي.
- كل انواع الكرات المستخدمة في المجموعة التجريبية كان لها تأثير معنوي على دقة التهديد السلمي.

5-2 التوصيات:-

- استخدام كرات مختلفة الحجم والأوزان لأنه يضيف تنوعاً في التدريب دون ان يضعف تعلم المهارات.
- ان استخدام مختلف الكرات تعد وسيلة مساعدة للتدريب في حالة عدم توفر العدد الكافي من الكرات.
- ان النتائج التي توصل إليها الباحث تؤكد ضرورة استثمار كل ما هو متوفر للعمليات التدريبية والتعليمية.
- ضرورة إجراء دراسات مماثلة في ألعاب اخرى.

المصادر

1. بحوث المؤتمر العلمي الرياضي الرابع لكليات التربية الرياضية في العراق تحت شعار اللياقة البدنية والمجتمع، ج 1 ، 1985.
2. خالد محمود عزيز . دراسة تحليلية لحالات التصويب بكرة السلة، رسالة ماجستير ، جامعة الموصل ، كلية التربية الرياضية ، 1990.
3. عبد العزيز احمد ومدحت صالح . كرة السلة - تعلم - تدريب ، ط 1 : القاهرة ، مطبعة الاساتذة للطباعة والنشر ، 1997.

4. علي سلوم جواد ومازن حسن جاسم . الاحصاء وتطبيقاته في المجال الرياضي باستخدام برنامج ssps ، النجف : مطبعة الغري الحديثة ، 2008.
5. فائز بشير حمودان ومؤيد عبد الله جاسم. كرة السلة ، جامعة الموصل ، مديرية الكتب للطباعة والنشر ، 1987.
6. قاسم حسن حسين . تدريب اللياقة البدنية والتكنيك الرياضي في الالعاب الرياضية ، الموصل : مطبعة جامعة الموصل ، 1985 .
7. محمد عبد الرحيم اسماعيل . الاساسيات المهارية والخططية الهجومية في كرة السلة، ط2 ، الاسكندرية : منشأة المعارف بالاسكندرية ، 2003.
8. محمد حسين علاوي . علم النفس الرياضي ، القاهرة : دار المعارف ، 1992.
9. محمد محمود عبد الدايم ، محمد صبحي حسانين . القياس في كرة السلة، القاهرة: مطبعة دار الفكر العربي ، ط1 ، 1984.
10. مصطفى محمد زيدان . كرة السلة للمدرب والمدرس ، القاهرة : دار الفكر العربي ، 1998.
11. نجاح مهدي شلش واكرم محمد صبحي . التعلم الحركي ، جامعة البصرة : مطابع التعليم العالي ، 1994.
12. هانز جيرن شتاين وادجار فيدرهوف (ترجمة) : كمال عبد الحميد . كرة اليد ، القاهرة : دار المعارف ، 1970.
13. يعرب خيون . التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق ، 2002.

Abstract

It is worth mentioning that science has great contribution on the develop meut and progress of all fields of life especially sport progress. And the scientific studied training is the right way to reach to the high levels.

Basket ball is one of that is taught at sport deportment, so the researcher has taught the skill of a triple jump using different balls with different sizes and weighs since .

The researcher thought that these balls will improve the accuracy of triple jump scoring.

The experiment has conducted on a sample of (42) first year students in Basic Education college for the academic year 2007 / 2008 and he used the suitable statistical means that achieved the aim of the study. He concluded that there are significant differences between the pre- and the post tests for the experimental groups.

Finally, the researcher recommended that using balls with different weighs and sizes will add variety in learning without making this skill weak.